

RJEČNIK AIKIDO TERMINA

POZICIJE I TERMINI

Suwari	Sjedeći
Seiza	Sjedenje na koljenima (japanski)
Anza	Sjedenje sa prekriženim nogama (turski)
Hanza	Sjedenje na jednom koljenu
Tachi	Stojeći
Kamae	stav/pozicija
Ken-no-kamae	Stav/gard sa mačem
Tsuki-no-kamae	Stav/gard sa štapom za ubod
Hasso-no-kamae	“Stav znaka osam” sa štapom
Hanmi	Stojeća pozicija sa pola tijela izloženog prema partneru (doslovno: pola tijela)
Ma-ai	Distanca
Zenshin	Prije tehnike, pripremajući um
Tsushin	Za vrijeme tehnike, aktivni um
Zanshin	Nakon tehnike, poslije aktivni um, nesimalomivi duh
Kokyu	Disanje
Kokyu-ryoku	Snaga koja dolazi iz pravilnog disanja
Ki-ai	Ispuštanje zraka tijekom tehnike s pridruženim glasom
Taisabaki	Kretanje tijela
Shikko	Hodanje na koljenima

Ukemi	Pad
Mae ukemi	Pad/kotrljanje prema naprijed
Ushiro ukemi	Pad/kotrljanje prema nazad
Suki	Otvor, mogućnost za napad/tehniku
Atemi	Napad/udarac u vitalne točke
Uchi	Rez
Tsuki	Ubod/udarac šakom
Keri	Šut/udarac nogom

AIKIDO
klub
IZVOR