



## TAEKWON-DO RICHTUNGSANGABEN

An	nach innen, Innenseite
Ap	nach vorn, vorwärts
Yop	seit, seitwärts
Dollyo	drehen, rund
Pandae	rückwärts, seitenverkehrt
Naeryo	abwärts, nach unten
Chukyo	aufwärts, nach oben
Pakkat	außen, Außenseite
Anuro	von außen nach innen
Pakkuro	von innen nach außen
Tymyo	gesprungen, im Sprung
Tora	gedreht
Dwit	nach hinten, rückwärts
Tu	zwei(fach) doppelt
Wie	nach oben
Koa	überkreuz
Ollyo	aufwärts
Orun	rechts
Oen	links
Tiro-Tora	nach hinten drehen
ha-dan	Untere Stufe, Unterleib
chung-dan	Mittlere Stufe, Rump
sang-dan	Obere Stufe, Kopfhöhe
baro	gleichseitig
bandae	gegenseitig