



Dictionar termeni Karate

A

AGE = a ridica
ARIGATO = multumesc
ASHI = picior
ATAMA = cap
AI = armonie
AKA = rosu
ATEMI = lovituri in punctele vitale
AO = albastru
AI-UCHI = tehnici simultane

B

BUSHI = razboinic
BUSHIDO = calea razboinicului
BU = lupta
BUDO = calea artelor martiale
BUNKAI = aplicatie la tehnicile de kata
BOKKEN = sabie de lemn

C

CHUDAN = zona mijlocie a corpului
CHUDAN ZUKI = atac cu pumnul in zona mijlocie
CHIMEI = lovitura decisiva
CHAKUGAN = concentrare
CHI MON = arta utilizarii terenului

D

DAN = gradele in centura neagra
DOMO = multumesc
DOJO = sala de antrenament
DO = cale, drum
DACHI = pozitie
DAYMO = sef de provincie
DE ASHI = piciorul care inainteaza
DE ASHI BARAI = maturare picior avansat
DAYMO = senior feudal

E

ENPI = cot
ENCHO SEN = prelungiri

F

FUMI KOMI = lovitura cu piciorul de sus in jos
FUDO DACHI = pozitie ferma , de lupta
FUDOSHIN = spirit imuabil

G

GEDAN = zona de jos a corpului
GEDAN BARAI = blocaj cu bratul la nivel inferior
GYAKU ZUKI = lovitura de pumn inversa



GERI = picior

GO = cinci

GI = costum

GOSHI = sold

GURUMA = roata

GORIN = cele 5 elemente (pamant / lemn / apa / metal / vid)

H

HEISOKU = bolta superioara a labeli piciorului

HIZA = genunchi

HAJIME = incepeti

HANTEI = decizie arbitrii

HARA = abdomen

HON = fundamental

HIDARI = stanga

HIJI = cot

HYOHO = strategie

HACHI = opt

I

IPPON KUMITE = atac conventional la un pas

ICHI = unu

IAI JUTSU = tehnica de sabie in care o singura lovitura este decisiva

J

JODAN = zona de sus a corpului

JODAN ZUKI = lovitura la nivelul fetei

JU IPPON KUMITE = atac la un pas

JU KUMITE = lupta libera

JU = suplete

JU = zece

JUMBI UNDO = exercitii de incalzire

JUTSU = tehnica martiala

JUJI = cruce

JO = baston de 1,20 metri

K

KARATE = arta luptei cu mainile goale

KARATEKA = practicant al artei martiale Karate

KIMONO = echipament

KARATE-GI = echipament

KATA = forma de exersare a tehnicilor de karate fara partener, lupta imaginara cu unul sau mai multi adversari

KEAGE = biciure

KEKOMI = impingere

KEN = pumn

KIHON = exersarea elementelor fundamentale

KUMITE = lupta

KYU = nivel de pregatire in gradele inferioare

KON-NICHI-WA = buna ziua



KONBAN-WA = buna seara
KI = energia vitala
KOKORO = spirit
KOKYU = arta respiratiei
KANSETSU = luxare
KATANA = sabie japoneza
KIAI = strigat de lupta
KIME = determinare, concentrare maxima pe tehnica
KINTEKI = testicule
KIRITSU = ridicati-va in picioare
KIHAKU = spirit de victorie
KU = noua
KAMAE = pozitie de lupta
KAMI = spirit superior al naturii in religia SHINTO

M

MAWASHI = circular
MOROTE = ambele maini
MA-AI = distanta optima pana la adversary
MAE = inainte
MIGI = dreapta
MOKUSO = meditatie
MAKIWARA = aparat de lemn pentru exersare lovituri

N

NAGASHI = a da la o parte
NUKITE = varful degetelor
NI = doi
NE WAZA = lupta la sol
NEKO = pisica

O

OHAYO GOZAIMASU = buna dimineata
OYASUMI NASAI = noapte buna
OBI = centura
OTOSHI = a cadea , a rasturna
OTAGA = elev in dojo

P

PINAN = kata in diferite stiluri de karate

R

ROKU = sase
REI = salut, respect
RITSU-REI = salutul din picioare
RYU = scoala de arte martiale
RONIN = samurai fara stapan

S

SAISHIN = cu spiritul curat, inima pura
SANBON KUMITE = asalt la 3 pasi
SAYONARA = la revedere



SAN = trei
SAMURAI = luptator din Japonia medievala
SEIKEN = pumn inchis
SEPPUKU = sinucidere rituala in Japonia medievala
SHIHAN = mare maestru
SENSEI = profesor
SEMPAI = instructor
SHIKAKU = descalificare
SATORI = iluminaie
SUTEMI WAZA = tehnici de sacrificiu
SEIZA = pozitia sezand
SHICI = sapte

T

TANDEN = punctul „ 3 degete sub ombilic”
TE = mana
TORI = atacant
TAI = corp
TANTO = pumnal
TEN = univers

U

UKE = aparator
UCHI = lovitura biciuta
URAKEN = lovitura biciuta cu pumnul
USHIRO = in spate
UDE = brat

Y

YAME = opriti-va
YO = patru
YOI = pregatiti-va
YOKO = lateral
YAMA = munte
YASSME = relaxati-va

W

WA = pace, armonie
WAZA = tehnica

Z

ZAREI = salutul ceremonial de jos
ZANSHIN = atentie distributive in timpul luptei si dupa
ZUKI = impingere
ZENKUTSU = pozitie joasa in karate