

# Dojo-Ordnung Judo

## Die wichtigsten Regeln für das Benehmen im Ju-Dojo

von Mihail Donciu, DJB-Jugendtrainer,  
in seinem Bericht zur Jugendvollversammlung 1998

Ein guter Judoka, eine gute Judoka...

- ist immer pünktlich.
- grüßt beim Betreten das Dojo.
- betritt die Matte nur im Judogi.
- ist immer gepflegt, seine / ihre Fuß- und Fingernägel sind kurz geschnitten.
- trägt immer einen sauberen Judogi.
- legt alles ab, was seine Partner oder ihn selber gefährden könnte.
- lutscht im Training keine Bonbons und kaut kein Kaugummi.
- befolgt die Anweisungen der Judo-Lehrer/innen und der höher Graduierten.
- konzentriert sich stets voll auf das Training.
- spricht während des Trainings nicht über andere Dinge.
- ist bestrebt, mit besseren Judoka zu üben; er/sie darf diese dazu höflich auffordern.
- übt nur die vom Trainer / der Trainerin gezeigten Techniken.
- ist stets hilfsbereit und unterstützt seine Partner.
- steht oder sitzt immer in korrekter Haltung und liegt nie auf der Matte.
- entwickelt Selbstdisziplin und beachtet alle bestehenden Regeln.
- ist fair, kein überheblicher Sieger und ein guter Verlierer.
- wendet Judo-Techniken außerhalb des Trainings nur zur Selbstverteidigung an.
- beachtet auch außerhalb des Dojo das Prinzip "Freundschaft und gegenseitige Hilfsbereitschaft".