

# Etikette



空手

唐手



1. Achte darauf, eine Stunde vor Trainingsbeginn nichts mehr zu essen.
2. Verstaue Deine abgelegte Alltagskleidung nach dem Umziehen in Deiner Tasche. Lasse nichts in der Umkleidekabine.
3. Achte auf korrekte und saubere Trainingsbekleidung (Karate-Gi). Diese besteht aus einer weißen Hose (Zubon), einer weißen Jacke (Uwagi), alternativ einem weißen T-Shirt, sowie dem Gürtel (Obi) in der jeweils verliehenen Farbe. Davon abweichend darf nur Kleidung mit dem Logo der Abteilung getragen werden.
4. Unterlasse es, einen Karate-Gi in der Öffentlichkeit, außerhalb des Trainings zu tragen.
5. Lege vor dem Training sämtlichen Schmuck ab.
6. Achte auf eine gute Körperhygiene und stelle sicher, daß Deine Nägel kurz geschnitten sind.
7. Erscheine regelmäßig und pünktlich zum Training
8. Karate beginnt mit Respekt und endet mit Respekt. Grüße bei Betreten und Verlassen des Dojos an der Eingangstüre zum Dojo hin an, bzw. ab. Wenn Du zu spät kommst, grüße zusätzlich den Trainer.
9. Ist kein Trainer anwesend, so übe Dich in Disziplin: Setze Dich an den Rand des Dojos und warte in Ruhe auf Deinen Trainer.
10. Wenn sich der Trainer verspätet, übernimmt der älteste und/oder ranghöchste Bevollmächtigte das Training. Befolge seine Anweisungen.
11. Bezie Dich nach entsprechender Aufforderung des Trainers zur Aufstellung unverzüglich auf Deinen Platz. Die Aufstellung erfolgt symmetrisch und nach Gürtelgrad sortiert von vorne links (niedrigster Gürtelgrad) nach hinten rechts (höchster Gürtelgrad).
12. Befolge die Anweisungen des Trainers und verhalte Dich ihm gegenüber respektvoll.
13. Unterweise keine Mitübenden in neue Techniken ohne ausdrückliche Anweisung des Trainers.
14. Deine Mitübenden sind Gleichgesinnte, Partner und Freunde. Behandle sie dementsprechend.
15. Löse sofort alle Griffe, wenn Dein Übungspartner „Stop“ ruft oder abschlägt.
16. Du lernst nur für Dich. Um weiterzukommen, mußt Du deshalb im Training an Deine Leistungsgrenzen gehen.
17. Gib Dein Können in der Öffentlichkeit niemals preis. Behandle es wie ein Geheimnis.
18. Mißbrauch des erlernten Wissens führt zum Ausschluß vom Training.
19. Nutze Deine im Dojo erworbene Selbstsicherheit auch in der Öffentlichkeit zu bescheidenem, korrektem und anständigem Auftreten.
20. Lerne, Deinen Geist zu kontrollieren. Übe Dich in Selbstbeherrschung und lasse Dich niemals zu unfairen Handlungen hinreißen.
21. Das höchste Ziel im Karate ist weder Sieg, noch Niederlage, sondern die Perfektion des menschlichen Charakters. Vermeide daher Überheblichkeit und Arroganz, auch wenn Du schon gute Fortschritte gemacht hast.
22. Karate ist ein Helfer der Gerechtigkeit. So ist es selbstverständlich, Schwächeren zu helfen.
23. Die Mißachtung dieser Etikette führt zum Ausschluß vom Training.