
Lexique japonais

Soumis par Administrator
22-09-2007
Dernière mise à jour : 15-10-2014

Lexique des termes japonais couramment utilisés au karaté

{mospagebreak title=A-B-C-D} A-B-C-D:

A

AGE : remontant, lever
AGE-EMPI : coup de coude remontant
AGE-UKE : blocage remontant
AGE-TSUKI : coup de poing remontant
ASHI : pied
ASHIKUBI : cheville
ASHIKUBI-KAKE-UKE : blocage crochet de la cheville
ASHI-NO-URA : sabre de pied interne
ASHI-NO-YUBI : pique d'orteils
ASHI-NO-KO : coup de pied (dessus de la cheville)
ASHI-NUKITE : pique de pied
ASHI-WAZA : techniques de pied
ATE ou ATEMI : coup frappé
ATE-WAZA : technique des coups frappés
AWAZE-ZUKI : coup de poing double
AYUMI-ASHI : marche normale

B

BARAI (ou HARAI) : balayer
BARAITE (ou HARAITE) : balayage de la main
BARATE-UCHI : balayage de la main
BARI-BARI-ZUKI : deux coups de poings consécutifs
BUDO : voie martiale

C

CHIKA-MA : distance courte
CHI-MEI (ou SHIMEI) : coup décisif, attaque mortelle
CHOKU-ZUKI : coup de poing direct
CHUDAN : niveau moyen
CHUDAN BARAI : blocage balayé moyen
CHUI : avertissement (arbitrage)

D

DACHI (ou TACHI) : position
DAN : niveau
DAN-ZUKI : coups de poings en succession à niveaux différents
DO : la «voie»
DOJO : lieu où l'on trouve la «voie», salle d'entraînement.

{mospagebreak title=E-F-G-H} E-F-G-H:

E

EMPI ou HIJI : coude
EMPI-UCHI : coup de coude
EMPI-UKE : défense du coude
EN-SHO ou KAKATO : talon

F

FUDO-DACHI : posture de combat
FUMIKIRI : coup de pied coupant
FUMIKOMI : coup de pied écrasant
FUMI-ZUKI : coup de poing écrasant
FUMI-WAZA : technique d'écrasement
FUSEN-CHO : victoire par forfait (arbitrage)

G

GASHI : vainqueur
GEDAN : niveau bas
GEDAN-BARAI : blocage balayé bas
GEDAN-GERI : coup de pied bas
GEDAN-JLJI-UKE : blocage bas en croix
GEDAN-KAKE-L'KE : blocage crochet bas
GEDAN-L'KE : blocage arrêté bas
GEIKO (ou KEIKO) : entraînement
GERI (ou KERI) : coup de pied ou de genou
GERI-WAZA : techniques de jambe
GO : force ou 5
GOHON : 5 fois
GOHON-KUMITE : assaut conventionnel en 5 pas
GO-NO-SEN : contre-attaque sur initiative
GYAKU : action contraire à l'envers
GYAKU-ASHI : pied contraire
GYAKU-MAWASCHI-GERI : coup de pied circulaire
intérieur-extérieur
GYAKU-ZUKI : coup de poing contraire

H

HAISHU : revers de main
HAISHU-UCHI : attaque en revers de main
HAISHU-UKE : blocage du revers de main
HAISOKU : coup de pied (dessus de la cheville)
HAITO : sabre de main interne
HAITO-UCHI : attaque en sabre de main interne
HAJIME : commencez (arbitrage)
HANGETZU-DACHI : position du sablier
HANMI : position de la poitrine 3/4 de face
HANSOKU-GASHI : vainqueur par disqualification
de l'adversaire (arbitrage)
HANSOKU-MAKE : perdant par violation des règles (arbitrage)
HANTEI : jugement (arbitrage)
HANTEI-GASHI : vainqueur par décision (arbitrage)
HARA : ventre
HARAI (ou BARAI) : balayer
HEIKO-ZUKI : coup de poing double parallèle
HEN-0 : réflexe
HIDARI : gauche
HIDARI-KAMAE : posture de combat pied gauche avant
HIDARI-SHIZENTAI : posture naturelle pied gauche avant
HIJI ou EMPI : coude
HIJI-AGE-UCHI : coup de coude remontant
HIJI-ATE : coup de coude
HIKITE : tirer la main en arrière
HIKIWAKE : match nul (arbitrage)
HIRAKEN : poing 4 phalanges
HITSUI : genou
HITSUI-GERI : coup de genou
HITSUI-UKE : défense de genou
HIZA : genou
HIZA-GERI : coup de genou

{mospagebreak title=I-J-K-L} I-J-K-L:

I

ILIMI-UKE : défense bordante
IPPON : un point (en compétition)
IPPON-GACHI : vainqueur par point (arbitrage)
IPPON-KEN : poing 1 phalange
IPPON KL'MITE : assaut conventionnel en un pas

IPPON NL'KITE : pique d'un doigt
JIKAN : limite du Temps (arbitrage)
JIYU-IPPON-KUMITE : assaut réel en un pas
JIYU-KUMITE : assaut libre et souple

J

JODAN : niveau haut
JODAN-AGE-UKE : blocage remontant
JODAN-JUJI-UKE : blocage haut en croix
JUJI : croix
JUJI-UKE : blocage en croix
JYOGAI : sortie des limites (arbitrage)

K

KAGI-ZUKI : coup de poing en crochet
KAKATO : talon
KAKATO-GERI : coup de talon
KAMAE : garde
KANSETZU (ou KWANSETZU) : articulation
KANSETZU-GERI : coup de pied sur une articulation
KANSETZU-WAZA : techniques de luxation
KARA : vide
KARATE : technique japonaise du combat à main et pied nus : signifiant main vide
KARATE-GI : vêtement pour l'entraînement au Karaté
KARA-ZUKI : coup de poing direct
KATA : exercice de style
KATANA : sabre
KAWASHI : esquive
KAEGE : fouetté, remontant, percutant
KEIKOGI : tenue d'entraînement
KEKOMI : pénétrant, d  fon  sant
KEMPO : boxe chinoise
KENSEI : concentration avec cri
K.ENTOS : articulation m  tacariennes de l'index et du médius
KENTSL'I ou TETSUI : marteau de poing
KERI ou GERI : coup de pied
KERI-WAZA : technique de coup de pied
KIAI : concentration
KIBA-DACHI ; position du cavalier
KIHON : entraînement fondamental, dans le vide
KIHON-KL-MITE : assaut d'étude .
KIME : pénétration, décision
KIN : bas-ventre
KIN-GERI : coup de pied aux testicules
KIRI: coupant
KIZAMI-ZL'KI 1 ou MAE-TE) : coup de poing avant
KO : petit
KOKUTSU-DACHI : position vers l'arrière
KO-MAWASCHI-GERI : petit coup de pied fouetté circulaire
KOSHI : dent de tigre
KOTE : avant-bras près du poignet
KUATSU : technique de réanimation
KUBI-MAWASCHI-GERI : coup de pied fouetté avec la cheville
KUMITE : assaut
KUTSU : position
KYU : classe, rang inférieur au Dan

{mospagebreak title=M-N-O-P-Q} M-N-O-P-Q:

M

MAE (ou MA-AI) : distance de combat
MAE : de face
MAE-ASHI-GERI : coup de pied avant
MAE-EMPI-UCHI : coup de coude vers l'avant
MAE-GERI : coup de pied direct
MAE-GERI-KAEGE : coup de pied direct remontant

MAE-GERI-KEKOMI : coup de pied direct pÃ©nÃ©trant
MAE-KAKATO-GERI : coup de talon direct
MAE-SOKUTO-GERI : coup direct du sabre de pied
MAE-TOBI-GERI : coup de pied direct sautÃ©
MAE-TE : coup de poing avant
MAKIWARA : apillasson de frappe
MATTE : tournez
MAWASCHI : circulaire
MAWASCHI-GERI : coup de pied circulaire
MAWASCHI-TOBI-GERI : coup de pied circulaire sautÃ©
MAWASCHI-UCHI : coup de pied circulaire
MAWASCHI-ZUKI : coup de poing circulaire
MAJI : droite
MIKAZUKI-GERI : coup de pied en croissant
MIKAZUKI-GERI-UKE : blocage du pied en croissant
MOROTE : Ã deux mains
MOROTE-UKE : dÃ©fense double du bras
MOROTE-ZUKI : coup de poing double

N

NAGASHI : balayer
NAGASHI-UKE : blocage balayÃ©
NAGASHI-ZUKI : coup de poing avec esquiv
NAGE-WAZA : technique de projection
NEKOASHI-DACHI : position du chat
NIDAN-GERI : coup de pied direct sautÃ© Ã deux hauteurs
NUKITE : pique de main

O

O : grand
OI-ZUKI : attaque du poing en poursuite

{mospagebreak title=R-S-T-U} R-S-T-U:

R

REI : salut
RENZOKU-GERI : coups de pied enchaÃ©nÃ©s
RENZOKU-WAZA : techniques enchaÃ©nÃ©es
RENZL'KI (ou LEN-ZUKI) : coups de poing consÃ©cutifs
RIKEN : revers de poing
RIKEN-LXHI (ou URAKEN) : attaque en revers de poing
RITSU REI: salut debout
RYU : Ã©cole, systÃ©me

S

SABAKI : esquiver
SAMBON-KUMITE . assaut conventionnel en trois pas
SANCHIN-DACHI : position de sablier
SEIKEN : poing fondamental
SEN : initiative
SEN-NO-SEN : initiative sur initiative
SENSEI : professeur, maitre du dojo
SHIAI : compÃ©tition arbitrÃ©e
SHIAI-JO : surface de compÃ©tition
SHIMEI (ou CHI-MEI) : coup dÃ©cisif, attaque mortelle
SHIWARI (ou TAME-SHIWARI) : test de casse
SHIZENÃ•AI : position naturelle pieds Ã©cartÃ©s
SHOBU : combat officiel
SHODAN : 1er grade de la ceinture noire
SHUTO : sabre de main
SCHUTO -BARAI : balayage du sabre de la main
SHUTO-GEDAN-BARAI : balayage bas du sabre de main
SHUTO-JODAN-UKE : blocage haut du sabre de main
SHUTO-UCHI : attaque en sabre de main

SHUTO-UCHI-UKE : blocage intérieur-extérieur du sabre de main
SHUTO-UKE : blocage du sabre de main
SOKUTO : sabre de pied. attaque du sabre de pied
SOTO : extérieur
SOTO UKE : blocage de l'avant-bras de l'extérieur vers l'intérieur
SL'RIKONDE : pas chassé
SL'RIKONDE-MAE-GERI : coup de pied direct après pas chassé
SL'RIKONDE-MAWASCHI-GERI : coup de pied circulaire après pas chassé
SUTEMI : abandon. mouvement sacrifice

T

TACH1 lou DACHI) : position
TAI : corps
TATE : vertical
TAI-SABATI : esquive
TANDEN (ou SEIKA-TANDEN) : abdomen
TE : main
TEISHO : paume de main
TETTSUI : marteau de popping
TOBI : sauté
TORI : celui qui fait l'action principale
TSURI-KOMI : pêcher

U

UCHI : indirect, intérieur
UCHI-BARAI : balayage d'une attaque de jambe de l'intérieur vers l'extérieur
UCHI-UKE : blocage de l'avant-bras de l'intérieur vers l'extérieur
UCHI-UKE-GEDAN BARAI : blocage double aux niveaux moyens et bas
UCHI WAZA : techniques d'attaques indirectes du poing
UDE : avant-bras
UDE-UKE : blocage avec l'avant-bras
UKE : défense blocage
UKE : celui qui subit l'action (défenseur)
UKE-WAZA : techniques de défense
URA : opposé
URAKEN : revers de poing
URAKEN-UCHI : attaque en revers de poing
URA-MAWASCHI-GERI : coup de pied circulaire arrière : jambe tendue
URA-ZUKI : coup de poing rapproché de bas en haut
USHIRO : arrière
USHIRO-GERI : coup de pied vers l'arrière
USHIRO-GERI-KEAGE : coup de pied vers l'arrière remontant
USCHIRO-GERI-KEKOMI : coup de pied vers l'arrière défensif
USHIRO-MAWASCHI-GERI : coup de pied circulaire arrière

{mospagebreak title=W-X-Y-Z} W-X-Y-Z:

W

WA : circulaire
WAZA : technique
WAZA-ARI : demi point (arbitrage)
WAZA-ARI-AWASETE-IPPON : point par deux waza-ari (arbitrage 1

Y

YAMA : montagne
YAMA ZUKI : coup de poing double (de la montagne)
YAME : arrêtez, stop
YASSME : décontractez-vous
YOI : préparez-vous
YOI DACHI : position - yoi
YOKO : côté
YOKO-GERI : coup de pied de côté
YOKO-TOBI-GERI : chassé sauté
YONHON NUKITE : pique à 4 doigts

Z
ZANSHIN : esprit alÃ¢ne
ZAREI : salut Å genoux
ZAZEN : position assise, de repos
ZUKI (ou TSUKI) : attaque directe du poing

{mospagebreak title=Les nombres} Les nombres:1

					ichi		11
		juu ichi		30	san juu		
2		ni		12		juu ni	
40		yon juu			3		san
	13		juu san		50		go juu
		4		chi		14	juu
yon		60		rocku juu			5
	go		15		juu go		70
	nana juu			6		rocku	
16		juu rocku		80		hachi juu	
		7	shichi		17		juu
nana		90	ku juu				8
	hachi		18		juu hachi		100
	hyaku			9		kyu	
19		juu ku		200		ni hyaku	
	10		juu		20		ni juu
	300		san hyakuÅ				