



## Dojo-Regeln - Dojo-Kun

Das Dojo ist keine gewöhnliche Sporthalle, sondern ein traditioneller Ort, an dem die Schüler unter Anleitung eines Lehrers (Sensei) Gelegenheit haben, sich in ihrer Kampfkunst und in ihrem Charakter und persönlichem Verhalten zu testen und vervollkommen. Um dies zu erreichen, wird von jedem einzelnen Schüler (Sempai und Kohai) ein besonderes Verhalten verlangt:

1. **Das Wort des Trainingsleiters/ Trainers (Sensei = Dojo-Cho) ist für jeden verbindlich. Er hat das Recht und die Pflicht, jeden zurechtzuweisen, der sich nicht in die Disziplin einordnet.**
2. Vor dem Betreten muss darauf geachtet werden, dass Füße, Hände und die Trainingskleidung sauber und geruchsfrei sind.
3. Beim Betreten des Dojo wird in Richtung der Kamiza begrüßt.
4. Es ist Aufgabe aller Schüler die Tatami und die Einrichtungen des Dojo (nach Anweisung eines Sempai) vor jedem Training zu säubern. **Dies verlangt eine Anwesenheit von mindestens 15 bis 20 Minuten vor dem jeweiligen Training.**
5. Nachdem die Tatami gereinigt sind, warten die Schüler auf der Matte (in der Regel in Seiza) oder nutzen die Zeit solange, um ihren Körper mit geeigneten Übungen warm zu machen bis dass der Sensei oder Übungsleiter die Matte betritt.
6. Im Aikido trägt man den sogenannten Judoanzug(Gi) mit Gürtel. Wasche deinen Anzug regelmäßig, denn denke daran: **Aikido ist keine offensive Kunst, also greife andere nicht mit deinem Gi an !!!**
7. Finger- und Zehennägel sind zur Vermeidung von Kratz- und Schnittwunden immer kurz zu schneiden. Ebenfalls um der Verletzungsgefahr vorzubeugen, darf während des Trainings keinerlei Schmuck (Fingerringe, Kettchen, Uhren, Ohrringe) getragen werden.
8. Im Dojo ist Pünktlichkeit wichtig. Wenn man doch mal zu spät kommt, so geht man ohne Verzögerung in die Umkleide.
9. Hat das Training schon begonnen, warte auf die Erlaubnis der Lehrerin oder des Lehrers bis du die Tatami betrittst.
10. **Als Zuschauer / Teilnehmer verhält man sich ruhig und unterbricht etwaige leise Gespräche, wenn etwas demonstriert wird oder die Begrüßung stattfindet.**
11. Während des Trainings sollte zwischen den Trainingspartnern nur das Nötigste gesprochen werden. Gespräche mit Zuschauern oder Besuchern sollen unterbleiben.
12. Ein Aikidoka der für kurze Zeit nicht arbeitet, setzt sich ruhig am Mattenrand hin. Dabei sitzt er in Seiza (auf den Knien) oder im Schneidersitz.
13. Für Auskünfte bezüglich Dojobetrieb, Trainingszeiten, Anfängertraining usw. ist der Dojo-Cho oder einer der Sempai zuständig.
14. Kritisiere grundsätzlich nicht andere Trainingspartner oder Aikidoka anderer Dojo, Stilrichtungen oder Verbände. Sei immer bemüht anderen zu helfen, egal welcher Herkunft oder Graduierung. Missbrauche niemals deine Erfahrung oder stelle dein Ego in den Vordergrund.
15. Während des Trainings verlässt man nicht einfach die Matte, wenn doch unbedingt nötig, sagt man dem Lehrer Bescheid.
16. Nach Beendigung des Trainings erheben sich die Trainierenden nachdem die Lehrerin oder der Lehrer die Tatamis verlassen hat.
17. Danach helfen alle mit, die Tatamis wieder richtig zu verstauen.

**Diese Zeilen sollen Euch auch als Orientierung in anderen Dojos dienen, da das "Fehlverhalten" der Schüler immer dem Lehrer angelastet wird. Ob gewollt oder nicht: man ist immer Repräsentant seines Dojos.**

Jürgen Feldmann, Dojo-Cho

