

Kleines Aikido Lexikon

Hatsuga Dojo



Berkheim e.V.

Aikido	Der Weg zur Harmonie von Körper und Geist
Ai	Harmonie
Ki	geistig-seelische Kraft
Do	Weg

Organisation und Namen

Aikikai	Aikido Weltorganisation
Honbu dojo	Aikikai-Zentrale in Tokyo
DAB	Deutscher Aikido Bund
Ryu	Schule, Stil
Morihei Ueshiba	Begründer des Aikido
Kisshomaru Ueshiba	Sohn des Begründers
Morihiro Saito	Leiter des Iwama Ryu Takemusu Aiki
Hitohiro Saito	Sohn von Morihiro Saito

Lehrer – Schüler - Beziehung

O-Sensei	großer Meister
Sensei	Meister
Doshu	Oberhaupt des Aikido (Aikikai)
Hanshi	Lehrbeauftragter
Uchi deshi	direkter Schüler (lebt im Dojo)
Nage	der Werfende
Uke	Angreifer
Tori	Verteidiger
Bushido	Weg des Kriegers
Budo	Kriegs-/Kampfkünste
Aikidoka	Personen die Aikido betreiben
Dan	Meister-/ Lehrer-Grad
Kyu	Schüler-Grad

Übungsraum und Kleidung

Dojo	Übungsraum
Tatami	Matte
Kamiza	Ehrenplatz
Keiko	Übung / Training
Zori	Sandalen
Gi	Übungsanzug
Hakama	Hosenrock
Obi	Gürtel

Kleines Aikido Lexikon

Hatsuga Dojo



Berkheim e.V.

Körperliches und Geistiges

Jo	Holzstab
Tanto	Messer
Bokken	Holzsword
Katana	Sword
Tegatana	Schwerthand
Kokyu	Atemkraft
Tai	Körper
Shin	Geist
Waza	Technik
Hara	Körperzentrum / Mitte
Satori	Erleuchtung / Verstehen
Mushin	Zustand des Nichtbewußtseins (leerer Geist)
Zanshin	Zustand körperlicher und geistiger erhöhter Wachsamkeit

Begrüßung

Rei	Gruß
Za-ho, Seiza	Kniesitz

Stand und Bewegung

Kamae	Stand / Stellung
Migi-kamae	Grundstellung - rechts
Hidari-kamae	Grundstellung - links
Jo-kamae	Grundstellung mit dem Holzstab
Len-kamae	Grundstellung mit dem Schwert
Shizentai	natürliche, aufrechte Grundhaltung des Körpers
Hanmi	Position der Partner zueinander
Ai-hanmi	gleichseitige Stellung der Partner
Gyaku-hanmi	umgekehrte Stellung der Partner
Ma-Ai	Distanz / Abstand
Sabaki	Bewegung, drehen u. ausweichen
Tai-Sabaki	Kreisbewegung/Körperdrehung
Shikko	Kniegehen u. -drehen
Jodan	oberer Körperbereich
Chudan	mittlerer Körperbereich
Gedan	unterer Körperbereich
Atemi	Stoß / Schlag
Kiai	Kampfschrei

Kleines Aikido Lexikon

Hatsuga Dojo



Berkheim e.V.

Formen der Ausführung

Irimi	Energie direkt umlenken
Tenkan	Energie ausweichen u. umlenken
Omote	vor dem Angreifer stehen
Ura	hinter dem Angreifer stehen
Kihon	Grundform einer Technik
Ki-No-Nagare	Energie fließen lassen
Ukemi	Fallschule

Übungsformen

Tai-Jutsu	Körpertechniken
Aiki no jo	Techniken mit dem Stab
Aiki no ken	Techniken mit dem Schwert
Kata	Folge von Bewegungen zum Erlernen der Grundbewegungen und der Technik; die Gesamtheit der rituellen Formen einer budo-Kunst
Suburi	wiederholtes Üben eines Grundschlages mit dem Stab / Schwert
Jo-/Ken-Suburi	Einzelübungen Stab / Schwert
Kumi-Jo /-Tachi	Partnerübungen Stab / Schwert
Kentai-Jo	Partnerübungen Schwert u. Stab
Tachi-Dori	dem Angreifer das Schwert nehmen
Jo-Dori	dem Angreifer den Stock nehmen
Jo-Nage	mit dem Stock werfen
Buki-Waza	Waffentechniken
Nage-Waza	Wurftechniken
Katame-Waza	Hebel- / Haltetechniken
Ushiro-Waza	Techniken bei Angriffen von hinten
Suwari-Waza	Techniken im Kniesitz
Jiyu-Waza (randori)	freies Angreifen
Hanmi-Hantachi	Verteidigungsform im Kniesitz
Tai No Henko	Grundform - Energie umlenken

Angriffsarten

Kleines Aikido Lexikon

Hatsuga Dojo



Berkheim e.V.

Katate-Dori (gyakuhanmi) (aihanmi)	Griff einer Hand
Ryote-Dori	Griff einer Hand über Kreuz
Morote-Dori	Griff beider Hände
Hiji-Dori	Zwei Hände fassen ein Handgelenk
Kata-Dori	Griff zum Ellbogen
Sode-Dori	Griff zur Schulter
Mune-Dori	Griff zum Ärmel (Ellbogen)
Ushiro-Ryote-Dori	Griff zum Revers
Ushiro-Ryokata-Dori	Griff beider Hände von hinten
	Griff beider Hände von hinten an die Schultern
Ushiro-Eri-Dori	Griff von hinten zum Kragen
Ushiro-Kakae-Dori	Umklammerung von hinten
Ushiro-Katate-Dori	Griff einer Hand und Würgen von hinten
Kubi-Shime	Würgen von hinten
Ushiro-Kubi-Shime	Würgen von der Seite
Yoko-Kubi-Shime	schräger Schlag von vorne
Yokomen- Uchi	gerader Schlag von vorne
Shomen-Uchi	gerader Stoß von vorne
Shomen-Tsuki	

Ein bisschen Japanisch

o-negai-shimasu	laßt uns anfangen
domo arigato	vielen Dank (z.B. dafür, daß ich mittrainieren durfte)
gozaimashita	
o-hayo gozaimasu	guten Morgen
konnichi wa	guten Tag
konban wa	guten Abend
o-yasumi nasai	gute Nacht
itadakimasu	guten Appetit
kampai	zum Wohl
hai	ja
ii	nein
dame	schlecht
doozo	bitte
domo arigato	vielen Dank
gozaimasu	
sumimasen	Verzeihung
wakarimasen	Ich verstehe nichts
nan desu ka?	wie bitte?