

Mini Wörterbuch für Karate

Karate	„leere Hand“
Gedan	Untere Stufe (unterm Gürtel)
Chudan	Mittlere Stufe (Körper)
Chodan	Obere Stufe (Kopf)
Tsuki	Fauststoß
Geri	Tritt
Ashi Barai	Beinfeger
Uchi	Schlag
Uke	Block
Age Uke	Block obere Stufe
<i>Soto</i> Uke	Block mittlere Stufe von <i>außen</i>
<i>Uchi</i> Uke	Block mittlere Stufe von <i>innen</i>
Gedan Barai	Block untere Stufe
Chudan/Chodan Tsuki	Fauststoß zum Körper/Kopf
Mae Geri	Gerader Tritt nach vorne
<i>Yoko</i> Geri - kekomi	<i>Seitlicher</i> Tritt – gestoßen
- keage	- geschnappt
<i>Mawashi</i> Geri	<i>Halbkreis</i> -Tritt
<i>Ura</i> Mawashi Geri	<i>Verkehrter</i> Halbkreis-Tritt
<i>Ushiro</i> Geri	Tritt <i>nach hinten</i>
Zenkutsu Dachi	Vorwärtsstellung
Kiba Dachi	Reiterstellung
Kokutsu Dachi	Rückwärtsstellung
Musubi Dachi	Begrüßungsstellung
Re	Gruß
Yame!	Stop!
Kihon	Grundschule
Kata	Formen
Kumite	Kampf