

DOJO-VERHALTENSREGELN



Ordnung im Dojo (Sporthalle)

Im Dojo halten die Karateka stets Ordnung und Disziplin. Den Weisungen des Trainers (Sensei) ist Folge zu leisten.

Sollte der Sensei, bzw. seine vorher bestimmte Vertretung (Sempai), nicht anwesend sein, übernimmt der graduierungshöchste Schüler das Training.

Beim Betreten und Verlassen des Dojos verbeugt sich der Karateka und begrüßt bzw. verabschiedet sich damit.

Der höchstgraduierte Schüler gibt das Kommando "Sensei ni re" (Lehrer angrüssen), "Sempai ni re" (wenn ältere Meisterschüler das Training übernehmen)

Der Karate-Gi ist immer gepflegt, sauber und ordentlich. Der Gürtel (Obi) ist nach Vorschrift zu geknotet, die Gürtelenden sollten gleich lang herabhängen.

Das Dojo ist zu jeder Zeit sauber zu halten. Es werden keine Schuhe getragen und die Übungsfläche wird barfuß betreten.

Verhalten und zwischenmenschlicher Umgang

Ein wertschätzender und fairer Umgang miteinander ist Grundvoraussetzung für die Teilnahme an unserem Training. Wir üben uns in Geduld, Respekt und Rücksichtnahme. Alle Karateka bilden eine freundlich verbundene Gemeinschaft. Niemand darf einem anderen Karateka unnötige Schmerzen zufügen, kränken oder ihn respektlos behandeln.

Verhalten vor, während und nach dem Training

Schmuck, Uhren und Haarspangen sind vor dem Training abzulegen oder abzukleben.

Fuß- und Fingernägel sind kurz zuhalten um Verletzungen zu vermeiden.

Um die Trainingsabläufe nicht zu stören, ist das Dojo während des Trainings nur nach Rücksprache zu verlassen. Gleiches gilt für das Betreten des Dojos während des Trainings. Der Trainer erteilt dem Karateka die Erlaubnis zum Trainingsbeginn oder zum Trainingsende.

Trifft ein Karateka ausnahmsweise verspätet ein, stellt er sich am Rande der Übungsfläche auf, sodass der Trainer dies wahrnimmt und ihn am Unterricht teilhaben lässt.

Während des Trainings wird der gegenseitige Respekt und Dank, formalisiert durch eine Rei-Verbeugung, vor und nach einer Interaktion mit Ausbilder oder Partner ausgedrückt.

Alle Träger höherer Grade sind den Lernenden behilflich und fördern diese geduldig und freundlich. Die Lernenden respektieren die Ratschläge immer und nehmen diese an.

Der Karateka darf ohne Rücksprache des Trainers eine Übung nicht abbrechen, diese verändern bzw. die Übungsfläche verlassen.

Muss ein Karateka aussetzen oder das Training abbrechen, so meldet er das dem Trainer, nimmt nach Aufforderung am Rand der Übungsfläche Platz und beobachtet das Training weiter.

Es liegt im Interesse des Karateka, regelmäßig am Unterricht teil zunehmen. Häufiges Aussetzen erschwert seine Ausbildung.