

FUDOKAN KARATE-DO BRAUNSHAUSEN e.V.

Bankverbindung: KSK Merzig-Wadern

BIC: MERZ DE 55

IBAN: DE76 5935 1040 0006 1052 17

1. Vorsitzender
Klaus Peter Koch, Auf den Äckern 16, 66687 Wadern-Oberlöstern
Tel.: 06871 - 923232



松
FU
濤
DO
館
KAN
空
KARA
手
TE
道
DO

Die wichtigsten Karate - Fachwörter für den Anfänger

| | |
|-----------------------|--|
| Age | nach oben, anheben |
| Age-Uke | Abwehr, obere Stufe |
| Budo | Oberbegriff für japanische Kampfkünste |
| Bunkai | Analyse, detailliertes Studium der Kampfkünste in Theorie und Praxis |
| Bonton | Begrüßungszeremoniell |
| <u>Chudan</u> | Mittlere Angriffsstufe |
| Chudan - choku - zuki | gerader Fauststoß zur Körpermitte |
| Chudan Kamae | Grundstellung beim Kihon (siehe dort) |
| Chudan - mae - geri | Fußstoß nach vorne, mittlere Angriffswaffe |
| Chudan - morote - uke | verstärkte Unterarmabwehr, mittlere Angriffsstufe |
| Chudan - uchi - uke | Unterarm - Abwehr von innen nach außen, mittlere Angriffsstufe |
| Chudan - zuki | Fauststoß, mittlere Angriffsstufe |
| <u>Dachi</u> | Stellung, Position, Stand |
| Hachiji-dachi | Stellung mit geöffneten Füßen |
| Zen - kutsu - dachi | Vorwärtsstellung |
| Heisoku - dachi | formelle Achtungstellung |
| Kamae | Kampfstellung |
| Kiba - dachi | Seitwärtsstellung, Reiterstellung |
| Kokutso - dachi | Rückwärtsstellung |
| Musubi - dachi | V - Stellung |
| Dan | Budo - Meistergrad |
| Dojo | Übungsraum, Schule |

| | |
|------------------------|---|
| Dori (Tori) | Angreifer |
| Empi | Ellenbogen |
| Fudokan | "Haus der stabilen Fundamente" |
| Gamae (Kamae, Dachi) | Stellung, Position, Stand |
| Gedan | abwärts, untere Angriffsstufe |
| Gedan - barai (-uke) | Abwehr, Blocktechnik unterer Stufe |
| Geri (keri) | Tritt, Fußtritt, Kick |
| Gi | Abkürzung für Karate - gi (Anzug) |
| Gohon- Kumite | fünfmal Wiederholen, fünfmaliger Angriff (Partnertraining) |
| Gyaku | umgekehrt, spiegelverkehrt |
| Gyaku - zuki | spiegelverkehrter Oi - zuki (siehe dort) |
| Hachi | acht |
| Hai | Ja, in Ordnung. Bestätigung, in Europa fälschl. |
| Hajime | anfangen |
| Hara | Bauch, Schwerpunkt des Menschen, Kraftzentrum |
| Heian | wörtl. "Friede", " Ruhe", Name der ersten 5 Shotokan Grund - Katas |
| Hiki - te | zurückziehende Hand (Schnelligkeit, Gleichgewicht) |
| Ichi | eins |
| Jodan | obere Angriffsstufe |
| Jodan - age - uke | Faustabwehr, obere Stufe |
| Ju | zehn |
| Kara (-te) | leere, unbewaffnete Hand |
| Karateka | Karate - Sportler (Plural wie Singular) |
| Kata | wörtl. "die Form", genau festgelegte Karate- techniken werden vorgeführt |
| Ki | geistige, seelische Kraft |
| Kiai | Kampfschrei |
| Kihon | Grundschule |
| Kihon - ippon - Kumite | einmaliger Angriff beim Partnertraining (Grund - Kumite) |
| Kime | Brennpunkt, Endstellung |
| Kizami - geri | Tritt mit dem vorderen Fuß |
| Kumite | Kampf mit dem Gegner, Kampfschule |
| Kyu | Rang, Stufe, Schülergrad |
| Mae | vorn ,vorwärts, frontal |
| Mae -ashi | vorderes Bein |
| Mae -ashi -geri | Fußstoß mit dem vorderen Bein |
| Mae - geri - ke - ake | zurückfedernder Fußstoß nach vorne |
| Mae - geri - ke - komi | gestreckter, gestoßener Fußstoß nach vorne |

| | |
|---------------------|--|
| Mokutso | Meditation, Konzentration |
| Mokutso - yame | Ende der Meditation/Konzentration, Augen wieder öffnen |
| Morote | mit beiden Händen |
| Morote - uke | verstärkte Unterarmabwehr |
| Ni | zwei |
| Nukite | Fingerstich, Speerhand |
| Oi | dagegen anstürmen, los - stoßen, bedrängen |
| Oi - zuki | gerader Fauststoß, z.B. rechtes Bein vor, rechte Faust vorn |
| Otagai - ni - rei | respektvoller Gruß bei Schülern |
| Randori | Übungsform, freies lockeres Kämpfen |
| Ren - zuki | Doppelfauststoß, wechselnde Fausstöße |
| Roku | sechs |
| Ryu | Stilrichtung |
| Sabaki | Form der Bewegung |
| San | drei |
| Sanbon | dreifach |
| Sanbon - Kumite | Partnerübung mit drei Angriffen |
| Seiken | Vorderfaust (Knöchel des Zeige -, u. Mittelfingers) |
| Sempai | ranghöchster Schüler (Aufpasser) |
| Sensei | Anrede für Lehrer, Meister |
| Shi | vier |
| Shichi | sieben |
| Shihan | Titel für den höchsten Meister, Lehrer |
| Shomen - ni - rei | Verbeugung nach vorn, zum Publikum, zum Dojo |
| Shotokan | Karate - Stilrichtung |
| Shuto | Schwerthand |
| Shuto - uke | Schwerthand - Abwehr |
| Soto | außen |
| Soto - uke | Abwehr von außen nach innen |
| Suri - ashi | vorwärtsgleiten |
| Tai - za (Sai - za) | Konzentration im Sitzen |
| Tettsui - uchi | Hammerfaustschlag |
| Tori | Angreifer |
| Tsuki | Stoßen (wird als zweites Wort "zuki" geschrieben) |
| Uchi | Schlag, auch innen |
| Uchi - uke | Abwehr von innen nach außen |
| Uke | abwehren, blocken verteidigen, Verteidiger (Person) |
| Ura | entgegengesetzt |
| Ura - ken | Faustrücken |
| Yame | Stop, Kampfunterbrechung, Ende |

Yoi
Yoi - dachi
Yoko
Yoko - geri

Achtung, Bereitschaft
Bereitschaftsstellung
seitlich, Seite, Flanke
Seitwärts - Fußstoß

Za
Zan - shin
Zuki (Tsuki)

Platz, Sitz
Wachsamkeit, Kampfgeist
Stoßen

