

## Terminų sąrašas

Stovėjimas - Dachis waza

Stovėjimas. Karate varžybose - terminas, reiškiantis, kad kovotojas stovėjimas neteisingas. Teisėjai suglaudžia pirštus, padarydamas išdėstymą. Fudo Dachis

Tvirtas stovėjimas. Viena koja pasukta 45 laipsniais kampas, o kita dviejų laipsniais atstumu priekyje, kulnas pakeltas.

Hangetsu Dachis

„Pusmėnuo“ stovėjimas. Pėdos - kaip Zenkutsu Dachis, keliai pasukti 90 laipsniais kaip Sanchin Dachis. Heiko Dachis

Pėdos lygiagrečios, pečių plotyje. Heisoku Dachis

Pėdos suglaustos. Kake Dachis Fragmentinis stovėjimas. Kojas pėdos sukryžiuotos, keliai pusiau sulenkti. Galinėjimas kulnas pakeltas. Kiekvienas svoris pasiskirstytas tolygiai. Kiba Dachis

Raitelio stovėjimas. Kojas pėdos vienoje linijoje, lygiagrečios. Atstumas tarp pėdų - dvigubas pečių plotis. Kiekvienas svoris tolygiai paskirstytas ant abiejų kojų. Keliai sulenkti. Kokutsu Dachis

Pėdos sudaro 90 laipsniais kampas... Keliai sulenkti. Priekinis - koja yra vienoje linijoje su galine koja per dvigubą plotį. 70 proc. svorio atitenka galinei kojai. Migi Ashi Dachis

Judėjimas dešinėje koja priekinė. Moro Ashi Dachis

Stovėjimas atstumių pėdų... priekinė. Musubi Dachis

Stovėjimas suglaustais kulnais, pirštų; tai ir Neko Ashi Dachis

„Katės“ stovėjimas; stovėjimas. Pėdos sudaro 45 laipsniais kampas... Priekinis - koja vienoje linijoje su galine koja kulnu atstumių... Priekinis - koja kulnas pakeltas. Galinei kojai atitenka 90 procentų svorio. Renoji Dachis

„L“ stovėjimas. Stovėjimas primena raidę L. Galinėjimas - koja pasukta 45 laipsniais kampas 90 laipsniais. Atstumas tarp pėdų - 30 cm. Sanchin Dachis

„Smėlio laukro“ stovėjimas. Pėdos sudaro 45 laipsniais kampas..., pirštų; tai ir keliai pasukti 90 laipsniais. Galinėjimas - koja pirštų; tai ir priekinis - koja pėdos kulnas yra vienoje linijoje. Kiekvienas svoris paskirstytas tolygiai. Shiho Dachis

Sumo imtyniniko stovėjimas. Panašus į Kiba Dachis, tik kojų pirštų; tai pasukti 90 laipsniais kampas 45 laipsniais kampas. Teiji Dachis

„T“ stovėjimas. Pėdos sudaro T raidę. Atstumas tarp pėdų - 30 cm. Kiekvienas svoris tolygiai paskirstytas abiejose kojose. Tsuruashi Dachis

„gervės“ stovėjimas Uchihachiji Dachis

Pasukta 90 laipsniais stovėjimas. Yoi Dachis

Pasirengimo stovėjimas. Yonjugodo Kiba Dachis

Raitelio stovėjimas 45 laipsniais kampas. Zenkutsu Dachis

Palinkusi priekinė stovėjimas. Kojas pėdos pečių plotyje, sudaro 30 laipsniais kampas... Atstumas tarp pėdų - 80 cm. 60-70 procentų svorio atitenka priekinei kojai. Blokai - Uke Waza Age-uke

Blokas nuo kirčio galva... Ashi-uke-waza

blokas kojomis technika. Banzuke

Sumo imtyniniko reitingas. Empi-uke

gynyba alkūnėmis naudojama prieš atakas 90 laipsniais korpusas... (chudan). Hiji Uke

Blokas alkūnėmis. Jodan Uke

Viršutinis blokas. Juji Uke

Blokas sukryžiuotais. Kake Uke

Kablio pavidalo blokas. Koken Uke

Blokas riešiu. Mawashi Uke

Blokas ratu. Morote Chudan Uchi Uke

Vidurinis, sustiprintas blokas dviem rankomis. Nuke

Prošal. Nepataikyta 90 laipsniais. Karatė - varžybose terminas. Seiken Jodan Uke

Blokas ranka nuo smėlio galva... Seiken Mae Gedan Barai

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

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

Blokas išorinis; ranka sulenta, juda nuo galvos 90 laipsniais (nuo smėlio galva pilva...). Seiken Juji Uke

Kryžminis blokas. Senshiken Taikai

Turnyras Shuto Uke

Blokas arba smėlio galva briauna. Gynyba nuo peilio, pirštų; tai ir tiesi. Tsuzukete Hajime

Kovos atnaujinimas. Karate varžybose terminas. Teisėjai atbulomis stojasi 90 laipsniais Zenkutsu dachi ir tuo pat metu ištiesi rankas delnus artina vienai... prieš kito. Uke

Gynyba. Uke Waza

Blokas technika.

Rankos technika - Tsuki waza Gyaku tsuki Smėgis galine ranka. Haisho Galinė rankos smėgis. Hiraken Tsuki Greitas smėgis rieštas. Yohon-Nukite Smėgis pirštai karklo srityje. Jun Tsuki Smėgis ranka Aki. Kizami tsuki Smėgis priekine ranka. Morote Tsuki Smėgis dviem kumiai. Nichon-Nukite Smėgis pirštai aki srityje. Oi Tsuki Tiesus smėgis kumiai, einant priekin. Priekinė ranka ir priekinė koja sutampa. Oroshi-Hiji-Ate Staigus smėgis alkūnė. Shita Tsuki 1/2 emas smėgis ranka. Shotei-Uchi Krysminis staigus smėgis. Tate Tsuki Smėgis vertikaliu kumiai. Tsuki Smėgis. Tsuki Waza Smėgis technika. Tsukino No Karate kata pavadinimas. Smėgis kata. Moko nukreipti smėgis į gė... bet kuria kryptimi, aukštai ir žemai. Uraken-Hizo Uchi Veriamasis smėgis blauzda.

Kojos technika - Geri waza Geri Spirti. Geri Waza Smėgis kojomis technika. Hiza Ganmen Geri Smėgis kelio veidė... Mae-Hiza Geri Smėgis kelio pilvė... Hiza geri Smėgis kelio. Mawashi-Hiza Geri Smėgis kelio su posakiu. Kansetsu Geri Smėgis sė... nario srityje. Kin Geri Smėgis koja Aki paslėpsnius. Maegeri Spyris Aki priekin. Mawashigeri Spyris lanku. Teisoku-Mawashi-Soto-Ke Age Lankinis 3/4 emas smėgis. Tobi Mae Geri Spyris Aki priekin & scaron; uolyje. Ushiro Geri Spyris atgal. Yoko Geri Keage Pakylantis spyris Aki & scaron; onė... Yoko tobi geri Spyris Aki & scaron; onė... paokus. Yoko Geri Spyris Aki & scaron; onė...

Pagrindiniai terminai Tsuki

Smėgis kumiai Uchi Smėgis

Uke

Blokas

Geri Smėgis koja

Karate "Ginklai" arba "tušias" ranka Ashi Pėda arba koja Chusoku Pėdos pirštai pagalvė Iė

Haisho Smėgis viršutinė rankos dalimi

Haisoku Pakelta pėda

Haito Vertikali delno pusė

Hiji Alkūnė

Hiraken Atviras kumiai (su atlenkais pirštai)

Hiza Kelias

Kakato

Kulnas

Keiko Rankos pirštai suimti rėri (paukėio snapas)

Koken Rieštas; o viršutinis

Seiken Priekinė kumiai dalis

Shotei Delno apaėia

Shuto Delno & scaron; onas ("ranka peilis")

Sokuto & scaron; orinė pėdos dalis

Sune Blauzda

Te Ranka Teisoku Pėdos lenkimosi vieta Tetsui Kumiai "kėjis" Toho

Ranka "ke"

Kita kumiai pusė Smėgis pataikymo vieta ir jo nukreipimas, terminologija turnyro metu Age

Kylantis Ago Smakras Atama Galva Chudan Vidurinioji kėno dalis Ganmen Veidas Gedan Apatinė kėno

dalis Gyaku & Scaron; oninė kėno dalis Hantai Pakeisti pusė Hizo Blužnis Jodan

Viršutinė kėno dalis Kansetsu Smėgis, smėgis giuojantis kelio Mawashi Ratu Mizo - ochi Saulė rezginys Oi Ta pusė Oroshi Besileidiant Soto I & scaron; orinė pusė Tobi Paokant Uchi Vidinė pusė Mae Aki priekin Ush & scaron; onė... Migi De & scaron; ininė (de & scaron; ininė) Hidari Kairė pusė Arigato - Gozaimashita Labai aėia Bunkai T paskirtis Dan Mokymosi laipsnis Dojo Vieta, kur vyksta treniruotė Dojo Kun Sportinė priesaika Dogi (Gi) Sportinė apranga (daėniausiai kimono) Hajime Pradėti Hanshi

Garbingas treneris Jisen Kumite Kova su pilno kontakto taisyklė mis Ji Yu Kumite Laisva kova Kamaete Atsistot

pasiruošiant kovai Kancho Vyriausiasis organizacijoje 3/4 mokus Ki Vidinė energija Kiai Garsus riksmas Kihon Pirmas

pratimas Kihon Waza Technika, atliekama pradėioje Kokusai Tarptautinis Kumite Kova, varėybos Kyu Kvalifika

laipsnis Maai Atstumas tarp partneriė Mawate Posė kis Mokuso Meditavimas uėmerkto mis akimis Mugorei Dar

savaranki & scaron; kai Naore Grėti būvusiė... pozicijė... Nogare Ramus

kvėpavimas Obi Dirėas Onegaishimasu Praom Osu Pasisveikinimas, atsisveikinimas Otagai Vienas

kitam Rei Nusilenkimas Renraku Kombinacija "Senshin Dvasia", drė... sa Seiza Atsisėsti ant keliė Sempai Senjoras (kreipim

ė mokytojė... nuo 1 iki 2 DAN) Sensei Mokytojas (nuo 2 iki 3 DAN) Soatte Prisėsti Shomen

Pasisukti vei

salė Shihan Ekspertas (nuo 5 DAN ir aukštiau) Sosai kė rėjas,

prezidentas Waza Technika Yame Pabaigti Yasume Trumpas poilsis Yoi Pasiruošiti Yudansha Apsigynimas juoda...  
 diena... Aka Raudonas Aoi Mūlyna Chui Ašpėjimas Encho Papildomas raundas Fukushin Teisėjai, sądintis kamp  
 shugo Teisėjai pasitarimas Genten Baudos taikymas Hantei Sprendimas Hikiwake Lygiosios Ippon Pirmas  
 laimėjimas Kachi Laimėjimas Kiken Bauda Shikaku Diskvalifikacija Shiro Baltas Shushin Teisėjai (vyr. teisėjai) Waza  
 laimėjimas kovos Zokko Pratęsti kovą... Skaičiai Ichi (Sho) Vienas (pirmas) Ni Du (antras) San Trys (trejų) Shi (Yon) Keturi  
 (ketvirtas) Go Penki (penktas) Roku Šešias (&šėšias) Shichi (Nana) Septyni  
 (septintas) Hachi Aštuoni (aštuontas) Ku Devyni (devintas) Ju Dešimt (dešimtas) Yon Ju  
 Go Keturiasdešimt penki Ku Ju Devyniasdešimt Ippon Vienas smūgis Nihon Du smūgiai Sanbon Trys  
 smūgiai Yohon Keturi smūgiai Gohon Penki smūgiai