



TECNICAS

Técnicas	
Ukemi	Recepción con el cuerpo
Kumitachi	Práctica de espada con compañero
Kumijo	Práctica de jo con compañero
Tachi dori	Mano vacía contra espada
Tanto dori	Mano vacía contra cuchillo
Atemi-waza	Técnicas para golpear puntos vitales
Hanashi-waza	Técnicas de escape de agarres; también denominadas hazushi-waza
Hanmi-handachi waza	Una persona de pie y otra sentada
Henka waza	Técnicas enlazadas. Normalmente empezando con una técnica y cambiando a otra en la mitad de la ejecución
Hitori waza	"practica con compañero invisible"
Jiju waza	Estilo libre de práctica. Normalmente son un número concreto de ataques o técnicas. Es diferente al Randori donde todo está permitido, cualquier ataque y técnica
Kaeshi-waza	Contra técnicas
Kansetsu-waza	Técnicas de luxación
Katame-waza	Técnicas de agarre; consistentes en osae waza, kansetsu waza, y shime waza
Kihon-waza	Técnicas básicas
Nagashi waza	Fluir/Volar desde una técnica a la siguiente
Nage waza	Técnicas de proyección
Ne waza	Técnicas de inmovilización
Oji waza	Bloquear y luego contraataque
Omote waza	Técnicas a la zona interior o frontal del atacante. También significa técnicas que son reveladas al público
Osae waza	Técnicas de giro
Shi waza	Una contra técnica
Sukashi waza	Técnicas que se desarrollan sin permitir al atacante que complete su agarre o inicie un golpe.
Sutemi waza	Técnica acompañada de cierto sacrificio o compromiso del cuerpo
Suwari waza	Técnicas desde una posición sentada
Tachi waza	Técnicas de pie
Te-waza	Técnicas de mano (como oposición a las de armas)
Uchi-waza	Técnicas de golpes
Ushiro-waza	Técnicas desde ataques por la espalda
Ura-waza	Técnicas a la zona exterior o espalda del atacante
Uke-waza	Técnicas de bloqueo