

THEORIEFRAGEN FÜR KUP PRÜFUNGEN

(Antworten ausgearbeitet von D. Arzberger)

	10. KUP-GELB	
1	Was ist ein Kupi?	Stellung
2	Was ist ein Makki?	Block
3	Was ist ein Chagi?	Tritt, Schlag
4	Beschreibe eine Grundstellung?	Wie stehen die Füße; Knie beugen, strecken; Gewichtsverlagerung;
5	Beschreibe eine Grundtechnik	Pandal Chagi - Knie heben; Standfuss drehen; Welcher Teil des Fusses trifft (Rist);...
6	Was heißt Taekwondo?	Der Weg des Fuss und Faust-Kampfes; Tae-Fuss; Kwon-Faust; Do-Geist
7	Verhaltensregeln im Dojang?	Verbeugen; Disziplin; Das Beste geben;
8	Woher kommt Taekwondo?	Korea
9	Was für eine Farbe hat dieser Gürtel?	Gelb
10	Warum machst du Taekwondo?	(selber überlegen ?)
	9. KUP-GELB	
1	Zähle Grundfusstechiken koreanisch auf?	Ab- Pandal- Yop- Dwit-Chagi
2	Zähle Grundstellungen koreanisch auf?	Ab- Juchum-Sogi, Ab- Dwit-Kupi
3	Zähle die Grundblocks koreanisch auf?	Arae- Momtong- Olgul-Makki
4	koreanisch: vorne; seitlich; hinten?	Vorne-Ab; Seitlich-Yop; Hinten-Dwit
5	koreanisch: oben; mitte; unten?	Oben-Olgul; Mitte-Momtong; Unten-Arae
6	Symbolik des weißen Anzuges?	Weiß drückt moralische Reinheit aus
7	Wie heißen die Schülergrade?	Kup
8	Zähle von 1-10 auf koreanisch?	Hana(1);Tul(2);Set(3),Net(4);Dasot(5,);Yosot(6);Ilgop;(7)Yodol(8); Ahop(9);Yol(10)
9	Wie alt ist Taekwondo?	ca. 2000 Jahre
	8. KUP-GRÜN	
1	Wie heißt deine Pflichtform?	Taeguk Il-Jang
2	Die philosophische Bedeutung deiner Pflichtform?	Himmel und Licht
3	Die Techniken deiner Pflichtform?	Absogi-kupi; Abchagi; Arae- Momtong-Olgulmakki; Jirugi
4	Was ist eine Taeguk?	Poomse – Kampf gegen einen imaginären Gegener; Tae=Größe/Guk=Ewigkeit(aus der chines. Schrift übersetzt); die 8 Grundformen(Poomsen) werden mit Taeguk bezeichnet um ihre Bedeutung zu unterstreichen; Taeguk steht eigentlich für den Ursprung des Seins
5	Wem gilt die Verbeugung am Beginn der Poomse?	Kampfrichter, Trainer, Prüfer
6	Erkläre den Handkantenblock und die koreanische Bezeichnung dazu?	Sonnal-...-Makki
7	Beschreibe die Stellung dwitkupi?	Gew.Vert.:70% h. 30% v.; h.Knie abwinkeln; Füße im rechten Winkel;.....
8	Was heißt „Bandae“? - Beispiel einer Technikausführung	Gleich (re. Hand – re. Fuss)
9	Was heißt „Baro“? - Beispiel einer Technikausführung	Gegengleich (li. Hand – re. Fuss)
10	Wie sieht das Diagramm der 1. Form aus?	

	7. KUP-GRÜN	
1	Wie heißt deine Pflichtform	Taeguk I-Jang
2	Die philosophische Bedeutung deiner Pflichtform?	Frohsinn und Fröhlichkeit
3	Die Techniken deiner Pflichtform?	Absogi-kupi; Abchagi; Arae- Momtong-Olgulmakki; Jirugi
4	Was heißt „An“? - Beispiel einer Technikausführung	Von außen nach innen (einwärts); z.B.: An-Momtong-Makki
5	Was heißt „Bakkat“? - Beispiel einer Technikausführung	Von innen nach außen (auswärts); z.B.: Bakkat-Momtong-Makki
6	Beschreibe den Rückwärtsfusstritt und die koreanische Bezeichnung dazu?	Dwit-Chagi; Über Rücken eindrehen; Ferse sieht zum Gegner; Blick (wichtig); Ferse höchster Punkt
7	Erkläre den Ap chagi?	1. Knie hoch; Mit Fussballen treten; Fuss nicht fallen lassen sondern wieder zurückziehen und abstellen - Schnaptritt
8	Kriterien die bei der Ausführung einer Poomse zu beachten sind?	Blick; Kraft; Stellung und Technik zugleich; Kihap; Flüssiger Ablauf
9	Welche philosophische Lehren liegen dem Taekwondo zu Grunde?	Disziplin; Selbstvertrauen; Toleranz; Achtung vor anderen Menschen; bis an die Grenzen gehen
10	Wie sieht das Diagramm der 2. Form aus?	
	6. KUP-BLAU	
1	Wie heißt deine Pflichtform?	Taeguk Sam-Jang
2	Die philosophische Bedeutung deiner Pflichtform?	Feuer
3	Die Techniken deiner Pflichtform?	Absogi-kupi; Dwit-Kupi; Abchagi; Arae- Momtong-Olgulmakki; Jirugi; Sonnal- Mok-chigi; Sonnal-Momtong-Makki
4	Wann entstand der Name „Taekwondo“?	1954 - höchste Dan-Träger einigen sich auf „Taekwondo“; 1956 – die drei größten Schulen akzeptieren die Bezeichnung „Taekwondo“; 1965 – Änderung des Namens von Taesoodo in Taekwondo; 1973 – Gründung des des WTF (Welt-Taekwondo-Verbandes); 1976 – Anerkennung von Taekwondo durch das International Military Sports Council (CISM); 1980 – Anerkennung von Taekwondo durch das Internationale Olympische Komitee (IOC)
5	Welche Namen hatten die Vorgänger?	Taesoodo; Tangsoodo; Soobakdo; Subak; Kwonbop; Taekyon
6	Erkläre den Dollyo-Cagi?	Ähnlich dem Pandal-Chagi nur wird auf den Kopf getreten (Fussballen trifft)
7	Erkläre den Yop-Cagi?	Seitlicher Tritt – Knie hoch; Standfuss Richtung Gegner drehen; beim Tritt ist Ferse höchster Punkt
8	Erkläre den dubon Jirugie?	Dubon=zweifach/Jirugie=Fauststoss d.h: der Jirugie wird schnell zweimal hintereinander ausgeführt
9	Wie schaut das Diagramm der 3. Form aus?	
10	Woraus besteht die Wettkampfausrüstung?	Kampfweste(Hogu); Kopfschutz(Mori-bohogu); Unterarmschützer (Pal-dari-bohodae); Tiefschutz(Satbodae); Schienbeinschützer(Pal-dari-bohodae); evtl. Mund- Ristschutz
11	Aufbau der Wettkampffläche?	12x12 m; an drei Ecken sind Punktrichter; 1 m innerhalb optische Alarmlinie
12	Wie heißt die Schutzweste?	Hogu
	5. KUP-BLAU	
1	Wie heißt deine Pflichtform?	Taeguk Sa-Jang
2	Die philosophische Bedeutung deiner Pflichtform?	Donner und Blitz
3	Die Techniken deiner Pflichtform?	Dwit-Abkupi; Nullo-Sonnal-momtong-makki; Ab-Yopchagi; Pyonsonkut-sewo-jirugie; An-Bakkat-momtong-makki; Jirugie; Jebipum-mok-chigi; Absogi
4	Wie schaut das Diagramm der 4. Form aus?	

5	Zähle die koreanischen Kommandos im Wettkampf auf?	Charyot-Achtungsstellung; Kyongye-Verbeugung(Gruß); Junbi-Kampfstellung; Sijak-Start; Kallyo-Trennen; Keysok-Weiterkämpfen; Tscha-u-jang-u-Drehen; Kyonggo -Verwarnung; Geshi-Zeitstopp auf 1 Minute begrenzt(mit gekreuzten Zeigefingern); Sigan-Zeitstopp auf unbegrenzte Zeit(mit horizontal ausgesteckten Zeigefingern); Hong song-Sieg Rot; Chong song-Sieg Blau; Gam jum-1 Minuspunkt; Il Hoe-jon-1.Runde; I Hoe-jon-2.Runde; Sam Hoe-jon-3.Runde; Kuman-Stopp/Ende
6	Leichte Verfehlungen, Handlungen im Wettkampf	Kyonggo go(0,5 Minuspunkte)-Übertreten der Grenzlinie, Fallenlassen, zukehren des Rückens, greifen bzw. halten des Gegners, stoßen bzw. schieben des Gegners, Verletzung vortäuschen, Angriffe mit dem Knie, Tiefschläge, Schläge auf die Füße bzw. Kopf/ Gesicht mit Faust oder Hand, Unerlaubte Kampfunterbrechung durch Kämpfer oder Trainer, Sich dem Kampf entziehen(Inaktivität)
7	Schwere Verfehlungen, Handlungen im Wettkampf	Gam Jum(1 Minuspunkt)-Werfen des Gegners, Absichtlicher Angriff auf den gefallenen Gegner, Absichtlicher Kopfstoss mit der Faust, Unsportliches Verhalten von Kämpfer oder Trainer(besonders verbale Attacken!)
8	Wie wird der Sieger im Wettkampf ermittelt?	Wer im Kampf mehr Punkte(Treffer) erzielt ist Sieger-bei Punktegleichheit entscheidet der Kampfrichter wer seiner Meinung nach der bessere Kämpfer ist
9	Beschreibe die Technik Pyonsonkut-sewo-jirugie	Fingerstich in Solarplexus-Daumenseite schaut nach oben(bei 3. Kombination die letzte Technik)
10	Auf was ist beim Bruchtest (Koyokpa) zu achten?	Kraft; Saubere Ausführung der Technik; Auf einen Punkt hinter dem Brett konzentrieren; Kihap; Kontrolle von Distanz und Winkel
	4. KUP-BRAUN	
1	Wie heißt deine Pflichtform?	Taeguk Oh-Jang
2	Die philosophische Bedeutung deiner Pflichtform?	Wind
3	Die Techniken deiner Pflichtform?	Stellungen: Apkubi, Absogi, Dwitkubi, Dwit-kkoasogi Techniken: Ap-chagi, Yop-chagi, Arae-makki, Mejumok-naeryo-chigi, Momtong-makki, Dungjumok-apchigi, Han-sonnal-momtong-makki, Palgup-momtong-dollyo-chigi, Olgul-makki, Palgup-momtong-pyojok-chig
4	Wie schaut das Diagramm der 5. Form aus?	
5	Auf koreanisch rot/blau	Rot=Hong; Blau=Chong
6	Auf koreanisch links/rechts	Rechts=Oren; Links=Oen
7	Was ist ein Poom?	Eine Bewegungsform (kann aus mehreren Donjak bestehen)
8	Was ist ein Donjak?	Eine einzelne Bewegung bzw. Technik
9	Beschreibe den Millo Cagi	MilloChagi=Schubtritt; Knie so weit wie möglich an den Körper bringen, dann das Bein nach vorne, wenn man den Gegner spürt mit aller Kraft wegdrücken
10	Wie heißt eine Sprungtechnik?	Sprungtechnik=Twio-Chagi(Tritt im Sprung) z.B.: Twio-Ab-Chagi
	3. KUP-BRAUN	
1	Wie heißt deine Pflichtform?	Taeguk Yuk-Jang
2	Die philosophische Bedeutung deiner Pflichtform?	Wasser
3	Die Techniken deiner Pflichtform?	Stellungen: Naranhi-sogi, Apkubi, Dwitkubi Techniken: Apchagi, Yopchagi, Dollyo-chagi, Arae-makki, Momtong-bakkat-makki, Han-sonnal-bituro-makki, Olgul-bakkat-makki, Momtong-baro-(bandae)-jirugi, Arae-hechyo-makki, Sonnal-momtong-makki, Batangson-momtong-makki
4	Wie schaut das Diagramm der 5. Form aus?	
5	Bei einer Poomse alle Techniken bezeichnen!	Siehe alle Taeguk!

6	Beschreibe die Technik Biturio Makki!	Körperverdrehter Block-z.B.Han-sonnal-bituro-makki (bei Taeguk Yuk-Jang beim ersten vorgehen)
7	Unterschied zwischen Bandae Cagi und Dollyo Cagi	BandaeChagi Knie gerade hoch, letztes Drittel erst eindrehen, Rrst trifft; DollyoChagi-Drehtritt (Ziel-Kopf) kreisförmige Drehbewegung, Fussballen trifft
8	Wie hießen die Vorgänger des TKD?	Taesoodo; Tangsoodo; Soobakdo; Subak; Kwonbop; Taekyon
	2. KUP-ROT	
1	Wie heißt deine Pflichtform?	Taeguk Chil Jang
2	Die philosophische Bedeutung deiner Pflichtform?	Berg
3	Die Techniken deiner Pflichtform?	
4	Wie schaut das Diagramm der 7. Form aus?	
5	Beschreibe die Technik Momdolly Chagi?	Mom = Vorwärtskörperdrehung, Dolly = Halbkreisförmig
	1. KUP-ROT	
1	Wie heißt deine Pflichtform?	Taeguk Pal Jang
2	Die philosophische Bedeutung deiner Pflichtform?	Erde
3	Die Techniken deiner Pflichtform?	
4	Wie schaut das Diagramm der 8. Form aus?	

[«« zurück](#)