

Glossar der wichtigsten im Aikido gebräuchlichen Begriffe

**Aikido-Schule Charlottenstraße
Charlottenstraße 26-28**

20257 Hamburg

AI 合	Harmonie
AI HANMI KATATE DORI 相半身片手取り	Griff mit der rechten (linken) Hand zum rechten (linken) Hand- gelenk des Partners 1. Angriffsform
AIKI OTOSHI 合気落とし	Kipp-Wurf, bei dem die Beine des Partners ge- hoben und nach hinten geworfen werden
ARIGATŌ ありがとう	Danke (informell)
ASHI 足	Fuß, Bein
ASHI BARAI 足払い	mit dem Fuß fegen
ASHI SABAKI 足捌き (足さばき)	Fußbewegungen, die der Budo-Logik entsprechen
ATEMI 当て身	Stoß/Schlag zu einem empfindlichen Punkt des Körpers
AWASE 合わせ	verbunden, zusammen
AYUMI ASHI 歩み足	„normales“ Gehen
BARAI 払い	fegen
BŌ 棒	langer Stock
BŌJUTSU 棒術	Stocktechniken
BOKKEN / BOKUTŌ 木剣 / 木刀	Holzschwert
BUDŌ 武道	Weg des Kriegers
BUKI 武器	Waffe
BUSHI 武士	Krieger, Samurai
BUSHIDŌ 武士道	Ehrenkodex der BUSHI
CHOKU DSUKI 直突き	gerader Stoß
CHŪDAN 中段	mittlerer Bereich
CHŪDAN DSUKI 中段突き	Faustschlag/Stoß zum Bauch (mittlerer Bereich) 7. Angriffsform
CHŪDAN NO KAMAE 中段の構え	mittleres Kamae, Schwertstellung, bei der das Schwert vor der Körpermitte gehalten wird
DAN 段	Stufe
DESHI 弟子	Schüler
DŌ 道	Weg
DŌGI 道着 (衣)	Übungsanzug

DŌJŌ 道場	traditioneller Übungsraum
DŌJŌCHŌ 道場長	Leiter eines Dojo
DŌMO どうも	„Danke“ (informell)
DŌMO ARIGATŌ どうもありがとう	„Danke sehr“ (förmlich, höflich)
DŌMO ARIGATŌ GOZAIMASHITA どうもありがとう ございました	„Vielen Dank“ (sehr förmlich, höflich) etwas, das gerade endet
DŌMO ARIGATŌ GOZAIMASU どうもありがとう ございます	„Vielen Dank“ (sehr förmlich, höflich) etwas das gerade geschieht
DŌSHŪ 道主	Oberhaupt/Bewahrer des Weges
DŌZO どうぞ	Bitte (als Aufforderung fortzufahren oder zu beginnen)
ERI 襟	Kragen
FUKU SHIDŌIN 副指導員	Assistent mit Prüfungsberechtigung
FUNAKOGI UNDŌ 船こぎ運動	shintōistische Ruderübung
FURITAMA 振魂	wörtl. Seele schütteln, Üb. im Zusammenhang mit Torifune/Funakogi drehen
GAESHI (KAESHI) 返し	
GEDAN 下段	unterer Bereich
GEDAN DSUKI 下段突き	Stoß z. unteren Bereich
GEDAN GAESHI 下段返し	Schlag aus d. u. Bereich
GEDAN UCHI 下段打ち	Schlag z. u. Bereich
GERI 蹴り	Fußtritt
GO NO KEIKO この稽古	hartes Training
GOKYŌ 五教	5. Lehre, 5. Haltetechnik
GYAKU 逆	Umgekehrt, verkehrt, entgegengesetzt
GYAKU HANMI KATATE DORI 逆半身片手取り	die linke (rechte) Hand fasst das recht (linke) Handgelenk, 2. Angriffsform
GYAKU YOKOMEN UCHI 逆横面打ち	Stock-/Schwertschlag zur Schläfengegend mit gekreuzten Armen
HACHI 八	Acht (Zahlwort)
HACHI NO JI GAESHI 八の字返し	siehe Stocktechniken

**Aikido-Schule Charlottenstraße
Charlottenstraße 26-28**

20257 Hamburg

HAI はい ja
HAKAMA 袴 / はかま traditioneller Hosenrock
HANMI 半身 Stellung/Position bei der
nur der halbe Körper
zugewandt ist
HANMI HANDACHI Techniken bei denen Uke
WAZA 半身半立ち技 steht und Tori kniet
HAPPŌ 八方 acht Richtungen
HAPPŌ GIRI in acht Richtungen
八方切り schneiden
HARA 腹 Bauch, Zentrum, Mitte
HASSŌ GAMAE
八相構え siehe Stocktechniken
HENKA 変化 Positionswechsel ohne
die Fußstellung zu
verändern
HENKA WAZA Varianten von Techniken
変化技 Technikwechsel
HIDARI 左 links
HIJI 肘 Ellenbogen
HIJI KIME NAGE Ellenbogen-Hebel-Wurf
肘極め投げ
HIZA 膝 Knie
HŌ 法 Übung
HONBU DŌJŌ Zentral- oder Hauptdojo
本部道場
IAIDŌ 居合道 die Kunst, das Schwert
zu ziehen
IAITŌ 居合刀 Übungsschwert zum IAI
IKKYŌ 一教 erste Lehre = erste
Halteteknik
IKKYŌ UNDŌ Übung zur Verstärkung
一教運動 des KI-Flusses
IRIMI vorwärts eintreten,
入り身 hineingehen mit
ausweichen
IRIMI NAGE Vorwärtseintrittswurf
入り身投げ
IRIMI TENKAN Grundbewegung im
入り身轉換 Aikido
JIYŪ WAZA 自由技 freies Training
JŌ 杖 Holz-Stock ~130 cm
(Aikido Übungswaffe)
JŌDAN 上段 oberer Bereich
JŌDAN DSUKI Stoß zum oberen Bereich
上段突き

JŌDAN GAESHI Stocktechnik, bei der
上段返し man aus der oberen
Verteidigungsstellung
jodan gamae den Stock
über dem Kopf dreht und
fließend einen Schlag
(*uchi komi*) ausführt
Grundstellung
JŌDAN NO KAMAE
上段の構え
JŌDAN UCHI Schlag zum oberen
上段打ち Bereich
JŌ DORI Techniken zur Stock-
杖取り abnahme
JŪ 柔、+ weich, sanft, Zahlwort 10
JŪJI GARAMI Armkreuzwurf ("Nummer
十字絡み 10 Wurf": die Arme
formen das sino-
japanische Schriftzeichen
für 10 = +)
JŪ JUTSU ältere Kampfkunst, aus
柔術 welcher viele der moder-
neren Kampfkünste ent-
standen sind
weiches Training
JŪ NO KEIKO
柔の稽古
KAESHI DSUKI Gegen-/Abwehrstoß,
返し突き Stoß mit einer Drehung
im Ansatz,
gedrehter Stoß
Gegentechniken
KAESHI WAZA
返し技
KAI 会 Verband, Gruppierung,
Schule – z.B. Aiki-kai
KAITEN 回転 Rotation, Drehbewegung
KAITEN NAGE Rotations-Dreh-Wurf
回転投げ
KAMAE 構え Grundstellung
KAMIZA 上座 Sitz der Götter,
Ehrenplatz im Dojo
KAMIZA NI REI~に礼 zur Kamiza verneigen
KATA 形 / 肩 vorgeschriebene Formen
/ Schulter
KATA DORI die rechte (linke) Hand
肩取り greift die linke
(rechte) Schulter
KATA DORI MEN wie Kata dori zusätzl.
UCHI Schlägt die freie
肩取り面打ち Hand zum Gesicht
des Partners,
3. Angriffsform
KATAME WAZA Haltetechniken am Boden
固め技
KATANA 刀 japanisches Langschwert

**Aikido-Schule Charlottenstraße
Charlottenstraße 26-28**

20257 Hamburg

KATATE 片手	eine Hand
KATATE DORI 片手取り	eine Hand greift zum linken (rechten) Hand- gelenk des Partners
KATATE GEDAN GAESHI	siehe Stocktechniken
片手下段返し	Schlag aus dem unteren Bereich, mit einer Hand
KATATE RYŌTE DORI	beide Hände fassen ein Handgelenk,
片手両手取り	9. Angriffsform
KEIKO	Übung, Wiederholung,
稽古	Training
KEIKO GI o. DOGI 着	Übungsanzug
KEN 剣	Schwert
KENDŌ 剣道	japanische Fechtkunst, Weg des Schwertes
KENJUTSU 剣術	Schwerttechniken
KESA けさ (袈裟)	buddhistische Stola, wird quer über der Brust getragen
KESA GIRI	schneiden über die Brust, in der Diagonalen
けさ切り	
KI 気	geistige Kraft, mentale Stärke, Lebensenergie
KIAI 気合	Schrei, Atem oder Impuls
KI AWASE	erste Aufnahme eines Angriffs, Kontakt nehmen
気合わせ	sodass das Ki mitein- ander verbunden wird
KIHON WAZA 基本技	Grundtechniken
KI MUSUBI 気結び	Verbindung des Ki zwischen zwei Partnern
KI NO NAGARE	Ki im Fluss
気の流れ	
KIRI 切り (斬り)	Schnitt (vom Verb KIRU: schneiden)
KIZA 跪坐	Kniesitz, auf den Fersen/ Unterschenkeln sitzen, die Zehen sind aufgestellt nach hinten fegen im Halbkreis
KOHŌ BARAI	Mentalität, Herz, Geist
後方払い	
KOKORO 心	Atmung, Atemkraft
KOKYŪ 呼吸	Atemkraftübung im Seiza
KOKYŪDŌSA	
呼吸動作	
KOKYŪ HŌ:呼吸法	Übungen zur Entwicklung

KOKYŪNAGE	der Atemkraft Atemkraftwurf
呼吸投げ	
KOSHI 腰	Hüfte
KOSHI NAGE 腰投げ	Hüftwurf
KOTE 小手	Handgelenk/Handrücken
KOTE GAESHI	Handgelenks-Dreh-Kipp- Wurf
小手返し	
KUBI 首	Hals
KUMI JŌ 組み杖	Stocktechnik zu zweit
KUMI DACHI	Schwerttechnik zu zweit
組み立ち	
KUZUSHI	Prinzip, die Stabilität, das Gleichgewicht
崩し	des Partners stören
KYŪ 級	Schülergrad
KYŪDŌ 弓道	Weg des Bogenschießens
MA 間	Abstand, Distanz
MA AI 間合い	korrekter Abstand
MAE 前	vorne
MAE GERI 前蹴り	Fußtritt nach vorne
MAE UKEMI 前受身	vorwärts rollen/fallen
MAWASHI GERI	kreisförmiger Fußtritt
回し蹴り	
MEN 面	Gesicht, Maske
MEN UCHI 面打ち	Schlag/Stoß zum Gesicht
MIGI 右	rechts
MISOGI 禊	shintoistisches Reinigungsritual
MON 紋	Familienwappen
MOROTE DORI	siehe auch
諸手取り	KATATE RYOTE DORI
MUNE, MUNA 胸	Brust/Rever
MUNA DORI	eine Hand greift das Revers, Fußstellung:
胸取り	Gyaku Hanmi
	4. Angriffsform
MUSUBI 結び	verbinden, verknoten, vereinigen
NAGARE 流れ	fließend, fließen
NAGE 投げ	derjenige, der die Technik ausführt (auch TORI oder SHITE)
NAGE WAZA 投げ技	Wurftechnik
NIKYŌ 二教	2. Lehre, 2. Haltetechnik
OBI 帯	Gürtel
OKURI ASHI 送り足	Schiebeschritt siehe auch Tsugi ashi

**Aikido-Schule Charlottenstraße
Charlottenstraße 26-28**

20257 Hamburg

OMOTE 表	Vorderseite, Oberfläche, Äußeres
OMOTE WAZA 表技	Techniken, welche auf d. Vorderseite d. Partners ausgeführt werden
ONEGAI SHIMASU お願いします	Satz, den man spricht, wenn man jemanden begrüßt, wortwörtlich: bitte
OSAE WAZA 押さえ技	Halteteknik, z.B.: IKKYO auch <i>Katame waza</i>
Ō SENSEI 大先生	wortwörtlich: Großer Meister, respektvoller Titel von Meister Morihei Ueshiba
OTAGAI NI REI お互いに礼	voreinander Verneigen
RANDORI 乱取り	die Unordnung/das Chaos fassen, freies Üben gegen mehrere Angreifer, Abwehr eines Einzelnen gegen viele
REI 礼 REISHIKI 礼式	Gruß, Verneigung Etikette, Verhaltensregeln im Dojo
RENZOKU WAZA 連続技	fließende Verkettung verschiedener Techniken
RITSU REI 立礼 RITSU ZEN 立禅	Verbeugung im Stehen Stehen schlechthin, Zen-Übung im Stehen
RYŌ HIJI DORI 両肘取り	beide Hände fassen beide Ellenbogen
RYŌ KATA DORI 両肩取り	11. Angriffsform beide Hände fassen beide Schultern
RYŌTE DORI 両手取り	12. Angriffsform beide Hände fassen beide Handgelenke
RYŪ 流 RYŪ NO KEIKO 流の稽古	10. Angriffsform Stil, Art, Schule fließendes Training
SANKYŌ 三教	<i>RYŪ</i> heißt auch Drache
SEIGAN NO KAMAE 正眼の構え	3. Lehre, 3. Haltetechnik Stellung in der man das Schwert so hält, daß der Griff in Höhe des Nabels

SEN NO SEN

先の先

SEIZA

正座

SENSEI

先生

SENSEI NI REI

先生に礼

SHIHAN

師範

SHIHŌ 四方

SHIHŌ GIRI

四方切り

SHIHŌ NAGE 四方投げ

四方投げ

SHIKKŌ 膝行

膝行

SHIN 心

心

SHINSHIN 心身

心身

SHINAI 竹刀

竹刀

SHISEI 姿勢

姿勢

SHIZENTAI 自然体

自然体

SHODAN 初段

初段

SHŌMEN 正面

正面

SHŌMEN UCHI

正面打ち

SHOSHIN 初心

初心

SOTO 外

外

SOTO DESHI

外弟子

SUBURI

素振り

SUMIMASEN

すみません

SUMI OTOSHI 隅落し

隅落し

SUWARI WAZA

座り技

TABI 足袋

足袋

TACHI 立ち、太刀

立ち、太刀

TACHI DORI

太刀取り

TACHI WAZA

太刀技

ruht und die Spitze auf Augenhöhe des Gegners zielt

im Augenblick des gegnerischen Angriffs die Initiative ergreifen

Kniesitz, auf den Fersen/ Unterschenkeln sitzen die Zehen s. nicht aufgestellt

Lehrer oder jede Person, die man sehr respektiert

Verneigung vor dem Lehrer

Titel eines offiziellen Lehrbeauftragten – meist nur innerhalb der Schule verwendet, außerhalb *sensei*

vier Richtungen in vier Richtungen schneiden (SHI = 4)

Vier-Richtungen-Wurf auf den Knien gehen

Geist, Herz Körper und Geist

Übungsschwert im Kendo aus Bambus

korrekte Körperhaltung natürliche Körperhaltung

1. DAN (SHO: neu, erstmalig, Dan - Stufe)

vorne, Front, Vorderseite gerader Schlag von Oben zum Kopf, 5. Angriffsform

Anfängergeist außen, Außenseite

Schüler, der nicht im Dojo lebt

elementare Schlagübungen (Schwert schwingen) ohne Partner

Entschuldigung (z.B. wenn man jemanden anspricht)

Eckkipwurf Techniken werden im Knien ausgeführt

japanische Art Socken stehend, Langschwert Schwertabnahme-Techniken

Techniken werden im

**Aikido-Schule Charlottenstraße
Charlottenstraße 26-28**

20257 Hamburg

立ち技	Stehen ausgeführt
TAI 体	Körper
TAI JUTSU 体術	Körpertechniken (ohne Waffen)
TAI NO HENKŌ 体の変更	Partnerübung im Aikido, wobei der Körper um 180° gedreht wird
TAI SABAKI 体さばき	Körperbewegungen (oft Kombinationen von IRIMI-TENKAN)
TAISŌ 体操	Gymnastik, Aufwärm- Training
TANINZU GAKE 多人数掛け	Techniken mit mehreren Angreifern
TANINZU GEIKO 多人数稽古	Üben mit mehreren Angreifern
TANTŌ 短刀	Messer
TANTŌ DORI 短刀取り	Messerabnahme- techniken
TATAMI 畳	Matten
TE 手	Hand
TE GATANA 手刀	Schwerthand
TENCHI NAGE 天地投げ	Himmel-Erde Wurf
TENKAI ASHI 転回足	Drehung auf der Stelle um 180°, die Füße bleiben stehen
TENKAN 転換	Körperdrehung auf dem Vorderfuß, Ausweich- bewegung
TENUGUI 手拭	kleines Schweiß Tuch für das Gesicht, im Kendo unter dem Helm
TOMA 遠間	weit
TOMA KATATE	Siehe Stocktechniken
UCHI 片手打ち	
TORI 取り	Technikausführender
TORIFUNE 鳥船	„Ruderübung“ Atemübung um das KI zu fördern
TSUGI ASHI 次足	Zielschritt, Bewegung, bei der die Füße ohne Beinwechsel gleiten, siehe auch Okuri Ashi
TSUKI 突き	Stoß mit der Faust
UCHI 内	Innenseite, innen, Haus Schlag

UCHI DACHI 打ち立ち	Angreifer mit Schwert
UCHI DESHI 内弟子	Schüler, der im Dojo lebt
UDE 腕	Arm
UDE KIME NAGE 腕きめ投げ	Arm-Hebel-Wurf
UKE 受け	der Empfänger einer Technik, die Person, die geworfen wird fallen, mit dem Körper empfangen, <i>mi</i> – Körper, <i>ukeru</i> -bewahren/retten
UKEMI 受身	Bewegung, Übung
UNDŌ 運動	Rückseite, hinten
URA 裏	Techniken, die im Rücken des Partners ausgeführt werden
URA WAZA 裏技	hinten, Rückwärts von hinten den Kragen fassen, 8. Angriffsform
USHIRO 後ろ	
USHIRO KATATE ERI DORI 後ろ片手衿取り	von Hinten würgen
USHIRO KUBI SHIME 後ろ首絞め	von hinten mit einer Hand würgen u. m. d. anderen Hand das Handgelenk Greifen, 16. Angriffsform
USHIRO KATATE KUBI SHIME 後ろ片手首絞め	
KATATE (TEKUBI) DORI 片手取り	beide Hände fassen von hinten beide Ellenbogen 14. Angriffsform
USHIRO RYŌ HIJI DORI 後ろ両肘取り	beide Hände fassen von hinten beide Schultern 15. Angriffsform
USHIRO RYŌ KATA DORI 後ろ両肩取り	beide Hände fassen von hinten beide Hand- gelenke, 13. Angriffsform
USHIRO RYŌTE DORI 後ろ両手取り	rückwärts fallen, rollen
USHIRO UKEMI 後ろ受身	
WAKA SENSEI 若先生	„junger Meister“ designierter Doshu- Nachfolger
WAKI 脇	Seite, Achsel (Seitenkraft, Dreikraft)
WAKI GAMAE 脇構え	seitliche Schwertstellung mit nach hinten u. unten weisender Spitze, Griff in Hüfthöhe, um die Länge des Schwertes, z.B. bei abgebrochener Klinge, zu verbergen - auch "Opfer- stellung"; gewöhnlich

**Aikido-Schule Charlottenstraße
Charlottenstraße 26-28**

20257 Hamburg

WAKIZASHI 脇差 WAZA 技	rechts (<i>migi-waki-gamae</i>) Kurzschwert Technik
YARI 槍	Lanze
YOKO 横	seitlich, Seite
YOKOMEN 横面	Seite des Kopfes, Schläfengegend
YOKOMEN UCHI 横面打ち	Schlag seitlich von oben zur Schläfe/Hals, 6. Angriffsform
YOKO UKEMI 横受身 YONKYŌ 四教 YŪDANSHA: 有段者	seitliches Rollen, Fallen 4. Lehre, 4. Haltetechnik Danträger
ZAIDANHŌJIN 財団法人 AIKIKAI 合気会	"rechtsfähige Stiftung Aiki-Gesellschaft", offizieller, vollständiger Name des Aikikai
ZANSHIN 残心	bleibender Geist, Auf- merksamkeit am Anfang/ Ende einer Technik bei- behalten
ZAREI 座礼	Verbeugung im Knien
ZAZEN 座禅	Sitzen, Sitzmeditation
ZŌRI 草履	japanische Sandalen

JAPANISCHE ZAHLEN

0 ゼロ	Zero
1 一	Ichi
2 二	Ni
3 三	San
4 四	Shi oder Yon
5 五	Go
6 六	Roku
7 七	Shichi oder Nana
8 八	Hachi
9 九	Ku oder Kyu
10 十	Ju

Prüfung 1. Dan Stocktechniken

Choku dsuki
Gyaku dsuki
Kaeshi dsuki
Ushiro dsuki

Choku dsuki shiho dsuki
Gyaku dsuki shiho dsuki

Choku dsuki jodan gaeshi
Choku dsuki gedan gaeshi 1
Choku dsuki gedan gaeshi 2
Choku dsuki katate gedan gaeshi 1
Choku dsuki katate gedan gaeshi 2

Kaeshi dsuki jodan gaeshi
Kaeshi dsuki gedan gaeshi 1
Kaeshi dsuki gedan gaeshi 2
Kaeshi dsuki katate gedan gaeshi 1
Kaeshi dsuki katate gedan gaeshi 2

Gyaku dsuki jodan gaeshi
Gyaku dsuki gedan gaeshi 1
Gyaku dsuki gedan gaeshi 2
Gyaku dsuki shiho dsuki

Katate hachi no ji gaeshi hasso

Toma katate uchi

Shomen uchi jodan gaeshi
Shomen uchi gedan gaeshi 1
Shomen uchi gedan gaeshi 2

Shomen uchi katate gedan gaeshi 1
Shomen uchi katate gedan gaeshi 2
Shomen uchi katate gedan gaeshi hasso bzw.
Shomen uchi katate gedan gaeshi Variation

Shomen uchi hasso
Shomen uchi hasso chudan dsuki
Shomen uchi hasso chudan dsuki hasso ushiro
dsuki
Shomen uchi hasso koho barai
Shomen uchi hasso in 2 od. 4 Richtungen

Yokomen uchi nagare gaeshi chudan dsuki

Kata 1-25

**Aikido-Schule Charlottenstraße
Charlottenstraße 26-28**

20257 Hamburg

Allgemeines:

Die vier Könnensstufen

Shu - Ha - Ri - Ku

Shu - Ha - Ri = "Aufnehmen, Zerschlagen, Fortgehen" ist das Grundprinzip der Entwicklung im Budo (und kann auch auf andere Bereiche übertragen werden):

1. Aufnehmen - man lernt von seinem Lehrer alles, was er einem geben kann (blindes Vertrauen) die Stufe der Form (bis 1. Dan)
2. Zerschlagen - man schaut sich um und entnimmt auch anderen Schulen/Strömungen das, was man für brauchbar hält (Eklektizismus); die Stufe des Verlassens der Form (2. bis 5. Dan)
3. Fortgehen - man verschmilzt die Elemente zu einer neuen Einheit und bildet damit eine eigene Ryu. die Stufe auf der es keine Form mehr gibt/die Form verlassen wurde bzw. die Stufe der Anwendung (ab 6. Dan)
4. Ku; die Stufe auf der sich die beiden Kontrahenten bereit zum Kampf gegenüberstehen und "nichts" passiert (äußerlich passiert nichts, innerlich wissen beide, wenn einer angreift, verliert er)

Verhältnis Eltern-Kinder (Sozialverhalten in Japan)

Benimmt sich ein japanisches Kind unartig, tun die Eltern oft so, als hätten sie dies nicht bemerkt. Will das Kind die Aufmerksamkeit seiner Eltern zurück gewinnen, muss es sich erst artig benehmen. Sinnbild für dieses Verhalten sind die drei berühmten Affen von Nikko:

mizaru (見ざる) = nichts (Böses) sehen

kikazaru (聴かざる) = nichts (Böses) hören

iwazaru (言わざる) = nichts (Böses) reden