

Aikido woordenlijst

Uke	de persoon die aanvalt en de techniek ondergaat
Tori	de persoon die de techniek uitvoert

Posities

Tachi waza	oefenvorm waarbij zowel uke als tori staan
Suwari waza	oefenvorm waarbij zowel uke als tori geknield zitten
Hamni handachi waza	oefenvorm waarbij tori geknield zit en uke staat
Ushiro waza	oefenvorm waarbij uke tori van achteren aanvalt (kan zowel in tachi waza als in hamni handachi waza)

Aanvalsvormen

Aihamni katate-dori	vastpakken van de pols (rechts pakt rechts of links pakt links)
Katate-dori (ook wel gyaku hamni katatedori genoemd)	vastpakken van de pols (rechts pakt links of links pakt rechts)
Kata-dori	vastpakken bovenop de schouder (rechts pakt links of links pakt rechts)
Kata-dori menuchi	vastpakken van een schouder en tegelijkertijd maken van een slag naar het voorhoofd
Morote-dori (ook wel ryote katate-dori genoemd)	vastpakken van de pols met beide handen
Ryote-dori	vastpakken van beide polsen
Ryokata-dori	vastpakken van beide schouders
Muna-dori	vastpakken van revers
Muna-dori menuchi	vastpakken van revers en tegelijkertijd maken van een slag naar het voorhoofd
Sode-dori	vastpakken van een mouw
Ryosode-dori	van achteren vastpakken van beide mouwen
Hiji-dori	vastpakken van een elleboog
Ryohiji-dori	van achteren vastpakken van beide ellebogen
Eri-dori	van achteren vastpakken van de kraag
Katate-dori kubishime	verwuring van achteren met vasthouden van de pols
Shomen-uchi	slag naar het voorhoofd
Yokomen-uchi	slag naar de zijkant van het hoofd
Chudan-tsuki	stoot naar de buik
Jodan-tsuki	stoot naar het gezicht
Gedan-tsuki	lage stoot
Mae-geri	trap recht vooruit

Oefenvormen

Kihon waza	oefenen van basistechnieken
Henka waza	oefenen van variaties op basistechnieken
Oyogi waza	oefenen van toepassingen van een techniek
Kaishi waza	oefenen overnametechnieken
Jiyu waza	oefenen van verschillende technieken, waarbij uke continu aanvalt
Kagari geiko	oefenen in groepen, waarbij men om beurten aanvalt met dezelfde aanvalsvorm

Taninzu gake	oefenen van verschillende technieken met meerdere aanvallers, waarbij tori steeds één voor één technieken vloeiend uitvoert met de verschillende aanvallers
Futari geiko vastgepakt	oefenen van technieken waarbij tori door 2 of 3 uke's gelijktijdig wordt
Go no geiko	statisch oefenen van technieken waarbij uke veel weerstand biedt
Buki waza	oefenen met wapens
Hitori geiko	het alleen of op zichzelf oefenen.
Ippan geiko	de gewone beoefening in de dojo.
Futsi geiko	het oefenen met een ver gevorderde of leraar.
Hikitate geiko	het oefenen met een ver gevorderde of leraar, waarbij de gevorderde de technieken weke niet juist worden uitgevoerd op een vriendelijke manier probeerd tegen te houden, dit om de minder gevorderde de fouten in zijn techniek te laten inzien.
Gogaku geiko	trainen met een partner van dezelfde gevorderdheid en samen technieken te bestuderen welke weinig onderwezen en beoefend worden.
Kakari geiko	beoefenaars van hetzelfde niveau vallen onafgebroken een enkele beoefenaar aan die de te bestude ren techniek herhaalt.
Jyu geiko	vrij oefenen, men kiest een oefening en gaat deze diepgaand bestuderen.
Mitori geiko	indien men een blessure heeft kan men overgaan tot "kijkend" trainen.
Yagai geiko	het trainen op een andere locatie dan de dojo, bv. buiten op het strand of op een weiland, in heuvelachtig terrein of in de duinen, enz.

Wapens

Boken	houten zwaard
Jo	stok
Tanto	houten mes
Suburi	oefenen met de boken of jo zonder partner
Dachi-dori	afpakken van de boken
Jo-dori	afpakken van de jo
Tanto-dori	afpakken van de tanto
Kumi-dachi	oefeningen waarbij beide partners een bokken hanteren
Kumi-jo	oefeningen waarbij beide partners een jo hanteren
Jo-nage	werpen van uke met de jo

Algemene termen

Tai-sabaki	verplaatsingen van het lichaam
Irimi	inkomen
Tenkan	wegdraaien
Ma-ai	(de juiste) afstand
Zanshin	continue concentratie, letterlijk vertaald "het lichaam dat blijft"
Shisei	mentale en fysieke houding, uitstraling
Kamae	gevechtshouding, positie
Mai-ukemi	voorwaardese rol
Ishiro-ukemi	achterwaardese rol
Kotai	wisselen van partner

Kamiza

de centrale plaats in de dojo; bij het aikido bevindt zich daar het portret van O'sensei, of een kaligrafie van het Aikido

Tellen in het Japans

1	Ichi
2	Ni
3	San
4	Shi
5	Go
6	Roku
7	Shichi
8	Hachi
9	Kyu
10	Ju