

Verhalten im Dojo

- Das Dojo ist ein Übungsraum. Das eigene Verhalten muss sich immer danach richten, dass andere- insbesondere Trainierende- nicht gestört werden.
- Am Training darf nur derjenige teilnehmen, der sich körperlich und geistig in der Lage sieht.
- Der Gi/Kimono und die übrige Trainingskleidung sind stets sauber und gepflegt zu tragen.
- Außerhalb der Matte sind Zoris oder andere Schuhe zu tragen, damit kein Schmutz auf die Matte kommt.
- Vor dem Training ist Schmuck jeglicher Art abzulegen, um Verletzungen vorzubeugen.
- Die Matte darf nur mit einem sauberen Gi/Kimono betreten werden. Vor dem Betreten ist die Matte durch eine kleine Verneigung anzugrüßen und bei jedem Verlassen abzugrüßen.
- Während des Trainings ist Disziplin zu wahren.
- Kraftausdrücke und Unmutsäußerungen sind während des Trainings zu unterlassen.
- Während des Trainings darf die Matte nur aus besonders triftigen Gründen verlassen werden. Jedes Verlassen ist dem leitenden Lehrer anzuzeigen. Toilettengänge sind vor dem Training zu erledigen.
- Der jeweilige Trainingspartner ist vor Beginn der Übung anzugrüßen und nach Beendigung der Übung abzugrüßen.
- Jeder Trainingspartner ist mit Respekt und Achtung zu behandeln. Die Übungen sind stets mit Rücksicht auf seine Gesundheit auszuführen. Die eigene Ausführung ist dem Trainingsstand des Trainingspartners anzupassen.
- Aus hygienischen Gründen ist darauf zu achten, dass die Hände und Füße sauber sind und die Finger- und Fußnägel kurz geschnitten sind.
- Immer daran denken, dass diese Techniken in der Realität zu erheblichen Verletzungen führen können