

КРАТКИЙ СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ ТХЭКВОНДО (ВТФ)

Общие команды

- *сабом ним* - мастер, учитель
- *ки*-энергия
- *кибон*-базовый
- *дончжак*-движения
- *часэ*- стойки
- *кисул*-техника
- *маё* - построились
- *чарёт* - смирно
- *кённэ* - поклон
- *чунби* - приготовиться
- *сичак* - начали
- *кальо* - остановились
- *кэсок* - продолжили
- *кыман, баро* – стоп, закончили
- *цёт*- вольно
- *хэчо* - разошлись
- *гё дэ* - смена
- *тиро дора* - разворот на 180⁰
- *добок* - форма
- *ти*- пояс
- *хогу*-протектор (жилет)
- *додянг* - место занятий
- *керуги* – бой
- *ханбон*-один шаг
- *кьок па* - разбивание предметов
- *пхумсэ* – формальный комплекс упражнений
- *тэгук*-«высший предел», название ученических пхумсэ
- *кёнго* - предупреждение
- *гамджом* - штрафное очко
- *хосинсуль*- самооборона
- *кихап* - выкрик
- *чон* - синий
- *хон* - красный
- *дан* - мастерская степень
- *лум* - детская мастерская степень
- *гып* – ученическая степень

Ударные части тела

- *ап джумок* - передняя часть кулака
- *тын джумок* - тыльная часть кулака
- *палькуп* - локоть
- *пальмок* - предплечье
- *сонналь* - ребро ладони
- *сонкут* - кончики пальцев
- *ап чук* - передняя часть подошвы стопы
- *двит чук* - пятка
- *бальналь* - ребро стопы
- *бальбадан* – внутренняя часть стопы
- *бальдан* – подъем стопы
- *батансон* – ладонь
- *муруп* - колено
- *батансон* - открытая ладонь
- *пьон джумок* - «плоский» кулак

Основные стойки

- *коа соги*-передняя «скрещенная» стойка
- *ап куби*- передняя длинная стойка
- *ап соги*- передняя короткая стойка
- *бом соги*- стойка тигра
- *нارانхи соги*- параллельная стойка (короткая)
- *пёнхи соги*- свободная стойка (короткая)
- *чучум соги*- параллельная стойка (всадника)
- *двит куби*- задняя длинная стойка

Уровень и направление ударов и блоков

- *ольгуль* - верхний (лицо, шея)
- *момтом* - средний (грудь, живот)
- *арэ* - нижний (низ живота)
- *ап* - вперед
- *йоп* - в сторону
- *двит* - назад
- *нэрё* – вниз
- *вен* - левый
- *орун* - правый

Защита

- *макки* - блок
- *хэчо* – разводящий
- *гави макки*- блок «ножницы»
- *отгоро* - скрестный
- *дэби* – двойной
- *хан*- одной конечностью
- *ян*- двумя конечностями
- *ан* - снаружи (внутри)
- *бакат* - изнутри (наружу)
- *годуро макки* –усиленный блок
- *нулло макки*- блок основанием ладони сверху вниз
- *сантуль макки*- блок в форме «горы»

Основные удары

- *хируги* - удар кулаком
- *ток чиги*-удар открытой ладонью
- *сонналь мок чиги*- рубящий удар ребром ладони в область шеи
- *меджумок*- кулак-молот
- *баро* - разноименной рукой
- *бандэ* - одноименной рукой
- *чиги* - рубящий удар рукой
- *чаги* - удар ногой
- *ап оллиги*- мах ногой вперед
- *дольо чаги* - хлесткий удар по окружности
- *хурё чаги* - хлесткий обратный удар
- *миро чаги* - толчковый удар стопой
- *ти хуриги, момдольо чаги*- хлесткий обратный удар ногой по окружности с разворотом на 360 гр.
- *бандэ дольо чаги*- обратный удар прямой ногой по окружности с разворотом на 360 гр.
- *двит чаги* - проникающий удар ногой назад
- *двидора йоп чаги*- боковой удар ногой с разворота
- *твио чаги* - удар ногой в прыжке
- *сэво ан чаги* - сметающий удар стопой снаружи внутрь
- *тубальдан сон дольо чаги* – «двойка» ногами
- *сонгут хируги*- удар кончиками пальцев
- *тын джумок хируги*- удар перевернутым кулаком
- *сонналь чиги* - удар ребром ладони
- *тон дольо чаги*- хлесткий удар по окружности с разворота

Числительные

Количественные (Сколько?)		Порядковые (Какой?)
<i>Хана</i>	1	<i>Иль</i>
<i>Туль</i>	2	<i>И</i>
<i>Сэт</i>	3	<i>Сам</i>
<i>Нэт</i>	4	<i>Са</i>
<i>Дасот</i>	5	<i>О</i>
<i>Ёсот</i>	6	<i>Юк</i>
<i>Ильгон</i>	7	<i>Чиль</i>
<i>Ёдоль</i>	8	<i>Пхаль</i>
<i>Ахон</i>	9	<i>Ку</i>
<i>Ёль</i>	10	<i>Сип</i>