

La base :

DOJO : la salle, le lieu d'entraînement

JUDOGI : La tenue du judoka

REI : Le salut

HAJIME : commencez

MATTE : arrêtez

SOREMADE : fin du cours ou du combat

SONOMAMA : ne bougez plus

YOSHI : continuez

TATAMI : tapis

TORI : celui qui fait l'action

UKE : celui qui subit

RANDORI : combat d'entraînement

KUMI KATA : saisie du judogi (manche + revers)

Les repères :

O : grand

KO : petit

SOTO : extérieur

UCHI : intérieur

YOKO : côté

Les techniques :

WAZA : la technique

OSAE KOMI WAZA : technique d'immobilisation

KATAME (GATAME) WAZA : technique de contrôle

Le combat :

WAZA ARI : avantage

WAZA ARI AWAZATE IPPON : victoire obtenue par l'addition de deux waza ari

IPPON : valeur décisive donnant la victoire

OSAE KOMI : Début d'immobilisation

TOKETA : sortie d'immobilisation

Les actions :

GARI : faucher

BARAI : balayer

OSAE : immobiliser

Le cours :

SENSEI : professeur

UCHI KOMI : exercices d'entrées de technique (sans faire chuter)