

Dojo regler

- Du skall alltid hälsa (buga) när Du går in eller ut ur dojon (träningslokalen). Du skall även hälsa på Din träningspartner före och efter träningen.
- Lämna aldrig dojon utan att meddela instruktören om orsaken.
- Du skall vara uppmärksam på det instruktören visar och säger.
- Du skall bara träna det instruktören visar.
- Du skall inte göra motstånd och hålla emot när Din träningspartner skall öva in en teknik. Du skall hjälpa till så att Din träningspartner lär sig så bra som möjligt.
- Du skall inte vara överlägsen mot Din träningspartner även om Du är tekniskt skickligare. Hjälp Din träningspartner i stället.
- Du skall aldrig prova någon svår teknik på en som är mindre skicklig än Du själv.
- Du skall aldrig försöka göra tekniker som är för avancerade för ditt kunnande. Instruktören avgör när Du är mogen för en svår teknik.
- Du skall respektera Din träningspartners signal om att ge upp (avklappning). Släpp omedelbart Ditt grepp så att ingen blir skadad.
- Dina finger- och tånaglar skall vara rena och kortklippta. Du skall även ha en hel och ren träningsdräkt och vara ren själv.
- Du skall aldrig lära ut eller demonstrera tekniker på annan plats än i dojon, och det skall ske under ordnade former med ansvarig instruktör närvarande.