

Japans tellen

Bij Karate is het belangrijk dat je een goede discipline en stamina (uithoudingsvermogen) ontwikkelt. Wanneer je begint met de training start je met een goede warming-up , door bijvoorbeeld rondjes te rennen, opdrukken en sit-ups doen. Hierbij wordt vaak geteld door de Karate trainer. Dit gebeurt in het Japans, omdat Karate een Japanse sport is.

Hieronder zie je hoe je in het Japans telt, en hoe je dit uitspreekt.

1. Een => ichi

2. Twee => ni

3. Drie => san

4. Vier => shi

5. Vijf => go

6. Zes => rok

7. Zeven => shichi

8. Acht => hachi

9. Negen => kyu

10. Tien => jyu

11. Elf => ju-ichi (tien-een)

12. Twaalf => ju-ni (tien-twee)

13. Dertien => ju-san (tien-drie)

enz.

20. Twintig => ni-ju (twee-tien)

21. Eenentwintig => ni-ju-ichi (twee-tien-een)

22. Tweeëntwintig => ni-ju-ni (twee-tien-twee)

23. Drieëntwintig => ni-ju-san (twee-tien-drie)

enz.

30. Dertig => san-ju (drie-tien)

31. Eenendertig => san-ju-ichi (drie-tien-een)

32. Tweeëndertig => san-ju-ni (drie-tien-twee)

33. Drieëndertig => san-ju-san (drie-tien-drie)

enz.

Stoten en schoppen trainen, en ontwijken of afweren is ook een belangrijk onderdeel in karate. Het **kata's** lopen; vaste bewegingen, stoten en schoppen in een vast patroon, worden uitgevoerd bij elk Kyokushin karate examen.