

Ein kleines Aikido-Wörterbuch

Allgemeine Begriffe:

onegaeshimasu	Ich freue mich mit dir/euch zu üben!
Domo arigato gozaimashita	Vielen Dank für das Üben mit dir /euch!
rei	Verbeugung
ryo	beide
sensei	Lehrer/Ausbilder
shihan	höchste Lehrerauszeichnung
Osensei	„großer Lehrer“, der Gründer des Aikido: Morihei Ueshiba
deshi	Schüler
senpai, sempai	Schüler mit mehr Erfahrung
kohai	Schüler mit weniger Erfahrung
kyu	Anfängergrad
dan	„Stufe“, Fortgeschrittenengrad
nage /tori	Der Werfende/Verteidiger
uke	der Fallende/Angreifer
do	Pfad, Weg
budo	Weg des Kriegers
bujin	Krieger
budo-ka	Schüler des Budo
aikido-ka	Schüler des Aikido
dojo	"Ort des Weges"
shomen	die Frontseite des Dojo
shinza/kamiza	Altar im Dojo
rei	Verbeugung/Begrüßung
keiko	Üben/Training
kata	vorgegebene Form
waza	Technik
seiza	Kniesitz
zanshin	ruhiger, aufmerksamer Geist
kokyu	Atemkraft
ki ai	Kampfschrei
shikko	Kniefgang
ukemi	Fallschule
mae ukemi	Vorwärtsrolle
ushiro ukemi	Rückwärtsrolle
tegatana	Schwerthand
suwari waza	Technik bei der Uke und Nage knien
tachi waza	Technik bei der Uke und Nage stehen
henka waza	Variation/Abwandlung einer Technik
jiu waza	freies Ausführen von Techniken
kaeshi waza	Kontertechnik
ma ai	Distanz, Abstand (zum Gegner)

Angriffsarten:

dori, tori	Griff
ushiro	von hinten
katate dori	Griff ans Handgelenk
ai hanmi	gegenüberliegend
gyaku hanmi	spiegelbildlich
kata dori	Griff an die Schulter
katate ryote dori/morote dori	beide Hände greifen ein Handgelenk
ryote dori	beide Hände greifen jeweils ein Handgelenk
muna dori	Griff zum Revers
eri dori	Griff zum Kragen
sode dori	Griff zum Ärmel
Ushiro eri dori	Griff von hinten in den Kragen
ushiro ryote dori	Griff beider Hände von hinten
ushiro ryokata dori	Griff beider Hände von hinten an die Schultern
ushiro kakae tori	Umklammerung von hinten
ushiro kubi shime	Würgen von hinten
yoko kubi shime	Würgen von der Seite
ushiro katate tori kubi shime	Griff einer Hand und würgen von hinten
yokomen uchi	Schräger Schlag von vorn
shomen tsuki	Gerader Stoß von vorn
chudan tsuki	Gerader Stoß von vorn zum Bauch
jodan tsuki	Gerader Stoß von vorn zum Kinn
shomen uchi	Gerader Schlag von vorn

Techniken:

nage waza	Wurftechniken
katame waza	Haltetechniken
koshi nage	Hüftwurf
irimi nage	Eintrittswurf
kote gaeshi	Handgelenkswurf
shiho nage	Vier-Richtungs-Wurf/Schwertwurf
tenchi nage	Himmel (ten) und Erde (chi) Wurf
kokyu nage	Atemkraftswurf
sumi otoshi	Eckenkippe
uchi kaiten nage	Schleuderwurf mit innerem Eingang
soto kaiten nage	Schleuderwurf mit äußerem Eingang
ikkyo/ude osae	1. Haltetechnik
nikyo/kote mawashi	2. Haltetechnik
sankyo/kote hineri	3. Haltetechnik
yonkyo/tekubi osae	4. Haltetechnik
gokyo/ude nobashi	5. Haltetechnik
rokyo/hiji kime osae	6. Haltetechnik

Positionen:

mae	vor/nach vorne
-----	----------------

ushiro	hinternach hinten/rückwärtig
omote	vorne
ura	hinten
migi	rechts
hidari	links
gyaku	umgekehrt
hanmi	Grundstellung (T-Stellung der Füße), im Profil
shizentai	Grundstellung, Füße parallel

Zubehör:

bokken	Holzschwert
tanto	Holzmesser
jo	Holzstab
hakama	Hosenrock
dogi/gi	Anzug
obi	Gürtel
zori	Sandalen

Bewegungen:

irimi	direktes Eintreten
tenkan	susweichende, kreisförm. Bewegung
kaiten	Drehung/Schleudern
tenkan ho/tai no tenkan	Drehen mit Schritt rückwärts, Ausweichbewegung
tsugi ashi	Gleitschritt
ajumi ashi	einfacher Schritt wie beim Gehen
irimi tenkan/tai sabaki	Doppelschritt mit Drehung
henkan	Drehen auf der Stelle

Zahlen:

ichi	eins
ni	zwei
san	drei
shi (nana)	vier
go	fünf
roku	sechs
shichi	sieben
hatchi	acht
kyu	neun
jiu	zehn