



Aikido-Almere
Dojo Het Samenspel
Amsterdamweg 11
1324 RL Almere-Stad
Tel: 06 - 10 88 44 26

Basisbegrippen

ai	harmonie
ki	levensenergie, innerlijke kracht
do	de weg, methode
hara	buik, centrum
tanden	centrum, 3 cm onder de navel
ki ai	schreeuw vanuit hara
shin	rechtstreeks
kokyu	ademhalingskracht
uke	degene die de techniek ontvangt
tori, nage	werper, degene die de techniek maakt
waza	techniek
uchi	binnen
soto	buiten

Copyright (C) 2014 Aikido-Almere