VD-Kampfkunst
Akademie der Kampfkünste

Kleine Vokabelliste

Die ersten Schritte im Karate sind immer die Schwersten und es kommt immer wieder die Frage nach einer Vokabelliste.

Hier habe ich euch ein paar zusammengestellt:

Japanisch	Deutsch	Notitzen
Age-Uke	Abwehr obere Stufe	Wunschbaum
Dachi	Stand	
Dojo	Trainingsort für Kampfkünste	
Gedan-Barai	Abwehr untere Stufe	Nacktschnecke
Geri	Tritt	
Gyaku-Zuki	Seitenverkehrter Fauststoß	
Jodan	obere Stufe	
Kata	Form	
Kiai	Kampfschrei	
Kumite	Partnerübung	
Mae-Geri	Tritt nach vorne	
Mawashi-Ger	Kreisfußtritt	
Mawate	Wendung	
Oi-Zuki	Fauststoß	
Soto-Ude-Uke	Abwehr mit dem Arm von außen nach innen	Nagel in die Wand
Uchi-Ude-Uke	Abwehr mit dem Arm von innen nach außen	Spinne
Yame	Schluss, Aufhören!	
Yoi	Achtung! (Ausgangsstellung)	
Yoko-Geri	Fußtritt zur Seite Yoko-Uraken-Uchi seitlicher Faustrück	

Stände:

ZK= Zenkuzu-Dachi Stand nach vorne
KK= Kokozu-Dachi Stand nach hinten
KB= Kiba-Dachi Stand zur Seite