

TERMES JAPONAIS PAR CATÉGORIES

<u>DE BASE</u>	
DACHI	POSITION
DAN	NIVEAU
DO	VOIE
DOJO	SALLE ENTRAÎNEMENT
GI	VÊTEMENT D'ENTRAÎNEMENT
HAJIME	COMMENCER
IBUKI	RESPIRATION
KARA	VIDE
KARATE	MAIN VIDE
KARATEGI	VÊTEMENT QUE PORTENT LES PRATIQUANTS DU KARATÉ
KATA	FORME
KIAI	RÉUNION DE L'ÉNERGIE
KIME	CONTRACTION
KIRITSU	DEBOUT, ON SE LÈVE
KOHAI	ÉLÈVE DÉBUTANT, JUNIOR
KUMITE	ASSAUT
KURO	NOIRE
KUTSU	POSITION
KYU	CLASSE
NOGARE	RESPIRATION NON-FORCÉE
O'ENSEI	GRAND PROFESSEUR
O'SHIHAN	GRAND MAÎTRE
OBİ	CEINTURE
REI	SALUT
SABAKI	DÉPLACEMENT
SEIZA	À GENOUX
SENPAI	ÉLÈVE AVANCÉ, SÉNİOR
SENSEI	PROFESSEUR
SHIHAN	MAÎTRE
SOKE	FONDATEUR D'UN STYLE
SONO	NUMÉRO
SUKI	OUVERTURE
SURIKONDE	PAS CHASSÉ
TAI-SABAKI	DÉPLACEMENT DU CORPS
TATE	VERTICAL
TATSUKI	ÉNERGIE DU DRAGON
TOBIKONDE	PAS SAUTÉ
WAZA	TECHNIQUE
YAME	ARRÊTER
ZANSHIN	ESPRIT ALERTE
ZAREI	SALUT AU SOL
ZAZEN	À GENOUX (position méditation)
ZEN	FAIRE LE VIDE

<u>NOMBRE</u>	
ICHI	UN
NI	DEUX
SAN	TROIS
SHI	QUATRE
GO	CINQ
ROKU	SIX
SHICHI	SEPT
HACHI	HUIT
KYŪ	NEUF
JŪ	DIX
GO JŪ	CINQUANTE

<u>NIVEAU</u>	
JODAN	HAUT
CHUDAN	MOYEN
GEDAN	BAS

<u>DISTANCE</u>	
CHİKA-MA	COURTE
MA	MOYENNE
TO-MA	LONGUE

<u>CORPS</u>	
ASHI	PIED
ASHIKUBI	CHEVILLE
ATAMA	TÊTE
ENPI	COUDE (PARTIE AVANT BRAS)
ENSHO	ARRIÈRE ET CÔTÉ DU TALON
GAI-WAN	TRANCHANT EXT. DE AVANT BRAS
HAITO	SABRE DE LA MAIN INTERNE
HAI-WAN	PARTIE INFÉRIEUR DU DESSUS DU L'AVANT BRAS
HAISOKU	DESSUS DU PIED
HIJI	COUDE (PARTIE HUMÉRUS)
HITSUI	DESSUS DU GENOU (PARTIE CUISSE)
HIZA	GENOU (PARTIE TIBIA)
KAKATO	DESSOUS DU TALON
KEITO	BASE DU POUCE
KENTO	JOINTURE
KI	ESPRIT/ÉNERGIE
KOKEN	DOS DU POIGNET
KOSHI	BOL DU PIED
KUBI	COU
MEN	CASQUE
NAI-WAN	TRANCHANT INT. DE AVANT BRAS
SEIRYUTO	BASE DU SABRE DE LA MAIN
SEIKEN	POING
SHIN	ESPRIT
SHINZO	COEUR (ORGANE)
SHOTEI	BASE DE LA PAUME DE LA MAIN
SHUTO	SABRE DE LA MAIN
SHU-WAN	PARTIE INFÉRIEUR DU DESSUS DE L'AVANT BRAS
SOKUTO	TRANCHANT EXTÉRIEUR DU PIED
SUNE	TIBIA
TAI	CORPS
TE	MAIN
TEISOKU	VOÛTE PLANTAIRE
UDE	AVANT BRAS
URAKEN	REVERS DU POING
WAKIBARA	FLANC, CÔTES

<u>COUP</u>	
AGE	REMONTANT
ATEMI	COUP FRAPPÉ
FUMIKOMI	ÉCRASANT
GERI	COUP PIED
KAKE	CROCHET
KEAGE	PERCUTANT (coup de pied)
KEKOMI	DÉFONCANT (coup de pied)
KERI	COUP DE PIED (dans un mot composé, placé au début)
KIZAMI	GESTE DE : ÉMINCÉ, HACHÉ, ENGRAVÉ, SCULPTÉ...
NUKITE	PIQUE DU BOUT DES DOIGTS
OTOSHI	EN DESCANDANT
ZUKI	COUP POING

<u>DIRECTION</u>	
GYAKU	CONTRAIRE
HIDARI	GAUCHE
MAE	DE FACE
MATTE	ATTENDEZ
MAWATTE	TOURNEZ
MIGI	DROITE
SOTO	EXT.VERS INT.
TATE	VERTICAL
UCHI	INT.VERS EXT.
URA	OPPOSÉ
USHIRO	VERS L'ARRIÈRE
YOKO	DE CÔTÉ

Modifications apportées le : 14 janvier 2024

Par : Luc Girard Sensei

TERMES JAPONAIS PAR CATÉGORIES

POSITIONS	
HACHIJI-DACHI	POSITION D'ATTENTE PIEDS VERS L'EXTÉRIEUR
HEIKO-DACHI	POSITION D'ATTENTE PIEDS PARALLÈLES
HEISOKU-DACHI	POSITION D'ATTENTE PIEDS COLLÉS
HIZA-NE-DACHI	POSITION UN GENOU AU SOL
KAMAE-DACHI	POSITION DE GARDE
KIBA-DACHI	POSITION DU CAVALIER
KO-KUTSU-DACHI	POSITION TECHNIQUE VERS L'ARRIÈRE
ASHIKUBI-TSURU-ASHI-DACHI	POSITION SUR UN PIED, PIED POINTÉ VERS LE BAS
KOSHI-TSURU-ASHI-DACHI	POSITION SUR UN PIED, BOL DU PIED POINTÉ VERS LE BAS
KAKATO-TSURU-ASHI-DACHI	POSITION SUR UN PIED, TALON POINTÉ VERS LE BAS
MORO-ASHI-DACHI	PIED AVANT 30, PIED ARR.45, TALONS ALLIGNÉS
MUZUBI-DACHI	POSITION D'ATTENTE , TALON JOINTS ET PIEDS À 45
NEKO-ASHI-DACHI	PIED AVANT POINTÉ AU SOL, PIED ARRIÈRE À 45
UCHI-HACHIJI-DACHI	POSITION D'ATTENTE PIEDS VERS L'INTÉRIEUR
MAE-KAKE-DACHI	POSITION PIED CROISÉ VERS L'AVANT
USHIRO-KAKE-DACHI	POSITION PIED CROISÉ VERS L'ARRIÈRE
ZEN-KUTSU-DACHI	POSITION TECHNIQUE VERS L'AVANT

TECHNIQUES	
BARAI	BALAYER
GAMAE	GARDE (dans un mot composé sans être au début)
HASAMI	CISEAUX
JUJI	CROISER
KAMAE	GARDE
KAITEN	PIVOTER
KAWASHI	ESQUIVE
KYO	FEINTE
MAWASHI	CIRCULAIRE
MIKAZUKI	CROISSANT
NAGASHI	BALAYAGE
ROPPO	CROISÉ
TETTSUI	MARTEAU DE FER
TOBI	SAUTER
UKE	BLOCAGE, DÉFENDANT

AUTRES	
ANZA	ASSIS LES JAMBES CROISÉES (assis en indiens)
BUSHI	GUERRIER
ENBUSEN	LE TRACÉ (du kata)
FUDOSHIN	ESPRIT IMPERTURBABLE
GEIKO	ENTRAÎNEMENT
GEN	INTUITION
GENSHIN	ESPRIT D'INTUITION
GORINTO	TOUR À CINQ (5) ANNEAUX
GOSHIN	5 ÉTATS D'ESPRIT (Zenshin, Fudoshin, Shoshin, Senshin et Mushin)
HANBUN	DEMI
HARU	PRINTEMPS
HAYAKU	VITESSE
HIKITE	CONTREBALANCEMENT DES MASSES
IPPON	POINTS
JKAN	TEMPS
JITSU	TECHNIQUE
JİYŪ	LIBRE
JİYŪ KUMITE	ASSAUT LIBRE
JUMBI-UNDO	RÉCHAUFFEMENT (se prononce oundo)
KAGAMI	MIRROIR
KENSEI	CRI
KIHON	ENTRAÎNEMENT DANS LE VIDE
KIHON KUMITE	ASSAUT CONVENTIONNEL
KIHON JİYŪ KUMITE	ASSAUT CONVENTIONNEL LIBRE
KIMARU	ÉNERGIE CIRCULAIRE
KITEN	POINT D'ORIGINE
KO	PETIT
MARU	CIRCULAIRE, POINT, CERCLE
METSUKE	VISION GLOBALE, AGENT DU SHOGUN
MOKUSO	MÉDITATION

AUTRES (suite)	
MORO	DOUBLE
MU	VIDE
MUSHIN	SANS PENSÉE, SANS ÉMOTIONS, SANS ÉGO
NAKA	CENTRE, MILIEU
NINSHIKI	RECONNAISSANCE
SATORI	ÉVEIL SPIRITUEL (éveil, illumination)
SEIRETSU	ENLIGNEZ-VOUS
SENSHIN	ESPRIT ÉVEILLÉ
SHOGUN	CHEF MILITAIRE
RIN	ANNEAUX, TOUR ou ÉTAGE
TATAMI	TAPIS
TATSU	DRAGON
TO	PAGODE (totem)
TORI	L'ATTAQUANT
TSURU	GRUE
WAZA-ARI	DEMI POINTS
YASUNDE	REPAUSEZ-VOUS
YOI	PRÊT
YON-BUN-NO-SAN	3/4
YOSHI	BRIS DANS LA COCENTRATION DE 'UKE'