

Wörterbuch Japanisch / Deutsch

Japanisch	Deutsch	Japanisch	Deutsch
A		A	
Age	Heben; Anheben	Age-enpi	Ellenbogenangriff gegen Kinn
Age-oshi	Kinn zurückdrücken	Ageru	Hochheben; Erheben
Ago	Kinn	Ago-ochi	Druck gegen das Kinn
Aida	Abstand; Distanz; Stellung	Ai-ire-so-uatsu	Wiederbelebungsgriffe
Aite	Partner/Gegner b. Wettkampf	Ai-uchi	Gleichzeitiger Angriff
Aka	rot	Aka-obi	roter Gürtel
An	innen; Innenseite; von innen	Anuro	sich selbst nach innen bewegen
Aoiro	blau	Aoiro-obi	blauer Gürtel; 2.Kyu
Arashi	Sturm; Ansturm	Arigato	Danke
Asahi	aufgehende Sonne	Ashi	Fuß oder Bein
Ashi-barai	Fußfegen	Ashi-dori-garami	Eingerollter Beinhebel
Ashi-garami	verbotener Beinhebel	Ashi-gatame	Beinstreckhebel
Ashi-Guruma	Beinrad	Ashi-hishigi	Beinschlüssel; Hebelgriff
Ashi-kubi	Knöchel	Ashi-maki-komi	Beinklemmhebel im sitzen
Ashi-no-tachi	Grundstellung	Ashi-no-ura	Fußsohle
Ashi-uchi-mata	Ursprünglicher Uchi-mata	Ashi-ura	Fußstellung
Ashi-waza	Gruppe der Fuß- und Beinwürfe	Atama	Kopf
Atata-maru	aufwärmen vor dem Training	Ate	Schlag
Atemi-waza	Gruppe Gefährlicher Schläge	Ateru	Zielen; treffen
Ato-shibaraku	30 Sec. vor Kampfende	Au	Gegenüberstehen, sich treffen
Awasete	zusammenfügen	Awasete-ippou	zusammengefügtter Punkt
Ayumi-ashi	normales gehen		
B		B	
Barai	fegen	Basami	Schere
Bikon	Nasenwurzel	Bikotsutan	Nasenbein ende
Bisen	Nasenspitze	Bo	Langer Stock; Stab
Bogeki-no-katachi	Verteidigungsform von uke	Budogi	Budo-Anzug; Hose, Jacke, Gürtel
Budo	Oberbegriff Japan. Kampfkunst	Bugei	mit Kampfkünsten vertraut
Budokan	Kampfsportzentrum in Tokio	Bushi	Japanischer Ritter
Bushido	Weg des Adels	Butso	der Buddha
Butso-do	der Weg des Buddha	Butsukari	Gegen Widerstand anrennen
C		C	
Cha	braun	Chairo-obi	brauner Gürtel; 1.Kyu
Chakra	Kreis Rad; die 7 Chakras	Chi	das Absolute
Chikai	von Angesicht zu Angesicht	Chikara	Kraftanwendung
Chikara-Kurabe	Wettkampf der Kräfte; Turnier	Chokunin	Ehrenbezeichnung
Choshi	Stimmung; Harmonie	Chudan	Mittlere Angriffsstufe
Chuga-eri	sich überschlagen	Chui	Verwarnung
Chusen	Auslösen		
D		D	
Dachi	Stellung; Position	Daidairo	orange
Daidairo-obi	orangener Gürtel; 5.Kyu	Dai-Sensei	Großer Meister ab 10.Dan
Daki	Umarmen	Dan	Meistergrad
Dantei	Mitglieder; Gruppe	Dasu	Hand oder Fuß vorstrecken
De	Vorwärtsgehen	De-ashi-barai	Fußfegen
Debana-waza	Sofortangriff	Deshi	Lernender
Do	Weg/Grundsatz/Prinzip/Philosp.	Dogen	Buddhistischer Mönch
Do-jime	Beinschere	Dojo	Trainingshalle; Heiliger Raum
Do-kyaku	vorrückendes Bein	Dori	nehmen
Dotoku	moralische Verpflichtung		
E		E	
Ebi	Krebsart	Ebi-garami	Krebsarmwürgen
Ebi-jime	Krebskreuzwürgen	Erika	Achselhöhle
Eki-kinkyō	Training von Körper und Geist	Empi	Ellenbogen
Encho	Verlängerung	Eri	Kragen; Revers
eri-dori	Ergreifen des Revers	Eri-jime	Ristwürgen; Kragwürgen
Eri-kuatsu	Kunst der Wiederbelebung	Eri-seoi-nage	Schulterwurf mit Reversfassung

F		F	
Fu-antei	nicht im Gleichgewicht	Fuji	Heilig; Ewig
Fuku-shiki	Kontertechnik	Fuku-shin	Aushilfskampfrichter
Fuku-shin-shugo	Versammlung der Kampfrichter	Fumi	Treten; Stampfen
Fumi-komi	Eintreten	Furi-age	Ausholen mit dem Stock
Fusegi	Schwingen; Verteidigen	Fusen	Luftballon
Fusen-gachi	Sieg d. nicht antreten d. Gegner	Fusen-sho	Sieger durch Aufgabe
Futari	2 Gegner treffen sich im Kampf	Futatsu	zwei Möglichkeiten
G		G	
Gachi	Gewonnen; der Sieg	Gaeri	Fegen; Kehren
Gaeshi	Gegenangriff; Kontern	Gaeshi-renzoku	Umwerfen; Ununterbrochen
Gaeshi-waza	Gruppe aller Gegentechniken	Gake	Einhängen; Haken
Gakko	Schule	Gaku	Geschriebenes Diplom
Gaman-kamae	die Geduld im Kampf	Ganseki-nage	Hüftwürfe nach vorn
Gari	Sicheln; legen	Garami	Halten; Umschlingen
Gasshuku	Lehrgang	Gatame	Halten
Gatame-waza	Gruppe aller Haltetechniken	Gedan	abwärts der Gürtellinie
Gedan-barai	Abwehr nach unten	Geiko	Übung; Praxis; Trainingsform
Genki	Kraft; Stärke	Geri	Fußtritt
Geta	Sandalen	Gi	Kurzform Budo-Anzug
Giri	Pflichterfüllung	Go-Dan	5. Budo Meistergrad
Go-do	Weg der Härte: Sport der Härte	Gohon-kumite	Fünffacher Angriff
Gokaku	Gleich stark; Gleich begabt	Gokaku-geiko	Übung gleichstarker Partner
Gokyo	Fünf Gruppen	Go-kyu	5. Schülergrad; orangener Gürtel
Gomen	Entschuldigen	Gokyo-no-kaisetsu	Kodokan-Lehrsystem
Gong	Hart	Go-min-gake	Einer kämpft gegen Fünf
Goshi	Hüfte	Go-no-karta	Alte Form der Kräftigungsübung
Gonoson-no-kata	Form der Gegenwürfe	Guruma	Rad
Gyaku	Umgekehrt	Gyaku-gaeshi-jime	Umgekehrtes Stützbankwürgen
Gyaku-hanmi	Seitenverkehrte Stellung	Gy.-hara-gatame	Umgekehrter Bauchstreckhebel
Gyaku-hishigi	Beinklemmhebel	Gyaku-juji	Kippsteckhebel
Gyaku-juji-gatame	Umgekehrt. Leistenstreckhebel	Gyaku-juji-jime	Kammerkreuzwürgen
Gy.-kanuki-gata.	Umgekehrter Riegelstreckhebel	Gy.-kesa-garami	Umgekehrter Schärpenstreckheb.
Gy.-kesa-gatame.	Umgekehrte Schärpe vom Kopf	Gy.-okuri-eri-jime	Umgekehrtes Kragenwürgen
Gy.-sumi-gaeshi	Eckenwurf mit Gürtelgriff	Gyaku-tekubi	Armhebel aus dem Stand
Gy.-ude-gatame	Umgekehrter Drehstreckhebel	Gy.-waki-gatame	Umgekehrter Achselstreckhebel
Gy.-yoko-shiogat.	Gelockerter seitl. Viererschlüss.		
H		H	
Hachi	Acht	Hachi-Dan	8. Dan
Hachi-maki	Kopftuch	Hadaka	Frei; Bloß; Nackt
Hai	Ja	Haira-kata	Grifftechnik im Boden anwenden
Hajime	Kampfbeginn	Haishu	Handrücken
Hakama	Hosenrock	Hando-no-kuzushi	kein Gleichgewicht
Hane	Sprung	Hane-goshi	Spring-Hüftwurf
Hane-maki-komi	Spring-Drehwurf	Haneru	springen
Han-ho-san	Bergtiger	Hansoku-gachi	Sieg durch Disqualifikation
Hansoku-make	Disqualifikation	Hantei	Beurteilung; Beschluss
Hapo-no-kuzushi	Gleichgewichtbrechen	Hara	Bauch; Mitte des Menschen
Hara-gatame	Bauchstreckhebel	Harai	mähen
Harai-goshi	Hüftfegen	H.-tsuri-komi-goshi	Hebezugfußhalte
Hara-kiri	Selbsttötung	Hasami-jime	Bank würgen
Hata	Fahne des Kampfrichters	Heiho	Weg des Kriegers
Heikin	Gleichgewicht	Henka	Wechseln
Heso	Nabel	Hidari	Technik auf links
Hidari-ashi-jime	Unteres Beinwürgen	Hid.-atosumi-kuzu.	Gleichgewichtbrechen nach links
Hidari-eri-dori	Griff in das linke Revers	Hidari-jigota	Verteidigungsstellung links
Hidari-kamae	Linke Stellung	Hiji	Ellenbogen
Hiki	Zug; ziehen	Hiki-ageru	sich zurückziehen
Hiki-bana-waza	Angriffstechnik b. zurückgehen	Hiki-tate	Besonders hartes Training
Hiki-wake	Unentschieden	Hiki-waza	angewendete Technik
Hikkomi-gaeshi	Selbstfallwurf auf den Rücken	Hikkomi-otoshi	Selbstfallwurf auf die Seite
Hiraki-ashi	Ausfallschritt	Hishigi	Strecken

Hishiryō	Jenseits d. Rationalen Denkens	Hiza	Knie
Hiza-gatame	Kniestreckhebel	Hiza-guruma	Knierad
Hiza-hishigi	Knieklemmhebel	Hiza-jime	Seitenstreckwürgen
Hiza-maki	Fortbewegen auf den Knien	Hiza-otoshi	Kniefalle alter Handwurf
Hiza-uke	Abwehr mit den Knien	Hizi	Ellenbogen
Hizi-maki-komi	Drehstreckhebel	Hon	Normal; Original; Grundsätzlich
Hon-kesa-gatam	Originale Seitenschärpe	Hontai	normale Körperhaltung
I		I	
Ibo	Doppelschritt	Ichi	Einer; Eine; Eins
Ichi-Dan	1.Dan	Ichi-kyu	1.Schülergrad; Brauner Gürtel
Idori	Bewegung im Sitzen	Ikken-hissatsu	mit einem Schlag töten
Ippon	Voller Punkt	Ippon-seoinage	Einpunkt Schulterwurf
Ippon-shiai	Kampf um einen Punkt	Itami-wake	Sieg d. Schuldloses Verletzen
Itsutsu	Fünf	Itsutsu-no-kata	Form der Fünf Symbole
J		J	
Jama	Berg	Jigo	Abwehr; Verteidigung
Jigo-tai	Verteidigungsstellung	Jigoku	Hölle
Jigoku-jime	Höllens Würgen	Jikan	Zeit aus
Jime	Würgen	Jime-waza	Gruppe aller Würgetechniken
Jinzo	Nieren	Jissen-gata	Mann des echten Kampfes
Jitsu-jutsu	Technik; Handwerkliche	Jiuju	Nachgeben; Ausweichen
Jiyu	Freiheit der Bewegungen	Jiyu-kumite	Freier Partnerkampf
Jiyu-renshu	Freies Training	Jodan	Obere Angriffsstufe
Jogai	Außerhalb der Kampffläche	Jogai-nakae	Zurück auf die Kampffläche
Joseki	Ehrenplatz der Meister	Josu-kutei	Fußkante
Jo-tori	Stockschlag	Ju	Sanft; geschmeidig
Jubin-taisho	Gymnastische Übungen	Ju-dan	Zehnter Dan; rot-weißer Gürtel
Judo	der Sanfte Weg	Judogi	Judo Bekleidung
Judoka	Judosportler	Juji	Überkreuz; Quer
Juji-gatame	Gestreckter Armhebel i. Liegen	Junin-gake	Einer gegen Zehn nacheinander
Ju-no-kata	die Form der 15 Techniken	Jushin	Zentrum des Schwerpunktes
Jyu-kumite	Turnierkampf		
K		K	
Kachi	Gewonnen; der Sieg	Kaeshi	Abwehr e. Angriffs; Kontertechnik
Kaeshi-waza	Gruppe aller Abwehrgriffe	Kagato	Ferse
Kagato-jime	Fußwürgen	Kai	Gemeinschaft; Gruppe
Kaikyo-shia	Kampf in einer Linie	Kaitsu	Erklärung; Hinweis
Kaiten	Drehen; Rollen	Kakae	Einarmige Umklammerung
Kakari-geiko	Wurftraining unter Belastung	Kakato	Ferse
Kakato-jime	Fußwürgen	Kake	Endphase Judowurf; Abwurf;
Kake-dameshi	Übung oder Kraft-Test	Kake-goe	Aufschrei; Ruf
Kakiwake-uke	Blockieren mit beiden Armen	Kakemono	Hängerolle
Kaku	Ecke; Winkel	Kakuto	Gebogenes Handgelenk
Kamae	Position; Stellung	Kami	Oberkörper
Kami-ashi-jime	Unterschenkelwürgen	Kami-basami	Beinscherenwurf
Kami-garami	Eingerollter Kniehebel	Kami-hiza-gatame	Leistenstreckhebel aus Reitsitz
Kami-juji-gatame	Oberer Leistenstreckhebel	Kamikaze	Götterwind
Kami-no-michi	Weg der Götter	Kami-sankaku-gat.	Oberer Reitvierer
Ka.-shihō-basami	Oberes Vierer Würgen	Kami-shio-gatame	Oberer Vierer
Kami-ashiho-jime	Oberes Schrankwürgen	Kamiza	Hoher Sitz
Kamiza-ni	Ausrichtung Kämpfer z. Fahne	Kamiza-re	Gruß der Kämpfer zu Fahne
Kana	Silbenschrift	Kann-geiko	Wintertraining im Kodokan
Kann-gyaku	Zuschauer beim Budo	Kani	wie ein Krebs würgen
Kani-basami	Ansprungschere	Kano, Jigoro	Gründer des Judo
Kansetsu	Gelenk	Kansetsu-waza	Gruppe aller Armhebel
Kanuki	Riegel; Absperrung	Kanuki-gatame	Riegelstreckhebel
Kao	Gesicht	Kara	Leer; Unbewaffnet; ohne Schutz
Karai	Licht	Karate	der Weg der leeren Hand
Kari	Fegen	Karui	Leicht
Kashiga	Kopf	Kashira	Haupt; oben
Kashira-gatame	Kissenschärpe	Kata	Schulter; Zeremonie
Kata-ashi-dori	Kleiner Beinausheber	Kata-ashi-hishigi	Fußhebel im Stand

Katachi	Training der Form	Kata-gatame	Schulterschärpe
Katagi	auf den Rücken nehmen	Kata-guruma	Schulterrad
Kata-ha	die Hälfte; halber Flügel	Kata-ha-jime	Hinteres Schulterwürgen
Katei	Steif; Hart; Unbeweglich	Kata-jime	Knieschulter würgen
Kata.juji-jime	Mischkreuzwürgen	Kata-mawashi	Schulterdrehen
Katame	Halten	Katame-no-kata	Form der Bodengriffe
Katame-waza	Gruppe aller Bodengriffe	Kata-osae-gatame	Umgekehrte Schulterschärpe
Kata-oshi	gegen die Schulter drücken	Kata-seoi	Grundform Schulterwurf
Katate	ein Arm; eine Hand	Katate-age	die Hand zum Schlagen erheben
Katate-dori	eine Hand erfassen	Katate-jime	Einhandwürgen
Katate-ude-dori	mit einer Hand	Katsu	d. Gegner besiegen; hoher Schrei
Kawashi-mikinosuke	8.Dan; 5 Gruppen = 60 Würfe	Kawazu-gake	Verbotene Technik
Ke-age	Fußtritt	Kei	System; Lehrmethode
Keiko	Übung; Training	Keikoku	Offizielle Verwarnung
Ken-ken	Mehrfach schnelles nachsetzen	Kensin	Hängen lassen in den Armen
Kensui	Klimmzug	Kensui-jime	Fallristwürgen
Kesa	Schärpe; Bekleidung	Kesa-ashi-gatame	Armstreckhebel
Kesa-garami	Schärpenbeugehebel	Kesa-gatame	Schärpenschlüssel
Ki	Energie; Seelische Kraft	Kiai	Kampfschrei
Kiai-jutsu	Kunst d. einen Schrei zu töten	Kihon	Basis; Ursprung
Kiro	gelb	Kiro-obi	gelber Gürtel; 7.Schülergrad
Kiken	Aufgabe	Kiken-gachi	Sieg durch Aufgabe
Kime	Lebenswichtige Punkte	Kime-shiki	Kampf im Ernstfall für Frauen
Kimono	Hemdartiges Kleidungsstück	Kinsa	der kleine Unterschied
Kinu	Seide	Kiri	Spalten; Schneiden
Kiri-komi	Messerstich von oben	Kiri-oroshi	Schwertgriff
Kiritsu	Aufstehen; Aufrichten	Kisio-geiko	Training von einfachen Techniken
Kitai	Gesamtheit der inneren Kräfte	Ko	Kleiner Beinausheber
Kobi-tobi	Abwehr e. Ang. d. Einhängen	Ko-do	der wahre sitz der Götter
Kogeki-no-kata	Angriffsform i. Katame-no-kata	Kodokan	Lehrweghalle seit 1882
Kohai	Junior; der jüngere Judoschüler	Kohaku	rot und weiß
Kohaku-shiai	Wettkampf zwischen rot u. weiß	Koho-ukemi	Fallen rückwärts
Koka	Unterbewertungspunkt	Kokeki	der Angriff
Kokeki-ho	die Angriffsweise	Kokeki-sha	der Angreifer
Kokeki-suru	angreifen; kämpft	Koken	Handgelenk
Koken-uchi	Handgelenkschlag	Koken-uke	Abwehr mit dem Handgelenk
Koeshi	Glückspuppe	Ko-kyu	Geistige Kraft
Ko-kyu-ho	Angreifer wird körperlich geführt	Ko-kyu-nage	Angreifer d. geistige Kraft werfen
Kome-kami	Schläfe	Komi	Innen; auch drehen
Komura	Wade	Kon-kotsu-ken	Achillessehne
Kosa-dachi	Überkreuzstellung	Koshi	Hüfte
Koshi-Guruma	Hüfttrad	Koshiki	die Form; Formell; Förmlich
Koshiki-daoshi	große Außensichel m. d. Händ.	Koshi-kotsu	Mittelfußknochen
Koshi-nage	Hüftwurf	Koshi-waza	Gruppe aller Hüftwürfe
Ko-soto-barai	kleines Fußfegen	Ko-soto-gake	kleines Außeneinhängen/-zug
Ko-soto-gari	kleine Außensichel	Kotau	Verbeugen
Kote	Handgelenk	Koto	Kehlkopf
Ko-tsuru-goshi	kleiner Hüftzug	Ko-uchi-ashi-dori	Fuß und Handwurf i. Niedergehen
Ko-uchi.gake	Kleiner Innenzug	Ko-uchi-gari	kleine Innensichel
Ko-uchi-maki-komi	Eingerollte kleine Innensichel	Ko-waza	Technik mit kleiner Reichweite
Ku	Leere	Kubi	Hals; Nacken; Genick
Kubi-nage	Handgelenk Hüftw. Nacken fassen	Ku-dan	9.Dan
Kumi	Nehmen; Ergreifen; Griff; Festh.	Kumi-kata	Griffarten
Kumite	Übungskampf	Kuro-obi	1. bis 5. Dan; schwarzer Gürtel
Kuruma	Rad; Wagenrad	Kusuri	Medizin
Kuzure	Abart; Variation	Ku.-hizi-maki-komi	Drehstreckhebel im niedergehen
K.-kami-shio-garami	Oberer Viererstreckhebel	K.-kami-shihi-gatame	Oberer Viererschlüssel; gelockert
K.-kesa-gatame	Gelockerte Schärpe	Kuzure-no-jotai	gebrochene Balance
K.-ushiro-jime	Rückwärtswürgen	Kuzushi	Gleichgewicht brechen
Kwa-do	Blumenweg	Kwai	Gesellschaft
Kyo	Gruppe von Techniken	Kyo-kotsu	Brustbein
Kyu	Rang; Stufe; Schülergrad	Kyuba-no-michi	Ehrenkodex der Samurai

L		L	
Laotse	Ehrenname der alten Meister	Lotus	Reinheitssymbol, auch Position
M		M	
Ma	Zwischenpause	Ma-ai	Entfernung; Abstand
Mae	vorwärts; vorn	Mae-gi	Abstand schätzen
Mae-ukemi	Vorwärtsfallen	Mae-geri	Fußtritt in den Unterleib
Maitta	Ich gebe auf	Make	verloren; die Niederlage
Make-kata	verlieren	Makeru	Aufgeben
Maki	Einrollen; Eindrehen	Maki-kata	Handgriffwechsel
Maki-komi-jime	Drehwürgegriff	Maki-komi-waza	Gruppe aller Eindrehwürfe
Maki-oturso	Handgriff-Schleudern	Maki-tomoe	kleiner Kreiswurf
Makoto-no-michi	Weg der Wahrheit	Makura	Kopfkissen
Makura-kesa-gat.	Kissenschärpe	Mamoru	sich schützen
Mamae-kuzushi	Gleichgewichtbrechen n. vorn	Mannaka	In der Mitte
Masshomen	gerade nach vorn	Ma-sutemi-waza	Gruppe Selbstfalltech. a. d. Rücken
Mata	innere Schenkelseite	Mate	Warten; Auseinander
Ma-ushiro-kuzushi	Gleichgewichtbrechen n. hinten	Maware-migi	rechts herum
Maware-hidari	links herum	Mawaru	sich drehen
Maswashi	Halbkreis	Me	Auge
Metsuke	das Auge auf den Gegner	Michi	Weg
Midori	grün	Midori-obi	grüner Gürtel; 3.Schülergrad
Migi	rechts	Migi-atosumi-kuzushi	Gleichgewichtbrechen nach rechts
Migi-eri-dori	ergreifen des rechten Revers	Migi-jigotai	rechte Verteidigungsstellung
Migi-shzentai	rechte Grundstellung	Mi-kudaki	sich schlagen
Mochi	greifen mit den Händen	Mochi-age-otoshi	Ausheber
Mochi-ate	Kniestöß	Mokuso	Konzentrationsitz im Judo
Momo	Oberschenkel	Mondo	Lehrgespräch im Dojo
Montei	Anfänger	Mon-tsuki	schwarzer Kimono
Morote	mit beiden Händen	Morote-gari	Zweihandsichel
Morote-seoi-nage	zwei Hand Schulterwurf	Morote-tsuki	Stoß mit dem Stock in den Magen
Morote-waza	Gruppe Würfe mit zwei Händen	Mo-sukosho	etwas mehr
Mu	das absolute Nichts	Mudansha	Träger eines Schülergrades
Mudo	Gegensatz zum Judo	Mudra	Siegel; Zeichen; Merkmal
Maga-mushi	Selbstlos	Mune	Brustbein
Mune-garami	Beugehebel	Mune-gatame	Armseitvierer
Mune-gyaku	Seitvierstreckhebel	Mune-kesa	Seitlicher Schultergriff
Mune-oshi	Abwehrdrücken gegen d. Brust	Mushin	absolute Gelassenheit
Mushin-do	Weg d. unerschütter. Gleichmuts	Musho-toku	kein streben nach den Sieg
N		N	
Nagashi-uke	Fegesperren m. der Handfläche	Nage-komi	werfen des Partners
Nageru	werfen; der Wurf	Nage-no-kata	Form des Werfens
Nage-waza	Gruppe aller Standtechniken	Nage-ura-no-kata	Form der Gegenwürfe
Naiwan	Innenseite des Unterarms	Naka	innen
Nakae	zur Mitte	Nami	Normal; gewöhnlich
Name-juji-jime	Ristkreuzwürgen	Nami-juji-gatame	Leistenstreckhebel
Naname	Diagonal	Naname-geri	diagonaler Fußspitzenstoß
Naname-ate	diagonaler Faustknöchelstoß	Narabi	Aufstellung
Ne	Liegend; Bodenlage	Ne-ru	Niederdrücken
Ne-waza	Bodentechniken	Ni-dan	zweiter Meistergrad; 2.Dan
Ni	zwei	Ni-kyu	zweiter Schülergrad; blauer Gürtel
Nidan-ko-soto-gake	Judofußwurf	Nirwana	Verlöschen; Verwehren
Nippon	Bezeichnung für Japan	Nogare-kata	Form des Rückzuges
No	der oder des	Nuki-kake	Schwertangriff
Nuki-awaseru	Ziehen oder Gegenangriff	Nuki-te	Fingerspitzenstoß
O		O	
O	groß	Obi	Japanischer Gürtel
Obi-tori	ergreifen des Gürtels	Obi-tori-gaeshi	Eckenwurf mit Gürtelgriff
Ochiru	Fallen; Sinken	O-chugaeri	große Rolle mit Aufstehen
O-goshi	großer Hüftwurf	O-Guruma	großes Rad
Ohten	auf die Seite drehen	Oikomi-geiko	den Gegner in Bedrängnis bringen
Oji-gaeshi	Abwehr; Parade	Oji-waza	Verteidigungs-/ Gegenangriffstech.
Okii	breit; lang	Okuden	geheime

Okuri	nachschicken; nachsenden	Okuri-ashi-barai	Fußnachfegen
Okuri-eri-jime	Kragenwürgen	Omote	Fundermental
Omote-waza	Gruppe aller Kombinationen	Omoto	Grundlage; Ursache
Osae	halten	Osae-komi	Haltetechnik
Osae-komi-toketa	Haltegriff geöffnet	Osae-komi-waza	Gruppe aller Haltetechnik
Osae-komu	Ihn niederhalten	Osae-ru	am Boden festhalten
O-soto-guruma	großes Außenrad	Osoi	langsam
Oshi-ego	Schüler	O-soto-gari	große Außensichel
O-soto-gaeshi	Gegenwurf zum O-soto-gari	Othen	zur Seite drehen
O-soto-otoshi	großer Außenwurf	Othen-jime	Rollbankwürgen
Othen-gatame	Bankbeugehebel	Otokogi	die Ritterlichkeit
Otoko	der Mann	Otoshi	Fallen; Wurf
Otoko.gokoro	das Herz des Mannes	O-tsure-goshi	großer Hüftzug
Otosu	Fallen lassen	O-uchi-gari	großes innen Sichern
O-uchi-gaeshi	Gegenwurf zum O-uchi-gari		
P		P	
Prana	Leben; Atem; Lebensenergie	Pranayama	Atemtechnik
R		R	
Ran	Locker; Gelockert	Randori	Freies lockeres Üben; Übungskampf
Rei	Gruß; Begrüßung	Rei-ho	Techniken des Grüßens
Rei-gishaho	Etikette; Höflichkeit	Renmei	Förderung; Verband
Renraku	Kombinationstechnik	Renraku-waza	Gruppe Kombinationstechniken
Renshu	Praxisfreies Lernen	Renshu-shimasu	Trainieren
Rensoku	Verketteten; Verbinden	Rhode, Alfred	8.Dan; Deutscher Judoka
Rikaku	natürliche Stellung	Riken	Handrücken
Riken-uchi	schlag mit dem Handrücken	Rio	beide; zwei
Risei	Vernunft	Ritsu-rei	Höflicher Gruß
Roku	sechs	Roku-dan	6. Meistergrad; rot-weißer Gürtel
Roku-kyu	6.Kyu. Gelb-Orangener Gürtel	Rokutai	Ungedeckte Rippe
Ryo	zwei; beide	Ryo-ashi-dori	Zweihandsichel
Ryogan-tsuki	Stoß an die Augen	Ryo-kata-oshi	die Schulter niederdrücken
Ryo-te-dori	Griff beider Hände	Ryu-gi	Schule; Methode
S		S	
Sabaki	drehen; ausweichen	Sagaru	zurückweichen
Sak-kotsu	Schlüsselbein	Samura Kaichiro	10.Dan Gott des Judos
Samurai	Japanischer Ritter	San	Frau oder Herr auch drei
Sanbon-kumite	dreimaliger Angriff	Sanbon-shiai	Kampf um drei Punkte
San-chin	höhere Kata	San-dan	3.Meistergrad auch Kuro-obi
Sankaku	Dreieck; Triangel	San-kyu	3.Schülergrad; grüner Gürtel
Sasae	Stützen; Aushalten	Sasae-ru	beherrschen; abstützen
S.-tsuri-komi-ashi	Hebestützfußhalte	Sasoku	linker Fuß; linke Seite
Sayonara	auf Wiedersehen	Se-senaka	Rücken
Sei	inaktiv; ruhe; auch Richtig	Seifuku	verrenken; brechen von Knochen
Seika-tandem	Magen	Seiken	Vorderfaust
Seiryoku-zenyo	Wahlspruch des Kodokan	Sei-za	Sitzen auf den Fersen
Sen	Dem Angreifer zuvorkommen	Senaka	Rücken; Körper
Senki	Geist des Kriegers	Sen-no-sen	Die von Uke aufgebrachte Kraft
Sensei	Anrede für den Meister	Sensei-ni	Ausrichten der Kämpfer
Sensei-rei	Gruß d. Kämpfer u. Teilnehmer	Sen-sen-no-sen	Den Gegner zuvorkommen
Seoi	Rücken; Schulter	Seoi-otoshi	Schulterwurf im Knien
Sesshin	Zeit intensives Trainings	Shi	Krieger; Ritter; Herr; vier
Shiai	Wettkampf; Wettbewerb	Shiai-geiko	Wettkampfttraining
Shiai-jo	Kampffläche; Mattenfläche	Shibori	Würgen; Strangulieren
Shichi	sieben	Shichi-dan	7.Meistergrad; rot-weißer Gürtel
Shichi-kyu	7.Schülergrad; gelber Gürtel	Shi-dan	4.Meistergrad; schwarzer Gürtel
Shi-kyu	4.Kyu. orange-grüner Gürtel	Shido	Beobachtung; Aufmerksam machen
Shikan	Meditative Erleuchtung	Shiho	vier Ecken
Shikko	Drehbewegung auf den Knien	Shikanta-za	einfaches Sitzen
Shime	Würgen; Strangulieren	Shima-obi	rot-weißer Gürtel; 6.-8. Dan
Shime-waza	Gruppe aller Würgegriffe	Shime-garami	Knieschulterstreckhebel
Shimoza	Untere Sitze; tiefer Platz	Shimoseki	Untere Seite; Gegenüber Joseki
Shinken	Ernst; im Ernstfall	Shimpan	Kampfrichter

Shinsenbu	Herzspitzengegend	Shinketsu	Ernsthaft
Shinto	Weg der Götter	Shin-shin	Blockieren; Verhaften
Shinzo-kuatsu	Japanische Wiederbelebung	Shinzo	Herz; Herzlich
Shiro-obi	weißer Gürtel	Shiro	weiß
Shisei	Grundstellung	Shiro-no-kachi	Sieg für weiß
Shizen-tai	Ausgangsposition	Shita	unten; nach unten; untere Seite
Shobu-geiko	Wettkampftraining	Shobu	Kampf; Wettkampf
Sho-dan	1.Meistergrad	Sho-chu-geiko	Kampftraining im Sommer
Shugo	Versammlung aller Kampfricht.	Shoshinsha	Anfänger; Beginneer
Shuwan	Unterseite des Unterarms	Shuto	Handkante; Kleinfingerseite
Sode-dori	am Ärmel fassen	Sode	Ärmel
Sode-gurma-jime	Würgegriff v. hinten mit Revers	Sode-guruma	Ärmelradwürgen
Sogo-gachi	Zusammengefasster Sieg	S.-tsuri-komi-goshi	gestreckter Armhüftwurf
Sokuho-ukemi	Fallen Seitwärts	Soku	Schnelligkeit von Geist
Sono-mama	nicht Bewegen	Sokuto	Fußaußenkante
Sotai-renshui	Training mit Partner	Sore-made	Das ist alles
Soto-gake	Außenzug	Soto	außen
Suki	Schwachstelle	Soto-maki-komi	Außendrehwurf
Sukui	Schaufeln; Löffeln; Pflügen	Su-koshi	ein Wenig
Sumi	Ecke; Winkel	Sukui-nage	Schaufelwurf; Handwurf
Sumi-otoshi	Eckenkippe; Handwurf	Sumi-gaeshi	Eckenwurf mit Gürtelgriff
Sun-dome	Abbremsen; Abstoppen	Sumo	Japanischer Ringkampf
Suri-ashi	richtiges Gehen	Suri-age	Heben; Gleiten
Sutemi	opfern; sich selber fallen lassen	Sute-geiko	Training durch Erdulden
Suwaru-suwari	Hinsetzen	Suwari-seoi	Schulterwurf aus dem Kniestand
T		T	
Tachi	Stand; i. Stehen; Grundstellung	Tachi-ai	stehende Stellung
Tachi-waza	Gruppe aller Standtechniken	Tai	Körper
Tai-atari	Körperberührung	Tai-iku	Körpererziehung
Tai-ju	Körpergewicht	Tai-kyo-ka	vorbereitungs-kata
Tai-no-shintai	Positionsveränderung	Tai-otoshi	Körperwurf
Tai-sabaki	Gleichgewicht	Taishi	Leiter einer Gruppe
Tai-so	Freiübung	Tai-za	Konzentrationssitz; Füße u. d. Körper
Taka	Hoch	Take	Bambus
Tan	Meister	Tanden	Unterleib; Bauch
Tandoku-renshu	Training ohne Partner	Tani	Tal; Ebene
Tani-otoshi	Talfallzug	Tao	Weg zum selbst
Tatakai	Kampf	Tatami	Judomatte; Reisstroh
Tate	Senkrecht; v. oben; Länge nach	Tate-sankaku-gat.	Klammern; Reitvierer
Tate-shio-gatame	Reitvierer	T.-shio-hiza-hishigi	Beinhebel in der Brustlage
Tatsu	in stehender Position	Tawara	Reisballen
Tawara-gaeshi	umwerfen der Reisballen	Tawara-guruma	Reisballenrad; Reisballenabwurf
Te	Arm; Hand; Schulter	Te-guruma	Handrad
Teiki-shiken	technische Prüfung	Teisho	Vortrag der Zen-Meister
Teisoko	Fußsohle	Tekubi	Puls
Temoto	Griff; Haltung	Tendo	Punkt am Kopf
Tenkai-ashi	Fußdrehen	Tenkan-ashi	Doppelschrittdrehung; Schritt
Tenno	Himmlicher Kaiser	Tetsui	Kleinfingerseite
Te-waza	Gruppe Hand u. Schulterwürfe	Tobi-komi	Laufen; Springen; Hineinspringen
To-dai	Schüler; Lernender	Toketa	Bindung aufheben; Haltegr. gelöst
To-kotsu	Spindelbein	Toku-betsu-geiko	Training gegen Kälte und Hitze
Tokui	bevorzugte Bewegung	Tokui-waza	Alle Lieblingswürfe
To-m	größere Entfernung	Tomoe	Bogen; Kreis; Wasserwirbel
Tomoe-hishigi	offene Kopfsperre	Tomoe-jime	Kreiswürgen
Tomoe-nage	Kopfwurf	Tori	werfen; Angreifer
Toshi-taiso	Freiübung; Gymnastik	Tschi	Tradition; System
Tsubame- gaeshi	Kontern durch Nachfegen	Tsugi	Ununterbrochene Folge
Tsugi-ashi	Nachstellschritt	Tsugi-nami-shiai	interne Wettkämpfe; Monatlich
Tsukami	Anfassen	Tsuki	Stoß; stoßen
Tsuki-gake	Magenstoß	Tsuki-komi-jime	Sturzbankwürgen
Tsukkomi	stoßen	Tsukkomi-jime	Gestreckter Armwürgegriff
Tsukuri	Eingang; Wurfansatz	Tsumasaki	Zehen oder Ballen

Tsuri	Ziehen; Zug; Herbeiziehen	Tsuri-ashi	gehen mit schleifenden Schritt
Tsuri-goshi	Hüftzug	Tsuri-komi	Hebezug; Herumziehen
Tsuri-komi-ashi	Hebezugfußhalte	Tsuri-komi-goshi	Hebezughüftwurf
U		U	
Uchi	innen, inneres	Uchi-komi	Hintereinander folgende Eingänge
Uchi-maki-komi	Innendrehwurf	Uchi-mata	Innenschenkelwurf
U.-mata-sukashi	Konter d. Uchi-mata d. Auswei.	Uchi-oroshi	Schlag von oben auf dem Kopf
Uchi-waza	Gruppe aller Schlagtechniken	Ude	Arm; Unterarm
Ude-garami	Armbeugehebel	Ude-hishigi	Seitenstreckhebel a. d. Kniestand
Ude-gatame	Drehstreckhebel	Uke	der Geworfene
Ude-hiza-guruma	Arm-Knierad	Ukemi	Fallen; Fallübungen
Uke-dachi	Normale Verteidigungsstellung	Uki	Schweben; Flattern; Gleiten
Uke-te	Verteidiger	Uki-goshi	Hüftschwung
Uki-gatame	Knievierer	Uki-waza	Rückfallzug
Uki-otoshi	Schwebehandzug	Undo-ka	Sportler
Undo-fuku	Sportanzug	Undo-kurabu	Sportklub
Undo-kai	Sportfest	Ura	Rückenlage
Undo-supotsu	Sport	Ura-shio-gatame	Oberer Armvierer
Ura-gatame	unterer Vierer	Ushiro	Hinten; Rückwärts
Ura-nage	Rückenwurf	Ushiro-goshi	Hüftgegenwurf
Ushiro-dori	Griff von hinten an den Kragen	Ushiro-keri	Fersenschlag
Ushiro-jime	Freies Würgen; Halsumklamm.	Ushiro-ukemi	Rückwärts fallen
Ushiro-kesa-gatame	Rückwärtiger Schärpenschlüssel	Utsu	Treffen; darauf Schlagen
Uss	Begrüßung unter Freunden	Utsuri	Überwechseln; Ändern
Utsui	versetzen	Uwagi	Jacke
Utsuri-goshi	Wechsel-Hüftwurf	Uye	Aufwärts; nach Oben
W		W	
Wa	Einklang; Übereinstimmung	Wa-jutsu	zwei Ausführende
Wakare	sich trennen; ziehen	Waki	Achselhöhle
Waki-bara	Körperseite	Waki-gatame	mit der Seite hebeln
Waki-kamae	seitliche Stellung	Waki-otoshi	Körperwurf mit Hebel
Waza	Technik; Gruppe	Waza-ri	halber Punkt
Waza-ri-awasete-ip.	2 halbe Punkte ergeben einen	Wie	Handeln; Aktivität
Wu-hsing	nicht Bewusstsein	Wu-nien	nicht Gedanken
Y		Y	
Yaku-soku-geiko	schnelles gegenseitiges Werfen	Yama	Berg
Yame	Ende	Yame-sore-made	Ende der Kampfzeit
Yang	männliches Prinzip; Aktiv; Hell	Yasumu	sich ausruhen
Yin	weibliches Prinzip; Passiv; Dunkel	Yin und Yan	Gegensätze im Universum
Yoko	Seite; seitlich; von der Seite	Yoko-gake	Seitenfallzug
Yoko-guruma	Seitenrad	Yoko-hiza-gatame	Leistenstreckhebel a. d. Kniestand
Yoko-hiza-jime	Rollklammerkreuzwürgen	Yoko-keri	Fußtritt in die Seite
Yoko-nage	Seitlich. Ausheberwurf; Selbstfaller	Yoko-otoshi	Seitenfallzug
Yoko-shio-gatame	Seitvierstreckhebel	Yoko-sutemi-waza	Gruppe aller Seitenwürfe
Yoko-tomoe	Seitlicher Kreiswurf	Yoko-tomoe-nage	Seitlicher Kopfwurf
Yoko-ude-hishigi	Kippstreckhebel	Yoko-ukemi	Fallen seitlich
Yoko-wakare	Seitenriss	Yon-dan	4.Meistergrad
Yoroshi	sehr gut; Lob	Yoru	sich etwas näher kommen
Yoseki	Sitz der Götter; Sitz der Meister	Yoshi	Kämpft; weitermachen
Yudachi	Gewitter; Budo-Dan Träger	Yubi	Finger
Yuka	Polster; Klötze	Yuen	weich
Yuko	Wertung	Yusei-gachi	Gewonnen nach Punkten
Yuko-uchi	halber Punkt		
Z		Z	
Za	Sitz; Platz	Zan-shin	Vollendung; Abschluss der Kata
Za-rei	Verbeugen; ritueller Gruß	Zempaku	Unterarm
Zen	Versenkung	Zenpo; Zempo-kaiten	vorwärts Fallen
Zenpo-kaiten-ukemi	Falltechniken aus dem Stand	Zenpo-tenkai	Rollen Vorwärts
Zen-shin	Vorwärts Fallen	Zoko	den Kampf wieder aufnehmen
Zori	Reisstrohsandalen	Zubon	Hose