

# Woordenlijst

Japans

Nederlands

A.

Age Uke opwaartse afweer  
Age Zuki stijgende stoot  
Arigato Gozaimas dank u  
Ashi Barai beenveeg

B.

Bassai Dai kata  
Bassai Sho kata

C.

Chudan borsthoogte  
Chinte kata

D.

Dan graad  
Dojo oefenzaal

E.

Empi kata  
Enpi Uchi elleboogstoot

F.

Fudo Dachi vrije stand tussen Z.K.D./K.B.D.

G.

Gedan onder bandhoogte  
Gedan Barai lage afweer van boven naar beneden  
Gedan Kake Uke lage afweer van buiten naar binnen  
Geri trap  
Geri Waza traptechnieken  
Gi karatepak  
Go vijf  
Gyaku Zuki tegengestelde stoot  
Gojushio Sho kata  
Gojushio Dai kata  
Gankaku kata

H.

Hachi acht  
Hachi Dachi natuurlijke stand  
Haishu handrug  
Haisoku bovenkant van de voet  
Haito Uchi slag met zijkant hand (duimzijde)  
Hajime begin

Hangetsu Dachì	halve maanstand
Hantei	oordeel
Hansoku	verlies door overtreding regels
Heian Shodan	eerste kata
Heian Nidan	tweede kata
Heian Sandan	derde kata
Heian Yondan	vierde kata
Heian Godan	vijfde kata
Heisoku Dachì	aandachtshouding
Hidari	links
Hikiwake	gelijk
Hiraken	voor knokkel vuist
Hiza	knìe
I.	
Ichi	een
Ippon	een punt
J.	
Jiyu Kumite	vrij gevecht
Jion	kata
Ji'in	kata
Jitte	kata
Jodan	hoofdhoogte
Juji Uke	gekruiste afweer
K.	
Kagi Zuki	hoek stoot
Kakato	hiel
Kakiwake Uke	wig afweer
Kamae	houding
Kanku Dai	kata
Kanku Sho	kata
Karate	lege hand
Kata	ingebeeld gevecht
Kiba Dachì	ruiterstand
Kihon	basis
Kizami	voorstè
Kokutsu Dachì	achterwaartse stand
Ko Shi	bal van de voet
Ku	negen
Kumite	gevechtsoefening
M.	
Ma Ai	territorium
Mae Geri	voorwaartse trap
Mae Tobi Geri	voorwaartse dubbel springende trap
Makiwara	stootpaal
Mawashi Geri	draaiende trap
Mawashi Zuki	cirkelvormige stoot

Mawate	draaien
Migi	rechts
Mika Zuki Geri	trap met zool van de voet
Mokosu	meditatie
Morote Uchi Uke	versterkte afweer
Musubi Dach	voeten in een V vorm
Meikyo	kata

N.

Nakadakaken	middelvinger knokkelvuist
Nekoashi Dach	kat stand
Ni	twee
Nihon Nukite	steek met twee vingers
Nukite	speerhand
Nijushiho	kata

O.

Oi Zuki	vorderende stoot
Otagai Ni Rei	iedereen gegroet
Otoshi Uraken Uchi	slag rugzijde hand in het centrum

R.

Randori	vrij oefenen
Renzoku	combinatie
Ritsu Rei	staande groet
Roku	zes

S.

San	drie
Sanbon Zuki	driemaal stoot
Seiken	vuist
Sensei	leraar
Sensei Ni Rei	groet aan de leraar
Shi	vier
Shian	meester
Shishi	zeven
Shomen Ni Rei	groet aan de hoogste meester
Shuto	handsnee pinkzijde
Shuto Uke	afweer met pinkzijde
Soshin Dach	stand
Sokuto	snijkant van de voet
Soto Uke	afweer van buiten naar binnen

T.

Taikyoku	kata
Tate Enpi Uchi	elleboogstoot
Tate Zuki	stoot met vuist vertikaal
Teiji Dach	T stand
Teisho Uchi	stoot met de palm van de hand
Tekki Shodan	kata

Tekki Nidan	kata
Tekki Sandan	kata
Tekki Kata	kata
Tetsui Uchi	hamervuist
Tsuki	stoot

U.

Uchi Uke	afweer van binnen naar buiten
Ude	voorarm
Uke	afweren
Uraken Uchi	slag met rug van de vuist
Ura Zuki	korte stoot
Ushiro	achterwaarts
Ushiro Geri Kekomi	achterwaartse stamp

Y.

Yame	stop
Yasume	rust ter plaatse
Yoi	klaar / gereed
Yoko	zijwaarts
Yoko Geri Kekomi	zijwaarts stotende trap
Yoko Geri Keage	zijwaarts slagende trap
Yoko Geri Fumikomi	zijwaarts dalende stamp
Yoko Tobi Geri	springend zijwaartse trap
Yoko Uraken Uchi	zijwaartse slag met rugzijde
Yoko Enpi Uchi	zijwaartse elleboogstoot

Z.

Zenkutsu Dachi	voorwaartse stand
----------------	-------------------