

Fachausdrücke im Karate

Age-Tsuki	= aufsteigender Fauststoß
Age-Uke	= Abwehr obere Stufe
Ashi	= Fuß, Bein
Ashi-Barai	= Fußfeger
Ashi-Uke	= Fußblock
Ate-Waza	= Rammtechniken
Awase-Tsuki	= U-Stoß
Choku-Tsuki	= gerader Fauststoß
Chudan	= Bereich vom Hals bis Gürtel
Chudan-Tsuki	= Faustangriff zur Körpermitte
Chudan-Uke	= Abwehr gegen Angriffe zur Seite
Dachi	= Stand, Stellung
Dan	= Meisterstufe
Dojo	= Trainingsstätte
Embusen	= Schrittlinie bei Katas
Empi	= Ellbogen
Fudo-Dachi	= Kraftstellung (Sochin Dachi)
Fumikomi	= Stampftritt (Reiterstellung)
Gedan	= Bereich vom Gurt abwärts
Gedan-Barai	= Block untere Stufe
Gi	= Karateanzug
Gyaku	= Umgekehrt
Gyaku-Hanmi	= überdrehte Hüfte des vorderen Beines
Gyaku-Tsuki	= Fauststoß aus der Hüftdrehung
Hachiji-Dachi	= entspannte Bereitschaftsstellung
Haishu	= Handrücken
Haishu-Uchi	= Handrückenschlag
Haishu-Uke	= Handrückenblock
Haito	= Innenhandkante
Haiwan	= Oberarmaußenseite
Hangetsu-Dachi	= Halbmondstellung Oberkörper abgedreht (bei
Hanmi	= Abwehren).
Hasami	= Schere
Hasmi-Uchi	= Doppelschlag
Heisoku-Dachi	= Innenrißstellung

Hidari	= Links
Jiyu-Kumite	= Freikampf
Jodan	= Bereich vom Scheitel bis zum Hals
Juji-Uke	= Kreuzblock
Kagi-Tsuki	= Hakenstoß
Kakato	= Ferse
Kake-Uke	= Hakenabwehr zu der Körpermitte
Kakiwake-Uke	= Keilblock
Kakuto	= gebeugtes Handgelenk (Handrückenseite)
Kamae	= Haltung
Keage	= nach oben schnappend
Keito-Uke	= "Hühnchenkopf" Abwehr
Kekomi	= aus der Hüfte stoßen
Kentsui	= Hammerfaust (auch Tetsui)
Keri-Waza	= Fußtechniken
Kiai	= Kampfschrei
Kiba-Dachi	= starke Seitwärtsstellung (Reiterstellung)
Kihon	= Grundschule
Kime	= Brennpunkt der Energie (schockartiges Einrasten)
Kizami-Tsuki	= kurzer Fauststoß
Kokutsu-Dachi	= Rückwärtsstellung
Kosa-Dachi	= Überkreuzstellung
Kumite	= Kampfübungen mit Partner
Mae	= nach vorne
Mae-Geri	= Fußtritt nach vorne
Mawashi-Geri	= Halbkreisfußtritt
Migi	= Rechts
Mikazuki-Geri	= Halbmondfußtritt
Mizu-Nagare-Kamae	= Stellung "fließendes Wasser"
Morote	= beide Hände in Richtung, des eigenen Rückens (Ferse)
Musubi-Dachi	= Normalstellung mit geschlossenen Fersen (beim Grüßen)
Nagashi-Uke	= Fegeabwehr
Nakadake-Ippon-Ken	= Mittelfinger-Einknochenfaust

Nami-Gaeshi	= Fußabwehr nach innen schnappend
Neko-Ashi-Dachi	= Katzenfußstellung
Nukite	= Fingerspitzenstoß
Oi-Tsuki	= gleichseitiger Angriffs fauststoß
Osae-Uke	= Pressblock
Otoshi-Uke	= Block von oben nach unten
Renoji-Dachi	= L-Stellung
Rentsuki	= fortlaufend stoßen
Sanbon-Kumite	= Partnerübung mit dreimaligem Angriff
Sanchin-Dachi	= enge Stellung, Kniespannung nach innen
Seiken	= Stirnfaust
Sochin-Dachi	= Kraftstellung (siehe Fudo- Dachi)
Tai-Sabaki	= den Körper geschickt bewegen, drehen, ausweichen
Tate	= Senkrecht
Teisho	= Handballen (auch Shotei)
Tekubi	= Handgelenk
Tsukami-Uke	= Greifblock
Tsuki	= Faust Stoß
Tsuki-Uke	= Stoßblock
Uchi-Uke	= Abwehr mit dem Arminnenrand
Uchi-Waza	= Schlagtechnik
Ura	= Rücken
Uraken	= Fastrücken
Ura-Mawashi-Geri	= Halbkreisfußtritt,
Ura-Tsuki	= Fauststoß mit umgedrehter Faust
Ushiro	= Hinten
Ushiro-Geri	= Fußtritt nach hinten
Yama-Tsuki	= weiter U-Stoß
Yame	= Halt
Yoko	= Seite
Yoko-Geri	= seitlicher Fußtritt
Yori-Ashi	= Gleiten
Zanshin	= Wachsamkeit
Zenkutsu-Dachi	= Vorwärtsstellung

Zahlen von 1 bis 10 auf japanisch

eins	= Ichi (Shodan)
zwei	= Ni
drei	= San
vier	= Shi (Yon)
fünf	= Go
sechs	= Roku
sieben	= Shichi
acht	= Hachi
neun	= Kyu
zehn	= Ju
