

Colegio

Interparroquial del

Sur

Santo

Cura de

Ars

TAEKWONDO



- **TAE** = 태: Técnicas de pies. (Patadas).
- **KWON** = 권: Técnicas de los brazos. (Puño, Codo, Mano).
- **DO** = 도: Camino de perfeccionamiento



Federación Mundial de Taekwondo: Es la institución que se dedica a regular las normas del taekwondo a nivel competitivo, así como de celebrar periódicamente competiciones y eventos en cada una de sus disciplinas.

Esta federación es reconocida por el Comité Olímpico Internacional.

Fue fundada el 28 de mayo de 1973 en Seúl con motivo de la celebración del primer Campeonato Mundial.





Conocido como World Taekwondo Headquarters, hogar de la Academia Mundial de Taekwondo, es la organización reguladora oficial del taekwondo.

Establecida por el gobierno de Corea del Sur, el 30 de noviembre de 1972 en el distrito de Gangnam-gu en Seúl, Corea del Sur.

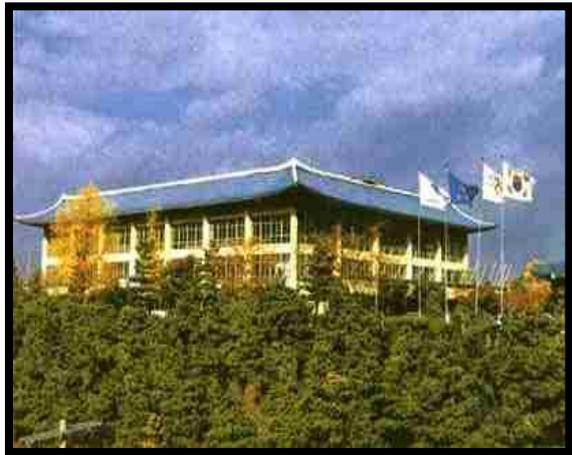
Está supervisada por la División Internacional de Deportes del Ministerio de Cultura, Deportes y Turismo.

Es el único instituto de Taekwondo que promueve los rangos de dan que es reconocido por la World Taekwondo Federation.

La Kukkiwon se encarga de extender las certificaciones oficiales:

DAN :(cinturón negro, mayores 15 años).

POOM :(cinturón negro, menores de 15 años).



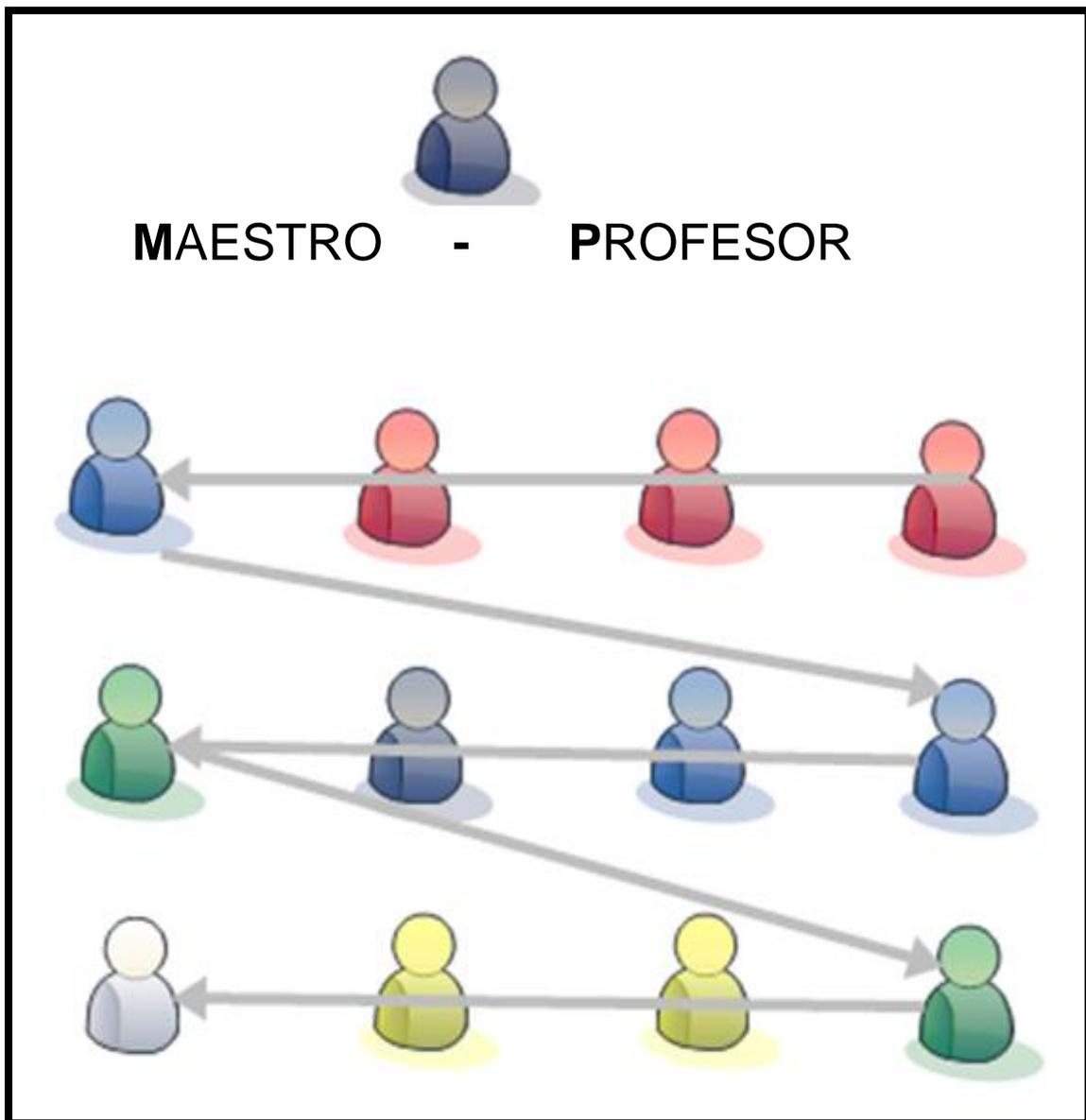
DOYANG



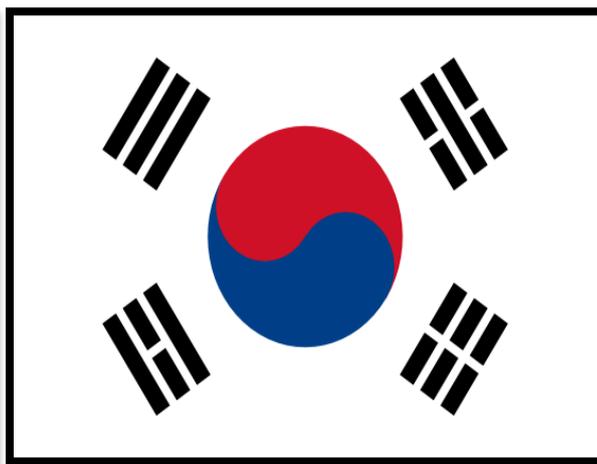
El Doyang o Dojang es el lugar de práctica de las artes marciales donde se entrena el cuerpo y la mente a través de las diferentes técnicas, afianza el carácter por medio de la concentración y la meditación.

Es considerado un lugar sagrado, merecedor del mayor respeto, todo practicante saluda con una reverencia al ingreso y a la salida.

FORMACIÓN



SALUDO



BANDERAS	KUKKI E DEHAYO KYONG-NE
MAESTRO	KWANYAN NIM KE KYONG-NE
PROFESOR	SABOM NIM KE KYONG-NE
CHUMBI	LISTOS
CHARYOT	FIRMES
KYONG-NE	SALUDO
CHONG-YOA	MEDITACION

PRINCIPIOS

CORTESIA	YEWIN
INTEGRIDAD	YOMP-CHI
PERSEVERANCIA	IN-NEP
AUTOCONTROL	KUK-KI
ESPIRITU INDOMABLE	PEKCHON-BULGUL
CIENCIA	SON-IL
AMOR	KAL-ILLO



DOBOK



El Dobok de taekwondo es similar a la ropa coreana tradicional, conserva las tres dimensiones:

Cuadrado: En mangas y pantalones.

Círculo: En el cinturón atado a la cintura.

Triángulo: En cuello.

Sangi: Casaca, representa el cielo.

Hai: Pantalón, representa la tierra.

Ti: Cinturón, representa la persona.

GRITO-KIHAP



KI: Significa la energía universal o fuerza interna.

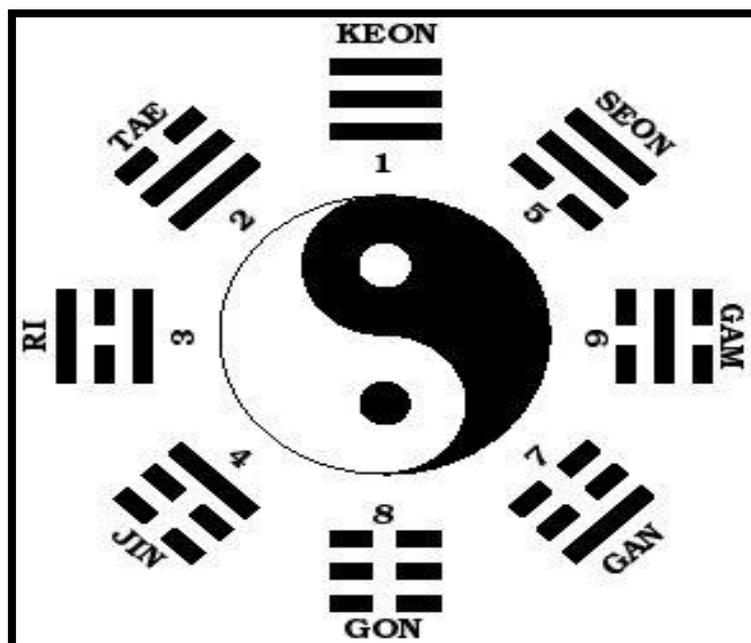
HAP: Es la raíz de las palabras que significan armonización, coordinación, concentración.

KIHAP: Literalmente significa “armonizar con la fuerza de vida universal”.

Cuando realizamos un golpe de puño o una patada, o bloqueamos un golpe, se libera energía típicamente como una exhalación de nuestros pulmones.

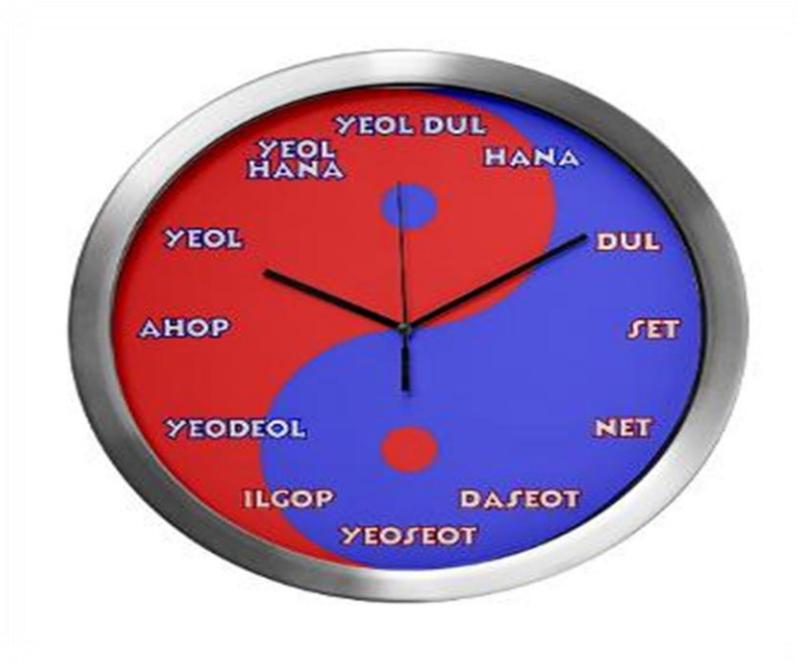
Esta exhalación de aire coordinada con la tensión muscular del cuerpo y la garganta, crea el verdadero grito Kihap.

SIGNIFICADO de la BANDERA COREANA



Korean Numbers 한글 숫자

	NATIVE KOREAN	SINO KOREAN
1	하나[hana]	일[il]
2	둘[dul]	이[ee]
3	셋[set]	삼[sam]
4	넷[net]	사[sa]
5	다섯[dasot]	오[o]
6	여섯[yosot]	육[yok, ryok]
7	일곱[ilgop]	칠[chil]
8	여덟[yodeol]	팔[pal]
9	아홉[ahop]	구[ku]
10	열[yol]	십[ship]



FILOSOFIA TI



La forma final del cinturón, simboliza el circuito de la vida humana entre el cielo y la tierra.

	10 gup	1 Dan	
	9 gup	2 Dan	
	8 gup	3 Dan	
	7 gup	4 Dan	
	6 gup	5 Dan	
	5 gup	6 Dan	
	4 gup	7 Dan	
	3 gup	8 Dan	
	2 gup	9 Dan	
	1 gup	10 Dan	

BLANCO: JIN-TI



Pureza / Inocencia

Significado: El cinturón blanco representa la pureza, es una persona que comienza en la práctica del arte marcial.

AMARILLO: NORANG-TI



Tierra, Descubrimiento y Realismo

Significado: El cinturón amarillo representa el inicio del aprendizaje, el nacimiento, representa las riquezas físicas y espirituales obtenidas gracias a la práctica del arte marcial.

VERDE: CHOROK-TI



Naturaleza, Esperanza y Fe.

Significado: El cinturón verde representa el florecer de una nueva vida.

En este color se demuestra que el practicante del arte marcial comienza a fondo la práctica, desarrolla destrezas y habilidades.

AZUL: PARANG-TI



Cielo, Ilusión y Amor

Significado: El cinturón azul es uno de los más importantes de todos ya que en dicho grado el practicante del arte marcial comienza la búsqueda de la paciencia y el compromiso.

El azul representa el color generado por la unión del cielo y el mar, ese mismo azul que tanta paz y tranquilidad irradia.

ROJO: PALGANG-TI



Atardecer / Fruto maduro

Significado: El cinturón rojo es considerado uno de los grados más difíciles, ya que en este el practicante del arte marcial debe alcanzar la fuerza, el arrojo, la valentía la humildad que representa el fruto maduro necesario para poder llegar al grado de cinta negra.

ROJO FRANJA NEGRA: POOMSAE-TI



Idealismo y Pureza

Significado: El concepto poomsae es una combinación de las palabras coreanas "poom" y "sae".

"Poom": movimiento, forma o naturaleza. "Sae": artístico.

NEGRO: CONJON-TI



Dedicación y Amor

Significado: Como el carbón es fuerte y resistente, se puede pulir y obtener un diamante está en proceso para trascender y brindar lo mejor.

Es capaz de empezar a recorrer el camino para aprender a disfrutarlo.

El cinturón " es también, símbolo de habilidad y madurez.

Para presentar examen de cinturón negro ante Kukkiwon se realiza:

1. Ante el Club de TKD CISSCA
2. Liga TKD de Bogotá
3. Federación Colombiana de TKD
4. KUKKIWON

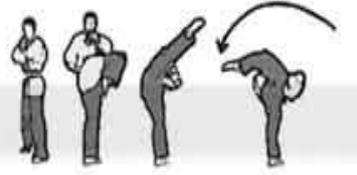
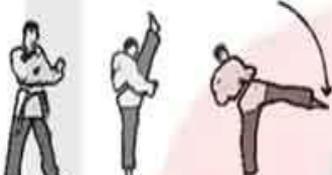
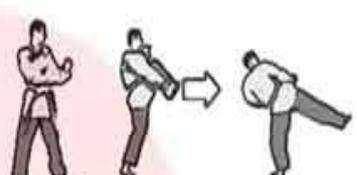
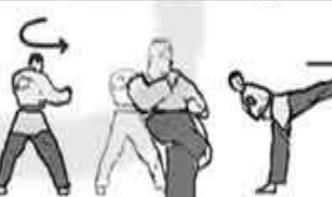
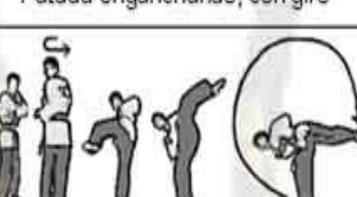
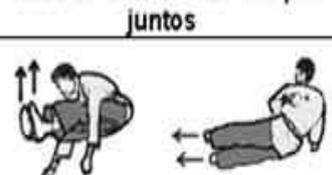
2nd Dan Black Belt	1 Year After 1st Dan
3rd Dan Black Belt	2 Years After 2nd Dan
4th Dan Black Belt	3 Years After 3rd Dan
5th Dan Black Belt	4 Years After 4th Dan
6th Dan Black Belt	5 Years After 5th Dan
7th Dan Black Belt	6 Years After 6th Dan
8th Dan Black Belt	7 Years After 7th Dan
9th Dan Black Belt	8 Years After 8th Dan

I DAN	INSTRUCTOR
II DAN	PROFESOR
III DAN	
IV DAN	
V DAN	MAESTRO
VI DAN	
VII DAN	
VIII DAN	GRAN MAESTRO
IX DAN	
X DAN	POSTUMO

TÉCNICAS (SUL)

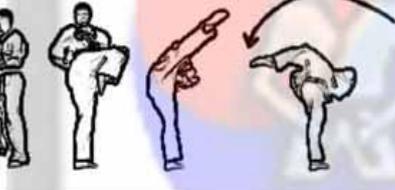
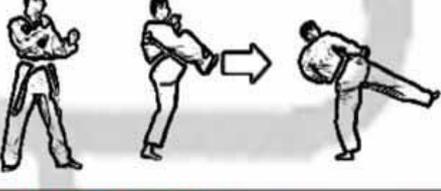
SOGUI	PIES
CHAGUI	PATADA
CHIGUI	ATAQUE
MAKKI	DEFENSA
CHIRUGI	PUÑO
TZIRUGUI	PUNZAR
KYOKPA	ROMPIMIENTO
KYORUGI	COMBATE
HAN BON KYORUGI	COMBATE A UN PASO
SE BON KYORUGUI	COMBATE A TRES PASOS
CHAYU KYORUGUI	COMBATE LIBRE
KIOMGI KYORUGUI	COMBATE OLIMPICO
HO SHIN SUL	DEFENSA PERSONAL

1°	CHARYOT SOGUI	1°	PIONJI SOGUI	1°	AP SOGUI	1°	AP KUBI SOGUI	3°	TUIT KUBI SOGUI	5°	ORUN SOGUI
											
5°	UEN SOGUI	5°	TUIT KOA SOGUI	6°	NARANJI SOGUI	7°	BOM SOGUI	7°	MOA SOGUI	7°	CHU CHUM SOGUI
											
DEFENSAS (SON KISUL MAKI)											
1°	ARE MAKI	1°	MONTONG MAKI	1°	MONTONG AN MAKI	1°	OLGUL MAKI	3°	JANSONNAL MONTONG BAKAT MAKI	4°	SONNAL MONTONG MAKI
											
4°	MONTONG BAKAT MAKI	5°	OLGUL BAKAT MAKI	5°	GECHIO ARE MAKI	5°	BATAGSON MONTONG MAKI	7°	BATAGSON MONTONG AN MAKI	7°	SONNAL ARE MAKI
											
7°	GECHIO MONTONG MAKI	7°	GODURO BATAGSON MONTONG AN MAKI	7°	OKGORO ARE MAKI	7°	JANSONNAL MONTONG YOP MAKI	8°	GODURO MONTONG MAKI	8°	GODURO ARE MAKI
											

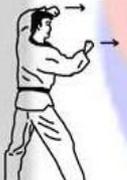
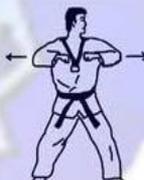
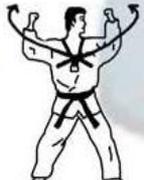
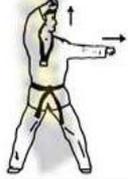
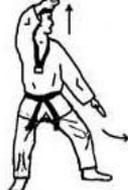
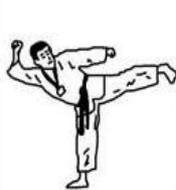
<p>Patada al frente</p> 	<p>Patada circular</p> 	<p>Patada lateral</p> 
<p>Patada hacia atrás</p> 	<p>Patada enganchando</p> 	<p>Patada enganchando con pierna recta</p> 
<p>Patada descendente</p> 	<p>Empujar con el pie</p> 	<p>Círculo de pierna exterior</p> 
<p>Círculo de pierna interior</p> 	<p>Patada semicircular baja</p> 	<p>Patada semicircular baja exterior</p> 
<p>Elevación de pierna</p> 	<p>Patada semicircular baja, con giro</p> 	<p>Patada hacia atrás con giro</p> 
<p>Patada lateral con giro</p> 	<p>Patada enganchando, con giro</p> 	<p>Patada enganchando con pierna recta, con giro</p> 
<p>Patada en salto con los dos pies a la vez abiertos</p> 	<p>Patada en salto en forma de tijera</p> 	<p>Patada en salto con los dos pies juntos</p> 

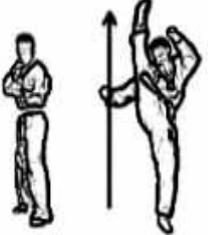
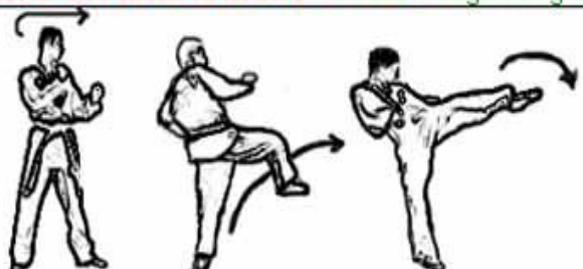
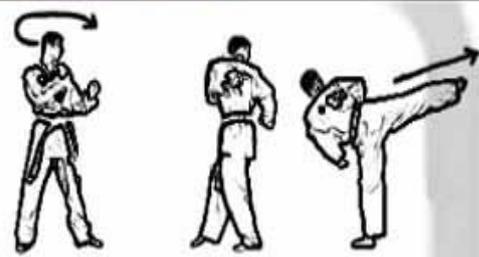
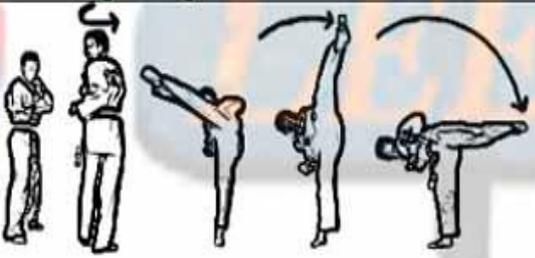
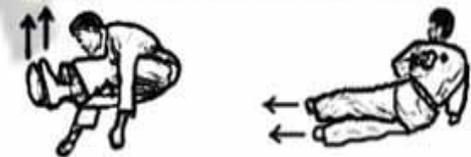
TÉCNICAS DE PIERNA (BAL KISUL)

PATADAS BÁSICAS

<p>AP CHAGUI - Patada al frente</p> 	<p>DOLLYO CHAGUI - Patada circular</p> 
<p>YOP CHAGUI - Patada lateral</p> 	<p>TUIT CHAGUI - Patada hacia atrás</p> 
<p>NACKO CHAGUI - Patada enganchando</p> 	<p>FURIO CHAGUI - Patada enganchando con pierna recta</p> 
<p>NERYO CHAGUI - Patada descendente</p> 	<p>AN MIRO CHAGUI - Empujar con el pie</p> 
<p>BAKAT DARI FURIGUI - Círculo de pierna exterior</p> 	<p>AN DARI FURIGUI - Círculo de pierna interior</p> 
<p>BANDAL CHAGUI - Patada semicircular baja</p> 	<p>BITURO CHAGUI - Patada semicircular baja exterior</p> 

MOVIMIENTOS ESPECIALES (PUM)

Tong Milgui Chumbi	Akumson Kalchebi	Murup Koki	Piochok Jirugui	Chagun Dol Chogui	Dangkio Are Pionson Kut Checho Chirugui
					
Me Chumok Are Piochok Chigui	Batagson Tok Chigui	Kumgang Maki	Kun Dol Chogui	Santul Maki	Kolcho Maki
					
An Palmok Kumgang Momtong Maki	Kiopson Chumbi	Mohe Chigui	Gechio Santul Maki	Dangkio Dung Chumok Ape Chigui	Hwangso Maki
					
Sonbadak Goduro An Palmok Momtong Bakat Maki	Bawi Milgui	Gorro Olligui	Chetdari Jirugui	Kumgang Ap Jirugui	Me Chumok Yop Momtong Piochok Chigui
					
Nalgue Piogui	Bituro Jansonnal Momtong Bakat Maki	An Palmok Bituro Momtong Bakat Maki	Kumgang Yop Jirugui	Sonnal Oe Santul Maki	Taesan Milgui
					
An Palmok Are Piochok Maki	Sonnal Kumgang Are Maki	Oe Santul Yop Chagui	Du Chumok Jori Chumbi		
					

<p>AP OLLIGUI- Elevación de pierna</p> 	<p>GIRO BANDAL CHAGUI – Bandan Chagui con giro</p> 
<p>MONDOLLYO TUIT CHAGUI - Patada hacia atrás con giro</p> 	<p>MONDOLLYO YOP CHAGUI - Patada lateral con giro</p> 
<p>MONDOLLYO NACKO CHAGUI - Nackochagui con giro</p> 	<p>MONDOLLYO FURIO CHAGUI - Furiochagui con giro</p> 
<p>TUIO - PATADAS CON SALTO</p>	
<p>TUIO AP CHAGUI TUIO YOP CHAGUI TUIO MONDOLLYO TUIT CHAGUI TUIO MONDOLLYO NACKO CHAGUI</p>	<p>TUIO DOLLYO CHAGUI TUIO TUIT CHAGUI TUIO MONDOLLYO YOP CHAGUI TUIO MONDOLLYO FURIO CHAGUI</p>
<p>PATADAS ESPECIALES</p>	
<p>TUIO NOPPY CHAGUI</p> <p>Salto con cualquier patada a un objetivo muy alto</p>	<p>TUIO GAWI CHAGUI</p>  <p>Patada en salto con los dos pies a la vez abiertos</p>
<p>TUIO ILYA CHAGUI</p>  <p>Patada en salto en forma de tijera</p>	<p>MODUMBAL CHAGUI (AP o YOP)</p> <p>Patada en salto con los dos pies juntos</p> 

POOMSAE

POOM: Movimiento, forma o carácter.

SAE: Estilo, forma artística.

Representa y simboliza la esencia de las técnicas y espíritu de Taekwondo, el principio de ataque, defensa y la cultivación del cuerpo y mente, son ejecutados en una línea de movimientos.

Son una parte importante de la enseñanza de Taekwondo y esquemas obligatorios para ascender en los grados de los cinturones.

Dominar un poomsae se llama "Yeonseong".

Existen 25 poomsae:

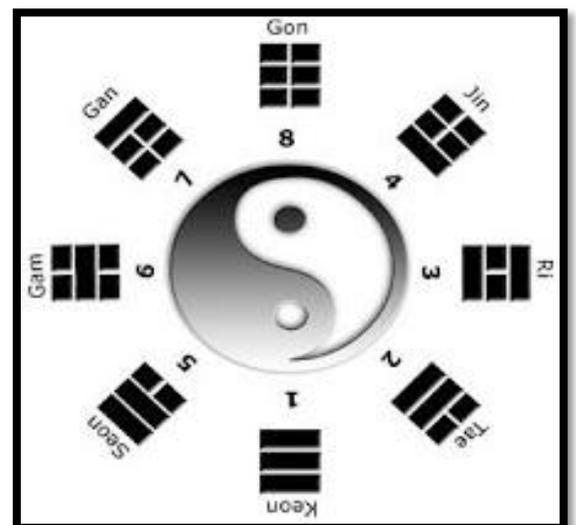
- 8 de Gup: Cinturones de colores.
- 9 de Dan: Cinturones negros.
- 8 Palgwae.

BASICOS:

- 3 Kukkiwon brazo
- 3 Kukkiwon pierna
- 3 Gibones
- Gibon Cuadrado
- Cruz básica
- Cruz doble

	Name	Trigram	Symbolism	Attribute	Image	Character
1	<u>Il-Jang</u>	KEON	the creative	Strength	Heaven	乾 ☰ Keon
2	<u>Ye-Jang</u>	TAE	the joyous	Joyful	Lake	兌 ☱ Tae
3	<u>Sam Jang</u>	RI	the clinging	Yielding	Fire	離 ☲ Ri
4	<u>Sa-Jang</u>	JIN	the arousing	Inciting	Thunder	震 ☳ Jin
5	<u>Oh-Jang</u>	SEON	the gentle	Penetrating	Wind	巽 ☴ Seon
6	<u>Yook-Jang</u>	GAM	the abysmal	Dangerous	Water	坎 ☵ Gam
7	<u>Chil-Jang</u>	GAN	the keeping still	Resting	Mountain	艮 ☶ Gan
8	<u>Pal-Jang</u>	GON	the receptive	Devotion	Earth	坤 ☷ Gon

Taegeuk IL	KEON :Cielo y Luz
Taegeuk I	TAE :Alegría y Regocijo
Taegeuk Sam	RI :Fuego
Taegeuk Sa	YING :Trueno
Taegeuk Oh	SEON :Viento
Taegeuk luk	GAM :Agua
Taegeuk Chil	GAN :Montaña
Taegeuk Palm	GON :Tierra



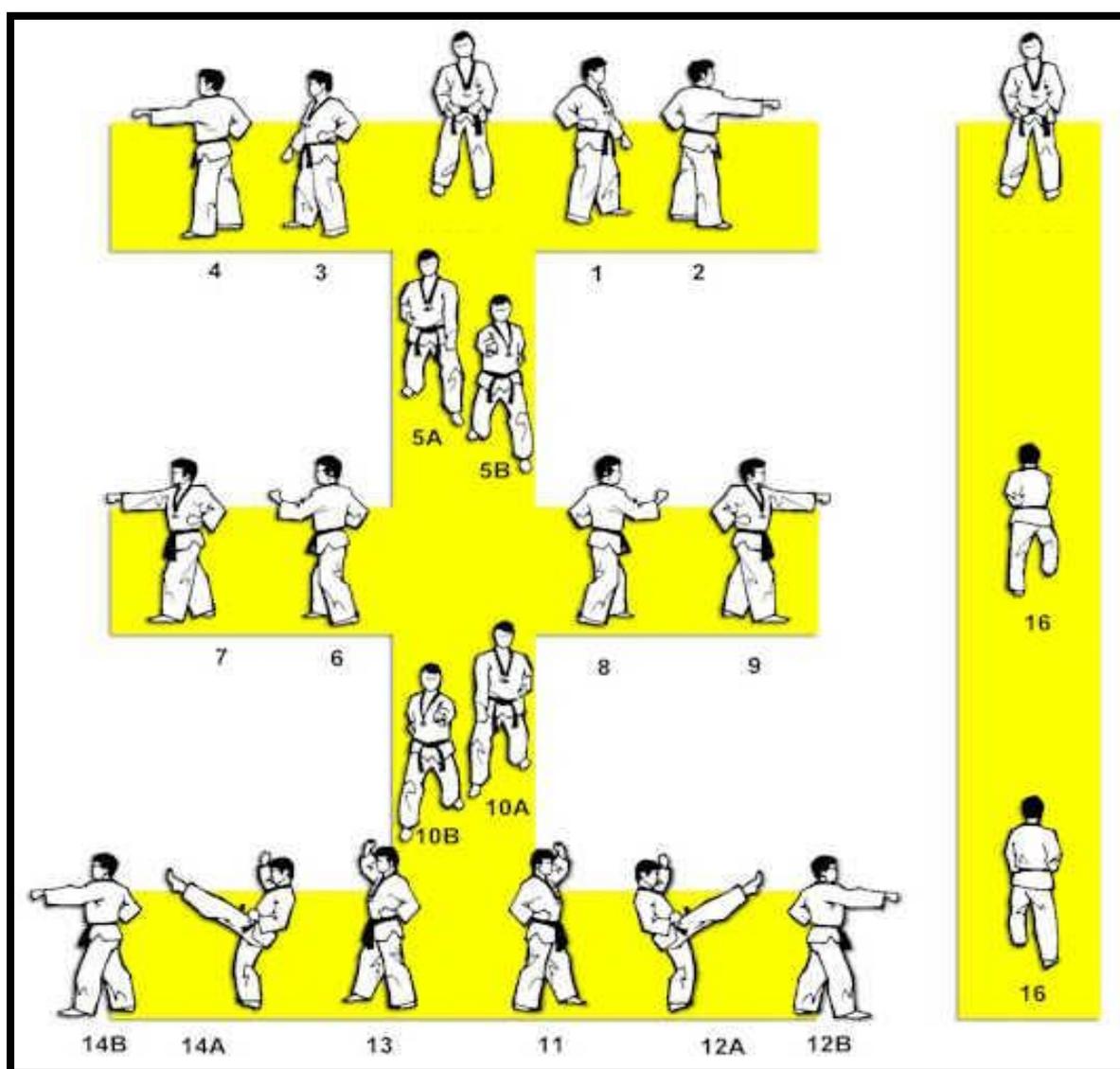
TAEGEUK IL JANG

Principio: **KEON**

Significado: **CIELO Y LUZ**

Simboliza el comienzo de la creación de todas las cosas en el universo. Se caracteriza por su facilidad en la práctica, y consiste en gran parte en caminar.

Movimientos: Are-makki, momtong-makki, olgun-makki, momtong-jireugi, ap-chagi.



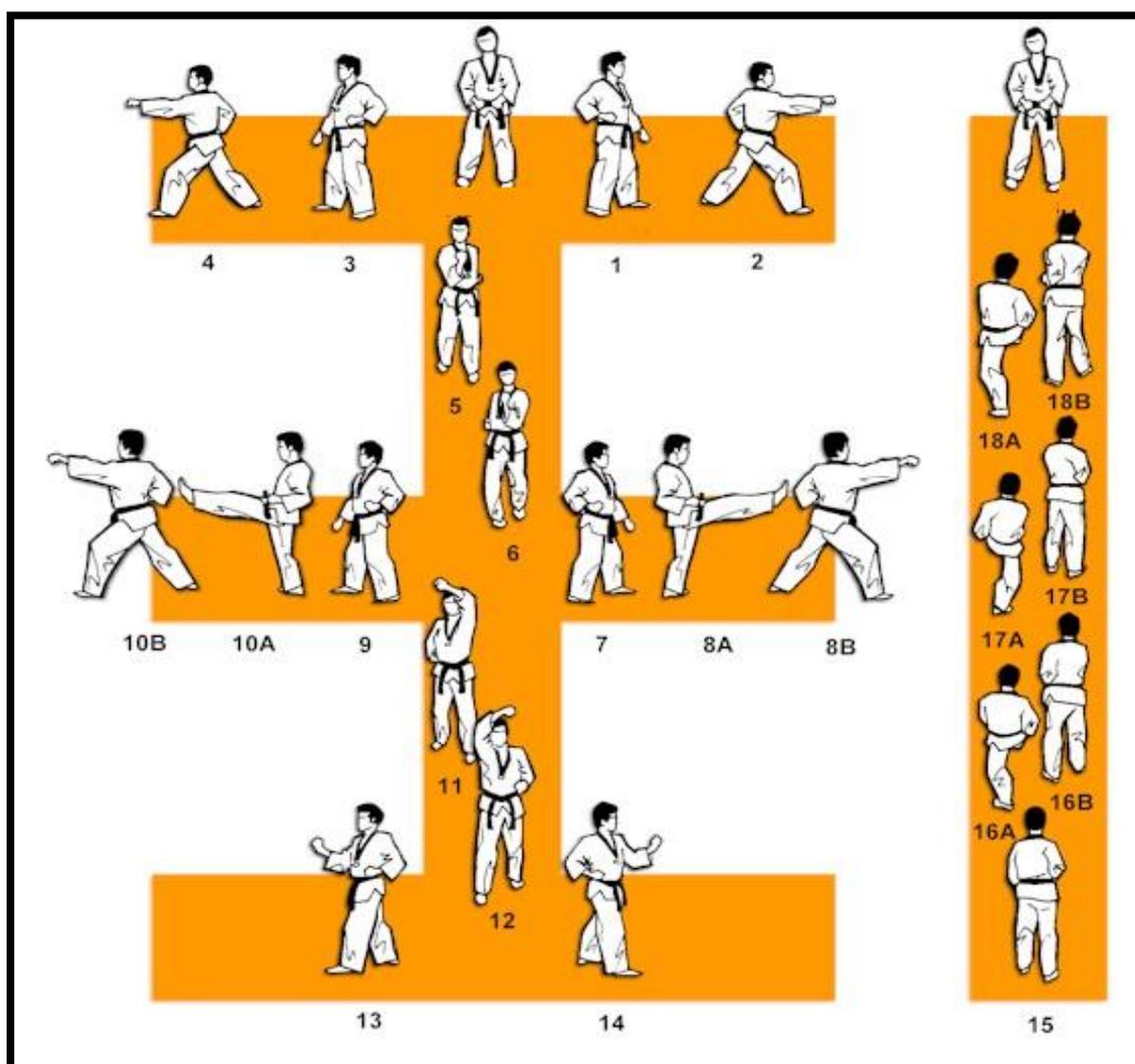
TAEGEUK I JANG

Principio: TAE

Significado: **ALEGRÍA Y REGOCIJO**

Simboliza las limitaciones del ser humano y su superación

Movimientos: Are-makki, momtong-makki, olgun-makki, momtong-jireugi, ap-chagi.



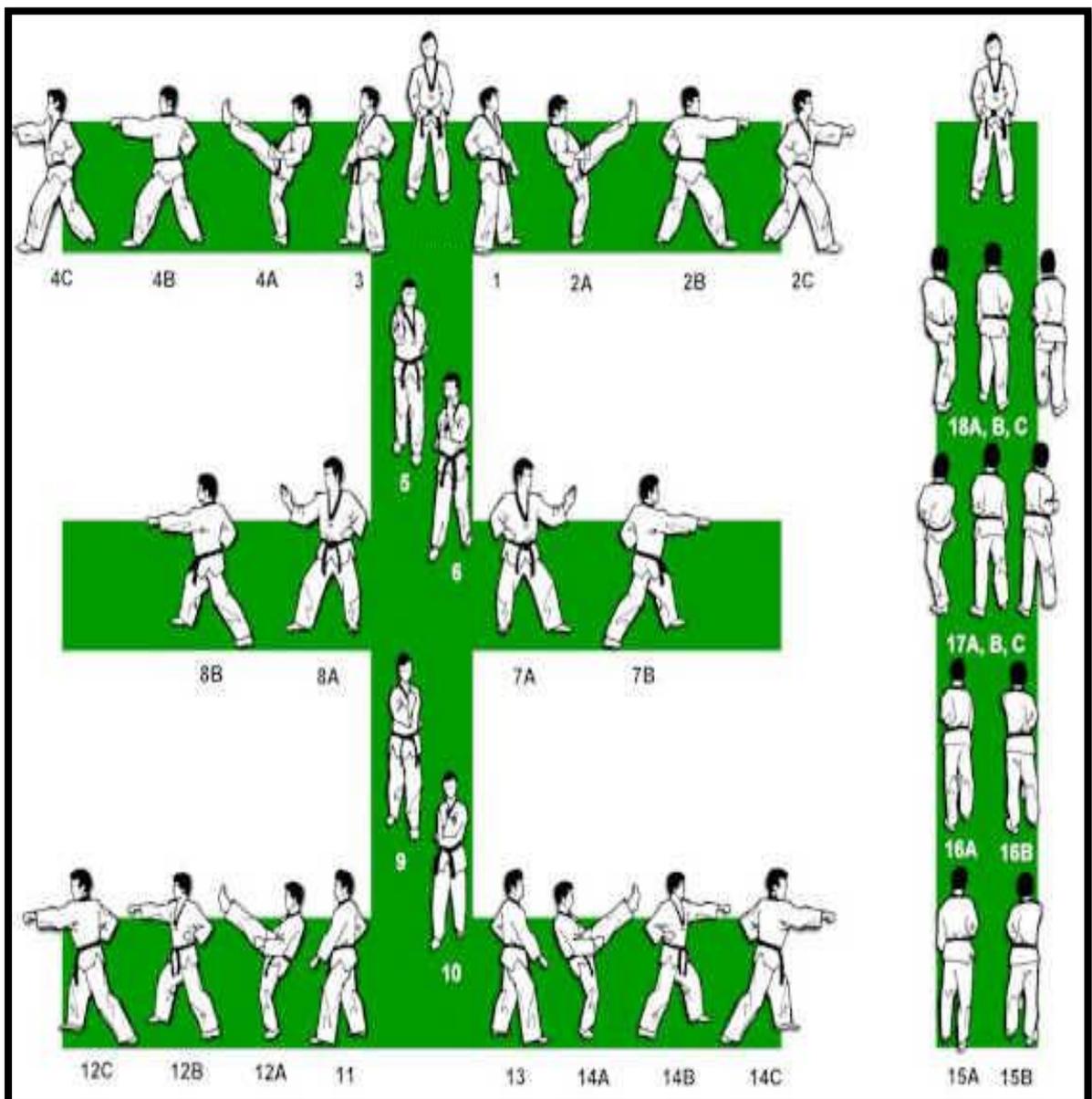
TAEGEUK **SAM** JANG

Principio: **RI**

Significado: **FUEGO**

Simboliza justicia y fervor por el entrenamiento.

Los nuevos movimientos son jansonnal-mok-chigi, jansonnal-makki, y la posición dwit-kubi.



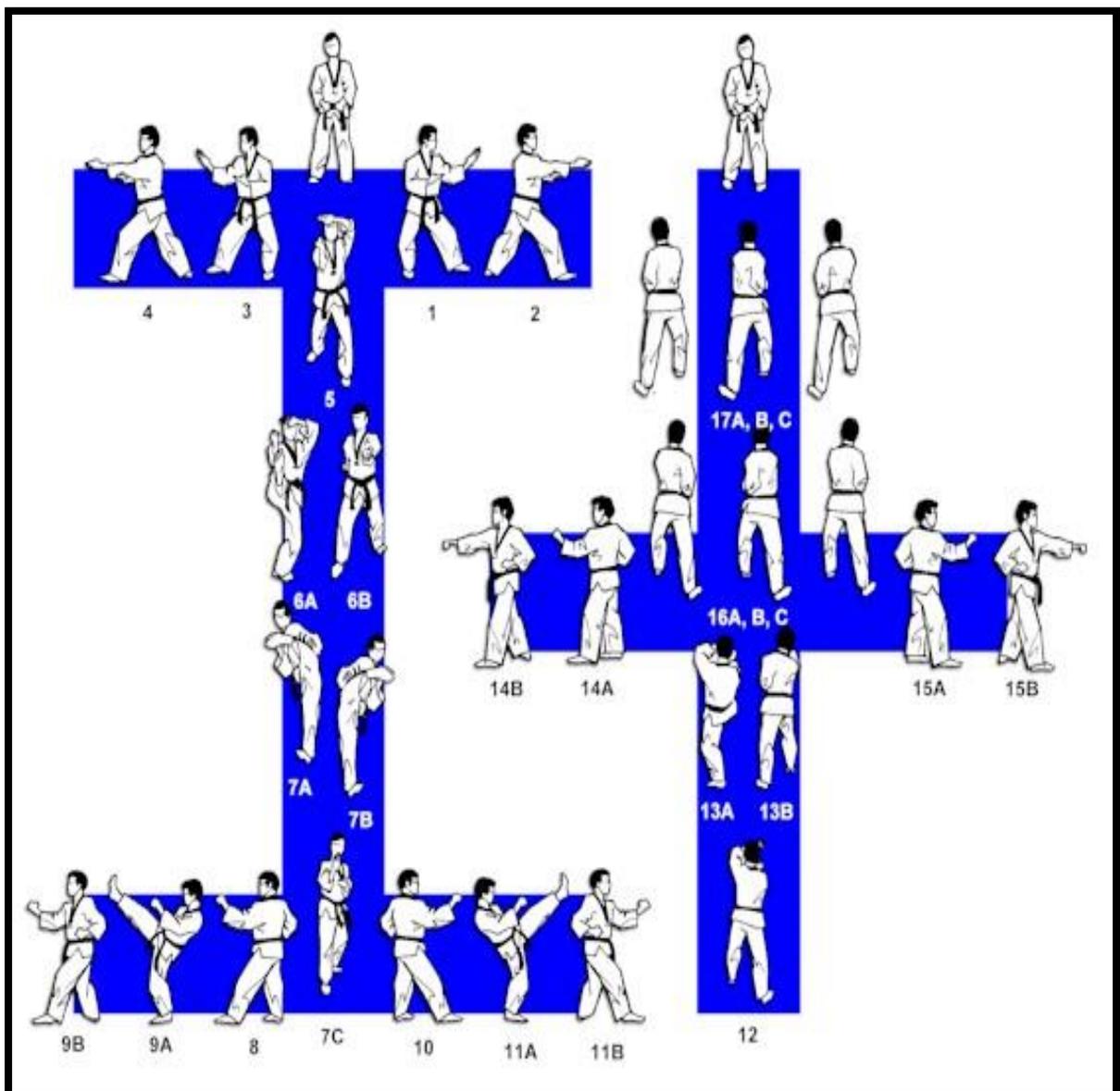
TAEGEUK SA JANG

Principio: YIN

Significado: TRUENO

Simboliza poder y dignidad

Los nuevos movimientos son sonnalmomtomg-makki, pyonsonkkeit-jireugi, jebipoom-mok-chigi, yop-chagi, momtomg-bakkatmakki, deung-jumeok-olgul-apchigi y las técnicas mikkeurombal (deslizado de pie).



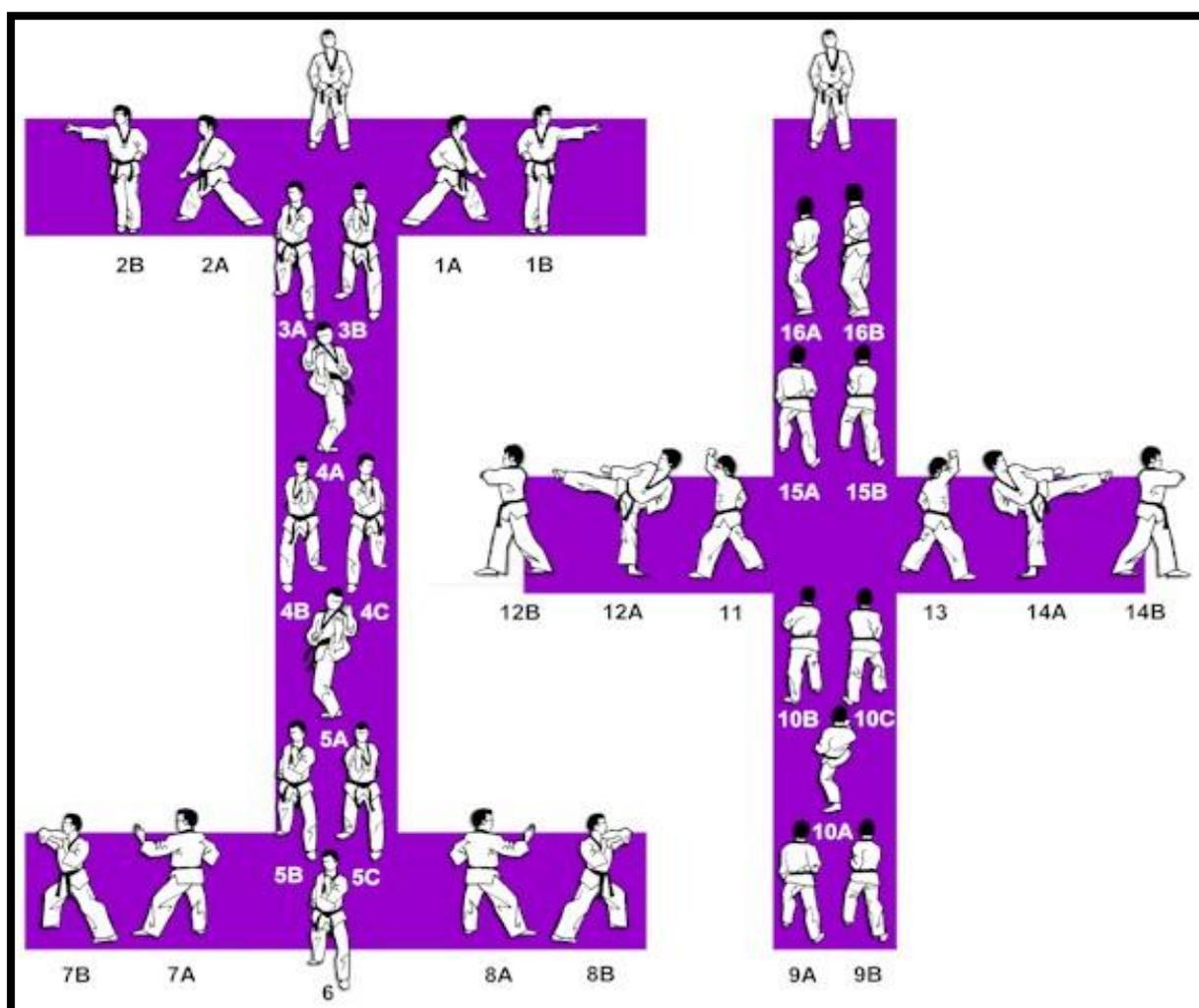
TAEGEUK OH JANG

Principio: **SEON**

Significado: **VIENTO**

Simboliza la fuerza imponente y la calma de acuerdo con su fortaleza y su debilidad.

Los nuevos movimientos son me-jumeok-neryo-chigi, palkup-dollyo-chigi, yop-chagi y yop-jireugi, palkup-pyo-jeok-chigi y algunas posiciones como kkoa-seogi, wen-seogi y oreun-seogi.



TAEGEUK IUK JANG

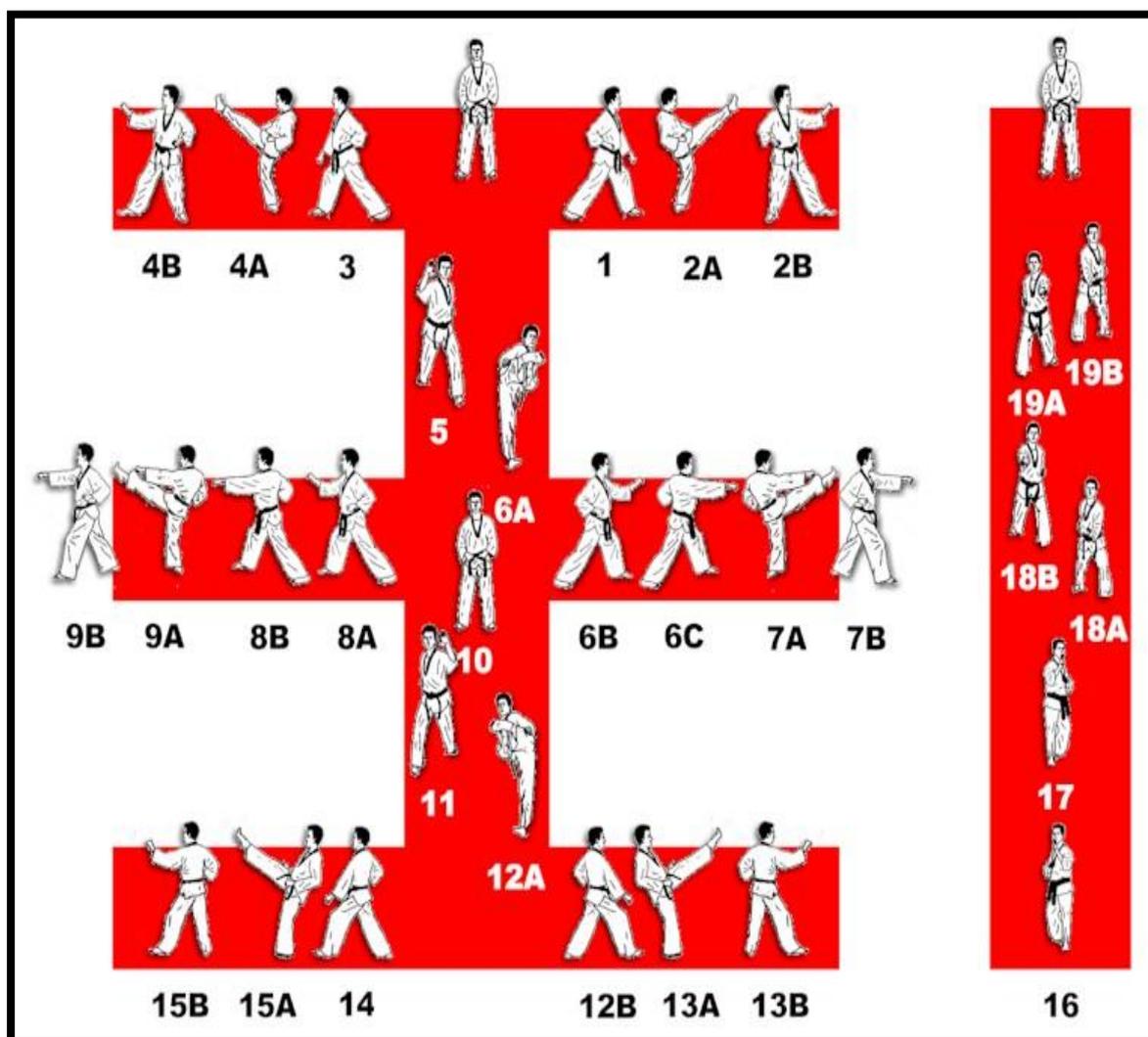
Principio: **GAM**

Significado: **AGUA**

Simboliza el agua, indicando flujo incesante y suavidad.

Los nuevos movimientos son han-sonnal-olgul-bakkat-makki, dollyo-chagi, batang-son- momtong-makki además de pyonhi-seogi.

Se debe tener cuidado al regresar el pie correctamente al suelo después de un dollyo-chagi y bajar la mano a una distancia igual a la palma de la mano al momento de lanzar un batang-son momtong-makki más bajo que en el caso de palmok-makki.



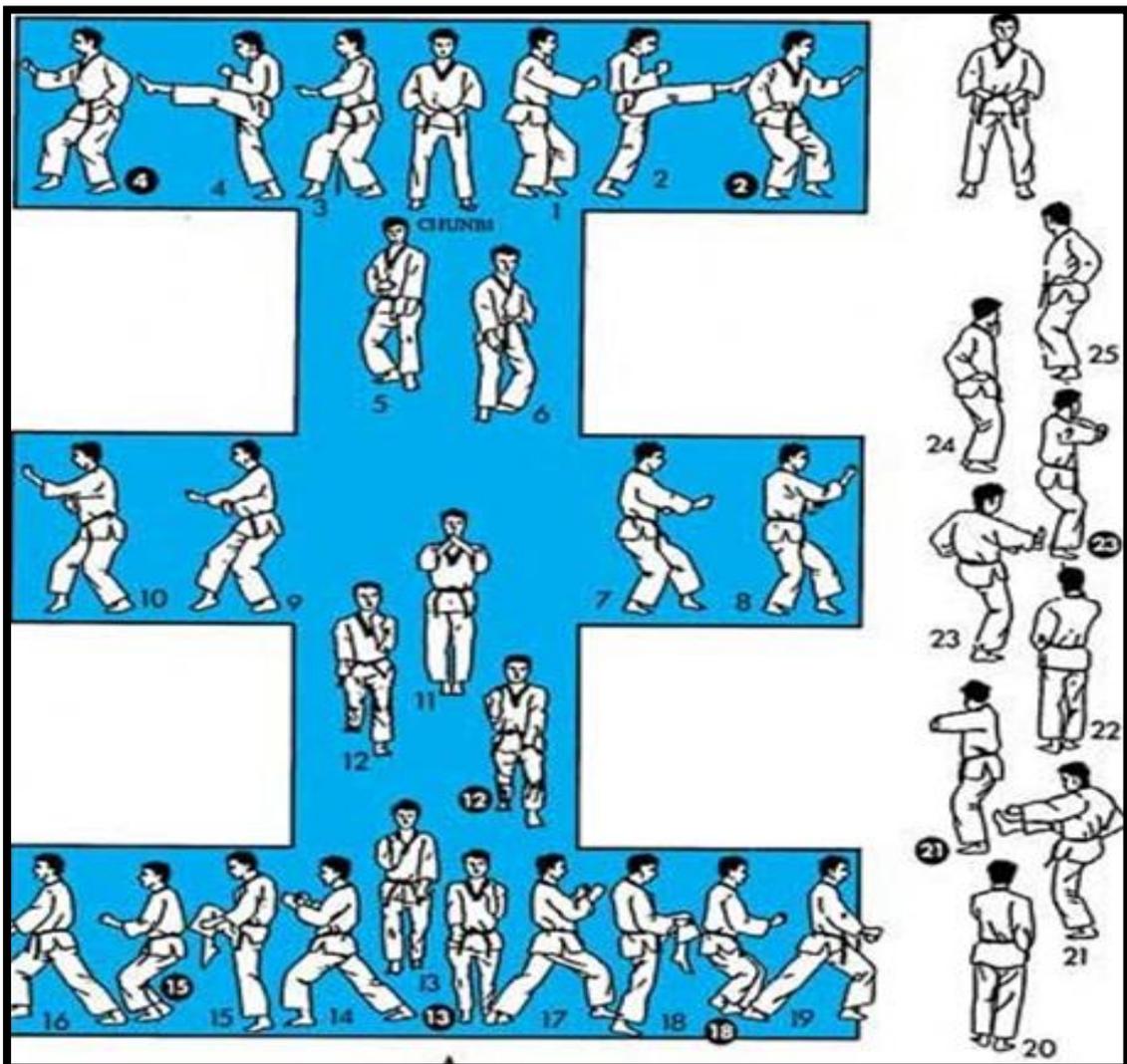
TAEGEUK CHIL JANG

Principio: **GAN**

Significado: **MONTAÑA**

Simboliza firmeza y meditación.

Los nuevos movimientos son sonnal-are-makki, batangson-kodureo-makki, -jumeok-kawi-makki, mureup-chigi, momtong-hecho-makki, jecho-du-jumeok-momtong-jireugi, otkoreo-are-makki, pyojeok-chigi, yop-jireugi y posiciones como beom-seogi y chuchum-seogi.



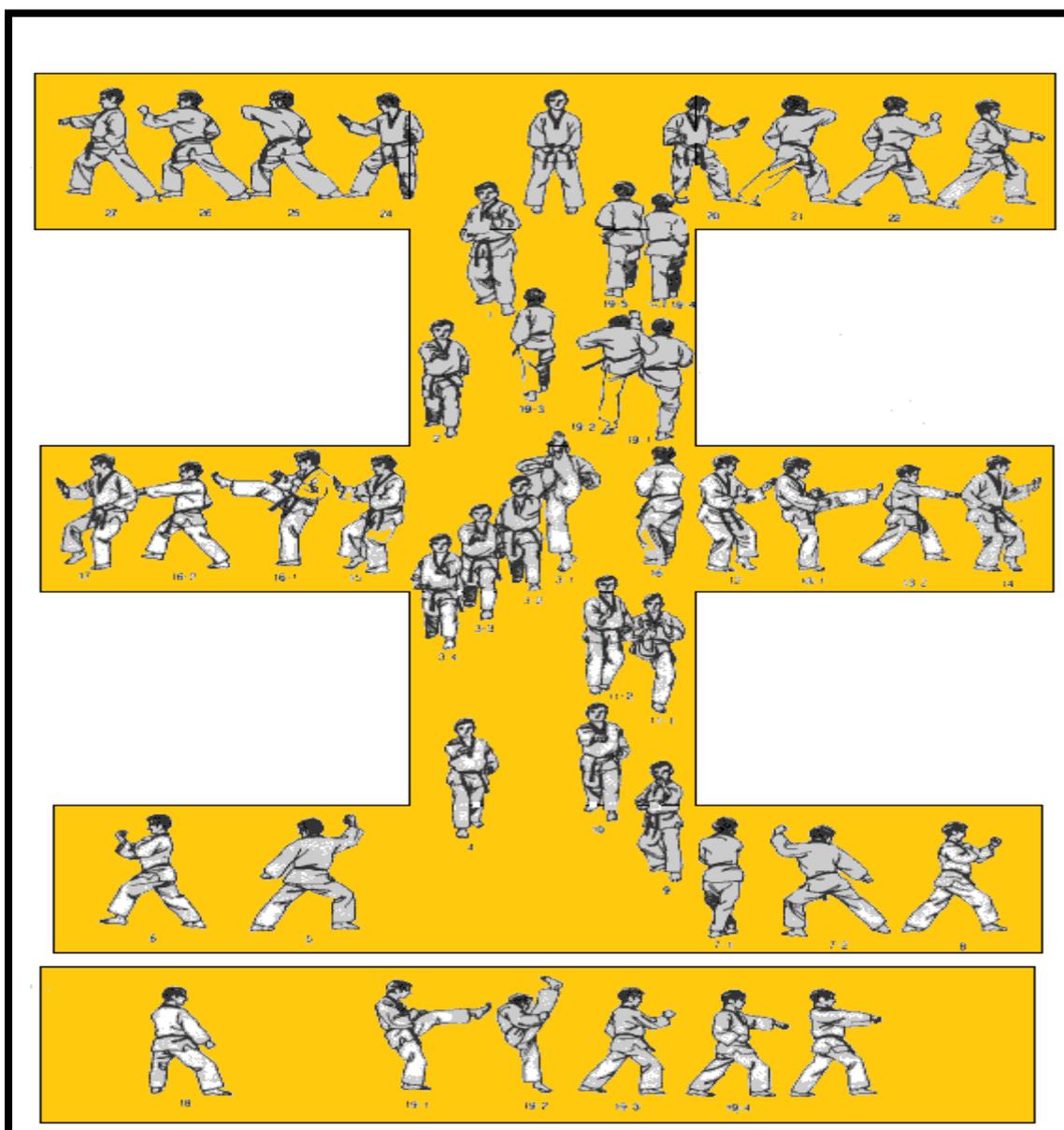
TAEGEUK PAL JANG

simbo Principio: **GON**

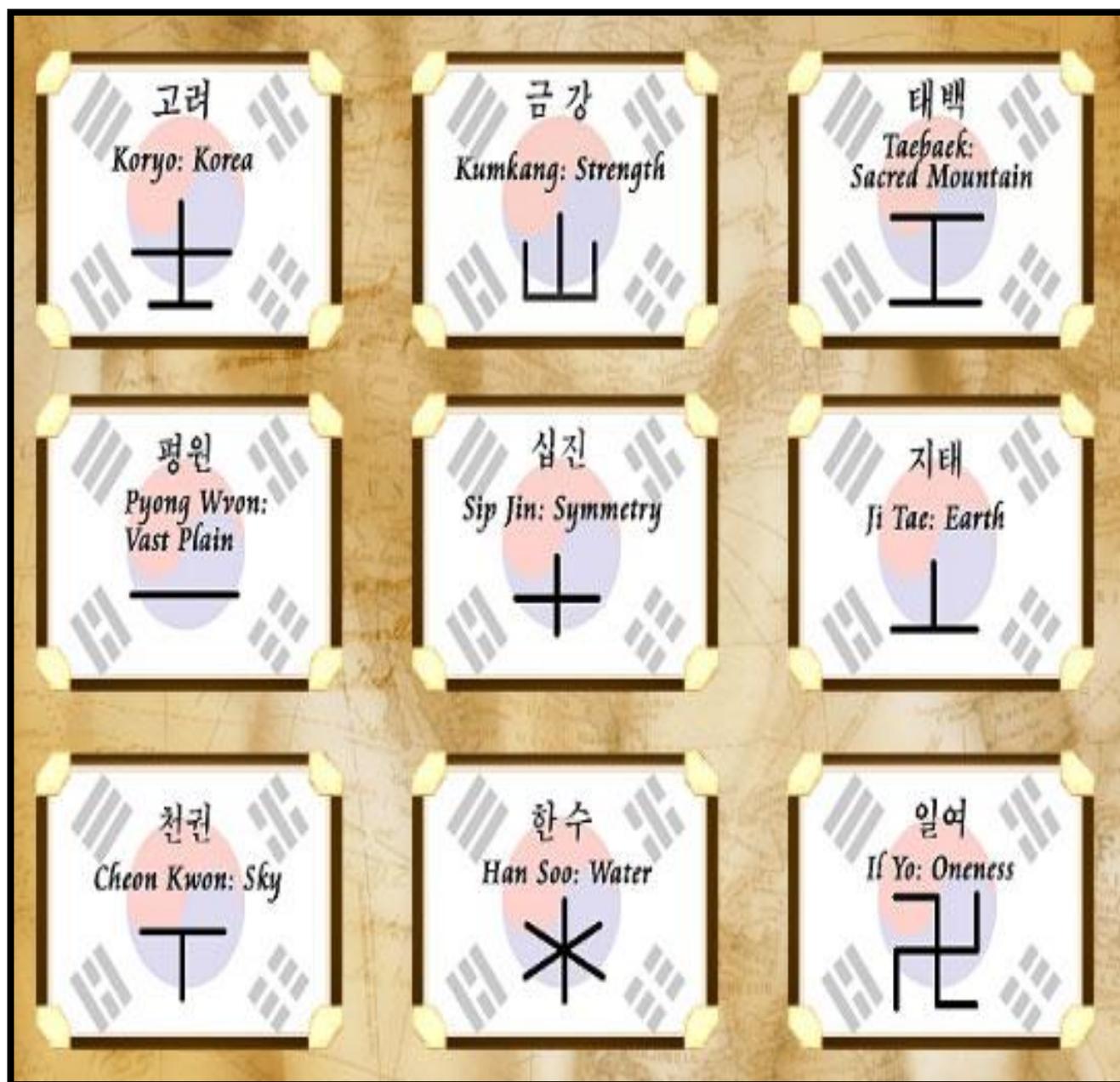
Significado: **TIERRA**

Simboliza la tierra, indicando la raíz y el asentamiento,

Se hace énfasis en la precisión de los pasos y la diferencia entre salto-patada y dubal-dangsong(salto-patada alternado en el aire).



CINTURONES NEGROS

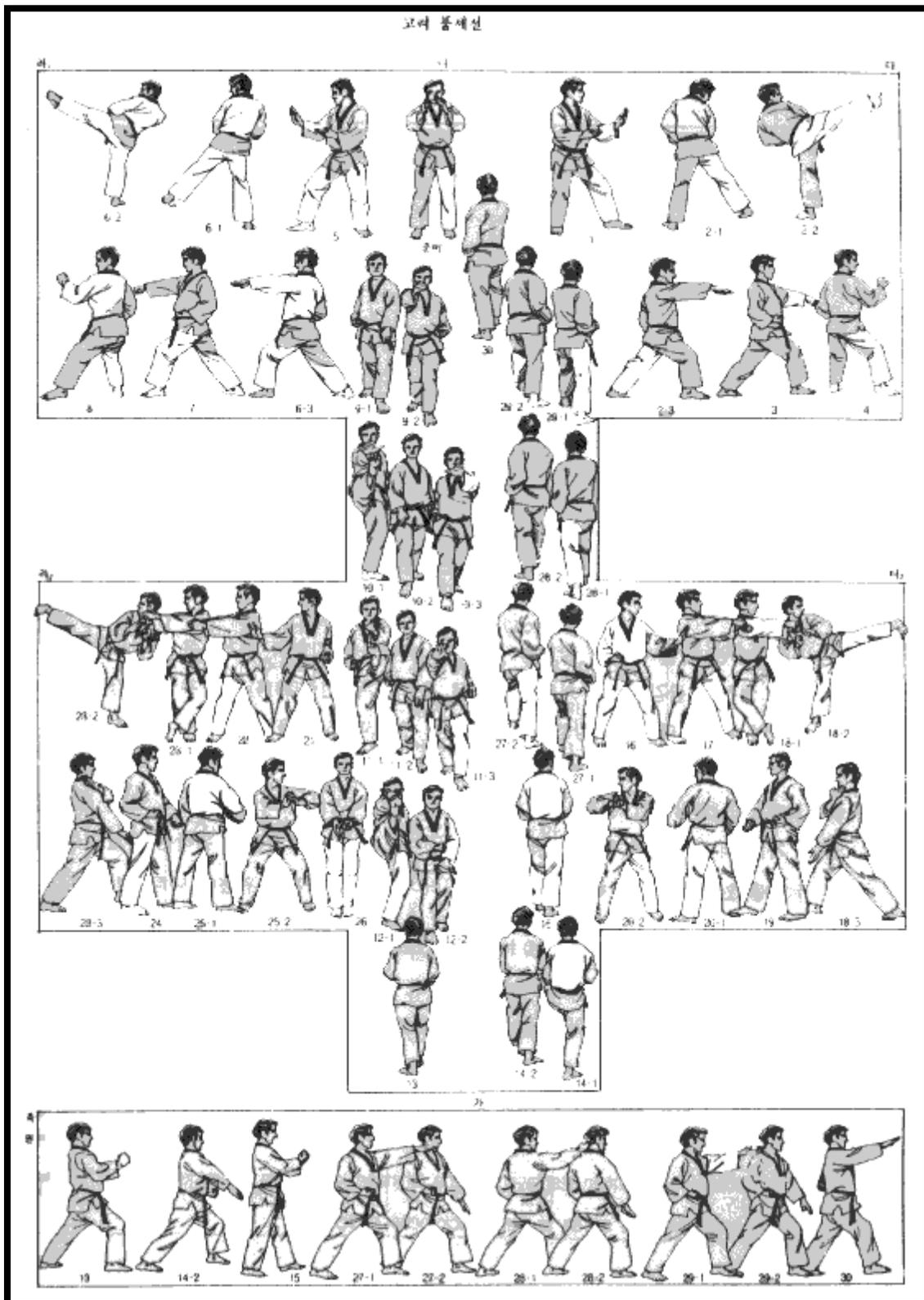


Cada uno de los nueve poomsaes tiene su representación y en conjunto forman la filosofía tradicional de Corea.

KORYO

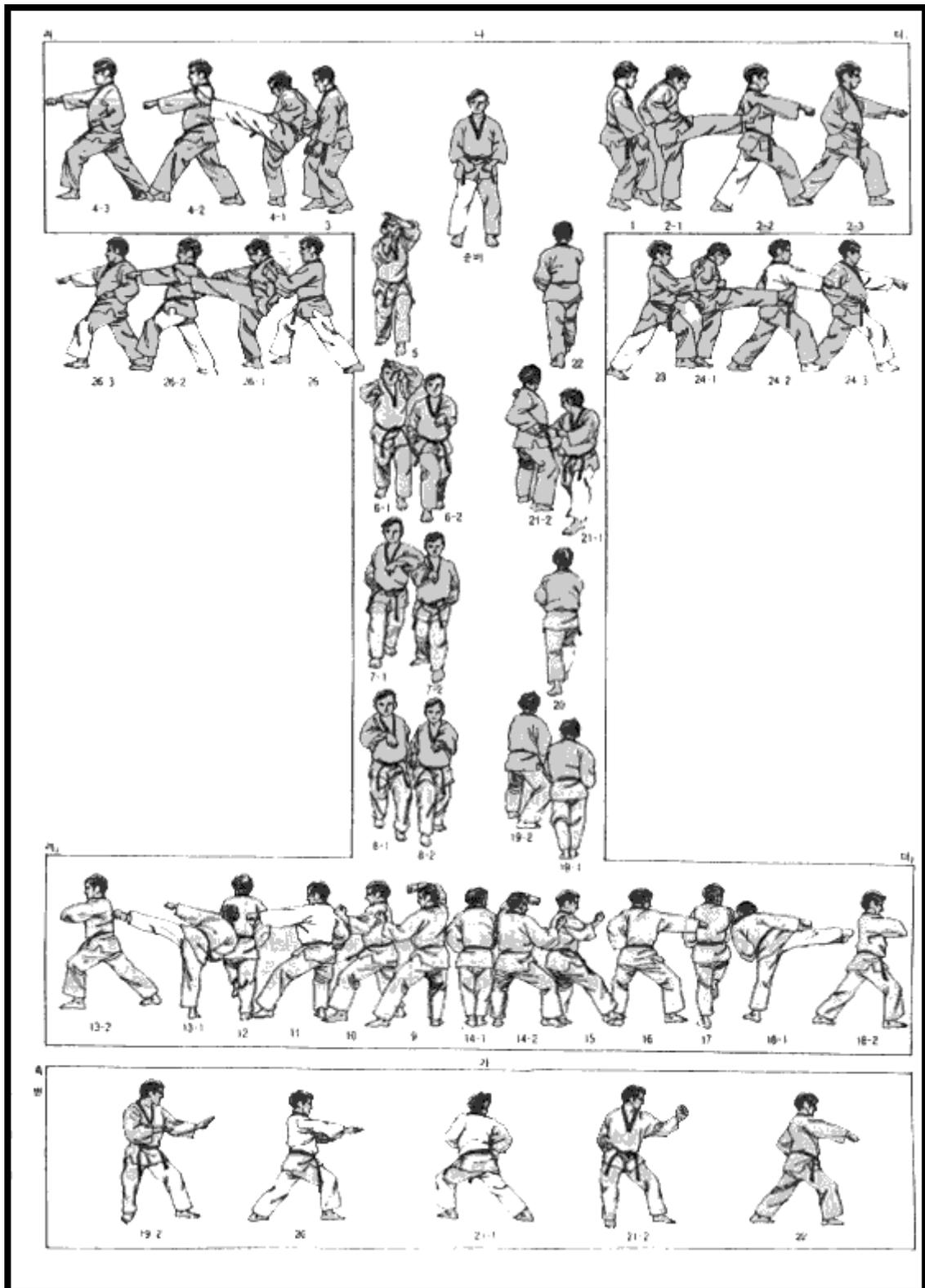
Koryo :(Corea) En el período Koryo se derrotaron a los agresores Mongoles.

Koryo: Basado en espíritu del Sonbae (Sonbi) que significa "Hombre Instruido" o un "Hombre de Virtud".



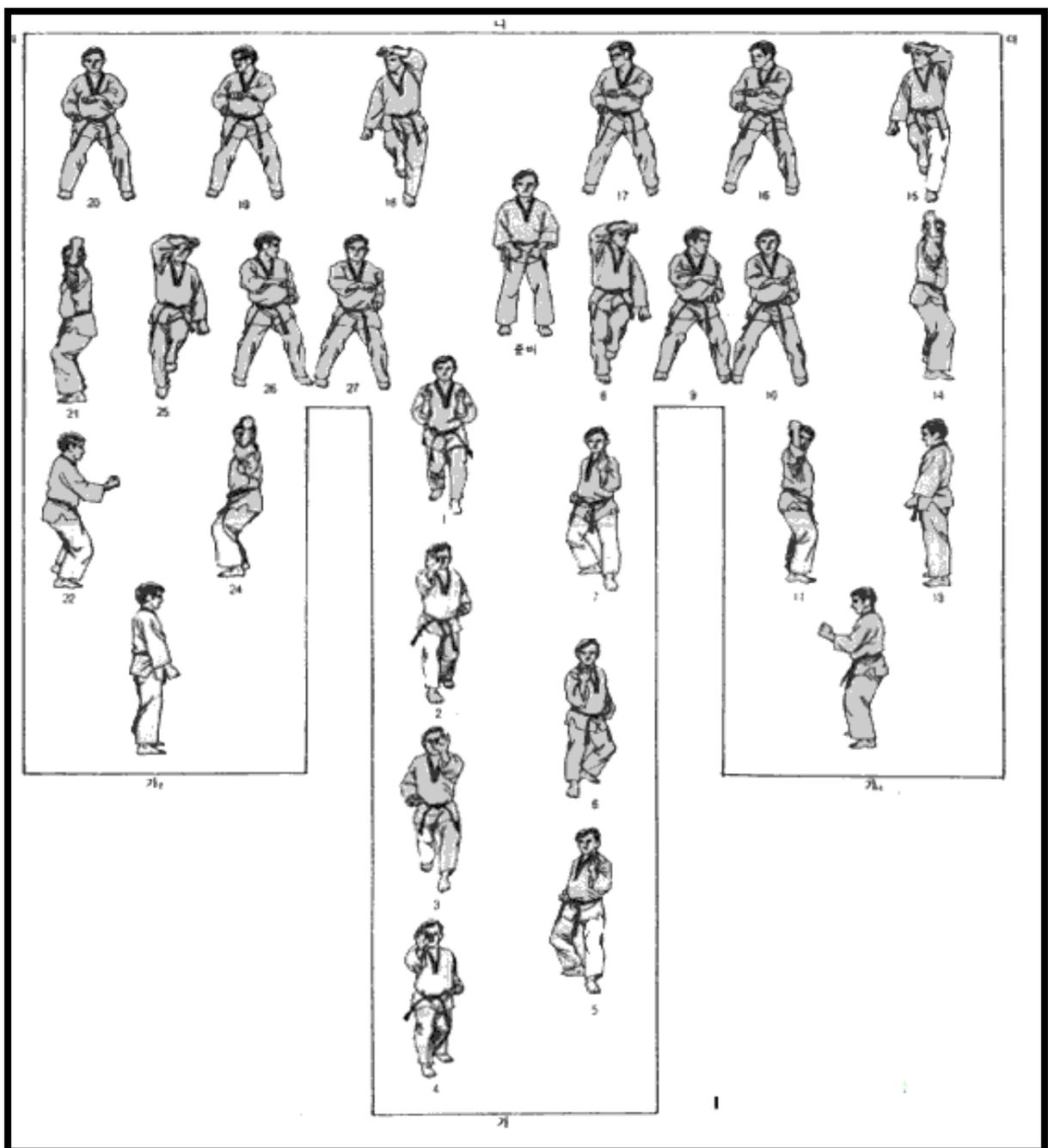
KUMGANG

La palabra "Kumgang" originalmente quería decir existencia muy fuerte para ser rota. También en el Budismo, aquello que rompe la agonía mental con la combinación de sabiduría y virtud es llamado "Kumgang", después Monte Kumgang, símbolo de solidez. "Kumgang" es también análogo de "diamante".



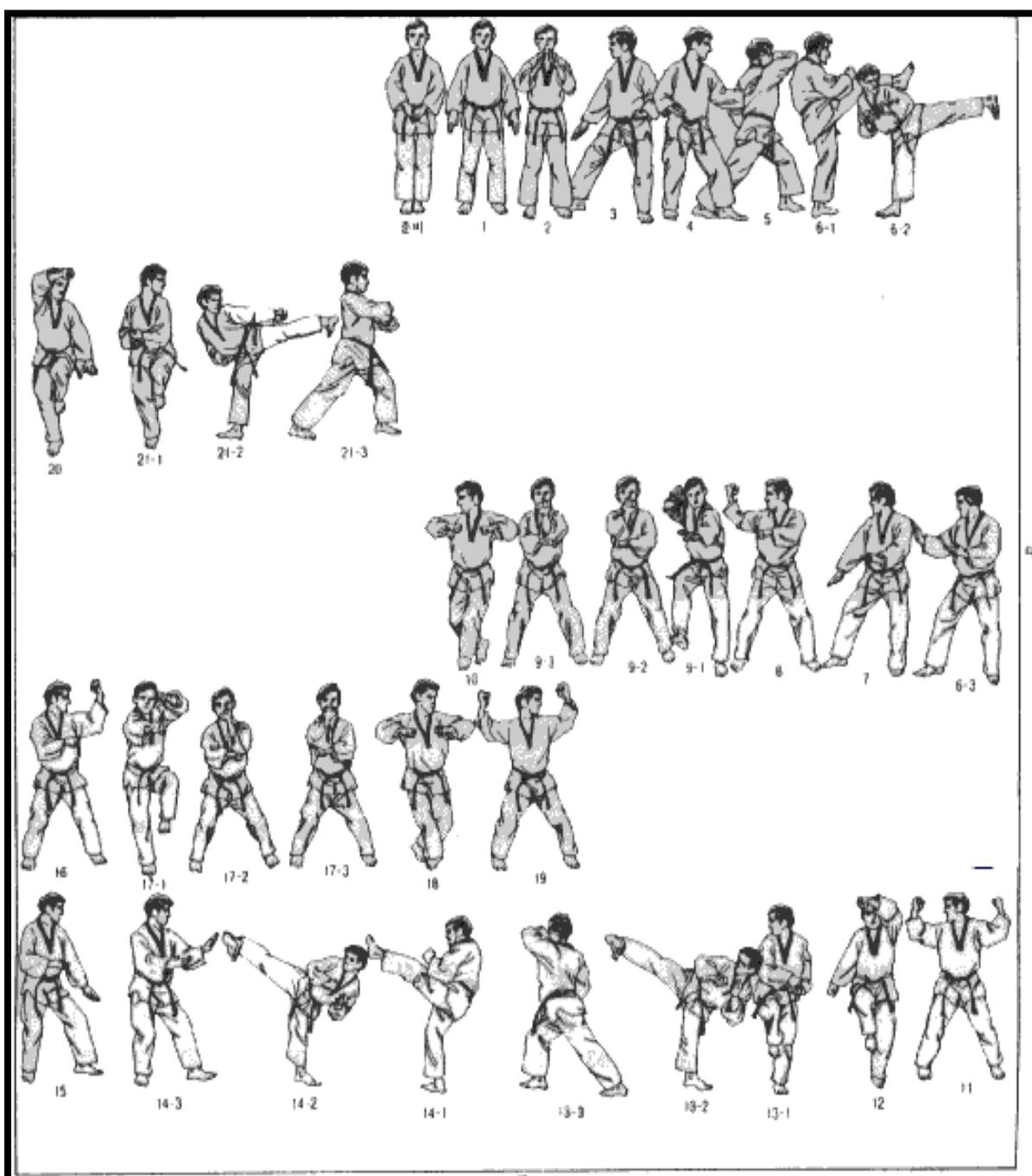
TAEBEK

"Taebek" es el nombre antiguo del Monte Paekdu donde el legendario Tangun fundó una nación por vez primera en la península de Corea hace 4,329 años según el calendario Tangun Poomsae "Taebek" toma sus principios de la evolución de la palabra "Taebek" que significa luminosidad, ser que es respetado como sagrado.



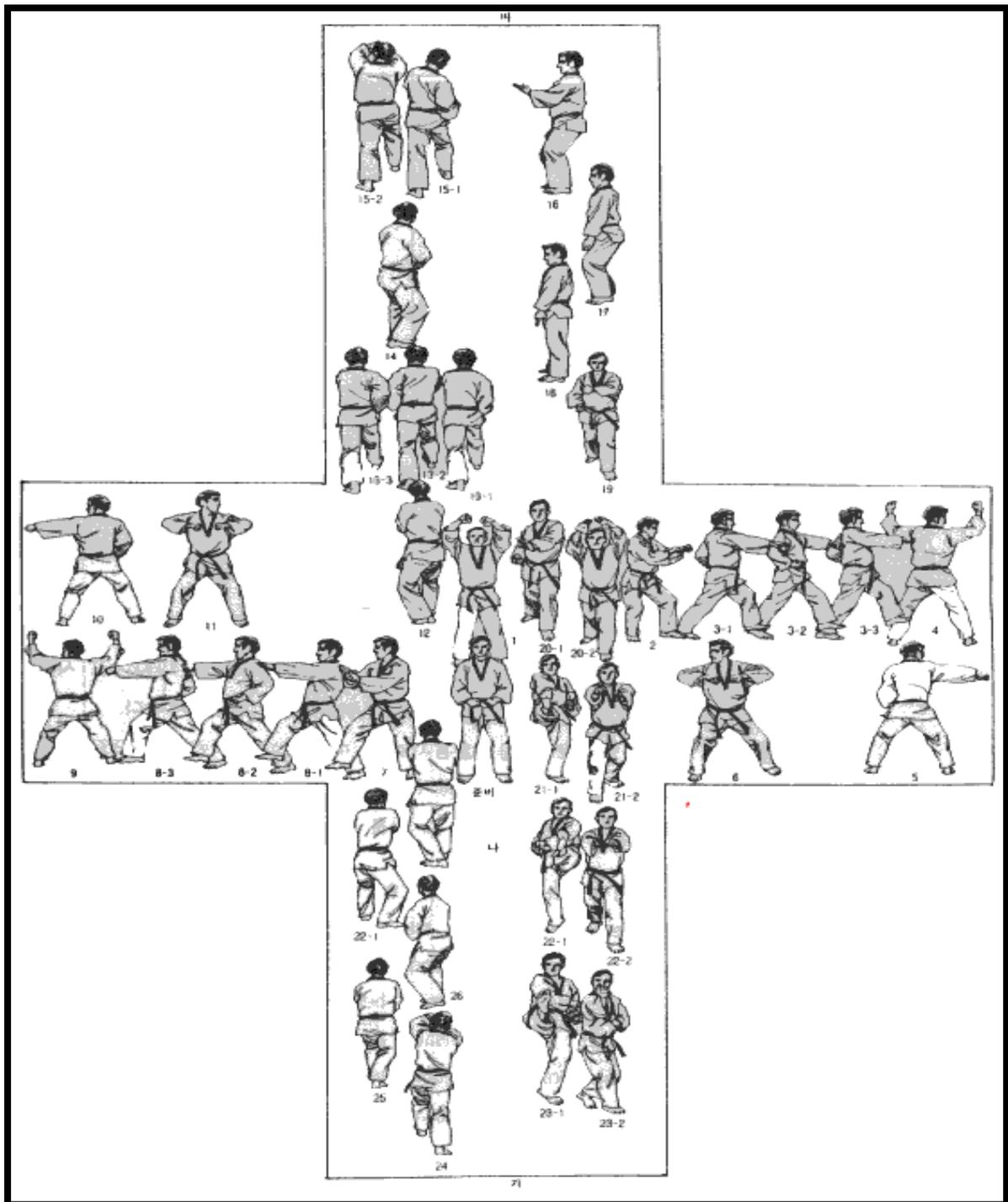
PYONGWON

"Pyongwon" significa 'la gran llanura'. La llanura es fuente del sustento de la vida humana y, por otra parte, una gran planicie que se extiende infinitamente nos da una sensación de majestuosidad que es diferente de la que sentimos con una montaña o el mar.



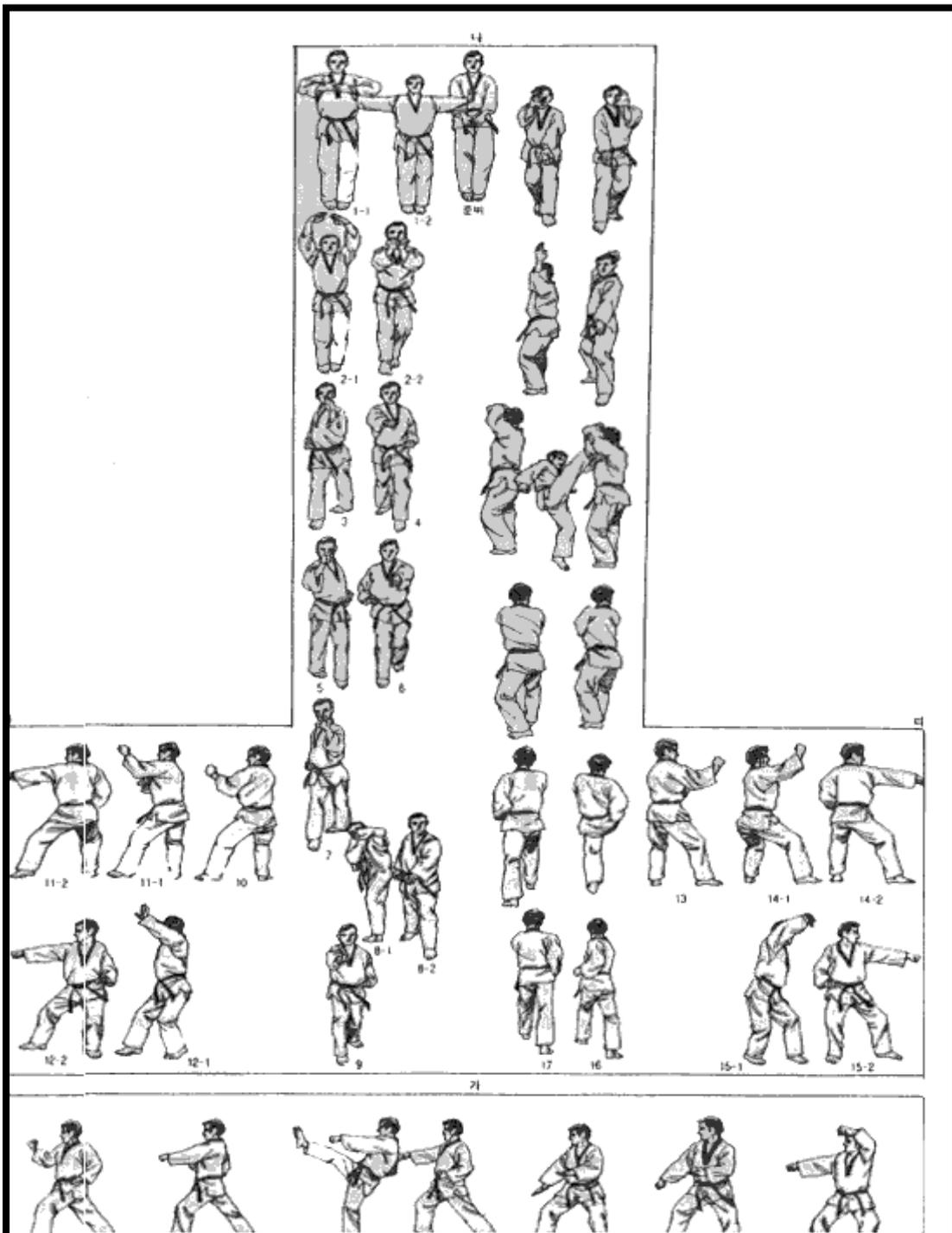
SHIPJIN

Shipjin quiere decir 'sistema decimal' que existe como una figura simbólica de 10 significados infinitos que se desarrollan y crecen en un orden sistemático. En el Poomsae Shipjin, la estabilidad es vista en cada cambio de movimientos.



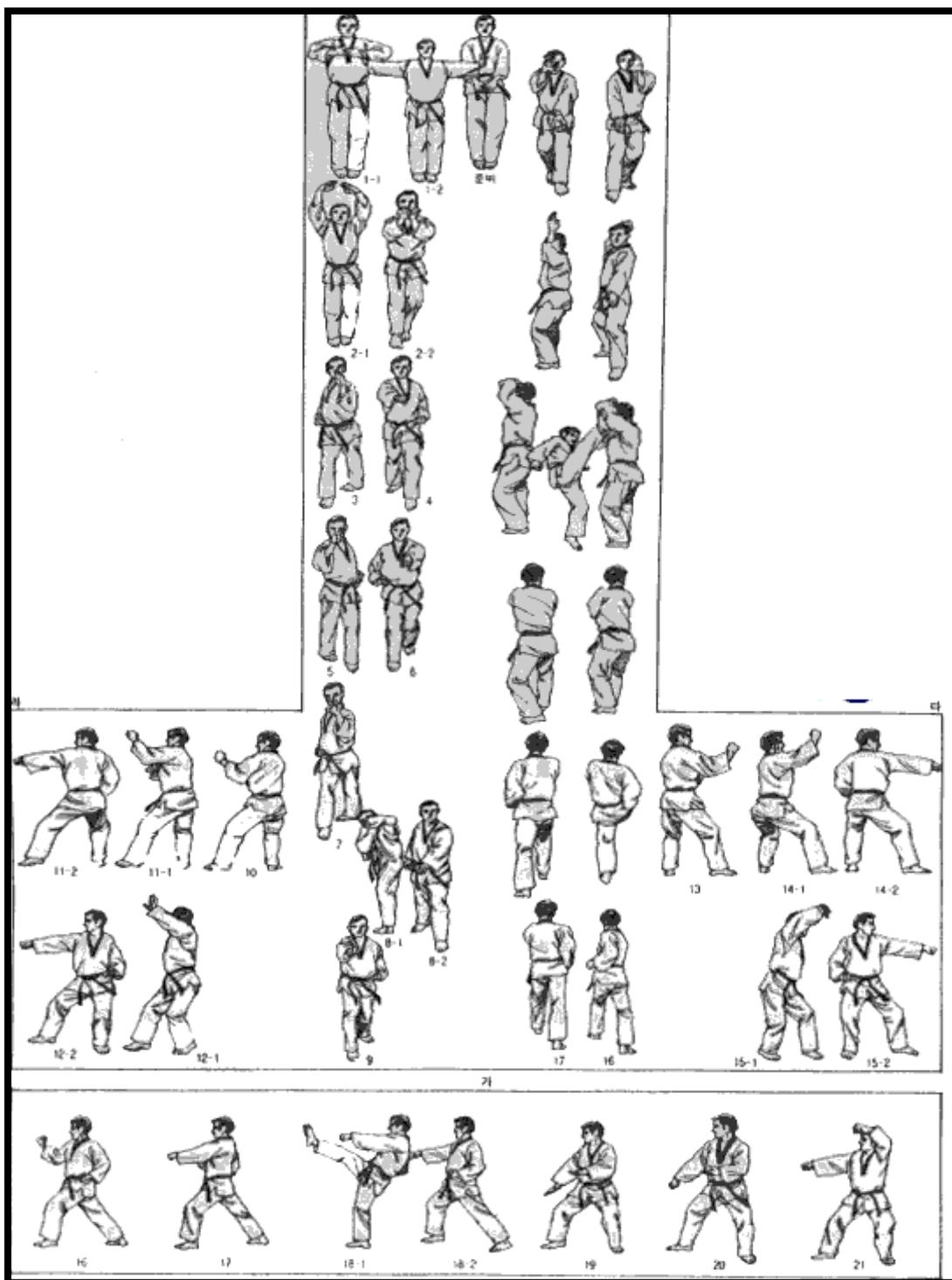
JITAE

De acuerdo a una creencia oriental, todos los seres vivos vienen de la tierra y regresan a ella (Jitae se deriva del significado de la tierra). La tierra es entonces el origen y terminación de la vida. El Poomse "Jitae" es el movimiento que proporciona estas características a la tierra.



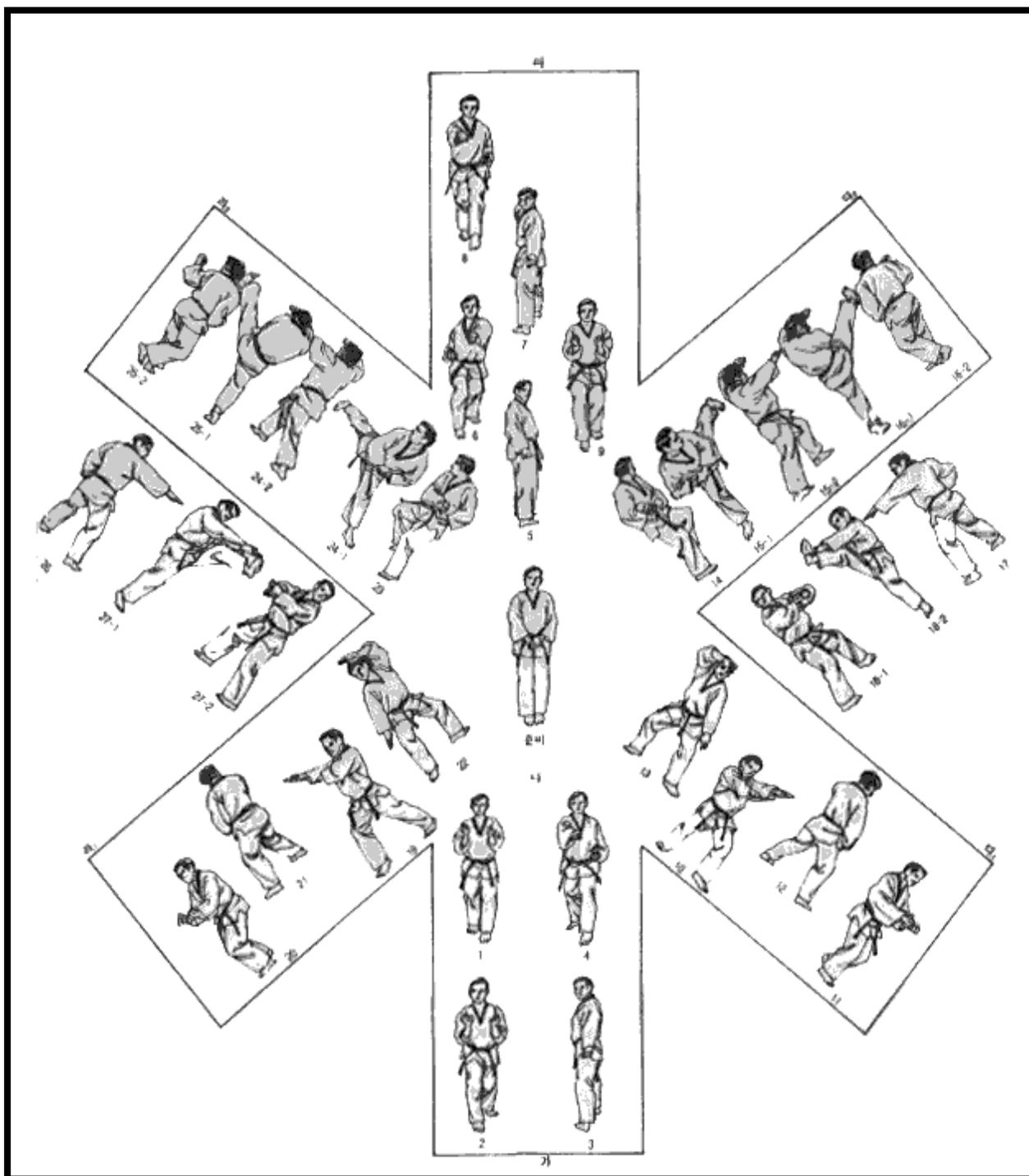
CHUNKWON

"Chunkwon" significa el cielo. Desde tiempos ancestrales los orientales han creído y adorado al cielo como gobernante del universo y los seres humanos, movimientos llenos de vitalidad.



HANSOO

El Poomse "Hansoo" se deriva de la palabra 'agua', es típica su fluidez y adaptabilidad, que es como se manifiesta el agua en la naturaleza.



COMPETENCIA POOMSAE



IMPLEMENTACIÓN COMPETENCIA COMBATE



1. Protector de cabeza de espuma inyectada, el cual dependiendo el sorteo, será de color rojo o azul.
 2. Protector bucal que debe ser de color blanco o transparente.
 3. Protector de tronco o peto, dependiendo el sorteo será de color rojo o azul.
 4. Protectores de antebrazos los cuales estarán bajo del uniforme.
 5. Guantines protectores
 6. Protector genital que debe estar bajo del uniforme.
 7. Protector de tibia y peroné, o espinillera, que deberá estar bajo del uniforme.
- Medias de sensores cuando sea con peto electrónico, si es con peto convencional **NO** se colocan las empeineras.



EL ORIGEN DEL TAEKWONDO



**SIL-LA (57 A.C –
935 D.C)**

**KOGURYO
(37A.C-668 D.C)**

**PAEKCHE
(18 A.C –660
D.C)**

El hombre tiene por naturaleza el instinto de conservar tanto su propia vida como la de su raza, por lo tanto desarrolla actividades físicas bien sea consciente o inconscientemente.

El Hombre no puede prescindir de los movimientos físicos, crece y evoluciona en ellos, sin importar el tiempo y el espacio.

En la antigüedad las personas no tenían otros medios más que sus propias manos y sus cuerpos para defenderse, así que

naturalmente desarrollaron técnicas de combate mano a mano. Incluso en la época en que se desarrollaron las armas como medios defensivos u ofensivos, las personas aún seguían disfrutando de las técnicas de combate mano a mano con el propósito de fortalecer sus cuerpos, así como de lucirse en los combates durante los rituales de las comunidades tribales.

En los comienzos de la península coreana había tres tribus, cada una contaba con una competencia de arte marcial para guerreros durante la época de rituales. Para ese entonces, la gente aprendía sus técnicas de las experiencias de pelear con animales, cuyos movimientos defensivos y ofensivos también eran objeto de análisis. Se cree que éste es exactamente el verdadero origen del taekwondo moderno, cuyo nombre proviene de:

TAEKKYON, SUBAK, primeros nombres del taekwondo.

Al final de la edad antigua en la península de Corea, tres reinos rivalizaban entre ellos por la hegemonía.

Estos eran **KOGURYO, PAEKJE Y SHILLA**.

Un conocido libro de artes marciales de la época llamado “Muyedobo-Tongji” escribió “El Taekwondo es la base del arte marcial, permite el fortalecimiento del cuerpo usando el pie y la mano libremente y entrenando los brazos y las piernas y en general el cuerpo para adaptarlo a cualquier situación crítica”.

DINASTÍA KORYO: Unión de toda la región y fundamento del Taekwondo.

Origen el nombre a **COREA:** Tierra del amanecer tranquilo, anteriormente **CHOSON**.

TAEKWONDO - COLOMBIA

1964: El taekwondo llegó a Colombia, a Bogotá y Cali con el profesor coreano Sahn Young Han.

1966: En Medellín con el profesor coreano Huan Su Sohn.

1967: Se institucionaliza y oficializa el taekwondo en Colombia, a través de un convenio entre la Universidad de América en Bogotá, y el gobierno de Corea, junto con la llegada del maestro Kyong Deuk Lee.

1969: Otro maestro coreano, Woo Young Lee, conocido como Carlos Lee.

1978: El 9 de diciembre se fundó la

Federación Colombiana de Taekwondo, por el Maestro y Abogado César Antonio Díaz Jiménez, mediante asamblea de las ligas de Atlántico, Bolívar y Sucre en la ciudad de Barranquilla.

1979: Reconocida oficialmente por Coldeportes Nacional. (198.):

Fundación Liga Taekwondo de Bogotá

(Profesor Miguel Franco).

Los logros deportivos más importantes obtenidos por atletas colombianos han sido:

Carolina Bejarano: Medalla de bronce en campeonato mundial de mayores realizado en 1993, en New York.

José Guillermo Castro: Medalla de bronce en campeonato mundial juvenil en Estambul, en 1998.

Oscar Muñoz: Medalla de Bronce en los Juegos Olímpicos de Londres 2012.

Natalia Yopasá: Medalla de bronce en los Juegos Olímpicos de la Juventud 2014 en Nanjing, China.

Katherine Dumar: Medalla de bronce en el mundial de taekwondo, en Cheliabinsk (Rusia) 2015.

Andrés Moreno: Medalla de bronce en el Mundial de Cadetes 2015, en Muju, Corea.



FECHAS IMPORTANTES

1955: 11 de Abril Nombre **Taekwondo**

1971: El Taekwondo recibió el nombramiento de arte marcial nacional en Corea.

1972: **Kukkiwon** fue fundado para ser utilizado como la sede, y lugar de las diversas competencias.

1973: Se estableció la **Federación Mundial de Taekwondo**.

Se celebró el primer campeonato mundial masculino en Seúl, Corea del sur, desde entonces se realiza cada dos años.

1974: El Taekwondo fue admitido en los juegos asiáticos como evento oficial.

1975: El Taekwondo fue aceptado como deporte oficial por la Unión Atlética de Aficionados de los EE.UU.

También fue admitido a la Asociación General de las Federaciones Internacionales de Deportes (GAISF).

Adopción por parte del Consejo Internacional de Deportes Militares (CISM).

1976: La **WTF** se convirtió en una federación deportiva reconocida por el Comité Olímpico Internacional (COI).

1980: Taekwondo un deporte olímpico oficialmente

1981: Juegos Mundiales

1986: Juegos Panamericanos, Juegos Africanos

1985: Se aprueba como deporte de demostración en los olímpicos

1986: El Taekwondo es aprobado en la Federación Internacional de Deportes Universitarios

1988 : Deporte de demostración Juegos olímpicos de Seul .

1992 : Deporte de demostracion Juegos olímpicos de Barcelona

1994: El Taekwondo adquiere "full olympic status" deporte olimpico durante la sesión 103a del COI celebrada en parís, Francia, **el 4 de septiembre, declarado día internacional del Taekwondo**

1996: Atlanta

2000: Participación como deporte olímpico oficial en juegos olímpicos de Sydney – Australia.

2004: Atenas

2008: Beijing- China

2012: Londres

2004:Septiembre 4 Primer campeonato mundial de Poomsae y a realizar cada cuatro años.

El maestro Oscar Posada consiguió ante la WTF la aprobación para la categoría mayores de 60 años.

2012:Septimo Mundial de Taekwondo Poomsae Tunja, Colombia.



CAMBIO DE GRADO

1. CINTURÓN BLANCO PARA BLANCO FRANJA AMARILLA:

- Kukkiwon 1,2,3 con nombres
- Gibón 1,2,3
- Gibón cuadrado
- Saludo con significado

Rompimiento: Patada básica= por debajo con empeine.

2. CINTURÓN BLANCO FRANJA AMARILLA PARA AMARILLO:

- Kukkiwon 1,2,3 con nombres
- Gibón 1,2,3
- Gibón cuadrado
- Saludo con significado
- Taegeuk 1: Numeral , principio y significado
- Cruz básica
- Principios
- Significado CISSCA
- Significado Taekwondo

Rompimiento: Patada dollyo.

3. CINTURÓN AMARILLO PARA AMARILLO FRANJA VERDE:

- Kukkiwon 1,2,3 con nombres
- Gibón 1,2,3
- Gibón cuadrado
- Saludo con significado
- Taegeuk 1,2 :Numeral , principio y significado
- Cruz básica
- Principios
- Significado CISSCA
- Significado Taekwondo
- Formación
- Doyang
- Números hasta 10

Rompimiento: Patada dollyo, Puño.

4. CINTURÓN FRANJA VERDE PARA VERDE:

- Kukkiwon 1,2,3 con nombres
- Gibón 1,2,3
- Gibón cuadrado
- Saludo con significado
- Taegeuk 1,2 ,3:Numeral , principio y significado
- Cruz básica
- Principios
- Significado CISSCA
- Significado Taekwondo
- Formación
- Doyang
- Números hasta 10
- Significado Dobok

Rompimiento: Patada Mondollyo, Puño.

5. CINTURÓN VERDE PARA VERDE FRANJA AZUL:

- Kukkiwon 1,2,3 con nombres
- Gibón 1,2,3
- Gibón cuadrado
- Saludo con significado
- Taegeuk 1,2 ,3,4: Numeral , principio y significado
- Cruz básica
- Principios
- Significado CISSCA
- Significado Taekwondo
- Formación
- Doyang
- Números hasta 10
- Significado Dobok
- Significado Bandera Coreana
- Aplauso
- Combate tres pasos

Rompimiento: Patada Mondollyo, Nerio, Puño.

6. CINTURÓN VERDE FRANJA AZUL PARA AZUL:

- Kukkiwon 1,2,3 con nombres
- Gibón 1,2,3
- Gibón cuadrado
- Saludo con significado
- Taegeuk 1,2 ,3,4,5: Numeral , principio y significado
- Cruz básica
- Principios
- Significado CISSCA
- Significado Taekwondo
- Formación
- Doyang
- Números hasta 10
- Significado Dobok
- Significado Bandera Coreana
- Aplauso
- Combate tres pasos
- Significado WTF
- Significado Kukkiwon

Rompimiento: Patada Tuit, Nerio 360°, Sable.

7. CINTURÓN AZUL PARA AZUL FRANJA ROJA:

- Kukkiwon 1,2,3 con nombres
- Gibón 1,2,3
- Gibón cuadrado
- Saludo con significado
- Taegeuk 1,2 ,3,4,5,6: Numeral , principio y significado
- Cruz básica
- Principios
- Significado CISSCA
- Significado Taekwondo
- Formación
- Doyang
- Números hasta 10
- Significado Dobok
- Significado Bandera Coreana
- Aplauso
- Combate tres pasos
- Significado WTF
- Significado Kukkiwon
- Filosofía TI
- Grito

Rompimiento: Libre 5 giro, saltando, manos

8. CINTURÓN AZUL FRANJA ROJA PARA ROJO:

- Kukkiwon 1,2,3 con nombres
- Gibón 1,2,3
- Gibón cuadrado
- Saludo con significado
- Taegeuk 1,2 ,3,4,5,6,7: Numeral , principio y significado
- Cruz básica
- Principios
- Significado CISSCA
- Significado Taekwondo
- Formación
- Doyang
- Números hasta 10
- Significado Dobok
- Significado Bandera Coreana
- Aplauso
- Combate tres pasos
- Significado Kukkiwon
- Significado WTF
- Filosofía TI
- Grito
- Historia Taekwondo

Rompimiento: Libre 5 giro, saltando, manos.

9. CINTURÓN ROJO PARA ROJO FRANJA NEGRA:

- Kukkiwon 1,2,3 con nombres
- Gibón 1,2,3
- Gibón cuadrado
- Saludo con significado
- Taegeuk 1,2 ,3,4,5,6,7: Numeral , principio y significado
- Cruz básica
- Principios
- Significado CISSCA
- Significado Taekwondo
- Formación
- Doyang
- Números hasta 10
- Significado Dobok
- Significado Bandera Coreana
- Aplauso
- Combate tres pasos
- Significado Kukkiwon
- Significado WTF
- Filosofía TI
- Grito
- Historia Taekwondo
- Poomsae en línea
- Descripción movimientos poomsae, aplicación.

Rompimiento: Libre 6 giro, saltando, mano.

10. CINTURÓN ROJO FRANJA NEGRA PARA NEGRO:

- Kukkiwon 1,2,3 con nombres
- Gibón 1,2,3
- Gibón cuadrado
- Saludo con significado
- Taegeuk 1,2 ,3,4,5,6,7,8,:Numeral , principio y significado
- Cruz básica
- Principios
- Significado CISSCA
- Significado Taekwondo
- Formación
- Doyang
- Números hasta 10
- Significado Dobok
- Significado Bandera Coreana
- Aplauso
- Combate tres pasos
- Significado Kukkiwon
- Significado WTF
- Filosofía TI
- Grito
- Historia Taekwondo
- Poomsae en línea
- Descripción movimientos poomsae, aplicación.
- Poomsae Koryo :Significado
- Aplicación reglamento

Rompimiento: Libre 6 giro, saltando, mano, simultaneo.