

## Mögliche Prüfungsfragen

(Zusammengestellt von Patricia Twachtmann)

### Was heißt Tae-kwon-do?

Tae            Springen, mit dem Fuß schlagen (steht für alle Fußtechniken)  
Kwon         Faust (steht für alle Handtechniken)  
Do            Weg, Lehre (kennzeichnet den körperlichen/geistigen Reifeprozess)

### Nenne den Text des Notwehr-Paragraphen!

Notwehr ist diejenige Verteidigung, die notwendig (Angemessenheit) ist, um einen rechtswidrigen, gegenwärtigen Angriff von sich oder einem anderen abzuwehren.

### Was ist eine Hebeltechnik?

Eine Hebeltechnik ist das gezielte Überstrecken von Gelenken über den funktionellen Bewegungsspielraum hinaus, unter Berücksichtigung der besseren mechanischen Kräfteverhältnisse; mit dem Sinn, dem Gegner Schmerzen zuzufügen.

### Wie groß ist die Wettkampffläche?

12 x 12 m

### Wie groß ist die Kampffläche?

8 x 8 m

### Woher kommt TKD?

Aus Korea

### Wie heißt das Hauptquartier des TKD?

Kukkiwon

### Wie heißt die Hauptstadt von Südkorea?

Seoul

### Wie heißt die Hauptstadt von Nordkorea?

Pyong Yang

**Wie heißt der Präsident?**

Kim Un Yong

**Wer brachte 1965 TKD nach Deutschland?**

General Choi Hong Hi

**Wer brachte den Glauben nach Korea?**

Won Hyo brachte in der Silla-Dynastie (686 n. Chr.) den Buddhismus nach Korea.

**Ab welchen Dan ist man in Korea ein Lehrer?**

Ab dem 4. Dan

**Ab welchen Dan ist man Großmeister?**

Ab dem 4. Dan - IBF

Ab dem 5. Dan - WTF

**Nenne 5 Taekwondo-Verbände!**

WTF - World Taekwondo Federation

ITF - International Taekwondo Federation

IBF - International Budo Federation

EBF - European Budo Federation

DTU - Deutsche Taekwondo Union

**Wieviel Dan - Grade gibt es?**

Es gibt 10 Dan - Grade

**Wieviel Kup - Grade gibt es?**

Es gibt 10 Kup - Grade

**Wie heißt die koreanische Flagge und wie kann man sie noch nennen?**

Taeguk oder Taeguk-gi

**Wo ist der Trainingsraum und wie heißt er auf koreanisch?**

Der Trainingsraum ist überall da wo ich Taekwondo trainiere. Er heißt Dojang.

### **Wieviele Hyongs gibt es und wofür stehen sie?**

Es gibt 24 Hyongs. Für jede Stunde des Tages steht eine Hyong.

### **Was heißt Sieger auf koreanisch?**

Song

### **Wie heißen die Farben rot, blau und weiß auf koreanisch?**

rot - hong  
blau - chong  
weiß - bek

### **Welche Gürtelfarben gibt es und erkläre sie?**

weiß	Farbe der Reinheit
gelb	Samen wird eingepflanzt; Keimling
grün	Stengel wächst; Pflanze bekommt Blätter
blau	Pflanze wächst zum Himmel
rot	Pflanze bekommt Blüte; steht auch für Gefahr
schwarz	Vollendung; kann andere lehren; Meistergrad

### **Welche Schutzausrüstung ist bei einem Kampf zwingend vorgeschrieben?**

Handschutz  
Fußschutz  
Unterleibsschutz

### **Wieviele Punkte muß man haben bevor man disqualifiziert wird?**

2,5 Minuspunkte

### **Die Zusammensetzung des Kampfgericht (Freikampf) besteht mindestens aus?**

1 Hauptkampfrichter  
1 Kampfleiter  
2 oder 4 Seitenrichtern  
1 Zeitnehmer  
1 Schriftführer

### **Wie wird der Wettkampf durchgeführt?**

Im PUNKT STOP Verfahren

### **Wer hat den Kampf gewonnen?**

1. Gewonnen hat, wer am Ende der Kampfzeit und nach Abzug der Minuspunkte, die meisten Punkte erzielt hat.
2. Gewonnen hat, wer - ohne die Minuspunkte zu berücksichtigen - 5 Punkte Vorsprung hat. Technisches K.O.

### **Wie wird die Ausführung einer Technik im Semikontakt definiert?**

1. Die Intensität der Technik darf keine Verletzung zur Folge haben.
2. Eine leichte Hautrötung darf entstehen.
3. Die Technik muß so kontrolliert sein, das sie sich nur auf die Polsterung der Schutzausrüstung beschränkt.

### **Nenne die erlaubten Trefferzonen!**

<u>untere Stufe</u>	beschränkt sich auf den Fußschutz
<u>mittlere Stufe</u>	ist die Vorderseite des Rumpfes, zwischen Gürtellinie und Schulterlinie und zwischen Achselhöhle und Gürtellinie.
<u>obere Stufe</u>	ist das Gesicht mit der seitlichen Begrenzung des Ohransatzes.

### **Wofür bekommt man eine Verwarnung?**

Angriff zum Rücken, Wirbelsäule, Kehlkopf, Hinterkopf (ohne Kontakt)  
 Angriff unterhalb der Gürtellinie (ohne Kontakt)  
 Rücken zudrehen  
 Umklammern  
 Passivität  
 Kampfflucht

### **Wofür bekommt man einen Minuspunkt?**

Treffer zum Rücken, Wirbelsäule, Kehlkopf, Hinterkopf  
 Treffer unterhalb der Gürtellinie  
 Nachschlagen nach dem Stoppkommando  
 Angreifen eines am Boden liegenden Gegners  
 alle Aktionen die bereits mit einer Verwarnung geahndet wurden

### **Wofür gibt es zwei Minuspunkte?**

Nachschlagen nach dem Stoppkommando, mit anschließender Aktion die einen Minuspunkt zur Folge hat.

### **Wann wird man disqualifiziert? ( diese Entscheidung trifft der Kampfleiter alleine)**

Bei der insgesamt dritten Minuswertung  
 Voller Kontakt  
 K.O. oder Niederschlag  
 Tragen von Schmuck  
 Konsum von Alkohol oder Drogen  
 Antreten ohne korrekte Schutzausrüstung

Zu lange Zehennägel

Wiederholtes ignorieren von Kampfanweisungen

Nicht Antreten nach 1 Minute nach dem dritten Aufruf

Verlust der geistigen Einstellung der Kampfkünste (Do) und Verlust der Selbstbeherrschung

**Der Kampfleiter kann auch alleine einen Minuspunkt vergeben, wofür?**

Sprechen auf der Kampffläche

Inkorrekte Kleidung

Für die insgesamt dritte Verwarnung

**Nenne vier Wertungen für die es 1 Punkt, vier Wertungen für die es 2 Punkte und zwei Wertungen für die es 3 Punkte gibt!**

Handtechnik zur mittleren und zur oberen Stufe aus dem Stand 1 Punkt

Fußtechnik zur mittleren Stufe aus dem Stand 1 Punkt

Fußfeder von außen zu unteren Stufe 1 Punkt

Hineinlaufen in eine kontrollierte Technik 1 Punkt

Fußtechnik zur oberen Stufe aus dem Stand 2 Punkte

Handtechnik zur oberen Stufe aus dem Sprung 2 Punkte

Fußtechnik zur mittleren Stufe aus dem Sprung 2 Punkte

Fußfeder von außen mit einer Folgetechnik von einem Punkt 2 Punkte

Fußtechnik zur oberen Stufe aus dem Sprung 3 Punkte

Fußfeder von außen mit einer Folgetechnik von zwei Punkten 3 Punkte

**Nenne 3 Höhenstufen auf koreanisch!**

Hadan Chungdan Sangdan

**Wie heißen die ersten 10 Zahlen auf koreanisch?**

hana, dul, set, net, dasot, yosot, ilgob, yodol, ahob, yol

**Wie kann man die ersten 3 Zahlen noch nennen?**

il i sam

**Wie heißt die unbestimmte Stellung auf koreanisch?**

chuchum - sogi

**Nenne ein Glückssymbol der Koreaner!**

Schildkröte

### **Was ist der Unterschied zwischen taeriggi und chiruggi?**

taeriggi heißt schlagen

chiruggi heißt stoßen

### **Welche Staatsform hat Südkorea?**

Kapitalistisch

### **Welche Staatsform hat Nordkorea?**

Kommunistisch

### **Was ist eine Hyong?**

Eine Hyong ist ein vorgeschriebener Ablauf von aufeinanderfolgenden Abwehr- und Angriffstechniken, gegen einen imaginären Gegner. Die Hyong soll den Charakter eines Kampfes klar erkennen lassen.

### **Benötigt der Teilnehmer eines Wettkampfes einen Coach - und warum?**

Er benötigt einen Betreuer. Dieser hilft ihm beim Anlegen der Schutzausrüstung; er gibt halblauter Anweisungen während des Kampfes; er legt Protest beim Kampfleiter, bei einem Regelverstoß durch das Kampfgericht, ein; er kann den Kampf aufgeben, durch Werfen eines weißen Handtuches.

### **Warum machst du TKD?**

Um zu lernen, wie ich Schwächere und mich selbst, im Notfall verteidigen kann und um körperlich und geistig fit zu bleiben.