

## KSI-Lexikon und Begriffserklärung

Aiuchi	Gleichzeitig punkten
Aka	Rot
Ao	Blau
Ashi-barai	Fussfeger
Awasatte ippon	Zwei halbe Punkte = Ein Punkt
Budo	Martial Arts
Chudan	Mittlere Körperpartie
Dachi	Stellung (Stand)
Dan	Schwarzgurtgradierung
Do	Weg oder Pfad
Dojo	Ort des Weges, Trainingshalle
Empi	Ellbogen
Empi-uchi	Ellbogenschlag
Enchosen	Kampfverlängerung
Fukushin	Richter
Fumikomi	Stampftritt
Furi-zuki	Rundschlag, von unten nach oben geschlagen
Gedan	Bereich unter dem Gürtel
Gedan-barai	Abwehr nach unten
Geri	Tritt
Gi	Karateanzug
Gyaku-zuki	Fauststoss mit dem dem vorderen Fuss entgegengesetzten Arm
Hai	Ja
Hajime	Start, Anfang
Haitouchi	Handkantenschlag, Daumenseite
Hansoku	Disqualifikation
Hansoku chui	Verwarnung
Hantei	Entscheidung
Heiko-dachi	Füsse schulterbreit und nach vorn stellen
Heisokudachi	Füsse zusammenstellen
Hidari	Links
Hikewake	Unentschieden
Hikite	Zurückziehende Hand
Hiza	Knie
Hiza-geri	Knieschlag
Honbu	Hauptdojo einer Karate-Stilrichtung
Ippon	Ein Punkt
Ipponashi-zuki	Einbein-Fauststoss
Ipponken	Eine "Knödli"-Faust
Ipponkumite	Kampfübung mit dem Partner, mit Einzelangriff
Jodan	Kopf und Halsbereich
Jodan-uke	Abwehr nach oben

Jogai	Bereich Aussenseite der Kampffläche
Juji uke	Gekreuzte Handabwehr
Jiyu kumite	Freier Kampf
Kakato	Fersen
Kakato-geri	Fersentritt
Take-dashi	Stellung mit gekreuzten Beinen
Kamae	Bereitschaft
Karate	Chinesische oder leere Hand
Karate-do	Weg der leeren Hand
Kata	Trainings-Schema, Kampf gegen imaginären Gegner
Kata bunkai	Verwendung der Kata
Keage	Rückfedernd
Keikoku	Halber-Punkt Strafe
Kekomi	Gestossen
Keri	Treten
Ki	Lebenskraft
Kiai	Harmonie der Lebenskraft, Karateschrei
Kibadachi	Pferdestellung mit Füßen nach innen
Kihon	Grundtechniken
Kiket	Greiftechnik
Kiken	Verzicht
Kime	Endstellung, Endpunkt einer Bewegung
Kin-geri	Leistentritt
Koken	Geneigtes Handgelenk
Kokutsu-dachi	Stellung mit 70% Gewicht auf dem hinteren Bein
Kumite	Kampf
Kyu	Schülergrad, Farbgurt
Maiiai	Distanz zwischen den Gegnern
Mae-geri	Vorwärtsfusstritt
Mae tobi-geri	Vorwärtsfusstritt, gesprungen
Maeken-zuki	Schlag mit der Führungshand
Makiwara	Schlagfahl
Mawashi-geri	Halbkreisfusstritt
Mawashi-zuki	Rundschlag
Mawate	Drehung
Migi	Links
Mikazuki-geri	Rund-Fusssohlentritt bei Abwehr oder Angriff
Mokuso	Konzentrationszeit
Musubi-dachi	Stand mit den Fersen zusammen und die Füße offen
Nekoashi-dachi	Katzenstand
Nukite	Speerhand
Oi-zuki	Gleichseitiger Fauststoss mit Schritt vorwärts
Oss	Budo-Begriff u.a. Begrüssung
Pinan or Pidan	Grundkata
Rei	Gruss

Ryu	Schule, Stil
Samurai	Japanischer Krieger
Sanbon Kumite	Dreischritt Kampf
Sanchin-dachi	Sanduhr-Stand
Sasai-uke	Abwehr mit Unterstützung des anderen Armes
Seiza	knien
Sempai	Höher-Gradiertes
Sensei	Lehrer
Seinsei ni Rei	Gruss zum Lehrer
Shihan	Professor oder Meister
Shikaku	Disqualifikation, vom Rest des Wettkampfes
Shiko-dachi	Sumostand, Füsse nach aussen
Shiro	Weiss
Shobu	Wettkampf
Shobu-ippou	Kampf bis zum ersten Punkt
Shobu-sambon	Kampf bis drei Punkte
Shuto-uke	Abwehr mit der Handkante
Soke	Gründer
Sokuto	Aussenseite des Fusses
Soto-uke	Abwehren mit der Aussenseite des Armes
Surikomi	Halbschritt
Taisho	Handballen
Te	Hand
Tetsui	Hammerfaust
Tsuzuke-te	Weitermachen
Tzukami-uke	Abwehr mit Griff
Tzuki	Fauststösse (Mehrzahl)
Uchi	Innenseite
Ude	Unterarm
Uchi-ude-uke	Abwehr mit der Innenseite des Arms
Uke	Abwehr
Uraken	Schlag mit dem Handrücken
Ura mawashigeri	Vorwärtsgeschlagener, halbrunder Fusstritt
Urazuki	Kurzer Faustschlag
Ushirogero	Fussstoss nach hinten
Ushiro mawashigeri	Runder Fussschlag mit Drehung
Waza-ari	Halber Punkt
Yamazuki	Doppelfaustschlag
Yame	Stop
Yoi	Bereit
Yoko	Seite
Yoko-geri	Seitentritt mit der Ferse
Zanchin	Wachsamkeit
Zen	Ab dem 5. Jahrhundert nach Christus entstandene Linie des <a href="#">Mahayana-Buddhismus</a>
Zenkutsu-dachi	Vorwärtsstand
Zuki	Fauststoss (Einzahl)