

## Das Graduierungssystem in dem Taekwondo:

Im Taekwondo gibt es ein Graduierungssystem, bei dem man vom Anfänger über den Fortgeschrittenen bis zum Meister, Stufen durchläuft, wobei jede Stufe durch einen farbigen Gürtel gekennzeichnet ist. Der Gürtel hält den Anzug zusammen. Die Farbe des Gürtels vermittelt einen Anhaltspunkt für das technische Können, die sportliche Leistung und das theoretische Wissen seines Trägers.

Bei dem Graduierungssystem unterscheidet man zwischen Schüler- und Meistergraden. Die Schülergrade sind abwärts nummeriert und werden "Kup" genannt. Die Meistergrade sind aufwärts nummeriert und werden "Dan" genannt.

Nachfolgend das Graduierungssystem, das in den meisten Taekwondo-Verbänden Verwendung findet:

### **Schülergrade und Gürtelfarben:**

#### **10. - 5. Kup: Anfänger:**

- 10. Kup: weißer Gürtel
- 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

#### **4. - 1. Kup: Fortgeschrittene:**

- 4. Kup: blauer Gürtel
- 3. Kup: blauer Gürtel mit rotem Streifen
- 2. Kup: roter Gürtel
- 1. Kup: roter Gürtel mit schwarzem Streifen

### **Meistergrade:**

- 1. Dan: schwarzer Gürtel
- 2. - 9. (oder 10.) Dan: schwarzer Gürtel

- 1. bis 3. Dan: Leistungsgrade
- ab 4. Dan: Lehrergrad
- ab 5. Dan oder ab 6. Dan Großmeister (je nach Verband)

Einige Verbände haben Meistergrade für unter 15 Jahre alte Sportler eingeführt. Diese nennt man Poom (1. bis 3. Poom). Die Poomgrade kennzeichnen sich durch einen rot-schwarzen Gürtel (halb rot, halb schwarz, Längsteilung).

Der Taekwondo-Anzug (Dobok) ist weiß und die weiße Farbe symbolisiert die Reinheit und den Ursprung aller Farben. Er ist weder teuer noch luxuriös. Es kann entweder eine traditionelle gebundene Jacke oder eine Jacke mit einem V-Ausschnitt getragen werden. Die V-Ausschnittjacke wurde 1970 eingeführt, weil sie praktischer ist und sich während der Übungen nicht so schnell lockert. Dan-Träger, ab dem ersten Dan, dürfen an ihrem Dobok ein schwarzes Revers tragen. Poom-Träger dürfen analog ein rot-schwarzes Revers an ihrem Dobok tragen.

In einigen Verbänden tragen die Lehrer jedoch einen schwarzen Dobok, oder einen weißen Dobok mit schwarzem Rautenmuster, oder einen weißen Dobok mit schwarzen Streifen auf den Ärmeln und auf der Hose, damit sie in dem Dojang sofort als "Lehrer" erkannt werden können.