

Jap. Bezeichnung	Details	Übersetzung
agatsu		Die uns vom Himmel übertragene Aufgabe vollkommen erfüllen
age		Nach oben
Agura		Schneidersitz
Ai		Harmonie
		Mit einer Hand das gleiche Handgelenk des Partners greifen (rechts auf rechts)
ai hammi katate dori		Gleiche Stellung
ai hammi no kamae		Aiki Fallenlassen, Aiki Wurf wo der Partner bei den Beinen gepackt und auf den Rücken geschleudert wird
Aiki otoshi		Partner Angreifer
Aite		Halber Lotussitz (linker Fuss auf rechtem Oberschenkel)
Ansa		Vielen Dank für das was war, was sie mir gelehrt haben
arigato gozaimashita		Schlag auf einen bestimmten Punkt
Atemi		Anpassender Schlag, wirkt subtil, geht mit dem Angriff einher, wirkt durch Timing nicht durch Kraft
awase no ate		Wegfegen
barai		Holzschwert
Bokken		Weg der Kampfkünste
Budo		Weg des Kriegers
Bushido		Mittlerer Bereich
chudan		Meistergrad, Schwarzgurt
Dan		Fauststoß mit der gleichen Hand hintereinander
Dan zuki		Weg
Do		Trainingsort
Dojo		Training im Dojo
Dojo Keiko		Vielen herzlichen Dank für den Unterricht (für etwas, das bereits geschehen ist).
dōmo arigatō gozaimashita		Dritte Arbeitsebene - flüssiges Arbeiten
Eki tai		Flüssiger Körper
Ekitai		Ellenbogen
Empi	auch Hiji	Fels-Fallenwurf, bei dem der Partner mit seinem Rücken über meinen Rücken geworfen wird, sehr kraftvoll
Ganseki otoshi		Gemeinsam leben, schlafen, trainieren und essen
Gashuku keiko		

Jap. Bezeichnung	Details	Übersetzung
gedan		Unterer Bereich
Geri	auch Keri	Tritte
Gi		Oberbekleidung
Go		Fünf
Godo keiko		Gemeinsames Training (mehrere Vereine)
Goho		Überbegriff harte Techniken, Schläge, Stöße, Tritte, Blöcke
Gokyo	oder Gokajo	
gotai	oder Ude	Fünfte Lehre, Variante von ikkyo gegen Messer hauptsächlich
gyaku	nobashi osae	Hart
	auch kotai	Gegenseite
gyaku hammi katate dori		Mit einer Hand das gegengleiche Handgelenk des Partners greifen (links auf rechts)
gyaku hammi no kamae		Gegengleiche Stellung
gyaku jodan tsuki		Fauststoß mit der hinteren Hand zum oberen Bereich
gyaku kesa giri		Umgekehrter schräger Schnitt mit dem Schwert dem Revers entlang (dh von unten nach oben)
gyaku waza		Gegentechnik
gyaku zuki		Fauststoß mit der hinteren Hand
Gyo		Praxis, Ritual, Handlung
ha		Modifizieren, nachmachen
Hachi		Acht
Hai		Ja
Haishin undo		Rückstreckungsbewegung
Haito		Innenkante der Hand
Hajiku		Abstoßen
Hajime	Hajimemasu	Beginnen
Hakama		Japanischer Hosenrock
handai		Seite wechseln
Hanmi	Sankakutai	Halbe Stellung, Grundstellung im Aikido
Hanmi handachi waza		Verteidiger sitzt und Angreifer steht
Happo me	Happo moku	Blick in (alle) 8 Richtungen
Hara	Seika Tanden	Körpermitte
Hara Kikai		Kyusho - Punkt beim Hara
harai		Wischen, fegen, wegstoßen
Henka waza		Variierte Technik, zB aus ikkyo wird kaiten nage

Jap. Bezeichnung	Details	Übersetzung
hidari		Links
Hiji	Empi	Ellenbogen
Hijikime osae		Ellbogen-Hebel-Haltegriff
hiki		Zurückziehen Hiki Ashi
Hiki ashi		zurückziehender Fuss
Hikimi Uke		Schritt zurück
		Zurückzieh-Ausweichbewegung
		Offene Knöchel-Faust - ACHTUNG
		getroffen werden Kyusho mit den 2.
Hiraken		Gelenken der 4 Finger
		Öffnen , seitwärts bewegen, seitlich
Hiraki	Hirak	positionieren
Hiraki gamae		Gyaku hanmi
		Seitlich gestellter Körper -
Hitoemi		Grundstellung im Aikido
	auch	
Hiza	Hizagashira	Knie
	Zaidanhojin	
Hombu Dojo	Kobukai	Zentraldojo des Aikido in Tokio
Hon ate		Wahrer Schlag, voller Treffer, im
		Training nur mit Schutzausrüstung
Ichi		Eins
		Erste Lehre, ein Gelenk
	oder Ikkajo	(Ellenbogen) wird kontrolliert,
Ikkyo	oder Ude osae	Armhebel
Ippon	auch Ichi	Eins
		Eintreten, Kind im Bauch der Mutter
		und Eingang - in den Körper des
irimi		Gegeners eintreten
		Seitlich in den Körper des Gegners
		eintreten - berühmte Bewegung von
Irimi Issoku		O'Sensei - durch Studium der Lanze
Irimi nage		Eintretender Wurf
Jiyu Kumite	Jiyu Waza	Freier Kampf mit bestimmten Regeln
Jo		Stab
jodan	auch Yodan	Oberer Bereich
Ju		Zehn
		Zweite Arbeitsebene - weiches
Ju tai		Training nach Ko tai
		Überbegriff weiche Techniken,
		Befreiungen, Würfe,
Juho		Festhaltetechniken
juji		Über Kreuz

Jap. Bezeichnung	Details	Übersetzung
Juji Ashi		Kreuzschritt seitlich
Juji Ashi sagari	ushiro juji ashi	Kreuzschritt zurück
Juji garami		Kreuz-Verschlingung
jun		Natürlich, folgend, harmonisch
Jun Geri	jun kerī	Vordere Seite Tritt
Jun sagari	Gyaku Sagari	Gleitschritt nach hinten / gyaku
Jun zuki		sagari ist Wechselschritt nach hinten
Jutai		Fausstoss mit der vorderen Hand
Kaiten nage		Weicher Körper
Kamae		Drehwurf
Kamiza		Kampfstellung, Position, Stellung
		Ehrenwand
		Die zehn Tage dauernde
Kan keiko		Trainingszeit während der großen
Kansetsu ate		Winterkälte
		Gelenksschlag
Kanshin-teki na atemi		Ablenkender Schlag, psychologisch
		wirksamer Schlag
Kari ate		Finte, Täuschung, provisorischer
Kata		Schlag
Kata dori		Formen aber auch Schulter
		Schulter fassen
		Mit einer Hand die Schulter fassen
Kata dori men uchi		und mit der anderen einen Schlag
Katame waza		von oben mit der Schwerthand
Katana		ausführen
Katate dori		Festhaltetechniken
		Langschwert des Samurai
		Ein Handgelenk fassen
		Mit beiden Händen ein Handgelenk
Katate ryote dori	Morote dori	fassen
	Sakkatsu	
Katsu	Tentou	Wiederbeleben
		Das Feuer, das es ermöglicht, die
		Zeit zu besiegen, Ein alter Shintō-
		Kami: „Der schnell siegende
		Geistgott“
		→ Er steht für das Ursprungsfeuer,
Katsu hayahi	Katsu hayahi	das Zeit, Raum und Widerstand
	no kami	überwindet
	beinhaltet	
	Renshu,	
	Tanren,	
Keiko	Remma	Training

Jap. Bezeichnung	Details	Übersetzung
Keiko Gi		Trainingsgewand
Keimyaku Hiko	Kyusho	Druckpunkte auf den Meridianen angeblich 708 Punkte auf den 14 Meridianen
Keimyaku no Ri		Prinzip der Meridiane
Keiraku		14 Meridiane
Keiraku ate		Meridian Schlag, mit wenig Kraft auf Meridian-Punkte
Keiraku hiko	Kyusho	Keiraku sind die Meridiane und Hiko sind die geheimen Punkte, kommt aus der Chin. Medizin etwas subtiler und Einfluss auf Ki
Ken		Schwert - eigentlich zweischneidiges Schwert oft auch für bokken verwendet
Kesa giri		Schräger Schnitt dem Revers entlang mit dem Schwert
Ki		Energie
Ki tai		Vierte Arbeitsebene - gasförmiges Üben
Kiai		Kampfschrei aktiv "a" / defensiv "hmm"
Kiba-dachi		Reiterstellung
Kihon		Grundschule
Kihon Bogi		Grundlegende
Kihon Kogi		Verteidigungstechniken, Abwehrgrundtechniken
Kimaru		Angriffsgrundtechniken
Kiri		Endgültig (Arm ausgestreckt) Spannung im Moment des Treffers
Kiri gaeshi	kimaie Kiru	Schneiden
Kiri oroshi		Gegenschlag (ausholen auf der Seite und angreifen)
Kiri otoshi		Gerader Schnitt mit dem Schwert
Kiritsu		Ablenkender Schnitt mit dem Schwert - im Ausholen wird das gegnerische Schwert abgelenkt und dann geschnitten
Koken	Kote	Aufstehen
Kokoro		Handgelenk
Kokyu		Geist oder Herz
Kokyu nage		Atmung Atemkraftwurf

Jap. Bezeichnung	Details	Übersetzung
Kokyu ryoku	Aite Kotai	Atemkraft, mehr als nur Atmung, Spannung, Energie die aus dem Körper "springt"
Koshi nage		Hüftwurf
Kotai		Wechseln / Partnerwechsel
Kotai		Erste Arbeitsebene - festes und exaktes Üben
Kote gaeshi		Handgelenk-Umkehr
Kote uchi	Ku	Schlag mit dem Schwert auf das Handgelenk
Kuruma		Rad
Kuruma no Ri		Prinzip des Rades
Kyu		Neun
Kyu		Schülergrad, Farbgurt
Kyusho	Keiraku Hiko	Empfindlicher Druckpunkt, Angriffspunkt, kritische Stelle, vitaler Punkt, Herkunft aus den jap. Kampfkünsten - Unterschied zu Keiraku Hiko kommt aus der Chin. Medizin, direkter als Keiraku Hiko wirkt direkt auf die Punkte und zielt eher auf anatomische
Kyusho-suru		Schwachstellen absorbieren
Ma ai		Räumliche Beziehung, Optimaler Abstand, Distanz, Ma bedeutet Mond der durch einen Spalt in der Tür leuchtet. Der kleinste Spalt beinhaltet den gesamten leeren Raum - es liegt viel Macht in Ma ai...
mae		Vorn, frontal, vorwärts
Mae geri		Gerader Tritt nach vor
Mae uchi	Katate ryote dori	Schlag von vorne auf die Augen
Masakatsu		Die Wahrheit besiegen
Mawashi		Halbkreis, kreisförmig
migi		Rechts
Mokuso		Augen schließen, Meditation
Mokuso yame	Katate ryote dori	Augen öffnen bzw. beenden von den geschlossenen Augen
Morote		Mit beiden Händen, beidseitig
Morote dori		Mit beiden Händen ein Handgelenk fassen
Muna dori		Den Revers von vorne greifen auf Höhe Brustbein

Jap. Bezeichnung	Details	Übersetzung
		Mit einer Hand das Revers fassen und mit der anderen einen Schlag von oben mit der Schwerthand ausführen
Muna dori men uchi		
Musubi		Verbinden
		Wurftechniken mit Festhaltetechniken
Nage katame waza		
Nage waza		Wurftechniken
Neko ashi-dachi		Katzenfußstellung
Ni		Zwei
Nihon		Zwei (Punkte)
	oder Nikajo	
	oder Kote	
Nikyo	mawashi	Zweite Lehre, Handgelenkshebel, Ellenbogen und Handgelenk
Nukite		Fingerstich, Speerhand
Obi		Gürtel
omote		Vorderseite
		Höfliche Bitte, yoroshiko
onégaiitashimasu		onégaiitashimasu - bitte trainieren sie gut mit mir
Onii san		Älterer Bruder
Ototo san		Jüngerer Bruder
owarimasu		Beenden
		Angewandte Technik, Technik auf eine neue Form anwenden aus katate dori shiho nage zB shiho nage auf tsuki
Oyogi	Oyo waza	
Randori		Freier Kampf mit wenigen Regeln
remma		Polieren ständig verfeinern
Ren		Verknüpfen, Verbinden, Fortsetzen
Ren ko		Angriffsabfolge
		Abführen (aus ude zushi "renko") bedeutet ude zushi mit abführen nicht mit werfen
Renko		
		Lernen indem man unentwegt gestaltet, Materie bearbeitet
Renshu		
Retsu		Reihe, Linie
Roku		Sechs
Ryo kata dori		Beide Schultern von vorne greifen
		Beide Handgelenke von vorne greifen
Ryote dori		
Sae		Agilität, entspannen
		Rückwärtsbewegung,
Sagari		Zurückweichen

Jap. Bezeichnung	Details	Übersetzung
Sai		Gabel auch entspannen
Sai no zen		Flüssiges Üben im Aikido jutai
Samu		Pflichtarbeit, Reinigen Dojo zB
San		Ausrüstung instandhalten
		Drei
		Dreiseitige Stellung, Kegelförmig,
		Dreieckskörper, Hanmi Stellung im
Sankakutai	Hanmi	AIKIDO
	oder Sankajo	Dritte Lehre, Kontrolle über den
	oder Kote	ganzen Arm, Handgelenk,
Sankyo	hineri	Ellenbogen, Schulter
		Ordnen, Harmonie herstellen,
Sei		Gleichgewicht
Seika Tanden	Hara	Körpermitte
Seiza		Kniesitz
Seiza shinasai		Setz dich in seiza
		Meister, Shaolin Chin. Kleiner Wald,
Sensei		Bezeichnung für das Kloster
Shi	Yon	Vier
Shichi	Nana	Sieben
Shiho nage		Wurf in vier Richtungen
Shikko		Kniefgang
Shisei		Haltung, Position, Stellung
Shizentai		Natürliche Haltung
Shochu keiko		Trainingszeit während der großen
		Sommerhitze
Shomen uchi		Von oben gerade mit der
		Schwerthand schneiden
		Entwicklung, zuerst nachahmen
		dann anpassen oder adaptieren und
Shu-ha-ri		dann eigenständig
		Sammeln, gruppieren, in einer Reihe
Shugo		aufstellen
Shuto		Schwerthand, Handkante
		Angriff von oben mit Handkante auf
Shuto uchi		Fontanelle
Sode dori		Ellenbogen von vorne greifen
		Mit einer Hand den Revers von
		vorne fassen und mit der anderen
		Hand einen geraden Fauststoß zum
Sode dori jodan tsuki		Gesicht
Soto		Außen, Außenseite
Soto tekubi		Handgelenk außen
Sumi otoshi		Eckenwurf



Jap. Bezeichnung	Details	Übersetzung
Sumimasen		Entschuldigung
Suwari waza		Techniken auf den Knien
Tachi		Langes Katana - frühe Zeit der Samurai ca. 1300
Tachi waza		Technik aus dem Stand
Tai		Körper
Tai Gamae		Ai hanmi
Tai no henka		Körperbewegung
Tai no Sen		Gleichzeitige Initiative – gleichzeitig mit dem Angriff wird gekontert
Tai sabaki	Furimi Uke, Sorimi, Kusshin, Ryusui, Hikimi, Kaishin	Körperbewegung, Ausweichbewegung, Sabaki bedeutet die Hand und das Zeitwort trennen, Tai ist Körper, dh im Moment des Angriffs muss man seine eigene Position derart verändern, dass man eine optimale auf den Partner hat und dieser aus dem Gleichgewicht kommt
Taisei		Körperhaltung
Taishitsu		Körperliche Konstitution
Tan'en		Einzelübung, allein
Taninzu gake		Verteidigung gegen mehrere Angreifer
Tanren		Üben indem man immer wieder verfeinert und schmiedet
Tanto		Messer
Taoshi		Umklammerung
Tatami		Matte
Tate		senkrecht
Tate Gassho Gatame		Fixierung am Boden (zB bei ude juji gatame) man greift auf die Handfläche des Partners und verdreht die Hand in Richtung Schulter und gerade nach unten, wichtig ist, dass der Ellenbogen gestreckt ist
Te katana		Schwerthand, Handkante
Tenchi nage		Himmel-und-Erde-Wurf
Tenkan		Ausweichen, Ten bedeutet Rad und kan bedeutet tauschen
Tori	Nage	Verteidiger - der die Technik ausführt
Tsuki	Tzuki	Stöße mit Faust oder Fuss

Jap. Bezeichnung	Details	Übersetzung
Uchi		Schläge
Uchi		Innen
Ude kime nage		Arm-Fixierungswurf
Uke		Block, Abwehr, schützen
Uke		Angreifer - der der die Technik empfängt
Ukemi	ushiro ukemi / mae ukemi	Falltechniken, Rolle zurück / Rolle vorwärts
Ura		Rückseite
Uraken		Faustrückenseite
Uraken Uchi	aus Kote Nuki	Faustrückenschlag
Urate		Handrückseite
Ushiro		Rückwärts
Ushiro eri dori	Ushiro waza eri dori	Angreifer fasst von hinten den Revers
Ushiro eri dori men uchi		Angreifer fasst von hinten den Revers und führt mit der anderen Hand einen geraden Schlag von oben mit der Schwerthand aus.
Ushiro haga ijime	Ushiro waza haga ijime oder ushiro kakae dori	Angreifer umklammert von hinten auf Höhe der Oberarme
Ushiro katate dori kubi shime	Ushiro waza katate dori kubi shime	Angreifer fasst von hinten ein Handgelenk und mit dem anderen Arm würgt er indem er den Gi nutzt und um den Hals greift
Ushiro kubi shime		Angreifer würgt mit beiden Händen von hinten
Ushiro ryo hiji dori	ushiro waza ryo hiji dori	Angreifer fasst von hinten beide Ellenbogen
Ushiro ryo kata dori	Ushiro waza ryo kata dori	Angreifer fasst von hinten beide Schultern
Ushiro ryote dori	Ushiro waza ryote dori	Angreifer fasst von hinten beide Handgelenke
Wakizashi		Kurzschwert
Waza		Techniken, Übungen
Yagai Keiko		Im Freien trainieren
Yame		Halt, Stopp
Yari		Speer, Lanze
Yodan		Oberer Bereich
Yoko		Seitwärts
Yoko giri	Yoko guruma	Schnitt mit dem Schwert von der Seite / Bauch öffnen (hara o akeru)

Jap. Bezeichnung	Details	Übersetzung
Yokomen uchi		Von der Seite und oben mit der Schwerthand schneiden (schräg zur Karotis)
Yonkyo	oder Yonkajo	
Zen	oder Tekubi	
Zen no zen	osae	Vierte Lehre, Nervenpunkthebel
		Buddhistische Meditation
		Freies Üben im Aikido ekitai