

# KOREAANS

1

## Een beknopte lijst van Koreaanse termen en benamingen van de basistechnieken

### INHOUD

<u>Vooraf</u>	Pagina	1
<u>Betekenis Hapkido &amp; Yashindo</u>	Pagina	2
<u>Aanspreektitels &amp; etiquette</u>	Pagina	2
<u>Telwoorden</u>	Pagina	2
<u>Ho Sin Do Bups</u>	Pagina	2
<u>Gradensysteem</u>	Pagina	3
<u>Standen</u>	Pagina	3
<u>Wapens</u>	Pagina	3
<u>Valbreken</u>	Pagina	3
<u>Algemeen</u>	Pagina	4
<u>Lichaamsdelen</u>	Pagina	4
<u>De technieken</u>	Pagina	5/6
	- Richtingen	
	- Stoottechnieken	
	- Steektechnieken	
	- Trapttechnieken	
	- Verdedigingstechnieken	
	- Slagtechnieken	
	- Knietechnieken	

### VOORAF

De termen en benamingen van de technieken omvatten de theoretische kennis, die vereist is op het examen voor de eerste Dan. De technieken die aan bod komen, worden niet uitvoerig behandeld; daarvoor zijn de trainingen. Er wordt meestal ook geen letterlijke vertaling van het Koreaans gegeven. Geprobeerd is de betekenis van de termen en de benamingen zo correct mogelijk weer te geven.

De schrijfwijze van het Koreaans volgt zoveel mogelijk de Engelse schrijfwijze, aangezien deze de officiële transcriptie van de Koreaanse karakters zeer dicht benadert. De klemtoon in het Koreaans is aangegeven d.m.v. hoofdletters. Achter een term of benaming is tussen haakjes in "fonetisch schrift" weergegeven hoe het Koreaans dient te worden uitgesproken, ofschoon hierover meningsverschillen bestaan. Over het algemeen geldt de onderstaande uitspraak:

- Ae als de "e" in het franse "mère" (è)
- I als de "ie" in het Nederlands "kies" (ie)
- Oals de "o" in het Nederlands "sok" (ò) of als de "oo" in "mooi" (oo)
- Oo als de "oe" in het Nederlands "bork" (oe)
- Eo zweeft tussen de (ò) en de "e" in het Nederlands "de" (o)
- Eu zweeft tussen de (oe) en de "uu" in het Nederlands "muur" (ôe)
- G als de "g" in het engelse "good" (k)
- Y als de "j" in het Nederlands "jongen" (j)
- J als de "j" in het engelse "joy" (dzj)
- Ch als de "ch" in het engelse "champion" (tsj)
- U als de "oe" in het Nederlands "boek" (oe)

Voor het overige geldt de gewone Nederlandse uitspraak.

Een cijfer voor een term of benaming geeft aan voor welke graduatie de desbetreffende term of techniek is behandeld.

**BETEKENIS HAPKIDO**

Hapkido (HapKiDoo)

“ de Harmonie tussen lichamelijke en geestelijke kracht “

**Hap= Harmonie , Ki= innerlijke kracht , Do = manier / weg****De 3 principes van Hapkido**

Yu	-	Water Theorie
Won	-	Cirkel Theorie
Hwa	-	Harmonie Theorie

**BETEKENIS YASHINDO**

“ De weg van zelfvertrouwen “

**Ya = Zelf Shin = Vertrouwen Do = manier / weg****AANSPREEKTITELS & ETIQUETTE**

Do Joo Nim	= Grondlegger stijl
Kwan Jang Nim	= Grootmeester / eigenaar school
Chung Sa Nim	= Hoofd instructeur
Sah Bum Nim	= Instructeur of Meester
Kyo Sah Nim	= Leraar
Cho Gyo Nim	= 1ste Dangraad houder
Kyo Sah Nim	= 2 <sup>de</sup> Dangraad houder
Bu Sah Bu Nim	= 3de Dangraad houder
Sah Bu Nim	= 4 <sup>de</sup> Dangraad houder
Kwan Jang Nim	= 5 <sup>de</sup> t/m 8 <sup>ste</sup> dangraad houder
Je Ja	= Leerling

**TELWOORDEN****Koreaans**

1	= Hana (hanNAA)
2	= Tul (toel)
3	= Set (set)
4	= Net (net)
5	= Tasot (taSOT)
6	= Yosot (jòSOT)
7	= Ilgop (ielKOP)
8	= Yodol (jòoDOL)
9	= Ahop (aHOP)
10	= Yul (joel)

**Chinees ( rangtelwoorden )**

1	= Il (iel)
2	= I (ie)
3	= Sam (sam)
4	= Sa (saa)
5	= O (ò)
6	= Yuk (joek)
7	= Chil (tsjiel)
8	= Pal (pal)
9	= Ku (koe)
10	= Sip (sip)

Rangtelwoorden worden in het Chinees aangegeven m.b.v. de toevoeging ‘Jang’ achter het telwoord, b.v. Il Jang = eerste.

**HO SIN DO BUPS**

1 <sup>e</sup> Bup	= Kwan Jul Ki Bup
2 <sup>e</sup> Bup	= Chigi Bup
3 <sup>e</sup> Bup	= Sip Ja Ki Bup
4 <sup>e</sup> Bup	= Nae Whe Ki Bup
5 <sup>e</sup> Bup	= Kyod Rang Ki Bup
6 <sup>e</sup> Bup	= Mok Kam A Bup
7 <sup>e</sup> Bup	= Mok Ku Ki Bup
8 <sup>e</sup> Bup	= Yeo Kae Too Bup
9 <sup>e</sup> Bup	= Jong Pal Too Bup
10 <sup>e</sup> Bup	= Hwe Jung Too Bup
11 <sup>e</sup> Bup	= Pal Mok Ki Bup
12 <sup>e</sup> Bup	= Pal Bae Ki Bup

**GRADENSYSTEEM**

Hapkido kent Geupgrade en Dangraden. Geupgraadhouders dragen een gekleurde band, waarvan de kleur afhankelijk is van de graduatie; Dangraadhouders dragen een zwarte band ongeacht hun graduatie.

Er bestaan 9 Dangraden en 10 Geupgraden, namelijk:

10 <sup>de</sup> Geup	witte band
9 <sup>de</sup> Geup	gele slip
8 <sup>ste</sup> Geup	gele band
7 <sup>de</sup> Geup	groene slip
6 <sup>de</sup> Geup	groene band
5 <sup>de</sup> Geup	blauwe slip
4 <sup>de</sup> Geup	blauwe band
3 <sup>de</sup> Geup	rode slip
2 <sup>de</sup> Geup	rode band
1 <sup>ste</sup> Geup	zwarte slip
Dangraden	1 t/m 9

**SEOGI = STANDEN**

Ap Koobi Seogi (AP KOEBIE SOKIE) = lange stand (voorwaarts leunende stand)

Dwit Koobi Seogi (DWIET KOEBIE SOKIE) = korte stand (achterwaarts leunende stand)

Joochoom Seogi (dzjoeTSJOEM SOKIE) = paardrijdersstand

Ap Seogi (AP SOKIE) = loopstand

**WAPENS**

Mu Ki ( Mu-KEE )	= Wapens algemeen
Tahn Bong	= Korte stok
Jung Bong	= Middel stok
Jang Bong	= Lange stok
Kal	= Mes
Gum ( Kum )	= Zwaard
Jul	= Touw
Chang	= Speer
Ji Pang E	= Wandelstok

**NAK BUP = VALBREKEN**

Outougi Bup	= zijwaartse rol/val
Hwi Cheon Kureuki Nak Bup	= voorwaartse rol
Tooki Sik Hoo Bang Nak Bup	= achterwaartse rol
Cheon Bang Nak Bup	= platte val
Hoo Bang Nak Bup	= achterwaartse val met blok
Twio Outougi Bup	= zijwaartse val gesprongen
Dolgorea Bup	= dolfijntje
Twio Whi Cheon Kureuki Nak Bup	= schouderrol min. 1,20 mtr ver
Twio Whi Cheon Kureuki Nak Bup	= schouderrol min 80 cm hoog
Kwan Jul Ki Nak Bup	= val 1 <sup>ste</sup> Bup
Hwi Cheon Cheuk Bang Nak Bup	= brugval handstand/gesprongen)

ALGEMEEN

Dobok (DOObòk)	= Hapkido-pak
Ti (tie)	= band
Dojang (DOOjang)	= trainingsruimte, club / schoolgebouw
Charyeot (tsjaRJOT)	= commando : in de houding staan!
Jung Zwa	= commando : knielen!
Gyeong-rye (kjong-rjee)	= commando : groeten!
Gye-sog (kjee-SOG)	= commando : doorgaan!
Gallyeo (kaLLYO)	= commando : stop!
Junbi (dzjoenBIE)	= commando : klaar staan!
Si-jak (sie-DZJAK)	= commando : start!
Tiro-tora (tieROO-tooRA)	= commando : draaien, keren!
Mook Nyum ( Moek-Njum)	= commando : meditatie
Baroo (Baroo)	= commando : einde meditatie of terug
Kiap (kieJAP)	= benaming vd kreet krachtconcentratie
Hosinsul (HOOsiensoel)	= zelfverdediging - technieken
Paegi (Pekie)	= bevrijdingen
Bup (Pop)	= ( basis ) technieken
Jigi Bup	= gymnastiek oefeningen
Choengi Bup	= ki - oefeningen
DahnJon Breathing	= ademhalingstechnieken
Nak Bup	= valbreek - technieken
Chon Kwa Bup	= 2-staps
Yong Ju Bup	= 2-staps met schepbeweging
Chim Kwa Bup	= 2-staps met polsbeweging
Chokki Tearyon	= non contact sparring
Poomsae (poemSEE)	= stijloefening
Gye Pa (kjeePA)	= breektest
Kyuk Ki Do Bup	= cirkelbeweging
Dan (dan)	= benaming negen graden zwarte band
Geup (kòep)	= benaming van de tien graden (bandkleuren) tot eerste Dan
Hogo (HOOKoo)	= lichaamsbeschermer
Hong (hòng)	= rood (deelnemer in rode hogo)
Chong (tsjòng)	= blauw (deelnemer in blauwe hogo)
Seung (sòeng)	= winnaar
Ko Yo Han	= stilte
Ahn Joo	= zitten
E La Sutt	= opstaan
Chul Sa	= opstellen
Kwan	= school of federatie
Doobaldangsang	= dubbele technieken

LICHAAMSDELEN

An-Palmok (AN palMOK)	= binnenkant onderarm (duimzijde)
Apchook (apTSJOEK)	= bal v.d. voet
Ap-Joomeok (AP-dzjoeMOK)	= voorkant vuist
Arae (aRE)	= gedeelte lichaam beneden de navel
Bakat Palmok (Bakat palMOK)	= buitenkant onderarm (pinkzijde)
Bal (bal)	= voet
Baldeung (balDOENG)	= wreef
Balkeut (balKOET)	= tenen
Balmok (balMOK)	= enkel
Balnal (BALnal)	= mesvoet - (kleine teenzijde)
Balnal Deung (BALnal-DOENG)	= binnenzijde mesvoet (grote teenzijde)
Darie (DAARie)	= been
Deung (dòeng)	= rug
Dwichook (dwieTSJOEK)	= onderkant hiel
Eolgool (olKOEL)	= gedeelte v.h. lichaam boven de sleutelbeenderen (hals, nek en hoofd)
Joomeok (dzjoeMOK)	= vuist
Koobi (KOEbie)	= gewricht
Mok (mòk)	= hals, nek
Me-Joomok (MEE-dzjoeMOK)	= zijkant vuist (hamervuist)
Mom (mòm)	= lichaam
Momtong (mòmTONG)	= gedeelte v.h. lichaam vanaf de sleutelbeenderen tot de navel
Mooreup (mooROEP)	= knie
Mori (MOORie)	= hoofd
Mysonge (MJONGkee)	= borst, inz. Solaris plexus
Pal (pal)	= arm
Palkoop (palKOEP)	= elleboog
Palmok (palMOK)	= onderarm
Pyon-Son (PJON-SON)	= open hand
Pyonsonkeut (PJONsonkòet)	= 'speerhand'
Son (sòn)	= hand
Sonkeut (sònKOET)	= vingers
Sonmok (sonMOK)	= pols
Sonnal (SONnal)	= meshand - (pinkzijde)
Sonnal Deung (SONnal-DOENG)	= binnen meshand (duimzijde)
Teok (tok)	= kaak of kin

**RICHTINGEN E.D.**

Ap (ap)	= voorwaarts
Dollyeo (DOLLjo)	= cirkelend, draaiend
Naeryo (Nerjoo)	= neerwaarts
Noolyeo (noeLO)	= voorwaarts drukkend, duwend
Dwit (dwiet)	= achterwaarts
Yeop (jop)	= zijwaarts
Oen (WEN)	= links
Oreun (òROEN)	= rechts
Ollyeo (OLLjo)	= opwaarts
An (an)	= binnenwaarts gericht
Bakat (Bakat)	= buitenwaarts gericht
Bandae (banDE)	= tegengesteld gericht t.o.v. het achterste been
Baro (baaROO)	= gelijkgericht t.o.v. het achterste been
Momdollyeo (mòmDOLLjo)	= met draaiing via de rug om de lichaamsas
Twieo (twieO)	= gesprongen voettechniek b.v. Twieo Ap Chagi
Seweo (seeWO)	= verticaal
Eopeun (oPOEN)	= horizontaal: handpalm naar beneden

**JIREUGI = STOOTTECHNIEKEN**

Onder Jireugi (dzjierôeKIE) worden de stoottechnieken verstaan, waarbij met de vuist vanaf de heup rechtstreeks naar het doel wordt gestoten. Wat betreft de richting van de stoot kan onderscheid worden gemaakt tussen:

Momtong Taekwondo Jireugi	= Taekwondostoot plexus
Momtong Hapkido Jireugi	= Hapkidostoot plexus
Bandae Jireugi	= voorwaartse tegengestelde (t.o.v. achterste been) stoot
Baro Jireugi	= voorwaartse gelijkgerichte (t.o.v. achterste been) stoot
Ap-Joomeok Dooleyeo Jireugi	= buiten/binnen vuiststoot hoofd
Deung-Joomeok Eolgool Yeop Jireugi	= binnen/buiten vuiststoot slaap
Me-Joomeok Naeryeo Jireugi	= neerwaartse vuiststoot neus
Yeop Jiruegi	= zijwaartse stoot
Dollyeo Jiireugi	= cirkelende stoot
Naeryeo Jireugi	= neerwaartse stoot
Ollyeo Jireugi	= opwaartse stoot

**CHIREUGI = STEEKTECHNIEKEN**

Onder Chireugi (tsjierôeKIE) worden de technieken verstaan, waarbij wordt aangevallen met de vingers. Er wordt allen onderscheid gemaakt in de houding van de hand:

Seweo Chireugi	= verticale steek (meestal naar de plexus)
Jeochyo Chireugi	= omgekeerde steek (handpalm naar boven en meestal gericht naar het onderlichaam)
Eopeun Chireugi	= horizontale steek (handpalm naar beneden en bijna uitsluitend gericht naar de luchtwegen)
Peyonsonkeut Seweo Chireugi	= verticale steek vingers/plexus
Peyonsonkeut Jeochyeo Chireugi	= horizontale steek vingers/keel

**CHAGI = TRAPTECHNIEKEN**

Onder Chagi (TSJakie) verstaat men alle aanvallen met de voet. Deze technieken kunnen worden uitgevoerd met : Apchook, Dwichook, Dwikumchi, Balnal, Baldeung en Balbadak. Er wordt onderscheid gemaakt naar de richtingen in welke de traptechniek wordt gemaakt.

Ap Chagi	= voorwaartse trap
Dollyeo Chagi	= ronde trap
Naeryo Chagi	= neerwaartse trap
Nooleyeo Chagi	= druk of duw trap
Yeop Chagi	= zijwaartse trap
Dwit Chagi	= achterwaartse trap
Pandal Chagi	= haaktrap
Biteuro Chagi	= draaitrap
Peyojeok Chagi	= doeltrap
Momdolleyeo Pandal Chagi	= achterwaarts ronde haaktrap
Twio Chagi	= gesprongen trap
Doobaldangsang Chagi	= dubbele trapcombinatie
Ollyeo Chagi	= opwaartse trap

**MAKKI = VERDEDIGINGEN**

Area Makki	= lage afweer
Momtong An-Makki	= midden afweer, buit/bin.
Eolgool Makki	= hoge afweer
Momtong Bakat-Makki	= midden afweer, bin/buit.
Sonnal Momtong Makki	= dub. meshand middenafweer
Bangtangson Noolyeo Area Makki	= lage duw/handpalm afweer
Bangtanson Momtong An-Makki	= midden duw/handpalm afweer
Palmok Area Bakat Makki	= onderarm afweer
Keumgang Momtong Makki	= hoge en midden afweer
Area & Momtong An-Makki	= lage & midden afweer
Eotgeuro Area & Bakat-Palmok...	= neerwaarts pols gekruist onderarm
.....Momtong Heycho Makki	blok & dub onderarm middenafweer
Jebipoom Sonnal Mok An-Chigi	= hoge meshand afweer & nekslag

**CHIGI = SLAGTECHNIEKEN**

Onder Chigi (TSJIEkie) worden de aanvalstechnieken verstaan, waarbij moet worden uitgehaald om te slaan. Men maakt wat betreft de richting onderscheid tussen:

Sonnal Mok An-Chigi	= nekslag van buiten naar binnen(meshand)
Sonnal Mok Bakat-Chigi	= nekslag van binnen naar buiten (meshand)
Ap Chigi	= voorwaartse slag
An-Chigi	= binnenwaartse slag
Bakat-Chigi	= buitenwaartse slag
Naeryeo Chigi	= neerwaartse slag
Palkoop Olleyeo Teok Chigi	= opwaartse elleboogstoot naar de kin
Palkoop Yeop Mori Chigi	= zijwaartse elleboogstoot naar het hoofd/slaap
Palkoop Dwit Meyonge Chigi	= achterwaartse elleboogstoot naar plexus

**MOOREUP = KNIEAANVALLEN****Een aanval met de knie kent twee uitvoeringen:**

Mooreup Chigi	= kniestoot, waarbij de tegenstander wordt vastgepakt.
Mooreup Chagi	= kniestoot zonder de tegenstander vast te grijpen.