

## Woordenlijst 3<sup>de</sup> Kup / Glossary 3<sup>th</sup> kup

	<i>Koreans</i>	<i>Nederlands</i>	<i>Engels</i>	<i>Hangul (한글)</i>
<b>Theorie/ Theory</b>	Waegi	Uitwendige kracht	Outer strenght	왜기
	Naegi	Inwendige kracht	Inner strenght	내기
	Hyon kisul	Zittende technieken	Seated techniques	현 기술
	Kibon kisul	Liggende technieken	Reclining techniques	기본 기술
<b>Anatomie / Anatomy</b>	Ondungi	Heup	Hip	엉덩이
	Sat	Lies	Groin	살
	Choderangi	Oksel	Armpit	겨드랑이
	Myung chi	Maagstreek	Solar plexus	명지
	Huri	Taille	Waist	허리
	Mori	Hoofd	Head	머리
	Kasum	Borst	Chest	가슴
	Nun	Oog	Eye	눈
	Momtong	Torso	Body	몸통
<b>Aktie / Action</b>	#14 Jokdo cha nokki chagi	Duwtrap meskant voet	Knife edge push kick	족도 차넣기 차기
	#15 Balkeut mitcha dolligi chagi	Draaiende trap met de teentoppen	Turning kick with the toe tips	발끝 밑 차 돌리기 차기
	#16 Chodirangi chagi	Trap onder de oksel	Armpit kick	겨드랑이 차기
	#17 Dwit chagi	Achterwaartse trap	Horse kick	뒷 차기
	#18 Dwiro Chokdo mit cha dolligi chagi	Achterwaartse lage curvetrap	Backward low curve kick	뒤로 족도 밑 차 돌리기 차기
	#19 Ap murup chagi	Voorwaartse knietrap	Front knee kick	앞 무릎 차기
	#20 Yop murup chagi	Zijwaartse knietrap	Side knee kick	무릎 옆 차기
	#21 Nopi murup yop chagi	Knietrap snijdend over borst	High slitter knee kick	높이 밑 차 돌리기 무릎 차기
	#22 Dwikumchi mit cha dolligi chagi	Buitenwaarts draaiende trap met de hiel	Outward turning kick with the heel	뒤꿈치 밑 차 돌리기 차기
	#23 Yop nopi bekyo chagi	Zijwaartse hoge zweeptrap	High lateral whip kick	옆 높이 빗겨 차기
	#24 Nopi dwikumchi bal makki chaggi	Afweertrap met de hiel	Defense Kick with heel	높이 뒤꿈치 발막기 차기
	#25 Nopi chagi hayo dwit mori	Trap tegen achterhoofd	Kick against back of the head	높이 차기 하여 뒷 머리
<b>Technieken / Techniques</b>	Sonnal utguru makki	Dubbele meshand X-afweer	Double knife hand X-block	손날엇걸러엇걸러
	Kokki	Blokkering	Locking	꺾기
	Sonmok kokki	Polsblokkering	Wrist locking	손목꺾기
	Pal kokki	Armblokkering	Arm locking	팔 꺾기
	Okkae kokki	Schouderblokkering	Shoulder locking	어깨꺾기
	Songarak kokki	Vingerblokkering	Finger locking	손가락꺾기
<b>Titels / Titles</b>	Palansaeg ppalgansaeg ti (chonghong ti)	Blauwrode band	Blue-red belt	파란색 빨간색 띠

**Inclusief alle voorgaande woordenlijsten**