



Dojo-etikett

Kungsbäck

Ju-Jutsu

En bestämd etikett är av största vikt för umgänget mellan människor. Vi visar att våra intentioner är goda och det skapas ett positivt klimat mellan medlemmarna. Att respektera sina medmänniskor gör att alla trivs och känner ett värde.

I japansk kampkonst finns alltid en mer eller mindre formell utvecklad etikett. Genom att följa dessa regler behåller konsten sin ursprungliga inriktning där disciplin och ödmjukhet är hörnstenar.

HÄLSNING

Buga alltid när du går in och ut ur dojon.
Hälsa alltid på instruktörer och andra elever.
Tacka alltid dina instruktörer och andra elever efter träningen.

TILLTAL

En shodan, utövare med svart bälte, som har graden första eller andra dan tilltalas alltid som senpai. Den som har tredje till femte dan kallas sensei och den som har femte dan eller högre kallas shihan. Om instruktören inte är dan-graderad tilltalas den alltid som senpai under träningen.

KLÄDSEL

Ju-jutsudräkten ska alltid vara hel och ren (nytvättad). Byt om i omklädningsrum vid träningslokalen. Om du byter om hemma MÅSTE du ha överdragskläder utanpå gi.
Inga skor eller strumpor i dojon.
När dräkten rättas till, vänder man sig bort från shinden och instruktören.

HYGIEN

Tå- och fingernaglar ska vara kortklippta.
För allas säkerhet och skall klockor, ringar etc tas av före träningen.
Långt hår sätts upp i tofs.
Fötterna ska vara tvättade och rena.

I DOJON

Kom i tid, byt om i omklädningsrum. Kommer man sent till träningen sätter man sig i seiza vänd mot väggen längst fram till vänster, eller på annan anvisad plats, och väntar på instruktörens signal att delta i träningen. Vid uppställning ställer man sig i rader efter gradordning med högst graderad längst fram till höger mot shomen. Raderna rättas efter den som står längst till höger i varje rad. Undvik att gå framför dina träningskamrater när ni är uppställda i led. Gå bakom och mellan leden. Före och efter alla parövningar bugar alltid de tränande mot varandra. Vid stillastående under träningen hålls händerna framför eller vid sidan av höfterna, inte på höfterna! Sittande position är seiza, på knä, alternativt med benen korsade framför kroppen om instruktören säger att man kan slappna av och sitta bekvämt.

RESTRIKTIONER

Lämna inte dojon under träning, utan att först vädla instruktören. Om man önskar dricka vatten, gå på toa, vila eller lämna träningen tidigare än normalt skall man meddela instruktören innan träningen börjar. Det är inte tillåtet att svära eller prata på ett sätt som stör träningen, oavsett grad! Ju-jutsu är inte tillåtet utanför dojon. Icke godkända demonstrationer eller undervisning av denna stil är förbjudet. Kungsbäck Ju-jutsu och vår organisation döms efter hur du uppträder!