

# VOCABULARIO JAPONÉS – ESPAÑOL CON LOS TÉRMINOS MÁS UTILIZADOS EN LA PRÁCTICA DEL KARATE-DO y KOBUDO

## ZONAS DEL CUERPO:

**ATAMA:** Cabeza.

**JODAN:** Zona alta.

**KUBI:** Cuello.

**CHUDAN:** Zona media.

**KOTE:** Antebrazo.

**EMPI:** Codo.

**GEDAN:** Zona baja.

**HIZA:** Rodilla.

**ME:** Ojo.

**ASHI:** Pie / pierna.

**TE:** Mano.

## DEFENSAS:

**UKE:** Deriva del verbo Ukeru y significa “recibir”. Se suele denominar a los bloqueos como uke.

**OSAE:** Inmovilizar, empujar hacia abajo.

**KAKITE:** Agarre.

**AGE UKE:** Bloqueo alto (ascendente).

**UCHI UKE:** Bloqueo de afuera hacia adentro.

**SOTO UKE:** Bloqueo de adentro hacia afuera.

**SOTO BARAI:** Bloqueo barriendo de adentro hacia afuera.

**TEISHO UKE:** Bloqueo con talón de la palma.

**SHUTO UKE:** Bloqueo con canto la de mano.

**UDE UKE:** Bloqueo con el antebrazo.

**GEDAN BARAI:** Bloqueo descendente, barrida zona baja.



**TETSUI UKE:** Bloqueo descendente, golpe de martillo.

**MOROTE UKE:** Bloqueo con el antebrazo reforzado.

### **ATAQUES / GOLPES:**

**TSUKI:** Puñetazo.

**UCHI:** Golpe.

**OI TSUKI:** Puñetazo con la misma mano que la pierna delantera.

**GYAKU TSUKI:** Puñetazo con mano contraria a la pierna delantera.

**URAKEN:** Golpe con los primeros dos nudillos del dorso de la mano.

**SHUTO UCHI:** Golpe con el canto externo de la mano.

**HAITO UCHI:** Golpe con el canto interno de la mano.

**EMPI UCHI:** Golpe con el codo.

**NUKITE:** Golpe con mano abierta, punta de dedos.

**AGE TSUKI:** Golpe ascendente.

**MAWASHI TUSKI:** Golpe circular (gancho).

**MOROTE TSUKI:** Doble puñetazo.

### **PATADAS:**

**KERI:** Patada.

**MAE GERI:** Patada frontal.

**MAWASHI GERI:** Patada circular.

**YOKO GERI:** Patada lateral.

**USHIRO GERI:** Patada trasera.

**URA MAWASHI GERI:** Patada circular invertida.

**HIZA GERI:** Golpe con rodilla.

**TOBI GERI:** Patada frontal con salto.



## POSICIONES:

**SIKKO DACHI:** Posición con ambas piernas flexionadas. Los pies deben formar un ángulo de 45º hacia afuera.

**SIZEN DACHI:** Postura normal, ancho de hombros. El pie de atrás forma un ángulo de 45º respecto del adelantado.

**ZENKUTSU DACHI:** Posición al frente (pierna delantera flexionada y pierna trasera estirada).

**NEKO ASHI DACHI:** Posición de pie de gato (talón de la pierna de adelante elevado).

**UKI ASHI DACHI:** Posición “L”, con el talón de la pierna de adelante elevado.

**TAKA UKI ASHI DACHI:** Posición “L” elevada.

## SALUDOS / PERSONAS:

**REI:** Saludo.

**YOROSHIKU ONEGAI SHIMASU:** Saludo que se utiliza cuando se comienza una actividad en grupo, para incentivar el entrenamiento y agradecer el tiempo del otro.

**SENSEI:** Maestro / Instructor. “El que ha nacido antes”; “El que ha recorrido el camino”.

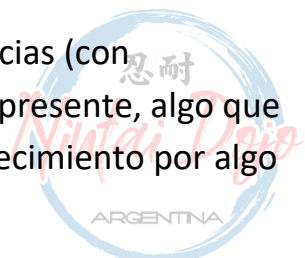
**SENPAI:** Alumno aventajado, superior.

**KOHAI:** Principiante, aprendiz.

## FÓRMULAS DE CORTESÍA:

**ONEGAI SHIMASU:** Por favor, enseñarme / ayudarme.

**DOMO ARIGATO GOZAIMASU / GOZAIMASHITA:** Muchas gracias (con terminación “-masu”, se utiliza para agradecer una acción del presente, algo que está por suceder; y con la terminación “-mashita” es un agradecimiento por algo que ya sucedió, por ejemplo cuando termina la clase.



**DO ITASHIMASHITE:** De nada.

**HAI:** Si / de acuerdo.

**IIE:** No.

**SUMIMASEN / GOMEN NASAI:** Disculpas / Perdón.

**WAKARIMASU / WAKARIMASHITA:** Entiendo / Lo entendí.

**WAKARIMASEN:** No entiendo.

## **INDUMENTARIA:**

**(KARATE) GI:** El traje de karate se compone de:

**OBI:** Cinturón.

**UWAGI:** Chaqueta.

**ZUBON:** Pantalón.

## **SISTEMA DE GRADOS:**

**DAN:** Nivel o rango de los cinturones negros.

**KYU:** Rango de los cinturones de colores.

## **DURANTE LA PRÁCTICA:**

**KIOTSUKE:** Atención - Posición firme de partida.

**HAJIME:** Comenzar.

**SHUGO:** Alinearse.

**SEIZA:** Sentarse (en la posición tradicional arrodillada, sentados sobre los talones).

**MOKUSO:** Concentrarse / meditación.

**YOI:** Preparados; atención.

**KAMAE:** En guardia.

**NAORE:** Recuperar la posición original, pausa o descanso.

**YAME:** Detenerse.

**MOKUSO:** Concentrarse. Meditación.

**HIDARI:** Izquierda.



**MIGI:** Derecha.

**CHAKUGAN:** Mirada.

**MAWATE:** Giro, cambio de dirección.

**KAITEN:** Giro de cadera.

**EMBUSEN:** Diagrama del Kata, líneas de realización del mismo.

**HIKITE:** Retroceso del brazo contrario al que golpea.

## **VARIOS:**

**KARA:** Vacío.

**TE:** Mano.

**DO:** Camino.

**KOBUDO:** “Antiguo arte marcial” (manejo de armas tradicionales okinawenses).

**NINTAI:** Perseverancia / constancia.

**KYUDO MUGEN:** La Vía del Estudio No Tiene Fin.

**KEIKO:** Práctica de lo antiguo. Una práctica de un arte con tradición. Entrenar o preparar el espíritu.

**RENSHU:** Entrenamiento. Entrenar el cuerpo.

**DOJO:** Lugar de entrenamiento (“Lugar en que se encuentra el camino”).

**DOJO KUN:** Código de conducta del Dojo.

**KIHON:** Fundamentos técnicos, técnicas básicas.

**KATA:** Formas, conjunto de técnicas preestablecidas.

**KUMITE:** Combate.

**BUNKAI:** Aplicación de las técnicas de un Kata.

**HARA:** Vientre.

**TANDEM:** Punto en el hara donde se concentra la energía vital KI, centro de gravedad del cuerpo.

**BUDOKA:** Practicante de artes marciales.



**NÚMEROS:**

一 Ichi: 1

二 Ni: 2

三 San: 3

四 Shi: 4

五 Go: 5

六 Roku: 6

七 Sichi: 7

八 Hachi: 8

九 Kyu: 9

十 Ju: 10

