

Japanske ord og vendinger (mest anvendte)

Age-uke:	Opadgående parade
Anza	Skrædderstilling
Ashi	Betyder både ben og fod
Bunkai	Analyse af kata. Hvad bruges teknikkerne i Kata til
Choku-zuki:	Stød fra oprejst stilling.
Dogeza	Knælende med kroppen bøjet forover og hovedet mod gulvet
Enpi uchi	Slag med albuen (albue hedder Hiji)
Gedan-barai	Nedadgående parade
Gohon kumite	Fem-skridts-kamp aftalt forsvar og angreb.
Gyaku-zuki	Modsat stød. Har man venstre ben fremme, så stødes med højre hånd og omvendt.
Haishu-uke	Parade med bagsiden af åben hånd (håndryggen)
Haito-Uchi	Slag med åben hånd hvor man rammer med tommelfingersiden
Hajime	Begynd/start
Happō kumite	Kamp hvor man står i midten af otte modstandere, som skiftes til at angribe
Hara	Mave/Forsiden af kroppen omkring navlen
Hiza	Knæ
Hiza-geri	Knæspark
Jiyū	Frit
Jiyū ippon kumite	Et-skridts frikamp - kamp med aftalt angreb og forsvar
Jiyū kumite	Fri kamp
Juji-uke	Parade med begge hænder hvor de strakte arme er krydsede. Kan udføres med åbne såvel som lukkede hænder
Jun-zuki	Stød - eksempelvis når man bevæger sig tilbage og støder. Er højre ben forrest så er det også højre hånd der stødes med
Kaeshi	Returnere



Japanske ord og vendinger (mest anvendte)

Kaeshi ippon kumite	Kamp hvor man angriber fra Shizentai (naturlig stilling med strakte ben). Modstanderen parerer og laver kontra angreb. Første angriber parerer og laver kontra. Foregår i kihon-form
Kagi-zuki	Krog-stød, hånd foran bryst.
Kaimoku	Åben øjnene
Kakato	Hæl på foden
Kakiwake-uke	Parade. Starter med krydsede arme foran brystet og håndfladerne ind mod sig selv. Hænderne roteres så håndfladerne vender mod modstanderen og der er skulderbredde mellem hænderne. Udføres også med lukkede hænder.
Kamae	Positu
Kata	Serie af teknikker/måde at gøre ting på/form
Ken	Kno
Keri	Spark (når man sætter noget foran Keri, bliver K til G. For eksempel mae-geri).
Kiba-dachi	Stilling med parallelle fødder og lige meget vægt på begge ben
Kihon	Basis/Fundamen
Kihon ippon kumite	Et-skridts kamp. Aftalte angreb og forsvar
Kime	At kunne dirigere max energi til den enkelte teknik ved at spænde alle relevante muskler i det splitsekund, der er brug for det..
Kiritsu	Stå/op at stå, som at stå i oprejst stilling
Kokutsu-dachi	Stilling med vægten på bagerste ben. Forreste fod peger fremad og ydersiden af bagerste fod peger 90 grader til siden. 70% af vægten på bagerste ben og 30% på forreste
Koshi	Hofte/talje
Koshi-gamae	Hoftekampstilling
Koshin	Fodballen
Mae	Front/Foran
Mae-geri	Frontspark
Mawari (Mawaru)	Rotere
Mawashi-geri	Cirkelspark



Japanske ord og vendinger (mest anvendte)

Mikazuki-Geri	Svingspark med let bøjet ben og hvor man rammer med indersiden af foden
Mokusō	Mediter
Morote	Med begge hænder
Morote-uke	Parade med begge hænder.
Neko-ashi-dachi	Katte-stilling. 90% af vægten på bagerste ben
Oi-zuki	Stød mens man bevæger sig fremad
Okuri jiyū ippon kumite	Jiyū ippon kumite hvor det er den samme der angriber to gange i træk. Første angreb annonceres, andet angreb er frit
Otagai	Fælles
Otagai ni rei	Fælles hilsen/Alle hilser mod alle
Ōyō	Praktisk anvendelse
Ōyō kumite	Praktisk anvendt kumite
Renoji-dachi	Stilling med næsten strakte ben forreste fod peger fremad, bagerste peger fremad i en vinkel på ca. 45 grader og der er ca. en fods længde fra forreste til bagerste fod
Sanbon kumite	Tre-skridts-kamp med aftalt forsvar og angreb.
Seiza	Stilling hvor man sidder på hælene med bøjede ben
Sensei	Lærer
Sensei ni rei	Hils mod læreren
Shiai	Turnering/Stævne
Shiai kumite	Turnerings/Sports kamp
Shizentai	Naturlig stilling
Shōbu	Kamp til sejr eller nederlag
Shomen	Forsiden/Fronten af noget
Shomen ni rei	Hils mod Shomen
Shutō-uke	Parade med håndkanten, hvor armen er bøjet i en vinkel på 45 grader
Soto-uke	Parade udefra og ind



Japanske ord og vendinger (mest anvendte)

Tanden	Kroppens midte, et punkt mellem hofterne og navlen/rygsøjlen
Tate	Vertikalt
Tate-shutō-uke	Parade med håndkanten hvor armen er strakt og hånden peger opad
Tate-zuki	Stød hvor håndryggen på den knyttede hånd peger til siden. Typisk hvor hånden er to tredje del af armens længde fra kroppen.
Te	Hånd
Tetsui	Jernhammer - Slag med den knyttede hånds lillefinger side.
Tobi-geri	Flyvespark
Tobu/Tobimasu	Hoppe/Flyve
Tsukami	Tage fat i noget
Tsukami-uke	Parade hvor man holder fast i modstanderen
Tsuki	Stød
Uchi	Slag
Uchi-uke	Parade indefra og ud
Ude	Arm
Uke	Parade
Ura	Bagside
Uraken-uchi	Slag/snap med knoerne
Ura-mikazuki-geri	Svingspark indefra med let bøjet ben, foden pegende opad og hvor man rammer med ydersiden af foden.
Ura-zuki	Stød hvor håndryggen på den knyttede hånd vender nedad
Ushiro	Bagved/Bagud
Ushiro-geri	Bagudrettet spark
Ushiro-mawashi-geri	Baglæns cirkelspark
Waza	Teknik
Yakusoku	Aftale



Japanske ord og vendinger (mest anvendte)

Yakusoku kumite	Aftalt kamp
Yama-zuki	Stød med begge hænder på en gang (ses i Bassai Dai)
Yame	Stop, som i stop med den aktivitet du er i gang med
Yoko	Vandret/sidelæns
Yoko-enpi-uchi	Albueslag til siden
Yoko-geri keage	Side snapspark
Yoko-geri kekomi	Side stopspark
Youi	Vær klar
Zenkutsu-dachi	Fremadrettet stilling - forreste fod peger fremad og bagerste mindst 45 grader fremad. 60% af vægten på forreste ben og 40% på bagerste.



Japanske ord og vendinger (mest anvendte)

ANDRE ORD

Arigatō	Tak
Dōmo Arigatō	Mange tak
Arigatō gosaimasu	Høfligere end Arigato
Arigatō gosaimashita	Høfligere end Arigatō gosaimas
Dōmo Arigatō gosaimashita	Høfligere end Arigatō gosaimashito
Makoto Arigatō gosaimashita	I sandhed mange tak (makoto betyder virkelig/sandt)
Itadakimasu	Før et måltid - Betyder "jeg modtager" (i ydmyg form)
Gochisōsama deshita	Efter et måltid - Betyder "det var et festmåltid"
Sumimasen	Undskyld/Undskyld mig - Bruges bla. til at påkalde tjenerens/ekspedientens opmærksomhed
Shitsurei shimasu	Bruges daglig som undskyldning for forskellige små ting (man kommer til at skubbe til en anden i toget eller lignende.) Betyder "nu er jeg uhøflig"
Ohayō gosaimasu	God morgen - betyder egentlig "det er tidligt"
Konnichi wa	God dag - betyder egentlig "med hensyn til denne dag"
Komban wa	God aften - betyder egentlig "medhensyn til denne aften"