

ZÁKLADNÍ ÚTOKY V AIKIDO

KIAWASE SHOMEN UCHI	–	Útok malíkovou hranou na bradu
SHOMEN UCHI	–	Přímý sek na hlavu
YOKOMEN UCHI	–	Diagonální sek na hlavu, krk
JODAN TSUKI	–	Úder do obličeje
KATATE TORI AI HANMI	–	Úchop protější ruky - různostranný úchop
KATATE RYOTE TORI	–	Úchop ruky oběma rukama
CHUDAN TSUKI	–	Úder do břicha
RYO ERI TORI	–	Úchop límce oběma rukama
KATATE TORI GYAKU HANMI	–	Úchop protilehlé ruky (zrcadlové) - stejnostranný úchop
KATA TORI	–	Úchop za rameno
MUNE TURI	–	Úchop za límec jednou rukou
KATA TORI MENUCHI	–	Úchop za rameno a zároveň útok na obličej
KERI	–	Kopnutí
RYOTE TORI	–	Úchop za obě ruce
USHIRO RYOTE TORI	–	Úchop zezadu za obě zápěstí
USHIRO HIJI TORI	–	Úchop zezadu za oba lokty
USHIRO RYOKATA TORI	–	Úchop zezadu za obě ramena
DAKI KAKAE	–	Obejmutí zezadu (ve výši hrudníku)
USHIRO KUBI JIME	–	Zezadu uchopit za zápěstí a horní ruka drží za límec a škrť
USHIRO RYOTE HIKIAGE	–	Úchop zezadu za obě ruce s následným tažením

Pohyby (posuny) v AIKIDO

HIDARI HANMI	–	Levá noha vpředu - postoj Hanmi
MIGI HANMI	–	Pravá noha vpředu - postoj Hanmi
SURI ASHI	–	Krok dopředu - střídání postoje Hanmi
AJUMI ASHI	–	Krok zadní nohou - vytočení nohy špičkou ven
OKURI ASHI	–	Posun přední nohy a přísun zadní nohy
TSUGI ASHI	–	Přísun zadní nohy a posun přední nohy
HIKI ASHI	–	Přední noha krok dozadu - postoj Hanmi
MAE ASHI IRIMI	–	Krok přední nohou - vstoupit tělem
USHIRO ASHI IRIMI (IRIMI)	–	Krok zadní nohou - vstoupit tělem
MAE ASHI TENKAN	–	Zadní noha malý úkrok, <u>přední zakročení obloukem</u>
USHIRO ASHI TENKAN (TENKAN)	–	Přední noha malý úkrok, <u>zadní zakročení obloukem</u>
KAITEN	–	Otáčivý pohyb (180°) - chodidla na místě
MAE ASHI TENCHIN	–	Zadní noha šikmo dozadu a <u>přísun přední nohy</u>
USHIRO ASHI TENCHIN	–	Přední noha šikmo dozadu a <u>přísun zadní nohy</u>
TENCHIN	–	Změna nohy, přední - zadní (otočení těla o 90°)
MAE ASHI IRIMI TENKAN	–	Krok přední nohou - zadní <u>zakročení obloukem</u>
USHIRO ASHI IRIMI TENKAN (IRIMI TENKAN)	–	Krok zadní nohou a <u>zakročení obloukem</u>