

GLOSARIO DE TERMINOS

- Ai-Hanmi: cuando los participantes se dan cara uno al otro en una posición triangular mutua
- Aikikai: el nombre de cualquiera escuela de Aikido reconocida por la Sede Mundial del Aikido.
- Atemi: el uso de técnicas efectivas.
- Boken: véase Tachi, bokken
- Budo: cualquier arte marcial japonés
- Dan: Grados superiores en Aikido.
- Dojo: un lugar donde se lleva a cabo el entrenamiento de artes marciales.
- Doshu: el Título del actual líder del Aikido.
- Eritori: ataque en el cual el cuello es sujetado desde atrás.
- Gi: uniforme de prácticas.
- Godan : Cinco años Dan.
- Gokkyo: una de las técnicas de muñeca en la cual ésta es mantenida con la palma hacia arriba; generalmente empleada contra el ataque con cuchillo.
- Gyaku-hanmi: los participantes están parados en posición triangular opuesta.
- Hanmi: una posición triangular, básica en posición en guardia.
- Hanmi handachi: el o la Nage se encuentra en posición sentado y el o la Uke lo ataca desde una posición parado.
- Hachidan: Octavo grado Dan.
- Ikkyo: una técnica de muñeca donde el brazo es mantenido sin aplicar presión a las articulaciones.
- Irimi tenkan: movimientos básicos de apertura en las técnicas del Aikido. Irimi es un movimiento en el cual uno carga directamente hacia el oponente; tenkan es un movimiento en el cual uno gira o pivotea apartándose del oponente.
- Irimi Nage: una técnica de lanzamiento empleando un movimiento de “entrada”.
- Jo: vara de madera, de aproximadamente 1.3 metros de largo.
- Jo tori: técnica aplicada contra un ataque con un jo.
- Juji Nage: un tipo de lanzamiento en el cual el o la Nage emplea la presión cruzando los brazos del Uke uno contra otro.

- Kaiten Nage: un lanzamiento en el cual el Nage emplea un movimiento rotativo para arrojar al Uke hacia adelante; la presión es ejercida sujetando hacia abajo la cabeza del Uke y empujando el brazo diagonalmente.
- Katatetori: un ataque en el cual el Uke coge una de las manos del Nage en una de sus manos.
- Katatori: un ataque en el cual el Uke coge la solapa o el hombro del Nage.
- Ki: energía interna basada en la calma.
- Kokyu-ho, kokyu-ryoku: es la fuerza de la respiración emanando desde el abdomen;
- Kokyu-ho es un método para coordinar la fuerza de la respiración y el movimiento del cuerpo para aumentar nuestro ki.
- KoshiNage: hubo un lanzamiento en el cual el Uke es arrojado sobre las caderas del Nage.
- Kote gaeshi: Proyección por inversión de muñeca.
- Keri: Patada.
- Keikogi : Traje de Aikido.
- Kyu: Grados inferiores en Aikido.
- Kotegaeshi: una de las técnicas de muñeca en la cual la presión se aplica sobre la muñeca, lejos del cuerpo del Uke.
- Morotetori: un ataque en el cual el Uke coge el antebrazo del Nage con ambas manos.
- Maai: la distancia apropiada entre Uke y Nage.
- Nage: el participante ejecutando la técnica.
- Nanadan : Séptimo grado Dan.
- Nidan : Dan de segundo nivel.
- Nikkyo: una de las técnicas de muñeca en la cual la presión es aplicada sobre la muñeca hacia el cuerpo del Uke.
- Obi: Cinturón que se utiliza para sujetar el Keikogi.
- Omote, ura: la descripción de la posición del Nage cuando está ejecutando la técnica. Omote está basada en movimientos irimi y es efectuada yendo hacia el Uke; Ura está basada en movimientos de Tenkan. haciendo que el Uke se mueva alrededor del Nage.
- Osae: un eje como un método de mantenerse abajo. Inmovilización.
- O Sensei: Morihei Ueshiba, fundador del Aikido.

- Rei, ojiji: inclinación de saludo apropiada.
- Reiji: buenos modales, formalidad.
- Rokudan: Sexto grado Dan.
- Ryotetori: Un ataque en el cual el Uke coge a ambas muñecas del Nage con sus dos manos.
- Sandan: Tercer grado Dan.
- Sankyo: una de las técnicas de muñeca en la cual la presión es aplicada contra la muñeca en un movimiento de torsión hacia el Uke.
- Seiza: manera apropiada de sentarse.
- Sensei: Instructor o maestro de Aikido.
- Shime: Estrangulación.
- ShihoNage: una técnica en la cual la presión es aplicada contra la muñeca y el codo del Uke utilizando un movimiento de giro de espada para arrojar al suelo al Uke.
- Shikko: una técnica de caminata sobre las rodillas.
- Shodan : Dan de grado primario.
- Shomenuchi: un ataque en el cual el Uke golpea a la frente del Nage con la mano abierta.
- Soto Kaiten: un movimiento giratorio hacia afuera.
- Suwari waza: técnicas efectuadas desde una posición sentado en las cuales el Uke y el Nage emplean Shikko.
- Tachi, boken: espada de madera.
- Tachi tori: hola técnicas aplicadas contra ataques con un bokken.
- Tachi waza: técnicas efectuadas con Uke y Nage parados.
- Tanto: cuchillo de madera.
- Tanto tori: técnicas empleadas contra ataques con cuchillo.
- Tatami: Colchoneta donde se practica Aikido.
- Tenchi Nage: un tipo de irimi Nage en el cual el Nage rompe el equilibrio del Uke extendiendo una mano hacia arriba y la otra hacia abajo mientras se mueve hacia el Uke.
- Tenkan: véase irimi, tenkan.
- Tori: Persona que ejecuta la técnica.
- Tsuki : Estocada.
- Uchi kaiten: un movimiento giratorio hacia adentro.

- Udekime Nage: un tipo de lanzamiento aplicando presión a la parte baja del codo.
- Uke: el participante que inicia el “ataque”.
- Ukemi: caída de protección.
- Ura: véase omote y ura.
- Ushiro kubishime: un ataque en el cual el Uke coge una de las muñecas del Nage desde atrás y lo golpea con el otro brazo.
- Ushiro ryokatatori: un ataque en el cual el buque coge los hombros del Nage desde atrás.
- Ushiro tekubitori: un ataque en el cual el Uke coge ambas muñecas del Nage desde atrás.
- Waza: técnica.
- Yondan: Cuarto grado Dan.
- Yokomenuchi: un ataque en el cual el buque golpea al costado del cuello o la cabeza del Nage con la mano abierta.
- Yonkyo: una técnica en la cual la presión es aplicada contra el antebrazo del Uke.
- Zen: una forma de meditación basada en una filosofía japonesa.