



Räkneord

Ichi	Ett
Ni	Två
San	Tre
Shi	Fyra
Go	Fem
Rokyu	Sex
Shichi	Sju
Hachi	Åtta
Ku	Nio
Ju	Tio

Blockeringar

Uke	Blockering
Gedan-barai	Låg blockering
Age-uke	Hög blockering
Shuto-uke	Svärd hand blockering
Soto-uke	Utifrån och in
Uchi-uke	Inifrån och ut

Slag

Tsuki	Slag
Oi tsuki	Samma arm som ben fram
Gyaku-tsuki	Motsatt arm som ben fram

Sparkar

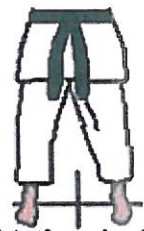
Geri	spark
Mae-geri	Framåt spark
Yoko-geri	Sidospark
Ushiro-geri	Spark bakåt
Mawashi-geri	Rundspark från sidan

Ställningar

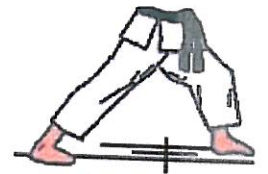
Dachi	Ställning
Zenkutsu-dachi	Ställning framåt
Musubi-dachi	Redoställning
Heiko-dachi	Fötter parallellt, axelbredd
Shiko-dachi	
Neko ashi-dachi	Kattställning



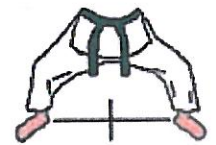
Musubi dachi



Heiko dachi



Zen kutsu dachi



Shiko dachi



Neko ashi dachi



Sanchin dachi