



Höflichkeit

Behandle deinen Trainingspartner wie deinen Freund und zeige deinen Respekt mit einer ehrlichen Verneigung



Ehrlichkeit + Zuverlässigkeit

Kämpfe fair, ohne unsportliche Handlungen und achte auf Disziplin und Pünktlichkeit

Freundschaft



Achte diese Werte...
und du wirst beim Judo
immer Freunde finden!



Aufmerksamkeit

Sei jederzeit bereit und konzentriert im Wettkampf, um für den richtigen Moment da zu sein. Entwickle eine positive Trainingseinstellung und du hast Freude am Judo.



Hilfsbereitschaft

Hilf deinen Partner die Techniken korrekt zu erlernen und sei ein guter Uke. Unterstütze als Höher-Graduierter die Anfänger und hilf den Neuen, sich zurecht zu finden.



Wertschätzung

Erkenne die Leistung deines Trainings-Partners und Gegners an, auch dann, wenn er dich besiegt hat.



Mut

Nimm im Randori und Wettkampf dein Herz in die Hand und gib stets dein Bestes! Gib niemals auf, auch wenn dein Gegner scheinbar stärker ist.

Respekt und Achtung

Betrete das Dojo mit Würde und respektiere deinen Lehrer und die Leistung der Trainingsälteren.



Bescheidenheit

Spieler dich selbst nicht in den Vordergrund und sprich über deinen Erfolg nicht mit Übertreibung

Selbstbeherrschung

Verliere auf der Matte nie die Beherrschung, auch wenn du unfair behandelt wirst.

