

## LEXIQUE JUDO DE BASE

<b>Général</b>	
JUDO	Voie de l'adaptation
JIGORO KANO	Fondateur du Judo (1860-1938) en 1882
KODOKAN	Ecole de judo créée par Jigoro Kano . Actuellement, bâtiment de 8 étages à Tokyo où enseignent les plus grands experts et où viennent s'entraîner des judokas du monde entier.
TORI	Celui qui effectue l'action
UKE	Celui qui subit l'action
SENSEI	Professeur
<b>Arbitrage</b>	
REI	Salut
HAJIME	Commencez
MATTE	Attendez
OSAEKOMI	Début d'immobilisation
TOKETA	Sortie d'immobilisation
YUKO	Avantage de 5 points
WAZA-ARI	Avantage de 7 points
IPPON	Avantage de 10 points (donne la victoire)
WAZA-ARI AWAZATE IPPON	2 WAZA-ARI valent 1 IPPON (donne la victoire)
SOREMADE	Fin du combat
<b>Corps</b>	
TE	Main
UDE	Bras
KATA	Epaule
KOSHI / GOSHI	Hanche
ASHI	Jambe
SEOI	Charger sur le dos
MATA	Cuisse
<b>Techniques</b>	
HARAI / BARAI	Balayage
KARI / GARI	Fauchage
KAKE / GAKE	Accrochage
O	Grand
KO	Petit

UCHI	Intérieur
SOTO	Extérieur
KURUMA / GURUMA	Roue
OKURI	Envoyer
UKEMI	Brise-chute
YOKO	Côté
KAMI	Au dessus
TATE	A cheval
KESA / GESA	Assis jambes écartées
SHIO	Position quadrupédique
KUZURE	Variante
KATAME / GATAME	Contrôle
<b>Habit</b>	
JUDOJI	Habit du judoka
ERI	Revers du judogi
SODE	Manche du judogi
<b>Compter</b>	
ICHI	Un
NI	Deux
SAN	Trois
SHI	Quatre
GO	Cinq
ROKU	Six
SICHI	Sept
HACHI	Huit
KYU	Neuf
JU	Dix
<b>Entraînement</b>	
UCHI KOMI	Répétition d'une technique sur un partenaire sans projection
YAKU SOKU GEIKO	Combat d'entraînement sans opposition
RANDORI	Combat d'entraînement sans notion de victoire ou défaite
DOJO	Salle d'entraînement
KAMIZA	Côté élevé (souvent avec une photo de Me Kano)