

**Kendo taal**

<b>Algemene begrippen</b>	
Ashisabaki	Voetenwerk
Bokken/Bokutô	Houten zwaard
Enzan no metsuke	"Kijken naar een verre berg": je kijkt door je tegenstander heen, maar je ziet alles wat hij doet.
Fudôshin	Onverstoorbaarheid
Kamae	Houding (van lichaam en geest)
Keiko	Training
Kiai	"Ontmoeting van vitale energieën", waarneembaar als luide kreet".
Kodachi	Kort zwaard
Ma-ai	Gevechtsafstand
Mawasu	Draaien
Metsuke	Kijken naar de tegenstander
Motodachi	Begeleidende (gevorderde) kendoka
Sensei	Leraar
Seme	Psychologische aanvalsdruk
Shinai	Bamboezwaard
Tachi	Zwaard
Taisô	Gymnastiek
Uchidachi	Uitvoerende kendoka (die begeleid wordt)
Waza	Techniek
Zanshin	Blijvende waakzaamheid

<b>Commando's</b>	
Hajime	Begin
Kôtai	Doordraaien; wisselen
Men o tsuke	Men opzetten
Men o tore	Men afzetten
Mô ichidô	Nog een keer
Mô ikkai	Nog een keer
Yame	Stop

<b>Groeten en etiquette</b>	
Dômo arigatô gozaimashita	Dank u wel voor de training
Kamiza ni rei	Groeten voor een afbeelding van een oude meester
Mukosô	Meditatie
Otagai ni rei	Groeten voor de mede-kendoka
Onegai shimasu	Wilt u zo vriendelijk zijn met mij te trainen
Rei	Groeten (buigen)
Sensei (senseigata) ni rei	Groeten voor de leraar (leraren)
Seiretsu	Op rij gaan staan
Seiza/Chakuza	Op rij gaan zitten met beide knieën op de grond (maximaal één vuistlengte uit elkaar).
Shinzen ni rei	Groeten voor een (Shinto-)altaar
Shisei o tadasu	Neem een correcte houding aan
Shômen ni rei	Groeten voor een budô-symbool

<b>Kamae</b>	
Chûdan no kamae	Zwaard in midden (gericht op keel van tegenstander)
Gedan no kamae	Zwaard laag (gericht op knieën van tegenstander) Jôdan no kamae Zwaard boven hoofd
Jôdan no kamae	Zwaard boven hoofd
Kamae o toku	Zwaard met punt omlaag en naar rechts gericht (letterlijk: "kamae loslaten")

<b>Kleding</b>	
Bôgu	Beschermende uitrusting
Dô	Borstpantser
Hakama	Broekrok
Himo	Koord; band
Keikogi	Trainingsjasje
Koshi-ita	De plaat aan de achterkant van de hakama
Kote	Handschoen
Men	Masker
Mengane	De tralies in het masker
Tare	Heupbeschermer
Tenugui	Hoofddoek

<b>Lichaamsdelen</b>	
Ashi	Voet
Ashi-kubi	Enkel
Hiza	Knie
Jôtai	Bovenlichaam
Koshi	Heup
Kubi	Nek
Mune	Borst
Tai	Lichaam
Te	Hand
Te-kubi	Pols
Tsune	Scheen

<b>Oefenvormen</b>	
Ippon	Punt
Jigeiko	Vrij sparren
Ippon shôbu	Wie het eerst scoort is winnaar
Kakarigeiko	Oefening waarbij uchidachi zelf een opening maakt.
Kata	Gevecht waarin elke beweging is voorgeschreven
Kihon	Basistechnieken
Kirikaeshi	Oefening voor coördinatie en kiai: afwisselend links en rechts men slaan.
Sanbon shôbu	Wie het eerst twee punten scoort is winnaar
Shiaigeiko	Wedstrijd om punten
Shôbu	Uitkomst (beslissing)
Uchikomigeiko	Oefening waarbij motodachi opent

<b>Onderdelen Shinai</b>	
Kensen	De punt
Nakayui	Lederen veter op tweederde van de lengte
Sakigawa	Suè; de dop
Sakigomu	Rubberen dopje in de punt
Take	De gespleten bamboestok
Tsuba	Stootplaat
Tsuba-dome	Rubber plaatje onder tsuba

Tsuka	Greep
Tsukagawa	Suède omhulsel van greep
Tsuru	Snaar (geeft de botte kant van het zwaard aan)



<b>Richtingen</b>	
Hidari	Links
Migi	Rechts
Sayû	Links en rechts
Soto	Buitenkant van de kamae
Uchi	Binnenkant
Ura	Binnenkant van de kamae
Go/Ushiro	Achterwaarts
Yoko	Zijkant
Zen/Mae	Voorwaarts

<b>Tellen</b>	
Ichi, ni, san, shi, go, roku, shichi, hachi, kyû, jû	1 t/m 10

<b>Technieken en tactieken</b>	
Ayumi-ashi	Met de ene voet voorbij de andere stappen
Debana-waza	Technieken waarbij je slaat op het moment dat de tegenstander zijn aanval inzet.
Fumikomi	Stamp
Harai-waza	Technieken waarbij je de shinai van de tegenstander naar opzij wegslaat
Hiki-waza	Achterwaartse technieken
Kaeshi-waza	Technieken waarbij je een slag blokkeert en meteen countert met een draaiende beweging van de polsen.
Kensaki Aanval	naar borst of keel met kensen
Kiri	Snijden
Maki-otoshi	Draaislag
Nuki-waza	Technieken waarbij je de aanval ontwijkt en meteen countert
Ôji-waza	Overnametechnieken
Otoshi-waza	Technieken waarbij je de shinai van de tegenstander naar beneden wegslaat.
Renzoku-waza	Meervoudige technieken
Shikake-waza	Aanvalstechnieken (accent op initiatief)
Shômen-uchi	Rechte slag op men
Suri-ashi	Glijpas, waarbij de voorste voet vóór blijft
Suriage-waza	Technieken waarbij je de slag van de tegenstander laat afketsen en meteen countert.
Tai-atari	Botsen met de tegenstander
Tsubazeriai	Positie waarbij de tsuba's elkaar raken

Tsuki	Steek
Uchi	Slag
Ukeru	Blokkeren
Yoko-men	Slag naar zijkant men