

VOCABULAIRE

Les commandements

Osui : Oui, compris, merci, (est dit lorsque le senseï a proposé un exercice)

Hajime : Commencer

Kiritsu : Debout, se redresser

Mawate : Tourner, pivoter

Mokusu : Méditation

Mokusu Yame : Fin de la méditation

Otaga Ni Rei : Salut entre élèves

Rei : Saluer

Sempai Ni Rei : Salut des anciens

Seiza : A genoux (se mettre)

Sensei Ni Rei : Salut au professeur (celui qui détient la connaissance)

Shomen Ni Rei : Salut à « l'instance » qui est supérieure au professeur

Yame : Fin, arrêtez

Yasume (Yassme) : Décontractez-vous, repos

Yoi : Soyez prêt, préparez-vous

Les termes de base

Chudan : Partie centrale (abdomen, poitrine)

Dachi : Position (des pieds et des jambes)

Dan : Niveau, degré (ceinture noire)

Do : Voie

Empi : coude

Gedan : Partie inférieure (du corps)

Geri : Coup de pied

Gyaku : Contraire, opposé

Hidari : Gauche

Hiza : Genoux

Jodan : Partie supérieure (cou, tête)

Karategi : Tenue du karatéka, dogi, kimono

Kata : Ensemble de mouvements, de formes. Simulation de combat contre un ou plusieurs adversaires fictifs

Keage : Coup fouetté

Mae : Avant

Mawashi : Circulaire

Migi : Droite

Rei : Salut

Shuto : Tranchant de la main

Soto : Blocage sur l'extérieur du bras (de l'extérieur)

Tobi : Saut, sauté

Tsuki : Coup de poing

Uchi : Blocage sur l'intérieur du bras (de l'intérieur)

Uke : Défense, ou celui qui défend

Ura : Revers

Ushiro : Derrière, par derrière

Yoko : Côté

Les chiffres

Ichii : 1

Ni : 2

San : 3

Chi : 4

Go : 5

Roku : 6

Shichi : 7

Hachi : 8

Ku : 9

Ju : 10