

Hapkido – Trainingsvokabeln



prüfungsrelevant für den 3. Geub (Blaugurt):

I. Allgemein

Bedeutungen

<i>Hap</i>	Koordination, Harmonisierung (Vereinigung)
<i>Ki</i>	Kraft, Energie (Die mentale und körperliche Stärke)
<i>Do</i>	Weg, Methode (Weg zum Ziel)
<i>Hap Ki Do</i>	Methode zur Vereinigung körperlicher und psychischer Kraft
<i>Mudo</i>	Methode des Kampfes (Kampfkunst)
<i>Hon Sin</i>	„Ganzer Körper“ oder auch „verbundener Körper“
<i>Gwan</i>	Schule
<i>Hon Sin Gwan Hapkido</i>	Sinngemäß: Schule, in der Hapkido als die Verbindung des Körpers als Ganzes vermittelt wird
<i>Hon Sin Beop</i>	sinngemäß: Methode zur Verbindung des Körpers als Ganzes

Prinzipien

<i>Yu</i>	Fluss (-theorie)
<i>Won</i>	Kreis (-theorie)
<i>Hwa</i>	Harmonie (-theorie)
<i>Cheon Ji In</i>	Prinzip der Ausdehnung (Himmel, Erde, Mensch)

II. Training

Grundlagen

<i>dojang</i>	Übungshalle
<i>dobok</i>	Anzug (Trainings-)
<i>tti</i>	Gürtel
<i>geup</i>	Schülerstufe
<i>dan</i>	Lehrerstufe
<i>hapkidoin</i>	Hapkido-Praktizierender (wörtl. Hapkido-Mensch)
<i>nim</i>	Höfliche Anrede
<i>gyosa</i>	Lehrer-Assistenz (1. bis 3. Dan)
<i>sabeom</i>	Lehrer (ab 4. Dan)
<i>gwanjang nim</i>	Leiter einer (Hapkido-)Schule

Allgemeine Anweisungen

<i>jeong jwa</i>	Abknien in den Fersensitz
<i>kkum jeog</i>	Augen schließen
<i>myeong sang</i>	Meditation, innere Aufmerksamkeit
<i>charyeot</i>	Achtung
<i>gyeong-nye</i>	zum Angrüßen verbeugen
<i>gibon-ho</i>	in gima-jase wechseln
<i>junbi</i>	in jeongul-jase wechseln (allg. „bereitmachen“)
<i>baro</i>	zurück in die Startposition
<i>bakueo</i>	wechseln
<i>gamsahamnida</i>	danke

Begrüßung

<i>charyeot gyeong nye</i>	Gruß untereinander
<i>gukki-e dae hye gyeong nye</i>	Gruß der Nationalflagge
<i>gyosanim kkye gyeong nye</i>	Gruß des Lehrer-Assistenten
<i>sabeomnim kkye gyeong nye</i>	Gruß des Lehrers

Hapkido – Trainingsvokabeln



Disziplinen

<i>sul</i>	Technik
<i>gihapsul</i>	Atemtechnik
<i>danjeon hohupbeop</i>	Atemmethode
<i>myeongsang</i>	Meditation
<i>iron</i>	Theorie
<i>nakbeop</i>	Fallschule
<i>choksul</i>	Fußtechniken
<i>sugisul</i>	Hand- bzw. Schlagtechniken
<i>gwonsul</i>	Fausttechniken
<i>mugisul</i>	Waffentechnik
<i>hosinsul</i>	Verteidigungstechniken („Handtechniken“)
<i>gibonsul</i>	Basistechniken
<i>hyeong</i>	Bewegungsform
<i>sipal dongjak</i>	Grundbewegungen
<i>jayu daeryon</i>	Freikampf
<i>gyeokpa</i>	Bruchtest
<i>chejo</i>	Gymnastik, Körperarbeit
<i>hwal yong</i>	Anwendung

Techniken

<i>Deonjigi/tugi</i>	Wurf
<i>kkyeok gi</i>	Hebel
<i>jireugi</i>	Fauststoß
<i>chigi</i>	Schlag
<i>tulki</i>	Stich
<i>gwon Tu</i>	Boxen
<i>chagi</i>	Fußtritt
<i>jaggi</i>	Griff
<i>joreugi</i>	Würgen
<i>Jwida</i>	Klammern

<i>jiab</i>	Vitalpunkt(technik)
<i>bangeo/makgi</i>	Verteidigung
<i>kongyeok</i>	Angriff
<i>kiap</i>	Energieausstoß („Kampfschrei“)
<i>kihap</i>	Energieaufnahme

Bewegungs- und Richtungsangaben

<i>an</i>	innen
<i>ap</i>	vorne
<i>yeop</i>	Seite
<i>dwi</i>	hinten
<i>bakkat</i>	außen
<i>hadan</i>	untere Stufe
<i>jungdan</i>	mittlere Stufe
<i>sangdan</i>	obere Stufe
<i>nepo</i>	unterhalb (von innen)
<i>oepo</i>	oberhalb (von außen)
<i>dubon</i>	doppelt (hanbon = einfach, sebon = dreifach)
<i>bandae</i>	umgekehrt
<i>biteureo</i>	gewunden, schräg
<i>dollyeo</i>	gedreht
<i>wonhyeong</i>	kreisen
<i>ttwimyeo</i>	Sprung
<i>olligi</i>	Schwung
<i>gyocha</i>	kreuzen
<i>jayu</i>	frei
<i>yaksok</i>	festgelegt

Fußstellungen

<i>jase</i>	Körperhaltung
<i>moa jase</i>	Geschlossene Stellung
<i>naranhi jase</i>	Parallel-Stellung
<i>gima jase</i>	doppelte Schulterbreite
<i>jeongul jase</i>	Vorwärts-Stellung



Hapkido – Trainingsvokabeln

	(Gewichtsverteilung: 50 % hinten / 50 % vorne)
<i>hugul jase</i>	Rückwärts-Stellung (60 % hinten / 40 % vorne)
<i>kongyeok jase</i>	offensive Stellung (50 % hinten / 50 % vorne)
<i>dwitpal jase</i>	Hinterbein-Stellung (90 % hinten / 10 % vorne)

III. Zahlen

Koreanisch

<i>kong</i>	null	<i>yeoseot</i>	sechs
<i>hana</i>	eins	<i>ilgop</i>	sieben
<i>dul</i>	zwei	<i>yeodeol</i>	acht
<i>set</i>	drei	<i>ahop</i>	neun
<i>net</i>	vier	<i>yeol</i>	zehn
<i>daseot</i>	fünf		

zusätzlich für den 2. Geub (Braungurt):

IV. Körper

Allgemein

<i>mom</i>	Körper
<i>momtong</i>	Rumpf
<i>heori</i>	Hüfte
<i>meori</i>	Kopf
<i>mok</i>	Hals
<i>danjeon</i>	Zentrum der Energie (Unterbauch)

Arm- und Handflächen

<i>pal</i>	Arm
<i>palmok</i>	Unterarm
<i>palkup</i>	Ellenbogen

<i>son</i>	Hand
<i>sonmok</i>	Handgelenk
<i>sudo</i>	Handkante (außen)
<i>yoksudo</i>	Handkante (innen)
<i>changgwon</i>	Handballen

<i>pyongsu</i>	flache Hand
<i>kwansu</i>	Fingerspitzen

<i>gwon</i>	Faust
<i>jeonggwon</i>	Faustvorderseite
<i>riggwon</i>	Faustrücken
<i>yuggwon</i>	Faustunterseite

Bein- und Fußflächen

<i>dari</i>	Bein
<i>mureup</i>	Knie
<i>bal</i>	Fuß
<i>ap gumchi</i>	Fußballen
<i>dwi gumchi</i>	Ferse

V. Kampfkommandos

<i>jayu-daeryon</i>	Freikampf
<i>sijak</i>	anfangen
<i>gallyeo</i>	trennen, unterbrechen
<i>gyesok</i>	weiter kämpfen
<i>geuman</i>	Kampfende
<i>hong song</i>	Sieg rot
<i>baek song</i>	Sieg weiß
<i>be kim</i>	Unentschieden

Hapkido – Trainingsvokabeln



VI. Waffen

Eigene Anmerkungen

<i>mugi</i>	Waffe
<i>Kal (geom)</i>	Messer
<i>danbong</i>	Kurzstock
<i>jungbong</i>	mittellanger Stock
<i>jangbong</i>	Langstock
<i>jipangi</i>	Spazierstock
<i>junggeom</i>	mittellanges Schwert
<i>janggeom</i>	Langschwert
<i>buchae</i>	Fächer
<i>pobak sul</i>	Fesseltechnik mit Gürtel oder Seil
<i>gwon chongpo</i>	Pistole

Hinweise zur Aussprache

Die Umschriftung versucht die Aussprache der Hangeul bestmöglich in lateinischen Buchstaben wiederzugeben und orientiert sich dabei zumeist an der englischen Aussprache. Hier einige wichtige Regeln mit deutschen Aussprachebeispielen:

eu (z. B. hangeul) wie in gehen

eo (z. B. seogi) wie in offen

ch (z. B. chagi) wie in **tsch**üss

j (z. B. junbi) wie in **Dsch**ungel

y (z. B. yeop) wie in **Juli**

oe (z. B. oepo) wie in **Ö**kologie

ae (z. B. dae) wie in **Ä**gypten

s (z. B. sul) wie **Soße**, **Essen** („scharfes S“)

si (z. B. hosin-sul) wie in **S**hinken