



Regel 1

Pünktliches und beständiges Erscheinen zum Training sind Basis für erfolgreiches Training. Wer verhindert ist, meldet sich rechtzeitig bei der Trainingsleitung ab.

Regel 2

Es wird ein sauberer und ordnungsgemäss angelegter Gi (Trainingsanzug) getragen. Neue Schüler oder Schülerinnen tragen saubere Trainingskleider bestehend aus einer langen Trainerhose und einem Tshirt oder einem leichten, langärmlichen Pullover.

Regel 3

Das Dojo wird mit Verbeugung betreten und verlassen. Innerer wie äusserer Zustand des Trainierenden ist gepflegt und schlicht. Während des Trainings verzichtet man auf Uhren, Armbänder und Schmuck. Fingernägel sind kurz zu schneiden. Lange Haare werden nach hinten gebunden.

Regel 4

Jeder Schüler, der das Dojo betritt und sich dabei verbeugt, sollte daran denken, dass er damit seinen Willen ausdrückt im Sinne des Kampfkunstweges hart zu trainieren und sich zu verbessern. Jeder, der diesen Wunsch nicht hat, sollte dem Training fernbleiben.

Regel 5

Beim Training ist konzentriertes Üben wichtig. Sprechen stört die Konzentration der Anderen und lenkt von der Eigenen ab, weshalb es zu unterlassen ist. Stete Leistungsbereitschaft bildet die Voraussetzung zur erfolgreichen Trainingsteilnahme.

Regel 6

Das Dojo soll während der Trainingszeit nicht verlassen werden. In Ausnahmefällen meldet sich der Trainierende beim Trainer (Sensei) ab und nennt den Grund, warum er das Dojo verlassen muss.

Regel 7

Alle Schüler sollen ihr Bestreben im Training gegenseitig unterstützen und sich gegenseitig motivieren. Verständnis und Freundschaft gleichen die Härten des Trainings aus. Auch bei hartem Training gilt der Respekt voreinander und die Rücksichtnahme untereinander.

Regel 8

Höher gradierte Schüler sind Vorbilder, menschlich und im Training. Sollte der eingeteilte Instruktor einmal verhindert sein, übernimmt automatisch der höchstgradierte Anwesende die Leitung des Trainings und die Verantwortung für die Ordnung im Dojo.

Regel 9

Wird ein Schüler von einem Ranghöheren oder einem Lehrer korrigiert, so hat er sich dafür zu bedanken; Rechtfertigungen sind fehl am Platz. Den Anweisungen des leitenden Instructors sind unbedingt Folge zu leisten.

Regel 10

Zuschauer und Interessierte sind willkommen (bitte anmelden) respektieren aber die Trainingsumgebung und Sicherheitsvorschriften. Während des Trainings haben sich die Gäste ruhig zu verhalten.

Regel 11

Reinlichkeit ist eine Zier. Schüler achten dabei nicht nur auf die eigene Körperhygiene, sondern halten auch das Dojo sauber und gewährleisten so eine saubere und ruhige Trainingsumgebung. Speisen, Kaugummi und Getränke sind im Dojo fehl am Platz.

Regel 12

Kampfkunst wird im Dojo geübt und im Alltag gelebt. Die Schüler dieses Dojo streben in ihrem Verhalten nach der Vervollkommnung von Werten wie Ehre, Respekt, Treue und Loyalität, Aufrichtigkeit, Höflichkeit, Mut und Weisheit. Die Dojokun ist ein essentieller Bestandteil des Trainings und der Schüler strebt auf diesem Weg nach der Perfektion seines Charakters und Vermeidung von Aggression und Gewalt im Alltag.

