

Glossar der wichtigsten im Aikido gebräuchlichen Begriffe

© thomas domroess

Aikido-Schule Hamburg
Barner Str. 16
22765 Hamburg

AI 合	Harmonie
AI HANMI KATATE	Griff mit der rechten
DORI	(linken) Hand zum
相半身片手取り	rechten (linken) Hand-
	gelenk des Partners
AIKI OTOSHI	Kipp-Wurf, bei dem die
合気落とし	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	Fußbewegungen, die der
(足さばき)	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	Holzsword
木剣 / 木刀	
BUDŌ 武道	Weg des Kriegers
BUKI 武器	Waffe
BUSHI 武士	Krieger, Samurai
BUSHIDŌ 武士道	Ehrenkodex der BUSHI
CHOKU DSUKI	gerader Stoß
直突き	
CHŪDAN 中段	mittlerer Bereich (Stufe)
CHŪDAN DSUKI	Faustschlag/Stoß zum
中段突き	Bauch (mittlerer Bereich)
CHŪDAN NO	mittleres Kamae,
KAMAE	Schwertstellung, bei der
中段の構え	das Schwert vor der
	Körpermitte gehalten wird
DAN 段	Stufe
DESHI 弟子	Schüler
DŌ 道	Weg
DŌGI 道着 (衣)	(Aikido)-Übungsanzug
DŌJŌ 道場	traditioneller Übungsraum

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

© thomas domroess

Aikido-Schule Hamburg
Barner Str. 16

22765 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
入り身転換 Aikido
JIYŪ WAZA 自由技 freies Training/Technik
JŌ 杖 Holz-Stock ~130 cm
(Aikido Übungs-
waffe)
JŌDAN 上段 oberer Bereich (Stufe)
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
JŌDAN NO KAMAE Grundstellung mit Stock
上段の構え
JŌDAN UCHI Schlag zum oberen
上段打ち Bereich (Stufe)
JŌ DORI Techniken zur Stock-
杖取り abnahme
JŪ 柔、十 weich, sanft
JŪJI GARAMI Armkreuzwurf,
十字絡み die Arme formen d. sino-
japanische Schriftzeichen
für 10 = 十)
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
KATAME WAZA Haltetechniken am Boden
固め技
KATANA 刀 japanisches Langschwert

Aikido-Schule Hamburg
Barner Str. 16

22765 Hamburg

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

KOKYŪ HŌ:呼吸法	Übungen zur Entwicklung der Atemkraft
KOKYŪNAGE 呼吸投げ	Atemkraftwurf
KOSHI 腰	Hüfte
KOSHI NAGE 腰投げ	Hüftwurf
KOTE 小手 KOTE GAESHI 小手返し	Handgelenk/Handrücken Handgelenks-Dreh-Kipp- Wurf
KUBI 首	Hals
KUMI JŌ 組み杖 KUMI DACHI 組み立ち	Stocktechnik zu zweit Schwerttechnik zu zweit
KUZUSHI 崩し	Prinzip, die Stabilität, das Gleichgewicht 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 回し蹴り	kreisförmiger Fußtritt
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 諸手取り	siehe auch KATATE RYOTE DORI
MUNE, MUNA 胸 MUNA DORI 胸取り	Brust/Revers eine Hand greift das Revers, Fußstellung: Gyaku Hanmi
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 Hamburg
Barner Str. 16

22765 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	Gruß, Verneigung
REISHIKI 礼式	Etikette, Verhaltensregeln im Dojo
RENZOKU WAZA 連続技	fließende Verkettung verschiedener Techniken
RITSU REI 立礼	Verbeugung im Stehen
RITSU ZEN 立禅	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	beide Hände fassen beide Schultern
RYŌTE DORI 両手取り	beide Hände fassen beide Handgelenke
RYŪ 流	Stil, Art, Schule
RYŪ NO KEIKO 流の稽古	fließendes Training RYŪ heißt auch Drache
SANKYŌ 三教	3. Lehre, 3. Haltetechnik

© thomas domroess

SEIGAN NO KAMAE 正眼の構え	Stellung in der man das Schwert so hält, dass der Griff in Höhe des Nabels ruht und die Spitze auf Augenhöhe des Gegners zielt
SEN NO SEN 先の先	im Augenblick des gegnerischen Angriffs die Initiative ergreifen
SEIZA 正座	Kniesitz, auf den Fersen/ Unterschenkeln sitzen die Zehen s. nicht aufgestellt
SENSEI 先生	Lehrer oder jede Person, die man sehr respektiert
SENSEI NI REI 先生に礼	Verneigung vor dem Lehrer
SHIHAN 師範	Titel eines offiziellen Lehrbeauftragten – meist nur innerhalb der Schule verwendet, außerhalb <i>sensei</i>
SHIHŌ 四方	vier Richtungen
SHIHŌ GIRI 四方切り	in vier Richtungen schneiden (SHI = 4)
SHIHŌ NAGE 四方投げ	Vier-Richtungen-Wurf
SHIKKŌ 膝行	auf den Knien gehen
SHIN 心	Geist, Herz
SHINSHIN 心身	Körper und Geist
SHINAI 竹刀	Übungsschwert im Kendo aus Bambus
SHISEI 姿勢	korrekte Körperhaltung
SHIZENTAI 自然体	natürliche Körperhaltung
SHODAN 初段	1. DAN (SHO: neu, erstmalig, Dan - Stufe)
SHŌMEN 正面	vorne, Front, Vorderseite
SHŌMEN UCHI 正面打ち	gerader Schlag von Oben zum Kopf
SHOSHIN 初心	Anfängergeist
SOTO 外	außen, Außenseite
SOTO DESHI 外弟子	Schüler, der nicht im Dojo lebt
SUBURI 素振り	elementare Schlagübungen (Schwert schwingen) ohne Partner
SUMIMASEN すみません	Entschuldigung (z.B. wenn man jemanden anspricht)
SUMI OTOSHI 隅落とし	Eckkipfwurf
SUWARI WAZA 座り技	Techniken werden im Knien ausgeführt
TABI 足袋	japanische Art Socken
TACHI 立ち、太刀	stehend, Langschwert

Aikido-Schule Hamburg
Barner Str. 16

22765 Hamburg

TACHI DORI 太刀取り	Schwertabnahme- Techniken
TACHI WAZA 立ち技	Techniken werden im 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	Matte
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 weit
TOMA 遠間	Siehe Stocktechniken
TOMA KATATE	
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	
UNDŌ 運動	Bewegung, Übung
URA 裏	Rückseite, hinten
URA WAZA 裏技	Techniken, die im Rücken des Partners ausgeführt werden hinten, Rückwärts von hinten den Kragen mit einer Hand fassen
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
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
USHIRO RYŌ HIJI DORI 後ろ両肘取り	beide Hände fassen von hinten beide Schultern
USHIRO RYŌ KATA DORI 後ろ両肩取り	
USHIRO RYŌTE DORI 後ろ両手取り	beide Hände fassen von hinten beide Hand- gelenke
USHIRO UKEMI 後ろ受身	rückwärts fallen, rollen
WAKA SENSEI 若先生	„junger Meister“ designierter Doshu- Nachfolger
WAKI 脇	Seite, Achsel (Seitenkraft, Dreikraft)

Aikido-Schule Hamburg
Barner Str. 16

22765 Hamburg

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 "Opferstellung"; gewöhnlich rechts (*migi-waki-gamae*)

WAKIZASHI 脇差 Kurzschwert
WAZA 技 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/Hal
YOKO UKEMI 横受身 seitliches Rollen, Fallen
YONKYŌ 四教 4. Lehre, 4. Haltetechnik
YŪDANSHA: 有段者 Danträger

ZAIDANHŌJIN 財団法人"rechtsfähige Stiftung
AIKIKAI 合気会 Aiki-Gesellschaft", offizieller, vollständiger Name des Aikikai

ZANSHIN 残心 bleibender Geist, Aufmerksamkeit am Anfang/Ende einer Technik beibehalten

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

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
Choku dsuki katate gedan gaeshi
Choku dsuki katate gedan gaeshi hasso bzw.
Choku dsuki katate gedan gaeshi Variation

Kaeshi dsuki jodan gaeshi
Kaeshi dsuki gedan gaeshi
Kaeshi dsuki katate gedan gaeshi

Gyaku dsuki jodan gaeshi
Gyaku dsuki gedan gaeshi
Gyaku dsuki shiho dsuki

Katate hachi no ji gaeshi hasso

Toma katate uchi

Shomen uchi jodan gaeshi
Shomen uchi gedan gaeshi

Shomen uchi katate gedan gaeshi
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 chudan dsuki hasso koho barai

Shomen uchi hasso in 2 od. 4 Richtungen

Yokomen uchi nagare gaeshi chudan dsuki

Kata 1-25

**Aikido-Schule Hamburg
Barner Str. 16**

22765 Hamburg

© *thomas domroess*

Allgemeines:

Die vier Könnensstufen

Shu - Ha - Ri - Ku

Shu - Ha - Ri = "Aufnehmen, Zerschneiden, 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
2. Zerschneiden - man schaut sich um und entnimmt auch anderen Schulen/Strömungen das, was man für brauchbar hält (Eklektizismus); die Stufe des Verlassens der Form
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
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