

Niveaux :

- Jodan	:	haut	visage
- Shudan	:	milieu	corps
- Gedan	:	bas	jambes

Dashi (positions) :

- Musubi	:	Salut (talons collés, pieds ouverts)
- Heisoku	:	Debout droit pieds tous collés
- Yoï	:	Attente jambe écart de bassin, poings fermés
- ZenKutsu	:	Jambe AV pliée, arrière tendue
- Neko Ashi	:	90% du poids sur jambe AR
- Mahamino	:	65% du poids sur jambe AR, pied vers l'extérieur, talon pied AV décollé
- Shiko	:	50/50% position du cavalier pieds vers l'extérieur
- Naihanchi	:	50/50% position du cavalier pieds parallèles
- Kokutsu	:	Comme Naihanchi mais jambe AV tendue, jambe arrière pliée

Unsoku (Déplacements) :

- Ayumi Ashi	:	Avancer d'un pas
- Hiki Ashi	:	Reculer d'un pas
- Okuri Ashi / Tsuru Kundé	:	Pas croisé
- Tsugi Ashi	:	Pas chassé
- Yori Ashi	:	Petit pas, pas glissé
- Mawari Ashi	:	Pas tournant autour du pied avant

Esquives Wado-Ryu :

- Nagasu	:	Absorber
- Inasu	:	Esquiver sur le côté
- Noru	:	Enrouler

Tsuki waza (Techniques de bras) :

- Oi/Zun tsuki	:	Coup de poing direct jambe avant
- Gyaku tsuki	:	Coup de poing jambe arrière
- Maete tsuki	:	Coup de poing avec le poing avant
- Kizami tsuki	:	Coup de poing en effaçant le buste sur l'avant
- Nagashi tsuki	:	Coup de poing en esquivant
- Tate tsuki	:	Coup de poing avec le poing vertical
- Yama tsuki	:	Double coup de poing jodan et gedan (ex : Bassai)
- Morote tsuki	:	Double coup de poing au même niveau
- Kagi tsuki	:	Coup de poing en crochet
- Nukite	:	Attaque directe en pique main ouverte
- Uraken uchi	:	Frappe de poing fermé, dos du poing
- Testui uchi	:	Frappe de poing fermé, dessous de la main en marteau
- Shuto uchi	:	Attaque circulaire avec le tranchant de la main
- Enpi uchi	:	Attaque avec le coude

Uke waza (Défenses) :

- Gedan barai	:	Défense basse
- Jodan age uke	:	Défense haute
- Soto uke	:	Défense avec le bras de l'extérieur vers l'intérieur
- Uchi uke	:	Défense avec le bras de l'intérieur vers l'extérieur (du sabre)
- Shuto uke	:	Défense avec le tranchant de la main
- Haishu uke	:	Défense avec le dos de la main

Geri waza (Techniques de jambes) :

- Mae geri	:	Coup de pied de face
- Mawashi geri	:	Coup de pied circulaire
- Yoko geri	:	Coup de pied avec le tranchant du pied
- Ura mawashi geri	:	Coup de pied en revers tournant
- Ushiro geri	:	Coup de pied vers l'arrière
- Hiza geri	:	Coup de genou