

Dojoregeln für das Dojo

Aikido Krems

Das Wort des Trainingsleiters/ Trainers ist für jeden verbindlich. Er hat das Recht und die Pflicht, jeden zurechtzuweisen, der sich nicht in die Disziplin einordnet. Gleichzeitig ist er aber auch Vorbild in Bezug auf die Einhaltung der Dojo-Etikette.

Das Dojo ist nicht mit Straßenschuhen zu betreten. Trainierende benutzen für den Weg von der Garderobe zur Tatami saubere Zori (Schlapfen). Besucher ziehen die Schuhe am Garderobenausgang aus.

Vor dem Betreten der Tatami sind die Füße zu waschen.

Beim Betreten des Dojo bzw. der Tatami wird in Richtung des Kamiza gegrüsst.

Sei 15 Minuten vor Trainingsbeginn da, damit die Tatamis aufgelegt sind wenn offizieller Trainingbeginn ist.

Hat das Training schon begonnen, warten die Trainierenden auf die Erlaubnis der Lehrerin oder des Lehrers bis sie die Tatamis betreten

Während des Trainings darf die Mattenfläche nur mit Erlaubnis des Trainingsleiters verlassen werden.

Das Aikido-Gi hat immer sauber zu sein.

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.

Im Umgang mit dem Partner ist Fairness und Rücksichtnahme das oberste Gebot. Beim gemeinsamen Training unterschiedlicher Grade nimmt der höher gradierte Aikidoka Rücksicht auf den weniger fortgeschrittenen Ausbildungsstand seines Partners.

Während der Arbeit auf den Tatami sind persönliche Freundschaften oder Antipathien nicht relevant. Im Training soll das Verhalten gegenüber jedem Mittrainierenden gleich freundschaftlich sein.

Bei jedem Partnerwechsel (am Anfang und am Ende der Sequenz) grüssen sich die Partner. Je nachdem ob am Boden oder im Stand gearbeitet wird, erfolgt dies mit Ritsu-Rei (Gruß im Stehen) oder Za-Rei (Gruß im Sitzen).

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.

Gäste und Zuschauer sollten sich während des Trainings ruhig verhalten.

Nach Beendigung des Trainings erheben sich die Trainierenden nachdem die Lehrerin oder der Lehrer die Tatamis verlassen hat

Danach helfen alle mit, die Tatamis wieder richtig zu verstauen.