

<u>Le Dojo</u>	
Dojo	"La place ou l'on enseigne la voie". L'endroit ou l'on pratique l'Aikido.
Kamiza	Endroit prédominant du dojo, là où se trouve l'hôtel et la photo du maître.
Shimoza	Mur opposé au kamiza.
Shimoseki	Mur à gauche du kamiza.
Joseki	Mur à la droite du kamiza.
Tatami	Les matelas au plancher.
Gaku	Les calligraphies sur les murs du dojo.
Nafuda kake	Tableau avec les noms et les rangs des étudiants.
<u>Les vêtements en Aikido</u>	
Gi	L'uniforme de l'Aikidoka ou du judoka.
Dogi	L'uniforme de l'Aikidoka ou du judoka.
Keiko-gi	L'uniforme de l'Aikidoka ou du judoka.
Uwagi	Veste.
Eri	Collet du gi.
Shitabaki	Pantalons.
Obi	Ceinture.
Shiro-Obi	Ceinture blanche ou son détenteur.
Kuro-Obi	Ceinture noire ou son détenteur.
Hakama	Pantalon-jupe des pratiquants de l'Aikido.
Zori	Sandales.
<u>Les parties du corps humain</u>	
Hara (Tanden)	Le centre de gravité sous le nombril.
Te / Katate	Main.
Tegatana / Shuto	Tranchant de la main.
Kote / Tekubi	Poignet.
Hiji	Coude.
Ude	Bras.
Kata	Epaule.
Mune	Poitrine/thorax.
Kubi	Cou/gorge.
Men	Tête ou visage.
Me	Yeux.
Mimi	Oreilles.
Ago	Menton/mâchoire.
Koshi	Hanche.
Hiza	Genou.
Ashi	Jambe/pied.
Hidari	Gauche.

Migi	Droit.
<u>Le salut</u>	
Rei	Le salut.
Ritsurei	Saluer debout.
Zarei	Saluer à genoux (Seiza).
<u>Les positions du corps</u>	
Ma-ai	Distance juste entre deux partenaires.
Chika-ma	Petite distance.
Ma	Moyenne distance.
To-ma	Grande distance.
Shizen-hontai	Position naturelle debout.
Seiza	Position à genoux ou assise.
Zaho	Position assise.
Hanmi	Position de profil du corps "demi-corps".
San-kamu	Position de base des pieds formant un triangle.
Sankakutai	Comme san-kamu.
Kamae	Position "en garde".
Migi-kamae	Position "en garde", pied droit en avant.
Hidari-kamae	Position "en garde", pied gauche en avant.
Ai-hanmi	Position mutuelle "en garde", non-miroir.
Gyaku-hanmi	Position mutuelle "en garde", miroir.
Gedan	Position basse des mains ou d'une arme.
Chudan	Position "à la taille" des mains ou d'une arme.
Jodan	Position haute des mains ou d'une arme.
<u>Les mouvements du corps</u>	
Waza	Technique, type de mouvement.
Tachiwaza	Technique appliquée debout.
Suwariwaza	Technique appliquée avec NAGE et UKE à genoux.
Ushiro-waza	Technique contre des attaques venant de derrière.
Hanmi-handachi	Technique appliquée avec NAGE à genoux et UKE debout.
Omote-waza	Entrer devant UKE, mouvement positif.
Ura-waza	Entrer derrière UKE, mouvement négatif.
Tai-sabaki	Mouvement de NAGE en réponse à une attaque.
Irimi	Entrer sur l'adversaire.
Tenkan	Tourner 180 degrés derrière l'adversaire.
Tenshin	NAGE se déplace à 45 degrés en retraite.
Happo	Mouvement dans les 8 directions.
Happo-undo	Mouvement dans les 8 directions.
Happo-giri	Couper avec le sabre dans les 8 directions.

<u>Les chutes</u>	
Ukemi	L'art de chuter, de recevoir une technique.
Mae-ukemi	Chute avant.
Ushiro-ukemi	Chute arrière.
Tobi-ukemi	Chute frappée.
<u>Les rôles</u>	
Nage	Celui qui applique une technique.
Uke	Celui qui subit une technique.
<u>Les exercices</u>	
Fune kogi undo	Exercice, simulation de ramer.
Hojo walk	Exercices de déplacement et de respiration.
Misogi breathing	Purification par la respiration.
Sotai-dosa	Pratique avec un partenaire.
Tai-no-tenkan	Pratique du Tenkan avec un partenaire.
Kokyu-ho	Pratique des exercices de kokyu.
Kokyu-dosa	Pratique des exercices de kokyu en seiza.
Shikko	Marche à genoux.
<u>Les attaques</u>	
Katate-tori	Saisir un poignet avec une main.
Katate-tori hantai	Comme katate-tori ai-hanmi.
Katate kosa-tori	Comme katate-tori ai-hanmi.
Gyakute-tori	Comme katate-tori gyaku-hanmi.
Morote-tori	Saisir un poignet avec les deux mains.
Ryote-mochi	Comme morote-tori.
Katate ryote-tori	Comme morote-tori.
Ryote-tori	Saisir les deux poignets.
Ushiro-ryote-tori	Saisir les deux poignets par derrière.
Ushiro-ude-tori	Comme ushiro-ryote-tori.
Ushiro-tekubi-tori	Comme ushiro-ryote-tori.
Kousa-tori	Saisir un poignet avec la main du côté opposé.
Sode-tori	Saisir une manche du gi avec une main..
Hiji-tori	Saisir le coude avec une main.
Ryo-hiji-tori	Saisir les deux coudes.
Ushiro-hiji-tori	Saisir un coude par derrière.
Kata-tori	Saisir une épaule avec la main.
Ryo-kata-tori	Saisir les deux épaules par devant.
Ushiro-kata-tori	Saisir une épaule par derrière.
Ushiro-ryo-kata-tori	Saisir les deux épaules par derrière.
Mune-tori	Saisir le gi au thorax avec une ou deux mains.

Muna-mochi	Comme mune-tori.
Eri-tori	Saisir le collet par devant.
Ushiro-eri-tori	Saisir le collet par derrière.
Kubi-shime	Etranglement par devant avec le bras.
Ushiro-kubishime	Etranglement par derrière avec le bras.
Ushiro-tori	Entourer NAGE avec les bras par derrière.
Uchi	Frapper.
Tsuki	Coup de poing direct.
Mune-tsuki	Coup de poing direct au thorax.
Ganmen-uchi	Coup de poing direct au visage.
Men-tsuki	Comme ganmen-uchi.
Ago-tsuki-age	Coup de poing direct au menton.
Furi-tsuki	Couper (avec un couteau).
Shomen-uchi	Coup du tranchant de la main à la tête.
Men-uchi	Comme shomen-uchi.
Shomen-tsuki	Attaque frontale aux yeux.
Yokomen-uchi	Frappe du revers de la main à la tempe.
Mae-geri	Coup de pied avant.
Mawashi-geri	Comme mae-geri.
Yoko-geri	Coup de pied de coté.
Ushiro-katate-tori-kubi-shime	Par derrière, saisir un poignet d'une main et étrangler avec l'autre bras.
Kata-tori-men-uchi	Saisir une épaule et coup de poing au visage.
Kakari geiko	Plusieurs personnes attaquent en ligne.
Taninzo dori	Plusieurs personnes attaquent simultanément .
Randori	Plusieurs attaquent simultanément sans ordre.
<u>Les techniques</u>	
Katame-waza	Techniques d'immobilisation (Osae-waza).
Nage-waza	Techniques de projection.
Henka-waza	Changer de technique en cours de route.
Kaeshi-waza	Contre-technique.
Jiyu-waza	Pratique libre, n'importe quelle technique.
Ikkyo	Première technique (Oshi taoshi / Ude osae).
Nikyo	Deuxième technique (Kote mawashi).
Sankyo	Troisième technique (Kote hineri).
Yonkyo	Quatrième technique (Tekubi osae).
Gokyo	Cinquième technique.
Irimi-nage	Projection en entrant (technique de "20 ans").
Juji-nage	Projection, figure "+" (Jyuji Garame).
Udekime-nage	Comme juji-nage.

Kaiten-nage	Projection en rotation.
Kokyu-dosa	Exercices de kokyu à genoux.
Kokyu-nage	Projection en expiration.
Kokyu Tanden-ho	Technique du centre.
Koshi-nage	Projection par dessus de la hanche.
Kote Gaeshi	Projection en tournant le poignet.
Shiho-nage	Projection des "4 directions".
Sumi Otoshi	Projection dans le coin (sumi-gaeshi).
Aiki Otoshi	Projection en saisissant les genoux.
Ude Garame	Projection en croisant les bras (juji-garami).
Tenbin-nage	Projection "Balance scale".
Tenchi-nage	Projection "Ciel et Terre".
<u>Les armes en Aikido</u>	
Katana	Sabre japonais.
Tachi	Sabre japonais.
Ken	Sabre.
Bokken / Bokuto	Sabre de bois (Bokuto).
Shinai	Sabre de bambou.
Tanto	Couteau de bois.
Jo	Bâton de bois.
Tachi-tori	Techniques à mains nues contre le sabre.
Jo-tori / Jo-nage	Techniques à mains nues contre le bâton.
Tanto-tori	Techniques à mains nues contre le couteau.
Tanken-tori	Comme tanto-tori.
Kumi-tachi	Sabre contre sabre.
Kumi-jo	Bâton contre bâton.
Tai-jutsu-jo	Projection d'un adversaire qui saisit le bâton.
Suburi	Exercices de JO ou BOKKEN.
<u>Les nombres (Comment compter en japonais)</u>	
1. ichi	6. roku
2. ni	7. shichi
3. san	8. hachi
4. shi (yon)	9. ku
5. go	10. jyu
<u>Les grades</u>	
MUKYU	Débutant
6e KYU	ROKYU
5e KYU	GOKYU
4e KYU	YONKYU

3e KYU	SANKYU
2e KYU	NIKYU
1e KYU	IKKYU
1e DAN	SHODAN
2e DAN	NIDAN
3e DAN	SANDAN
4e DAN	YONDAN
5e DAN	GODAN
6e DAN	ROKUDAN
7e DAN	SHICHIDAN
8e DAN	HACHIDAN
9e DAN	KYUDAN
10 DAN	JYUDAN
<u>Les titres</u>	
O-Sensei	Le fondateur de l'Aikido: Morihei Ueshiba
Kaiso	Le fondateur de l'Aikido, Morihei Ueshiba.
Doshu	La plus haute autorité de la Fédération Internationale d'Aikido.
Dojo-cho	Celui qui est à la tête du "HOMBU DOJO" (Tokyo, Japon).
Shihan	Maître instructeur, habituellement > 6 dan.
Sensei	Professeur.
Shidoin	Instructeur.
Fuku-shidoin	Assistant instructeur.
Sempai	Étudiant avec un grade plus élevé que soi.
Dohai	Étudiant avec un grade égal au sien.
Kohai	Étudiant avec un grade moins élevé que soi
Mudansha	Étudiant qui n'a pas de DAN (KYU).
Yudansha	Étudiant avec DAN.
<u>Autres termes</u>	
Aikido	Ai - harmonie, Ki - énergie universelle, DO - voie. L'Aikido est la voie de l'harmonie avec la vie.
Aikidoka	Le pratiquant de l'Aikido.
Aiki Jinja/	Le temple construit par O-Sensei à Iwama.
Aiki Shrine	
Aikikai	Association d'Aikido.
Ai-nuke	Le résultat d'un duel ou les deux opposants ne sont pas blessés.
Ai-uchi	"Mort mutuelle". Le résultat d'un duel ou les deux opposants sont tués.
Agatsu	Victoire sur soi-même.
Ashi-sabaki	Jeu de pieds.
Atemi	Frapper le corps de la main ou du poing.

Ate-waza	Techniques de frappe.
Budo	"Arrêter la lance" - les arts martiaux.
Bushi	Guerrier.
Bushido	Code d'honneur des samurai.
Chokusen	Direct. 'Chokusen-no-irimi' = entrer directement.
Chushin	Le centre d'un mouvement.
Deshi	Etudiant qui demeure avec son maître.
Domo	<a href="#">"Domo Arigato Gozaimashita" - Merci beaucoup.</a>
Dosa	Exercices.
Fudo-shin	"Immovable mind".
Furi-kaburi	Mouvement de lever le sabre. Par exemple dans IKKYO, IRIMI-NAGE et SHIHO-NAGE.
Gaeshi	Renverser.
Hantai	Changer.
Happo	8 directions. HAPPO UNDO = exercices dans les 8 directions. HAPPO-GIRI = couper dans les 8 directions avec un sabre.
Hasso-no-kamae	Mouvement en forme de figure 8.
Jinja	Temple Shinto.
Kaiten	Rotation.
Kami	Divinité, Force vivante de la nature.
Kansetsu waza	Techniques appliquées sur les articulations.
Kata	Exercices pré-arrangés pour enseigner les mouvements de base d'une discipline.
Katame waza	Techniques d'immobilisation.
Katsu-jin-ken	"Le sabre qui sauve la vie".
Keiko	L'entraînement.
Kensho	L'illumination.
Ki	L'énergie vitale et universelle.
Kiai	Cri perçant pour unifier les énergies et ébranler l'adversaire.
Kihon	Techniques - formes de base.
Ki-no-nagare	Techniques - formes fluides.
Kokyu	Respiration.
Kokyu-Ryoku	L'énergie développée par la pratique du kokyu.
Kotai	Changement.
Kotodama	Purification par la pratique des sons.
Ku	Le vide.
Kuzushi	Déstabiliser son adversaire.
Misogi	Rituel de purification.
Mochi	Saisir.
Mokuso	Méditation.

Musubi	Unir.
Nagare	Fluide.
Onegai Shimasu	<a href="#">"Onegai Shimasu"</a>
Ose-waza	Techniques d'immobilisation.
Reigi	Etiquette.
Riai	Unification des principes du sabre, du bâton et du corps.
Ryo	Deux (ryo-katate - les deux mains).
Samurai	"Celui qui sert". Soldat japonais (période féodale).
Satori	Eveil spirituel.
Shiho	Quatre directions.
Shinkenshobu	Duel avec de vrais sabres.
Sukashiwaza	Technique que l'on initie avant d'avoir été saisi ou frapper par le partenaire.
Suki	Ouverture (pour attaquer).
Sutemi	S'abandonner à l'exécution d'une technique.
Tai-jutsu	Techniques sans armes.
Take-musu-aiki	Terme utilisé par le fondateur pour décrire une forme avancée d'Aikido dans laquelle il y a création spontanée d'un nombre infini de techniques.
Tai-no-henko	Tourner les hanches.
Tao	Chinois pour "do".
Tepo	Pistolet.
Tori	Saisir.
Uchi	Frapper.
Yoko	Côté (yokomen = côté de la tête)
Zanshin	L'état de concentration qui persiste même après avoir complété une technique.
Zazen	Méditation assise.