



Dojo-etikett

1. Az edzőterembe való belépéskor, és annak elhagyásakor meghajolunk O-Sensei képmása felé. Ha seizában hajolunk meg, két kezünket előrenyújtva, háromszög alakot formálva helyezzük magunk előtt a földre. Seizában meghajoló személynek csak mester hajolhat meg állva; mástól még alacsonyabb fokozatú személlyel szemben is illetlenség, rangidőssel szemben még inkább. Meghajlás közben ügyeljünk testtartásunkra: ne görbítsük meg a hátunkat, ne lógassuk a fejünket, és ne emeljük fel fenekünket a sarkunkról.
2. Tartsuk rendben edzőfelszerelésünket: a keikogi mindig tiszta és jó állapotú legyen. Mindig vigyünk magunkkal papucsot, és tiszta lábbal lépünk a szőnyegre. Soha ne használjuk más eszközeit, például gyakorlófegyvereit, csak ha elkértük tőle. Ruházatunk lehetőleg edzés közben is maradjon rendezett. Ha meg kell igazítani, forduljunk el az oltártól és partnerünktől.
3. Az edzés formális szertartással kezdődik és fejeződik be, többek között ezért is fontos, hogy időben érkezzünk. Késve érkezéskor a szőnyeg szélén seizában ülve várjuk, míg a Mester jelez, hogy engedélyt ad a beállásra. Meditáció alatt a terembe benyitni, bemenni nem szabad.
4. A szőnyegen csak seizában ülhetünk, kivéve, ha ebben sérülés akadályoz bennünket. A falnak dőlni vagy hanyag testtartásban ülni tiszteletlenség.
5. Az edzés alatt a dojt elhagyni, ki-bejárálni nem szabad, kivéve sérülés, rosszullet esetén vagy más komoly okból, amit az edzést vezető mesternek vagy instruktornak feltétlenül jelezni kell. Még a látogatók is tartoznak az edzés megkezdése előtt elfoglalni helyüket, és az edzés befejezése után távozni.
6. Amikor a mester bemutat egy technikát, seizában ülve figyelmesen nézzük végig, majd miután illő módon meghajoltunk és megköszöntük, kezdjük el dolgozni.
7. Ha a mester jelzi a gyakorlás végét, fejezzük be, köszönjük meg partnerünknek, és ülünk le seizában.
8. Ha kérdezni szeretnénk valamit a mestertől, menjünk oda hozzá, hajoljunk meg, s ezután tegyük fel kérdésünket. Ne akarjuk magunkhoz hívni, vagy távolról szólani neki.
9. Ha a mester külön nekünk mutat valamit, vagy felhívja figyelmünket egy hibára, ülünk le seizában, majd köszönjük meg a tanítást illendően. Válaszul mondjuk azt: „hai, sensei” (igen, mester).



10. A dojoban ügyeljünk arra, hogy mindenkinek adjuk meg a kellő tiszteletet, de a mesterrel szemben az etikett a dojon kívül is feltétlenül betartandó.
11. Instruktori fokozat hiányában nem javíthatjuk ki mások mozdulatait, és kiváltképpen nem magyarázhatunk nekik. Ha gyakorlópartnerünknek segítségre van szüksége, próbáljuk irányítani a mozgását, vagy kérjünk segítséget az edzést vezető mestertől, illetve instruktorától.
12. Edzés alatt a dojoban beszélni nem szabad. A beszéd megzavarja koncentrációnkat, esetleg partnerünkét is. Mondanivalónkat, észrevételünket lehetőleg az edzés befejeztével öntsük szavakba, de ha feltétlenül szükséges, csendben menjünk oda a mesterhez, és vele közöljük.
13. Bármilyen ékszer, dísz, hajcsat viselése a dojoban balesetveszélyes, ezért tilos.
14. Edzés előtt lehetőleg két órával kerüljük az evést.
15. A dojoban enni, inni, ételt és italt bevinni, rágógumizni, dohányozni, cipővel vagy papuccsal a szőnyegre lépni, intim kapcsolatra utalóan viselkedni, zajt kelteni, fegyelmezetlen viselkedéssel balesetveszélyt előidézni tilos.