

Gebote für den Budoka

- Befolge die Anweisungen deines Sensei oder deines Sempai und danke ihnen durch respektvolles Benehmen.
- Eine Stunde vor dem Training keine Mahlzeiten zu dir nehmen.
- Hand- und Fußnägel immer kurz schneiden, um Verletzungen zu vermeiden.
- Schmuck ablegen, da Verletzungsgefahr besteht und wenn möglich zu Hause lassen, um Diebstähle vorzubeugen.
- Erscheine regelmäßig und pünktlich zum Training; kommst du zu spät, warte bei der Türe, bis dein Sensei/Sempai dich zum Mittrainieren auffordert.
- Hilf immer den Schwächeren.
- Lache niemals andere aus – denke daran, dass auch du einmal in diese Situation kommen könntest und dich dann auch nicht gut fühlst.
- Flüche und Schimpfwörter haben im Dojo und im Privatleben nichts verloren und zeigen von deiner Respektlosigkeit oder davon, dass du dich nicht im Griff hast.
- Niemals Würfe, Griffe oder Schläge leichtsinnig durchführen – nur im Falle der Notwehr ist die Anwendung der gelernten Techniken erlaubt.
- Wende auch im Privatleben den Grundsatz „Nachgeben, um zu siegen“ an.