

AIKIDO - Términos Básicos

1	Ai	Armonía, unión, amor.
2	Ai Hammi	Posición invertida. Postura recíproca entre Tori y Uke. Hidari y Migi Hammi.
3	Aiki	La energía armonizada. (por extensión: Aikido)
4	Aiki Jo	Trabajo de la energía y la armonía con el Jo.
5	Aiki Jutsu	Arte marcial anterior al Aikido.
6	Aiki Ken	Trabajo de la energía y la armonía con el Bokken.
7	Aiki Otoshi	Levantar a Uke por las rodillas, dejándole caer luego.
8	Aiki Taiso	Ejercicios destinados a unificar cuerpo, espíritu y mente.
9	Aikido	Vía para la armonía de la energía.
10	Aikidogi	Vestimenta de Aikido.
11	Aikidoka	Persona que practica Aikido, tiene la connotación de experto.
12	Aikikai	Asociación de Aikido creada por Morihei Ueshiba.
13	Aite	Oponente, adversario, Uke.
14	Arigato	Gracias.
15	Atemi	Golpe, apertura.
16	Atemi waza	Técnicas para golpear un punto vital.
17	Bo	Bastón largo.
18	Bokken	Espada de madera que simula la Katana.
19	Budo	Técnicas o formas (Bujutsu) de guerra. El camino de las artes marciales.
20	Bushi	Guerrero o Samurai.
21	Bushido	Código de honor del Bushi.
22	Chudan	Nivel medio.
23	Chudan no Kamae	Guardia media adelantada.
24	Chudan Tsuki	Golpe directo frontal a la región abdominal-pectoral.
25	Dan	Grados a partir del cinturón negro.
26	Daymio	Señor feudal (gobernador de un castillo o territorio).
27	Deshi	Aprendiz.
28	Do	Camino o vía. Tronco del cuerpo.
29	Dojo	Lugar de entrenamiento y esclarecimiento.
30	Domo Arigato	Gracias (formal).
31	Domo Arigato Gozaimashita	Muchas Gracias (en tiempo pasado).
32	Dori	Agarre.
33	Doshi	Camarada, amigo, término usado entre practicantes de Aikido.
34	Doshu	Hombre de la vía (mínimo 2º Dan).
35	Dozo	Guía, conductor, el maestro de la vía. Director Mundial del Aikido.
		Adelante.

36	Eri	Revés del cuello de la chaqueta.
37	Eri Dori	Agarre al cuello de la chaqueta, ushiro.
38	Gaeshi	Inverso, exterior.
39	Gamae	Posición natural y estable, en equilibrio. Guardia. Kamae.
40	Ganseki otoshi	Inmovilización del brazo con el codo apostado en el hombro.
41	Gedan	Nivel bajo.
42	Gedan Tsuki	Golpe a nivel bajo.
43	Go	Cinco.
44	Go Dan	Cinto negro 5º Dan.
45	Go Kyu	Cinto amarillo 5º Kyu.
46	Go No Keiko	Práctica estática. Principios de la base técnica.
47	Gokyo	5º principio de Aikido, luxación de la muñeca.
48	Gyaku	Opuesto, inverso, contrario.
49	Gyaku Chudan Tsuki	Golpe con el puño atrasado a altura media. En la posición de guardia, el pie adelantado de Tori es el contrario del pie adelantado de Uke.
50	Gyaku Hammi	
51	Gyaku Jodan Tsuki	Golpe con el puño atrasado a altura de la cara.
52	Gyaku Katate Dori	Agarre a la mano con la guardia inversa.
53	Gyaku Shomen Uchi	Corte vertical-descendente con la guardia invertida.
54	Gyaku Tsuki	Atemi, golpe directo con el brazo contrario al pie adelantado.
55	Gyaku Yoko Guruma	Golpe cortante horizontal contrario al pie adelantado.
56	Gyaku Yokomen Uchi	Golpe cortante en diagonal descendente izquierda-derecha.
57	Hachi	Ocho.
58	Hai	Si.
59	Haito	Borde interior de la mano.
60	Hajime	Comienzo, comenzad. Pantalón de siete pliegues tradicional japonés, usualmente para grados Dan.
61	Hakama	
62	Hammi	Posición del cuerpo.
63	Hammi Handachi Waza	Técnicas realizadas con uke de pie y Tori de rodillas.
64	Hammi no kamae	Guardia de perfil.
65	Happo giri	Corte en ocho direcciones. Vientre. Centro donde se concentra la energía y masa en el cuerpo, fuente de Ki.
66	Hara	
67	Hera	Pliegue en la parte de atrás del Hakama.
68	Hidari	Izquierda.
69	Hiji	Codo.
70	Hiji dori	Agarre al codo.
71	Hiji Kime Osae	Control del codo mediante el Kime.
72	Hombu Dojo	Dojo: Dojo central.

73	Iai Do	Arte de desenvainar el sable.. Vía del sable.
74	Iaidoka	Experto en Iaido.
75	Ichi	Uno.
76	lie	No.
77	Ik Kyu	Cinto marrón 1er. Kyu.
78	Ikkyo	1º principio = oshi taoshi, Ude Osa. Entrar al cuerpo. Ir de frente. Es la acción de entrar hacia el atacante esquivando.
79	Irimi	
80	Irimi Nage	Proyectar entrando. En su variante Ura representación del Circulo.
81	Irimi Tenkan	Entrar y pivotar sobre el pie adelantado.
82	Jitsu	Lleno, tenso, yang. Técnica o conjunto de técnicas. Jutsu.
83	Jiyu Waza	Técnica libre.
84	Jo	Bastón de madera de aproximadamente 130 cm.
85	Jo Do	Vía del Jo.
86	Jo Dori	Técnicas de agarre al Jo, ataque y defensa.
87	Jo Jitsu	Arte de la lucha con bastón. Jo Jutsu
88	Jo Jutsu	Arte del manejo del bastón. Jo Jitsu
89	Jodan	Nivel alto.
90	Jodan No Kamae	Guardia alta-retrasada por encima de la cabeza.
91	Jodan Tsuki	Golpe frontal a nivel alto.
92	Judogi	Vestimenta de Judo. Técnica de cruzar los brazos de Uke ejerciendo palanca sobre uno de ellos.
93	Juji Garami	
94	Jutsu	Técnica. Jitsu.
95	Ju	Diez (10).
96	Juy-Ichi	Once (11).
97	Juy-Ni	Doce (12).
98	Kaeshi	Contraataque.
99	Kaeshi Waza	Contra técnica. Forma avanzada de entrenamiento.
100	Kaiten	Movimiento giratorio.
101	Kaiten nage	Proyección de rotación.
102	Kaiten Ukemi	Caer rodando.
103	Kamae	Posición natural y estable, en equilibrio. Guardia. Gamae.
104	Kamiza	Lado principal del tatami donde se encuentra el retrato del Fundador.
105	Karategi	Vestimenta de Karate.
106	Kata	Grupo de movimientos establecidos. Hombro.
107	Kata Dori	Agarre al hombro.
108	Kata Dori Menuchi	Agarre al hombro y golpe cortante vertical descendente.
109	Katana	Espada larga. Sable de mayor uso entre los sumaraís.

110 Katate	Una mano.
111 Katate Dori	Agarre a una mano con una mano. (Gyaku hammi katate dori).
112 Katate Dori Kubi Shime	Agarre a una mano y estrangulación del cuello.
113 Katate Dori Ryote Mochi	Agarrar la muñeca con ambas manos.
114 Katate Hachi No Ji Gaeshi	Volteo del Jo para apartar un ataque y acabar en Hasso
115 Katate Jo	Agarrar el Jo con una mano.
116 Katate Jo Ryote Dori	Agarre de uke al Jo de Tori con las dos manos.
117 Keikogi	Traje de chaqueta, pantalón y obi utilizado para la práctica.
118 Ken	Espada.
119 Ken Jitsu	Arte del sable. Ken Jutsu
120 Ken Jutsu	Arte del manejo de la espada. Ken Jitsu
121 Kendo	Esgrima japonesa que se practica con sable de bambú (Shinai). Camino de la espada.
122 Ki	Energía espiritual, energía del universo.
123 Kiai	Grito muy potente que se da para transmitir el Ki a un golpe.
124 Kiai Jutsu	Técnica del Kiai
125 Kihon	Bases, fundamentos, principios.
126 Kihon waza	Técnicas fundamentales. La forma básica de la técnica.
127 Kime	Proyección concentrada de la energía.
128 Kiritsuke	Descargar un golpe definitivo,
129 Kisoku	Prolongar la respiración.
130 Kogeki Ho	Formas de ataques.
131 Kohai	Posición de un estudiante con respecto a otro mas veterano.
132 Kokyu	Respiración.
133 Kokyu Ho	Práctica del movimiento respiratorio.
134 Kokyu Nage	Proyección respiratoria.
135 Koshi	Cintura, cadera.
136 Koshi Nage	Proyección con la cadera.
137 Koshiita	Lámina trasera del Hakama.
138 Kotae	Practica especialmente firme. Kotai.
139 Kote	Muñeca.
140 Kote Gaeshi	Luxación exterior de la muñeca.
141 Kote Hineri	Sankyo, palanca en la muñeca rotándola.
142 Kote Mawashi	Nikyo, palanca en la muñeca en semicírculo.
143 Kotodama	Función espiritual de los sonidos. Practica religiosa usando sonidos.
144 Koutai	Cambio.
145 Ku	Nueve (9).
146 Kubi	Cuello.
147 Kubi Dori	Agarre al cuello.

148 Kubi Shime	Estrangulación en el cuello.
149 Kukyo	9º principio = Nanakyo inverso.
150 Kumi	Cruzar armas.
151 Kumi Jo	Técnicas de bastón contra bastón.
152 Kumi Tachi	Técnicas de sable contra sable.
153 Kushin	Entrar en el ataque.
154 Kushinuke	Esquivar un ataque.
155 Kuzushi	Romper el equilibrio del Uke.
156 Kyo	Vacío, blando, yin.
157 Kyoshi	Enseñante, instructor que transmite (min.5º Dan).
158 Kyu	Grados anteriores al cinturón negro.
159 Kyudo	Vía del Arco tradicional japonés.
160 Kyuhonme	9ª Kata de Iaido en tachi. Kashira Tsuki No Tachi. (Maniwa Nen Ryu).
161 Kyusho	Puntos vulnerables del cuerpo humano.
162 Ma	Distancia.
163 Ma Ai	Distancia básica recomendable entre Uke y Tori. Distancia correcta.
164 Mae	Frontal, adelante.
165 Mae Geri	Patada frontal.
166 Mae Kaiten Ukemi	Caída rodada hacia delante.
167 Mae Ukemi	Caída hacia adelante sin rodar.
168 Mae-no-sen	Tomar la iniciativa. Atacar en el momento en que tu oponente piensa hacerlo.
169 Maki	Envuelto.
170 Maki otoshi	Tori acaba sobre una rodilla, habiendo lanzado a Uke sobre el hombro de Tori.
171 Maki Uchi	Golpe rápido y corto vertical-descendente con el Bokken, Katana o Jo.
172 Maniwa Nen Ryu	Escuela de Ken Jutsu del siglo XVII.
173 Maru	Circu
174 Masakatsu	Victoria verdadera.
175 Mata	El muslo, la ingle.
176 Matadachi	Abertura en el lado del Hakama.
177 Mawashi	Un giro, una rotación. Circular.
178 Mawashi Geri	Patada circular lateral.
179 Mawashi tsuki	Golpe circular con el puño
180 Mawashi Jodan Tsuki	Atemi circular a la cara.
181 Mawatte	Dar media vuelta.
182 Men	Cara.
183 Men Nage	Proyección por la cabeza.
184 Men uchi	Golpe cortante vertical-descendente, Shomen Uchi.

185	Metsuke	La mirada.
186	Migi	Derecha.
187	Migi ashi	Mover el pie derecho.
188	Migi gamae	Posición estable. Pie derecho adelantado.
189	Migi Hammi	Posición reciproca Uke y Tori. Pie derecho adelantado.
190	Migi Kamae	Guardia de derecha. Migi gamae.
191	Migi Te	Mano derecha.
192	Mikazuki	Atemi a la mandíbula.
193	Mimi	Orejas. Purificarse, limpiar, ceremonias y técnicas de purificación mediante la respiración.
194	Mishogi	
195	Mitsuke	Mirada de alerta observando los movimientos del Uke.
196	Mochi	Agarrar con las manos.
197	Mojin	Discípulo.
198	Moku roku	Un catalogo de técnicas. Sentarse en Seiza, concentrándose, y procurando unidad física y mental. Meditación.
199	Mokuso	
200	Mon	Escudo familiar en el uniforme.
201	Morihei Ueshiba	O'Sensei, fundador del Aikido.
202	Morote	Ambas manos.
203	Morote Dori	El Uke agarra una mano del Tori con sus dos manos.
204	Mudansha	Aikidoka con grado Kyu.
205	Mune	Pecho, solapa.
206	Mune Dori	Agarre con una mano a la solapa.
207	Mune Dori Menuchi	Agarre al pecho y golpe cortante vertical-descendente.
208	Munen mushin	Golpear sin consciencia.
209	Munen muso	La meta del zazen.
210	Murasame	Puntos de presión a cada lado del cuello detrás de la clavícula.
211	Mushin	Mente limpia o en blanco. Sin mente.
212	Nagashi waza	Fluir de una técnica a la siguiente.
213	Nage	Proyección. El que defiende. Tori.
214	Nage Waza	Técnicas de proyección.
215	Naike	Punto de presión en el interior del tobillo.
216	Naka	Centro.
217	Naka ni	Al centro. 7ª kata de Iaido en tachi. Hasso Kesa Giri No Tachi. (Yagyū Shinkage Ryu).
218	Nanahonme	
219	Nanakyō	7º principio = Yonkyō aplicado a back of wrist.
220	Naname	Diagonal.
221	Ni	Dos (2).

222 Ni Dan	Cinto negro 2º Dan.
223 Ni Kyu	Cinto azul. 2º Kyu.
224 Nihonme	2ª kata de laido en tachi. Zengo Chidori No Tachi. (Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu).
225 Nihonme No Suwari	2ª kata de laido en suwari. Nuki Uchi No Ken. (Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu).
226 Nikyo	2º principio de Aikido, luxación de muñeca y codo.
227 Ninjo	Lo que se debe hacer.
228 No	Partícula posesiva del lenguaje.
229 Nobashi	Alargado, estirado.
230 Nogare	Método de respiración consistente en una larga exhalación con un grito ahogado.
231 Noto	Enfundar la espada.
232 Nukite	Final de los dedos endurecidos.
233 Nukitsuke	Desenfundar con rapidez.
234 O	Honorable, Gran, Grande.
235 O'Sensei	Gran maestro. Usado solo en referencia al fundador de un arte marcial.
236 Obi	Cinturón.
237 Oi tsuki	Puñetazo avanzando.
238 Oji	Una respuesta.
239 Oji waza	Bloquear y contraatacar.
240 Omote	Frontal, Por delante, yang.
241 Omote waza	Técnicas que son reveladas al público.
242 Onegaishimasu	Por favor (cuando pides algo, usualmente como en por favor vamos a practicar juntos).
243 Osae	Presionar, empujar, inmovilizar.
244 Osae waza	Técnicas de inmovilización.
245 Otagai ni rei	Saludo al otro.
246 Otoshi	Dejar caer, hacer caer hacia el suelo.
247 Ottomenryu	Prohibición de comunicar o transmitir un conocimiento o técnica por medio de la escritura.
248 Randori	Práctica con múltiples atacantes.
249 Rei	Saludar, inclinarse. Saludo.
250 Rei Shiki	Reglas del protocolo en el Dojo. Ceremonial.
251 Ren	Doble.
252 Ren Shomen Uchi	Encadenar varios Shomen uchi.
253 Ren Tachi Jitsu	Arte del manejo de dos espadas simultáneamente.
254 Ritsu rei	Saludo de pie.
255 Rokku	Seis (6).
256 Rokkyo	6º principio = hiji-kime-osae o waki-katame o ude-hishigi..
257 Ronin	Samurai sin dueño o señor. Samurai errante.

258	Ryo hiji Dori	Agarre a ambos codos.
259	Ryo kata Dori	Agarre a ambos hombros.
260	Ryo Mune Dori	Doble agarre a la solapa del Keikogi.
261	Ryote Dori	Agarre a las dos muñecas.
262	Ryote Jo	Agarrar el Jo con las dos manos.
263	Ryote Mochi	Agarre de una mano con dos manos.
264	Ryu	(sistema) de un arte marcial. Escuela.
265	Sabaki	Movimiento del cuerpo.
266	Samurai	Militar Japonés de la época feudal.
267	San	Tres (3).
268	San Dan	Cinto negro 3er. Dan.
269	San Kyu	Cinto verde 3º Kyu.
270	Sankyo	3er. principio del Aikido, torsión interna de la muñeca, codo y hombro.
271	Seika tanden	Abdomen inferior.
272	Seiza	Sentado sobre los talones (de rodillas). Forma de sentarse tradicional Japonesa.
273	Sempai	Estudiante más avanzado.
274	Sensei	Instructor, maestro, profesor.
275	Sensei ni rei	Saludo al maestro (Sensei).
276	Shichi	Siete (7). (no se utiliza, en su lugar: Nan
277	Shihan	Gran Maestro. Maestro de maestros. Instructor de instructores, 6to dan en adelante.
278	Shiho Nage	Proyección en cuatro direcciones.
279	Shikko	Desplazarse andando de rodillas.
280	Shinai	Espada de bambú.
281	Sho Dan	Cinto negro 1er. Dan.
282	Shodo	El arte (la vía) de la caligrafía
283	Shomen	Parte frontal de la cabeza. Parte principal del Dojo.
284	Shomen Uchi	Golpe vertical descendente.
285	Shugyo	Entrenamiento riguroso para la purificación.
286	Shuki	Conservar la energía.
287	Sode	Manga.
288	Sode dori	Agarre de la manga a nivel del codo.
289	Soke	Cabeza de estilo (realmente cabeza de familia).
290	Soko	Allí, esa posición.
291	Soto	Fuera, exterior.
292	Soto Kaiten Nage	Proyección rotatoria exterior.
293	Suki	Abertura o falta de concentración. Descuido.
294	Sumi	Rincón, ángulo, esquina.

295	Sumi Otoshi	Dejar caer a Uke a un costado.
296	Suwari Waza	Técnicas sentados de rodillas. En el suelo.
297	Tachi	En pie. Espada.
298	Tachi Dori	Técnicas de defensa a manos libres contra ataques de sable.
299	Tachi Kamae	Guardia en pie.
300	Tachi Waza	Técnicas realizadas con uke y Tori de pie.
301	Tai	Cuerpo.
302	Tai Jutsu	Técnicas sin armas.
303	Tai Sabaki	Movimiento del cuerpo circular, girar.
304	Takemusu	Creatividad marcial.
305	Tanden	Abdomen.
306	Tanto	Cuchillo.
307	Tanto Dori	Técnicas de defensa a manos libres contra ataques de cuchillo en Aikido.
308	Tanto Jitsu	Técnica del uso del tanto.
309	Tao	Principio de energía universal.
310	Tatami	Superficie acolchada para la practica de artes marciales.
311	Te	Mano.
312	Te Sabaki	Movimientos de las manos para soltarse y crear desequilibrio.
313	Tegatana	El uso de la mano en forma de sable o la mano sable.
314	Ten	Cielo.
315	Tenchi	Cielo y Tierra.
316	Tenchi Nage	Proyección cielo-tierra.
317	Tenkan	Girar el cuerpo 180° sin cambiar de guardia. Ceder.
318	Tenshin	Salida a 45 grados.
319	Tori	El que dirige, el que defiende. Shite.
320	Tsuba	Guardia de la empuñadura de la Katana. Golpe de puño directo. Puñetazo o empujón con fuerza. Atemi, apertura.
321	Tsuki	
322	Tsuki Jodan Gaeshi	Denominación del Aikikai de la técnica Tsuki-Yokomen.
323	Tsukuri	Preparación de la postura para ejecutar la técnica.
324	Uchi Deshi	Discípulo interno.
325	Uchi Kaiten Nage	Proyección rotatoria interior.
326	Uchi Kaiten Sankyo	Luxación de la muñeca con trayectoria rotatoria interior.
327	Uchi waza	Técnicas de golpe.
328	Uchimata	El lado interno de la proyección.
329	Ude Garame	Enredar brazos.
330	Ude Kime Nage	Proyección del brazo mediante el Kime.
331	Uke	El que recibe la técnica, el que ataca, el que es dirigido.
332	Uke waza	Técnicas de defensa (bloqueo).

333 Ukemi	Caer. El arte de recibir la técnica y caer sin causarse daño manteniendo contacto con Tori.
334 Ura	Por detrás, negativo, yin.
335 Uraken	Reverso del puño.
336 Ushiro	Detrás, yin.
337 Ushiro chudan tsuki	Golpe recto hacia atrás.
338 Ushiro Dori	Agarre por detrás (llave del Oso)
339 Ushiro Eri dori	Agarre por el cuello de la chaqueta por detrás.
340 Ushiro Hiji dori	Agarre de los codos por detrás.
341 Ushiro Kaiten Ukemi	Caída rodada hacia atrás.
342 Ushiro Katate Dori Kubi Shime	Estrangulación y agarre de una muñeca por detrás.
343 Ushiro Kiri Otoshi	Proyección desde atrás dejando caer a uke.
344 Ushiro Kubi shime	Agarre a una mano y estrangulación por la espalda.
345 Ushiro Ryo Hiji Dori	Agarre de los dos codos por detrás.
346 Ushiro Ryo kata dori	Agarre de ambos hombros por la espalda.
347 Ushiro Ryote Dori	Ambas manos agarran las manos de Tori por detrás.
348 Ushiro Tsuki	Golpe directo hacia atrás.
349 Ushiro Uchi	Golpe cortante en diagonal descendente hacia atrás.
350 Ushiro Ukemi	Caída hacia atrás sin rodar.
351 Ushiro Waza	Técnicas con uke atacando por detrás de Tori.
352 Waza	Técnica, práctica.
353 Yang	Polaridad positiva o representación de la fuerza activa.
354 Yin	Polaridad negativa o representación de la fuerza pasiva.
355 Yo Dan	Cinto negro 4º Dan.
356 Yoku Guruma	Golpe cortante circular horizontal.
357 Yoku Ukemi	Caída lateral.
358 Yokomen	Lado de la cabeza.
359 Yokomen Uchi	Golpe descendente en diagonal sobre la sien o cuello.
360 Yon Kyu	Cinto naranja 4º Kyu.
361 Yonkyo	4º principio de Aikido, inmovilización del brazo. Tekubi Osae.
362 Yudansha	Cinturón negro.
363 Yuki	Transmisión del Ki. Valentía.
364 Za Rei	Saludo ceremonial desde seiza. Conciencia. Concentración. Completar la técnica, manteniéndose alerta.
365 Zanshin	
366 Zazen	Meditar sentado (Zen).
367 Zenshin	Todo el cuerpo.
368 Zori	Zapatillas