

Allgemeine Begriffe**Aikido** Der Weg des *aiki***ai** Harmonie**ki** Geistige Kraft/Persönlichkeit**do** Weg**aiki** Die Energie in Einklang bringen**aikidoka** Person die Aikido betreibt**Agura** Schneidersitz**Arigato** Danke sehr!**Ashi** Fuß/Schritt**Budo** „Weg des Krigers“ (als persönliche Entwicklung)**Dogi/Keikogi** Trainingsanzug**Dojo** Trainingsort**Hakama** Japanischer Hosenrock**Hanmi** Schrittstellung (siehe *kamae*)
Mit einem Partner in den Formen**ai-hanmi** Beide mit derselben Seite
vorne**gyaku-hanmi** Vertauschten Seiten**Hara** Abdomen/Bauch**Hidari** Links**Irimi** Eintreten**Jutsu** Kunst/Technik**Kamae** Körperhaltung**Kiai** Kampfschrei (auch Stimmlos)**Kiza** Kniesitz mit aufgestellten Zehen**Kokyu** (harmonisches) Atmen**Kokyu-ho** Atemtechnik/Übung zum Atmen**Kuzushi** Zusammenbruch (des Gleichgewichts)**Maai** Distanz**Mae** Vorne/Vorwärts**Migi** Rechts**Misogi** Reinigungszeremonie**Musubi** Vereinigung**Nage** Verteidiger/Ausführende**O-Sensei** Großer Lehrer, Morihei Ueshiba
begründer des Aikido**Obi** Gürtel**Omote** Position vor dem Partner**Onegaishimasu** Wollen wir zusammen
Trainieren?**Rei** Verbeugung**(Tai-)Sabaki** (Körper)Handhabung**tai-sabaki** Doppelschritt mit Drehung**irimi-ashi** Eintretender Schritt**tenkan-ashi** Wendender Schritt**tsuki-ashi** Nach vorne gleiten**ayumi-ashi** Nach vorne laufen**Seiza** Kniesitz**Shikko** Auf den Knien gehen**Shomen** Verderseite einer Person**Soto** außen**Tanden** „Zentrum“ des Körpers**Tatami** Trainingsmatten**Tegatana** Schwerthand**Tenkan** wenden/ausweichen**Tori** Greifen/Nehmen oder Aufnehmen (wie
nage)**Uchi** innen**Ukemi** „empfangen mit dem Körper“/Die
Fallschule**Ushiro-ukemi** Rückwärtiges Fallen**Mae-ukemi** Vorwärts Fallen

Yoko-ukemi Hartes(Seitliches) Fallen
Ura Position hinter dem Partner
Ushiro hinten/nach hinten
Yoko Seite
Yokomen Seite des Kopfes
Zaho Sitzen
Zanshin Ausgeglicherer Körperzustand
Zori Japanische Sandalen

Techniken

Atemi Schlag (meist angetäuscht)
Bokken Holzsword (an ein *katana* ange-
 lent)
Hanmi-handachi *Nage* kniet, *Uke* steht
Jo Stab
Kata Form/Festgelegte Ausführungsform
 von Techniken
Katana Gebogenes japanisches Schwert
Koshi Hüfte

Osae (Unten)Halten
Otoshi Fallenlassen
Randori Freie Übung
Shiho Die vier Himmelsrichtungen/
 Umgebung
Tanto Dolch
Ude Arm
Waza Technik
Nage-waza Wurftechnik
Katame-waza Haltetechnik (auch
osae-waza)
Buki-waza Waffentechnik
Renzoku-waza Verkettungen

Angriffe

Kata-tori Griff zur Schulter
Sode-tori Griff zum Ärmel
Tori Greifen
Tsuki Stoß
jodan oberer Körperbereich

chudan mittlerer Körperbereich
gedan unterer Körperbereich
 Meist implizit *chudan*.

Uchi Schlag (mit der *Tegatana*)

Zahlen

1 ichi
 2 ni
 3 san
 4 shi (yon)
 5 go
 6 roku
 7 shichi (nana)
 8 hachi
 9 ku
 10 ju

Die Aussprache von *shi* ähnelt der des Wortes
 Tot, sodass für die Zahlen 4 bzw. 7 häufig *yon*
 bzw. *nana* verwendet wird.