

Begriffe für den 9. Kyu

Stellungen (*dachi*)

<i>shizen tai</i> (Natürliche Stellungen)	
<i>musubi dachi</i>	Die Fersen berühren einander, während die Füße 45 Grad nach außen gedreht sind.
Sonstige Stellungen	
<i>kokutsu dachi</i>	Die Füße befinden sich in einer T-Form in etwa doppelter Schulterbreite Abstand voneinander, wobei die beiden Fersen auf einer Linie sind. Das Körpergewicht ist zu 70 Prozent auf dem hinteren Fuß, während beim vorderen Fuß das Knie leicht angewinkelt ist.
<i>kiba dachi</i>	Die "Reiter-Stellung". Die Fersen stehen in einem Abstand von etwa doppelter Schulterbreite nebeneinander, wobei die Füße bereide gerade nach vorne gedreht sind. Die Knie werden nach außen gedrückt.

Schlagtechniken mit dem Arm (*uchi*)

<i>shuto uchi</i>	Schlag mit der Außenkante der flachen Hand.
-------------------	---

Die Abwehrtechniken (*uke*)

<i>ude uke</i>	Abwehr mit dem Unterarm nach außen (<i>soto uke</i>) oder von innen (<i>uchi uke</i>), siehe unten.
<i>soto uke</i>	Abwehr von außen, auch als <i>seiken soto uke</i> bezeichnet.
<i>uchi uke</i>	Abwehr von innen, auch als <i>seiken uchi uke</i> bezeichnet.
<i>shuto uke</i>	Abwehr mit der Außenkante der flachen Hand.
<i>ude nagashi uke</i>	Seitliche Abwehr mit der Oberseite des Handgelenks.

Sonstige Begriffe

<i>ichi</i>	eins
<i>ni</i>	zwei
<i>san</i>	drei
<i>shi / yon</i>	vier
<i>go</i>	fünf
<i>roku</i>	sechs
<i>shichi / nana</i>	sieben
<i>hachi</i>	acht
<i>kyu / ku</i>	neun
<i>ju</i>	zehn