

Beispielfragen KUP-Prüfungen – Theorie

◆ **8. Kup**

Welche dieser Begriffe sind alte Namen für Taekwondo?

- O Taekyon O Taebaek O Subyokta O Paekche

Ordne die richtige Übersetzung zu!

- | | |
|-----------------|-------------|
| Faust | A Sonal |
| Handkante | B Jumok |
| Apchuk | C Gürtel |
| Kopfhöhe | D Myongchi |
| Orun | E Olgul |
| Ty | F links |
| | G rechts |
| | H Fußballen |

Warum ist der grüne Gürtel grün?

.....

.....

.....

.....

Geschichte des Taekwondo:

Wie hießen die Krieger, die in der Shilla-Zeit Taekwondo betrieben (deutsch+koreanisch)?

.....

◆ 7. Kup

Warum ist der grüne Gürtel grün?

.....

.....

.....

.....

Welche dieser Aktionen ist im Wettkampf (Kyorugi) verboten?

- O Angriff auf den zu Fall gekommenen Gegner
- O Faustschlag zum Gesicht des Gegners
- O Hinaussteigen aus der Kampffläche mit einem Fuß

Ordne die richtige Übersetzung zu!

- | | |
|-------------------------|----------------------|
| Sewo | A Twio |
| Gesprungen | B Jumok |
| Dollyo Chirugi | C Kampfschrei |
| Kihap | D Einschrittkampf |
| Rückwärtsstellung | E Dwit Kubi |
| Hanbon Kyorugi | F Viertelkreiskick |
| | G Viertelkreisschlag |
| | H Aufgestellt |

◆ **6. Kup**

Was bedeuten die Begriffe „Poom“ und „Dongjak“?

.....
.....

Kreuze die richtigen Aussagen an!

Taekwondo wird schon seit über 2000 Jahren ausgeübt. Es kommt ursprünglich aus Korea, das in Asien liegt, und wurde früher auch anders bezeichnet, unter anderem als Tangsoodo, Kwonbaek oder Taekyon.

Im Krieg zwischen den drei Königreichen Koguryo, Paekche und Shilla ging das Shilla-Reich als Sieger hervor. In dieser Zeit wurde Taekwondo vor allem von den Hwjang-Do, die auf Deutsch auch „Heilige Ritter“ genannt werden, weiter trainiert.

◆ **5. Kup**

Kreuze die richtigen Aussagen an!

Der Taekwondo-Landesverband in Niederösterreich heißt NÖTDV. Der Präsident ist Mag. Gunther Attapour.

Sowohl Poomsae als auch Kyorugi sind olympischen Disziplinen.

Nenne vier Regeln für das Verhalten im Trainingssaal!

.....
.....
.....
.....

◆ 4. Kup

Vervollständige die Tabelle:

Nummer der Poomsae	Name der Poomsae	Bedeutung der Poomsae
		Himmel und Licht
	Sa-Jang	

Wie groß ist der Abzug bei folgenden Aktionen in der Poomsae?

- Die zweite Poomsae wird mit Ap-Kubi Are Makki nach links begonnen.
- Während eines Ap-Chagi knickt das Standbein im Knie leicht ein.
- Die fünfte Poomsae wird mit Dwit Kkoa Sogi Dungjumok Ape Chigi beendet.
- Eine Technik wird ausgelassen.

◆ 3. Kup

Erkläre, was die „offene Stellung“ und die „geschlossene Stellung“ im Kyorugi sind!

.....
.....
.....
.....

Kreuze die richtigen Aussagen an!

Auf internationaler Ebene ist das von uns trainierte Taekwondo in der World Taekwondo Federation (WTF) organisiert. Auf nationaler Ebene gibt es den Österreichischen Taekwondo Verband (ÖTDV) sowie neun Landesverbände, für Niederösterreich den NÖTDV.

Das Gelernte darf grundsätzlich nicht verwendet werden, um andere zu verletzen. Nur zur Selbstverteidigung im Sinne der Notwehr darf man Blocktechniken einsetzen und angemessene Gegenwehr leisten. Das ist dann der Fall, wenn man einen gegenwärtigen oder unmittelbar drohenden Angriff vor allem auf das Leben oder die Gesundheit von sich selbst oder eines anderen abwehren muss.

Wenn bei einer Meisterschaft bei der Taeguk Yuk-Chang der Kihap nicht beim zweiten Dollyo-Chagi gemacht wird, so muss er am Ende der Form nachgeholt werden, ansonsten werden 0,6 Punkte abgezogen.

◆ 2. Kup

Gib die koreanische Bezeichnung an!

Solar Plexus

Überkreuzt

Handballen

Erkläre die Ausführung der Technik Oe Santul Makki so genau wie möglich!

.....
.....
.....
.....

◆ 1. Kup

Wie sollte ein Training aufgebaut sein?

.....
.....
.....
.....

Gib die koreanische Bezeichnung an!

Handkantenschlag zum Hals

Verwundener Kick zur Seite

Gesprungener Seitwärtskick

Handballenblock nach innen