



TenDoKan Aarau

Kleine Kendovokabelsammlung

Rüstung

Bogu	Rüstung
Men	Schutz des Kopfes, der Schultern und der Kehle
Kote	Handschuhe zum Schutz der Hände und des Unterarms
Do	Schutz des Rumpfes
Tare	Schutz der Hüfte
Shinai	Bambusschwert
Bokutou	Holzschwert
Hakama	Hosenrock
Keikogi	Jacke über die der Hakama gebunden wird
Tenugui	Schweisstuch, dass um den Kopf gewickelt wird bevor der Men aufgesetzt wird
Himo	Schnürre, mit denen Men, Kote und Do gebunden werden

Suburi

Jougeburu	Grosse Schlag, der auf Kniehöhe endet
Naname buri	Grosse diagonale Schläge (einmal links und einmal rechts), die auf Kniehöhe enden
Zenshin Kotae Men	Grosse Schläge, die zum Kopf gehen
Zenshin Kotae Sayuu Men	Grosse Schläge, die rechts und links zum Kopf gehen

Haya Suburi	Schnelle Suburi; bei dem Zurückgehen ausholen, beim vorwärtsgehen auf Kopfhöhe schlagen
-------------	---

Nummern

Ichi	Eins
Ni	Zwei
San	Drei
Shi	Vier
Go	Fünf
Roku	Sechs
Shichi	Sieben
Hachi	Acht
Kyuu	Neun
Juu (ausgesprochen: dschuu)	Zehn
Ni-juu	Zwanzig
San-juu	Dreissig
Jon-juu	Vierzig
Go-juu	Fünfzig
Roku-juu	Sechzig
Nana-juu	Siebzig
Hachi-juu	Achtzig
Kyuu-juu	Neunzig
Hyaku	Hundert

Angrüssen am Anfang und Ende des Trainings

Seiritsu	Aufstellung
Chakuza	Setzen
Mokuso	Linke in die rechte Hand legen und die Daumen aneinander. Augen sind geschlossen. Meditieren.
Shoumen ni Rei	Vor dem Dojoabzeichen verbeugen
Sensei (gata) ni Rei	Verbeugen vor den Lehrern
Men o tsuke	Men aufziehen
Men o tore	Men abziehen

Kommandos im Training

Hajime!	Anfangen!
Yame!	Aufhören!
Rei!	Verbeugen!
Taitou	Shinai an die Hüfte, Daumen auf die Tsuba
Nugetou	Schwert ziehen
Kamae!	Haltung annehmen!
Sonkyou	In die Hocke gehen
Osametou	Schwert wegstecken
Ippo migi	Einen Schritt nach rechts (rechts herum wechseln)

Kihon

Kirikaeshi	Kombination aus 2x Men, 4 Sayuu Men vorwärts und 5 Sayuu Men rückwärts und einem geraden Men.
Men uchi	Schläge zum Kopf
Kote uchi	Schläge zum Handgelenk
Kote Men uchi	Schlagkombination zum Handgelenk und danach zum Kopf
Do uchi	Schläge zur Taille

Sonstige Ausdrücke

Ashisabaki	Fussarbeit
Ayumiashi	Gleitende Schritte mit wechselnden Füßen (normal laufen)
Okuriashi	Kendoschritte: Gleitende Schritte, bei dem man sich vom linken Fuss nach vorne stösst und der rechte Fuss allzeit vorne bleibt
Hirakiashi	Seitliche Schritte bei denen der vordere Fuss beim Seitenwechsel ebenfalls wechselt
Fumikomi	Das Aufstampfen mit dem rechten Fuss beim Schlag

Ookii	Gross
Chiisai	Klein
Kiai	Schreien; die Vokalisierung des Kampfgeistes
Ki Ken Tai Ichi	Ki = Kampfgeist = Kiai, Ken = Schwert = Schlag; Tai = Körper = Fumikomi. Das gleichzeitige Ausführen der drei Elemente ist die Voraussetzung für einen validen Schlag.
Shidachi	Der Ausführende
Motodachi	Der den Ausführenden üben lässt und die Schläge empfängt
Maai	Abstand
Mae	Vor
Ushiro	Zurück
Migi	Rechts
Hidari	Links