

Glossar

Glossar

Allgemeines

Annai	Information
Arigato	danke
Arigato-Gozaimasu	danke (s. höflich)
Gochiso-Sama-Deshita	danke für das gute Essen
Chikatetsu	Metro
Deguchi	Ausgang
Dozo	bitte sehr
Eki	Bahnhof
Hai	ja
Hiku	ziehen (Türe)
lie	nein
Irasshaimase	willkommen
Iriguchi	Eingang
Itada-Kimasu	„guten Appetit“
Kawaii	hübsch, schön, nett
Konbanwa	guten Abend
Konnichiwa	guten Tag
Mata-Ne	auf Wiedersehen (s. höflich)
Ohayo	guten Morgen
Ohayo-Gozaimasu	guten Morgen (s. höflich)
Onna	Frau
Osu	stossen (Türe)
Otoko	Mann
O-Terai	Toiletten
Sayonara	auf Wiedersehen
Sumimasen	entschuldigen sie bitte
Uketsuke	Reception
Yokoso	willkommen (s. höflich)

Wurfphasen

1. Kuzushi	Gleichgewicht brechen
2. Tsukuri	Wurfvorbereitung
3. Kake	Wurfausübung

Übungsformen

Kakari-Geiko	einer greift an, einer verteidigt
Randori	freies Üben
Shiai	Kampf
Tandoku-Renshu	üben ohne Partner
Yaku-Soku-Geiko	üben nach Absprache

Kampfrichter ausdrücke

Fusen-Gachi	Sieg durch Nichtantreten des Gegners
Gachi	Sieg
Hajime	fangt an
Hantei	Entscheidung
Hikiwake	unentschieden

Ippon-Gachi	Sieg durch Punkte
Jikan	Zeit anhalten
Jogai	Aktion ausserhalb d. Kampffläche
Jonai	Aktion innerhalb d. Kampffläche
Kiken-Gachi	Sieg durch Aufgabe d. Gegners
Matte	stopp
Maitta	Aufgabe
Osae-Komi	Haltegriff gilt
Rei	grüssen
Sogo-Gachi	zusammengesetzter Sieg
Sono-Mama	nicht bewegen
Sore-Made	alles ist aus, Kampfende
Toketa	Haltegriff nicht mehr gültig
Yoshi	weiterkämpfen
Yusei-Gachi	Sieg durch Überlegenheit

Wertungen:

Kinsa	Vorteil (1 P)
Koka	kleine Wertung (3 P)
Yuko	mittlere Wertung (5 P)
Waza-Ari	hohe Wertung (7 P)
Waza-Ari-Awasete-Ippon	2 Waza-Ari werden zu Ippon
Ippon	Höchstwertung, voller Punkt (10 P)

Strafen:

Shido	Strafe
Hansoku-Make	Disqualifikation

Judobegriffe

A	
Aiki	geistige Harmonie
Ai-Yotsu	gleiche Ausgangslage d. Kämpfer
Arashi	Sturm
Ashi	Bein/Fuss
Atemi (Ate)	Schlag
Ayumi-Ashi	normales Schreiten

B

Barai (Harai)	wischen, fegen
Basami	Schere
Budo	Weg des Kriegers
Bushido	geistige Haltung des Kriegers

D

Dan	Meistergrad
Dachi	s. Tachi
Dakiage	hochheben
De	vorschieben, vorstellen
Dojo	Trainingslokal
Do	Weg, Prinzip
Dori	Griff, halten, greifen

Glossar

E

Empi (Hiji)	Ellbogen
Eri	Kragen, Revers

G

Gaeshi (Kaeshi)	gegen, Gegenangriff
Gake	weghaken
Garami	einrollen
Gari	sicheln
Gashira	Spitze, Ende d. Schwertgriffs
Gatame (Katame)	kontrollieren, halten
Gatana	s. Katana
Geiko (Keiko)	Übung
Gesa (Kesa)	Schärpe
Go-No-Sen	Gegeninitiative
Gokyo	5 Gruppen
Goshi (Koshi)	Hüfte
Guruma	Rad
Gyaku	verkehrt

H

Hadaka	nackt, bloss
Hagakure	Ehrenkodex der Samurai
Hane	springen, Flügel
Hantei	Entscheidung, Bewertung
Hara	Bauch, Körpermitte
Harai	s. Barai
Henka	Variation der Grundform, Wechsel
Hidari	links
Hiji	s. Empi
Hikkomi	hineingehen
Hishigi	gestreckt
Hiza	Knie
Hon	Grund, Basis

I

Ippon	einseitig
--------------	-----------

J

Jigoro Kano	Gründer des Judo
Jigotai (Shigotai)	Verteidigungsstellung
Jime (Shime)	Würgen
Jitsu	Kunst, Prinzip
Ju	sanft
Judo	sanfter Weg
Judoka	Judo-Praktizierender
Judogi	Trainingsanzug
Juji	gekreuzt
Ju-Jitsu	sanfte Kunst

K

Kaeshi	s. Gaeshi
Kai (Kwai)	Gesellschaft
Kaisetsu	Erklärung
Kakato	Ferse
Kami	oben, von oben
Kamiza	Ehrenplatz
Kani	Krebs, krebsartig
Kansetsu	Hebel, Gelenk
Kanuki	quer
Karate	leere Hand

Kata

Katame	s. Gatame
Katate	einhandig
Kashira	Kopf, Haupt, oben
Kataha	Flügel
Katana	zweihändiges Schwert d. Samurai
Kawazu	einbeinig, ein Bein
Keiko	s. Geiko
Kesa	s. Gesa
Kiai	Kampfschrei
Kiba-Dachi	tiefe Verteidigungsstellung
Kibisu	Ferse
Kimono	trad. japanische Kleidung
Kirioroshi	abwärts schneiden, spalten
Ko	klein
Kobushi	Faust
Kodokan	Mutterdojo des Judo
Komi	innen, drehen
Koshi	s. Goshi
Kuatsu	fernöstliche Nothilfekunst
Kubi	Naken
Kuchiki	morscher Baum
Kumi-Kata	Griff fassen
Kumite	Übung am Partner
Kuzure	Variante
Kwai	s. Kai
Kyo	Gruppe
Kyu	Schülergrad, Klasse

M

Ma	gerade
Mae	vorwärts, nach vorne
Maki	auf-, einrollen
Mata	Schenkel
Mawashi	drehen
Migi	rechts
Mokuso	konzentrieren
Morote	beidhändig
Mune	Brust

N

Nage	Wurf
Nami	normal
Naname	schräg, geneigt, diagonal
Ne	am Boden liegend
Nidan	nachdoppeln
No	des, von, der, nach

O

O	gross
Obi	Gurt
Okuri	beide
Osae-Waza	Festhaltetechnik
Oshi	Stoss
Otoshi	fallen lassen, niederfallen

R

Rei	Gruss
Renraku	verbinden, kombinieren
Ritsurei	Gruss im Stehen
Ryo	beide

Glossar

Ryogan-Tsuki	Schlag in beide Augen	Uchioroshi	abwärts schlagen
Ryote	beidhändig	Ude	Arm
S		Uke	Kämpfer, der die Aktion erfährt
Sabaki	Drehung	Ukemi	Falltechnik
Samurai	Krieger (wörtl. „dienen“)	Uki	flatternd
Sankaku	Dreieck	Ura	verkehrt, Gegenteil, rückwärts
Sasae	blockieren	Ushiro	von hinten, rückwärts
Sekito	Fussballen	Utsuri	wechselnd, umgekehrt
Sempai	Hilfstrainer, höchstgrad. Schüler	W	
Sen	positiv, Initiative	Wakare	sich trennen, reissen
Sen-No-Sen	höchste Form der Initiative	Waki	Achselhöhle, Körperseite
Se	Rücken	Wakizashi	einhandiges Schwert d. Samurai
Seoi	auf den Rücken nehmen	Waza	Technik
Shiai	Kampf	Y	
Shiaijo	Kampffläche	Yama	Berg
Shigotai	s. Jigotai	Yame	lösen
Shiho	Vierpunkt	Yoko	Seite, seitlich
Shime	s. Jime	Yoseki	Ehrenplatz
Shisei	Haltung (innere u. äussere)	Yubisaki	Fingerspitze
Shizentai	Normalstellung	Z	
Sensei	Meister, Lehrer	Za	Sitz, Platz
Seoi-Nage	Rückenwurf	Zarei	Gruss im Sitzen
Shintai	aufrecht Schreiten	Za-Zen	Meditationsform im Sitzen
Sode	Ärmel	Zen	buddhistische Glaubensrichtung
Soto	ausssen	Zori	Sandalen
Sukashi	entschlüpfen, s. etwas entziehen	Zahlen	
Sukui	Löffel, Schaufel	0	Rei (Zero)
Sumi	Winkel, Ecke	1	Ichi
Sutemi	Opfer, seinen Stand opfern	2	Ni
T		3	San
Tachi (Dachi)	aufrecht, stehend	4	Shi (Yon)
Tai	Körper	5	Go
Taiza	sitzen	6	Roku
Tani	Tal	7	Shichi (Nana)
Tanto	Dolch	8	Hachi
Taoshi	fällen, umstossen	9	Kyu (Ku)
Tate	gerade, der Länge nach	10	Ju
Tatami	Judomatten	11	Ju-Ichi
Te	Hand	12	Ju-Ni
Tegatana	Schwerthand	...	
Tokui	besonders gut	20	Ni-Ju
Tokui-Waza	Spezialtechnik	30	San-Ju
Tomoe	Bogen, Kreis	...	
Tori	Kämpfer, der die Aktion macht	100	Hyaku
Tori	Griff, greifen, packen, schnappen	1000	Sen
Tsubame	Schwalbe	10000	Man
Tsugi-Ashi	Laufen mit Fuss nachziehen		
Tsuki	Stoss, Schlag		
Tsukiage	Uppercut		
Tsukinami-Shiai	regulärer monatlicher Kampf		
Tsukomi	Stoss		
Tsuri	aufheben		
Tsuri-Ashi	Schreiten mit Füßen am Boden		
Tsurikomi	aufheben und hineingehen		
U			
Uchi	innen		
Uchi	Schlag		
Uchi-Komi	Eingänge ohne Wurf		