

LEXIQUE JAPONAIS POUR LES DÉBUTANTS

Shomen	Maître (Funakoshi)
Sensei	Professeur/instructeur
Sempaï	Assistant
Shomen ni rei	On salut le maître
Sensei ni rei	On salut l'instructeur
Sempaï ni rei	On salut l'assistant
Otagaï ni rei	On se salut tous
Jodan	Haut (tête)
Chudan	Niveau moyen (corps)
Gedan	Bas (en bas de la ceinture)
Jodan age uke	Blocage en remontant (tête)
Chudan soto uke	Blocage de l'avant-bras (ventre)
Gedan baraï	Balayage bas du corps
Yame	Arrêtez
Mawate	Tourner de l'autre côté
Hantai	Changer de côté
Sarate	Reculer
Jodan zuki	Coup de poing au visage
Chudan zuki	Coup de poing au ventre
Gyaku zuki	Coup de poing contraire
Mae geri	Coup de pied avant
Yoko keage geri	Coup de pied fouetté
Yoko kekomi geri	Coup de pied défonçant
Mawashi geri	Coup de pied circulaire
Zenkutsu dachi	Position vers l'avant
Kokutsu dachi	Position vers l'arrière
Kibadachi	Position du cavalier de fer
Hamni	Position de côté
Shomen	Position de face
Ichi	Un
Ni	Deux
San	Trois
Shi / Yon	Quatre
Go	Cinq
Roku	Six
Sichi	Sept
Hachi /Nana	Huit
Kyu	Neuf
Jyu	Dix
Kiai	Cri, concentration d'énergie