

Ein paar Regeln in unseren Dojo

Das Training beginnt pünktlich, also sei auch Du pünktlich.

Betrittst Du das Dojo (Turnhalle) grüßt Du mit „Rei“ die anwesenden Schüler oder das Dojo.

Möchtest Du den Trainer sprechen, nutze die Gelegenheit vor oder nach dem Training.

Die Anrede der Trainer beginnt mit Sensei oder Sempai.

Solltest Du einmal fehlen, entschuldige dich bitte vor dem Training bei deinem Trainer.

Selbstverständlich ist dein Karate Gi (Karate Anzug) sauber, wenn Du ins Training kommst.

Den Karate Gi ziehst Du bitte in der Umkleide an und aus, dann bleibt er auf dem Weg zum Dojo schön sauber.

Mädchen und Frauen trainieren mit Unterziehshirt.

Jungs und Männer trainieren ohne Unterziehshirt.

Trinke ausreichend vor dem Training, während das Training ist nicht immer die Gelegenheit dafür. Im Sommer an heißen Tagen ist eine Ausnahme Regel.

Auch Kaugummi hat keinen Platz im Mund während des Trainings.

Klatscht der Trainer 2mal, stellst Du dich bitte nach Gürtelgrad auf. Der Höchste steht in Blickrichtung zum Trainer rechts außen.

Den An- und Abgruß spricht nur der Sempai, alle anderen Schüler folgen konzentriert den Anweisungen und sind leise.

Spricht der Trainer oder ein anderer Schüler, hörst Du aufmerksam zu.

Du bestätigst mit „OSS“ sobald Du den Trainer verstanden hast.

Du konzentrierst dich auf das Training und machst so gut mit wie Du kannst.

Es kommt vor das Du etwas nicht verstehst, dann melde dich mit Handzeichen und warte bis der Trainer sich Dir zuwendet.

Wir bitten Dich niemanden auszulachen (Karate ist nicht immer einfach zu verstehen).

Unsere Regeln gelten auch vor und nach dem Training. Du solltest Dich aus Respekt für die anderen Karatekas die trainieren, leise verhalten.

Deine Familie und Freunde beachten unbedingt das Fotografier und Filmverbot und betreten die Halle wenn möglich nicht mit Straßenschuhen.