

Glosario

| | |
|------------------------|---|
| A.C.A.C. | Associació Cultural Aiki Catalunya, Escola d'Aikido Tradicional de Catalunya. |
| Abara | Las costillas. |
| Agatsu | Victoria sobre uno mismo. De acuerdo con el fundador, victoria verdadera. |
| Age ate | Golpe ascendente con la palma de la mano en la mandíbula. |
| Ago | Mandíbula. |
| AI | Armonía, unión, amor. |
| AI Hammi | Posición invertida. Postura recíproca entre Tori y Uke. Hidari y Migi Hammi. |
| AI Nuke | Escape mutuo. Nadie sale lastimado. |
| AI uchi | Muerte mutua. Tradicionalmente en las artes marciales, el estado ideal. |
| AIki | La energía armonizada. (por extensión: Aikido) |
| AIki Dosa | Ejercicios individuales. |
| AIki Jo | Trabajo de la energía y la armonía con el Jo. |
| AIki Jutsu | Arte marcial anterior al Aikido. |
| AIki Ken | Trabajo de la energía y la armonía con el Bokken. |
| AIki Nage | Barrido usando todo el cuerpo "en posición de banco". |
| AIki Otoshi | Levantar a Uke por las rodillas, dejándole caer luego. |
| AIki Taiso | Ejercicios destinados a unificar cuerpo, espíritu y mente. |
| AIkido | Vía para la armonía de la energía. |
| AIkidogi | Vestimenta de Aikido. |
| AIkidoka | Persona que practica Aikido, tiene la connotación de experto. |
| AIkjo | Trabajo de la energía y la armonía con el Jo. |
| AIkikal | Asociación de Aikido creada por Morihei Ueshiba. |
| AIkiken | Trabajo de la energía y la armonía con el Bokken. |
| AIte | Oponente, adversario, Uke. |
| Anza | Posición con las piernas en cruz. |
| Arigato | Gracias. |
| Ashi | Pie, pierna. |
| Ashi Barai | Barrido de las piernas. |
| Ashi Sabaki | Desplazamientos de pies. |
| Ashikubi | Tobillo. |
| Asoko | Allí. |
| Atama | Cabeza. |
| Atama Gaeshi | Palanca en el cuello; variación de Men Nage. |
| Ate | Golpe con la mano. |
| Atemi | Golpe, apertura. |
| Atemi waza | Técnicas para golpear un punto vital. |
| Ato | Retroceder. |
| Awase Ho | Ejercicio de entrenar con una o más personas atacando y defendiendo. |
| Ayumi ashi | Avance rectilíneo cambiando alternativamente la posición del pie adelantado. |
| Batto Jutsu | Arte de desenfundar el sable (forma antigua de Iaido). |
| Bishu Yagyu | Estilo de la escuela Yagyu Shinkage Ryu. |
| Bo | Bastón largo. |
| Bokken | Espada de madera que simula la Katana. |
| Bokuto | Sable de Madera. Bokken. |
| Bokuto Jitsu | Arte del manejo del bokken. |
| Bu | Combate. |
| Budo | Técnicas o formas (Bujutsu) de guerra. El camino de las artes marciales. |
| Budo Seishin | El espíritu del Budo. |
| Bugel | Artes de lucha. |
| Bunkai | Aplicación de las técnicas de armas con Uke. |
| Bushi | Guerrero o Samurai. |
| Bushido | Código de honor del Bushi. |
| Chi | Tierra. |
| Chiburi | Movimiento de la Katana para limpiar la sangre del adversario herido. |
| Chikara | Fuerza. |
| Chojin Ienao | Fundador de la Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu. |
| Choku Tsuki | Golpe frontal cargando previamente el arma. |
| Chokuritsu | Postura vertical de espera. |
| Chokusen | Directo. |
| Chototsu | Punto vital entre los ojos. |
| Chudan | Nivel medio. |
| Chudan no Kamae | Guardia media adelantada. |
| Chudan Tsuki | Golpe directo frontal a la región abdominal-pectoral. |
| Chushin | Centro. |
| Daitai | Muslo. |

| | |
|----------------------------------|--|
| Dan | Grados a partir del cinturón negro. |
| Daymio | Señor feudal (gobernador de un castillo o territorio). |
| De Ai | Consciencia del factor tiempo. Momento del encuentro. |
| Denko | Atemi en las costillas flotantes. |
| Deshi | Aprendiz. |
| Do | Camino o vía. |
| Do Uchi | Golpe cortante al tronco del cuerpo. |
| Dojo | Lugar de entrenamiento y esclarecimiento. |
| Dojo Cho | Director técnico. |
| Dokko | Punto de presión detrás de la oreja. |
| Domo | Gracias (informal). |
| Domo Arigato | Gracias (formal). |
| Domo Arigato Gozalmashita | Muchas gracias (muy formal) (para algo que acaba de terminar). |
| Domo Arigato Gozalmasu | Muchas gracias (muy formal) (para algo que está ocurriendo). |
| Dori | Agarre. |
| Dosa | Un ejercicio. |
| Doshi | Camarada, amigo, término usado entre practicantes de Aikido. Hombre de la vía (mínimo 2º Dan). |
| Doshu | Guía, conductor, el maestro de la vía. Director Mundial del Aikido. |
| Dozo | Por favor "ejecute" o para "pase Ud.". Comenzad. |
| Ekital | Formas de entrenar la intuición en Aikido, defendiéndose. Tori defiende con fluidez y energía. |
| Embu gl | Uniforme de demostración. |
| Empl | Golpe con el codo. |
| Enten-Jizui | Mover y girar libremente. |
| Eri | Revés del cuello de la chaqueta. |
| Eri Dori | Agarre al cuello de la chaqueta, ushiro. |
| Fudo shin | La mente inamovible e imperturbable. |
| Fukushidojn | Instructor asistente. |
| Fukushiki-kokyu | Respiración abdominal. |
| Fukuto | Punto de atemi justo encima y en el interior de la rodilla. |
| Funa Kogi | Remar. |
| Funa Kogi Undo | Ejercicio de remo/balanceo rítmico del Hara. Se realiza en 3 veces, intercalando Tama No Hireburi. |
| Furi Kaburi | Movimiento de levantar la espada, Ikkyo. |
| Furi Tsuki | Estocada, tajo violento (usualmente con cuchillo). |
| Furitama | Ejercicio de tomar la energía entre las manos y sacudirlo frente al Hara. |
| Futari Dori | Defensa ante varios ukes. |
| Futarigake | Defensa contra dos atacantes a la vez. |
| Gaeshi | Inverso, exterior. |
| Gaeshi Tsuki | Golpe directo con trayectoria exterior. |
| Gaeshi ura kote | Golpe inverso-exterior a la muñeca. |
| Gamae | Posición natural y estable, en equilibrio. Guardia. Kamae. |
| Ganmen | La cara. |
| Ganseki otoshi | Inmovilización del brazo con el codo apostado en el hombro. |
| Garami | Enrollado. Entrelazado. |
| Gedan | Nivel bajo. |
| Gedan Gaeshi | Golpe exterior-circular a nivel bajo. |
| Gedan no Kamae | Guardia baja-adelantada por debajo de la cintura. |
| Gedan Tsuki | Golpe a nivel bajo. |
| Gekon | Punto de presión debajo del labio inferior. |
| Genki | Vigor. |
| Genshin | Intuición. |
| Gi | Dogi, Keikogi: Ropa para practica. Forma de la técnica. |
| Giri | Deber, obligación. |
| Go | Cinco. |
| Go Dan | Cinto negro 5º Dan. |
| Go Kyu | Cinto amarillo 5º Kyu. |
| Go No Keiko | Práctica estática. Principios de la base técnica. |
| Go No Sen | 1er. estado de anticipación, contraataque. Controlar a un adversario tras recibir su ataque. |
| Gohonme | 5ª Kata de laido en tachi. Ura Nuki Uchi No Tachi. (Yagyū Shinkage Ryu). |
| Gohonme No Suwari | 5ª kata de laido en Suwari. Saken. (Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu). |
| Gokoku | Punto de presión en el área carnosa entre el pulgar y el índice. |
| Gokyo | 5º principio de Aikido, luxación de la muñeca. |
| Gomen Kudasal | Por favor, ¿me autoriza?. Gomen nasai: Perdón, lo siento. |
| Gyaku | Opuesto, inverso, contrario. |
| Gyaku Chudan Tsuki | Golpe con el puño atrasado a altura media. |
| Gyaku Hammi | En la posición de guardia, el pie adelantado de Tori es el contrario del pie adelantado de Uke. |

| | |
|----------------------------|--|
| Gyaku Jodan Tsuki | Golpe con el puño atrasado a altura de la cara. |
| Gyaku Katate Dori | Agarre a la mano con la guardia inversa. |
| Gyaku Kesa Giri | Golpe cortante vertical-descendente derecha-izquierda. |
| Gyaku Kote Uchi | Corte a la muñeca desde Gyaku. |
| Gyaku Mune tsuki | Tsuki al pecho con la guardia invertida. |
| Gyaku Shomen Uchi | Corte vertical-descendente con la guardia invertida. |
| Gyaku Tsuki | Atemi, golpe directo con el brazo contrario al pie adelantado. |
| Gyaku uchi | Cualquier golpe inverso. |
| Gyaku Yoko Guruma | Golpe cortante horizontal contrario al pie adelantado. |
| Gyaku Yokomen Uchi | Golpe cortante en diagonal descendente izquierda-derecha. |
| Ha | Filo de la espada. |
| Hachi | Ocho. |
| Hachi No Ji | Voltear el Jo a derecha e izquierda. |
| Hal | Si. |
| Hal Doso | Adelante comenzad. |
| Halshin Undo | Distensión de la columna. Ejercicios de relajación al final de la práctica. |
| Halshu | Dorso de la mano. |
| Halto | Borde interior de la mano. |
| Haiwan | Parte de atrás del antebrazo. |
| Hajime | Comienzo, comenzad. |
| Hakama | Pantalón de siete pliegues tradicional japonés, usualmente para grados Dan. |
| Hammi | Posición del cuerpo. |
| Hammi Handachi Waza | Técnicas realizadas con uke de pie y Tori de rodillas. |
| Hammi no kamae | Guardia de perfil. |
| Hanashi waza | Técnicas para escapar de agarres; también conocidas como hazushi-waza. |
| Hanshi | El hombre que reflexiona y descubre (grado supremo en las artes marciales). |
| Hantai | Cambio. |
| Hantai-ni | En la dirección opuesta. |
| Hanza | Rodilla izquierda en tierra y derecha levantada. |
| Happo | Los ocho lados. En todas direcciones. |
| Happo baraki | Ser totalmente conscientes de lo que nos rodea. |
| Happo Undo | Ejercicio de Ikkyo en ocho direcciones. |
| Happonme | 8ª kata de Iaido en tachi. Hiza Giri No Tachi. (Maniwa Nen Ryu). |
| Hara | Ventre. Centro donde se concentra la energía y masa en el cuerpo, fuente de Ki. |
| Haragel | Cultivo del Hara. |
| Hasso | Postura alerta con espada. Rotación del Jo para llegar a Hasso Kamae. |
| Hasso Gaeshi | Volteo del Jo para parar un ataque o ir a Hasso Kamae. |
| Hasso gamae | Posición con la espada junto la cabeza. Espada a la derecha, pie izquierdo adelantado. |
| Hasso no Kamae | Hasso Gamae |
| Hayaku | Rápidamente. |
| Hazumi | Ejecutar un movimiento con el cuerpo, con habilidad, con técnica. |
| Heiki | Ecuanimidad. |
| Heiko | Paralelo. |
| Henka | Cambio, variante, otra forma de hacer. |
| Henka Waza | Variaciones de técnicas y combinaciones. |
| Henkan | Cambio de postura sin mover los pies. |
| Hera | Pliegue en la parte de atrás del Hakama. |
| Hibi Shoshon | Espíritu del principiante renovado día a día. |
| Hidari | Izquierda. |
| Hidari Do | Golpe a la parte izquierda del cuerpo. |
| Hidari gamae | Postura estable. Pie izquierdo adelantado. Hidari Kamae |
| Hidari Hammi | Postura recíproca Uke y Tori. Pie izquierdo adelantado. |
| Hidari Kamae | Guardia natural izquierda. Hidari gamae |
| Hidari Te | Mano izquierda. |
| Hiji | Codo. |
| Hiji dori | Agarre al codo. |
| Hiji Kime Osae | Control del codo mediante el Kime. |
| Hiji zume | Punto vital del interior del codo. |
| Hijitsu | Técnica secreta. |
| Hiki | Tirar, arrastrar. |
| Hineri | Una vuelta. |
| Hital | Frente. |
| Hito-e-mi | Unirse con el movimiento de ataque. |
| Hitoemi | Posición igual, pies paralelos hacia adelante. |
| Hitori waza | Práctica del compañero invisible. |

| | |
|---------------------------|---|
| Hiza | Rodilla. |
| Hiza Tsuki | Golpe directo a la rodilla. |
| Hiza Uchi | Golpe cortante a la rodilla. |
| Ho | Ejercicio. |
| Ho Jitsu | Arte de las formulaciones sonoras como medio para acceder a un estado de conciencia superior. |
| Hombu Dojo | Dojo: Dojo central. |
| Hyaku | Cien (100). |
| Hyoshi | Cadencia, de acción, ritmo, integración en el ritmo. |
| Iai Do | Arte de desenvainar el sable.. Vía del sable. |
| Iai goshi | Caderas bajadas, posición estable. |
| Iaidoka | Experto en Iaido. |
| Ibukl | Método de respiración consistente en una larga exhalación seguida de una corta tos. |
| Ichl | Uno. |
| Ichimonji | Una línea recta. |
| Ido | Movimiento. |
| Idori | Técnicas practicadas de seiza. |
| Ile | No. |
| Ik Kyu | Cinto marrón 1er. Kyu. |
| IkI | Fuerza de voluntad. |
| Ikki-n | En un respiro, instantáneamente. |
| Ikkyo | 1º principio = oshi taoshi, Ude Osae. |
| Ima | Ahora. |
| In-Ibukl | Respiración (silenciosa) interna. |
| Ioshi | Indicación de prepararse. |
| Ippon-ken | Puño de un nudillo. |
| Ipponme | 1ª Kata de Iaido en tachi. Yuki Ai Gyaku Nuki No Tachi. (Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu). |
| Ipponme No Suwarl | 1ª kata de Iaido en suwari. Kusa Nagi No Ken. (Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu). |
| Irimi | Entrar al cuerpo. Ir de frente. Es la acción de entrar hacia el atacante esquivando. |
| Irimi Hidarl Ashl | Entrar dando un paso con el pie izquierdo. |
| Irimi Migl Ashl | Entrar dando un paso con el pie derecho. |
| Irimi Nage | Proyectar entrando. En su variante Ura representación del Circulo. |
| Irimi Tal no Henka | Entrar y girar el cuerpo sin cambiar los pies. |
| Irimi Tenkan | Entrar y pivotar sobre el pie adelantado. |
| Issoku Irimi | Entrar con un solo paso. Triangulación. |
| Jime | Estrangulamiento. |
| Jinchi | Punto de presión encima del labio superior, debajo de la nariz. |
| Jinja | Aiki Jinja templo en Iwama. |
| Jinta | El cuerpo. |
| Jintal kyusho | Puntos vitales del cuerpo humano. |
| Jitsu | Lleno, tenso, yang. Técnica o conjunto de técnicas. Jutsu. |
| Jiyu Randori | Ataque y defensa libre |
| Jiyu Waza | Técnica libre. |
| Jo | Bastón de madera de aproximadamente 130 cm. |
| Jo Do | Vía del Jo. |
| Jo Dorl | Técnicas de agarre al Jo, ataque y defensa. |
| Jo Jitsu | Arte de la lucha con bastón. Jo Jutsu |
| Jo Jutsu | Arte del manejo del bastón. Jo Jitsu |
| Jodan | Nivel alto. |
| Jodan No Kamae | Guardia alta-retrasada por encima de la cabeza. |
| Jodan Tsuki | Golpe frontal a nivel alto. |
| Joseki | Lado derecho del tatami. |
| Ju | Agilidad, flexibilidad, blando, suave. |
| Ju Nan Se | Flexibilidad. |
| Ju No Kelko | Entrenamiento de la flexibilidad y la fluidez. |
| Ju No Ri | Principios o reglas de flexibilidad. |
| Judogi | Vestimenta de Judo. |
| Julzo | La región renal. |
| Juji | Cruzado. |
| Juji Garaml | Técnica de cruzar los brazos de Uke ejerciendo palanca sobre uno de ellos. |
| Juji Nage | Proyección con los brazos de Uke en cruz. |
| Juji Ryomune Dorl | Doble agarre cruzado al pecho, estrangulación. |
| Juken Jutsu | Arte de la bayoneta. |
| Jumbl Talso | Gimnasia de calentamiento. |
| Jumbl Undo | Ejercicios de calentamiento antes de la practica. |
| Junchu | Punto vital en el labio superior. |

| | |
|----------------------------------|--|
| Juponme | 10ª kata de Iaido en Tachi. Ganmen Ate Ushiro Giri No Tachi. (Maniwa Nen Ryu). |
| Jutal | Forma de entrenar flexible. Tori defiende de forma suave. |
| Jutsu | Técnica. Jitsu. |
| Juy | Diez (10). |
| Juy-ichi | Once (11). |
| Juy-ni | Doce (12). |
| Kachihayabi | Victoria a la velocidad de la luz. |
| Kaeshi | Contraataque. |
| Kaeshi Waza | Contra técnica. Forma avanzada de entrenamiento. |
| Kai | Asociación. |
| Kaicho | Dueño de una escuela (organización) ej. Sei Do Kai. |
| Kalki | Recuperar la vida. |
| Kalso | Fundador. |
| Kalten | Movimiento giratorio. |
| Kalten Juki | El eje de rotación de una técnica. |
| Kalten nage | Proyección de rotación. |
| Kalten Ukemi | Caer rodando. |
| Kakarai Geiko | Ejercicio donde se repite la misma técnica en serie con varias personas. |
| Kakato | Talón del pie. |
| Kake | Ejecución de la técnica. |
| Kakuto | El dorso de la muñeca (para un golpe). |
| Kamae | Posición natural y estable, en equilibrio. Guardia. Gamae. |
| Kami | Estado simple, espíritu o Dios. |
| Kamiza | Lado principal del tatami donde se encuentra el retrato del Fundador. |
| Kamiza ni rei | Saludo al kamiza (a los dioses). |
| Kan | Percepción intuitiva. |
| Kancho | Dueño de una escuela. |
| Kannagara | Vía de intuición que no comporta doctrinas del bien o el mal. Se rige por las leyes naturales. |
| Kansetsu Waza | Técnicas de control sobre articulaciones. |
| Karada | Cuerpo. |
| Karame | Atar, detener, inmovilizar, arrestar. |
| Karami | Un enredo. |
| Karatagi | Vestimenta de Karate. |
| Karui-geiko | Práctica suave. |
| Kashira | Parte posterior del mango de la espada. |
| Kata | Grupo de movimientos establecidos. Hombro. |
| Kata Dori | Agarre al hombro. |
| Kata Dori Menuchi | Agarre al hombro y golpe cortante vertical descendente. |
| Kata no Suwari | Katas realizadas en Suwari Waza. |
| Kata No Tachi | Katas realizadas en Tachi Waza. |
| Katal | Duro, rígido, agarrotado.. |
| Katame | Forma de controlar e inmovilizar en el suelo al oponente. |
| Katame waza | Técnicas de lucha; formadas por Osae waza, kansetsu waza, y shime waza. |
| Katana | Espada larga. Sable de mayor uso entre los sumaris. |
| Katate | Una mano. |
| Katate Dori | Agarre a una mano con una mano. (Gyaku hammi katate dori). |
| Katate Dori Kubi Shime | Agarre a una mano y estrangulación del cuello. |
| Katate Dori Ryote Mochi | Agarrar la muñeca con ambas manos. |
| Katate Gedan Gaeshi | Golpe desde derecha-izquierda en diagonal-ascendente. |
| Katate Hachi No Ji Gaeshi | Volteo del Jo para apartar un ataque y acabar en Hasso |
| Katate Jo | Agarrar el Jo con una mano. |
| Katate Jo Ryote Dori | Agarre de uke al Jo de Tori con las dos manos. |
| Katate Ken | Agarre del sable con una mano. |
| Katate uchi | Golpe con una mano. |
| Katsu Jin ken | Espada salvadora. Técnicas desarrolladas con la intención de no lastimar al Uke. |
| Katsugen | Movimiento regenerador. |
| Kelchu | Punto de atemi en la parte trasera del cuello. |
| Kelko | Practica, entrenamiento. |
| Kelko Ho | Formas de entrenamiento. |
| Kelkogi | Traje de chaqueta, pantalón y obi utilizado para la práctica. |
| Kelza | Sentado sobre los talones, con los dedos hacia dentro. |
| Ken | Espada. |
| Ken Jitsu | Arte del sable. Ken Jutsu |
| Ken Jutsu | Arte del manejo de la espada. Ken Jitsu |
| Ken Kata | Kata de sable. |

| | |
|-----------------------|--|
| Ken Uchi | Golpe a la espada. |
| Kendo | Esgrima japonesa que se practica con sable de bambú (Shinai). Camino de la espada. |
| Kenkokotsu | Omoplatos. |
| Kensho | Iluminación. |
| Keri | Ataque con el pie. |
| Kesa | Solapa / parte del traje de monje que cuelga del hombro izquierdo. |
| Ki | Energía espiritual, energía del universo. |
| Ki musubi | Unión del Ki de Tori y Uke. |
| Ki no nagare | La forma fluida de la técnica. |
| Ki Tai | Tori defiende con fluidez, energía y máxima adaptabilidad. |
| Ki Undo | Ejercicios de preparación del Ki. |
| Ki Wo Dasu | Enviar el Ki hacia el exterior. |
| Ki Wo Kiru | Cortar el Ki. |
| Ki Wo Neru | Entrenamiento de nuestro Ki. |
| Kiai | Grito muy potente que se da para transmitir el Ki a un golpe. |
| Kiai Jutsu | Técnica del Kiai |
| Kihon | Bases, fundamentos, principios. |
| Kihon waza | Técnicas fundamentales. La forma básica de la técnica. |
| Kikan | Traquea. |
| Kiku | Inferior. |
| Kime | Proyección concentrada de la energía. |
| Kiritsu | Indicación de levantarse después del saludo. |
| Kiritsuke | Descargar un golpe definitivo, |
| Kisoku | Prolongar la respiración. |
| Kissaki | Punta de la espada. |
| Kital | Forma de crear la oportunidad de ataque o respuesta. |
| Kito | Caer y levantarse. |
| Kiyotsukete | Cuidado. |
| Kogeki Ho | Formas de ataques. |
| Kohai | Posición de un estudiante con respecto a otro mas veterano. |
| Koi Guchi | Entrada de la Katana. |
| Kojiri | Punta de la funda de la espada. |
| Koko | Area entre el pulgar y el índice. |
| Kokoro | Corazón, espíritu, sentimiento, sensibilidad, voluntad, intención, humor. |
| Kokoro gamae | Actitud mental. |
| Kokutsu | Inclinarse hacia atrás. |
| Kokyu | Respiración. |
| Kokyu dosa | Movimiento de poder de respiración (desde seiza). |
| Kokyu Ho | Práctica del movimiento respiratorio. |
| Kokyu Nage | Proyección respiratoria. |
| Kokyu No Henka | Cambios respiratorios desde el vientre |
| Kokyu ryoku | Poder de la respiración. |
| Komi | Acercarse. |
| Kongo | Hoja vertical delante de la cara. |
| Koryu | Estilo antiguo. |
| Kosadori | Agarre a una mano (Katate dori ai-hammi). |
| Koshi | Cintura, cadera. |
| Koshi Nage | Proyección con la cadera. |
| Koshita | Lámina trasera del Hakama. |
| Kotae | Practica especialmente firme. Kotai. |
| Kotal | Practica especialmente firme. Kotae. |
| Kote | Muñeca. |
| Kote Gaeshi | Luxación exterior de la muñeca. |
| Kote Hineri | Sankyo, palanca en la muñeca rotándola. |
| Kote Mawashi | Nikyo, palanca en la muñeca en semicírculo. |
| Kotodama | Función espiritual de los sonidos. Practica religiosa usando sonidos. |
| Koutai | Cambio. |
| Ku | Nueve (9). |
| Kuatsu | Técnica de reanimación. |
| Kubi | Cuello. |
| Kubi Dori | Agarre al cuello. |
| Kubi naka | Punto de atemi en la base del cráneo. |
| Kubi Shime | Estrangulación en el cuello. |
| Kujiki | Esfuerzo, tensión, presión. |
| Kukyo | 9º principio = Nanakyo inverso. |

| | |
|----------------------------|--|
| Kumi | Cruzar armas. |
| Kumi Jo | Técnicas de bastón contra bastón. |
| Kumi Tachi | Técnicas de sable contra sable. |
| Kushin | Entrar en el ataque. |
| Kushinuke | Esquivar un ataque. |
| Kuzushi | Romper el equilibrio del Uke. |
| Kyo | Vacío, blando, yin |
| Kyoshi | Enseñante, instructor que transmite (min.5º Dan). |
| Kyu | Grados anteriores al cinturón negro. |
| Kyudo | Vía del Arco tradicional japonés. |
| Kyuhonme | 9º Kata de Iaido en tachi. Kashira Tsuki No Tachi. (Maniwa Nen Ryu). |
| Kyusho | Puntos vulnerables del cuerpo humano. |
| Ma | Distancia. |
| Ma Ai | Distancia básica recomendable entre Uke y Tori. Distancia correcta. |
| Mae | Frontal, adelante. |
| Mae Geri | Patada frontal. |
| Mae Kalten Ukemi | Caída rodada hacia delante. |
| Mae Ukemi | Caída hacia adelante sin rodar. |
| Mae-no-sen | Tomar la iniciativa. Atacar en el momento en que tu oponente piensa hacerlo. |
| Maki | Envuelto. |
| Maki otoshi | Tori acaba sobre una rodilla, habiendo lanzado a Uke sobre el hombro de Tori. |
| Maki Uchi | Golpe rápido y corto vertical-descendente con el Bokken, Katana o Jo. |
| Maniwa Nen Ryu | Escuela de Ken Jutsu del siglo XVII. |
| Maru | Círculo. |
| Masakatsu | Victoria verdadera. |
| Mata | El muslo, la ingle. |
| Matadachi | Abertura en el lado del Hakama. |
| Mate | Espera. |
| Mawashi | Un giro, una rotación. Circular. |
| Mawashi Geri | Patada circular lateral. |
| Mawashi tsuki | Golpe circular con el puño |
| Mawashi Jodan Tsuki | Atemi circular a la cara. |
| Mawatte | Dar media vuelta. |
| Men | Cara. |
| Men Nage | Proyección por la cabeza. |
| Men uchi | Golpe cortante vertical-descendente, Shomen Uchi. |
| Menkyo Kaiden | Título o certificado de maestro. |
| Metsuke | La mirada. |
| Mi | Cuerpo. |
| Migi | Derecha. |
| Migi ashi | Mover el pie derecho. |
| Migi gamae | Posición estable. Pie derecho adelantado. |
| Migi Hammi | Posición recíproca Uke y Tori. Pie derecho adelantado. |
| Migi Kamae | Guardia de derecha. Migi gamae. |
| Migi Te | Mano derecha. |
| Mikazuki | Atemi a la mandíbula. |
| Mimi | Orejas. |
| Mishogi | Purificarse, limpiar, ceremonias y técnicas de purificación mediante la respiración. |
| Mitsuke | Mirada de alerta observando los movimientos del Uke. |
| Mochi | Agarrar con las manos. |
| Mojin | Discípulo. |
| Moku roku | Un catálogo de técnicas. |
| Mokuso | Sentarse en Seiza, concentrándose, y procurando unidad física y mental. Meditación. |
| Mon | Escudo familiar en el uniforme. |
| Morihei Ueshiba | O'Sensei, fundador del Aikido. |
| Morote | Ambas manos. |
| Morote Dori | El Uke agarra una mano del Tori con sus dos manos. |
| Mudansha | Aikidoka con grado Kyu. |
| Mukozune | Punto de atemi en medio de la espinilla. |
| Muna | Pecho, solapa. |
| Mune | Pecho, solapa. |
| Mune Dori | Agarre con una mano a la solapa. |
| Mune Dori Menuchi | Agarre al pecho y golpe cortante vertical-descendente. |
| Mune tsuki | Puñetazo al pecho. |
| Munen mushin | Golpear sin consciencia. |

| | |
|--------------------------|--|
| Munen muso | La meta del zazen. |
| Murasame | Puntos de presión a cada lado del cuello detrás de la clavícula. |
| Mushin | Mente limpia o en blanco. Sin mente. |
| Musubi | Armonía. Unión. Proceso de reunificación de los contrarios. Su constante es el cambio. |
| Nagare | Fluido. |
| Nagashi | Fluir. |
| Nagashi waza | Fluir de una técnica a la siguiente. |
| Nage | Proyección. El que defiende. Tori. |
| Nage Waza | Técnicas de proyección. |
| Naike | Punto de presión en el interior del tobillo. |
| Naka | Centro. |
| Naka ni | Al centro. |
| Nanahonme | 7ª kata de laido en tachi. Hasso Kesa Giri No Tachi. (Yagyū Shinkage Ryu). |
| Nanakyo | 7º principio = Yonkyo aplicado a back of wrist. |
| Naname | Diagonal. |
| Ne waza | Técnicas de lucha en el suelo. |
| Nen | Concentración, pensamiento - momento, unidireccionalidad. |
| NI | Dos (2). |
| NI Dan | Cinto negro 2º Dan. |
| NI Jyu | Veinte (20). |
| NI Jyu San | veintitrés (23). |
| NI Kyu | Cinto azul. 2º Kyu. |
| Nihonme | 2ª kata de laido en tachi. Zengo Chidori No Tachi. (Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu). |
| Nihonme No Suwari | 2ª kata de laido en suwari. Nuki Uchi No Ken. (Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu). |
| Nikyo | 2º principio de Aikido, luxación de muñeca y codo. |
| Ninjo | Lo que se debe hacer. |
| No | Partícula posesiva del lenguaje. |
| Nobashi | Alargado, estirado. |
| Nogare | Método de respiración consistente en una larga exhalación con un grito ahogado. |
| Noto | Enfundar la espada. |
| Nuki | Tirar. |
| Nukite | Final de los dedos endurecidos. |
| Nukitsuke | Desenfundar con rapidez. |
| O | Honorable, Gran, Grande. |
| O'Sensel | Gran maestro. Usado solo en referencia al fundador de un arte marcial. |
| Obl | Cinturón. www.estadium.ya.com/aikiboixols |
| Oi tsuki | Puñetazo avanzado. iki22@terra.es |
| Oji | Una respuesta. T: 661 141 676 |
| Oji waza | Bloquear y contraatacar. |
| Omedeto Gozaimasu | Muchas gracias. |
| Omote | Frontal, Por delante, yang. |
| Omote waza | Técnicas que son reveladas al público. |
| Omoto-Kyo | Secta Shinto, grupo religioso al que perteneció Morihei Ueshiba. |
| Onegashimasu | Por favor (cuando pides algo, usualmente como en por favor vamos a practicar juntos). |
| Osae | Presionar, empujar, inmovilizar. |
| Osae waza | Técnicas de inmovilización . |
| Osol | Indicación de "lento, despacio". |
| Otagal ni rei | Saludo al otro. |
| Otoshi | Dejar caer, hacer caer hacia el suelo. |
| Ottomenryu | Prohibición de comunicar o transmitir un conocimiento o técnica por medio de la escritura. |
| Oyo waza | Variaciones en técnicas básicas. |
| Randori | Práctica con múltiples atacantes. |
| Rei | Saludar, inclinarse. Saludo. |
| Rei Gi | Reglas y etiqueta en el tatami. |
| Rei Ho | Formas concretas del protocolo. |
| Rei Shiki | Reglas del protocolo en el Dojo. Ceremonial. |
| Ren | Doble. |
| Ren Shomen Uchi | Encadenar varios Shomen uchi. |
| Ren Tachi Jitsu | Arte del manejo de dos espadas simultáneamente. |
| Ren Tsuki | Encadenar varios Tsuki. |
| Renraku | Encadenamientos de varias ataques. |
| Renraku Waza | Técnicas encadenadas. |
| Renshi | El hombre que sabe. |
| Renshu | Trabajo duro de los fundamentos. |
| Renzoku | Denominación del Aikikai de la técnica Shomen Uchi-Gyaku Yokomen. |

| | |
|---------------------------|---|
| Renzoku Waza | Encadenamientos de varias técnicas. |
| Ritsu rei: | Saludo de pie. |
| Ritsu zen | Meditación de pie. |
| Rokku | Seis (6). |
| Rokkyo | 6º principio = hiji-kime-osae o waki-katame o ude-hishigi.. |
| Ronin | Samurai sin dueño o señor. Samurai errante. |
| Ropponme | 6º kata de laido en tachi. Hasso Nuki Uchi No Tachi. (Yagyu Shinkage Ryu). |
| Ropponme No Suwari | 6º kata de laido en suwari. Happo Ken. (Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu). |
| Ryo hiji Dorl | Agarre a ambos codos. |
| Ryo kata Dorl | Agarre a ambos hombros. |
| Ryo Mune Dorl | Doble agarre a la solapa del Keikogi. |
| Ryo Tambo Jitsu | Arte del manejo de dos tambo. |
| Ryote Dorl | Agarre a las dos muñecas. |
| Ryote Jo | Agarrar el Jo con las dos manos. |
| Ryote Mochi | Agarre de una mano con dos manos. |
| Ryu | (sistema) de un arte marcial. Escuela. |
| Ryu No Kelko | Entrenamiento de la eficacia. |
| Sabaki | Movimiento del cuerpo. |
| Sageo | Cordón de la funda de la espada. |
| Saho | La dirección izquierda. |
| Samurai | Militar Japonés de la época feudal. |
| San | Tres (3). |
| San Dan | Cinto negro 3er. Dan. |
| San Kyu | Cinto verde 3º Kyu. |
| Sanhonme | 3º Kata de laido en tachi. Ren Mai Giri No Tachi. (Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu). |
| Sanhonme No Suwari | 3º kata de laido en suwari. Uken. (Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu). |
| Sankaku | Triángulo. |
| Sankakutai | Posición de guardia triangular, formando un triángulo con los pies. |
| Sankyo | 3er. principio del Aikido, torsión interna de la muñeca, codo y hombro. |
| Satori | Iluminación. |
| Saya | Vaina de la Katana. |
| Saya Ate | Estilo de la escuela Yagyu Shinkage Ryu. |
| Selgan | Paso natural, guardia fundamental.. |
| Selka No Iten | El punto uno, centro de todas las energías del ser humano. |
| Selka tanden | Abdomen inferior. |
| Selken | El puño cerrado con naturalidad. |
| Selki | Espíritu - Energía. |
| Selkichu | La columna vertebral. |
| Selshin Tanren | Entrenamiento de la mente, del espíritu y del carácter. |
| Seltai Ho | Formas de desplazarse. |
| Selto | Alumno. |
| Selza | Sentado sobre los talones (de rodillas). Forma de sentarse tradicional Japonesa. |
| Seme guchi | Apertura para un ataque. |
| Semete | Atacante. |
| Sempai | Estudiante más avanzado. |
| Sempai-Kohai | Relación importante alumno antiguo - alumno nuevo en artes marciales. |
| Sen | Positivo, iniciativa. También 1000. |
| Sen No Sen | 3er. grado de anticipación, intuición. |
| Senaka | Espalda. |
| Senjutsu | Tácticas. |
| Sensei | Instructor, maestro, profesor. |
| Sensei ni rei | Saludo al maestro (Sensei). |
| Sente | La persona que toma la iniciativa. |
| Setsu Nin To | Espada que mata. |
| Shi | Una persona (Samurai). Cuatro (4). (no se utiliza, en su lugar: Ion) |
| Shi waza | Contratécnica. |
| Shichi | Siete (7). (no se utiliza, en su lugar: Nana) |
| Shidoin | Instructor Certificado de 4to ó 5to dan. |
| Shihan | Gran Maestro. Maestro de maestros. Instructor de instructores, 6to dan en adelante. |
| Shiho Nage | Proyección en cuatro direcciones. |
| Shikaku | Angulo muerto, punto ciego. Cuadrado. |
| Shiki | Ceremonia, estilo, forma. Valor. |
| Shikko | Desplazarse andando de rodillas. |
| Shime waza | Técnicas de estrangulación. |
| Shimoseki | Lado izquierdo del tatami. |

| | |
|-------------------------|--|
| Shimoza | Lado opuesto al kamiza. |
| Shin | Espíritu, carácter. |
| Shin Gi Tai | Espíritu, Técnica y cuerpo, Criterios de examen. |
| Shin shin | Mente y cuerpo. |
| Shin shin Shugyo | Entrenamiento de la mente y del cuerpo. |
| Shin shin Toitsu | Mente y cuerpo unificados. |
| Shinal | Espada de bambú. |
| Shinogi | Acanalamiento en la hoja de la espada. Desplazamiento triangular sin cambiar de guardia. |
| Shintal | Cuerpo. |
| Shintal Ho | Formas de desplazar el cuerpo. |
| Shinto | Religión japonesa. |
| Shinza | El lugar del altar en el Dojo. |
| Shinzen ni rei | Saludo al santuario. |
| Shisel | Posición estable, un pie junto al otro al mismo nivel. |
| Shita | Abajo. |
| Shita hara | Abdomen inferior. |
| Shita-no | De la parte baja. |
| Shite | Tori. |
| Shite Randori | Ataque concertado y defensa libre. |
| Shizental | Posición estable, un pie junto al otro al mismo nivel. |
| Shizoku | Lugar seguro. |
| Sho | Inicio, comienzo. Pequeño. |
| Sho Dan | Cinto negro 1er. Dan. |
| Shomen | Parte frontal de la cabeza. Parte principal del Dojo. |
| Shomen Uchi | Golpe vertical descendente. |
| Shomen Uchi Komi | Golpe vertical-descendente desde Jodan Kamae. |
| Shoshin | La mente del principiante. |
| Shuchu | Concentración. |
| Shugeki | Ataque. |
| Shugyo | Entrenamiento riguroso para la purificación. |
| Shuhal | Dorso de la mano. |
| Shuki | Conservar la energía. |
| Shuto | Borde externo de la mano (el correspondiente al meñique). |
| Sode | Manga. |
| Sode dori | Agarre de la manga a nivel del codo. |
| Soke | Cabeza de estilo (realmente cabeza de familia). |
| Sokel | Ingle. |
| Soko | Allí, esa posición. |
| Sokuso | Punta de los dedos del pie (para patear). |
| Sokutel | Inferior del talón. |
| Sokuto | Borde del pie. |
| Sotal Dosa | Técnica estudiada con compañero. |
| Sotal Renshu | Entrenamiento con un compañero (entrenamiento de a dos). |
| Soto | Fuera, exterior. |
| Soto Kalten Nage | Proyección rotatoria exterior. |
| Suburi | Práctica individual con el Jo o el bokken. |
| Sudori | Ímpetu. |
| Sukashi Waza | Técnicas de anticipación. |
| Suki | Abertura o falta de concentración. Descuido. |
| Suki Ma | Momento de descuido o apertura en la guardia que permite al otro atacar. |
| Sumi | Rincón, ángulo, esquina. |
| Sumi Kiri | Claridad de mente y de cuerpo. |
| Sumi Otoshi | Dejar caer a Uke a un costado. |
| Sumimasen | Disculpe (vocativo). |
| Suri ashi | Paso deslizante. |
| Sutemi | Abandono del cuerpo para realizar una técnica. Técnicas de sacrificio. |
| Sutemi waza | Técnicas concluidas sacrificando el cuerpo. |
| Suwaru Waza | Técnicas sentados de rodillas. En el suelo. |
| Suwatte | Sentarse en Seiza. |
| Tabi | Calcetines japoneses utilizados en el dojo. |
| Tachi | En pie. Espada. |
| Tachi Dori | Técnicas de defensa a manos libres contra ataques de sable. |
| Tachi Kamae | Guardia en pie. |
| Tachi Rei | Saludo ceremonial puesto en pie. |
| Tachi Waza | Técnicas realizadas con uke y Tori de pie. |

| | |
|---|--|
| Tai | Cuerpo. |
| Tai Jutsu | Técnicas sin armas. |
| Tai No Henka | Movimiento del cuerpo de 180° sin moverse del sitio y cambiando la guardia. |
| Tai No Sen | 2° grado de anticipación, respuesta sincronizada. |
| Tai Sabaki | Movimiento del cuerpo circular, girar. |
| Tai-atari | Contacto del cuerpo. |
| Tai-atari uchi otoshi | Desde Yokomen uchi, entrar y bloquear. Uke es lanzado hacia atrás. |
| Tai-chikara | Poder externo (muscular). |
| Takemusu | Creatividad marcial |
| Tama no Hireburi | Vibración ejecutada con las manos juntas delante del vientre, la izquierda encima de la derecha. |
| Tambo | Bastón corto de 45 cm aprox. |
| Tambo Dori | Técnicas de defensa a manos libres contra ataques de Tambo en Aikido. |
| Tambo Jitsu | Técnica del uso del Tambo. |
| Tanden | Abdomen. |
| Tandoku Renshu | Entrenamiento individual (sin compañero). |
| Tanin Gelko | Practicar con varios atacantes. |
| Taninzu Dori | Agarre simultáneo de varios uke a Tori. |
| Taninzu Gake | Practica contra varios adversarios que pueden atacar de igual o diferente manera. |
| Tanomo | Mangas grandes en ropas formales. |
| Tanto | Cuchillo. |
| Tanto Dori | Técnicas de defensa a manos libres contra ataques de cuchillo en Aikido. |
| Tanto Jitsu | Técnica del uso del tanto. |
| Tao | Principio de energía universal. |
| Taoshi | Volcar, derribar. |
| Tatami | Superficie acolchada para la practica de artes marciales. |
| Tate | Levantarse. |
| Tate Hiza | Posición de semisentado, zaho. |
| Tateki | Varios atacantes. |
| Tateki No Kural | Practicar con varios atacantes a distancia real. |
| Tateki-gelko | Practicar con varios atacantes. |
| Tateki-uchi | Luchar con varios atacantes. |
| Tatte | Levantar. |
| Te | Mano. |
| Te No Hira | Palma de la mano. |
| Te No Uchi | Posición de las manos. |
| Te Sabaki | Movimientos de las manos para soltarse y crear desequilibrio. |
| Te ura | Interior de la muñeca. |
| Te waza | Técnicas de mano (como opuestas a las de armas). |
| Tegatana | El uso de la mano en forma de sable o la mano sable. |
| Telsho | Talón de la mano. |
| Tekubi | Antebrazo. Muñeca. |
| Tekubi Osae | Yonkyo, retención por la muñeca. |
| Tekubi Undo | Ejercicios de estiramiento para las muñecas. |
| Ten | Cielo. |
| Tenchi | Cielo y Tierra. |
| Tenchi Nage | Proyección cielo-tierra. |
| Tenka Ashi | Girar el cuerpo sin caminar. |
| Tenkan | Girar el cuerpo 180° sin cambiar de guardia. Ceder. |
| Tenshin | Salida a 45 grados. |
| Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu | Escuela de Ken Jutsu del siglo XIII, fundada por Choiisai Ienao. |
| Tento | Punto vital en la parte superior de la cabeza. |
| Tenugui | Pequeño pañuelo para limpiarse la cara. También se lleva en Kendo bajo el casco.. |
| Tessen Jutsu | Estilo de la escuela Yagyu Shinkage Ryu. |
| Tettsui | Golpe de martillo. |
| Tobi | Saltar. |
| Tokui Waza | Técnica o movimiento especial favorito de un aikidoka. |
| Toma Katate Uchi | Golpe del Jo con trayectoria circular en diagonal-descendente. |
| Tori | El que dirige, el que defiende. Shite. |
| Tsuba | Guardia de la empuñadura de la Katana. |
| Tsugi ashi | Moviendo hacia delante el pie adelantado, el otro pie lo sigue detrás constantemente. |
| Tsuka | Empuñadura de la Katana. |
| Tsukami | Agarrar (e inmovilizar). |
| Tsuki | Golpe de puño directo. Puñetazo o empujón con fuerza. Atemi, apertura. |
| Tsuki Jodan Gaeshi | Denominación del Aikikai de la técnica Tsuki-Yokomen. |
| Tsukuri | Preparación de la postura para ejecutar la técnica. |

| | |
|--------------------------------------|---|
| Tsuri Ashi | Método de desplazamiento, pies rozando el tatami sin cruzarse. |
| Uchi | Interior. |
| Uchi Deshi | Discípulo interno. |
| Uchi Kaiten Nage | Proyección rotatoria interior. |
| Uchi Kaiten Sankyo | Luxación de la muñeca con trayectoria rotatoria interior. |
| Uchi Kote | Corte a la muñeca. |
| Uchi waza | Técnicas de golpe. |
| Uchima | Distancia desde donde puedes golpear dando un solo paso. |
| Uchimata | El lado interno de la proyección. |
| Uchite | Atacante. |
| Ude | Brazo. |
| Ude Furi Undo | Ejercicio de desplazamiento circular acompañado de los brazos. |
| Ude Garame | Enredar brazos. |
| Ude Hijiki | Rokyo, trabar el brazo por el codo ejerciendo palanca. |
| Ude Kime Nage | Proyección del brazo mediante el Kime. |
| Ude Nobashi | Gokyo, estirar por el brazo. |
| Ude Osae | Ikkyo, retención por el brazo. |
| Ue | Arriba. |
| Uke | El que recibe la técnica, el que ataca, el que es dirigido. |
| Uke waza | Técnicas de defensa (bloqueo). |
| Ukemi | Caer. El arte de recibir la técnica y caer sin causarse daño manteniendo contacto con Tori. |
| Uki | Flotar. |
| Undo | Ejercicio, practica. |
| Ura | Por detrás, negativo, yin. |
| Ura Kote | Golpe cortante ascendente a la muñeca. |
| Uraken | Reverso del puño. |
| Ushiro | Detrás, yin. |
| Ushiro ashi | Andar hacia atrás. |
| Ushiro chudan tsuki | Golpe recto hacia atrás. |
| Ushiro Dorl | Agarre por detrás (llave del Oso) |
| Ushiro Eri dorl | Agarre por el cuello de la chaqueta por detrás. |
| Ushiro Harai | Golpe cortante en diagonal descendente de 360° con Tai Sabaki. |
| Ushiro Hidarl Ashi | Dar un paso atrás con el pie izquierdo. |
| Ushiro Hiji dorl | Agarre de los codos por detrás. |
| Ushiro Kaiten Ukemi | Caída rodada hacia atrás. |
| Ushiro Katate Dorl Kubi Shime | Estrangulación y agarre de una muñeca por detrás. |
| Ushiro Kiril Otoshi | Proyección desde atrás dejando caer a uke. |
| Ushiro Kubi shime | Agarre a una mano y estrangulación por la espalda. |
| Ushiro Migl Ashi | Dar un paso atrás con el pie derecho. |
| Ushiro Ryo Hiji Dorl | Agarre de los dos codos por detrás. |
| Ushiro Ryo kata dorl | Agarre de ambos hombros por la espalda. |
| Ushiro Ryote Dorl | Ambas manos agarran las manos de Tori por detrás. |
| Ushiro Ryote Kubi Dorl | Agarrar ambas muñecas por detrás. |
| Ushiro Tekubi Dorl | Agarre a la muñeca desde atrás. |
| Ushiro Tsuki | Golpe directo hacia atrás. |
| Ushiro Uchi | Golpe cortante en diagonal descendente hacia atrás. |
| Ushiro Udoroshi | Tirar hacia abajo desde atrás. |
| Ushiro Ukemi | Caída hacia atrás sin rodar. |
| Ushiro Waza | Técnicas con uke atacando por detrás de Tori. |
| Uwagi | Saco. |
| Waki No Kamae | Guardia baja-retrasada por debajo de la cintura. Waki Gamae |
| Waza | Técnica, práctica. |
| Yadome-Jutsu | Estilo de la escuela Yagyū Shinkage Ryu. |
| Yagyū Shinkage Ryu | Escuela de Ken Jutsu del siglo XVI. |
| Yame | Parar la actividad, stop. |
| Yang | Polaridad positiva o representación de la fuerza activa. |
| Yari | Lanza. |
| Yawarakai | Blando relajado, flexible. |
| Yin | Polaridad negativa o representación de la fuerza pasiva. Ying. |
| Yo | Principio positivo de la naturaleza. |
| Yo Dan | Cinto negro 4° Dan. |
| Yo Inbuk | Respiración externa. |
| Yo Ki | Cultivar la energía. |
| Yoi | Listo, preparado. |
| Yoko | Lado. |

| | |
|---------------------------|--|
| Yoko Ashi | Desplazamiento lateral. |
| Yoko furumi | Movimiento lateral. |
| Yoko Guruma | Golpe cortante circular horizontal. |
| Yoko migi ashi | Desplazar el pie derecho lateralmente. |
| Yoko uchi | Golpe lateral. |
| Yoko Ukemi | Caída lateral. |
| Yokomen | Lado de la cabeza. |
| Yokomen Uchi | Golpe descendente en diagonal sobre la sien o cuello. |
| Yomi | Intuir, prever, adivinar. Comunicación no verbal. |
| Yon Kyu | Cinto naranja 4º Kyu. |
| Yonhonme | 4º kata de laido en tachi. Sampo Giri No Tachi. (Yagyū Shinkage Ryu). |
| Yonhonme No Suwari | 4º kata de laido en suwari. Nuki Stuke No Ken. (Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu). |
| Yonkyo | 4º principio de Aikido, inmovilización del brazo. Tekubi Osae. |
| Yubi | Dedos. |
| Yudansha | Cinturón negro. |
| Yuki | Transmisión del Ki. Valentía. |
| Yukuri | Despacio. |
| Yumi | Arco. |
| Yuru yaka ni | Suave. |
| Za | Sentado. |
| Za Rei | Saludo ceremonial desde seiza. |
| Zaho | Desplazarse de rodillas con el pie derecho por delante. |
| Zaho Hidarī Kamae | Guardia de izquierda en posición semi sentado. |
| Zaho Migi Kamae | Guardia de derecha en posición semi sentado. |
| Zanshin | Conciencia. Concentración. Completar la técnica, manteniéndose alerta. |
| Zashin | Meditación profunda. Estado de alerta sin tensión. |
| Zazen | Meditar sentado (Zen). |
| Zekken | Parche del pecho bordado con el nombre propio y el del dojo. |
| Zengaku | Frente. |
| Zengo Undo | Ejercicio para el frente y para atrás en Ikkyo. |
| Zenpo | Delante. |
| Zenshin | Todo el cuerpo. |
| Zental | Total. |
| Zenwan | Antebrazo. |
| Zori | Zapatillas. |
| Zubon | Pantalón. |

Jaume Segura

www.estadium.ya.com/aikiboixols
aiki22@terra.es
Tl: 661 141 676