



## Dojo regels

---

- Alles wat geleerd wordt, mag niet zonder enige reden buiten de dojo worden uitgeoefend, met, door of voor andere personen.
- Het uitoefenen van andere vechtsporten of budosporten tijdens een training is niet toegestaan.
- Veiligheid staat op de eerste plaats: doe niets waar je je niet aan wilt wagen, of vanwege je fysieke gesteldheid niet mogelijk is, of dat tot een direct gevaar kan leiden.
- Je traint niet om te vechten, je traint voor jezelf: zelfverdediging.
- Iedere les met de volle 100% meedoen.
- Toon respect voor elkaar, je leert ook van elkaar.
- Er wordt rustig en beheerst getraind. Letsel gevaar is aanwezig.
- Als iemand afklopt (aangeeft dat het pijn doet), dan stoppen met de actie. Doorgaan leidt onherroepelijk tot letsel!
- Discriminatie wordt niet getolereerd en kan leiden tot verwijdering als lid.
- In de dojo wordt een normaal taalgebruik toegepast: niet schelden, niet beledigen
- Hygiëne is belangrijk. Je traint met handen en voeten. Bij een slechte hygiëne kan een deelname tot de les worden geweigerd.
- Je draagt gepaste kleding voor het uitoefenen van de les. Het liefst een pak met band.
- Je kleding is schoon. Anderen houden je kleding vast t.b.v. de training.
- Er mogen geen sieraden: oorbellen, kettingen, armbanden, ringen worden gedragen tijdens de training.
- Eten in de dojo is niet toegestaan. Kauwgom of andere etenswaren dienen vóór de les begint te worden verwijderd. Dit kan in een training tot verstikkingsgevaar leiden.
- Een lichamelijke klacht altijd vóórdat de les aanvangt meedelen. Daar kan in de les rekening mee worden gehouden
- Tijdens de training mogen foto's of video's worden gemaakt, maar niet worden gepubliceerd zonder toestemming van de stichting.
- Vragen staat vrij
- Het (uit)oefenen van de Budo-Taijutsu is niet toegestaan zonder toezicht van een leraar.
- Tijdens de les is het rustig. Luister naar wat wordt verteld. Je traint om informatie mee te nemen.
- De training is geen wedstrijd wie beter is!
- Er worden geen wedstrijden en ook geen demonstraties gegeven.
- Een verdediging is net zo belangrijk als een aanval. Train met elkaar rustig en doe het serieus.
- In de dojo wordt niet gevoetbald, of met voorwerpen gegooid. De regel is dat iedereen wacht met het betreden van de zaal tot de leraar de zaal betreedt. Vergeet niet dat wij allemaal te gast zijn in een zaal waar we met andermans eigendommen omgaan
- Persoonlijke eigendommen van waarde mogen mee de dojo in, maar verzameld op 1 plaats. Mobiele telefoons zoveel mogelijk op stil. Sommige lessen zijn meditatief.