

Begriffe für den 8. Kyu

Stellungen (*dachi*)

<i>shizen tai</i> (Natürliche Stellungen)	
<i>hachiji dachi</i>	Die Fersen stehen etwa schulterbreit nebeneinander, während die Füße 45 Grad nach außen gedreht sind.

Die Schlagarten (*tsuki*)

<i>ren zuki</i>	Zwei schnelle Schläge hintereinander.
-----------------	---------------------------------------

Schlagtechniken mit dem Arm (*uchi*)

<i>uraken uchi</i>	Schlag mit der Rückseite der Faust.
<i>tate urake uchi</i>	Schlag mit der Rückseite der Faust - vertikal.
<i>yoko uraken uchi</i>	Schlag mit der Rückseite der Faust - horizontal.
<i>nukite</i>	Fingerstoß. Auch als <i>yonhon nukite</i> bezeichnet.
<i>ippon nukite</i>	Stoß mit dem Zeigefinger.
<i>nihon nukite</i>	Stoß mit Zeigefinger und Mittelfinger. Da dieser Stoß meist zu einem Angriff auf die Augen verwendet wird, sind die Finger gespreizt.
<i>gohon nukite</i>	Fünffingerstoß.
<i>empi uchi</i>	Stoß mit dem Ellbogen. Auch als <i>hiji uchi</i> bezeichnet.
<i>yoko mawashi empi uchi</i>	Mit dem Ellbogen im Halbkreis nach vorne schlagen.

Schlagtechniken mit dem Fuß (*keri*)

<i>kakato</i>	Die Ferse bildet die Trefferfläche. Wird auch als <i>ensho</i> bezeichnet.
<i>yoko geri</i>	Seitlicher, gerader Fußstoß zum Gegner. Der Fuß ist waagrecht.

Die Abwehrtechniken (*uke*)

<i>fumikomi age uke</i>	Gleichzeitige Abwehr und Angriff mit dem Unterarm in das Schultergelenk des Gegners mit <i>age uke</i> .
<i>tate shuto uke</i>	Die Hand wird senkrecht aufgestellt und wehrt nach vorne ab. Sehr ähnlich zu <i>kake shuto uke</i> .
<i>te osae uke</i>	Mit der Handinnenfläche nach unten ziehen.
<i>morote uchi uke</i>	Wie <i>uchi uke</i> , nur dass die andere Faust am Ellbogen unterstützt. Auch nur als <i>morote uke</i> bezeichnet.

Sonstige Begriffe

<i>rei</i>	Gruß, Dank
<i>shomen ni rei</i>	Gruß nach vorne
<i>sensei ni rei</i>	Gruß zum Meister

<i>o-tagai ni rei</i>	Gruß zu den Mitübenden
<i>yoi</i>	Vorbereitung, Achtung!
<i>hajime</i>	Fangt an!
<i>mawate</i>	Wendet!
<i>yame</i>	Halt! Auf!