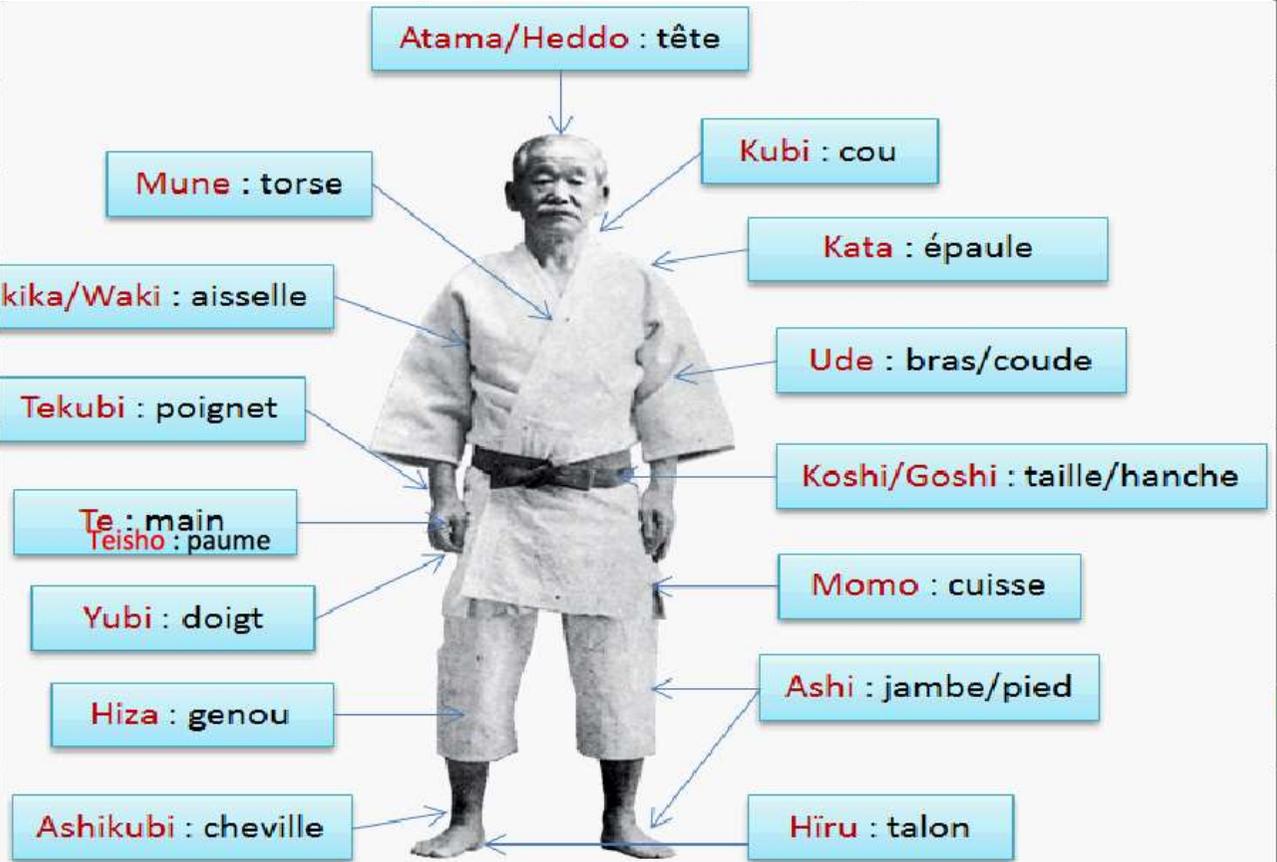


HIDARI : gauche	YOKO : côté	MAE : avant USHIRO : arrière GYAKU : contraire/croisé	YOKO : côté	MIGI : droite
UTSURI : déplacer				KUMI-KATA/KUMO : saisie
O : grand / KO : petit				OKURI : les deux
SOTO : ext. / UCHI : int.				SEOI : épaule
JUJI : en croix				ERI : revers
JODAN : partie haute				SODE : manche
CHUDAN : partie moyenne				OBI : ceinture
GEDAN : partie basse				MOROTE : à deux mains
KUCHIKI : pourri TAOSHI : renverser				SHISEI : postures d'appuis
BARAI : balayage (plat pied) GARI : fauchage (talon) SASAE : blocage (plat pied) GAKE : accrochage (talon)				NAGE-WAZA : famille debout NE-WAZA : famille sol
Synoptique des mots clés Dans le cadre de l'apprentissage de l'UV2 judo				TE-WAZA : famille main/bras/épaule
	KOSHI-WAZA : famille hanche	SHIME-WAZA : famille strangulation		
	ASHI-WAZA : famille jambe	KANSETSU-WAZA : famille luxation		
	SUTEMI-WAZA : famille sacrifice	TOKUI-WAZA : technique de judo		