

Ataques

Furitsuki: Estocada, tajo violento (usualmente con cuchillo).

Kiri: Cortar.

Kote Uchi: Corte a la muñeca.

Atemi: Golpe.

Gaeshi tsuki: Golpe con trayectoria exterior.

Geri: Patada.

Kesa giri: corte diagonal siguiendo la línea de la solapa del keikogi.

Mae geri: Patada directa frontal.

Shomen uchi: Corte o golpe frontal a la parte alta de la cabeza. De arriba a abajo.

Tsuki: Puñetazo. Niveles: jodan (alto), chudan (medio) y gedan (bajo).

Yokomen uchi: Corte o golpe en diagonal hacia abajo (a la línea del keikogi, a la sien, a la yugular...).

Dori (agarres)

Eri dori: Agarre al cuello de la ropa.

Hiji dori: Agarre por el codo.

Jiju ryo mune dori: Agarre con dos manos cruzadas a las solapas del keikogi.

Kata dori: Agarre al hombro.

Kata ryo te dori: Agarre con ambas manos una mano del otro.

Morote dori / Ryo te mochi: Agarre con las dos manos a un solo brazo.

Kata te dori kubi shime: Agarre a una mano y estrangulación por detrás.

Kata te dori: Agarre a una mano.

Kata te ryo te dori: Agarre a una mano con las dos manos.

Mune dori: Agarre al pecho, a la solapa.

Ryo kata dori: Agarre a ambos hombros.

Ryo kata te dori: Agarre a ambas manos.

Ryo te dori: Agarre con ambas manos a las muñecas.

Sode dori: Agarre por los codos del keikogi.

Ushiro dori: Agarre al tronco y brazos por detrás.

Ushiro eri dori: Agarre del cuello por detrás.

Ushiro kata te dori kubi shime: Agarre a una mano y estrangulación por detrás.

Ushiro kubi shime: Estrangulación por la espalda.

Ushiro ryo hiji dori: Agarre a ambos codos por detrás.

Ushiro ryo kata dori: Agarre a ambos hombros por detrás.

Ushiro ryo te dori: Agarre de las dos manos de Tori por detrás.

Técnicas

Según posición de uke /tori:

-**Suwari waza:** técnicas sentados de rodillas.

-**Tachi waza:** técnicas de pie.

-**Hanmi handachi waza:** técnicas con Tori en seiza y Uke de pie.

-**Ushiro waza:** técnicas de respuesta a ataques por la espalda.

Según desarrollo de la técnica:

-**Katame waza / osae waza:** técnicas de control con inmovilización.

-**Nage waza:** técnicas de proyección.

-**Nage katame waza:** técnicas de proyección con inmovilización.

Katame waza

Ikkyo: Control sobre muñeca con una mano, y codo con la otra.

Nikkyo: Luxación de muñeca y codo.

Sankyo: Torsión interna de la muñeca, codo y hombro.

Yonkyo: Torsión de la muñeca en sable.

Gokyo: Estiramiento del brazo.

Juji garami: Control de los brazos en cruz.

Kote gaeshi: Torsión exterior de la muñeca.

Nage waza

Irimi nage: Proyección entrando.

Juji nage: Proyección con los brazos de Uke en cruz.

Kaiten nage: Proyección en rotación.

Kiri otoshi: Proyección dejando caer a Uke.

Kokyu nage: Proyección con la respiración.

Koshi nage: Proyección con la cadera.

Shiho nage: Proyección en las cuatro direcciones.

Soto kaiten nage: Proyección giratoria por el exterior.

Uchi kaiten nage: Proyección giratoria por el interior.

Sumi otoshi: Proyección lateral sobre interior del brazo.

Tenchi nage: Proyección cielo-tierra.

Ude kime nage: Proyección con palanca en el exterior del brazo.

Otras técnicas

Ude garami: Enredar los brazos.

Ushiro ryo kiriotoshi: impulsar la caída de Uke poniendo peso en sus hombros.