

## Inhalt

<b>Vorwort</b> . . . . .	9
<b>1. Einleitung</b> . . . . .	11
Aufgabenstellung und Zielsetzung . . . . .	11
Abgrenzung . . . . .	11
Der Einfluss der Wettkampfregeln und Ausrüstung auf die Technikausführung . . . . .	12
<b>2. Allgemeine Grundlagen</b> . . . . .	13
<b>2.1. Grundlagen der Physiologie</b> . . . . .	13
<b>2.2. Ebenen und Richtungsbezeichnungen</b> . . . . .	19
<b>2.3. Terminologie der Beintechniken</b> . . . . .	24
<b>3. Biomechanische Grundlagen</b> . . . . .	26
<b>3.1. Grundgesetze der Mechanik</b> . . . . .	26
<b>3.2. Biomechanische Prinzipien und Begriffe</b> . . . . .	52
<b>4. Beschreibung ausgewählter Kicktechniken</b> . . . . .	60
<b>4.1. Analysemethode (Motion Capturing)</b> . . . . .	60
<b>4.2. Definition der Kampfstellung</b> . . . . .	64
<b>4.3. Ausgewählte Beintechniken</b> . . . . .	66
<b>4.3.1. Roundhouse-Kick / Dollyo Chagi / Bandal Chagi</b> . . . . .	66
<b>4.3.2. Axe-Kick / Naeryo Chagi</b> . . . . .	110
<b>4.3.3. Back-Kick / Dwit Chagi</b> . . . . .	124
<b>4.3.4. Reverse Hook-Kick / Momdollyo Chagi</b> . . . . .	136
<b>4.4. Allgemeine Zusammenfassung / Fazit / Conclusio</b> . . . . .	145

<b>5. Wissenschaftliche Artikel in Fachzeitschriften und Beiträge bei wissenschaftlichen Tagungen</b> . . . . .	147
<b>5.1. Anthropometrische und physiologische Arbeiten</b> . . . . .	147
5.1.1. Fitness durch Taekwondo (Fong und Ng 2011) . . . . .	147
5.1.2. Untersuchung der Taekwondo-Kämpferprofile der olympischen Teilnehmer/innen bei den Spielen in Sidney 2000 von Kazemi et al. (2006) . . . . .	151
5.1.3. Zwei Studien zu Box-Kämpferprofilen (Khanna und Manna 2006, Smith 2006) . . . . .	152
5.1.4. Körpermaße, -zusammensetzung und Leistungsparameter von Athleten unterschiedlicher Sportarten (eine Auswahl aus Beekley et al. 2006) . . . . .	153
<b>5.2. Kinematische und kinetische Analysen</b> . . . . .	154
5.2.1. Jabs, Haken, Uppercuts und Handballenschläge . . . . .	154
5.2.2. Roundhouse-Kicks . . . . .	155
<b>5.3. Distanz, Trefferhöhe, Stellung</b> . . . . .	156
Fazit . . . . .	159
<b>5.4. Taktik und Wettkampfverhalten</b> . . . . .	160
Untersuchung der Taekwondo-Kämpferprofile der olympischen Teilnehmerinnen bei den Spielen in Sidney 2000 von Kazemi et al. (2006) . . . . .	160
<b>5.5. Historische Betrachtungen</b> . . . . .	160
5.5.1. Ahn, Hong und Park (2009) zur historischen Identität von Taekwondo . . . . .	161
5.5.2. Moenig, Cho und Song (2012) zur historischen Entwicklung der Wettkampfregeln im Kyorugi . . . . .	163
<b>6. Literaturverzeichnis</b> . . . . .	166