

TAEKWONDO PRÜFUNGSORDNUNG

6. Koreanische Fachbegriffe



des
Ho-Sin-Sul Berlin e. V.

1. Auflage 2024

Impressum

Ho-Sin-Sul Berlin e. V. (VR.-Nr. 14178 Nz / Amtsgericht Berlin)

Anschrift: Postfach 40508, D-10063 Berlin

E-Mail: info@hosinsul.berlin

Herausgeber: Ho-Sin-Sul Berlin e. V.

Redaktion: Dirk-M. Follger, Hagen Trespe, Erik Barz

Endredaktion: Eva Follger, Dirk-M. Follger

Layout: Dirk-M. Follger

Grafiken: Dirk-M. Follger

Fotos: Arash Sharifi Ghahfarokhi

Die vorliegende überarbeitete Prüfungsordnung tritt am 01. Juni 2024 in Kraft.

Zur besseren Lesbarkeit wird in dieser Prüfungsordnung das generische Maskulinum verwendet.

Die verwendeten Personenbezeichnungen beziehen sich – sofern nicht anders kenntlich gemacht – auf alle Geschlechter.

Anregungen und Verbesserungsvorschläge aus dem Kreis der Benutzer sind stets willkommen und werden genau geprüft. Da wir jedoch nicht jeden Hinweis entsprechend berücksichtigen können, sprechen wir unseren Dank für jede Hilfe schon hier aus. Zu Auskünften sind wir selbstverständlich nach besten Kräften bereit.

Vorwort

Wir haben das 30-jährige Jubiläum unseres Vereins als Anlass genommen, um unsere Taekwondo-Prüfungsordnung nach 17 Jahren umfangreich zu aktualisieren und zu überarbeiten. Hierbei war es dem Autorenteam wichtig, dass sowohl das traditionelle als auch das moderne Taekwondo in dieser Prüfungsordnung gleichermaßen berücksichtigt werden. In Abgrenzung zu den meisten anderen Vereinen und Kampfsportschulen besteht bei uns die Wahl des Formen-Systems: Poomse oder Hyong. Diese Wahl beeinflusst jedoch nicht das Technik-Repertoire der Taekwondoin, da ihnen allen sowohl die Techniken der Poomse als auch die der Hyongs gelehrt werden. Ab dem 2. Kup werden die Formen des jeweils anderen Systems dann in Gänze gelaufen. Dadurch wollen wir nicht nur ein umfangreicheres Technik-Repertoire, sondern auch eine ganzheitlichere Sicht auf den Kampsport und die Kampfkunst Taekwondo vermitteln.

Die aktuellen Prüfungsordnungen der beiden großen deutschen Dachverbände DTU (Stand 14.05.2022) und ITF-Deutschland (Stand 01.08.2014) bilden den Rahmen unseres Regelwerks.

Diesen Rahmen konkretisieren wir mit den detaillierten Anforderungen aus der Prüfungsordnung der ITSO (International Taekwondo Selfdefence Organisation) – mit geforderten Handtechniken, Fußtechniken und -stellungen, Kombinationen und Theoriefragen, sowie umfangreichen Hintergründen rund um unseren Lieblingssport.

Inhaltsverzeichnis

6. Koreanische Fachbegriffe	1 - 22
6.1 Die koreanischen Zahlen	1 - 2
6.2 Grundbegriffe	3
6.3 Schülergrade - Graduierungen und Gürtelfarben	4
6.4 Meistergrade	5
6.5 Kommandos	6
6.6 Grundbegriffe der Techniken	7 - 8
6.7 Fußstellungen	9 - 10
6.8 Bewegungen	11 - 12
6.9 Trainingsinhalte, Disziplinen	13 - 14
6.10 Wettkampfbegriffe	15 - 16
6.11 Körperteile und Körperzonen	17 - 22
 7. Quellenverzeichnis	 23 - 27

6. Koreanische Fachbegriffe

6.1 Die koreanischen Zahlen

Bei Taekwondo Sportlern wird häufig die Meinung vertreten, dass die Grundzahlen *il, i, sam...* Ordnungszahlen seien. Jedoch werden in Korea für bestimmte Begriffe die koreanischen bzw. die sino-koreanischen Zahlen verwendet, als Beispiele sei hier die Uhrzeit (z.B. 7.00 Uhr = *chil-si-o-bun*) und das Geld (z.B. 6 wôn = *yuk wôn*) aufgeführt. Um die Ordnungszahlen der koreanischen Zahlenreihe zu bilden wird den Grundzahlen die Silbe „-jjae“ angehängen, z.B. *set-jjae, yôl-jjae* usw. Für die Bildung der sino-koreanischen Ordnungszahlen, wird der sino-koreanischen Zahlenreihe die Vorsilbe „je-“ vorangestellt, z.B. *je-sib, je-sam* usw. Einige Zahlen der koreanischen Zahlenreihe besitzen eine Kurzform, wenn sie mit Hauptwörtern zusammen benutzt werden, z.B. 1 = *hana...* und mit dem Hauptwort *sonnal* zusammen = *han-sonnal* oder 2 = *dul* mit dem Hauptwort *sonnal* zusammen = *du-sonnal* usw. Im Folgenden wird eine Liste der wichtigsten Zahlen (koreanisch und eingeschränkt sino-koreanisch) aufgeführt.

Sino-koreanisch – z. B. verwendet für die Nummerierung der Taeguk Formen

Grundzahlen:

♦	eins:	il
♦	zwei:	i
♦	drei:	sam
♦	vier:	sa
♦	fünf:	oh
♦	sechs:	yuk
♦	sieben:	chil
♦	acht:	pal
♦	neun:	ku
♦	zehn:	sib

Ordnungszahlen:

♦	erste/r:	je-il
♦	zweite/r:	je-i
♦	dritte/r:	je-sam
♦	vierte/r:	je-sa
♦	fünfte/r:	je-oh
♦	sechste/r:	je-yuk
♦	siebte/r:	je-chil
♦	achte/r:	je-pal
♦	neunte/r:	je-ku
♦	zehnte/r:	je-sib

6.1 Die koreanischen Zahlen

koreanisch – z. B. verwendet bei Wiederholungen von Techniken

Grundzahlen:

♦	eins:	hana
♦	zwei:	dul
♦	drei:	set
♦	vier:	net
♦	fünf:	dasot
♦	sechs:	yosot
♦	sieben:	ilgob
♦	acht:	yodul
♦	neun:	ahop
♦	zehn:	yol
♦	elf:	yol hana
♦	zwölf:	yol dul
♦	dreizehn:	yol set
♦	vierzehn:	yol net
♦	fünfzehn:	yol dasot
♦	sechzehn:	yol yosot
♦	siebzehn:	yol ilgob
♦	achtzehn:	yol yodul
♦	neunzehn:	yol ahop
♦	zwanzig:	sumul
♦	einundzwanzig:	sumul hana
♦	dreizig:	sorun
♦	einunddreizig:	sorun hana
♦	zweiunddreizig:	sorun dul

Ordnungszahlen:

♦	erste/r:	ch`ot-jjae
♦	zweite/r:	dul-jjae
♦	dritte/r:	set-jjae
♦	vierte/r:	net-jjae
♦	fünfte/r:	dasot-jjae
♦	sechste/r:	yosot-jjae
♦	siebte/r:	ilgob-jjae
♦	achte/r:	yodul-jjae
♦	neunte/r:	ahop-jjae
♦	zehnte/r:	yol-jjae
♦	vierzig:	mahun
♦	fünfzig:	swin
♦	sechzig:	yesun
♦	siebzig:	irhun
♦	achtzig:	yodun
♦	neunzig:	ahun
♦	ehnhundert:	baek
♦	eintausend:	cheon
♦	zehntausend:	man
♦	ehnhunderttausend:	simman
♦	einemillion:	baengman

6.2 Grundbegriffe

◆ Übungsraum, Trainingshalle:	Dojang
◆ Trainer, Meister, Lehrer:	Sabom
◆	Sabom-nim
◆	Sabom-nim-ke
◆ Meisterschüler/Schwarzgurt Anwarter:	Cho-dan –bo
◆ Schüler:	Jeja
◆ Anfänger:	Cho-bo-ja
◆ Taekwondo-Anzug:	Dobok
◆ Taekwondo-Jacke:	Sang-I
◆ Taekwondo-Hose:	Ha-I
◆ Taekwondo-Gürtel:	Ty/tei
◆ Sicherheitsausrüstung, Schutzweste:	Hogu
◆ Schutzausrüstung für Arme und Schienbeine:	Pal-dari-bohodae
◆ Kampfschrei:	Kihap

6.3 Schülergrade - Graduierungen und Gürtelfarben

6.3.1 Unterstufe / Cho-Kup

- ♦ 9. Kup: weißer Gürtel mit gelbem Streifen
- ♦ 8. Kup: gelber Gürtel
- ♦ 7. Kup: gelber Gürtel mit grünem Streifen
- ♦ 6. Kup: grüner Gürtel
- ♦ 5. Kup: grüner Gürtel mit blauem Streifen

6.3.2 Mittelstufe / Jung-Kup

- ♦ 4. Kup: blauer Gürtel
- ♦ 3. Kup: blauer Gürtel mit rotem Streifen

6.3.3 Oberstufe / Ko-Kup

- ♦ 2. Kup: roter Gürtel
- ♦ 1. Kup: roter Gürtel mit schwarzem Streifen

6.4 Meistergrade

Sabom (Kyosa) - Meisterschüler

◆	1. Dan:	Cho-Dan
◆	2. Dan:	Eh-Dan
◆	3. Dan:	Sam-Dan

Sabom-nim - Lehrmeister

◆	4. Dan:	Sa-Dan
◆	5. Dan:	Oh-Dan
◆	6. Dan:	Yuk-Dan

Sabom-nim-ke - Großmeister

◆	7. Dan:	Chil-Dan
◆	8. Dan:	Pal-Dan
◆	9. Dan:	Ku-Dan

6.5 Kommandos

♦	Achtung:	Charyot
♦	Grüßen:	Kyungje
♦	Ausgangsstellung einnehmen:	Chunbi
♦	Anfangen:	Sijak
♦	Trennen:	Kallyo
♦	Ende:	Guman
♦	Beinwechsel:	Palbako
♦	Ende der Übung:	Paro
♦	Umdrehen:	Tora
♦	Pause:	Cuy-oh
♦	Position im Sitzen:	Ahn-jo
♦	Verbeugen zum Trainer:	Sabom-nim-kyungie

6.6 Grundbegriffe der Techniken

◆ Stellung:	sogi
◆ Beugstellung:	gubi
◆ Abwehr, Block:	macki
◆ Stoß:	chirugi
◆ Stich:	jirugi
◆ Schlag:	chigi
◆ Tritt:	chagi
◆ von außen nach innen:	an
◆ von innen nach außen:	packat
◆ nach vorne gerichtet:	ape
◆ oben, nach oben:	olgul
◆ mitte, zur Mitte:	momtong
◆ unten, nach unten:	area

6.6 Grundbegriffe der Techniken

◆	links, nach links:	oen
◆	rechts, nach rechts:	orun
◆	gesprungen:	twio
◆	Gebirgstechnik:	kumgang
◆	vertikal:	sewo
◆	keilförmig:	heycho
◆	abwärtsgerichtet:	nullo
◆	doppelt:	dubon
◆	Gleitende Füße:	mikurumbal
◆	Bogenhand:	kolchyo
◆	von unten nach oben:	jechyoy
◆	U-Block:	digut-cha

6.7 Fußstellungen

♦ Achtungstellung:	moa-sogi
♦ kleine Parallelstellung:	pyonhi-sogi bzw. narani-sogi
♦ große Parallelstellung:	chumchum-sogi
♦ kleine Vorwärtsstellung:	ap-sogi
♦ große Vorwärtsstellung:	ap-gubi
♦ L- bzw. Rückwärtsbogenstellung:	düt-gubi
♦ niedrige Stellung:	nachuo-sogi
♦ Pferdesitzstellung:	kima-sogi
♦ Beugehaltung:	guburyo-sogi
♦ L-Fixstellung:	gojung-sogi
♦ Katzenstellung:	düt-pal-sogi
♦ (rückwärtige-) Überkreuzstellung:	koa-sogi
♦ (seitwärtige-) Überkreuzstellung:	yop-koa-sogi

6.7. Fußstellungen

- | | |
|------------------------------------|--------------|
| ◆ (vorwärtige-) Überkreuzstellung: | ap-koa-sogi |
| ◆ Tigerstellung: | bom-sogi |
| ◆ Kranichstellung: | hagdari-sogi |
| ◆ Vertikalstellung: | soojik-sogi |
| ◆ Diagonalstellung: | sansun-sogi |
| ◆ Hockerstellung: | oguryo-sogi |

6.8 Bewegungen

♦ vorn, vorwärts:	ap
♦ Seite, seitwärts:	yop
♦ nach hinten, rückwärts:	düt
♦ aufwärts:	ollyo bzw. opo
♦ abwärts:	naeryo bzw. nullo
♦ einwärts (nach innen):	an
♦ auswärts (nach außen):	packat
♦ gegenseitig:	paro
♦ gleichseitig:	pandae
♦ halbkreisförmig:	dollyo
♦ keilförmig:	hechyoy
♦ kreuzförmig:	otgoro
♦ schwalbenförmig, Oberkörper eingedreht:	jebibum

6.8 Bewegungen

- ♦ gedreht: momdollyo
- ♦ gesprungen: twio
- ♦ Rückseite: dung
- ♦ gleitende Füße: mikurumbal

6.9 Trainingsinhalte, Disziplinen

◆	Grundschule:	gibon donjak
◆	Ein-Schritt-Kampf:	ilbo-taeryon
◆	Zwei-Schritt-Kampf:	ibo-taeryon
◆	Drei-Schritt-Kampf:	sambo-taeryon
◆	Bewegungsformen:	poomse taeguk bzw. hyong
◆	Kampf:	kyorugi
◆	Selbstverteidigung:	ho-sin-sul
◆	Bruchtest:	kyekpa
◆	Theorie:	ilon
◆	Partnerübung, Sparring, Kampf:	taeryon
◆	Trainieren, freies Training, Übung:	tallyon
◆	Kampftraining:	yaksok-taeryon
◆	Handtechniken:	kwon-sul

6.9 Trainingsinhalte, Disziplinen

- ◆ Fußtechniken: tae-sul
- ◆ Fußstellungen: tae-sogi
- ◆ Formen: tul
- ◆ Fallschule: nak-bop

6.10 Wettkampfbegriffe

♦	sich lockern, bequem machen:	baro
♦	Wechsel:	batguo
♦	Unentscheiden:	bigim
♦	Achtung!:	charyot
♦	Kämpfer mit blauer Wettkampfweste:	chong
♦	Sieg für Blau :	chong-sung
♦	Verwarnung:	chui
♦	Sich vorbereiten, fertigmachen:	chunbi/junbi
♦	Umdrehen:	dora
♦	Zeitstopp:	geshi
♦	Zeit, Stop, Ende des Kampfes :	guman
♦	Ermahnung:	gyong-go
♦	Verbeugen, Grüßen:	gyong-ge

6.10 Wettkampfbegriffe

♦	Kampfweste:	ho-gu
♦	Kämpfer mit roter Wettkampfweste:	hong
♦	Sieger Rot:	hong-sung
♦	Wettkampfstellung einnehmen:	junbi
♦	Umdrehen, zueinander drehen:	jwa-u-hyung-u
♦	Unterbrechen, Trennen, Auseinander:	kalyeo
♦	Minuspunkt/Punktabzug:	kamchom
♦	Ein Minuspunkt:	kamchom-hana
♦	Kämpft, Weiter:	kyesok
♦	Kampfschrei:	kihap
♦	(den Kampf) aufgeben:	kikwon

6.11 Körperteil und Körperzonen

◆ Kopf:	mori
◆ Haar:	meorikara
◆ Gesicht:	eolgul
◆ Stirn:	ima
◆ Augenbraue:	nunsseop
◆ Auge:	nun
◆ Wimpern:	soknunsseop
◆ Ohr:	gwi
◆ Nase:	ko
◆ Wange:	ppyam
◆ Mund:	ip
◆ Zähne:	chia
◆ Zunge:	hyeo

6.11 Körperteil und Körperzonen

♦	Lippen:	ipsul
♦	Kiefer:	t(e)ok
♦	Kinn:	t(e)ok
♦	Nacken:	mok
♦	Hals:	mokgumeong
♦	Rumpf:	momtong
♦	Schulter:	eokkae
♦	Brust:	gaseum
♦	Rücken:	deung
♦	Taille:	heori
♦	Arm:	pal
♦	Ellenbogen:	palkup
♦	Unterarm:	palttuk

6.11 Körperteil und Körperzonen

◆ Handgelenk:	sonmok
◆ Hand:	son
◆ Finger:	songarak/ji
◆ Zeigefinger:	jipgesongarak/inji
◆ Mittelfinger:	jungji/jung-ji
◆ Ringfinger:	yakji
◆ kleiner Finger:	saekkisongarak
◆ Daumen:	eomji songarak
◆ Fingerspitzen (flache Hand):	pyonsonkut
◆ Handballen:	batangson
◆ Nagel:	sontop
◆ Faust:	jumok / kwon
◆ Fastrücken:	dungjumok

6.11 Körperteil und Körperzonen

♦ Faustboden:	mejumok
♦ flache Faust:	pyonjumok
♦ Knöchelfaust:	bamjumok
♦ Handkante:	sonnal
♦ Handballen:	batangson
♦ Handfläche:	son-badak
♦ Handrücken:	son-dung
♦ Rückseite der Handkante:	sonnaldung
♦ Schultern, Oberarm:	oggae
♦ Unterarm:	palmok
♦ Fingerspitzen:	sonkut
♦ Solar-Plexus:	myongchi
♦ Brustkorb:	gaseum

6.11 Körperteil und Körperzonen

◆	Energiebereich:	danjon
◆	Unterleib:	hobokbu
◆	Gesäß:	eongdeongi
◆	Hüfte:	dunbu
◆	Bein:	dari
◆	Oberschenkel:	heobeokji
◆	Knie:	mur(e)up
◆	Wade:	jongari
◆	Schienbein:	jeonggangi
◆	Spann:	paldung
◆	Ferse:	dütchuk
◆	Fuß:	pal / tae
◆	Schienbein:	gyong-gol

6.11 Körperteil und Körperzonen

◆	Fußballen:	apkumchi / apchuk
◆	Hacken:	dütikumchi / dütchuk
◆	Fußsohle:	palbadak
◆	Fußknöchel:	gwanjol
◆	Zehen:	palkut
◆	Schlüsselbein bis zum Kopf:	olgul
◆	Hüftknochen bis Schlüsselbein:	momtong
◆	Füße bis Hüftknochen:	arae

7. Quellenverzeichnis

CHOI HONG HI (1994): Taekwon-Do (Der koreanische Weg der Selbstverteidigung), Frankfurt/Main

CHOI HONG HI (²1987): ITF Encyclopedia of Taekwon-Do by Gen. Choi Hong Hi COMPLETE 15 VOL SET

CHUL-HWAN KIM, KONSTANTIN GIL (¹2010): Taekwondo Perfekt 1 (Die Formen- und Technikscheule vom 7. bis 3. Keup, Hannover

CHUL-HWAN KIM, KONSTANTIN GIL (¹2010): Taekwondo Perfekt 2 (Die Formen- und Technikscheule vom 2. Keup bis zum 2. Dan, Hannover

CHUL-HWAN KIM, KONSTANTIN GIL (¹2011): Taekwondo Perfekt 3 (Die Formen- und Technikscheule vom 3. Dan bis zum 5. Dan, Hannover

CHUL-HWAN KIM, KONSTANTIN GIL (¹2012): Taekwondo Perfekt 4: Die Formen- und Technikscheule der Großmeister, Hannover

CUMMINGS, BRUCE (2004): „Napalm über Nordkorea - Der Vernichtungsfeldzug der US Air Force“, In: „Le Monde diplomatique“, S. 6f., Dezember 2004

GIL, KONSTANTIN (1982): Illustriertes Handbuch des Taekwondo, Niedernhausen/Taunus

HÖLLER, JÜRGEN (2001): Taekwondo: eine systematische Annäherung, Stuttgart

HÖLLER, JÜRGEN, AXEL MALUSCHKA (³2009): Taekwondo-Selbstverteidigung, Aachen

7. Quellenverzeichnis

KACHEL, ROBERT¹ (2001): Ein Schritt Kampf Ilbo-Taeryon: Ausweichen - Abwhren - Konter, Berlin

KACHEL, ROBERT (2011): Taekwondo: Hyong 10 bis 20, Borsdorf

KANG, IKPIL² (2016): The Explanation of Official Taekwondo Poomsae II, Seoul

KIM, UN-YONG (1997): Taekwondo Textbook - Kukkiwon, Seoul

KIM, MAN KUEM (1985): Taekwondo Lehrbuch; Köln

KNOLL, PETER (1994): Taekwondo verständlich gemacht, München

KWON, CHAE-HWA³ (2017): Zen-Kunst der Selbstverteidigung, Heidelberg

KUKKIWON WORLD TAEKWONDO HAEDQUARTERS² (2006): Kukkiwon Taekwondo Textbook, Regensburg

LEE, KYONG MYONG⁴ (1995): Richtig Taekwondo: die Kunst der unbewaffneten Selbstverteidigung, München

PARK SOO NAM (1984): Wettkampf-Taekwondo, Stuttgart

PETERS, WILFRIED³ (1992): Taekwon-Do, Dortmund

7. Quellenverzeichnis

RIEGEL, ANDREA-MERCEDES (2021): Terminologie des Taekwondo: Übersetzung und Erklärung der koreanischen Fachbegriffe und Techniken, Heidelberg

UNRUH, MICHAEL (1997): Die 12 Taekwondo Hyong's, Berlin

SPORT-RHODE [Hrsg.] (1994): Taekwon-Do, Dreieich bei Frankfurt/Main

STEMMERMANN, THOMAS (2003): Kampfkunst Taekwondo, Berlin

STREIF, GEORG (1993): Taekwondo Modern, Kernen

VELTE, HERBERT (1996): Taekwondo Fachwörterbuch, Koreanisch-Deutsch, Bd. 2, Vierkirchen

YEON HEE PARK, YEON HWAN PARK, JON GERRARD (1992): Taekwondo-Schule—Schritt für Schritt (Grundtechniken, Taeguk Form 1—8, Freikampf, Selbstverteidigung, Wettkampfregelein; München, Wien, Zürich

BUNDESZENTRALE FÜR POLITISCHEBILDUNG - SÜDKOREA - KURZ & KNAPP:
URL: <https://www.bpb.de/kurz-knapp/lexika/kosmos-weltalmanach/65715/suedkorea/>; letzter Zugriff 28.12.2025

CHOI HONG-HI: URL: https://de.wikipedia.org/wiki/Choi_Hong-hi; letzter Zugriff: 28.12.2025

7. Quellenverzeichnis

DEUTSCHE TAEKWONDO UNION E. V.: URL: <http://www.dtu.de/>; letzter Zugriff: 28.12.2025

DTU PRÜFUNGSORDNUNG 2024; URL: https://www.dtu.de/fileadmin/Downloads/Ordnungen/Neu/2023/10.1_Pruefungsordnung_Stand_01.01.24.pdf; letzter Zugriff: 28.12.2025

DTU WETTKAMPFORDNUNG: URL: https://www.dtu.de/fileadmin/Downloads/Zweikampf/2022/8.1_WOT_Stand_01.06.2022.pdf; letzter Zugriff: 28.12.2025

HYONG: URL: <https://www.youtube.com/playlist?list=PL6voUivMx-rtxCnl8AE1JP4bER5u6jYF6>; letzter Zugriff 28.12.2025

INTERNATIONAL TAEKWON-DO FEDERATION DEUTSCHLAND: URL: <http://www.itf-d.de/>; letzter Zugriff 28.12.2025

ITF PRÜFUNGSORDNUNG 2014: URL: <http://itf-d.de/files/itf-d/downloads/regelwerke/po.pdf>; letzter Zugriff: 28.12.2025

KOREANISCHE HALBINSEL: URL: https://de.wikipedia.org/wiki/Koreanische_Halbinsel; letzter Zugriff: 28.12.2025

KOREAKRIEG: URL: <https://de.wikipedia.org/wiki/Koreakrieg>; letzter Zugriff: 28.12.2025

LÄNDERDATEN - NORDKOREA: URL: <https://www.laenderdaten.info/Asien/Nordkorea/index.php>; letzter Zugriff 28.12.2025

7. Quellenverzeichnis

LÄNDERDATEN - SÜDKOREA: URL: <https://www.laenderdaten.info/Asien/Suedkorea/index.php>; letzter Zugriff: 28.12.2025

NORDKOREA: URL: <https://www.wissen-digital.de/Nordkorea>; letzter Zugriff: 28.12.2025

TAEKWONDO POOMSAE-KUKKIWON WORLD TAEKWONDO HAEDQUARTERS:
URL: <https://www.youtube.com/watch?v=WhkjRruCBTo&list=PLSFr5pEwo7gSwvfg4bjxoF3liyfkCLAj>; letzter Zugriff: 28.12.2025

WORLD FACTBOOK - KOREA: URL: <https://www.cia.gov/the-world-factbook/countries/korea-south/>; letzter Zugriff: 28.12.2025