

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**Bokken** Holzschwert (an ein *katana* ange-
lent)**Budo** „Weg des Kriegers“ (als persönliche
Entwicklung)**Dogi/Keikogi** Trainingsanzug**Dojo** Trainingsort**Hakama** Japanischer Hosenrock**Hanmi** Schrittstellung

Mit einem Partner in den Formen

ai-hanmi Beide mit derselben Seite
vorne**gyaku-hanmi** Vertauschten Seiten**Hara** Abdomen/Bauch**Hidari** Links**Jutsu** Kunst/Technik**Kamae** Körperhaltung**Katana** Gebogenes japanisches Schwert**Kiai** Kampfschrei (auch Stimmlos)**Kiza** Kniesitz mit aufgestellten Zehen**Kokyu** (harmonisches) Atmen**Kokyu-ho** Atemtechnik/Übung zum Atmen**Kuzushi** Zusammenbruch (des Gleichge-
wichts)**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**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**Tanto** Dolch**Tatami** Trainingsmatten**Tegatana** Schwerthand**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**Ushiro** hinten/nach hinten

Yoko Seite**Yokomen** Seite des Kopfes**Zaho** Sitzen**Zanshin** Ausgeglicherer Körperzustand**Zori** Japanische Sandalen**Techniken****Atemi** Schlag (meist angetäuscht)**Hanmi-handachi** *Nage* kniet, *Uke* steht**Irimi** Eintreten**Jo** Stab**Kata** Form/Festgelegte Ausführungsform von Techniken**Koshi** Hüfte**Omote** Position vor dem Partner**Osae** (Unten)Halten**Otoshi** Fallenlassen**Randori** Freie Übung**Shiho** Die vier Himmelsrichtungen/
Umgebung**Tenkan** wenden/ausweichen**Ude** Arm**Ura** Position hinter dem Partner**Waza** Technik**Nage-waza** Wurftechnik**Katame/Osae-waza** Haltetechnik**Buki-waza** Waffentechnik**Renzoku-waza** Verkettungen**Angriffe****Eri** Kragen**Kakae** Umklammern**Kata** Schulter**Katate** Eine Hand**Kubi** Hals/Nacken**Mune** Revers**Ryokata** Beide Schultern**Ryote** Beide Hände**Shime** Würgen**Sode** Ärmel**Tori** Greifen**Tsuki** Stoß**jodan** oberer Körperbereich**chudan** mittlerer Körperbereich**gedan** unterer Körperbereich**Uchi** Schlag (mit der *Tegatana*)**Zahlen****1** ichi**6** roku**2** ni**7** shichi (nana)**3** san**8** hachi**4** shi (yon)**9** kyu**5** go**10** ju

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