

ETIKETTE

- Beim Betreten und Verlassen des Dojos (Übungsraum) wird sich kurz verbeugt (Rei). Mit dieser Verbeugung wird Respekt und Achtung gegenüber der Kampfkunst und der Übungsstätte an sich zum Ausdruck gebracht.
- Wer zu spät kommt, setzt sich kurz in Seiza (Kniesitz) und führt Mokuso durch. Danach steht er auf und wartet auf den Gruß des Trainingsleiters; dann kann er am Training teilnehmen. Während die Gruppe im Seiza sitzt, wird ein Dojo nicht betreten.
- Beim kurzzeitigen Verlassen des Dojos, ist dem Trainingsleiter kurz Bescheid zu geben. Nach dem Wiedereintreten ist ein Warten nicht erforderlich, jedoch ist eine laufende Kata abzuwarten.
- Zu Beginn und nach Ende des Trainings wird Aufstellung genommen. Nach einem kurzen „Rei“ im Stand, wird sich in den Seiza gesetzt. Es erfolgt Mokuso. Die Augen werden geschlossen. Der Sinn dieser Übung zu Beginn, ist das Loslassen von alltäglichen Gedanken, Sorgen und sonstigen der wahren Übung im Weg stehenden Energien. Es erfolgt sodann eine Konzentrationsphase, um sich die richtige Einstellung zum Training bewusst zu machen sowie ganz pragmatisch sich z. B. vorzunehmen, bestimmte technische Fehler zu vermeiden. Am Ende des Trainings kann sich auf Lehrinhalte der Übungsstunde konzentriert werden und dann kann ein Loslassen erfolgen. Danach erfolgt der Gruß zum Meister „Sensei Ni Rei“. Der Meister steht als Bindeglied zwischen der Lehre und dem Schüler. Durch den Gruß wird Respekt zum Ausdruck gebracht. Leitet ein anderer Schüler oder Schwarzgurt das Training, ist mit „Sempai Ni Rei“ zu grüßen. Sempai steht für den Senior oder den Fortgeschrittenen. Jeder, der das Training leitet, hat eine besondere Position. Jeder Übende hat dem Trainingsleiter, auch wenn er selbst noch Schüler ist, zu respektieren und durch eigenes Verhalten zu unterstützen.
- Erst steht der Sensei auf, dann die Schüler.
- Als letzter Gruß erfolgt „Otagai Ni Rei“ im Stand. Dieser Gruß ist ein Gruß der Übenden untereinander. Er soll deutlich machen, dass alle gemeinsam ein Ziel haben, nämlich die Verbesserung der Technik und des Charakters.
- Schmuck ist vor dem Training abzulegen. Ohringe können mit Pflaster oder Tape abgeklebt werden.
- Der Karateanzug sollte sauber sein. Es ist auf ein gepflegtes Erscheinen zu achten. Insbesondere auf saubere Füße ist zu achten. Wir haben eigens dafür Fußwaschbecken installiert.
- Vor der Aufstellung bei Beginn und Ende des Trainings, ist der Karateanzug und der Gürtel in korrekte Position zu bringen.
- Im Dojo bewahrt man stets körperliche wie geistige Haltung, das bedeutet, dass emotionale Ausbrüche wie Fluchen oder Schimpfen etc. zu vermeiden sind. Ein Anlehnen oder unflätiges Stehen bzw. Sitzen, sind fehl am Platz.
- Spaß und Kommunikation ist auch im Karate wichtig, jedoch sollte das Maß an Unterhaltungen untereinander einen angemessenen Rahmen nicht überschreiten.
- Trainingsgeräte sind nur nach Anweisung zu benutzen.
- Beim Beginn und Ende des Partnertrainings ist an- und abzugrüßen. Hier wird Respekt und Achtung dem Partner gegenüber signalisiert. Der Übende bringt zum Ausdruck, dass er verstanden hat, dass die Gemeinschaft nur miteinander besser werden kann und Egoismus in den Kampfkünsten keinen Nährboden findet.
- Auch in den Aufenthaltsbereichen sollte eine angemessene Haltung bewahrt werden. Es sind Jüngere und Anfänger, die durch Verhaltensweisen von Fortgeschrittenen Rückschlüsse auf die Kunst und Etikette, die im Dojo praktiziert werden, ziehen. An dieser Stelle werden insbesondere die Jugend und die Kinder auf die Wortwahl und ruhiges Verhalten im Aufenthaltsbereich und in den Umkleiden hingewiesen. Denke daran: Karate Do endet nicht im Dojo.
- Außerhalb der Matte wird nicht barfuß gelaufen.