

<b>Age</b>	Solleverare, levare, alzare, sollevato, levato, alzato
<b>Ageru</b>	Levare, sollevare, alzare (verbo)
<b>Ago</b>	Mento, mascella, mandibola
<b>Ago-oshi</b>	Spinta al mento (Ju-no-kata)
<b>Ago-tsuki</b>	Colpo (pugno) al mento (Kodokan-goshin-jutsu).
<b>Ai</b>	Spirito, amore, affetto, armonia
<b>Ai-yotsu</b>	Letteralmente affrontarsi faccia a faccia. Nel JUDO, i contendenti si affrontano usando entrambi la stessa presa (destra o sinistra)
<b>Aiki</b>	Letteralmente, armonia dello spirito, armonia dell'energia
<b>Aiki-no-sen</b>	Nel Judo significa prendere vantaggio da una posizione dell'avversario
<b>Aikido</b>	La via dell'armonia dello spirito
<b>Aishi</b>	Piede, gamba compreso il piede
<b>Aishi-waza</b>	Tecniche di gamba
<b>Aite</b>	Avversario, rivale
<b>Aka</b>	Rosso
<b>Aka-obi</b>	Cintura rossa
<b>Akai</b>	Rosso
<b>Antei</b>	Equilibrio, stabilità
<b>Anza</b>	Letteralmente, posizione seduta tranquilla. Nel JUDO, posizione seduta con la gamba sinistra piegata e con il piede vicino al ginocchio della gamba destra; le mani appoggiate sulle ginocchia (Posizione seduta di Uke nel Katame-no-kata)
<b>Aoi</b>	Blu
<b>Aoiro</b>	Blu
<b>Aoiro-Obi</b>	Cintura blu
<b>Aomuke ni</b>	Sul fianco, sul proprio dorso
<b>Appaku</b>	Pressione, oppressione
<b>Appaku suru</b>	Comprimere, premere (Verbo)
<b>Arashi</b>	Tempesta, temporale, bufera
<b>Arigato</b>	Grazie
<b>Asahi</b>	Sole levante, Il sole del mattino
<b>Asai</b>	Basso, poco profondo, leggero
<b>Ashi</b>	Piede, gamba compreso il piede
<b>Ashi-barai</b>	Spazzata dei piede (Tachi-waza; Ashi-waza)
<b>Ashi-gake</b>	Agganciamento dei piede (Tochi-waza; Ashi-waza)
<b>Ashi-garami</b>	Torsione della gamba (Ne-waza; Kansetsu-waza; Katame-no-kata)
<b>Ashi-gatame</b>	Controllo con la gamba (Ne-waza; Kansetsu-waza)
<b>Ashi-gatame-jime</b>	Strangolamento con il controllo della gamba (Ne-waza; Shime-waza)
<b>Ashi-guruma</b>	Letteralmente, ruota con la gamba. Nel Judo, rotazione della gamba (Tachi-waza; Ashi-waza)
<b>Ashi-mochi</b>	Presa della gamba (dell'avversario) per sollevarla
<b>Ashi-no-ura</b>	Letteralmente, parte anteriore del piede. Pianta del piede
<b>Ashi-no-yubi</b>	Letteralmente, dita del piede
<b>Ashi-sankaku-garami</b>	Torsione dei braccio con le gambe a triangolo (Ne-waza; Kansetsu-waza)

<b>Ashikubi</b>	Caviglia, collo del piede
<b>Atama</b>	Testa, capo, cima
<b>Ataru</b>	Toccare, urtare, colpire (verbo)
<b>Ate</b>	Suffisso indicante le tecniche per colpire
<b>Atemi</b>	Colpi, colpire con il corpo l'avversario, colpo sul corpo, colpi diretti
<b>Ato</b>	Posticipo, posposizione
<b>Ato-no-saki</b>	Posticipo di un passo (comportamento passivo "in" che comprende "omote", e "go-no-sen")
<b>Awaseru</b>	Sommare, unire, riunire (verbo)
<b>Awasete</b>	Somma, sommato, in tutto, totale
<b>Ayumi</b>	Marcia, passo, andatura
<b>Ba</b>	Il luogo, il posto
<b>Barai / Harai</b>	Spazzare, spazzata
<b>Basami / Hasami</b>	Forbici, cesoia, pinza
<b>Biki / Hiki</b>	Tirata, tirare, trarre, strappo, spostamento
<b>Biraki / Hiraki</b>	Apertura
<b>Bo</b>	Bastone, asta, sbarra
<b>Bo-jutsu</b>	Tecnica di difesa con bastone
<b>Bogyo</b>	Difesa, protezione, salvaguardia (Nagewaza)
<b>Bogyo no waza</b>	Tecniche di difesa
<b>Bokken</b>	Spada di legno ricurva
<b>Bokuto</b>	Spada giapponese di legno, viene utilizzata prevalentemente negli allenamenti. Conserva la forma, le dimensioni, la bilanciatura e il peso di una katana
<b>Bu</b>	Combattimento, arti marziali, strategia militare
<b>Budo</b>	lett. la via del combattimento (anticamente bugei o bujutsu). L'insieme delle arti marziali.
<b>Bugei</b>	Arti marziali, arte della strategia
<b>Bujin</b>	Guerriero
<b>Bujutsu</b>	Arte dei guerrieri
<b>Buki</b>	Arma, munizioni
<b>Bushi</b>	Guerriero, capo dei Samurai
<b>Bushi-do</b>	La via del guerriero (cfr. bushido)
<b>Bushido</b>	Letteralmente, la via del Guerriero. Norme comportamentali militari dei feudalesimo giapponese. Il codice d'onore dei samurai.
<b>Butsukari</b>	Nel Judo, esercizio ripetitivo
<b>Chika / Chikai</b>	Piccolo, corto, vicino, ravvicinato, quasi
<b>Chika-ma</b>	Piccola distanza, distanza ravvicinata
<b>Chikara</b>	Forza, potenza, energia
<b>Chikara-no-koioku</b>	(Corretto) uso della energia
<b>Chikara-no-un'yo</b>	Impiego dell'energia
<b>Chokkaku</b>	Angolo retto, intuizione
<b>Choku-tsuki</b>	Colpire direttamente (Kodokan-goshin-jutsu)
<b>Chokuritsu</b>	Dritto, eretto

<b>Chokuritsu shisei</b>	Posizione eretta (tenendo i talloni uniti)
<b>Chokusetsu</b>	Diretto, immediato
<b>Chowa</b>	Letteralmente, accordo nel movimento. Nel Judo, evitare, schivare; concetto di mobilità
<b>Chowa-bogyo-no-gaeshi</b>	Contrattacco successivo alla difesa chowa
<b>Chowa-no-bogyo</b>	Difesa chowa
<b>Chu</b>	Media, mezzo, centro
<b>Chu-goshi</b>	Letteralmente, mezza anca (mezzo alzato), semi-seduto
<b>Chudan</b>	Letteralmente, guardia intermedia. Nel Judo, assumere la guardia con la spada
<b>Chui</b>	Avvertimento, ammonizione, attenzione. Nel Judo, sanzione equivalente alla perdita di cinque punti (giudizio arbitrale)
<b>Chusen</b>	Estrazione a sorte, sorteggio
<b>Dai</b>	Grandezza, grossa taglia, lunghezza
<b>Dai-do</b>	Letteralmente, grande via. Via maestra (attraverso la quale si possono raggiungere enormi risultati in ogni situazione della vita)
<b>Dai-sho</b>	Letteralmente, il lungo e il corto. Coppia di spade formata dalla Katana e dal Wakizashi
<b>Dai-to</b>	Spada lunga
<b>Daidaiiro</b>	Colore arancione
<b>Daidaiiro-obi</b>	Cintura arancione
<b>Daki</b>	Abbracciato, abbracciando
<b>Daki-age</b>	Sollevarlo (l'avversario) abbracciando (le sue gambe)
<b>Daki-sutemi</b>	Lasciarsi cadere abbracciando (l'avversario)
<b>Daku</b>	Abbracciare, abbracciarsi, stringere fra le braccia, pendere fra le braccia
<b>Damashi</b>	Inganno, disorientamento
<b>Damashii / Tamashii</b>	Spirito, anima
<b>Damasu</b>	Ingannare, imbrogliare, disorientare
<b>Damoshi waza</b>	Tecniche d'inganno. Nel Judo, attacco susseguente ad una finta
<b>Dan</b>	Grado, avanzamento (nel Judo sono i gradi dalla cintura nera)
<b>Danko</b>	Azione decisiva, fermo, saldo, risoluto, pronto
<b>Daore / Taore</b>	Caduto, andato giù
<b>Daoshi / Taoshi</b>	Caduta, capitolazione
<b>De</b>	Uscire, avanzato, avanzante
<b>De-ashi-barai</b>	Spazzata del piede avanzante (Tachi-waza; Ashi-waza)
<b>De-ashi-barai-gaeshi</b>	Controtecnica a de-ashi-barai
<b>Dembu</b>	Natiche, glutei
<b>Den</b>	Elettrico
<b>Densho</b>	I libri segreti (dei principi)
<b>Deru</b>	Partire, avanzare, uscire
<b>Deshi</b>	Allievo, alunno, scolaro, discepolo
<b>Djite</b>	Lancia simile alla yari, ma con due lame taglienti perpendicolari all'asta a forma di croce

<b>Do</b>	Cammino, via, percorso inteso in senso spirituale, tempio, santuario, sala, tronco, tronco del corpo, dorso
<b>Do-jime</b>	Strangolamento al tronco (tecnica proibita nel randori ed in gara che si esegue avvolgendo e, successivamente, distendendo le gambe all'altezza delle costole fluttuanti dell'avversario)
<b>Doji</b>	Simultaneo, contemporaneo
<b>Doji-ippon</b>	Ippon contemporaneo. Si verifica nel caso in cui entrambi i contendenti ottengano contemporaneamente il risultato di ippon (p.es. con tecniche di strangolamento) (giudizio arbitrale di parità cfr. hikiwake).
<b>Dojo</b>	Luogo dove si ricerca la Via (spirituale), palestra, arena, suolo, terreno
<b>Dojo-Yaburi</b>	Distruzione del Dojo
<b>Dojokun</b>	Regole di comportamento nel Dojo
<b>Doka</b>	Per favore, per cortesia
<b>Domyaku</b>	Arteria
<b>Dori</b>	Presa
<b>Dosa</b>	Azione, movimento del corpo
<b>Dozo</b>	Per favore, per cortesia
<b>Ebi</b>	Aragosta, gambero
<b>Ebi-jime</b>	Strangolamento ad aragosta (metodo dei M. Kawaishi - tecnica non riconosciuta dal Kodokan)
<b>Ei</b>	Abbreviazione di Han-ei
<b>Eisho-ji</b>	Tempio di Eisho (dove è sorto il Kodokan)
<b>Eri</b>	Risvoito, bavero, colletto del kimono e del Judogi
<b>Eri-seoi-nage</b>	Proiezione sul dorso (con una presa al gomito e l'altra al bavero del Judogi dallo stesso lato) (Tachi-waza; Te-waza)
<b>Fuantei</b>	Squilibrio, instabilità
<b>Fudo</b>	Immobile, fermo
<b>Fudo-shin</b>	Mente immobile
<b>Fujoshi</b>	Donna, donna maritata
<b>Fujoshi-jo-goshin no kata</b>	Letteralmente, forme della difesa personale delle ragazze e delle donne. Forme della difesa personale femminile.
<b>Fukai</b>	Profondo, alto, disagio, sconforto.
<b>Fukurahagi</b>	Polpaccio
<b>Fumi</b>	Tallonata, colpo di piede, passo
<b>Fumi-komi-seoi-nage</b>	Seoinage con una gamba all'interno (Tachi-waza; Te-waza)
<b>Fumikomi</b>	Avanzata dei piede all'interno
<b>Fumikomu</b>	Camminare dentro, avanzare all'interno
<b>Furi-age</b>	Sollevato (per percuotere dall'alto) (Kodokan-goshin-jutsu)
<b>Furi-ageru</b>	Alzare, brandire
<b>Furi-oroshi</b>	Percuotere dall'alto (Kodokan-goshin-jutsu)
<b>Furi-orosu</b>	Abbatte,,colpire dall'alto (la testa di qualcuno)
<b>Fusegi</b>	Difesa (Ne-waza)
<b>Fusegi kata</b>	Metodo, forma di difesa
<b>Fusegu</b>	Difendere, custodire, proteggere; Nel Judo, difendere rompendo le prese

<b>Fusen</b>	Mancanza, assenza, defezione
<b>Fusen-gachi</b>	Vittoria per assenza, defezione (giudizio arbitrale)
<b>Futo</b>	Piede
<b>Futo-momo</b>	Coscia
<b>Ga</b>	Io, io stesso, me stesso
<b>Gachi</b>	Vittoria
<b>Gachi / Kachi</b>	Vittoria
<b>Gaeshi</b>	Rivoltare, contrattaccare, rovesciamento, contrattacco
<b>Gake / Kake</b>	Fase finale di una tecnica di proiezione, punto della caduta, esecuzione, agganciamento, proiezione, punto massimo del potere
<b>Gaku / Kaku</b>	Raggiungimento, realizzazione, conseguimento (diplomascritto); Quadrato, Quadro; Angolo
<b>Gamae / Kamae</b>	Struttura, apparenza, aspetto, tipo, posizione, posa, posizione di difesa
<b>Ganmen</b>	Viso, faccia
<b>Ganmen-tsuki</b>	Colpo (pugno) al viso (Kodokan-goshin-íutsu)
<b>Garami</b>	Arrotolato, avvolto, torsione, arrotolamento, avvolgimento
<b>Gari</b>	Falciare
<b>Gatame</b>	Controllo, immobilizzazione
<b>Gatana</b>	Spada Giapponese a lama Ricurva, simile alla Katana
<b>Ge</b>	Basso grado, bassa classe
<b>Gedan</b>	La parte bassa
<b>Gedan ni kamaeru</b>	Assumere la posizione di guardia bassa
<b>Geiko</b>	Allenamento
<b>Geiko / Keiko</b>	Allenamento, pratica, esercizio; acquisizione di abilità
<b>Genki</b>	Energia, vitalità, coraggio, vigore; forza vitale (forma del Ki)
<b>Geri / Keri</b>	Calcio
<b>Gesa / Kesa</b>	Trasversale (al corpo), di traverso
<b>Geta</b>	Zoccoli di legno tradizionali.
<b>Gi</b>	Tecnica (p. es. Shin-gi-tai)
<b>Go</b>	Cinque, quinto, karma (termine buddista per definire una azione determinante per il futuro di un individuo), parola, vocabolo
<b>Go-bogyo-no-gaeshi</b>	Letteralmente, rovesciamento della difesa go. Nel Judo, contrattacco successivo alla difesa go.
<b>Go-dan</b>	Quinto Dan
<b>Go-kyo</b>	I cinque principi. Forma abbreviata di Go-kyo no kaisetsu.
<b>Go-kyo no kaisetsu</b>	Spiegazione dei go-kyo (i quaranta basilari Tachi-waza).
<b>Go-kyu</b>	Quinta classe, quinto grado (cintura gialla).
<b>Go-no-bogyo</b>	Difesa con la forza (difesa dura).
<b>Go-no-kata</b>	Forme della forza.
<b>Go-no-sen</b>	Contrasto dell'iniziativa che si esprime con i bogyo waza (tecniche difensive) contrattacco
<b>Go-no-sen-no-kata</b>	Nel Judo, Forme delle controtecniche (messe a unto dal M' Kawaishi alla fine degli anni '30)
<b>Goju</b>	Cinquanta

<b>Gokkyū</b>	Cinque principi, gruppo delle tecniche fondamentali (cintura gialla)
<b>Goshi / Koshi</b>	Anca
<b>Goshin</b>	Difesa personale, autodifesa
<b>Goshin-jitsu</b>	Tecniche di difesa personale. arte della difesa personale
<b>Goshin-jutsu</b>	Arte della difesa personale (in tutte le sue forme)
<b>Goyaku</b>	Cinquecento
<b>Guruma / Kuruma</b>	Ruota
<b>Gyaku</b>	Al contrario, rovesciato
<b>Gyaku chowa</b>	Schivare nella direzione opposta (all'attacco).
<b>Gyaku-gesa-gatame / Ushiro-gesa-gatame</b>	Kesa-qatame con controllo da dietro (Ne-waza; Osaekomi-waza)
<b>Gyaku-hanmi</b>	Posizione opposta (tra i due avversari) palmo delle mani in alto
<b>Gyaku-juji-jime</b>	Strangolamento a croce (con presa) invertita/contraria (i palmi delle mani verso l'alto) (Ne-waza; Shime-waza; Katame-no-kata).
<b>Gyaku-sen</b>	Combinazioni in direzione opposta (alla precedente).
<b>Gyaku-ude-garami</b>	Ude-garami al contrario
<b>Gyaku-yoko-ukemi</b>	Caduta laterale dalla parte opposta.
<b>Gyakugeki</b>	Contrattacco
<b>Hachi</b>	Otto
<b>Hachiju</b>	Ottanta
<b>Hadaka</b>	A mani nude, corpo nudo, nudità
<b>Hajime</b>	Cominciare a combattere
<b>Han</b>	Indiretto, mezzo, metà
<b>Hana</b>	Ala
<b>Hana-su</b>	Parlare
<b>Hanasa-ku</b>	Fiorire
<b>Hanashi</b>	Racconto, storia
<b>Hantei</b>	Giudizio arbitrario
<b>Happiaku</b>	Ottocento
<b>Hara</b>	Ventre, addome, stomaco, centro dell'energia
<b>Harai / Barai</b>	Spazzare, spazzata
<b>Hasai / Basami</b>	Forbici, cesoia, pinza
<b>Hichi</b>	Sette
<b>Hidari</b>	Sinistra
<b>Hidari-Mae-Mawari-Ukemi</b>	Caduta rotolata in avanti a sinistra
<b>Hidari-Yoko-Ukemi</b>	Caduta laterale a sinistra
<b>Hiki / Biki</b>	Tirata, tirare, trarre, strappo, spostamento
<b>Hikkomi</b>	Trascinamento a terra
<b>Hiraki / Biraki</b>	Apertura
<b>Hishigi</b>	Incassare, rottura, frantumazione, lussazione
<b>Hiza</b>	Ginocchio
<b>Hon</b>	Fondamentale, di base

<b>Houritsu</b>	Legge, Diritto
<b>Hyaku</b>	Cento
<b>Ichi</b>	Uno
<b>Ichiman</b>	Diecimila
<b>In</b>	Ritmo
<b>Ippon</b>	Un punto, nel Judo punteggio equivalente a 10 punti (giudizio arbitrale)
<b>Itsutsu</b>	Cinque, cinque principi
<b>Jime / Shime</b>	Soffocamento, strangolamento
<b>Jitsu</b>	Arte, tecnica
<b>Jitte</b>	Particolare arma a due punte
<b>Jodan</b>	Parte alta del corpo, alto livello
<b>Jomayaku</b>	Vena
<b>Ju</b>	Cedevolezza, dieci
<b>Judo</b>	Via della cedevolezza
<b>Judogi</b>	Costume utilizzato nella pratica del Judo
<b>Jugo</b>	Quindici
<b>Juhachi</b>	Diciotto
<b>Juichi</b>	Undici
<b>Juji</b>	Croce, segno dei dieci
<b>Jujitsu</b>	Arte della cedevolezza
<b>Juku</b>	Diciannove
<b>Junana</b>	Diciassette
<b>Juni</b>	Dodici
<b>Juroku</b>	Sedici
<b>Jusan</b>	Tredici
<b>Jushi</b>	Quattordici
<b>Kachi / Gachi</b>	Vittoria
<b>Kagami</b>	Specchio
<b>Kaiten</b>	Rotolato
<b>Kake / Gake</b>	Fase finale di una tecnica di proiezione, punto della caduta, esecuzione, agganciamento, proiezione, punto massimo del potere
<b>Kaku / Gaku</b>	Raggiungimento, realizzazione, conseguimento (diplomascritto), quadrato, quadro, angolo
<b>Kamae / Gamae</b>	Struttura, apparenza, aspetto, tipo, posizione, posa, posizione di difesa
<b>Kami</b>	Da sopra, lato superiore, vetta
<b>Kansetsu</b>	Leva articolare, articolazione, giuntura, incastro
<b>Kansetsu-waza</b>	Tecniche di leve articolari
<b>Kata</b>	Forma, spalla
<b>Katame</b>	Controllo, immobilizzazione
<b>Katameru</b>	Difendere, guardare, sorvegliare
<b>Katana</b>	Spada da Samurai
<b>Keigo / Geiko</b>	Allenamento, pratica, esercizio; acquisizione di abilità
<b>Keikogi</b>	Costume da allenamento

<b>Kempo</b>	Metodo del pugno., forma di Karate antica.
<b>Kendo</b>	Via della spada
<b>Kesa</b>	Fascia che si mette trasversalmente sul kimono da cerimonia; Supplizio dei monaci buddisti che veniva messo trasversalmente sul corpo.
<b>Kesa / Gesa</b>	Di traverso, trasversale
<b>Ki</b>	Energia psicofisica, giallo, albero, spirito, mente, animo, coscienza
<b>Kiai</b>	Unire l'energia, stato mentale che si manifesta con un potente urlo (Verso)
<b>Kime</b>	Decisione, accordo
<b>Kisoku</b>	Regola
<b>Ko</b>	Piccolo
<b>Kōhai</b>	Termine opposto a Sempai, indica quindi gli studenti più giovani
<b>Koshi / Goshi</b>	Anca
<b>Koshiki</b>	Cose antiche, forme antiche, formalità, tradizioni
<b>Kotodama</b>	"Potere della Parola"
<b>Ku</b>	Nove
<b>Kubi</b>	Testa, collo
<b>Kuhyaku</b>	Novecento
<b>Kuju</b>	Novanta
<b>Kumi-Kata</b>	Modo di prendere
<b>Kuruma / Guruma</b>	Ruota
<b>Kuzure</b>	Variante, variazione
<b>Kuzushi</b>	Squilibrio
<b>Kyu</b>	Grado, gruppo, classe, rango (nel Judo sono i gradi prima della cintura nera)
<b>Kyu-Jitsu</b>	Arte dell'arco
<b>Machi</b>	Città
<b>Made</b>	"Fermate!", comando arbitrale per interrompere il combattimento
<b>Mae</b>	Avanti, di fronte, davanti
<b>Mae-Mawari-Ukemi</b>	Caduta rotolata in avanti
<b>Mae-Ukemi</b>	Caduta in avanti
<b>Maitta</b>	Resa, "Mi arrendo!"
<b>Maki</b>	Rotolo
<b>Maki-Komi</b>	Avvolgimento
<b>Makikomi</b>	Avvolgimento
<b>Mate</b>	"Fermate!", comando arbitrale per interrompere il combattimento
<b>Mate-jikan</b>	Fermare il tempo
<b>Matte</b>	"Fermate!", comando arbitrale per interrompere il combattimento
<b>Migi</b>	Destra
<b>Migi-Mae-Mawari-Ukemi</b>	Caduta rotolata in avanti a destra
<b>Migi-Yoko-Ukemi</b>	Caduta laterale a destra
<b>Morote</b>	Due mani, tutte e due le mani
<b>Mukashi</b>	Antico
<b>Mukashibanashi</b>	Favola, leggenda

<b>Nagare</b>	Corrente, corso d'acqua
<b>Nage</b>	Lancio, proiezione
<b>Nage-Waza</b>	Tecniche di proiezione
<b>Nami</b>	Normale, semplice, naturale, comune, ordinario
<b>Nanaju</b>	Settanta
<b>Ne</b>	Terra, suolo
<b>Ne-Waza</b>	Tecniche di lotta a terra
<b>Nezu</b>	Topo
<b>Nezumi</b>	Topo
<b>Ni</b>	Due
<b>Nihyaku</b>	Duecento
<b>Niju</b>	Venti
<b>Ninja</b>	Uomo dedito sostanzialmente al crimine, mercenario, esperto nelle tecniche militari di strategia e intelligence
<b>O</b>	Grande, largo
<b>Obi</b>	Cintura del kimono
<b>Okuri</b>	Inviare, mandare (l'uno verso l'altro)
<b>Osaekomi</b>	Mantenere fermi, immobilizzare, immobilizzazione
<b>Osaekomi</b>	Mantenere fermi, immobilizzare, immobilizzazione
<b>Otoshi</b>	Caduta sul posto
<b>Randori</b>	Esercizio libero
<b>Rei</b>	Saluto
<b>Reishiki</b>	Cerimonia
<b>Renshu</b>	Esercizio, allenamento, addestramento
<b>Rippyaku</b>	Seicento
<b>Ritsurei</b>	Saluto dalla posizione in piedi
<b>Rokkyu</b>	Sesta classe, sesto grado (cintura bianca)
<b>Roku</b>	Sei
<b>Rokuju</b>	Sessanta
<b>Romaji</b>	Caratteri romani, termine generico che contraddistingue l'uso dei caratteri latini
<b>Ryū</b>	stile o scuola nelle arti marziali giapponesi. In lingua giapponese significa drago
<b>Sai</b>	Particolare arma a tre punte
<b>Sambyaku</b>	Trecento
<b>San</b>	Tre
<b>Sanju</b>	Trenta
<b>Sankaku</b>	Triangolo
<b>Sasae</b>	Trattenere
<b>Se</b>	Mondo
<b>Seiza</b>	in ginocchio, posizione che si effettua nel saluto cerimoniale Zarei
<b>Sempai</b>	Termine giapponese che, in ambito scolastico, indica gli studenti più anziani. È comunque usato anche in ambito lavorativo, sportivo o, in genere, all'interno di ogni tipo di gruppo organizzato.
<b>Sen</b>	Mille

<b>Sensei</b>	Maestro
<b>Sewa</b>	Cura, assistenza
<b>Shi</b>	Quattro
<b>Shiai</b>	Gara, competizione
<b>Shichi</b>	Sette
<b>Shichiyaku</b>	Settecento
<b>Shiju</b>	Quaranta
<b>Shime / Jime</b>	Soffocamento, strangolamento
<b>Shime-Waza</b>	Tecnica di strangolamento, di soffocamento
<b>Shinken-shobu</b>	Combattimento reale
<b>Shintai</b>	Avanzamento o arretramento, movimento di spostamento
<b>Shio</b>	Quadrato, quattro lati
<b>Shisei</b>	Postura, posizione, atteggiamento
<b>Shiyaku</b>	Quattrocento
<b>Soremade</b>	Letteralmente, fino ad ora. Nel Judo, terminate, tutto finito, finire il combattimento (comando arbitrale).
<b>Suiei</b>	Arte del nuoto in armatura
<b>Sumi</b>	Angolo, Angolare
<b>Sutemi / Suteru</b>	Abbandono dei corpo, lasciarsi cadere, sacrificio
<b>Sutemi-waza</b>	Tecnica di sacrificio, colui che tira la tecnica (Tori) si lascia cadere a terra
<b>Suteru / Sutemi</b>	Abbandono dei corpo, lasciarsi cadere, sacrificio
<b>Ta</b>	Altro, un altro, altrove
<b>Tagai</b>	Reciprocamente, a vicenda
<b>Tai</b>	Corpo, posizione, sostanza, oggetto, posizione di partenza nel Koshiki-no-kata
<b>Tai-sabaki</b>	Rotazione del corpo, schivata
<b>Tamashii / Damashii</b>	Spirito, anima
<b>Tani</b>	Valle
<b>Tanto</b>	Coltello
<b>Taore / Daore</b>	Caduto, andato giù
<b>Taoshi / Daoshi</b>	Caduta, capitolazione
<b>Tatami</b>	Tappeto o stuoia di paglia di riso, stuoia, tappeto, materasso tradizionale
<b>Tate</b>	Allungato, verticale, longitudinale, altezza, In piedi
<b>Te</b>	Mano, braccio
<b>Te-waza</b>	Tecnica di mano
<b>Tokui-waza</b>	Tecnica speciale, tecnica preferita
<b>Tomoe</b>	Cerchio, arco, virgola, vortice
<b>Tori</b>	Presa, colui che afferra. Nel JUDO, colui che compie l'azione, il partner "attivo" nella dimostrazione delle tecniche
<b>Tsugi</b>	L'uno dopo l'altro, in successione
<b>Tsukuri</b>	Contatto (in una tecnica di proiezione), costruzione dei movimenti preparatori tesi a squilibrare l'avversario
<b>Tsuri-komi</b>	Tirare verso l'interno, pescare, tirare sollevando (movimento per condurre in sollevamento)

<b>Uchi</b>	Interno, l'interno
<b>Uchi-komi</b>	Letteralmente entrare dentro. Nel JUDO, allenamento con avversario statico ma presente. Esercizio ripetitivo per provare le tecniche (spesso evitando la proiezione viene effettuata solo l'"entrata").
<b>Ude</b>	Braccio, avambraccio
<b>Ue</b>	Sopra
<b>Uke</b>	Colui che subisce l'azione o che si difende, il partner "passivo" nella dimostrazione delle tecniche
<b>Ukemi</b>	Caduta, difesa
<b>Uki</b>	Fluttuante, ondeggiante, galleggiante
<b>Ushiro</b>	Dietro, indietro, all'indietro, inverso
<b>Ushiro-gesa-gatame / Gyaku-gesa-gatame</b>	Kesa-gatame con controllo da dietro (Ne-waza; Osaekomi-waza)
<b>Ushiro-ukemi</b>	Caduta all'indietro
<b>Utsuri</b>	Cambiamento, spostamento
<b>Waki</b>	Ascella
<b>Waza</b>	Tecnica, arte, azione
<b>Waza-ari</b>	Mezzo punto; Nel JUDO, punteggio equivalente a 7 punti (giudizio arbitrale).
<b>Yama</b>	Montagna
<b>Yoko</b>	Laterale, orizzontale, lato, fianco
<b>Yoko-Ukemi</b>	Caduta laterale
<b>Yoten</b>	Punto chiave
<b>Yudansha</b>	Portatore di Dan
<b>Yukidama</b>	Palla di neve
<b>Yume</b>	Sogno/i
<b>Za</b>	Posizione seduta, mettersi a sedere
<b>Zabuton</b>	Cuscino rettangolare di 76x71cm.circa o quadrato di 50cm.x70cm.
<b>Zafu</b>	Cuscino rotondo e morbido, le sue misure sono tra i 35cm. di diametro ed i 20cm. di spessore.
<b>Zarei</b>	Saluto in ginocchio è il saluto più cerimoniale. Secondo la tradizione, la cerimonia dei saluto si divide in, Shomen-ni-rei; Sensei-ni-rei; Otagai-ni-rei.
<b>Zempo</b>	Saltato, salto, balzo
<b>Zubon</b>	Pantaloni