

# Judo – Judo – DOJO – Regeln – Judo – Judo

## Wie hat sich ein JUDOKA im Dojo zu verhalten?

Warum gelten im Dojo besondere Regeln?

- Die Anleitung zur Beachtung von Regeln, die Erziehung zu Höflichkeit und Disziplin stellen einen großen Teil des geistigen Trainings dar.
  - Weiterhin bedarf es zum Zwecke der Sicherheit und aus Nützlichkeitserwägungen heraus besonderer Verhaltensregeln.
1. **Der JUDOKA hat zur angegebenen Trainingszeiten pünktlich zu erscheinen und hat das DOJO nicht vor dem offiziellen Trainingsschluß zu verlassen.**
  2. **Zum Training muß der JUDOKA korrekt gekleidet sein und einen sauberen und ordentlichen JUDOGI tragen.**
  3. **Zur Körperpflege gehören insbesondere**
    - a. **kurze und saubere Finger- und Fußnägel**
    - b. **nichtstörende Haare**
    - c. **gewaschene Füße**
    - d. **eine Dusche oder Bad - zu jeder Jahreszeit - nach dem Training**
  4. **Der JUDOKA soll freiwillig und ohne Aufforderung mithelfen, das DOJO sauberzuhalten.**
  5. **Das Training soll möglichst ruhig vor sich gehen, Unterhaltungen über NICHT-JUDO-THEMEN zeugen von Unverständnis des Geistes, der im DOJO herrschen sollte.**
  6. **Übt ein JUDOKA nicht oder folgt er den technischen Unterweisungen des Lehrers, so hat er sich korrekt am Mattenrand hinzusetzen. Liegen auf der Matte, Abstützen mit dem Arm und ausgestreckte Beine sind im höchsten Grade gefährliche und schwere Verstöße gegen die Judo-Etikette.**
  7. **Ein JUDOKA hat JEDERZEIT mit JEDEM zu üben, der ihn dazu auffordert. Höflichkeit und gegenseitige Hilfe sind selbstverständlich.**
  8. **Ein JUDOKA darf während des Trainings nicht trinken, nicht essen, nichts im Mund haben und keinen Schmuck tragen.**
  9. **DEN ANWEISUNGEN DES LEHRERS IST FOLGE ZU LEISTEN.**  
**Das schließt nicht aus, daß die Anweisungen kritisch untersucht und mit dem Lehrer diskutiert werden können.**