

Terminologie

☰ Category: **Allerlei**

🕒 Published: Saturday, 12 April 2014 17:04

📄 Hits: 1458



AGE: opwaarts

AGE UKE: opwaartse blok

AGE TSUKI: opwaartse stoot

AIUCHI: tegenstanders scoren tegelijkertijd

AKA: rood

AO: blauw

AKA (AO) IPPON: rood (blauw) scoort een ippon

AKA (AO) NO KACHI: rood (blauw) heeft gewonnen

ASHI BARAI: voetveeg

ASHI WAZA: voetveegtechniek

ATE WAZA: werptechniek

ATEMI WAZA: aanval techniek

ATENAI YONI: waarschuwing zonder straf

ATOSHI BARAKU: nog 30 seconden te gaan

ATTATE IRU: contact

AWASE UKE: een blok met twee handen

AWASE ZUKI: "U" stoot, ook wel genoemd Morote Zuki

AYUMI DACHI: stand zoals je een stap zet tijdens het lopen

B

BASSAI DAI: kata, binnendringen van het fort

BASSAI SHO: kata, de mindere van DAI

BO: een lange stok (ongeveer 1,80 meter)

BUDO: krijgskunst

BUDOKA: beoefenaar van een krijgskunst

BUNKAI: studie in de technieken en toepassingen van de kata

C

CHINTE: kata, vreemde handen

CHOKU TSUKI: rechte vuiststoot

CHUDAN: middengedeelte van het lichaam

CHUDAN TSUKI: een stoot naar het midden gedeelte van het lichaam

CHUI: waarschuwing

D

DAN: graad / zwarte band

DE AI: instappen

DO: weg / pad

DOJO: letterlijk plaats van de weg, de zaal waarin je karate beoefent

DOJO KUN: regels in oefenzaal

DOMO ARIGATO GOZAIMASHITA: dank u wel

E

EMBU: beginpunt kata uitvoering

EMBU JO: wedstrijdveld voor kata

EMBUSEN: grondpatroon van een kata

EMPI: elleboogstoot, ook wel hiji genoemd

EMPI UCHI: een slag/stoot met de elleboog, ook wel hiji-ate genoemd

ENCHO-SEN: verlenging (van een wedstrijd)

ENPI: kata, Zwaluwvlucht

F

FUDO DACHI: een onbewegelijke stand, heet ook wel sochin dachi

FUJU BUN: onvoldoende kracht

FUKUSHIN: hulp scheidsrechter

FUKUSHIN SHUGO: scheidsrechter overleg

FUMI GERI: slaande trap

FUMI KOMI: stamp trap

G

GANKAKU: kata, kraanvogel

GANKAKU DACHI: kraanvogel stand

GASSHUKU: een speciaal trainingskamp

GEDAN: het lage deel van het lichaam

GEDAN BARAI: lage afweer

GEDAN KAKE UKE: lage blok met de voorarm

GEDAN TSUKI: een stoot tegen het lage gedeelte van het lichaam

GERI: trap

GERI WAZA: traptechniek

GICHIN FUNAKOSHI: grondlegger van het Shotokan karate

GIN GERI: krustrap

GO: vijf

GO NO SEN: een tactiek waarbij je eerst de tegenstander laat aanvallen en waarna je

direct een tegenaanval maakt

GOHON KUMITE: vijf stappen basis sparren

GOJU SHIHO DAI: kata, de meerdere 54 richtingen

GOJU SHIHO SHO: kata, de mindere 54 richtingen

GYAKU ZUKI: tegengestelde vuiststoot

H

HACHI: acht

HACHIJI DACHI: beginstand met de voeten op schouderafstand

HAI: ja, ik heb het begrepen

HAISHU UCHI: een slag met de rug van je hand

HAISHU UKE: een blok met de rug van je hand

HAITO UCHI: een slag met de duimkant van je hand

HAIWAN UKE: afweer met achterarm

HAJIME: begin / start

HAMNI: afgewende houding

HAMNI DACHI: afgewende houding stand

HANGETSU: kata, halve maan

HANGETSU DACHI: "halve maan" stand

HANSHI: een titel van de hoogste rang van een karatestijl

HANSOKU: straf voor gemene / oneerlijke overtreding, sanbon tegen

HANSOKU CHUI: waarschuwing, ippon tegen

HANTEI: het oordeel van de scheidsrechters

HANTEI KACHI: winnaar door de beslissing van de scheidsrechters

HARA: buik

HARAI TE: veegtechniek met de arm

HARAI WAZA: armveegtechnieken

HASAMI TSUKI: schaarstoot

HEIAN 1-5: vijf fundamentele kata's, vredig

HEIKO TSUKI: een dubbele gelijktijdige stoot

HEISOKU DACHI: stand met voeten tegenelkaar

HENTE: opvolgtechniek met dezelfde hand

HIDARI: links

HIKI ASHI: terugtrekkend trapbeen

HIKI TE: terugtrekkende stoothand

HIKIWAKE: gelijktijdige score

HIRAKEN: kneukels vuiststoot

HIZA GERI: kniestoot

HIZA UKE: afweer met de knie

HONBU DOJO: hoofd oefenruimte

I

IBUKI: ademhaling

ICH: een

IPPON: een punt

IPPON KEN: handkneukel

IPPON KUMITE: één stap basis sparren

IPPON NUKITE: een vinger speerhand

J

JI'IN: kata, tempelgronden

JIKAN: tijd

JION: kata, eigennaam, Jion tempel

JITTE: kata, tien handen

JIYU KUMITE: vrij gevecht met partner

JIYU UKE: gekruiste afweer

JODAN: hoge zone

JODAN TSUKI: vuiststoot op het gezicht

JOGAI: straf voor verlaten wedstrijdvloer

JU: tien

JUTSU: kunst

K

KAGI TSUKI: hoekstoot

KAKATO GERI: stamp met de hiel

KAKIWAKE UKE: wigafweer

KAMAE: gevechthouding

KAE ASHI: gehele stap verplaatsing

KANKU DAI: kata, kijken naar de lucht

KANKU SHO: kata, de mindere van DAI

KANSA: arbiter

KANSETSU GERI: stamp naar het kniegewricht

KARATE: lege hand

KARATE GI: karatekleding

KARATEKA: karatebeoefenaar

KATA: vastgestelde vorm, stijloefening

KEAGE: slaand

KEIKOKU: straf, lichte overtreding met waza ari tegen

KEITO: duimkant
KEITO UKE: afweer met duimkant
KEKOMI: stotend
KEN: vuist
KIAI: schreeuw, energie ontlading
KIBA DACHI: zijwaartse stand
KIHON: basistechnieken training
KIKEN: opgave tijdens wedstrijd
KI: energie
KIME: bundeling van energie
KIZAMI GERI: voorste been trap, reikend
KIZAMI TSUKI: voorste handstoot, reikend
KOKEN: slag met het handgewricht
KOKEN UKE: afweer met het handgewricht
KOKUTSU DACHI: achterwaartse stand
KOSA DACHI: kruisstand
KOSHI: bal van de voet
KU: negen
KUMADE: berenklauw
KUMITE: gevechtsoefeningen met partner
KYU: graad / lage band
KYUSHO: vitale punten training

L - M

MA AI: gevechtsafstand
MAE GERI: voorwaartse trap met bal voet
MAE REN GERI: voorwaartse dubbele trap
MAE TOBI GERI: voorwaartse springende stamp
MAKE: verliezer
MAKIWARA: met stro omwikkelde stootpaal
MAWA TE: wenden / draaien
MAWASHI: cirkelvormig
MAWASHI GERI: cirkelvormige trap
MAWASHI TSUKI: cirkelvormige vuiststoot
MAWASHI UKE: cirkelvormige afweer
MEIKYO: kata, geslepen spiegel
MIENAI: niets gezien
MIGI: rechts
MIKATSUKI GERI: cirkelvormige aanval met voetzool

MIKATSUKI GERI UKE: cirkelvormige afweer met voetzool

MOKUSO: ogen sluiten voor meditatie

MOROTE TSUKI: dubbele vuiststoot

MOROTE UKE: dubbele (versterkte) afweer

MUBOBI: straf, onsportief gedrag

MUSUBI DACHI: V - stand

N

NAGASHI UKE: wegvagende handpalm afweer

NAKADAKA KEN: middelvinger vuistkneukel

NAMI ASHI: hoge veegtechniek met binnenzijde voet

NEKO ASHI DACHI: kleine katstand

NI: twee punten

NIDAN: tweede

NIHON: tweemaal / twee punten

NIHON TSUKI: dubbele vuiststoot

NIHON NUKITE: twee vingers speerhand

NIJUSHIHO: kata, 24 richtingen

NUKI TE: speerhand

O

OBI: karate band

OSS: groet

OI TSUKI: vorderend stoten

OSAE UKE: neerdrukkende afweer

OTAGAI NI REI: iedereen groeten

OTOSHI EMPI: neerwaartse elleboog stoot

OTOSHI UKE: neerwaartse afweer, pinkkant

P - Q - R

RANDORI: vrij dojo gevecht

REI: groeten

RENOJI DACHI: L - stand

RENZOKU: combinaties

RENZOKU GERI: trapcombinaties

RENZOKU WAZA: combinatietechniek

RITSU REI: staand groeten

ROKU: zes

RYU: school

S

SAGARU: wenden

SAN: drie

SANCHIN DACHI: zandloper stand

SANDAN: derde

SANBON: drie maal / drie punten

SANBON KUMITE: drie stappen basis sparren

SANBON TSUKI: drie dubbele vuiststoot

SANBON REN TSUKI: drie stappen vuiststoot

SOCHIN: kata, onbeweegelijk, vastgeworteld

SOCHIN DACHI: onbeweegelijke stand

SEI KEN: vuistknokkels

SEIKEN CHOKU TSUKI: rechte stoot met vuistknokkels

SEIZA: knielen voor meditatie

SEMPAI: oudere (senior)

SEMPAI NI REI: groeten aan de oudere (senior)

SENSEI: leraar

SENSEI NI REI: groeten aan de leraar

SHI: vier

SHIAJO: kumite wedstrijdveld

SHIHAN: meester

SHIHAN NI REI: groeten aan de meester

SHIKKAKU: diskwalificatie, onsportief gedrag

SHIKO DACHI: sumo stand

SHIN: geestelijke kracht

SHIRO: wit

SHISHI: zeven

SHITEI KATA: opgelegde kata

SHIZEN TAI: natuurlijke stand

SHOBU (ippon/sanbon) KUMITE: 1 of drie puntsgevecht

SHOMEN: frontale houding

SHOMEN: 1e meester (Funakoshi)

SHOMEN NI REI: groeten aan de 1e meester

SHOTEI UCHI: slag met handpalm

SHOTEI UKE: afwering met handpalm

SHUGO: verzoek tot scheidsrechter bespreking

SHUSHIN: scheidsrechter

SHUTO: handkant (pink)

SHUTO UCHI: slag met handkant
SHUTO UKE: afweer met handkant
SOKUTO: zijkant van de voet
SOTO UDE UKE: afweer binnenkant voorarm
SUKUI UKE: onderscheppende afweer

T

TAIKYOKU 1 – 3: drie voorbereidende kata's
TAI SABAKI: lichaamsverplaatsing
TAMESHI WARA: breekttest
TAMESHI WAZA: breektechnieken
TANDEN: middenpunt buik, navel
TATSHU: opstaan na meditatie
TATE: recht
TATE UKE: afweer met rechte handkant
TATE TSUKI: rechte korte stoot
TE: hand
TEISHO: stoot met palmhiel van de hand
TEISHO UKE: afweer met palmhiel
TEISHO UCHI: slag met palmhiel
TEKKI 1 – 3: drie vervolg kata's
TETTSUI: hamervuist
TETTSUI UCHI: hamervuistslag
TOK: kruisbescherming
TOKUI: favoriet
TOKUI KATA: favoriete kata
TOKUI WAZA: favoriete techniek
TORI: de aanvaller
TORIMASEN: Techniek te zwak
TSUGI ASHI: halve stap verplaatsing
TSUKITE HAJIME: wedstrijd hervatten
TSUKI: vuiststoot
TSURI ASHI: kruisstap verplaatsing
TSURI ASHI DACHI: kruisstap stand (ooievaarsstand)

U

UCHI: slag
UCHI MAWASHI GERI: cirkelvormige trap naar binnen
UCHI WAZA: slagtechnieken

UCHI UDE UKE: afweer met buitenzijde voorarm

UDE: voorarm

UKE: de verdediger

UKE: afweer

UKE WAZA: afweertechniek

UNSU: handen in de wolken

URA: tegenovergesteld

URAKEN UCHI: slag met handrug

URA MAWASHI GERI: tegenovergestelde cirkelvormige trap

URA TSUKI: tegenovergestelde korte vuiststoot

USHIRO GERI: achterwaartst hieltrap

V - W

WAN: arm

WANKAN: kata, eigennaam, oude Tomari kata

WASHIDE: adelaarshand

WAZA: techniek

X - Y

YAKUSOKU KUMITE: gevechtsoefening volgens afspraak

YAME: stoppen

YAME TSUKI: grote U - stoot

YASUME: rust ter plaatse

YOI: klaar / gereed staan

YOKO: zijwaarts gericht

YOKO EMPI: zijwaarts gerichte elleboogstoot

YOKO GERI: zijwaarts gerichte trap

YOKO TSUKI: zijwaarts gerichte vuiststoot

YOKO TOBI GERI: gesprongen zijwaarts gerichte trap

YORI ASHI: korte stap verplaatsing

Z

ZANSHIN: doelgerichte concentratie

ZAZEN: geknielt mediteren

ZENKUTSU DACHI: voorwaartse stand