

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

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

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

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

Jap. Bezeichnung	Details	Übersetzung
Kokyu ryoku		Atemkraft, mehr als nur Atmung, Spannung, Energie die aus dem Körper "springt"
Koshi nage		Hüftwurf
Kotai	Aite Kotai	Wechseln / Partnerwechsel
Kotai		Erste Arbeitsebene - festes und exaktes Üben
Kote gaeshi		Handgelenk-Umkehr
Kote uchi		Schlag mit dem Schwert auf das Handgelenk
Kuruma		Rad
Kuruma no Ri		Prinzip des Rades
Kyu	Ku	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 Schwachstellen
Kyusho-suru		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		Schlag von vorne auf die Augen
Masakatsu		Die Wahrheit besiegen
Mawashi		Halbkreis, kreisförmig
migi		Rechts
Mokuso		Augen schließen, Meditation
Mokuso yame		Augen öffnen bzw. beenden von den geschlossenen Augen
Morote		Mit beiden Händen, beidseitig
Morote dori	Katate ryote dori	Mit beiden Händen ein Handgelenk fassen
Muna dori		Den Revers von vorne greifen auf Höhe Brustbein

Jap. Bezeichnung	Details	Übersetzung
Muna dori men uchi		Mit einer Hand das Revers fassen und mit der anderen einen Schlag von oben mit der Schwerhand ausführen
Musubi		Verbinden
Nage katame waza		Wurftechniken mit Festhaltetechniken
Nage waza		Wurftechniken
Neko ashi-dachi		Katzenfußstellung
Ni		Zwei
Nihon		Zwei (Punkte)
Nikyo	oder Nikajo	Zweite Lehre, Handgelenkshebel,
Nukite	oder Kote	Ellenbogen und Handgelenk
Obi	mawashi	Fingerstich, Speerhand
omote		Gürtel
onegaiitashimasu		Vorderseite
Onii san		Höfliche Bitte, yoroshiko
Ototo san		onegaiitashimasu - bitte trainieren
owarimasu		sie gut mit mir
Oyogi	Oyo waza	Älterer Bruder
Randori		Jüngerer Bruder
remma		Beenden
Ren		Angewandte Technik, Technik auf
Ren ko		eine neue Form anwenden aus
		katate dori shiho nage zB shiho
		nage auf tsuki
		Freier Kampf mit wenigen Regeln
		Polieren ständig verfeinern
		Verknüpfen, Verbinden, Fortsetzen
		Angriffsabfolge
Renko		Abführen (aus ude zushi "renko")
		bedeutet ude zushi mit abführen
		nicht mit werfen
Renshu		Lernen indem man unentwegt
Retsu		gestaltet, Materie bearbeitet
Roku		Reihe, Linie
Ryo kata dori		Sechs
Ryote dori		Beide Schultern von vorne greifen
Sae		Beide Handgelenke von vorne
		greifen
Sagari		Agilität, entspannen
		Rückwärtsbewegung,
		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
Sankakutai	Hanmi	Drei
	oder Sankajo	Dreiseitige Stellung, Kegelförmig,
	oder Kote	Dreieckskörper, Hanmi Stellung im
Sankyo	hineri	AIKIDO
Sei		Dritte Lehre, Kontrolle über den
Seika Tanden		ganzen Arm, Handgelenk,
Seiza		Ellenbogen, Schulter
Seiza shinasa		Ordnung, Harmonie herstellen,
		Gleichgewicht
Sensei	Hara	Körpermitte
Shi		Kniesitz
Shichi		Setz dich in seiza
Shiho nage		Meister, Shaolin Chin. Kleiner Wald,
Shikko		Bezeichnung für das Kloster
Shisei		Vier
Shizentai		Sieben
Shochu keiko		Wurf in vier Richtungen
Shomen uchi		Kriegsgang
		Haltung, Position, Stellung
		Natürliche Haltung
		Trainingszeit während der großen
		Sommerhitze
		Trainingszeit während der großen
		Sommerhitze
Shu-ha-ri		Von oben gerade mit der
		Schwerthand schneiden
		Entwicklung, zuerst nachahmen
		dann anpassen oder adaptieren und
		dann eigenständig
Shugo		Sammeln, gruppieren, in einer Reihe
Shuto		aufstellen
Shuto uchi		Schwerthand, Handkante
Sode dori		Angriff von oben mit Handkante auf
		Fontanelle
		Ellenbogen von vorne greifen
Sode dori jodan tsuki		Mit einer Hand den Revers von
Soto		vorne fassen und mit der anderen
Soto tekubi		Hand einen geraden Fauststoß zum
Sumi otoshi		Gesicht
		Außen, Außenseite
		Handgelenk außen
		Eckenwurf

Jap. Bezeichnung	Details	Übersetzung
Sumimasen		Entschuldigung
Suwari waza		Techniken auf den Knien
Tachi		Langes Katana - frühe Zeit der
Tachi waza		Samurai ca. 1300
Tai		Technik aus dem Stand
Tai Gamae		Körper
Tai no henka		Ai hanmi
Tai no Sen		Körperbewegung
		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		Schwerhand, 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
		Angreifer fasst von hinten den Revers und führt mit der anderen Hand einen geraden Schlag von oben mit der Schwerhand aus.
Ushiro eri dori men uchi	Ushiro waza haga ijime oder ushiro kakae dori	Angreifer umklammert von hinten auf Höhe der Oberarme
Ushiro haga ijime	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 katate dori kubi shime		Angreifer würgt mit beiden Händen von hinten
Ushiro kubi shime	ushiro waza ryo hiji dori	Angreifer fasst von hinten beide Ellenbogen
Ushiro ryo hiji dori	Ushiro waza ryo kata dori	Angreifer fasst von hinten beide Schultern
Ushiro ryo kata dori	Ushiro waza ryote dori	Angreifer fasst von hinten beide Handgelenke
Ushiro ryote dori		Kurzschwert
Wakizashi		Techniken, Übungen
Waza		Im Freien trainieren
Yagai Keiko		Halt, Stopp
Yame		Speer, Lanze
Yari		Oberer Bereich
Yodan		Seitwärts
Yoko		Schnitt mit dem Schwert von der Seite / Bauch öffnen (hara o akeru)
Yoko giri	Yoko guruma	

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