

Petit lexique pour les enfants

Corps, tenue, orientation. 左 HIDARI , 右 MIGI gauche , droite

age	lever	migi	droit (à droite)
ashi	pied, jambe	mune	poitrine
atama	tête	nage	projection
ayumi	marche	ne	couché
barai	balayer	obi	ceinture
de	avancé (qui est devant)	osae	immobiliser
dori	prendre	sasae	maintenir
eri	revers	seoi	épaule, dos
garami	maintenir	shisei	posture
gari	fauchage	sode	manche
gatame (katame)	contrôle	soto	extérieur
hiji	coude	sumi	coin, angle
goshi (koshi)	hanche	tachi	debout
hadaka	nu	tai	corps
erikubiunaji	nuque	tanden	abdomen
kakato	talon	tate	vertical
hane	bondir	te	main
har	ventre	tekubi	poignet
hidari	gauche	tsukomi	pousser
hiza	genou	tsuri	lever
hizi	coude	uchi	intérieur
judogi	costume de judo	ude	bras
kata	épaule	ura	opposé
kami	au dessus	ushiro	derrière
kubi	cou	utsuri	déplacer
kuzushi	déséquilibre	waki	aisselle
mae	face	yoko	coté
maki	enrouler	yubi	doigt
mata	intérieur des cuisses		