

Japanisch	Deutsch
Age	heben, anheben
Ago	Kinn
Aite	Partner / Gegner beim Wettkampf
Ai-yotsu	Gleicher Griff: rechts gegen rechts; links gegen links
Arashi	Sturm
Ashi	Fuß oder Bein
Ashi guruma	Beinrad
Ashi-garami	Bein-Beugehebel
Ashi-gatame	Bein-Streckhebel
Ashi-uchi-mata	Innenschenkelwurf als Ashi-waza
Ashi-waza	Fuß- / Beintechnik
Atama	Kopf
Ate	Schlag - schlagen
Ayumi-Ashi	normales Gehen (Füße überholen sich)
Ayumi-ashi	normales Gehen auf der Matte
Barai	fegen
Basami	Schere
Bu	Krieg / tapferer Krieger
Budo	Oberbegriff der Kampfkünste in Japan
Bushi	Tapferer Krieger
Bushido	Ehrenkodex der Samurai, Ethik des Kriegerstandes
Butsugari	unaufhörlicher Angriff
Chui	Bestrafung, entspricht Yuko
Dachi	Stellung, Position
Daki	umarmen - umfassen
Dan	Meistergrad
Dan: Go-Dan	5. Dan (schwarz)
Dan: Hachi-Dan	8. Dan (rot-weiß)
Dan: Ju-Dan	10. Dan (weiße Seide)
Dan: Ku-Dan	9. Dan (rot-weiß)
Dan: Ni-Dan	2. Dan (schwarz)
Dan: Roku-Dan	6. Dan (rot-weiß)
Dan: San-Dan	3. Dan (schwarz)
Dan: Shichi-Dan	7. Dan (rot-weiß)
Dan: Sho-Dan	1. Dan (schwarz)
Dan: Yo-dan	4. Dan (schwarz)
Daoshi	umstoßen, umwerfen
De	vorwärts, vorstellen, nach vorne kommen
De-ashi-barai	den nach vorne kommenden Fuß fegen
Do	der Weg
Dojime	Beinschere
Dojo	Ort zum Begreifen des Weges, Judohalle
Dori	nehmen
Ebi	Krebsart
Eri	Kragen
Eri-jime	Kragenwürgen
Fumi	treten, aufstampfen
Fumi komi	eindrehen - hineindrehen
Fusen-gachi	Sieg durch Nichtantreten des Gegners
Gaeshi / Kaeshi	Gegentechnik - Gegenangriff
Gake	Einhängen
Garami	verwickeln - verdrehen - umschlingen
Garami	gebeugt, gedreht
Gari	sicheln
Gatame / Katame	halten - unbeweglich machen - Kontrolle

Gatame-Waza	Grifftechniken
Geiko	Übung - Übungsform
Gi (Ki-)	Kurzform für Judoanzug
Gokyo	Lehrsystem des Kodokan
Gokyo-no-Kaisetsu	Kodokan Lehrsystem
Gonosen	kontern
Gonosen-no-Kata	Form der Gegenwürfe
Goshi	Hüfte (auch: Koshi)
Goshi / Koshi	Hüfte
Goshin-Jitsu-no-Kata	Form der neuen / modereren Selbstverteidigung
Guruma	Rad
Gyaku	umgekehrt
Hadaka	frei, nackt
Hadaka-jime	freies Würgen, ohne Zuhilfenahme des Judo-Gi würgen
Hajime	Beginnt
Hane	Sprung, Feder
Hane-goshi	Springhüftwurf
Hane-maki-komi	Maki-komi-Technik, Springdrehwurf
Hansoku-make	schwere Bestrafung (Disqualifikation)
Hantei	Kampfrichterentscheid
Happo-no-kuzushi	Gleichgewichtbrechen in 8 Richtungen
Hara	Bauch - Nabel - Mitte des Menschen
Harai	fegen
Harai-goshi	Hüftfeger
Harai-tsuri-komi-ashi	das hintere Bein Fegen
Hasami	Schere
Henka-Waza	veränderte Technik
Hidari	Links
Hidari-shizen-tai	linke Grundstellung
Hikiwake	unentschieden
Hikkomi	in die Bodenlage ziehen
Hikkomi-gaeshi	erlaubter Übergang vom Stand in die Bodenlage
Hishigi	strecken - drehen
Hiza	Knie
Hiza-gatame	Mit dem Knie hebeln.
Hizi	Ellenbogen
Hon	Basis - Fundament - Original
Hon-kesa-gatame	Grundhaltegriff der Kesa-gatame-Gruppe
Hon-tai	normale, aufrechte Körperhaltung
Idori	sitzend bzw. im Knien auszuführende Technik)
Ippon	Punkt, höchste Wertung im Wettkampf
Ippon-seoi-nage	Punkt-Schulterwurf
Iri	einsteigen
Jigotai	Verteidigungshaltung (Beine mehr als Schulterbreit)
Jime	würgen (auch: shime)
Ju	nachgeben, sanft (auch: Jiu)
Judo	Der sanfte Weg
Judogi	Judoanzug
Judoka	Judokämpfer
Juji	Kreuz
Juji-gatame	Leistenstreckhebel
Juji-jime	Kreuzwürgen
Kachi	gewinnen, siegen (auch: Gachi)
Kaeshi	Gegenwurf
Kaeshi-Waza	Gegenwürfe (Kontertechniken)
Kagato	Hacken, Ferse

Kakari-geiko	spezieller Übungskampf gegen mehrere Gegner, laufend angreifen
Kake	Endphase eines Wurfes
Kami	oberhalb, obenauf
Kami-shiho-gatame	Oberer Vierpunkthaltegriff
Kannuki	Riegel
Kannuki-gatame	Riegelstreckhebel
Kansetsu	Gelenk
Kansetsu-Waza	Gruppe der Hebeltechniken
Kata	Schulter, (rituelle Übungs-)form
Kata-ashi-dori	ein Bein greifen
Kata-gatame	Schulterhaltegriff
Kata-guruma	Schulterrad
Kata-Ha	ein Flügel, Körperseite
Kata-ha-jime	Würgen unter Festlegen einer Schulter
Katame	unbeweglich machen, fixieren, kontrollieren
Katame / Gatame	halten - unbeweglich machen - Kontrolle
Katame-Waza	Grifftechnik
Kata-te-jime	Mit einer Hand würgen
Kawaeshi	spezielle Form des Wurfeinganges(nach dem Japaner Kawaeshi)
Kenka-yotsu	gegengleicher Griff; rechts gegen links und umgekehrt
Kensui	sich anhängen
Kesa	Schärpe
Kesa-gatame	Schärpenhaltegriff
Kiken-gachi	Sieg durch Krankheit / Aufgabe des Gegners
Kinsa	technischer Vorteil für einen Kämpfer, der bei Hantei-Entscheidungen zum Tragen kommt
Ko	klein
Kodokan	Judoschule von Jigoro Kano
Koga-Seoi-nage	Schulterwurf, der von aussen eingedreht wird (benannt nach Toshihiko Koga)
Koka	Bewertung, kleiner technischer Vorteil
Komi	hineingehen, eindringen
Koshi	Hüfte
Koshi-guruma	Hüfttrad
Koshi-jime	Hüftwürger
Koshi-uchi-mata	Innenschenkelwurf mit Hüfteinsatz (-> Ashi-uch-mata)
Koshi-Waza	Hüfttechniken
Ko-soto-gake	kleines äusseres Einhängen
Ko-soto-gari	kleine Aussensichel
Ko-uchi-barai	kleines Innenfegen
Ko-uchi-gari	kleine Innensichel
Ko-uchi-maki-komi	kleine Innensichel als Mitfalltechnik (maki-komi)
Kubi-nage	Hüfttechnik, bei der um den Nacken des Gegners gefasst wird, ohne die Jacke zu greifen
Kuchiki	einen morschen Baum fällen.
Kuchiki-taoshi	Beingreiftechnik
Kumi	nehmen, ergreifen
Kumi-kata	Form / Art des Greifens
Kuzure	Abart, Variante
Kuzure-kesa-gatame	Variante des Schärpen-Haltegriffs
Kuzushi	Gleichgewicht brechen
Kyu	Gruppe, Stufe, Schülergrad
Ma	gerade
Mae	vorwärts
Maki	einrollen, drehen
Maki-komi	hineindreuen und mitfallen
Makikomi-waza	Einroll- / Einwickeltechniken

Makura	Kissen, Kopfkissen
Ma-sutemi-waza	Gruppe der geraden Opferwürfe
Mata	Schenkel
Mate	warten
Ma-ukemi	Fallschule vorwärts
Migi	rechts
Migi-shizen-tai	rechte Grundstellung
Mokuso	Judositz, Konzentration
Morote	beide Hände
Morote-gari	Beidhandsichel (auch: Ryo-ashi-dori)
Morote-seoi-nage	beidhändige Variante des Schulterwurfes
Mune	Brust, Oberkörper
Mune-gatame	seitlicher Oberkörperhaltegriff (Gruppe: Yoko-shiho-gatame)
Nage, Nageru	werfen, Wurf
Nage-no-kata	Form des Werfens
Nage-Waza	Wurftechniken
Nami	normal, üblich, mittlere
Ne	Bodenlage
Ne-Waza	Bodenarbeit, Bodenkampf
Nidan	zweistufig
O	groß
Obi	Gürtel
O-goshi	Grosser Hüftwurf
O-guruma	Grosses Rad
Okuri	nachziehen
Okuri-ashi-barai	Beide Beine fegen
Okuri-eri-jime	unter Zuhilfenahme der beiden Kragen würgen
Osae	herunter, halten
Osae-komi	Haltegriff zählt
Osae-komi-waza	Haltegriffe
O-soto-gari	Grosse Aussensichel
O-soto-guruma	Grosses Aussenrad
O-soto-otoshi	Grosser Aussensturz
Otoshi	das Fallenlassen, Sturz
O-uchi-barai	Grosses Innenfegen
O-uchi-gari	Grosse Innensichel
Randori	freies Üben, Übungskampf
Rei	Höflichkeit, Verbeugung, Begrüßung
Renraku	Finte
Renranku-waza	Kombinationen
Renshu	Übung
Ryo	beide, beide Seiten
Ryo-ashi-dori	Beidhandsichel (Morote-gari)
Ryo-te	zwei Hände
Ryo-te-jime	Parallelwürgen
Ryu	Stil, Richtung
Sabaki	drehen, ausweichen, verteidigen
Samurai	Kriegerkaste
San	an den Namen angehängte Anrede
Sankaku	Dreieck
Sankaku-garami	Dreiecksbeugehebel
Sankaku-gatame	Dreiecksstreckhebel
Sankaku-jime	Dreieckswürger
Sankaku-osae-gatame	Dreiecks-Haltegriff
Sasae	stützen, halten, blockieren
Sasae-tsuru-komi-ashi	Hebezugfusshalten

Sensei	Lehrer, Meister
Seoi	Rücken, Schulter
Seoi-nage	Schulterwurf
Seoi-otoshi	Schultersturz
Shiai	Wettkampf
Shido	Bestrafung
Shiho	vier Seiten, vier Richtungen
Shiho-gatame	Gruppe von Haltegriffen
Shimeru	würgen
Shime-waza	Gruppe der Würgetechniken
Shintai	Körperbewegungen, Taktik des Angriffs
Shisei	Körperhaltung
Shita	unten, abwärts
Shizentai	natürliche Grundstellung
Shomen	frontal, Vorderseite
Sogo Gachi	Sieg durch zwei halbe Punkte
Sono-mama	liegen bleiben, nicht bewegen
Sore-made	Ende des Kampfes ("das ist alles")
Soto	außen, neben dem Körper
Soto-maki-komi	Aussendrehwurf
Sukui	Schaufel
Sukui-nage	Schaufelwurf
Sumi	Ecke, Winkel, Kniekehle
Sumi-gaeshi	Eckenwurf
Sumi-otoshi	Eckenkippe
Sutemi	sich in Gefahr begeben
Sutemi-Waza	Selbstfalltechniken, Opferwürfe
Tachi-Waza	Standtechniken
Tai	Körper
Tai-otoshi	Körpersturz
Tai-sabaki	Körperdrehungen
Tandoku-Renshu	Üben ohne Partner
Tani	Tal
Tani-otoshi	Talfallzug
Tatami	Judomatte, Reisstrohmatten
Tate	aufrecht, gerade, obendrauf
Tate-shiho-gatame	Reitvierer
Te	Hand
Te-guruma	Handrad
Te-Waza	Handwürfe
Toketa	Kampfrichterkommando: Haltegriff ist gelöst
Tomoe	Bogen, gebogener Winkel
Tomoe-nage	Kopfwurf
Tori	Angreifer, Ausführender
Tsubame-gaeshi	Schwalbenwurf
Tsugi-Ashi	Nachstellschritt
Tsukuri	Wurfansatz, Vorbereitung zum Wurf
Tsuri	auffangen
Tsuri-Ashi	Schleifendes Gehen:wiedererlangen zu können
Tsuri-goshi	Hüftzug
Tsuri-komi-goshi	Hebezug-Hüftwurf
Uchi-komi	Wurfeindrehübung mit mehrfacher Wiederholung in Absprache mit dem Partner
Uchi-mata	Innenschenkelwurf
Ude	Arm
Ude-garami	Armbeugehebel
Ude-gatame	Armdrehstreckhebel

Uke	der zu Werfende
Ukemi	Fallübungen
Uki	schweben, flattern
Uki-gatame	Schwebehaltegriff
Uki-goshi	Hüftschwung
Uki-otoshi	Schwebesturz
Uki-waza	Rückfallzug
Ura	Rückseite, entgegenstellen
Ura-gatame	rückwärtiger Haltegriff, der im Wettkampf nicht gewertet wird
Ura-nage	Rückwurf
Ushiro	nach hinten
Ushiro-goshi	Hüftgegenwurf
Ushiro-kesa-gatame	umgekehrter Kesa-gatame (auch: Gyaku-kesa-gatame)
Ushiro-ukemi	Fallübung rückwärts
Utsuri-goshi	Wechselhüftwurf
Wakare	trennen, reißen
Waki	Körperseite
Waki-gatame	mit der Körperseite hebeln
Waza	Techniken
Waza-ari	zweithöchste Bewertung im Wettkampf, ein halber Punkt
Waza-ari awasete ippon	zusammengesetzter Sieg (2 waza-ari ergeben einen Ippon)
Yakosoku-Geiko	Werden nach Vereinbarung
Yoko	Seite, seitlich
Yoko-gake	seitliches Einhängen
Yoko-guruma	Seitenrad
Yoko-otoshi	Seitensturz
Yoko-shiho-gatame	Seitlicher Vierpunkthaltegriff
Yoko-sumi-gaeshi	Seitliche Eckenkippe
Yoko-sutemi-waza	Selbstfalltechnik auf die Seite
Yoko-tomoe-nage	seitlicher Kopfwurf
Yoko-ukemi	Fallübung seitwärts
Yoshi	weiterkämpfen, nach Sono-mama
Yuko	Bewertung, technischer Vorteil
Yusei-gachi	Arbeitssieg (nach Hantei)
Za-Rei	formale Verbeugung im Knien
Za-zen	Stillsitzen in Zen, Konzentrationssitz
Zen	konzentrieren