

DOJO-KUN (DOJO MOTTO)

REIGI	-	ETIKETTE
SONKEI	-	RESPEKT
NINTAI	-	UTHOLDENHET
DORYOKU	-	ANSTRENGELSE/STREVE
SÓZÓ	-	KREATIVITET
YÚKI	-	MOT

DOJO-ETIKETTE - REGLER FOR GOD OPPFØRSEL

1. Hils alltid når du kommer inn i og går ut av Dojoen.
2. Organisert trening innledes og avsluttes med hilsningsseremoni.
3. Kommer du for sent til trening skal du innta Seisa-stilling og avvente.
4. Hovedinstruktør tiltales Sensei, andre instruktører Sempei.
5. Under trening skal du aldri forlate Dojoen uten tillatelse fra instruktøren.
6. Hvis du må gå før treningen er slutt, skal du gi beskjed om dette før treningen starter.
7. Treningen skal foregå i ren gi.
8. Av hensyn til andre og deg selv plikter du å være nøye med personlig hygiene. Negler på hender og føtter skal være rene og kortklipte.
9. Det skal være ro i Dojoen. Ønsker du å prate skal dette foregå rolig og dempet.
10. Under trening er det ikke tillatt å bære ringer, ørepynt, halskjeder o.l. Dette fordi slike ting lett kan føre til skader på andre og deg selv.
11. Under trening med partner skal du alltid hilse mot partner før øvelsen innledes. Dette er tegn på høflighet og gjensidig respekt, og et tegn på at du er innforstått med at teknikkene skal kontrolleres for å unngå skader.
12. Husk alltid å takke den som har lært/forklart deg noe.
13. Under trening skal du være oppmerksom og fokusere på undervisningen mens denne pågår, og ikke konsentrere deg om andre ting.
14. Opptre alltid på en måte som ikke skader omdømme til Karate generelt, og Asker Karateklubb spesielt. Dette gjelder både i og utenfor Dojoen. Du bør derfor søke å opptre høflig og fornuftig, vise god forstand og dømmekraft og ha en moralsk fremferd i dine handlinger.