

Fédération Française de TAEKWONDO et disciplines associées

LES TERMES UTILISES - "OFFICIEL"

Tchaliot	"Garde à vous"	Orun tchouk	A droite
Kyongnye	"Saluez"	Ann ja	Assis
Tchoumbi	Position de départ	Ja ouhyangou	1/4 tour pour faire face
Shijak	Commencez	Dobok	Tenue
Keuman	Arrêtez	Ti	Ceinture
Chwio	Repos	Dojang	Salle d'entraînement
Baro	Revenez	Hogou	Plastron
Dwiro Dora	Demi-tour	Kyo sa nim	Assistant, instructeur
Dora	Tournez	Sa beum nim	Maître
Balbakosso	Changez de côté / de garde	Poumse	Forme
Dwiro Moulo namien so	En reculant	Kihap	Cri
Apeuro Nagamienso	En avançant	Kibon	Base
Jésari	Sur place	Kyorugui	Combat
Youdanja	Pratiquant Ceinture Noire	Kitcho	Base primaire
Youkeup ja	Pratiquant avant la Ceinture Noire	Dan	Niveau à partir de la Ceinture Noire
Wen tchouk	A gauche	Keup	Niveau avant la Ceinture Noire

LES MEMBRES et PARTIES du CORPS UTILISES

Joumok	Le poing	Bal	Le pied
Deung joumok	Revers du poing	Ap tchouk	Le Bol du pied (<i>dessous des métatarsiens</i>)
Me joumok	Marteau du poing	Dwitt tchouk	Le talon
Sonn	La main	Balnal	Le tranchant externe du pied
Sonn mok	Le poignet	Balnal deung	Le tranchant interne du pied
Sonnal	Tranchant de la main	Baldeung	Le dessus du pied
Sonnal deung	Tranchant de la main côté pouce	Balpadak	La plante du pied
Pyon sonn keut	L'extrémité des doigts	Moureup	Le genou
Batangsonn	La paume	Han bal	Un pied
A gui sonn	La palme de la main	Han Goreum	Un pas
Pal	Le bras	Han Goreum ban	Un pas et demi
Palkoup	Le coude	Dwitt koumtchi	Talon d'Achille
Palmok	Tranchant de l'avant bras (<i>côté radius</i>)	Balnal dwitt tchouk	Tranchant du talon (<i>côté calcanéum</i>)
Bakkat palmok	Tranchant de l'avant bras (<i>côté cubitus</i>)	Bal keut	Extrémité du pied (<i>phalanges</i>)

LES CHIFFRES

Hana : 1	Yeul : 10	Il : 1^{er}	Il chip : 10^{ème}
Doul : 2	Seumoul : 20	Yi : 2^{ème}	Yi chip : 20^{ème}
Set : 3	Seureun : 30	Sam : 3^{ème}	Sam chip : 30^{ème}
Net : 4	Maheun : 40	Sa : 4^{ème}	Sa chip : 40^{ème}
Dasot : 5	Chui-eun : 50	Oh : 5^{ème}	Oh chip : 50^{ème}
Yosot : 6	Esseun : 60	Youk : 6^{ème}	Youk chip : 60^{ème}
Ilgop : 7	Ireun : 70	Tchil : 7^{ème}	Tchil chip : 70^{ème}
Yeudol : 8	Yeudeun : 80	Pal : 8^{ème}	Pal chip : 80^{ème}
Ahop : 9	Aheun : 90	Gou : 9^{ème}	Gou chip : 90^{ème}
	Beck : 100	Chip : 10^{ème}	Back beun jae : 100^{ème}