

BASICS OF KARATE

1) কারাতে অর্থ কি?

উত্তর- “ক্যারাতে” (空手) শব্দটিতে দুটি শব্দ আছে ‘করা’ ও ‘তে’, এর ইংরেজি অর্থ “খালি হাত”

2) আমাদের কারাতে সংগঠনের নাম কি?

উত্তর- জাপান শোটোকান কারাতে-ডো কানিনজুকু অর্গানাইজেশন অফ ইন্ডিয়া (JSKKO)।

3) JSKKO এর প্রতিষ্ঠাতা কে?

উত্তর- সোকে কোইচি ইয়ামামুরা

4) শোটোকান এর অর্থ কি?

উত্তর- শোটোকান এর মধ্যে দুটি জাপানি শব্দ আছে, Shoto-Kan (松海館) ‘শোটো’ হল মাস্টার গিচিন ফুনিকোশি -র ডাক নাম এবং ‘কান’ মানে সংগঠন / স্কুল।

5) আপনার প্রশিক্ষক কে?

উত্তর- সেনসেই বোহন সরকার

6) শোটোকান এর প্রতিষ্ঠাতা কে?

উত্তর- মাস্টার গিচিন ফুনিকোশি

Word Meaning (English to Japanese)

12. Karate Dress (ক্যারাটে পোশাক) – Karate Gi (ক্যারাটে গি)

13. Karate Belt (ক্যারাটে বেল্ট) – Karate Obi (ক্যারাটে ওবি)

14. Rank/Grade (শ্রেণী) – Kyu (কিউ)

15. Karate Practitioner/Student (ক্যারাটে শিক্ষার্থী) – Karate Ka (ক্যারাটে কা)

16. Karate Teacher (ক্যারাটে শিক্ষক) – Sensei (সেনসেই)

17. Karate Practice Ground (ক্যারাটে প্রশিক্ষণের স্থান) – Dojo (ডোজো)

18. Stance (দাঁড়ানোর ভঙ্গিমা) – Dachi (দাচি)

19. Attention Stance (মনোযোগ অবস্থান) – Musubi Dachi (মুসুবি দাচি)

20. Parallel Stance (প্যারালাল স্টান্স) – Heiko Dachi (হেইকো দাচি)

21. Senior (সিনিয়র) – Senpai (সেনপাই)

22. Bow (নমস্কার) – Ray (রে)

1. Upper Section (উপরি ভাগ) – Jodan (জোডান)

2. Middle section (মধ্য ভাগ) – Chudan (চুডান)

3. Lower Section (নিম্ন ভাগ) – Gedan (গেডান)

4. Punch (ঘুসি) – Zuki (জুকি)

5. Block (ব্লক) – Uke (উকে)

6. Kick (লাথি) – Geri (গেরি)

7. Shadow Fight (স্যাডো ফাইট) – Kata (কাতা)

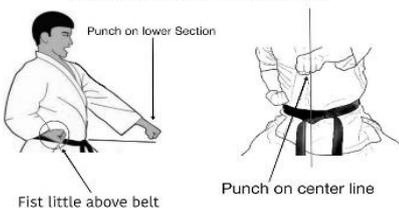
8. Horse Stance (হর্স স্টান্স) – Kiba Dachi (কিবা দাচি)

9. Front Stance (ফ্রন্ট স্টান্স) – Zenkutsu Dachi (জেনকুতসু দাচি)

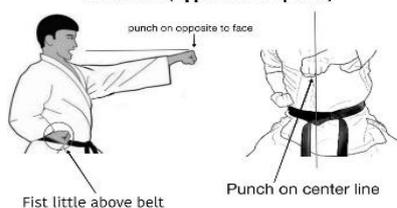
10. Front Kick (ফ্রন্ট কিক) – Mae Geri (মাই গেরি)

11. Head Of The Institute (শিক্ষা কেন্দ্রের মাথা) – Shihan (শিহান)

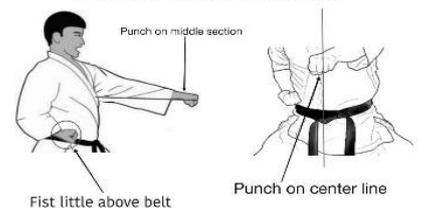
Gedan Zuki (Lower section punch)

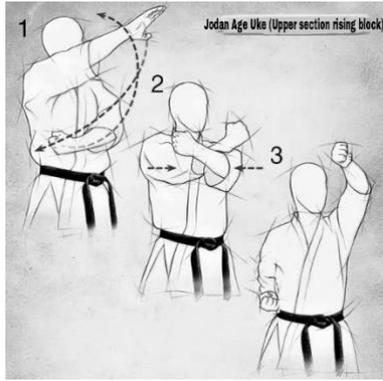
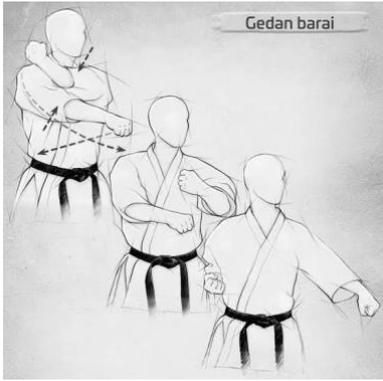
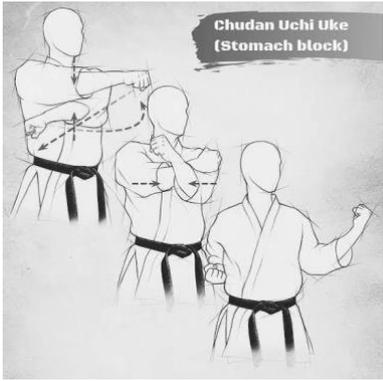


Jodan Zuki (Upper section punch)

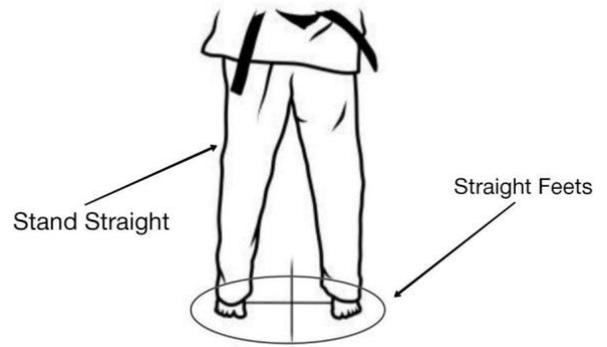
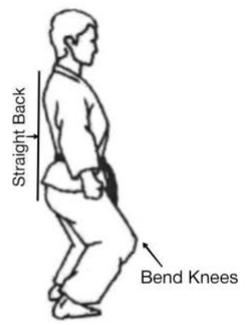


Chudan Zuki (Middle section punch)

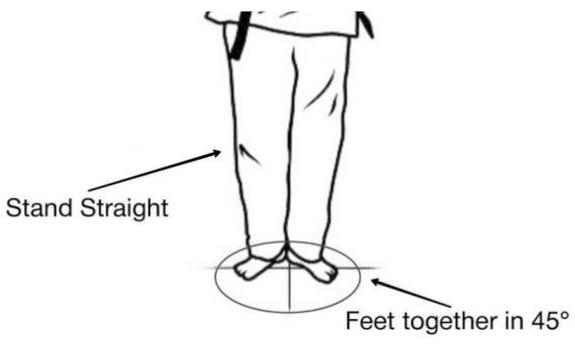




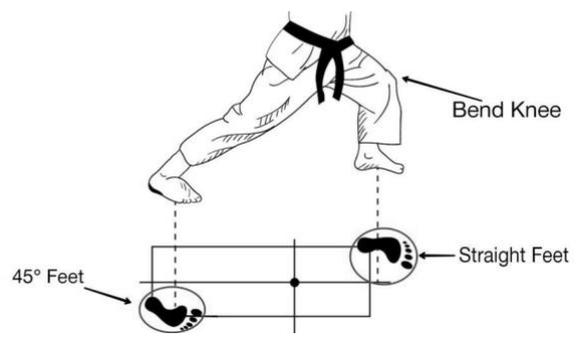
Kiba Dachi



Heiko Dachi



Musubi Dachi



Zenkutsu Dachi



**Gichin Funikoshi
(Founder of Shotokan)**