

# KYOKUSHIN-KARATE

## *Dojo-Etikette*

Wenn du das Dojo betrittst oder verlässt,  
bleib beim Eingang im Fudo-Dachi stehen (Blick ins Dojo) und grüsse mit OSU.  
Damit drückst du deinen Respekt gegenüber dem Dojo  
und den Menschen darin aus.

Wenn du zu spät zum Training kommst, kniest du nach dem Grüßen in Seiza.  
Wenn der Instruktor dich bemerkt und dich mit "Dojo" auffordert,  
in deine Reihe zu treten,  
grüsst du im Seiza mit OSU und begibst dich von hinten in deine Reihe.

Denke daran, im Dojo wird nicht geraucht, getrunken oder Kaugummi gekaut.

Bewege dich schnell im Dojo, schlendere nicht.

Übe dich nicht in Kumite, ausser der Instruktor verlangt es.

Trete nicht aus deiner Reihe,  
ohne vorher um Erlaubnis gefragt zu haben.  
Wenn du deine Reihe verlassen musst,  
verlasse sie seitwärts hinter deiner Reihe.

Sprich deinen Instruktor im Dojo mit dem richtigen Titel an  
(Sempai, Sensei, Shihan, Hanshi).  
Antworte ihm mit einem lauten OSU, wenn er mit dir spricht.

Dein Training soll eine seriöse Angelegenheit sein.  
Lache nicht laut, kichere und schwatze nicht während dem Training.  
Stehe immer im Fudo-Dachi, wenn nichts anderes verlangt wird.

Alle Anweisungen deines Instructors im Dojo sind ohne Fragen zu befolgen.  
Du sollst nicht fragen, ohne der Instruktor fordert dich dazu auf.  
Wenn du nicht mehr Schritt halten kannst, gib dein Bestes.

Halte deine Finger- und Zehennägel kurz und sauber.  
Trage keinen Schmuck und keine Uhr während dem Training.

Wenn es eine Pause gibt, setz dich nicht auf einen Stuhl,  
lehne nicht an die Wand oder leg dich nicht hin;  
übe Techniken, statt die Zeit unnütz verstreichen zu lassen.

Alle sind verantwortlich, dass das Dojo immer sauber ist.

Dein Karategi muss immer gepflegt und sauber sein.  
Dein Gürtel darf nicht gewaschen werden.  
Er ist Symbol und Ausdruck für dein hartes Training.