

Japanski rječnik osnovnih pojmova u Aikidu

Izrazi

Arigato	hvala
Domo arigato gozaimashita	puno hvala (prošlost), formalno
Dozo	izvolite
Onegai shimasu	molim
Hai	da
Iie	ne
Rei	pozdrav poklonom
Sensei ni rei	pozdrav učitelju
Jame	stop

Stupnjevi i titule

Sensei	učitelj
Shihan	majstor učitelj
O Sensei	veliki učitelj - Morihei Ueshiba (osnivač)
Deshi	učenik
Yudansha	osoba sa crnim pojasom
Tori	partner koji izvodi tehniku
Uke	partner koji prima tehniku
Kyu	učenički stupanj (od 6. do 1.)
Dan	majstorski stupanj (od 1. do 10.)

Pozicije i smjerovi

Mae	naprijed
Ushiro	iza
Hidari	lijevo
Migi	desno
Yoko	sa strane
Uchi	unutra
Soto	izvana
Omote	naprijed, pozitivno
Ura	iza, negativno
Irimi	ulazak
Kaiten	okret
Gyaku	obrnuto

Budo i oprema

Ai	harmonija, zajedništvo
Ki	energija, životna/kozmička energija, intuicija
Do	put, način
Aikido	put harmonije s kozmičkom energijom
Aikidoka	Aikido učenik
Dojo	prostor gdje se vježba

Keiko gi	kimono
Hakkama	tradicionalne hlače - suknja
Tatami	strunjače

Trening

Keiko	trening
Enbukai	demonstracija
Tachiwaza	tehnike u stajaćem položaju
Hanmi hantachiwaza	tehnike u kojima je tori u seizi, a uke stoji
Suwariwaza	tehnike u sjedećem položaju
Ukemiwaza	padovi
Kaeshiwaza	kontra tehnike, tehnike koje izvodi uke na torijevu pogrešku
Jiyuwaza	slobodne tehnike
Randori	slobodne tehnike protiv više napadača

Pozicije i termini

Seiza	sjedenje na koljenima
Kamae	stav, pozicija
Hanmi	stojeća pozicija sa pola tijela izloženog prema partneru
Zanshin	pozicija nakon tehnike
Kokyu	disanje
Tai sabaki	kretanje tijela
Shikko	hodanje na koljenima
Ukemi	pad
Mae ukemi	pad prema naprijed
Ushiro ukemi	pad prema nazad
Atemi	napad, udarac
Tsuki	udarac šakom

Napad, hvat

Katate dori	hvat za ručni zglob
Kata dori	hvat za rame
Ryo katate dori	obje ruke hvataju podlakticu tj. ručni zglob
Ryo kata dori	hvat za oba ramena
Ryote dori	hvat za oba ručna zgloba
Mune dori	hvat za prsa
Ushiro ryote dori	hvat iza leđa za oba ručna zgloba
Ushiro ryo hiji dori	hvat iza leđa za oba lakta s leđa
Ushiro ryo kata dori	hvat iza leđa za oba ramena s leđa
Ushiro eri dori	hvat iza leđa za ovratnik
Ushiro kubi shime	gušenje iza leđa s jednom rukom

Udaraci

Men uchi	rez od vrha glave do brade, okomit u odnosu na tlo
Shomen uchi	rez od vrha glave do pojasa, okomit u odnosu na tlo
Yokomen uchi	rez od sljepoočnice jedne strane do vrata druge strane, dijagonalan rez
Gedan tsuki	udarac šakom u donji dio tijela, donji dio trbuha
Chudan tsuki	udarac šakom u srednji dio tijela, od vrata do donjeg dijela trbuha
Jodan tsuki	udarac šakom u gornji dio tijela, od vrata na gore
Mae geri	prednji udarac nogom

Kombinirani napadi

Kata dori men uchi	hvat za rame jednom rukom i napad drugom odozgo
Mune dori men uchi	hvat za prsa jednom rukom i napad drugom odozgo
Ushiro katate dori kubi shime	hvat iza leđa s jednom rukom za ručni zglobov i gušenje s drugom

Treniranje s oružjem

Bukiwaza	tehnike s oružjem
Ken	mač
Bokken	drveni mač
Aiki ken	Aikido škola mača
Jo	štap
Aiki jo	Aikido škola štapa
Tanto	drveni nož
Shiho giri	rezanje u 4 smjera
Happo giri	rezanje u 8 smjerova
Suburi	osnovne vježbe s oružjem
Ken suburi	osnovne vježbe s drvenim mačem (7 vježbi/pokreta)
Jo suburi	osnovne vježbe s drvenim štapom (20 vježbi/pokreta)
Kumi tachi	borbene tehnike mačevima sa partnerom
Kumi jo	borbene vježbe štapovima sa partnerom
Tanto dori	tehnike oduzimanja noža