

LEXIQUE SIMPLIFIE DES TERMES DE YOSEIKAN-BUDO

DIFFERENTS NIVEAUX

GEDAN	Niveau bas (sous la ceinture)
CHUDAN	Niveau moyen (au corps)
YODAN	Niveau haut (à la tête)

DIFFERENTES DIRECTIONS

HALAI	Sur un plan horizontal vers l'intérieur
SOTO-HALAI	Sur un plan horizontal vers l'extérieur
AGE	En remontant
OTOSHI	En descendant
AGE-GEZA	Oblique remontant vers l'intérieur
SOTO-AGE-GEZA	Oblique remontant vers l'extérieur
OTOSHI-GEZA	Oblique descendant vers l'intérieur
SOTO-OTOSHI-GEZA	Oblique descendant vers l'extérieur

BLOCAGES

UKE	<i>Ex: HALAI-UKE-GEDAN, SOTO-HALAI-UKE-YODAN...</i>
-----	-----------------------------------------------------

COUPS AVEC LES MEMBRES SUPERIEURS

TSUKI	Coup de poing classique
UTCHI	Tout autre coup
ULA-KEN-UTCHI	Coup de poing en revers
SHUTO-UTCHI	Tranchant de la main
HAITO-UTCHI	Tranchant de la main côté index
TETSUI-UTCHI	« Poing marteau »

DIFFERENTES FORMES DE COUPS AVEC LES MEMBRES SUPERIEURS

GYAKU-...	Avec le bras arrière (ex: GYAKU-TCHOKU-TSUKI)
MAWASHI-...	Coup circulaire (ex: HALAI-MA W ASHI- TSUKI)

COUPS DE PIED

MAE-GELI	Coup de pied de face
YOKO-GELI	Coup de pied latéral
MAWASHI-GELI	Coup de pied circulaire
USHILO-GELI	Coup de pied arrière
ULA-MA W ASHI	Coup de pied circulaire arrière

DIFFERENTES FORMES DE COUPS DE PIED

MAE-ASHI-...	Du pied avant (ex: MAE-ASHI-MAWASHI-GELI)
TSULIKOMI-...	Du pied avant avec sursaut (ex: TSULIKOMI-YOKO-GELI)
TOBI-...	En sautant (ex: TOBI-MAE-GELI)

AUTRES ATEMIS

HIZA-GELI ou HITSUI-GELI	Coup de genou
EMPI-UCHI	Coup de coude
ATAMA-UCHI	Coup de tête

LES POSITIONS DE JAMBES

MUSUBI-DATCHI	Talons joints, pieds écartés
HEISOKU-DATCHI	Pieds parallèles et collés
HACHIJI-DATCHI	Position d'attente (normale) pieds écartés
HAPPOKEN-DATCHI	Position du kata Happoken-shodan
KOKUTSU-DATCHI	70% du poids sur la jambe arrière
SHIKO-DATCHI	Position du cavalier, pieds tournés vers l'extérieur
NEKO-ASHI-DA TCHI	Position du chat

LES ESQUIVES ET DEPLACEMENTS

ILIMI	Avancer (jambe avant d'abord)
O-ILIMI	Avancer (jambe arrière d'abord)
O-ILIMI-SANKAÏ	O-Ilimi suivi de Nalashi
ULA-ILIMI	Avancer jambe avant obliquement vers l'intérieur
HIKI	Reculer (jambe arrière d'abord)
O-HIKI	Reculer (jambe avant d'abord)
NALASHI	Pivot vers l'arrière avec jambe avant comme pivot
O-NALASHI	Pivot vers l'arrière avec jambe arrière comme pivot
HILAKI	Déplacement latéral du côté de la jambe arrière
ULA-HILAKI	Déplacement latéral du côté de la jambe avant
TOBI	Esquive en sautant
TSUKOMI	Esquive en se baissant
KOGULI	Esquive circulaire

LES SAISIES PAR L'AVANT

JUN-TE	Saisie du poignet directe
DOSOKU	Saisie du poignet croisée
LYO-TE	Saisie des deux poignets
LYO-TE-IPPO	Saisie du poignet à deux mains
MAE-ELI	Saisie du revers

LES SAISIES PAR L'ARRIERE

USHILO-ELI	Saisie au col
USHILO-LYO-TE	Saisie des deux poignets
USHILO-KUBI-JIME	Saisie au cou et au poignet

LES PROJECTIONS

OSHI	Projection en poussant
------	------------------------

HIKI	Projection en tirant
KOSHI-NAGE	Projection à l'aide de la hanche
SUKUI	Projection en soulevant « en cuillère »)
DO-GAESHI	Projection en poussant vers l'arrière
HALAI-ASHI	Balayage (vers l'intérieur)
ASHI-KAKE	Fauchage (vers l'extérieur)

CLES

KUDAKI	Clé en extension
OLI	Clé en flexion
NEIJI	Clé en torsion

TERMINOLOGIE PLUS AVANCEE

Famille des KUDAKI

LOBUSSE
TEMBIM-NAGE
HIJI-KUDAKI

Famille des OLI

KOTE-GAESHI

Famille des NEIJI

SHIO-NAGE
YUKI-SHIGAE
HATCHI-MAWASHI
UDE-GARAMI
NEIJI-KOTE-GAESHI
GYAKU-KOTE-GAESHI