

Dojo-Ordnung

Karate im Sinne dieser Ordnung ist eine Kampfkunst, in der alle Gliedmaßen hauptsächlich in Tritten, Stößen und Schlägen zu Angriffen und zur Verteidigung eingesetzt werden. Ziel des Karate ist es, in der körperlichen und geistigen Auseinandersetzung mit dieser Kampfkunst unter Achtung des sportlichen Gegners die Persönlichkeit zu entfalten.

Kennzeichnend für alle Formen des sportlichen Vergleichs im Karate ist der Verzicht auf Trefferwirkung am Gegner, notwendig für die Karate-Technik ist daher die Fähigkeit, Angriffstechniken vor der Trefferwirkung zu stoppen. Trefferwirkung, nicht Berührung, gilt als Regelverstoß. Kampfsysteme, die Trefferwirkung gestatten, beabsichtigen oder mit großer Wahrscheinlichkeit erwarten lassen, fallen nicht unter den Begriff "Karate" im Sinne dieser Ordnung. Hierzu zählen z.B.: Boxen, Kick-Boxen, Thai-Boxen und sogenanntes Vollkontakt-Karate.

Der Verein pflegt Karate als eine traditionsbewußte Kampfkunst allein nach sport- und gesundheitsspezifischen Maßstäben. Der Verein und seine Mitglieder verpflichten sich, Karate ausschließlich im Sinne dieser Ordnung zu betreuen und zu betreiben.

01. Dojo

Die Atmosphäre dieses Übungsraumes (Dojo) wird durch das Verhalten der Karatekas (Karate-Ausübende) bestimmt. Es ist daher jeder zur Einhaltung dieser Dojo-Ordnung verpflichtet.

Für uns Karateka ist unser Dojo eine Stätte der inneren Sammlung und Ruhe, ein Ort der Konzentration und der Höflichkeit. Lautes aufdringliches Verhalten und Gebaren oder gar Lärmen sind uns daher ein Greuel. Klatschen oder gar Pfeifen sind in einem Karate-Dojo völlig fehl am Platze! Unsere Zustimmung drücken wir lieber durch den aufmunternden Zuspruch "OSS" sowie besonderen Einsatz und Anstrengung aus.

02. Übungsleiter/Trainer

Die Weisungen des Übungsleiters/Trainers sind in jedem Fall sofort und widerspruchslos zu befolgen. Dem Übungsleiter/Trainer obliegt während der Übungsstunden die Wahrung des Hausrechts. Mißfallskundgebungen und lasches, lustloses Üben kennen wir nicht; dies wäre eine Beleidigung für unseren Lehrer und eine Schmähung der Übungsgruppe und unserer Partner. Unterbrich nicht den Unterricht durch Fragen oder gar durch kluge Einwände! Die meisten Fragen lassen sich durch eigenes Nachdenken selbst beantworten, stiehl daher nicht durch deine Denkfaulheit den anderen und deinem Lehrer die Zeit. Nach dem Unterricht ist übrigens noch genug Zeit, Fragen und Einwände zu klären und zu besprechen.

03. Gesundheit, Hygiene und Sauberkeit

Jeder Karateka muß zu hartem körperlichem Training in der Lage sein. Dies ist durch eine jährliche sportärztliche Untersuchung nachzuweisen und im Verbandsausweis zu dokumentieren. Einschränkungen der Leistungsfähigkeit, auch nur kurzzeitige durch z.B. eine Erkältung, kleine Verletzung o.ä., ebenfalls das Vorhandensein eines Sportattestes sind dem Übungsleiter/Trainer unverzüglich mitzuteilen. Daraufhin entscheidet er zusammen mit dem Karateka, ob ein Training noch möglich oder gesundheitlich nicht zuträglich wäre.

Denn es ist besser, mal für eine Woche das Training auszulassen, vollständig zu genesen und danach wieder 100% leistungsfähig zu sein, als eine Erkrankung über mehrere Wochen zu verschleppen und ständig nur mit halben Einsatz trainieren zu können.

Beim Training erlittene Verletzungen sind dem Übungsleiter/Trainer sofort zu melden. Etwaige spätere Meldungen können auf Grund der Nachvollziehbarkeit nicht berücksichtigt werden. Wird eine ärztliche Vorstellung notwendig, ist das Formular zur Gruppenunfallversicherung des Landessportbundes Sachsen-Anhalt (erhältlich beim Verein) auszufüllen. Zum einen um die Forderungen der Krankenkasse zu decken und zum anderen den Unfall nachweislich festzuhalten.

Vor dem Unterricht ist es angebracht Hände und Füße mit Seife o.ä. zu waschen. Dazu steht uns ein kleiner Waschraum zur Verfügung. Nutzt bitte gleich die Gelegenheit, euch vor dem Training auf der Toilette zu erleichtern. Eine Unterbrechung des Trainings durch einen Toilettengang ist nicht erwünscht. Finger- und Fußnägel sind kurz und sauber zu halten. Abfall ist in den dafür vorgesehenen Behältern zu deponieren. Alkoholgenuß vor dem Karateunterricht: unmöglich! Du willst doch nicht zur Gefahr für deine Partner werden?

Schmuck jeder Art und Uhren haben im Karateunterricht keinen Platz. Kaugummi und Trinken/Essen während des Unterrichts: undenkbar!
Nach dem Training sollte die Möglichkeit zum Duschen genutzt werden.
Duschräume und Umkleiden sind sauber zu verlassen.
Das Betreten des Dojo mit Straßenschuhen ist nicht gestattet.
Einmal im Monat sollte das Dojo, insbesondere die Matten, gereinigt werden. Dies geschieht als selbständige Initiative der Karateka entweder vor oder nach dem Training.

04. Etikette

Das Grußzeremoniell entspricht der in Japan üblichen Form. Es ist verbindlich für alle Übungsteilnehmer:
Beim Betreten oder Verlassen unseres Dojos grüßen wir mit einer Verbeugung im Stand. Dieser Gruß gilt zunächst der Übungsstätte und dem Karate-Do, aber auch unserem Lehrer und unserer Übungsgruppe. Das Verlassen des Dojos während des Unterrichts gilt als unhöflich. Ist es dennoch einmal unumgänglich, so zeige deinem Lehrer die Absicht durch eine leichte Verbeugung an und warte auf seine Bestätigung. Melde dich auch wieder korrekt zurück. Vermeide es unbedingt, verspätet zum Unterricht zu kommen! Sollte dies dennoch einmal der Fall sein, so hole das versäumte Grußzeremoniell selbständig am Dojoeingang nach, spar dir alle Ausreden und warte im Seiza auf ein Zeichen deines Lehrers, dich dort in der Gruppe einzuordnen, wo du als "Zuspätkommer" am wenigsten störst: ganz hinten nämlich (vom Trainer aus: rechts).
· der Gruß im Stand wird zu Beginn und am Ende jeder Partnerübung oder einer Kata erwiesen;
· der Gruß im Knien findet zu Beginn und am Ende des Unterrichts statt; während des Unterrichts ist jedes Gespräch, das nicht in Beziehung zum Unterricht steht, untersagt.

05. Unterricht/Training

Versuche immer, durch dein Verhalten und deine Mitarbeit zu einem reibungslosen Unterrichtsverlauf beizutragen. Sei immer aufmerksam, schnell und konzentriert. Bemühe dich, soweit mitzudenken, daß du immer die berühmte Nasenlänge voraus bist. Du willst kämpfen lernen, da sind Wachsamkeit, Beobachtungsgabe und Mitdenken Grundvoraussetzungen.

Sei wachsam! (Zanshin!) Ob es um die Aufstellung der Übungsgruppe geht oder die Ausführung einer neuen Übung: sei so wachsam, daß dir kein Fehler unterläuft. Jede Bewegung im Karateunterricht hat ihren Sinn, ihre Bedeutung, jedes Kommando verlangt deine volle Konzentration. Unaufmerksamkeit und Unachtsamkeit müssen im Karateunterricht ausgemerzt werden, denn im Kampf sind diese beiden die größten Fehler.

Sei ernsthaft! Wenn du die ganze Sache nur von der lustigen Seite her nehmen willst, so such dir bitte eine andere Sportart aus! Karateka sind übrigens sehr lustige und fröhliche Leute, aber nur außerhalb des Unterrichts.

Sei höflich! Zeige deinem Übungspartner, daß du ihn achtest. Streng dich an, ein fairer und guter Partner zu sein. Nimm deinen Partner ernst, unterschätze ihn niemals, trainiere aber auch nicht überheblich oder gar herablassend mit ihm. Überlasse Übungsaufforderungen immer dem älteren und höhergraduierten Partner.

Die ranghöheren Schüler (Senpai) müssen alles tun, um den rangniederen Schülern (Kohai) bei ihrer Ausbildung behilflich zu sein. Vor allem durch ihren vorbildlichen Einsatz und ihre ernsthafte Haltung zeigen, daß sie ihren höheren Grad zu Recht tragen.

Sei stark! Zeige nie deinem Partner ein Zeichen von Schwäche. Laß dir nicht anmerken, wenn du müde und erschöpft bist. Im Kampf wachsen deinem Gegner im gleichen Maße die Kräfte zu, wie du Schwächen zeigst. Setz dich während des Unterrichts nicht unaufgefordert hin; leg dich nicht, während sich deine Kameraden bei einer Übung anstrengen, wenn du selbst einmal eine Pause haben solltest. Während des Unterrichts stütz dich nicht ab, verlasse nicht deinen Platz, zappele nicht unnötig herum: ein Karateka hat seinen Geist und Körper immer unter Kontrolle.

Sei beherrscht! Zeige in allen Situationen Selbstdisziplin und wahre die Beherrschung! Lerne deine positiven und negativen Gefühle zu unterdrücken. Mache z.B. wegen einer Bagatellverletzung kein großes Aufheben, kämpfe kontrolliert und konzentriert weiter: du treibst Karate, eine harte Zweikampfsportart.

Sei gründlich! Strebe immer nach dem höchsten Ziel: der Perfektion! Selbst wenn du sie nie erreichen wirst, alleine der Weg (Do) zählt. Bereite alle Übungen konzentriert vor ("Yoi"), schließe alle Übungen bewußt und konzentriert ab ("Yame"), dann erst kannst du Körper und Geist entspannen. Wehre dich gegen Müdigkeit, Unlust und Unaufmerksamkeit. Vergiß im Unterricht die Zeit, widme dich nur der Sache selbst, deiner Übung und deinem Partner. Laß

dich nicht von außen ablenken und lenke selbst nie einen Karateka beim Training ab! Auch wichtige Dinge haben oft Zeit bis nach dem Training.

Sei beständig! Du hast dich entschlossen, Karate zu lernen. Nun besuche regelmäßig den Unterricht. Dein Lehrer und deine Partner mögen es gar nicht, wenn du sie zu unnötigen Wiederholungen zwingst, nur weil du zu träge warst, deinen Unterricht zu besuchen.

Übrigens: wir Karateka benutzen weltweit ein kleines, einprägsames Kürzel als Gruß- und Bestätigungswort: "**OSS**"!

06. Disziplinarmaßnahmen

Der Übungsleiter/Trainer ist verpflichtet, die Ordnung und Disziplin während der Übungsstunden zu wahren. Bei unsportlichem Verhalten, mangelnder Selbstbeherrschung, Handlungen zu Schädigung unseres Ansehens in der Öffentlichkeit, Verstoß gegen die Dojo-Ordnung, Satzung und gerichtliche Verfahren mit anschließender Bestrafung, kann der Übungsleiter/Trainer den Schüler nach eigenem Ermessen vom Unterricht ausschließen. Der Vorstand entscheidet über eine etwaige weitere Mitgliedschaft des betreffenden Mitglieds.

07. Anwendung von Karate in der Öffentlichkeit

Die erlernten Techniken dürfen in der Öffentlichkeit nicht angewandt oder weitergegeben werden. Ihre Anwendung ist nur im Sinne des § 227 BGB, der §§ 32 und 33 StGB und des § 15 OWiG erlaubt, sinngemäß heißt es dort:

- wer eine Tat begeht, die durch Notwehr geboten ist, handelt nicht rechtswidrig, d.h. er wird nicht bestraft, falls die Notwehr im Verhältnis zur Tat steht;
- Notwehr ist diejenige Verteidigung, die erforderlich ist, um einen gegenwärtigen rechtswidrigen Angriff von sich oder einem anderen abzuwenden;
- wird die Grenze der Notwehr aus Verwirrung, Furcht oder Schrecken überschritten, so kann von einer Bestrafung abgesehen werden.

Im Falle einer Überschreitung des Notwehrparagrafen wird der Bildungsstand des Karatekas herangezogen.

Alle Konfliktsituationen, in die ein Karateka kommt, und die in unmittelbarem Zusammenhang mit "Notwehr" stehen, sind dem Übungsleiter/Trainer unverzüglich anzuzeigen.

08. Haftung

Für Garderobe und Wertsachen wird nicht haftet. Wertsachen und Geld sollen wegen Diebstahlgefahr mit in das Dojo genommen werden. Für Sach- und Personenschäden gegenüber zweiten und dritten, außerhalb der regulären Trainingszeiten, übernimmt der Verein keine Haftung.

Weder der Verein selbst noch die Mitglieder des Vorstands noch der Übungsleiter/Trainer haften den Mitgliedern für Schäden, die diese beim Training oder auf Veranstaltungen durch Unfälle oder durch Verluste oder Beschädigung mitgebrachter Gegenstände erleiden.

Bringt ein Mitglied des Vereins dem Verein vorsätzlich einen Vermögens- oder Sachschaden bei, so kann der Verein es regreßpflichtig machen.

09. Kleiderordnung

Jeder Karateka hat zum Unterricht in einem vollständigen Karate-Gi (Jacke, Hose, Gürtel) zu erscheinen. Der Karate-Gi hat in einem ordentlichen und sauberen Zustand zu sein.

Es darf nur ein weißer Karate-Gi getragen werden.

Jeder Karateka trägt den Gürtel, zu dem er die Prüfung erfolgreich bestanden hat.

Diese Dojo-Ordnung gilt mit Erhalt als verbindlich anerkannt.

Andreas Pieger
Leiter Abt. Karate
SV Merseburg 99 e.V.
松涛館空手道メルセブルグ