

Etiquette Stichting Tomoe Dojo

Iedere leerling is zich ervan bewust dat Kyokushin (Ultieme Waarheid) Karate een budo (de weg van de krijger) sport is waarbij doorzettings- en incasseringsvermogen zowel lichamelijk als mentaal worden getraind. De leerling geeft hier naar eigen kunnen invulling aan.

Iedere leerling is tenminste 5 minuten voor aanvang van de les aanwezig. Maak gebruik van het toilet vóór de les.

Bij het betreden of verlaten van de Dojo begroet men een ieder aanwezig door luid "Osu" (spreek uit: Oesh) te roepen (vanuit fudo dachi). Vervolgens gaat de leerling naar de aanwezige zwarte banden en begroet hen, op volgorde van graad van hoog naar laag, met een individueel "Osu".

Als de leerling te laat is, komt hij/zij de Dojo binnen, zegt luid en duidelijk "Osu" en gaat vervolgens achterin, met z'n gezicht naar de achterzijde, in seiza zitten, mokuso (met ogen dicht). Zodra de lesgever je uitnodigt alsnog mee te trainen, sta je op, zegt luidkeels Osu, en sluit achter in de groep aan (onafhankelijk van je graad). Wees de volgende keer, indien mogelijk, op tijd.

Spreek iedere leraar met Shihan, Sensei of Senpai (afhankelijk van de graad zwarte band) aan, desgewenst gecombineerd met de naam.

Iedere les begint en eindigt met seiza:

Line up: Fudo dachi

seiza

Shinzen ni, rei (buig naar voor: betuig respect aan degene die je voor zijn gegaan)

Mokuso (ogen dicht: bereid je voor op de les: controleer je ademhaling)

Mokuso Yame: ogen open

(Sosai ni, rei)

Lesgever draait om naar de groep

Shihan ni, rei / Sensei ni, rei / Senpai ni, rei (buig naar voor, luid en duidelijk OSU! als symbool van respect)

** Tat-te kudasai*

Einde les:

*Als begin tot **

Tat-te kudasai voor alle zwarte banders, draai om naar de groep:

Arigato Gozaimashita

De groep antwoord: Arigato Gozaimashita

Gedurende de les is het niet toegestaan de Dojo ongevraagd te verlaten. Verlaat de Dojo niet voor het einde van de les. Indien noodzakelijk, vraag toestemming.

Draag tijdens de les een karate-gi met het Kyokushin-kanji op de linkerborst en het Dojo-embleem op de linkermouw. Draag de dogi/obi compleet en correct. Verwijder geen onderdeel van je dogi, tenzij daarom wordt gevraagd.

Indien je tijdens de les je dogi of obi moet corrigeren, draai je dan om t.a.v. de lesgever of de partner waarmee je werkt. Na correctie draai je terug en groet met Osu, om aan te geven dat je klaar bent.

Etiquette Stichting Tomoe Dojo

Betreedt de Dojo alleen op blote voeten.

Ten behoeve van ieders veiligheid dient de leerling een goede hygiëne in acht te nemen, zoals te zorgen voor kortgeknipte, schone nagels en een schone, gewassen dogi te dragen. Het dragen van alle zichtbare sieraden, bandjes en piercings is verboden.

De obi staat symbool voor alle trainingen die je hebt volbracht. De obi wordt niet gewassen, maar lucht gedroogd.

In de Dojo is het niet toegestaan te eten, drinken of roken zonder uitdrukkelijke toestemming. Het drinken van water tijdens de les is alleen toegestaan op aangeven van de lesgever.

In de Dojo/tijdens de training niet vloeken, lachen, giechelen, lounen of op welke manier dan ook niet geïnteresseerd of niet serieus zijn t.a.v. je eigen training. Een karateka is alert, respectvol en weet hoe zich te gedragen. Verspil je trainingstijd en dat van je mede karateka's niet.

Indien gevraagd wordt voor line up, niet treuzelen.

Indien genoodzaakt de line up te verlaten, of je (graad) positie opnieuw in te nemen, mag je de line up niet doorkruisen. Je verlaat achter je rij langs, zijwaarts de line up, en vervolgt vervolgens aan de buitenzijde van de line up naar voor of naar achteren (en vice versa).

Kumite vindt alleen plaats met toestemming van de verantwoordelijke lesgever.

Ontvangen instructies van de lesgever worden door de leerlingen standaard bevestigd door een luid en duidelijk Osu.

Kyokushin Dojo Eed

Wij zullen ons mentaal en fysiek trainen om een sterke onwankelbare geest te verkrijgen.

Wij willen de ware betekenis van de weg der krijgskunsten leren kennen, zodat wij op elk moment op alle mogelijke situaties voorbereid zijn.

Wij zullen met ware volharding een onbaatzuchtige geest ontwikkelen!

Wij zullen de regels van de hoffelijkheid in acht nemen, onze meerderen respecteren en elk gevecht trachten te vermijden.

Wij zullen de ware deugd der deemoed nooit vergeten

Wij zullen respect opbrengen voor wijsheid en kracht en niet aan andere verlangens toegeven.

Door de discipline van karate-do zullen wij trachten de ware betekenis van Kyokushin na te streven.