

Fachbegriffe	
age	heben
age uke	Armabwehr oben
age-tsuki	Fauststoß unters Kinn
aiki otoshi	Ausheber
ashi	Fuß, Bein
ashi kansetsu	Beinhebel
atama	Kopf
ate	Schlag
Atemi-Punkte	empfindliche Körperstellen
budo	Oberbegriff der asiatischen Kampfkünste
bushido	Ehrenkodex der Samurai
chudan	Angriffstufe mitte
chikai	Nahdistanz
dachi	Stellung, Haltung
dan	Meistergrad
do	Weg, Prinzip, Lehre
dojo	Trainingsstätte
eri	Kragen, Revers
gedan	Angriffstufe unten
gedan barai	Tiefblock
geri	Tritt
geri-waza	Gruppe der Tritttechniken
gi	Kampfanzug
gyaku	Haltung seitenverkehrt
gyaku tsuki	Fauststoß seitenverkehrt
hachiji-dachi	Ausgangs-,Grußstellung
haiko	Handkante innen
haishu	Handrückenschlag
hajime	Kampfbeginn "Kämpft"
hanma	Halbdistanz
hidari	links
hiji	Ellenbogen
hira ken	Knöchelstoß
hiza geri	Kniestöß
hize	Knie
jime	würgen
jiu jitsu	die samfte Kunst
jiu jitsu ka	Jiu Jitsu Kämpfer
jodan	Angriffstufe oben
judo	der samfte Weg
juji	Haltung überkreuz
kageto	Ferse
kansetsu	Gelenk

kansetsu-waza	Hebeltechnik
kao	Gesicht
kata	festgelegte Form
katame waza	Gruppe der Judo-Bodengriffe
ki	geistig-seelische Kraft
kiai	Kampfschrei
kiba dachi	Seitwärtsstellung
kihon	Grundtechnik
kime	Zentrum der Kraftentfaltung
kin-geri	Vorwärtstritt mit Fußspann
ko	klein
kobushi	Faustknöchel
koken	Handgelenk
kokutsu dachi	Rückwärtsstellung
koshi	Hüfte
kumade uchi	Preßluftschlag
kumite	Übung mit Partner
kuzure	Variante
kuzushi	Brechen des Gleichgewichts
kyu	Schülergrad
mae	Angriffsrichtung-vorwärts
mae-geri	Vorwärtstritt mit Fußballen
makiwara	Schlagpolster
mawashi	Angriffsrichtung-halbkreisförmig
mawashi geri	Halbkreisfußtritt
mawate	Wendung / wenden
migi	rechts
mondo	Lehrgespräch
morote	Haltung beidhändig
musubi dachi	Grußstellung zum Sensei
nukite	Fingerspitzenstoß
o	groß
obi	Gürtel
oi	Haltung-seitengleich
oi tsuki	Fauststoß gerade
osae-komi-waza	Gruppe der Judo-Haltegriffe
randori	Übungskampf
rei	Begrüßung, Gruß
sabaki	Bewegung, drehen
samurai	ritterlicher Lehnsman
se	Rücken
sensei	Meister, Lehrer
sensei-ni	Ausrichten zum Lehrer
sensei-rei	Gruß zum Lehrer
seoi	Schulter

shiai dachi	Kampfstellung
shihan	Titel für hohen Würdenträger
shime-waza	Gruppe der Judo-Würgegriffe
shinai	Kendo Bambusstock
shita sabaki	Ausweichen durch Abducken
shotei	Handballen
shuto	Fußkante
soto	außen
tai	Körper
tai-sabaki	Bewegung im Kreis
tanden	Unterleib
tatami	Matte
tatami kumite	Bodenkampf
tate	senkrecht
te	Hand
tetsui	Kleinfingerseite der Faust
tobi	Sprung
toma	Weitdistanz
tori	der Abwehrende
tuko-bo	Schlagstock
tsuki	Stoß
tsuki-waza	Gruppe der Schlag-und Stoßtechniken
uchi	innen
ude	Arm
uke	Der Angreifer
ukemi-waza	Fallschule
ura	Angriffsrichtung entgegengesetzt
uraken uchi	Fausrückenschlag
ushiro	rückwärts
ushiro geri	Rückwärtsfußstoß
uwagi	Jacke
yawara	ältere Bezeichnung für Jiu Jitsu
yoi	Achtung
yoko	seitlich
yubi	Finger
zenkutsu dachi	Vorwärtsstellung
zubon	Hose