

REAL FEDERACION ESPAÑOLA
DE JUDO Y IDI. AA.



(GOKIO) DE JIU-JITSU

GLOSARIO:

A

AGO:	Mandíbula
ASHI:	Pie, pierna
ASHI WAZA:	Técnica de pie
ATEMI WAZA:	Técnica de golpe
AYUMI ASHI:	forma de caminar (desplazamiento alternativo de pies)

B

BARAI:	Barrer
BO:	Bastón o palo de 180 cm.
BUDO:	Artes Marciales
BUSHI:	Samurai (guerrero japonés de la época feudal)

C

CHICANA:	Distancia corta o cercana en el kata
CHUDAN:	Nivel medio

D

DAITO:	Katana
DAN:	Grado
DO:	Camino
DO:	Cintura o parte superior del cuerpo
DOJO:	Lugar donde se practican las artes marciales (Lugar sagrado en la religión ZEN)

E

ERI:	Solapa
------	--------

G

GAESHI:	Dar la vuelta, contra
GAKE:	Gancho, engancho
GARAMI:	Enrollar, enroscar
GARI:	Siega
GATAME:	Controlar, sujetar
GOKIO:	Enseñanza técnica, dividida en cinco principios
GOSHI:	Cadera
GEDAN:	Nivel bajo
GURUMA:	Rueda
GYAKU:	Invertido, inverso
GUI:	Traje para la practica de las Artes Marciales

H

HADAKA:	Desnudo
HARAI:	Barrer
HANE:	Rebote, salto
HIDARI:	Izquierda
HIJI:	Codo
HIKIKOMI:	Acción de atraer un objeto hacia sí
HINERI:	Acción de torcer
HISHIGI:	Rotura
HIZA:	Rodilla
HIZA UCHI:	Golpe con la rodilla
HON:	Auténtico, principal

I

ICHI:	Numero uno
IPPON:	Un lado
IPPON:	Máxima puntuación en competición de Artes Marciales

J

JIME:	Estrangulación
JIU-JITSU:	Arte suave
JODAN:	Nivel alto
JU:	Suavidad, flexibilidad, obediencia
JUDO:	Camino de la suavidad
JUDOGUI:	Traje para practicar judo
JUJI:	En forma de cruz
JYOSEKI:	Asiento superior, Tribunal

K

KAKATO:	Talón, tacón, referido al pie
KAKE:	Acción final de la técnica de proyección
KAPPO:	Método tradicional de reanimación
KANSETSU:	Articulación
KANSETSU WAZA:	Técnica aplicada contra una articulación
KASUMI:	Sien
KATA:	Forma
KATA:	Hombro
KATAME:	Controlar, sujetar
KATAME WAZA:	Técnica de control
KESA:	Banderola o zurrón que lleva el sacerdote budista
KIAI:	Grito emitido en el momento de ejecutar una técnica (KI = espíritu, AI = armonía)
KIBISU:	Tobillo, sinónimo de Kakato

KIME:	Ejecución de una fuerza interna en un momento concreto y dirigida a un punto determinado
KIME NO KATA:	Formas de decisión
KO:	Pequeño, menor
KOSHI:	Cadera
KOSHI WAZA:	Técnica de cadera
KUBI:	Cuello
KUMI KATA:	Forma de agarre
KURUMA:	Rueda
KUZURE:	No auténtico, deforme
KUZUSHI:	Desequilibrio
KYOSHI NO KAMAE:	Posición con rodilla alta
KYU:	Grado
KYUSHO:	Puntos vitales

M

MAAI:	Distancia
MAE:	Al frente
MAITTA:	Señal de abandono, rendición en un combate
MAKIKOMI:	Acción de enrollar
MATA:	Parte del muslo-ingle
MAWARI:	Volteo
ME:	Ojos
MESEN:	Línea de la mirada de los ojos
MIGI:	Derecha
MUNE:	Pecho

N

NAGE:	Proyectar
NAGE WAZA:	Técnica de proyección
NAMI:	Lo corriente, lo ordinario
NE WAZA:	Técnica de suelo
NAGE KOMI:	Sistema de perfeccionamiento mediante repetición de proyecciones

O

O:	Grande
OBI:	Cinturón
OKURI:	Enviar, mandar
OSAE KOMI:	Inmovilizar
OSAE KOMI WAZA:	Técnica de inmovilización
OTOSHI:	Estrellar, caer

R

RANDORI:	Practica libre, ejecución sin reglas
REI:	Saludo
REIHO:	Normas de saludo
RENSHU:	Entrenamiento
RENRAKU WAZA:	Técnica de conexión o encadenamiento
RITSUREI:	Saludo de pie

S

SASAE:	Bloqueo, apoyo
SEIZA:	Posición de rodillas, sentado
SEOI:	Cargar sobre la espalda
SHIAI:	Competición, combate
SHIKKO:	Forma de desplazarse o caminar de rodillas
SHIHO:	Cuatro Puntos, cuatro direcciones
SHIME WAZA:	Técnica de estrangulación
SHINTAI:	Desplazamiento
SHIZEN TAI:	Posición natural
SHOMEN:	Zona central, presidencia
SODE:	Manga
SOTAI RENSHU:	Entrenamiento con un compañero
SOTO:	Por el exterior
SUIGETSU:	Plexo solar
SUKUI:	Acción de sacar con una pala
SUMI:	Rincón, ángulo, esquina
SURI ASHI:	Forma de desplazarse
SUTEMI:	Acción de echarse uno mismo al suelo

T

TACHI WAZA:	Técnica hecha de pie
TAI:	Cuerpo
TAI SABAKI:	Giro, movimiento en giro del cuerpo
TANDOKU RENSHU:	Forma de entrenar solo
TANI:	Valle
TANTO:	Cuchillo, espada corta
TATAMI:	Colchoneta
TE:	Mano/s
TE WAZA:	Técnica de mano
TE KUBI:	Muñeca
TORI:	El que efectúa la técnica
TSHUGI ASHI:	Forma de caminar sin que un pie pase al otro
TSUKURI:	Preparación
TSURI:	Levantar con acción similar a la de pescar

TSURI KOMI: Levantar y tirar hacia adentro
TSURIGANE: Testículos

U

UCHI: Interior, adentro
UCHI KOMI: Entrar repetidamente una técnica
UDE: Brazo
UKE: El que es proyectado
UKEMI: Caída
URA: Al revés, parte posterior
URAKEN: Atemi con el dorso de la mano (nudillos)
USHIRO: Hacia atrás
UTO: Punto entre las cejas
UTSURI: Cambiar, trasladar

W

WAZA: Aplicar una técnica a otro
WAKI: Axila

Y

YOKO: Costado, lado
YOKO SUTEMI WAZA: Técnica de lanzamiento donde tori deja caer lateralmente su cuerpo
YOKO UKEMI: Caída lateral
YAKOSOKU RENSHU: Entrenamiento acordado o concertado
Previamente
YUBI: Dedo

Z

ZAREI: Saludo en posición de rodillas (seiza)
ZANSHIN: Estado de alerta
ZEMPO KAITEN UKEMI: Caída hacia delante rodando
ZIGO TAI: Posición defensiva (Jigo-tai)