

Le vocabulaire du Judoka

Judo : Voie de la souplesse

Tori : celui qui fait chuter

Uke : celui qui tombe

Arbitrage :

Hajimé : Commencez

Matte : Arrêtez

Rei : Saluez

Ippon : « 10 » au tableau d'affichage, synonyme de victoire

Waza-ari : « 1 » au tableau d'affichage, avantage fort

Waza-ari-awazaté-ippou : combinaison de 2 waza-ari, synonyme de ippon

Osae-komi : début d'immobilisation

Toketa : fin d'immobilisation

Sono-mama : ne bougez plus

Yoshi : reprise du combat

Sore-made : fin (du combat, du cours)

Fuzen Gashi : victoire par forfait

Kiken gashi : victoire par abandon

Hikiwake : match nul

Les pénalités :

Shido : 1^{ère} faute

2 Shido : 2^{ème} faute

3 Shido : 3^{ème} faute = disqualification

Ou Hansoku make direct : disqualification car faute très grave

Les parties du corps :

Ashi : la jambe

Eri : le revers

Goshi : la hanche

Hara : le ventre

Hidari : gauche

Hiza : le genou

Judogi : kimono, tenue du judoka

Kata : l'épaule

Kubi : le cou

Migi : droite

Morote : à deux mains

Ne : au sol

Obi : ceinture

Seoi : dos

Sode : manche

Tachi : debout

Te : la main, le bras

Ude : bras

Waki : aisselle

Les positions :

Gesa : en travers



Guruma : roue autour
Juji : croix
Kami : au-dessus
Mae : face
Shio : 4 coins
Soto : extérieur
Uchi : intérieur
Ura : opposé
Ushiro : derrière
Yoko : côté

Actions :

Barai : balayer
De : avancer
Gaeshi : contre-attaquer
Gake : accrocher
Gari : faucher
Gatame : contrôler
Hane : percuter
Kansetsu : luxer
Maki : enrouler
Nage : projeter
Osae : immobiliser
Otoshi : tomber
Sabaki : esquiver, tourner
Tsukomi : pousser
Tsuru : pêcher
Shime : étrangler
Uki : flotter
Utsuri : déplacer

Exercices au judo :

Nage Komi : répétition de chute
Randori : exercice libre
Shiai : compétition
Uchi Komi : répétition de mouvements
Yaku Suku Geiko : travailler souple, sans résistance

Autres mots :

Do : voie
Dojo : lieu où l'on apprend le judo
Ju : souplesse
Ko : petit
Kumikata : saisie du kimono
Kuzure : variante
O : grand
Okuri : les deux
Sensei : professeur (maître)
Sutemi : sacrifice
Tatami : tapis de judo
Waza : technique