



Glosario básico de términos de aikido

Esta es una relación muy básica de términos usuales en aikido. Se ha primado la comprensión del término más que su traducción literal, por lo tanto no es exacta pero si clarificadora.

Términos comunes en el entrenamiento de aikido

taiso	calentamiento (al inicio de la clase)
seri taiso	ejercicios de relajación y estiramiento (al final de la clase)
shin kokyu	respiración, ejercicio al final de la clase
taisabaki	"manejo del cuerpo", se refiere a desplazamiento del de cuerpo (elemento básico del aikido)
shisei	postura (elemento básico del aikido)
ma-ai	distancia correcta (elemento básico del aikido)
ido ryoku	potencia del movimiento (elemento básico del aikido)
metsuki	contacto visual (elemento básico del aikido)
kuzushi	romper el equilibrio, desequilibrio (elemento básico del aikido)
tsukuri	"crear una oportunidad" de aplicación de técnica (elemento básico del aikido)
ukemi	"defensa del propio cuerpo", caídas (elemento básico del aikido)
kihon waza	técnica básica
oyo (waza)	aplicación (técnica)
kata	conjunto estructurado de técnicas
kihon waza junana hon no kata	kata de las 17 técnicas básicas para randori (práctica libre)
nage no kata	kata de proyecciones (25 técnicas)
koryu goshin no kata	kata tradicional de defensa personal



randori "práctica libre"

Partes del cuerpo

hiji	codo
te	mano
tekubi	muñeca
shotei	base de la palma, que es la zona más fuerte de la palma
kansetsu	articulación
me	ojo

Títulos y grados

uke	persona que recibe la técnica, es decir el que realiza el ataque
tori	persona que aplica la técnica
sensei	instructor, profesor
shihan	gran maestro
sempai	persona de mayor rango respecto a otra/s
kohai	persona de menor rango respecto a otra/s
kyu	grado de estudiante
dan	"paso", grado de dan (shodan, primer paso; nidan, segundo paso,...) el cinturón negro no es la meta, sino el inicio del camino: "primer paso"
yudansha	ostentadores de dan, modo de denominar a los cinturones negros
mudansha	no cinturones negros, estudiantes de kyu

Posturas y direcciones

shizentai	postura natural
gamae	postura
ai gamae	posturas iguales de uke y tori (dcha.-dcha. o al revés)
gyaku gamae	posturas opuestas (dcha. – izqda. o al revés)



suwari (waza)	sentados, en el suelo: suwari waza, técnicas sentados
tachi (waza)	de pie
hanza handachi	tori sentado, uke de pie

jodan	nivel alto (físicamente hablando, a la altura de la cabeza))
chudan	nivel medio
gedan	nivel bajo
hidari	izquierda
ko ho	detrás
migi	derecha
mae	delante
sumi	esquina

Números

Ordinales:

ichi	un
ni	dos
san	tres
shi / yon	cuatro
go	cinco
rokyu	seis
sichi / nana	siete
hachi	ocho
ku	nueve
ju	diez
ju nana	17

Cardinales:

ippon me	primero
nihon me	segundo (etc.)
tsugi	siguiente



Armas

tanto	cuchillo
ken	sable
bokken, bokuto	sable de madera

Órdenes y términos de la competición

yoi	preparados
hajime	empezar
yame	parar
tanto	persona que porta el cuchillo de goma
toshu	persona que se defiende de los ataques de tanto
tanto kotai	cambiar el cuchillo de compañero
tanto tsuki	ataque con el cuchillo
tanto tsukiari	ataque válido que puntúa con el tanto
kaeshi waza	contratécnicas ejecutadas por tanto
ippon	punto completo
wazari	medio punto
yuko	ventaja
shido	advertencia
chui	penalización
hansoku make	descalificación
hikiwake	empate