EXPRESSIONS DE KARATE ET TRADUCTIONS

Guide de survie pour Karateka

Philippe AKIR
1-1-2018

Table des matières

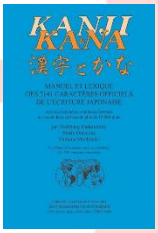
INTRODUCTION 2
POSITIONS 16
DEPLACEMENTS 20
LES ARMES NATURELLES 22
BLOCAGES 25

INTRODUCTION

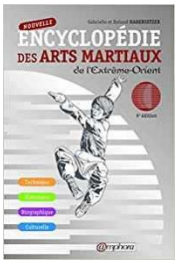
Le pratiquant débutant en Karaté est confronté le premier jour qu'il pose un pied sur le tatami, à une quantité de termes venant du japonais dont il n'a aucune notion de la signification.

Nous encourageons tout le monde à faire des recherches approfondies du vocabulaire et des calligraphies qu'on trouve dans le Budo. En matière de langue japonaise on peut dire : "Ce qui est sûr est que rien n'est sûr…". Contrairement à notre habitude d'arriver à des définitions précises, le Japonais, s'écrivant en idéogrammes, préserve "un sens élastique" qui permet de déceler différents aspects dans la définition issue du dit "pictographe".

L'objectif de ce document est d'aider les pratiquants à apprendre les termes de base utilisés en Karaté, leur permettre de comprendre les nuances et les significations derrière les termes japonais originaux.



Pour traduire les caractères chinois (ou kanji) nous avons utilisé le Kanji & Kana. Choisit pour sa minutie et sa concision dans l'explication des mots japonais et la signification des kanji. Nous nous sommes aussi référés à l'excellent site Jisho.org.
Il est important de rappeler que les Kanji sont des idéogrammes d'origine chinoise importés au 5ème siècle. De nombreux Kanji possèdent 2 lectures : *On-Yomi* qui est la lecture chinoise, et *Kun-Yomi*, qui est la lecture japonaise. Il peut exister plusieurs prononciations on'yomi et kun'yomi pour un même caractère
La question est de savoir quand utiliser telle ou telle lecture. Malheureusement il n'y a pas de règle stricte.
En général, la lecture *On-Yomi* s'applique aux Kanji composés. Il y a cependant des exceptions à cette règle ; quant à la lecture Kun-*Yomi*, elle est préconisée dans le cas de Kanji utilisés seuls.



Pour certains termes spécifiques aux arts martiaux, nous avons utilisé comme référence l'encyclopédie des arts martiaux de Roland Habersetzer.

Par conséquent, la compilation résultante est censée être une représentation fidèle des termes utilisés et sera, nous l'espérons, un complément utile à votre étude du Karaté.
.

TERMES GENERAUX

Mot Japonais	KARA	TE	DŌ	TRADUCTION
Prononciation	*Kara*	*Té*	*Do*	« La voie de la main vide »
Kanji	空	手	道	
Signification	Vide	Main	Chemin, rue, voie ,leçon, enseignement	

Mot Japonais	KATA	TRADUCTION
Prononciation	*Kata*	« Forme » En karaté ce terme désigne une séquence de techniques dont le déroulement reproduit un schéma de combat contre un ou plusieurs adversaires attaquant sous des angles différents.
Kanji	型	
Signification	Modèle, forme, moule **Note** : *Il est intéressant de noter que la partie haute du Kanji (刑) signifie punition, il est placé sur le kanji signifiant Terre (土). Cette combinaison donne l'image de standards strictes, d'exercice physique exigeant exécuté à l'extérieur*	

Mot Japonais	DŌ	JŌ	TRADUCTION
Prononciation	*Do*	*Jo*	« Lieu pour apprendre la voie »
Kanji	道	場	
Signification	Chemin, rue, voie, leçon, enseignement	Espace, Endroit. Siege	

Mot Japonais	SEI	ZA	TRADUCTION
Prononciation	*Seye*	*Za*	« Agenouillé avec le dessus des pieds à plat sur le sol, et assis sur la plante des pieds »
Kanji	正	座	
Signification	Correct, justice, juste	Accroupi, siège, coussin, rassemblement, s'asseoir	

Mot Japonais	REI	SHIKI	TRADUCTION
Prononciation	*Rei*	*Chiki*	« Cérémonie du salut »
Kanji	礼	式	
Signification	Salut, manières appréciation, étiquette,	Cérémonie, Rite, Fonction	

Mot Japonais	MOKU	SŌ	TRADUCTION
Prononciation	*Mokou*	*So*	« Méditation, contemplation silencieuse »
Kanji	黙	想	
Signification	Silence, arrêter de parler, laisser tel quel	Concept, pensée, idée, réflexion	

Mot Japonais	O	TAGAI	NI	TRADUCTION
Prononciation	*O*	*Taga-i*	*ni*	« Avec respect en direction des autres »
Kanji	お	互い	に	
Signification	Marque de respect	Ensemble, réciproquement.	Indique la direction	

Mot Japonais	SHŌMEN	NI	TRADUCTION
Prononciation	*Shomaine*	*Ni*	« En direction du mur principal » (là ou sont affichées les photos des maitres fondateurs)
Kanji	正面	に	
Signification	De face, Façade, Principale	Indique la direction, le lieu	

Mot Japonais	KI	RITSU	TRADUCTION
Prononciation	*Ki*	*Ritsou*	« Levez-vous » ordre généralement donné à la fin du salut à genoux
Kanji	起	立	
Signification	Réveiller, se réveiller, se lever	Se lever, ériger	

Mot Japonais	YŌ	I	TRADUCTION
Prononciation	*Yo*	*y*	Utilise comme ordre « Soyez prêt »
Kanji	用	意	
Signification	préparation ; se préparer	Idée, esprit, cœur, goût, pensée, désir	

Mot Japonais	NARANDE	TRADUCTION
Prononciation	*Narandé*	« Alignez-vous »
Kanji	並んで	
Signification	S'aligner, se mettre cote a cote	

Mot Japonais	HAJIME	TRADUCTION
Prononciation	*Hadjimé*	« Commencez »
Kanji	始め	
Signification	Commencer, initier	

Mot Japonais	YAME	TRADUCTION
Prononciation	*Yamé*	« Cessez (l'exercice en cours) soyez prêt pour la suite (restez concentrés »
Kanji	止め	
Signification	Arrêter (une activité), finir, abandonner	

Mot Japonais	YASUME	TRADUCTION
Prononciation	*Yasoumé*	« Repos, vous pouvez vous relaxer »
Kanji	休め	
Signification	Se reposer, se détendre	

Mot Japonais	MAWATTE	TRADUCTION
Prononciation	*Mawaté*	« Faites demi-tour »
Kanji	回って	
Signification	Se retourner, tourner	

Mot Japonais	KI	AI	TRADUCTION
Prononciation	*Ki*	*Aye*	« Cri de combat ». Extériorisation de l'énergie interne, marque chez celui qui l'émet l'unité de volonté et d'action.
Kanji	気	合	
Signification	Esprit, force, énergie, intention	Rencontrer, mixer, combiner, assembler	

Mot Japonais	ATE	MI	TRADUCTION
Prononciation	*Até*	*Mi*	"Coup au corps » Coups porte avec force vitesse et précision sur des point vulnérables du corps de l'adversaire
Kanji	当て	身	
Signification	Toucher, destiner, atteindre	Corps, personne, chair	

Mot Japonais	KIME	TRADUCTION
Prononciation	*Kimé*	« Esprit de décision » Brève focalisation des énergies physiques et mentales dans la surface de frappe
Kanji	回って	
Signification	Décider, être décidé	

Mot Japonais	EN	BU	SEN	TRADUCTION
Prononciation	*En*	*Bou*	*Sèn*	« Tracé au sol des déplacements lorsqu'un kata est exécuté » Le point de départ, est appelé le kiten,
Kanji	演	武	線	
Signification	Représentation, exercice, jeu	Militaire	Ligne	

Mot Japonais	GI	TRADUCTION
Prononciation	*Guy*	« Habit de... » Karate gi -> habit de karaté Judo-Gi -> habit de judo…
Kanji	着	
Signification	Habit, uniforme	

Mot Japonais	OBI	TRADUCTION
Prononciation	*Obi*	« Ceinture »
Kanji	帯	
Signification	Ceinture	

Mot Japonais	KUMI	TE	TRADUCTION
Prononciation	*Koumi*	*Té*	« Combat »
Kanji	組	手	
Signification	Groupe, Classe, Jeu	Main	

Mot Japonais	KI	HON	TRADUCTION
Prononciation	*Ki*	*Hon*	« Base, fondamentaux »
Kanji	基	本	
Signification	Origine, base, fondation	Livre, Origine	

Mot Japonais	KAMAE	TRADUCTION
Prononciation	*Kamaé*	« En Garde »
Kanji	構え	
Signification	Posture, être prêt a, détermination	

Mot Japonais	SEN	SEI	TRADUCTION
Prononciation	*Sen*	*Seye*	Professeur, Maitre, « Celui qui est né avant » en d'autres termes, « celui qui a plus d'expérience »
Kanji	先	生	
Signification	Plus tôt, précèdent, priorité, futur	Vie, être né, vivre	

Mot Japonais	SEN	PAI	TRADUCTION
Prononciation	*Sen*	*Paye*	« Ancien élève », « élève plus gradé que vous », ainé
Kanji	先	輩	
Signification	Plus tôt, précèdent, priorité, futur	Camarade, collègue, compagnon	

Mot Japonais	KŌ	HAI	TRADUCTION
Prononciation	*Ko*	*Haye*	« Nouvel élève », « élève moins gradé que vous »
Kanji	後	輩	
Signification	Derrière, après, ultérieur, reste	Camarade, collègue, compagnon	
	Note : *Senpai et kōhai sont un élément essentiel des relations de statut basées sur l'ancienneté au japon. Senpai est à peu près équivalent au concept occidental de mentor, tandis que kōhai est à peu près équivalent à celui de protégé.*		

Mot Japonais	BUN	KAI	TRADUCTION
Prononciation	*Boun*	*Kaye*	« Analyse, décomposition » En karaté cela décrit l'étude des applications pratiques des séquences d'un kata.
Kanji	分	解	
Signification	Partie, segment, minute	Clef, explication, compréhension	

Mot Japonais	DE	SHI	TRADUCTION
Prononciation	*Dé*	*Shi*	Élève ; disciple ; adhérent ; apprenti ; jeune personne ; assistant de l'enseignant
Kanji	弟	子	
Signification	frère cadet, fidèle aux aînés	Enfant	

Mot Japonais	UCHI	DE	SHI	TRADUCTION
Prononciation	*Ou tchi*	*Dé*	*Shi*	« Littéralement étudiant de l'intérieur » Terme japonais pour désigner un étudiant / apprenti qui habite chez le maitre s'entraîne et l'aide à temps plein.
Kanji	内	弟	子	
Signification	À l'intérieur, entre, parmi, maison	Frère cadet, fidèle aux aînés	Enfant	

Note : *Les Uchi-deshi vivent habituellement dans le dōjō ou chez le professeur. Ils servent l'enseignant toute la journée, tous les jours. Les tâches peuvent inclure le nettoyage et le travail de secrétariat. En opposition aux uchi-deshi, les étudiants qui vivent à l'extérieur sont appelés soto-deshi.*

Mot Japonais	SOTO	DE	SHI	TRADUCTION
Prononciation	*Soto*	*Dé*	*Shi*	« Littéralement étudiant de l'extérieur »
Kanji	外	弟	子	
Signification	Extérieur, autre, manquer	Frère cadet, fidèle aux aînés	Enfant	

Mot Japonais	SHI	HAN	TRADUCTION
Prononciation	*Shi*	*Ane*	« Maitre Expert », « enseignant modèle ». Titre honorifique
Kanji	師	範	
Signification	Expert, enseignant, maitre	Exemple, Modèle	

Mot Japonais	JUTSU	TRADUCTION
Prononciation	*Joutsou*	« Technique, science, art, méthode »
Kanji	術	
Signification	Art, technique, moyen, magie	

Mot Japonais	BU	DŌ	TRADUCTION
Prononciation	*Bou*	*Do*	« Voie du combat, Arts martiaux » En évoluant de la technique (jutsu) a la voie (do) les anciennes méthodes bassement utilitaristes devinrent véritablement des arts martiaux rituels
Kanji	武	道	
Signification	Militaire	Chemin, rue, voie, leçon, enseignement	

Mot Japonais	BU	JUTSU	TRADUCTION
Prononciation	*Bou*	*Joutsou*	« Arts du combat » Techniques transmises pour la survie le combat réel et non pour le perfectionnement de soi-même à travers une « voie »
Kanji	武	術	
Signification	Militaire	Art, technique	

Mot Japonais	KYUU	SHO	TRADUCTION
Prononciation	*Kyu*	*sho*	« Points vitaux»
Kanji	急	所	
Signification	Urgent, soudain	Endroit, lieu, adresse, point	

Mot Japonais	BU	BI	SHI	TRADUCTION
Prononciation	*Bou*	*Bi*	*Shi*	« L'esprit des arts martiaux » Vieux manuscrit d'origine chinoise. Cet ouvrage a eu une grande influence sur le karaté d'Okinawa et du *Japon, au XIXe et au début du XXe siècle.*
Kanji	武	備	志	
Signification	Militaire	Connaissance	Esprit, ambition	

Mot Japonais	MAE	TRADUCTION
Prononciation	*Maé*	Devant, Avant
Kanji	前	
Signification	Devant, Avant, Antérieur	

Mot Japonais	USHIRO	TRADUCTION
Prononciation	*Ouchiro*	Derrière, arrière
Kanji	後ろ	
Signification	Derrière, arrière après	

Mot Japonais	YOKO	TRADUCTION
Prononciation	*Yoko*	« De côté »
Kanji	横	
Signification	Coté	

Mot Japonais	MIGI	TRADUCTION
Prononciation	*Miguy*	« Droite »
Kanji	右	
Signification	Droite, à droite,	

Mot Japonais	HIDARI	TRADUCTION
Prononciation	*Idari*	« Gauche »
Kanji	左	
Signification	Gauche, à gauche	

Mot Japonais	MAWASHI	TRADUCTION
Prononciation	*Ma-oua-chi*	« Circulaire »
Kanji	回し	
Signification	Tourner, faire le tour	

Mot Japonais	URA	TRADUCTION
Prononciation	*Oura*	« Retourné »
Kanji	裏	
Signification	Revers, envers, à l'envers, négatif	

Mot Japonais	JO	DAN	TRADUCTION
Prononciation	*Shi*	*Dane*	« Niveau haut (tête) »
Kanji	上	段	
Signification	Supérieur, haut, dessus	Niveau, degré, rang	

Mot Japonais	CHUU	DAN	TRADUCTION
Prononciation	*Chu*	*Dane*	« Niveau central (torse) »
Kanji	中	段	
Signification	Milieu, intérieur, tout	Niveau, degré, rang	

Mot Japonais	GE	DAN	TRADUCTION
Prononciation	*Shi*	*Dane*	« Niveau bas (Sous la taille) »
Kanji	下	段	
Signification	Inférieur, bas, dessous	Niveau, degré, rang	

Mot Japonais	KEI	KO	TRADUCTION
Prononciation	*Kei*	*Ko*	« Exercice, entraînement, leçon » En karaté le terme est utilisé avec une idée de dépassement de soi.
Kanji	稽	古	
Signification	Penser, considérer	Ancien, vieux	

Mot Japonais	TORI	TRADUCTION
Prononciation	*Tori*	Tori est « celui qui exécute l'exercice », « qui fait l'action » Si le but de l'exercice est offensif, alors Tori attaquera
Kanji	取り	
Signification	Prendre	

Mot Japonais	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*Ouké*	Uke est « celui qui subit l'exercice ». Si le but de l'exercice est offensif, uke défendra.
Kanji	受け	
Signification	Recevoir	

Mot Japonais	DAI	ICHI	TRADUCTION
Prononciation	*Daye*	*Itchi*	« Le premier (d'une série)»
Kanji	第	一	
Signification	Préfix des nombres ordinaux, degré	Un, premier	

Mot Japonais	DAI	NI	TRADUCTION
Prononciation	*Daye*	*Ni*	« Le deuxième (d'une série)»
Kanji	第	二	
Signification	Préfix des nombres ordinaux, degré	Deux, second	

Mot Japonais	KURO	OBI	TRADUCTION
Prononciation	*Kouro*	*Obi*	« Ceinture Noire»
Kanji	黒	帯	
Signification	Noir	Ceinture	

Mot Japonais	AKA	TRADUCTION
Prononciation	*Ouké*	« Rouge » En compétition, celui qui porte la ceinture rouge
Kanji	赤	
Signification	Recevoir	

Mot Japonais	AO	TRADUCTION
Prononciation	*Ao*	« Bleu » En compétition, celui qui porte la ceinture Bleue
Kanji	青	
Signification	Bleu	

Mot Japonais	OKU	DEN	TRADUCTION
Prononciation	*Okou*	*Dèn*	« Esotérique, Sens Caché »
Kanji	奥	伝	
Signification	Intérieur	Transmettre	

Mot Japonais	WAZA	TRADUCTION
Prononciation	*Ouaza*	« Technique » recouvre deux aspects : celui de la technique proprement dite et celui des clefs d'interprétation de la technique
Kanji	技	
Signification	Technique, habileté, prouesse	

POSITIONS

Mot Japonais	DACHI	TRADUCTION
Prononciation	*Datchi*	« Position »
Kanji	立ち	
Signification	Tenir debout, se lever, mettre en place, ériger	

Mot Japonais	MUSUBI	DACHI	TRADUCTION
Prononciation	*Mousoubi*	*Datchi*	« Position d'attente, pieds en V»
Kanji	結び	立ち	
Signification	Joindre, connecter	Tenir debout	

Mot Japonais	HEI	SOKU	DACHI	TRADUCTION
Prononciation	*Hei*	*Sokou*	*Datchi*	« Position pieds joints »
Kanji	閉	足	立ち	
Signification	Fermer	Pied	Tenir debout,	

Mot Japonais	HACHI	JI	DACHI	TRADUCTION
Prononciation	*Hatchi*	*Ji*	*Datchi*	« Position du caractère 8 » Position Naturelle, debout détendu talons écartés de la largeur des hanches orteils ouverts vers l'extérieur
Kanji	八	字	立ち	
Signification	Huit	Lettre, caractère	Tenir debout,	

Mot Japonais	HEI	KŌ	DACHI	TRADUCTION
Prononciation	*Hei*	*Ko*	*Datchi*	« Position pieds parallèles » Position Naturelle, debout détendu talons écartés de la largeur des hanches
Kanji	平	行	立ち	
Signification	Parallèle		Tenir debout,	

Mot Japonais	SHI	KO	DACHI	TRADUCTION
Prononciation	*Shi*	*Ko*	*Datchi*	« Position du sumo »
Kanji	四	股	立ち	
Signification	Quatre	Cuisse Entrejambe	Tenir debout,	

Mot Japonais	KI	BA	DACHI	TRADUCTION
Prononciation	*Ki*	*Ba*	*Datchi*	« Position du cavalier »
Kanji	騎	馬	立ち	
Signification	Monter à cheval	Cheval	Tenir debout,	

Mot Japonais	SAN	CHIN	DACHI	TRADUCTION
Prononciation	*San*	*Tchin*	*Datchi*	« Position du kata sanchin (dite du sablier) »
Kanji	三	戦	立ち	
Signification	Trois	Guerre, combat	Tenir debout,	

Mot Japonais	ZEN	KUTSU	DACHI	TRADUCTION
Prononciation	*Zen*	*Koutsou*	*Datchi*	« Position engagée vers l'avant »
Kanji	前	屈	立ち	
Signification	Avant, devant	Courber, céder,	Tenir debout,	

Mot Japonais	KŌ	KUTSU	DACHI	TRADUCTION
Prononciation	*Ko*	*Koutsou*	*Datchi*	« Position engagée vers l'arrière »
Kanji	後	屈	立ち	
Signification	Arrière, derrière	Courber, céder,	Tenir debout,	

Mot Japonais	NEKO	ASHI	DACHI	TRADUCTION
Prononciation	*Néko*	*Ashi*	*Datchi*	« Position du chat »
Kanji	猫	足	立ち	
Signification	Chat	Pied	Tenir debout,	

Mot Japonais	KŌ	SA	DACHI	TRADUCTION
Prononciation	*Ko*	*Sa*	*Datchi*	« Position pieds croisés »
Kanji	交	差	立ち	
Signification	Croisement, intersection		Tenir debout,	

Mot Japonais	HAN	GETSU	DACHI	TRADUCTION
Prononciation	*Han*	*Guetsu*	*Datchi*	« Position du kata Hangetsu (position de la demi-lune) » Compromis entre Sanchin dachi et Zenkutsu dachi
Kanji	半	月	立ち	
Signification	Moitié	Lune, mois	Tenir debout,	

Mot Japonais	SŌ	CHIN	DACHI	TRADUCTION
Prononciation	*So*	*Chin*	*Datchi*	« Position du kata sochin » Position de combat. Compromis entre kibadachi et Zenkutsu dachi
Kanji	壮	鎮	立ち	
Signification	Force	Calmer, apaiser	Tenir debout,	

Mot Japonais	FU	DŌ	DACHI	TRADUCTION
Prononciation	*Fou*	*Do*	*Datchi*	« Position de combat » Identique à Sochin dachi . Compromis entre kibadachi et Zenkutsu dachi
Kanji	不	動	立ち	
Signification	Immobile fixe		Tenir debout,	

Mot Japonais	MOTO	DACHI	TRADUCTION
Prononciation	*Moto*	*Datchi*	« Position naturelle vers l'avant»
Kanji	元	立ち	
Signification	Origine, fondation	Tenir debout	

Mot Japonais	TEIJI	DACHI	TRADUCTION
Prononciation	*teiji*	*Datchi*	« Position de la lettre T» Position naturelle un pied est légèrement avancé formant un angle droit avec l'autre
Kanji	T 字	立ち	
Signification	Lettre T	Tenir debout	

Mot Japonais	REINOJI	DACHI	TRADUCTION
Prononciation	*teiji*	*Datchi*	« Position de la lettre レ» Position naturelle très proche de teiji dachi, ici l'axe du pied passe par le talon arrière formant un L
Kanji	レ 字	立ち	
Signification	Lettre T	Tenir debout	

Mot Japonais	TSURU	ASHI	DACHI	TRADUCTION
Prononciation	*Tsourou*	*Ashi*	*Datchi*	« Position de la grue »
Kanji	鶴	足	立ち	
Signification	Grue	Pied	Tenir debout,	

DEPLACEMENTS

Mot Japonais	MA	AI	TRADUCTION
Prononciation	*Ma*	*Aye*	« Intervalle, distance » Distance idéale pour être à l'abri d'une attaque rapide et à proximité pour prendre une initiative décisive.
Kanji	間	合	
Signification	Intervalle, espace	Rencontrer, mixer, combiner, assembler	

Mot Japonais	UN	SOKU	HŌ	TRADUCTION
Prononciation	*Oun*	*Sokou*	*Ho*	« Déplacements Tactiques » Déplacement des pieds pour réajuster la distance (maai) en combat
Kanji	鶴	足	法	
Signification	Destin, sort	Pied, jambe	Loi	

Mot Japonais	AYUMI	ASHI	TRADUCTION
Prononciation	*Ayoumi*	*Ashi*	« Avancer d'un pas » Marche ordinaire, les jambes se déplacent vers l'avant alternativement.
Kanji	歩み	足	
Signification	Marcher	Pied, jambe	

Mot Japonais	HIKI	ASHI	TRADUCTION
Prononciation	*Hiki*	*Ashi*	« Reculer d'un pas» Marche ordinaire, les jambes se déplacent vers l'arrière alternativement.
Kanji	引き	足	
Signification	Tirer, attirer	Pied, jambe	

Mot Japonais	TSUGI	ASHI	TRADUCTION
Prononciation	*Tsouguy*	*Ashi*	« Pas chassé » Ramener le pied arrière à la hauteur du pied avant et déplacer le pied avant vers l'avant.
Kanji	歩み	足	
Signification	Suivre, se ranger à cote	Pied, jambe	

Mot Japonais	YORI	ASHI	TRADUCTION
Prononciation	*Yori*	*Ashi*	« Pas Glissé » Avancer le pied avant en poussant sur le pied arrière
Kanji	寄り	足	
Signification	Faire venir, approcher, envoyer	Pied, jambe	

Mot Japonais	MAWARI	ASHI	TRADUCTION
Prononciation	*Maouari*	*Ashi*	« Déplacement tournant autour du pied avant »
Kanji	回り	足	
Signification	Tourner, Pivoter	Pied, jambe	

Mot Japonais	USHIRO	MAWARI	ASHI	TRADUCTION
Prononciation	*Oushiro*	*Maouari*	*Ashi*	« Déplacement tournant autour du pied arrière »
Kanji	後ろ	回り	足	
Signification	Derrière, arrière	Tourner, Pivoter	Pied, jambe	

Mot Japonais	HIRAKI	ASHI	TRADUCTION
Prononciation	*Hiraki*	*Ashi*	« Pas glissé de côté »
Kanji	開き	足	
Signification	S'ouvrir, ouvrir	Pied, jambe	

Mot Japonais	TOBI	ASHI	TRADUCTION
Prononciation	*Tobi*	*Ashi*	« Pas Sauté »
Kanji	飛び	足	
Signification	Voler, sauter	Pied, jambe	

LES ARMES NATURELLES

Mot Japonais	SHU	TŌ	TRADUCTION
Prononciation	*Chou*	*To*	« Sabre de main »
Kanji	手	刀	
Signification	Main	Sabre	

Mot Japonais	HAI	TŌ	TRADUCTION
Prononciation	*Ha-i*	*To*	« Sabre de main, paume vers le haut »
Kanji	背	刀	
Signification	Face Arrière	Sabre	

Mot Japonais	KO	TE	TRADUCTION
Prononciation	*Ko*	*Té*	« Avant-Bras »
Kanji	小	手	
Signification	Petit	Main	

Mot Japonais	SHŌ	TEI	TRADUCTION
Prononciation	*Cho*	*Tei*	« Paume de la main »
Kanji	掌	底	
Signification	Paume	Base , fond	

Mot Japonais	KO	KEN	TRADUCTION
Prononciation	*Ko*	*Kene*	« Dos du poignet plié »
Kanji	弧	拳	
Signification	Arc de cercle, croissant	Poing	

Mot Japonais	TET	TSUI	TRADUCTION
Prononciation	*Tét*	*Tsui*	« Marteau de fer »
Kanji	鉄	槌	
Signification	Fer	Marteau	

Mot Japonais	NUKI	TE	TRADUCTION
Prononciation	*Nouki*	*Té*	« Pique de main »
Kanji	貫	手	
Signification	Traverser	Main	

Mot Japonais	NIHON	NUKI	TE	TRADUCTION
Prononciation	*Nihon*	*Nouki*	*Té*	« pique des deux doigts »
Kanji	二本	貫	手	
Signification	Deux objets cylindriques	Traverser	Main	

Mot Japonais	SEI	KEN	TSUKI	TRADUCTION
Prononciation	*Sei*	*Kene*	*Tsouki*	« Coup de poing direct»
Kanji	正	拳	突き	
Signification	Juste, correct	Poing	Frapper	

Mot Japonais	GERI	TRADUCTION
Prononciation	*Géri*	« Coup de pied»
Kanji	蹴り	
Signification	Donner un coup de pied	

Mot Japonais	MAE	GERI	TRADUCTION
Prononciation	*Mae*	*Géri*	« Coup de pied de face »
Kanji	前	蹴り	
Signification	En face	Donner un coup de pied	

Mot Japonais	SOKU	TŌ	TRADUCTION
Prononciation	*Sokou*	*To*	« Sabre de pied»
Kanji	足	刀	
Signification	Pied	Sabre	

Mot Japonais	HIZA	TRADUCTION
Prononciation	*Hiza*	« Genou»
Kanji	膝	
Signification	Genou	

Mot Japonais	ATAMA	TRADUCTION
Prononciation	*atama*	« La tête »
Kanji	頭	
Signification	Tête, chef sommet	

Mot Japonais	EN	PI	TRADUCTION
Prononciation	*Ene*	*Pi*	« Coude» littéralement coude de singe
Kanji	猿	臂	
Signification	Singe	Coude	

BLOCAGES

Mot Japonais	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*Ouké*	« Blocage »
Kanji	受け	
Signification	Recevoir	

Mot Japonais	UKE	WAZA	TRADUCTION
Prononciation	*Ouké*	*Ouaza*	« Art des blocages »
Kanji	受け	技	
Signification	Recevoir	Technique, habileté, prouesse	

Mot Japonais	JŌ	DAN	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*Djo*	*Dane*	*Ouké*	« Blocage haut »
Kanji	上	段	受け	
Signification	Haut, supérieur	Niveau	Recevoir	

Mot Japonais	CHUU	DAN	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*Tchou*	*Dane*	*Ouké*	« Blocage Central »
Kanji	中	段	受け	
Signification	Milieu	Niveau	Recevoir	

Mot Japonais	GE	DAN	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*Gué*	*Dane*	*Ouké*	« Blocage Bas »
Kanji	下	段	受け	
Signification	Bas, Inférieur	Niveau	Recevoir	

Mot Japonais	YOKO	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*Yoko*	*Ouké*	« Blocage Latéral »
Kanji	横	受け	
Signification	Coté	Recevoir	

Mot Japonais	AGE	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*Agé*	*Ouké*	« Blocage montant »
Kanji	上げ	受け	
Signification	Elever, monter	Recevoir	

Mot Japonais	OTOSHI	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*Otoshi*	*Ouké*	« Blocage descendant »
Kanji	落とし	受け	
Signification	Tomber, laisser tomber	Recevoir	

Mot Japonais	SOTO	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*Soto*	*Ouké*	« Blocage allant de l'extérieur vers l'intérieur »
Kanji	外	受け	
Signification	Extérieur	Recevoir	

Mot Japonais	UCHI	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*Outchi*	*Ouké*	« Blocage allant de l'intérieur vers l'extérieur »
Kanji	内	受け	
Signification	Intérieur	Recevoir	

Mot Japonais	KAKE	TE	UKE	TRADUCTION
Prononciation	Kaké	*Té*	*Ouké*	« Blocage en crochetant »
Kanji	掛	手	受け	
Signification	Pendre, accrocher,	Main	Recevoir	

Mot Japonais	JUU	JI	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*Djou*	*Dji*	*Ouké*	« Blocage en croix »
Kanji	十	字	受け	
Signification	Dix	Caractère, lettre	Recevoir	

Mot Japonais	MORO	TE	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*Moro*	*Té*	*Ouké*	« Blocage avec les deux mains »
Kanji	双	手	受け	
Signification	Les deux, une paire	Main	Recevoir	

Mot Japonais	KAKI	WAKE	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*Moro*	*Té*	*Ouké*	« Blocage des deux mains en écartant »
Kanji	掻き	分け	受け	
Signification	Gratter, peigner	Diviser, partager	Recevoir	

Mot Japonais	KŌ	SA	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*Ko*	*Za*	*Ouké*	« Blocage double niveau chudan et gedan » Deuxième mouvement de Pinan/Heian Sandan
Kanji	交	差	受け	
Signification	Mélanger, mixer	Différence	Recevoir	

Mot Japonais	WA	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*Oua*	*Ouké*	« Blocage Circulaire »
Kanji	輪	受け	
Signification	Roue, rond, tourner	Recevoir	

Mot Japonais	OSAE	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*osaé*	*Ouké*	« Blocage en appuyant »
Kanji	押え	受け	
Signification	Pousser, retenir, maintenir	Recevoir	

Mot Japonais	NAGASHI	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*Naguechi*	*Ouké*	« Blocage brossé »
Kanji	流し	受け	
Signification	Faire couler, répandre	Recevoir	

Mot Japonais	TATE	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*Taté*	*Ouké*	« Blocage vertical»
Kanji	縦	受け	
Signification	Vertical, de haut en bas	Recevoir	

Mot Japonais	SUKUI	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*Soukoui*	*Ouké*	« Blocage en cuillère»
Kanji	掬	受け	
Signification	Ramasser avec une cuillère	Recevoir	

Mot Japonais	HIKI	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*Hiki*	*Ouké*	« Blocage en tirant »
Kanji	引き	受け	
Signification	Tirer, attirer	Recevoir	

Mot Japonais	URA	UKE	TRADUCTION
Prononciation	*ourai*	*Ouké*	« Blocage avec le dos de la main » Premier mouvement dans Jitte
Kanji	裏	受け	
Signification	Revers, envers, arrière	Recevoir	

Mot Japonais	BARAI	TRADUCTION
Prononciation	*Baraye*	« Balayer »
Kanji	払い	
Signification	Balayer, dégager. Brosser	

Mot Japonais	ASHI	BARAI	TRADUCTION
Prononciation	*Ashi*	*Baraye*	« Balayage avec le pied »
Kanji	足	払い	
Signification	Pied, jambe	Balayer	

Mot Japonais	GE	DAN	BARAI	TRADUCTION
Prononciation	*Gué*	*Dane*	*Baraye*	« Blocage Balayant bas »
Kanji	下	段	払い	
Signification	Bas, Inférieur	Niveau	Balayer	

END