

Prononciation du Coréen

Les Consonnes

Hangeul	ㄱ	ㄲ	ㄴ	ㄷ	ㄸ	ㄹ	ㅁ	ㅂ	ㅃ	
Romanisation	k, g	kk	n	t, d	tt	l, r	m	p, b	pp	
Hangeul	ㅅ	ㅆ	ㅇ	ㅈ	ㅉ	ㅊ	ㅋ	ㆁ	ㅍ	ㅎ
Romanisation	s	ss	-ng	ch, j	tch	ch'	k'	t'	p'	h

Les Voyelles

Hangeul	ㅏ	ㅑ	ㅓ	ㅕ	ㅗ	ㅛ	ㅜ	ㅠ	ㅡ	ㅣ	
Romanisation	a	ae	ya	yae	ö	e	yö	ye	o	wa	wae
Hangeul	ㅛ	ㅠ	ㅜ	ㅠ	ㅡ	ㅣ	ㅍ	ㅑ	ㅓ	ㅕ	
Romanisation	oe	yo	u	wö	we	wi	yu	ü	üi	i	

Exemple :

Tae (태) : ㅌ+ㅐ = 태 (t+ae=tae)

Kwon (권) : ㄱ+ㅍ+ㅛ+ㄴ=권 (k+u+ö+n=kwon)

Do (도) : ㄷ+ㅛ=도 (d+o=do)

Lexique

Nous vous rappelons que les transcriptions du coréen vers le français sont soumises à discussion.

Il n'existe pas de règle absolu, à vous de jouer !!

Commandements :

Tcha-lyeut	차렷	Garde à vous !
Kyung-nyé	경례	Saluez !
Joun-bi	준비	Préparez vous !
Kibon	기본	Les bases
Bal Tchagui Joun-bi	발차기 준비	Position préparatoire aux coups de pieds
Kyrougui Joun-bi	겨루기 준비	Position de combat.
Shijak	시작	Commencez !
Ba-lo	바로	Renenez !
Kouryeng Matchouh	구령 맞춰	Avec commandements !
Kouryeng Opsi	구령 없이	Sans commandements !
Kallyo	갈려	Séparez-vous !
Kyo-daé	교대	Inversez les rôles ! Changez !
Dol-a	돌아	Tournez ! Changez de partenaire !
Dui-lo-dol-a	뒤로 돌아	Demi-tour !
Bal Bakoueu	발 바꿔	Changez de jambe !
Danlyeun	단련	Durcissement !
Kyokpa	격파	Casse !
Schi-oh	쉬어	Repos !
Kyésok	계속	Reprenez, continuez !
Keu-mann	그만	Arrêtez !
Dobok Danjeong	도복 단정	Rangez correctement vos doboks !

Termes généraux :**Tae** (태) : Donner un coup de pied, **Kwon** (권) : Donner un coup de poing, **Do** (도) : Voie, esprit ou méthode.**Dobok** (도복) : Tenue de taekwondo. **Tti** (띠) : Ceinture. **Dojang** (도장) : Salle d'entraînement.**Ki-hap** (기합) : Cri. **Poomsae** (품새) : Formes, combat fictif. **Hoshinsool** (호신술) : Self défense.

Kyorougui	겨루기	Combat
Han-beon Kyorougui	한번 겨루기	Un Pas Combat
Sé-Beon Kyorougui	세번 겨루기	Trois Pas Combat
Shihap Kyorougui	시합 겨루기	Combat Compétitions
Jayou Kyorougui	자유 겨루기	Combat libre, toutes les techniques de frappe de pied et de mains sont autorisées
Hoshin Kyorougui	호신 겨루기	Idem que Ja-You Kyorougui, en plus les saisies, les projections et les armes sont autorisées
Eulgoul	얼굴	Niveau supérieur (tête et cou inclus)
Mom-Tong	몸통	Niveau moyen (du cou au nombril)
Arae	아래	Niveau inférieur (En dessous du nombril)
Wen	왼	Gauche
Oreun	오른	Droite
Ann	안	Intérieur
Bakkat	바깥	Extérieur
Ba-lo	바로	Jambe et bras opposés.
Bandaé	반대	Jambe et bras du même côté.
Mori Bohodae	머리 보호대	Casque
Mom-Tong Bohodae	몸통 보호대	Plastron
Pal Bohodae	팔 보호대	Protège avant-bras
Nang-Shim Bohodae	낭심 보호대	Coquille
Jeungang-i Bohodae	정강이 보호대	Protège-tibia

Surfaces de contact / Armes naturelles (신체의 사용 부위) :**Mom** (몸) : Corps. **Sonn** (손) : Main. **Pal** (팔) : Bras. **Bal** (발) : Pied.

Joumeok	주먹	Poing (les deux premières phalanges)
Deung Joumeok	등 주먹	Revers de poing (dos des deux premières phalanges)
Mé Joumeok	메 주먹	Poing «marteau»
Sonn-Nal	손날	Tranchant de main
Sonn-Nal Deung	손날 등	Tranchant intérieur de main
Batang Sonn	바탕손	Paume
Pyon Sonn keut	편 손끝	Pique de doigts
Pal-Koup	팔굽	Coude
Pal-Mok	팔목	Avant-bras
Ann Palmok	안 팔목	Partie interne de l'avant-bras (radius)
Bakkat Palmok	바깥 팔목	Partie externe de l'avant-bras (cubitus)
Ap-Tchouk	앞 축	Bol de pied
Duit-Tchouk	뒷축	Talon
Bal-Nal	발 날	Bord externe du pied
Bal-Nal Deung	발 날 등	Bord interne du pied
Bal-Badak	발 바닥	Plante de pied
Bal-Deung	발 등	Dessus du pied
Mou-Reup	무릎	Genou

Positions : (Seugui 서기) :

Tcha-lyeut Seugui	차렷 서기	Talons joints, Pointes de pieds ouvertes à 45°
Kibonn Joun-bi Seugui	기본 준비 서기	Position préparatoire
Na Lannhi Seugui	나란히 서기	Position de base
Ap Seugui	앞서기	Position de marche
Ap Koubi Seugui (앞굽이 서기)		Position de attaque. La distance entre les 2 pieds est d'un pas et demi. La jambe avant est fléchie et perpendiculaire au sol. La jambe arrière est tendue. Le pied arrière est incliné de 30° vers l'extérieur.
Duit Koubi Seugui (뒷굽이 서기)		Position arrière, pieds à 90°, distance un pas, poids du corps à l'arrière (position plutôt utilisée pour la défense)
Jou Tchoum Seugui (주춤 서기)		Position «cavalier», distance de deux pas, pieds parallèles (utilisée pour la défense et l'attaque)
Beom Seugui (범 서기)		Position «tigre», pied arrière à 45°, distance un pas, poids sur la jambe arrière, le talon de la jambe avant doit être soulevé (Position utilisée pour la défense). La jambe avant peut être utilisé pour la contre-attaque.
Duit Koa Seugui (뒷 꼬아 서기)		Position de déplacement vers l'avant; tibia et mollet croisés (Position qui peut servir à «écraser» le dessus du pied de l'assaillant)
Ap Koa Seugui	앞 꼬아 서기	Position de déplacement de profil, tibia et mollet croisés
Wen Seugui	왼 서기	Idem que Na Lannhi Seugi, pied gauche ouvert à 90°
Oreun Seugui	오른 서기	Idem que Na Lannhi Seugi, pied droit ouvert à 90°
Moa Seugui	모아 서기	Pieds joints et genoux serrés
Bo Joumeok	보 주먹	Position préparatoire, la main gauche recouvre la main droite

Coup de poing : (Ji-legui 지르기) :

Eulgoul Banae Ji-legui (얼굴 반대 지르기)	Coup de poing niveau visage (Injung)
Eulgiul Ba-lo Ji-legui (얼굴 바로 지르기)	Coup de poing niveau visage, bras et jambe opposés
Mom-Tong Banae Ji-legui (몸통 반대 지르기)	Coup de poing niveau plexus (Myong Tchi)
Mom-Tong Ba-lo Ji-legui (몸통 바로 지르기)	Coup de poing niveau plexus bras et jambes opposées
Mom-Tong Yop Ji-legui (몸통 옆 지르기)	Coup de poing de profil
Dou Joumeok Mom-Tong Jé-tcheo Ji-legui (두 주먹 몸통 제쳐 지르기)	Deux coups de poing en «uppercut» aux niveaux des côtes flottantes
Dangkyeu Teok Ji-legui (당겨 턱 지르기)	Coup de poing en uppercut sous la mâchoire après avoir saisie

Techniques de «pique» (Tzi-legui 찌르기) :

Pyon Sonn-Keut Sewo Tzi-legui (편 손끝 세워 찌르기)	Pique de doigts au niveau du plexus
---	-------------------------------------

Blocages (Makki 막기) :	
Arae Makki (아래 막기)	Blocage niveau inférieur
Arae Hetchio Makki (아래 헤쳐 막기)	Double blocage niveau inférieur en décroissant
Mom-Tong Makki (몸통 막기)	Blocage niveau moyen
Mom-Tong Ann Makki (몸통 안 막기)	Blocage niveau moyen, bras et jambe opposés
Mom-Tong Bakkat Makki (몸통 바깥 막기)	Blocage niveau moyen vers l'extérieur
Mom-Tong Hetchio Makki (몸통 헤쳐 막기)	Double blocage niveau moyen en décroissant (Bakkat Pal Mok)
Eulgoul Makki (얼굴 막기)	Blocage niveau supérieur dans un mouvement ascendant
Eulgoul Bakkat Makki (얼굴 바깥 막기)	Blocage niveau supérieur dans un mouvement vers l'extérieur
Sonn-Nal Arae Makki (손날 아래 막기)	Double blocage, un tranchant au niveau inférieur et un tranchant niveau moyen
Han Sonn-Nal Mom-Tong Yop Makki (한손날 몸통 옆 막기)	Blocage avec un tranchant de la main au niveau moyen, le corps de profil
Sonn-Nal Mom-Tong Makki (손날 몸통 막기)	Double blocage avec tranchants au niveau moyen
Han Sonn-Nal Biteuleu Makki (한손날 비틀어 막기)	Blocage avec un tranchant de la main, le corps en torsion
Batang Sonn Mom-Tong Makki (바탕손 몸통 막기)	Blocage avec la paume de la main au niveau moyen
Batang Sonn Mom-Tong Ann Makki (바탕손 몸통 안 막기)	Blocage avec la paume de la main au niveau moyen, bras et jambe opposés
Batang Sonn Keudeuleu Mom-Tong Ann Makki (바탕손 거들어 몸통 안 막기)	Blocage avec la paume de la main au niveau moyen, l'autre bras vient renforcer le blocage
Batang Sonn Noulo Makki (바탕손 눌러 막기)	Blocage avec la paume au niveau moyen en descendant.
Keudeuleu Arae Makki (거들어 아래 막기)	Double blocage, un au niveau inférieur et un au niveau moyen
Keudeuleu Mom-Tong Bakkat Makki (거들어 몸통 바깥 막기)	Double blocage niveau moyen
Eut Keuleu Arae Makki (엇 걸어 아래 막기)	Double blocage niveau inférieur, bras croisés
Woe Sann-Teul Makki (외 산틀 막기)	Double blocage en forme de «montagne», un blocage niveau supérieur, un blocage niveau inférieur
Kawi Makki (가위 막기)	Double blocage en forme de «ciseaux» en décroissant, un au niveau inférieur et un niveau moyen
Ba-lo Kawi Makki (바로 가위 막기)	Le bras qui exécute la technique «Arae Makki» est du côté de la jambe avant
Bandaé Kawi Makki (반대 가위 막기)	Le bras qui exécute la technique «Arae Makki» est opposé à la jambe avant

Attaque : (Tchigui 차기) :

Han Sonn-Nal Mok Tchigui (한 손날 목 차기)	Attaque un tranchant au niveau du cou ou de la clavicule
Han Sonn-Nal Jébiroom Mok Tchigui (한 손날 제비room 목 차기)	Idem que précédant, bras et jambe opposé
Jébiroom Mok Tchigui (제비room 목 차기)	Blocage tranchant niveau haut, attaque tranchant niveau cou.
Deung Joumeok Eulgoul Ap Tchigui (등 주먹 얼굴 앞 차기)	Attaque en revers de poing au niveau visage (Inn Joung)
Deung Joumeok Bakkat Tchigui (등 주먹 바깥 차기)	Attaque en revers de poing au niveau visage
Deung Joumeok Keudeuleu Eulgoul Ap Tchigui (등 주먹 거들어 얼굴 앞 차기)	Attaque en revers de poing au niveau visage, l'autre bras soutient le bras qui porte l'attaque.
Mé Joumeok Né-lyo Tchigui (메 주먹 내려 차기)	Coup de poing «marteau»
Pal-Koup Dolyo Tchigui (팔굽 돌려 차기)	Coup de coude circulaire
Pal-Koup Pyojeuk Tchigui (팔굽 표적 차기)	Coup de coude sur cible (main)
Mou-Reup Tchigui (무릎 차기)	Coup de genou (Tête ou plexus)

Coup de pied : (Tchagui 차기) :

Entre parenthèses, les armes naturelles le plus souvent utilisées sont indiquées ;

Ap Tchagui (앞 차기)	Coup de pied direct de face (Ap tchouk)
Yop Tchagui (옆 차기)	Coup de pied direct de profil (Duit Tchouk)
Duit Tchagui (뒷 차기)	
Bandal Tchagui (반달 차기)	Coup de pied demi-lune (Bal Nal deung ou Ap tchouk)
Dolyo Tchagui (돌려 차기)	Coup de pied circulaire (Bal Nal deung ou Ap tchouk)
Né-lyo Tchagui (내려 차기)	Coup de pied «marteau» (Bal Badak ou duit Tchouk)
Fouryo Tchagui (후려 차기)	Coup de pied fouetté de l'intérieur vers l'extérieur (Bal Badak ou duit Tchouk)
Mom Dolyo Tchagui (몸 돌려 차기)	Coup de pied circulaire retourné 360° (Bal Badak ou Duit Tchouk)
Ann Tchagui (안 차기)	Coup de pied de l'extérieur vers l'intérieur (Bal Nal Deung ou Bal Badak)
Bakkat Tchagui (바깥 차기)	Coup de pied de l'intérieur vers l'extérieur (Bal Nal)
Pyojeuk Tchagui (표적 차기)	Coup de de l'extérieur vers l'intérieur sur cible (Bal Nal Deung ou Bal Badak)
Dou Bal Dang Seung Ap Tchagui (두발 당성 앞 차기)	Deux coups de pied de face enchaînés (Ap Tchouk)
Twio Tchagui (뛰어 차기)	Coup de pied sauté (ex : Twio Ap Tchagui : coup de pied sauté de face)

Les nombres (서수) :

Il (일)	1er	Hana (하나)	1
Yi (이)	2ème	Doul (둘)	2
Sam (삼)	3ème	Set (셋)	3
Sa (사)	4ème	Net (넷)	4
Oh (오)	5ème	Dassot (다섯)	5
Youk (육)	6ème	Yeussot (여섯)	6
Tchil (칠)	7ème	Ilgop (일곱)	7
Pal (팔)	8ème	Yeudeul (여덟)	8
Kou (구)	9ème	Ahope (아홉)	9
Ship (십)	10ème	Yeul (열)	10
Ship Il (십 일)	11ème	Yeul Hana (열 하나)	11
Ship Yi (십 이)	12ème	Yeul Doul (열 둘)	12
↓	↓	↓	↓
Yi Ship (이십)	20ème	Seumoul (스물)	20
Sam Ship (삼십)	30ème	Seureun (서른)	30
Sa Ship (사십)	40ème	Maheun (마흔)	40
Oh Ship (오십)	50ème	Shiheun (쉰)	50
↓	↓	↓	↓
Pal Ship (팔십)	80ème	Yeudeun (여든)	80
Kou Ship (구십)	90ème	Aheun (아흔)	90
Baek (백)	100ème	Baek (백)	100
Chonn (천)	1000ème	Chonn (천)	1000
Mann (만)	10000ème	Mann (만)	10000

Ceinture (Tti, 띠), Grade de TaeKwonDo (Keup 급) : Youkeup-Ja (유급 자)

Grade	Ceinture (Tti, 띠)	Niveau Poomsae	Technique
10-9ème Keup (Mou Keup, 무급)	Blanc	Les bases (Ki-Bonn)	Positions (Seugui, Makki)
8ème Keup Bis (Pal Keup Bo, 팔 급보)	Jaune	Tae Geug 1-3 Jang	Makki, Ji-legui, Tchigui, Tchagui, Sé-Beon Kyorougui, Danlyeun.
8ème Keup (Pal Keup, 팔 급)			
6ème Keup Bis (Youk Keup Bo, 육 급보)	Vert	Tae Geug 4-5 Jang	Han-beon Kyorougui, Hoshinsool, Danlyeun, Kyokpa.
6ème Keup (Youk Keup, 육 급)			
4ème Keup Bis (Sa Keup Bo, 사 급보)	Bleu	Tae Geug 6-7 Jang	Jayou Kyorougui, Han-beon Kyorougui, Hoshinsool.
4ème Keup (Sa Keup, 사 급)			
3ème Keup (Sam Keup, 삼 급)			
2ème Keup Bis (Yi Keup Bo, 이 급보)	Rouge	Tae Geug 8 Jang	Schihap Kyorougui, Han-beon Kyorougui, HoshinKyorougui, Kyokpa
2ème Keup (Yi Keup, 이 급)			
1er Keup (Il Keup, 일 급)		Tae Geug 1-8 Jang	Passage de Grade Ceinture Noir

Ceinture Noire (Youdan-Ja) et Responsable (Jido-Ja) :

1er Dan (Il Dan)	Noir(Geum-eun Tti)
2-3è Dan : Assistant	Kyo Sa Nim (교사님)
4-6è Dan : Maître	Sa Beum Nim(사범님)
A partir de 7è Dan Grand Maître	Kwan Jang Nim(관장님)