

DOJO-ORDNUNG

KINDER-BUDO

- Trage im Dojo keine Straßenschuhe.
Außerhalb der Matte kannst du Zoris oder Badelatschen anziehen.
Betrete die Matte barfuß mit sauberen Füßen oder Strümpfen.
- Iss und trinke nicht auf der Matte!
- Hinterlasse bitte keine Sachen im Dojo.
- Verbeuge Dich und zeige Respekt: Zu Beginn und Ende des Unterrichts zur Kamiza (Kalligrafie an der Wand) und zum Lehrer / zur Lehrerin, sowie zu Beginn und Ende einer Übung zum Partner.
- Zu Beginn und Ende des Unterrichts, sowie während den Erklärungen des Lehrers / der Lehrerin sitze in einer Reihe mit den anderen Schülern im Seiza (Fersensitz) gegenüber der Kamiza ab.
- Folge aufmerksam den Erklärungen des Lehrers / der Lehrerin.
Bei Unklarheiten kannst du nachfragen.
- Achte auf Deine persönliche Sauberkeit und die Deines Anzuges (besonders: saubere Füße, da wir auf der Matte barfuß trainieren).
- Lege Uhren, Schmuck u.ä. Gegenstände vor dem Training ab.
Finger- und Fußnägel sollten kurz gehalten, lange Haare zusammen gebunden und offene Wunden abgedeckt sein.
- Übe die Techniken mit Rücksicht, Achtsamkeit und angepasst an Dein Können und das Deines Übungspartners.