

Begriffstabelle

Allgemeine Begriffe

budo	Sammelbegriff aller japanischen Kampfkünste, Rittertum
ai	Harmonie, Übereinstimmung, zusammenführen, vereinigen, Liebe
ki	Lebenskraft, Wille, kosmische Energie
do	Weg, Methode; der Weg, den man im Leben verfolgen soll
ju	weich, sanft
jutsu	Technik, Handwerk (im Gegensatz zu Do)
aikidoka	derjenige der Aikido betreibt
sensei	Lehrer, Meister
o-sensei	der große Meister (o=groß), im Aikido: der Begründer Morihei Uyeshiba
sempai	der ältere (im Sinne von fortgeschrittenere) Schüler
kyu	Anfängergrad (wenn Farbgrade verwendet werden: 6=weiß, 5=gelb, 4=orange, 3=grün, 2=blau, 1=braun)
dan	Fortgeschrittenegrad (1–10)
dojo	„Platz des Weges“, Übungsraum im Budo
dogi	Anzug
obi	Gürtel
hakama	traditioneller Hosenrock
tatami	Übungsmatte
rei	Gruß, Dank
Kamiza	Seite nach Osten; der obere Platz
o-negai shimas	Bitte!
o-negai ita shimas	Bitte! (als Erwiderungsform, Vergangenheitsform)
domo arigato	Vielen Dank!
gozaimas	
domo arigato	Vielen Dank! (als Erwiderungsform, Vergangenheitsform)
gozaimashita	
bokken	Holzschwert (Länge ca. 100 cm)
tsuba	Handschutz des Schwertes, (Schwert-)Stichblatt

Techniken

uke	der die Technik Empfangende, also der Angreifende
nage	der Werfende, der Verteidigende; aber auch: Wurf
ukemi	Fallschule
waza	Technik
kihon waza	Grundtechniken, Grundschule
henka waza	Variationen von Techniken, z.T. inmitten der Ausführung
kime	bestimmen, jemanden entscheidend beeinflussen, kontrollieren, führen
kime waza	Techniken mit Block- oder Brennpunkt, die Kontrolle über vitale (Schmerz-) Punkte ausüben
nage waza	Wurftechniken
osae waza	Haltetechniken, siehe ikkyo, nikyo &c.
kaeshi waza	Gegentechniken, Konter
jiyu waza	freie Techniken
kamae	Grundstellung, genauer: generelle Bereitschaft (körperlich und geistig)
hanmi	Profilstellung

ai hanmi	symmetrische Profilstellung (links-links oder rechts-rechts gegenüber)
gyaku hanmi	umgekehrte Profilstellung (z.B. rechts-links gegenüber)
tai sabaki	Körperdrehung
irimi	direktes Eintreten in den Körper (=mi (des Angreifers)); nach innen
tenkan	Ausweichen; nach außen
omote	Vorderseite
ura	Rückseite
ikkyo	erste Form, „ude-osae“, Armstreckhebel
nikyo	zweite Form, „kote-mawashi“, Armdrehhebel
sankyo	dritte Form, „kote-hineri“, Handdrehhebel
irimi nage	Wurf durch direktes Eintreten in den Partner
shiho nage	Vierrichtungswurf (Schwertwurf)
ude kime nage	Armstreckwurf
kaiten nage	Rotationswurf
kokyu nage	Atemkraftwurf
tenchi nage	Himmel-Erde-Wurf, die Energie wird aufgespalten und somit zerstreut
kote gaeshi	Handgelenkkippwurf

Angriffsformen

tori, -dori	Griff
uchi	Schlag
tsuki	Stoß
katate dori	Greifen eines Handgelenks mit einer Hand
gyaku hanmi katate dori	direktes Greifen eines Handgelenks mit entgegengesetzter Hand (z.B. rechts greift links)
ai hanmi katate dori	diagonales Greifen eines Handgelenks mit einer Hand (z.B. rechts greift rechts)
katate ryote dori	Greifen eines Handgelenks mit zwei Händen
ryote dori	beide Hände greifen je ein Handgelenk
ushiro ryote dori	Greifen beider Handgelenke von hinten
kata dori	Griff zur Schulter
mune dori	Griff mit einer Hand zum Dogi-Kragen (zur Brust)
ushiro ryokata dori	Packen beider Schultern von hinten
men uchi	Schlag zum Kopf
yokomen uchi	Schlag seitlich zum Kopf, zur Schläfe, zum Hals
randori	freier Angriff (in der Regel von mehreren Angreifern), lockerer Übungskampf
morote dori	Greifen eines Handgelenks mit zwei Händen (katate ryote dori)
kate dori	Griff zur Armbeuge (Ellbogen)
kata dori men uchi	Griff an die Schulter kombiniert mit einem Schlag ins Gesicht (= men)
ushiro katate eri dori	Griff mit einer Hand von hinten zum Kragen (= eri)
chudan tsuki	Stoß zum mittleren (= chu) Bereich (= dan), Bauch/Brust
gedan tsuki	Stoß zum unteren (= ge) Bereich, unterhalb der Gürtellinie
jodan tsuki	Stoß zum oberen (= jo) Bereich, Kopf
futari dori	Angriff von zwei Personen gleichzeitig

Grundbegriffe für Fortgeschrittene, weitere Techniken

tai jutsu	Körpertechniken, waffenloser Kampf (tai = Körper; jutsu = Handwerk)
tai no henka	1. ändern, wechseln (= henka) der Körperstellung; 2. spezielle Übung
tenkan ashi	tai no henka (ashi = Bein)
sabaki	wörtl.: urteilen, Wechsel, Veränderung anstreben → bewegen, drehen
ki no musubi	das eigene Ki mit dem des Partners vereinen/verbinden
kaeshi waza	Kontertechniken
katame waza	Gruppe der Fesselgriffe (Haltetechiken, Armhebel, Würgegriffe etc.)
kansetsu waza	Gelenktechniken
jiyu waza	freies Angreifen

Sonstige Begriffe

ushiro ukemi	Rückwärtsfallschule, Rückwärtsrolle
tachi	1. im Stand, im Stehen (tatsu=stehen); 2. Schwert (tatsu = schneiden)
soto	außen, außerhalb, Außenseite
uchi	1. innen, innerhalb, Innenseite; 2. Schlag, Hieb (utsu = schlagen)
za	1. Sitz; 2. Theater
ho	1. Methode, Form, Übung; 2. Richtung, Seite
kan geiko	Wintertraining (-studium, -zusammenkunft), wobei geiko=nachdenken
shoho geiko	Sommertraining (-studium, -zusammenkunft)
