

DOJO-REGELN

1. Sei pünktlich beim Training und nimm regelmäßig daran teil.
2. Achte auf die Sauberkeit vor der Trainingshalle, in der Umkleidekabine und in der Trainingshalle.
3. Betritt die Halle nur mit sauberen Füßen und sauberer Trainingskleidung (Hygiene). Finger- und Fußnägel sollten kurz geschnitten sein, um Verletzungen zu vermeiden.
4. Uhren, Ringe, Ketten und anderer Schmuck sind vor dem Training abzulegen, um Verletzungen zu vermeiden.
5. Verbeuge dich beim Betreten und Verlassen der Halle, das zeigt Respekt vor deinem Sport und deinem Trainer.
6. Wer später kommt oder früher gehen muss, meldet sich beim Trainer an bzw. ab. Während des Trainings darf die Trainingshalle nur mit Erlaubnis des Trainers verlassen werden.
7. Das „Spielen“ an Toren, Kletterstangen, Mattenwagen und allen anderen Geräten ist verboten. Jeder Trainingsteilnehmer achtet mit auf die Sicherheit beim Training.
8. Höre dem Trainer aufmerksam zu und befolge seine Anweisungen – Nur so wirst du viel lernen. Techniken und Übungen dürfen nur mit der Erlaubnis des Trainers geübt werden.
9. Trainiere mit jedem Partner, egal ob du ihn leiden kannst oder nicht – Jeder Partner ist eine Chance zum Trainieren und Lernen. Achte auf die Gesundheit deines Partners beim Training.
10. Respektiere höhere Gürtelträger – Sie haben mehr Wissen und Erfahrung als du und du kannst von ihnen lernen. Höhere Gürtelträger sollen auf niedrigere Rücksicht nehmen und ihnen Hilfestellungen geben.
11. Gehe auch außerhalb der Trainingshalle mit einem guten Beispiel voran. Dadurch trägst du zum Ansehen unserer Sportart und unseres Vereins bei.
12. Verstöße gegen die Dojo-Regeln können entsprechend der Sportordnung mit einem Trainingsverbot geahndet werden.
13. Viel Spaß beim Training.