



岩間神信合氣修練会 (伝統岩間流) IWAMA SHINSHIN AIKI SHÛREN KAI (DENTÔ IWAMA RYÛ)

Techniken im Aikido

一教	<i>ikkyô</i> (<i>ude osae</i>)	erste Lehre/erstes Prinzip: Kontrolliere das Zentrum deines Partners über seinen Arm und versuche diesen flach auf den Boden zu drücken (ichi 一 = eins, kyô 教 = Lehre)
二教	<i>nikyô</i> (<i>kote mawashi</i>)	zweite Lehre/zweites Prinzip: Abwinkeln des Handgelenks, vertikales Drücken der Schulter auf den Boden (ni 二 = zwei, kyô 教 = Lehre)
三教	<i>sankyô</i> (<i>kote hineri</i>)	dritte Lehre/drittes Prinzip: spiralförmiges Verdrehen des Handgelenks und des Arms, Arm vertikal drücken und ein Drehmoment auf ihn wirken lassen (san 三 = drei, kyô 教 = Lehre)
四教	<i>yonkyô</i> (<i>tekubi osae</i>)	vierte Lehre/viertes Prinzip: Druck auf schmerzempfindliche Nervenpunkte auf der Innenseite des Unterarms (shi/yon 四 = vier, kyô 教 = Lehre)
五教	<i>gokyô</i> (<i>ude nobashi</i>)	fünfte Lehre/fünftes Prinzip: ähnlich wie ikkyô, aber es wird die Position der Hände verändert (go 五 = fünf, kyô 教 = Lehre)
六教	<i>rokkyô</i>	sechste Lehre/sechstes Prinzip: Überstreckung des Arms und Druck auf das Ellbogengelenk (roku 六 = sechs, kyô 教 = Lehre)
四方投げ	<i>shihô nage</i>	Vier-Richtungs-Wurf (shi 四 = vier, hô 方 = Richtung, nageru 投げる = werfen), Wurf des Partners, indem sein Arm wie ein Schwert geführt wird (deshalb auch unter Schwertwurf bekannt)
小手返し	<i>kote gaeshi</i>	Wurf des Partners durch Verdrehen der Hand zurück über das Handgelenk (kote 小手 = Handgelenk, gaeshi 返し = Umdrehung)
入身投げ	<i>irimi nage</i>	man tritt hinter den Partner und bricht sein Gleichgewicht durch Ziehen am Kragen (iru 入る = hineingehen, mi 身 = Körper)
腰投げ	<i>koshi nage</i>	Wurf des Partners über die eigene Hüfte (koshi 腰 = Hüfte)
回転投げ	<i>kaiten nage</i>	Wurf des Partners, als ob er ein großes Rad wäre (kaiten 回転 = Drehung)
十字投げ	<i>jûji nage</i>	Wurf des Partners durch Überkreuzen seiner Arme (jûji 十字 = Schriftzeichen 字 für 10 + in Form eines Kreuzes)
天地投げ	<i>tenchi nage</i>	Himmel und Erde Wurf: durch Ausbreiten der Arme gelangt man hinter den Partner. Ein Arm zeigt zur Decke, der andere zur Matte (ten 天 = Himmel, chi 地 = Erde)
呼吸投げ	<i>kokyû nage</i>	jede Art von Wurf, die darauf basiert, die Bewegung des Partners mit der eigenen zu harmonisieren und seine Balance zu stören, verbunden mit einer starken Atmung und Kiai (kokyû 呼吸 = Atem)