



Japonské výrazy v karate

- **BUNKAI** – aplikácia techník so súperom v *kata*
- **DAN** – majstrovský *stupeň technickej vyspelosti (STV)* označovaný čiernym pásmom
- **DÓ** – cesta, výraz používaný pre duchovný význam bojového umenia
- **DÓJÓ** – [dódžó] miesto, kde sa cvičia bojové umenia, doslova *miestnosť pre cestu*
- **EMBUSEN** – línia pohybu, pôdorys v *kata*
- **GEDAN** – spodné pásmo (od pásu dole)
- **GI** – (*Karate gi*) tréningový odev (nohavice a plášť) v karate
- **GYAKU** – [gjaku] opačný, protiľahlý
- **HAI** – áno, rozumiem
- **HAJIME** – [hadžime] začnite
- **HAKAMA** – široké plisované nohavice, ktoré sa nosia v niektorých štýloch bojového umenia cez spodné nohavice od *gi*
- **HANSHI** – [hanši] najvyšší z trojice tradičných učiteľských stupňov *renshi, kioishi, hanshi*, ktorý znamenal *majstra (učiteľa učiteľov)*. Na jeho získanie je spravidla podmienkou aspoň 8. *dan*.
- **HIDARI** – ľavý, doľava, vľavo
- **CHUDAN** – [čúdan] stredné pásmo (od pásu po krk)
- **ICHI, NI, SAN, SHI, GO, ROKU, SHICHI, HACHI, KYU, JU** – [ič, ny, san, či, go, roku, šiči, hači, kjú, džú] počítanie od jednej do desiatich, štyri je možné povedať tiež *yon* [jon]
- **JODAN** – [džódan] horné pásmo (hlava a krk)
- **KARATE** – bojové umenie pochádzajúce z japonského ostrova *Okinawa*
- **KATA** – forma, vopred určená a presne predpísaná forma nácviku
- **KI** – vnútorná sila, duch, vnútorná energia človeka
- **KIAI** – bojový výkrik
- **KIHON** – základné techniky
- **KIHON IDO** – cvičenie základnej techniky v pohybe
- **KIME** – ohnisko, bod, spevnenie tela v závere techniky a sústredenie všetkej energie do tohto jediného bodu
- **KIOSHI** – [kjóši] prostredný z trojice tradičných učiteľských stupňov *renshi, kioishi, hanshi*, ktorý znamenal *učiteľa*. Na jeho získanie je spravidla podmienkou aspoň 6. *dan*.
- **KUMITE** – cvičenie s partnerom, zápas
- **KYU** – [kju] žiacky *stupeň technickej vyspelosti (STV)*, označovaný farebnými pásmi *obi* okrem čierneho



- **MAAI** – [maaj] vzdialenosť medzi súpermi
- **MAE** – dopredu
- **MAWATE** – otočte sa
- **MIGI** – pravý, doprava, vpravo
- **MOKUSO** – meditovať so zavretými očami, vnútorné sústredenie sa
- **OBI** – pás nosený k *gi*
- **OS** – hej
- **OTAGAINI REI** – vzájomný pozdrav s partnerom
- **REI** – [rej] pozdrav vykonávaný úklonom
- **RENSHI** – [renši] najnižší z trojice tradičných učiteľských stupňov *renshi*, *kioshi*, *hanshi*, ktorý znamenal *asistenta učiteľa*. Na jeho získanie je spravidla podmienkou aspoň 4. *dan*.
- **RICU REI** – pozdrav v postoji
- **RYU** – [rjú] škola, smer, štýl
- **SEIZA** – [sejza] sed kľačmo na päťách
- **SEMPAI** – [sempaj] asistent učiteľa, pomocný inštruktor
- **SENSEI** – [sensej] učiteľ, oslovenie učiteľa (inštruktora v bojovom umení)
- **SENSEINI REI** – pozdrav učiteľovi
- **SHIHAN** – [šihan] majster
- **SHINZANI REI** – pozdrav *shinze*, teda čestnému miestu v *dójó*
- **SHOMENNI REI** – pozdrav čelnému, teda čestnému miestu
- **SUZUKETE** – pokračujte
- **USHIRO** – [uširo] dozadu
- **YAME** – [jame] prerušte, zastavte cvičenie
- **YOI** – [joj] pozor, pripravte sa
- **YOKO** – [joko] do strany
- **ZA REI** – pozdrav v sede kľačmo na päťách
- **ZANSHIN** – [zanšin] bdelosť, pripravenosť, stav bdelej mysli