

## Terminų sąrašas

Stovėjimo - Dachii wazaDachi

Stovėjimo - sena. Karate varžybose - terminas, reikiantis, kad kovotojas stovėjimo neteisėta. Teisėjas suglaudžia rankas, pirštus, padarydamas iš delnų žastogelį. Fudo Dachi

Tvirta stovėjimo - sena. Viena pada pasukta 45 laipsniais kampu, o kita dviejų sąsiuvinis atstumu priekyje, kulnas pakeltas.

Hangetsu Dachi

Žemasis - nulio stovėjimo - sena. Pada - kaip Zenkutsu Dachi, keliai pasukti ir vidus kaip Sanchin Dachi. Heiko Dachi

Pada - dos lygiagrečiai, pečių plotyje. Heisoku Dachi

Pada - dos suglaustos. Kake Dachi Fragmentinis - stovėjimo - sena. Kojų pada - dos sukryžiuotos, keliai pusiau sulenkti. Galinasis -

kulnas pakeltas. Ką no svoris pasiskirstymas tolygiai. Kiba Dachi

Raitelio stovėjimo - sena. Kojų pada - dos vienoje linijoje, lygiagrečiai. Atstumas tarp pada - d - dvigubas pečių plotis. Ką no svoris tolygiai paskirstytas ant abiejų kojų. Keliai sulenkti. Kokutsu Dachi

Pada - dos sudaro 90 laipsniais kampas... Keliai sulenkti. Priekinis - koja yra vienoje linijoje su galiniais kojais kulnu per dvigubą plotį. 70 proc. svorio atitenka galinei kojai. Migi Ashi Dachi

Judėjimas dešine koja ir priekinė. Moro Ashi Dachi

Stovėjimo - sena atstaičius pada - d... ir priekinė. Musubi Dachi

Stovėjimo - sena suglaustais kulnais, pirštai ir ūgis. Neko Ashi Dachi

Žemasis stovėjimo - sena. Pada - dos sudaro 45 laipsniais kampas... Priekinis - koja vienoje linijoje su galiniais kulnu per 30

Priekinis - s kojais kulnas pakeltas. Galinei kojai atitenka 90 procentų svorio. Renoji Dachi

Žemasis stovėjimo - sena. Stovėjimo - sena primena raidę L. Galinasis - koja pasukta 45 laipsniais kampu ir vidus. Atstumas tarp pada - Sanchin Dachi

Smailio laikrodžio stovėjimo - sena. Pada - dos sudaro 45 laipsniais kampas..., pirštai ir keliai pasukti ir vidus. Galinasis - priekinis pada - dos kulnas yra vienoje linijoje. Ką no svoris paskirstytas tolygiai. Shiho Dachi

Sumo imtyniniko stovėjimo - sena. Panašiai ir Kiba Dachi, tik kojų pirštai pasukti ir ūgis 45 laipsniais kampu. Teiji Dachi

Žemasis stovėjimo - sena. Pada - dos sudaro T raidę. Atstumas tarp jų - 30 cm. Ką no svoris tolygiai paskirstytas abiem kojoms. Dachi

Žemasis stovėjimo - sena Uchihachiji Dachi

Pasukta ir vidus stovėjimo - sena. Yoi Dachi

Pasirengimo stovėjimo - sena. Yonjugodo Kiba Dachi

Raitelio stovėjimo - sena 45 laipsniais kampu. Zenkutsu Dachi

Palinkusi ir priekinė stovėjimo - sena. Kojų pada - dos pečių plotyje, sudaro 30 laipsniais kampas... Atstumas tarp jų - 80 cm. 60-70 procentų svorio atitenka priekinei kojai. A A A A A Blokai - Uke Waza Age-uke

Blokas nuo kirčio ir galvos... Ashi-uke-waza

blokas kojomis technika. Banzuke

Sumo imtyninikų reitingas. Empi-uke

gynyba alkūnėmis naudojama prieš atakas ir korpus... (chudan). Hiji Uke

Blokas alkūnėmis. Jodan Uke

Viršutinis blokas. Juji Uke

Blokas sukryžiuotas. Kake Uke

Kablio pavidalo blokas. Koken Uke

Blokas riešiu. Mawashi Uke

Blokas ratu. Morote Chudan Uchi Uke

Vidurinis, sustiprintas blokas dviem rankomis. Nuke

Pro ūgį. Nepataikyta ir taikinys. Karatė - varžybų terminas. Seiken Jodan Uke

Blokas ranka nuo smailio ir galvos... Seiken Mae Gedan Barai

Ranka juda nuo priešingos galvos pusės žemyn. Seiken Chudan Uchi Uke

Blokas iš vidaus. Ranka sulenta, juda nuo ūgio ir ūgio. Seiken Chudan Soto Uke

Blokas iš ūgio ir ūgio. Ranka sulenkta, juda nuo galvos ir vidus (nuo smailio ir pilvų...). Seiken Juji Uke

Kryžminis blokas. Senshiken Taikai

Turnyras Shuto Uke

Blokas arba smailio galva. Gynyba nuo peilio, pirštai ištiesti. Tsuzukete Hajime

Kovos atnaujinimas. Karate varžybų terminas. Teisėjas atbulomis stoji ir Zenkutsu dachi ir tuo pat metu ištiestais

rankų delnus artina vieną... prieš kito. Uke

Gynyba. Uke Waza

Blokų technika.

Ā

Ā

Rankų technika - Tsuki waza Gyaku tsuki Smailio galva ranka. Haisho Galinasis - rankos smailio galva. Hiraken Tsuki Greitas smailio galva riešiu. Yohon-Nukite Smailio galva pirštais ir kaklo sritį. Jun Tsuki Smailio galva ranka ir ūgį. Kizami tsuki Smailio galva



raundasÂ FukushinÂ TeisÄ—jas, sÄ—dintis kampeÂ Fukushin shugoÂ TeisÄ—jÄ³ pasitarimasÂ GentenÂ Baudos  
 taÄkasÂ HanteiÂ SprendimasÂ HikiwakeÂ LygiosiosÂ IpponÂ Pirmas laimÄ—jimasÂ Kachi  
 Â LaimÄ—tojasÂ KikenÂ BaudaÂ ShikakuÂ DiskvalifikacijaÂ ShiroÂ BaltasÂ ShushinÂ TeisÄ—jas (vyr. teisÄ—jas)Â Waza AriÂ  
 kovosÂ ZokkoÂ PratÄ™sti kovÄ.. Â Â SkaiÄ•iaiÂ Ichi (Sho)Â Vienas (pirmas)Â NiÂ Du (antras)Â SanÂ Trys (treÄ•ias)Â Shi (Yon  
 (ketvirtas)Â GoÂ Penki (penktas)Â RokuÂ Ä eÄji (ÄjeÄjtas)Â Shichi (Nana)Â Septyni (septintas)Â HachiÂ AÄjtuoni  
 (aÄjuntas)Â KuÂ Devyni (devintas)Â JuÂ DeÄjimt (deÄjimtas)Â Yon Ju GoÂ KeturiasdeÄjimt penkiÂ Ku  
 JuÂ DevyniasdeÄjimtÂ IpponÂ Vienas smÄ«gisÂ NihonÂ Du smÄ«giaiÂ SanbonÂ Trys smÄ«giaiÂ YohonÂ Keturi  
 smÄ«giaiÂ GohonÂ Penki smÄ«giai  
 Â