



# Dojo Etikette (Reigi) der Wiener Aikikai Union

„Die Etikette sollte der Ausdruck der Menschlichkeit und des Herzens sein. Es genügt nicht, sich der Form anzupassen. Wenn der Respekt nicht im Herzen ist, wird die Form nur eine Schale ohne Seele sein.“  
(Shihan, Tamura Nobuyoshi Seinsei, 8. Dan Aikikai in „Aikido – Etikette und Weitergabe“, Mai 2000)

- Bedenke immer, dass Dein Partner ein Mensch ist. Gehe daher rücksichtsvoll mit Ihm um und erzwingende keine Techniken.
- Halte Deine Emotionen unter Kontrolle, vermeide Angst, Verwirrung, Verachtung der Anderen und die Übersteigerung Deines Ego.
- Trage Schlapfen (Zori) außerhalb der Mattenfläche (Tatami) .
- Dein Übungsgewand sollte immer sauber und hygienisch sein.
- Deine Finger- und Zehennägel sollten immer kurz geschnitten sein (Verletzungsgefahr).
  - Aus diesem Grund trage auch keinen Schmuck, Uhren oder Ringe während des Trainings.
- Nimm immer Deine Waffen ins Training mit.
- Erscheine pünktlich zum Training. Das Training beginnt mit dem Matten auflegen oder Reinigung der Mattenfläche.
  - Solltest Du dennoch einmal zu spät kommen, warte auf ein Zeichen des Lehrers, betrete die Mattenfläche und verneige dich Richtung Kamiza. Danach setze Dich am Mattenrand im Seiza hin, nehme Dir Zeit Dich geistig aufs Training vorzubereiten (meditiere kurz) verneige Dich in Richtung Trainer und nehme am Training teil.
- Konzentriere Dich während des Trainings ganz auf das Hier und Jetzt , auf die gezeigten Techniken und Formen und beschränke das Reden auf ein Minimum.
- Lerne Deine Position kennen.
  - Respektiere deinen Lehrer (Sensei) und die fortgeschrittenen Schüler (Sempai).
  - Hilfe den weniger fortgeschrittenen Schülern und Anfängern (Kohei) bei den Techniken und der Etikette.
  - Nehme neue Schüler und Gäste freundlich auf und binde sie ins Training ein.
  - Habe Achtung vor älteren Schülern und Lehrern; habe Nachsicht mit jüngeren.
  - Beachte das viele Schüler bereits Meister in einer anderen Disziplin sind.
  - Alle diese Beziehungen wirken zusammen, finde das rechte Gleichgewicht von Fall zu Fall.
- Folge den Anweisungen des Lehrers rasch und führe die Übungen sorgfältig aus.
- Wechsle Deine Kleidung nicht auf der Mattenfläche.
- Verbeuge Dich beim Betreten und Verlassen des Übungsraumes (Dojo), sowie beim Betreten und Verlassen der Tatami in Richtung der Kamiza.
- Verlasse, während des Trainings, die Tatami nicht.
  - Sollte es dennoch zwingende Gründe dafür geben (z.B. WC aufsuchen, Übelkeit, ...), sage es dem Trainer, oder falls dies nicht möglich ist einem anderen Trainierenden.
- Sitze nie mit dem Rücken zur Kamiza (gilt auch beim Zusammenlegen des Hakamas).
- Setze Dich nicht mit ausgestreckten Beinen auf die Tatami, so dass die Fußsohlen in Richtung Kamiza zeigen.
- Verneige Dich zu Deinem Partner vor und nach jeder Übung.
- Bücke Dich nicht auf der Tatami, so dass Dein Gesäß in Richtung Kamiza zeigt (auch nicht wenn du Deine Waffen nimmst).
- Das Dojo ist keine Speisesaal: Aus diesem Grund Esse oder Trinke nicht im Dojo.