

JJVÖ

オーストリア柔術連盟

Jiu-Jitsu Verband Österreich

Jiu-Jitsu Federation Austria

Fachvokabeln



Prüfungsreferat des JJVÖ

1. Ausgabe 2010 Version 15.12.2009

Bei der Zusammenstellung von Texten und Abbildungen wurde mit größter Sorgfalt vorgegangen. Trotzdem können Fehler nicht vollständig ausgeschlossen werden.

Für Verbesserungsvorschläge und Hinweise auf Fehler ist Ihnen das Autorenteam sehr dankbar.

Für alle Mitglieder des JJVÖ als Lernbehelf für Jiu Jitsu Prüfungen.

Vokabeln

Die hier aufgezählten Vokabeln werden nicht nur für den 5. Kyu verwendet, sondern sind für das gesamte Gürtelprogramm zu verwenden. (5. Kyu bis 5. Dan)

A

(Domo) arigato gozeimasu	Danke sehr, herzlichen Dank
Age	Heben
Age-shotei-uchi	Handballenstoß aufwärts
Age-uke	Faustabwehr nach oben
Ago	Kiefer
Ai	Harmonie, Geist
Ashi	Fuß, Bein
Ashi-dori-garami	Beinbeugehebel
Ashi-guruma	Beinrad
Ashi-jime	Beinwürgen
Ashi-kannuki-gatame	Beinriegelstreckhebel
Ashi-kansetsu-waza	Fuß- oder Beinhebel
Ashi-no-yubi	Zehe
Ashi-ude-garami	Unterarmbeinbeugehebel
Ashi-waza	Gruppe der Fußtechniken
Atemi	bewusstlos mit einem Schlag
Atemi-waza	Gruppe der Schlagtechniken
Ate-waza	Gruppe aller Schlagtechniken mit den Armen (Hand, Unterarm, Ellbogen)
Ayumi-ashi	Normales Gehen

B

-Barai (Harai)	fegen
-Basami	Schere
Bikon	Nasenwurzel
Bo-jitsu	siehe Kampfsportarten allgemein
Budo	Weg des Kriegers; Sammelbegriff aller asiatischen Kampfsportarten
Budo-ka	Einer, der einen Budosport ausübt
Budo-Sport	Bezeichnung für alle Kampfsportarten, im englischen: "Martial Arts"
Bu-jitsu	Kriegskunst
Bushi	Krieger
Bushido	Weg des Kriegers; Ehrenkodex der Samurai

C

Chi	(chin.) innere Kraft, Energie, siehe Ki
Chudan	Mittlere Stufe (Brust, Bauch, Arme)
Chuga-eri	Rolle vorwärts

D

-Dachi (Tachi)	Fußstellung, Stand, Position
Dan	Rang, Stufe (Meistergrad)
De	Vorrücken
De-ashi-barai	Fußfegen

Do	Weg (des Übens, Lehre, Grundsatz)
Dojime	Beinschere
Dojo	Stelle des Weges; Übungsraum
-Dori (Tori)	Der Werfende
E	
Empi	Ellenbogen, Ellenbogengelenk
Empi-uchi	Ellbogenschlag, allgemein
Eri	Kragen, Revers
Eri-seoi-nage	Kragenschulterwurf
F	
Fumi	Treten, stampfen
Fusen gachi	Sieg durch Nichtantreten des Gegners
G	
-Gachi (Kachi)	Der Sieg, siegen
-Gaeshi (Kaeshi)	Kontern, Gegenangriff
Gake	Einhängen, haken
Ganmen	Gesicht
Garami	gebeugt, gedreht
Gari	Sicheln, fegen
-Gatame (Katame)	halten, strecken, fixieren, kontrollieren
Gedan	Untere Stufe (Unterbauch, Beine)
Gedan-barai	Fegeabwehr nach unten
-geiko (Keiko)	Training, Übung
Geri	Tritt, Fußstoß
Gi	Budoanzug, Kampfbekleidung
Gokyo	Lehrsystem des Kokokan, 40 Grundwürfe
Gonosen	Verteidigung durch Übernahme der generischen Bewegung
Gonosen-waza	Gruppe aller Gegenwurftechniken
-Goshi (Koshi)	Hüfte
-Guruma (Kuruma)	Rad
Gyaku	Umgekehrt
Gyaku-ashi-ude-garami	Umgekehrter Unterarmbeugehebel
Gyaku-juji-gatame	Umgekehrter Leistenstreckhebel
Gyaku-juji-jime	Umgekehrtes Kreuzwürgen
Gyaku-kesa-garami	Umgekehrter Schärpenbeugehebel
Gyaku-kesa-gatame	Umgekehrte Schärpe
Gyaku-okuri-eri-jime	Umgekehrtes Kragenwürgen
Gyaku-sumi-gaeshi	Umgekehrter Eckenwurf
Gyaku-ude-garami	Umgekehrter Unterarmbeugehebel
Gyaku-waki-garami	Umgekehrter Achselbeugehebel
Gyaku-waki-gatame	Umgekehrter Achselstreckhebel
Gyaku-zuki	Umgekehrter Fauststoß
H	
Hadaka	Frei, nackt
Hadaka-jime	Nacktes Würgen (Schränkwürgen)
Hai	Ja
Haishu	Handrücken
Haisoku	Spann, Fußrücken
Haito	Handinnenkante

Hajime	beginnt (Kampfrichterkommando)
Hakama	Hosenrock
Hana	Nase
Hane	Sprung, Flügel
Hane-goshi	Springhüftwurf
Hane-maki-komi	Springdrehwurf
Hantei	Wertung, Seitenwechsel
Hara	Bauch
Hara-garami	Bauchbeugehebel
Hara-gatame	Bauchstreckhebel
Harai (-Barai)	fegen, mähen
Harai-goshi	Fegehüftwurf (Hüftfeger)
Harai-maki-komi	Fegedrehwurf
Hara-kiri	Bauch aufschneiden
Hasami	Einklemmen
Heiko	Gleichgewicht, ausgeglichen, parallel
Hidari	Links
Hiji	Ellbogen
Hiki-ashi	Schritt zurück
Hikkomi	In die Bodenlage ziehen
Hishigi	strecken, gestreckt (auch Nami)
Hitai	Stirn
Hitosashiyubi	Zeigefinger
Hiza	Knie
Hizagashira	Kniescheibe
Hiza-geri	Kniestoß
Hiza-guruma	Knierad
Hiza-keage	Kniestoß nach oben
Hiza-uke	Abwehr mit dem Knie
Hon	Quelle, Buch
I	
Ippon	Ein Punkt
Ippon-seoi-nage	Ein Punktschulterwurf
J	
Ji, Ju	Sanft, weich, nachgebend
Jigotai (Hontai)	Verteidigungsstellung
Jime (-Shime)	Würgen
Jitsu, Jutsu	Kunst
Jiu-jitsu-gi	Kampfbekleidung
Jiu-jitsu-ka	Jiu-Jitsu-Kämpfer
Jodan	Obere Stufe (Kopf, Hals)
Jodan-juji-uke	Kreuzblock nach oben
Joseki	Lehrerplatz
Juji	Kreuz
K	
Kaeshi	kontern, abwehren, Gegenangriff
Kaeshi-jime	Sturzbankwürgen
Kafukubu	Unterleib
Kagako	Unterkiefer
Kagato	Ferse, Hacke

Kagato-jime	Fußwürgen
Kaito	Hahnenkammhand, Bereich des Daumengelenkes
Kake	Wurf mit Kontrolle bis zum Schluss
Kamae	Bereitschaft
Kamekami	Schläfe
Kami	Oberer Teil, Gott
Kami-shiho-gatame	Oberer Stützvierer
Kamiza	Fahne, Wappen, Ehrenplatz
Kani	Krebs
Kani-basami	Krebsschere (Bauchschere)
Kani-garami	Krebshebel
Kanji	in Japan verwendete Schriftzeichen
Kannuki	Riegel
Kannuki-gatame	Riegelstreckhebel
Kansetsu	Gelenk
Kansetsu-waza	Gruppe der Hebeltechniken
Kao	Gesicht
Kara	nackt, leer
Karada	Körper
Kashira-gatame	Kissenschärpe
Kassatsu	Rückgrat
Kata	Form (Übungsform), auch Schulter
Kata-ashi-hishigi	Schulterbeinstrecker
Kata-gatame	Schulter­schärpe
Kata-guruma	Schulterrad
Kata-ha	Körperseite, Flügel
Kata-ha-jime	Hinteres Schulterwürgen
Kata-jime	Schulterwürgen
Kata-juji-jime	Mischkreuzwürgen
Kata-osae-gatame	Doppelseitvierer
Kata-seoi-nage	Schulter-Schulterwurf
Katate-jime	Einhandwürgen
Keikotsu	Schienbein
Keito	Handwurzelinnenseite
Ken	Schwert, Faust
Keri (-geri)	Tritt, Kick, treten
Keri-waza	Gruppe aller Fuß- und Tritttechniken
Kesa (-gesa)	Schärpe
Kesa-ashi-gatame	Schärpenstreckhebel
Kesa-garami	Schärpenbeugehebel
Kesa-gatame	Schärpe, Stützdreieck
Ki	Geistig
Kiai	Kampfschrei
Kiba	Reiten
Kihon	Grundschule, Basis
Kime	Anspannung
Kimono	Jacke
Kin	Rist, Fußspann
Kin-geri	Vorwärtstritt mit dem Fußspann
Kiritsu	Aufstehen, aufrichten
Kiritsu	In den Stand, Disziplin
Ko	Klein

Kodokan	Zentrales Judoinstitut in Tokio
Koken	Handrücken, Bereich des Handgelenkes
Kokutsu-dachi	Rückwärtsstellung
Kokyu	Atmung
Komi	Dicht, drängen
Konichiwa	Guten Tag
Koshi (-goshi)	Hüfte
Koshi-guruma	Hüftrad
Koshi-waza	Gruppe aller Hüfttechniken
Kote-gaeshi	Drehgriff außen
Kote-hineri	Drehgriff innen
Kote-mawashi	Handgelenksdrehung
Ko-uchi-gari	Kleine Innensichel
Koyubi	Kleine Finger
Kuatsu	die Kunst der Wiederbelebung
Kubi	Nacken, Genick
Kubi-nage	Nackenschwurf
Kumi-kata	Fassarten
Kumite	Übungskampf, Zweikampf
Kurubashi	Knöchel
Kusariyubi	Ringfinder
Kuzure	Abart, Variation
Kuzure-kannuki-gatame	Variierter Riegelstreckhebel
Kuzure-yoko-shiho-gatame	Gelockerter (variierter) Seitvierer
Kuzushi	Das Stören des Gleichgewichtes
Kyu	Klasse, Stufe (Schülergrad)
M	
Mae	Vorwärts, gerade
Mae-geri	Vorwärtsfußtritt
Mae-kakato-geri	Stammtritt mit der Ferse nach vorne
Mae-ukemi	Fall vorwärts
Maki-komi	Umhüllen
Maki-komi-jime	Drehwürgen
Maki-komi-waza	Gruppe aller „Wickeltechniken“ Drehwürfe
Makura	Kopfkissen
Makura-kesa-gatame	Kissenschärpe
Mata	Schenkel
Mate	Warten (Kampfrichterkommando = lösen)
Mawari-ashi	Drehung um den vorderen Fuß
Mawashi	Halbkreis
Mawashi-geri	Halbkreisförmiger Fußtritt
Mawashi-hiza-geri	Halbkreis-kniestöß
Mawate	Wendung
Me	Auge
Mets(u)ke	Haltung der Augen, Blickkontakt
Migi	Rechts
Mikazuki-geri	Halbmondfußtritt
Mokuso	Konzentrationssitz, Meditation
Mokuso-yame	Ende der Meditation
Momo	Schenkel
Morote	Mit beiden Händen, beidseitig
Morote-seoi-nage	Zweihandschulterwurf

Morote-uke
Mune
Mune-gatame
Mune-kannuki-gatame
Musubi-dachi

N

Nagashi-uke
Nage
Nage-waza
Nakayubi
Nami
Nami-ashi
Nami-juji-gatame
Nami-juji-jime
Nami-ude-garami
Nami-ude-gatame
Neko
Neko-ashi-dachi
Ne-waza
Nodo
Nomi no Sukune

O

O
Obi
O-chuga-eri
O-goshi
O-guruma
Oi-zuki
Okuri
Okuri-ashi
Okuri-ashi-barai
Okuri-eri-jime
Osae
Osae-komi
Osae-ude-gatame
Osae-waza
O-soto-gari
O-soto-guruma
O-soto-otoshi
Otagai-ni-rei
Otogai
Otogani rei
Otoshi
O-uchi-gari
Oyayubi

R

Randori
Rei
Renraku-waza
Rensoku-waza

Doppelblock nach außen
Brust
Brustschärpe
Brustriegelstreckhebel
V-Stellung, Fersen geschlossen

Fegesperre
Wurf
Gruppe sämtlicher Würfe
Mittelfinger
Normal, gewöhnlich, Rist, Welle
Schnappblock mit dem Fuß
Leistenstreckhebel
Kreuzwürgen
Unterarmbeugehebel
Drehstreckhebel
Katze
Katzenstellung
Gruppe sämtlicher Bodentechniken
Kehle
Legendärer Begründer und Urvater des
damaligen, antiken Jiu Jitsu

Groß
Gürtel
Rolle vorwärts in den Stand
Großer Hüftwurf
Großes Außenrad
Gleichseitiger Fauststoß
Nachschicken, nachsenden, nachsetzen
Doppelschritt
Fußnachfegen
Kragenwürgen
Herunter, halten, beherrschen, unterdrücken
Festhaltegriff
Haltestreckhebel
Festhaltetechniken
Große Außensichel
Großes Außenrad
Großer Außenzug
Respektvolles Verbeugen zueinander
Kinn
Schüler untereinander grüßen
Fallen, fallenlassen, Sturz
Große Innensichel
Daumen

Lockeres Nehmen, Übungskampf
Grüßen
Kombinationstechniken
Technikkombinationen

Ritsu	Aufstehen
Ritsu rei	Im Stand grüßen
Ryo	Beide, zwei
Ryo-ashi-hishigi	Doppelbeinbeuger
Ryote-jime	Doppelristwürgen
Ryu	Schule, Fachrichtung
S	
Sabaki	Bewegen
Sakotsu	Schlüsselbein
Samurai	einer der dient, Ritter
Sankaku	Dreieck, Triangel
Sankaku-jime	Dreieckwürgen
Sankaku-tate-shiho-gatame	Klammerreitvierer
Sasae	Stützen, heben
Sei-za	korrekter Sitz, Kniesitz
Sempai-ni-rei	Danträger grüßen
Senaka	Rücken
Sensei	Lehrer, Meister
Sensei-ni-rei	Meister oder Lehrer grüßen
Seoi	Schulter, Rücken
Seoi-nage	Schulterwurf
Seppuku	Vornehmer Ausdruck für Selbstmord
Shiai	Wettkampf, Turnier
Shihan	Titel für den höchsten Würdenträger, im Budo-Sport Großmeister
Shiho	4 Richtungen, 4 Wege, 4 Seiten
Shime-waza	Gruppe sämtlicher Würgetechniken
Shimoseki	Platz der Schüler
Shinkei	Nerv
Shinzo	Herz
Shizen (Hontai)	Natürliche Stellung
Shizen-tai	Normale Körperhaltung
Shobu	Übungskampf, Spiel
Shomen	Der Tür gegenüber, Altar, Wappen, Emblem
Shomen-ni-rei	Altar grüßen
Shotei	Handballen
Shuto	Handkante, kleine Fingerseite
Shuto-uchi	Handkantenstoß nach vorne
Sode	Ärmel
Sode-guruma	Ärmelrad
Sokutei	Fußsohle
Sokutei-osae-uke	Pressabwehr mit der Fußsohle
Sokuto	Fußaußenkante
Sono-mama	Kampfrichterkommando „nicht bewegen“
Sore-made	Kampfende
Soto	Außen
Soto-maki-komi	Außendrehwurf
Soto-shuto-uchi	Handkantenschlag von außen
Soto-uke	Unterarmblock nach innen
Suberu	Gleitschritte
Sukui	Schaufeln
Sumi	Ecke, Winkel

Sumi-gaeshi	Eckenwurf
Sutemi	Opfern
Sutemi-waza	Gruppe der Opfertechniken
Suwaru	Sich setzen, knien
T	
-tachi	Fußstellung, Stand, Position
Tai	Körper, ertragen, Zustand
Tai-otoshi	Körperwurf
Tai-sabaki	Körperbewegungen, Bewegung über die Matte
Tami	Kugel, Ball
Tani	Tal
Tani-otoshi	Talfallzug
Tatami	Matte
Tate	Nach oben, aufwärts, senkrecht
Tate-empi-uchi	Ellbogenstoß aufwärts
Tate-shiho-gatame	Reitstützvierer
Tawara	Reisstrohballen
Te	Hand
Tekubi	Handgelenk
Tekubi-kansetu-waza	Gruppen aller Handgelenksgriffe und -befreiungen
Te-waza	Gruppe sämtlicher Hand-, Arm- und Schultertechniken
Tobi	Sprung, Sammeln der Kraft
Tomoe	Bogen, Kreis
Tomoe-jime	Kreiswürgen
Tomoe-nage	Kopfüberwurf (Kreiswurf)
Tori	Angreifer, der Werfende
Tsugi-ashi	Nachstellschritt
-tsuki (Zuki)	Stoßen
Tsuki-komi-jime	Stützwürgen
Tsuri	Ziehen, Zug, stützen
Tsuri-ashi	Nachstellschritt
Tsuri-goshi	Hüftzug
Tsuri-komi	Hebezug, herumziehen
Tsuri-komi-goshi	Hebehüftzug (Angelwurf)
U	
Uchi	Innen, Schlagtechnik
Uchi-komi	Übungsform
Uchi-mata	Innenschenkelwurf
Uchi-shuto-uchi	Handkantenschlag von innen
Ude	Arm
Ude-kansetsu-waza	Armhebel
Ude-uke	Unterarmblock nach außen
Uke	Empfangen, Verteidiger
Ukemi	Fallen
Ukemi-waza	Gruppe der Falltechniken, Fallschule
Uke-waza	Gruppe aller Block- und Abwehrtechniken
Uki	Schweben, gleiten. Flattern
Uki-goshi	Hüftschwung

Uki-otoshi
Ura
Ura-(Kami)-shiho-gatame
Ura-ken
Ura-zuki
Ushiro
Ushiro-chuga-eri
Ushiro-empi-uchi
Ushiro-geri-kakato
Ushiro-goshi
Ushiro-jime
Ushiro-ukemi
Uss
Utsuri

W

Wakare
Waki
Waki-garami
Waki-gatame
Waza

Y

Yakusoku-geiko
Yame
Yawara
Yoi
Yoko
Yoko-empi-uchi
Yoko-geri
Yoko-guruma
Yoko-otoshi
Yoko-shiho-gatame
Yoko-ukemi
Yoko-wakare
Yori-ashi
Yoshi
Yubi

Z

Za
Za-rei
Zen
Zenko
Zori
Zubon

Schwebehandwurf
Entgegengesetzt, hinten, Rückseite
Oberer Armvierer
Faustrücken
Umgekehrter Fausstoss
Rückwärts, hinten
Rolle rückwärts
Ellbogenschlag nach hinten
Gestoßener Fußtritt nach hinten
Hüftgegenwurf (Hüftausheber)
Freies Würgen
Fall rückwärts
Ich habe verstanden
Wechseln, ändern

Reißen

Achselhöhle, Seite
Achselbeugehebel
Achselstreckhebel
Technik

Werfen nach Vereinbarung, Aktion

Ende, Aufhören, Berg
Technik

Vorbereitung, Bereitschaft

Seitlich
Ellbogenschlag seitlich
Seitlicher Fußtritt
Seitrad
Seitfallzug
Seitvierer, seitliches Stützviereck
Fall seitwärts
Seitriß
Gleitender Schritt
Kampfrichterkommando „weiterkämpfen“
Finger

Sitz, Platz

Verbeugung, im Sitzen grüßen
Lehrrichtung des Buddhismus
Vorgehen
Sandalen, Slipper
Hose

Zahlen:

Ichi	1	Roko	6
Ni	2	Sichi	7
San	3	Hachi	8
Shi	4	Ku	9
Go	5	Ju	10

Schülergrade:

Shiro-obi	Weißer Gürtel	Roku-kyu	6. Kyu
Kiuro-obi	Gelber Gürtel	Go-kyu	5. Kyu
Daidairo-obi	Oranger Gürtel	Shi (Yo) -kyu	4. Kyu
Midori-obi	Grüner Gürtel	San-kyu	3. Kyu
Aori-obi	Blauer Gürtel	Ni-kyu	2. Kyu
Chairo-obi	Brauner Gürtel	Ik-kyu	1. Kyu

Meistergrade:

Kuro-obi	Schwarzer Gürtel	Ichi (Sho) -Dan	1. Dan
		Ni-Dan	2. Dan
		San-Dan	3. Dan
		Shi (Yo) -Dan	4. Dan
		Go-Dan	5. Dan
Shima-obi	Rot-weißer Gürtel	Roko-Dan	6. Dan
		Shichi-Dan	7. Dan
		Hachi-Dan	8. Dan
Aka-obi	Roter Gürtel	Ku-Dan	9. Dan
		Ju-Dan	10. Dan