

## **Trainingsbedingungen- und Regeln im Dojang (Trainingsraum)**



- 1.** Sauberkeit von Sportkleidung und Körper, insbesondere der Füße ist Pflicht. Finger- und Fußnägel sind kurz zu halten.
- 2.** Von Beginn des Trainings bis zum Ende ist der Trainer oder eine von ihm dazu bestimmte Person Meister seiner Schüler. Seine Anordnungen sollen ausnahmslos und ohne Widerspruch befolgt werden im Sinne eines reibungslosen Trainingsablaufes.
- 3.** Wiederholte oder bewusste Missachtung des Meisters oder seiner Anordnungen kann mit einem Verweis aus dem Trainingsraum, in schweren Fällen sogar mit der Kündigung der Mitgliedschaft geahndet werden.
- 4.** Kritik an Meister oder Mitschüler ist während des Trainings nicht erlaubt. Für faire Kritik ist nach dem Training ausreichend Zeit und wird entsprechende Aufmerksamkeit gewidmet.
- 5.** Die Etikette des Taekwondo ist einzuhalten. Hierzu gehört im besonderen: Ehrerweisung gegenüber der Fahne (Grüßen beim Betreten der Halle), dem Trainer, den anderen Dan-Trägern und den übrigen Mitschülern.
- 6.** Der Dobok (TKD Anzug) muss immer sauber und gepflegt sein.
- 7.** Das Tragen von Schmuck aller Art während der Übungen ist wegen der Verletzungsgefahr nicht gestattet.
- 8.** Essen und Trinken sowie das Kauen von Kaugummis ist auch nicht erlaubt.
- 9.** Höhere Gürtelgrade müssen niedrigeren Gürtelgraden ein Vorbild und hilfsbereit sein.
- 10.** Beim Betreten und Verlassen des Dojangs müssen Meister und höhere Gürtelgrade durch Verbeugen begrüßt werden.
- 11.** Niedrige Gürtelgrade müssen zurückhaltend und respektvoll gegenüber höheren Gürtelgraden sein.
- 12.** Pünktlichkeit ist ein wichtiges Gebot des Taekwondo. Besonders die Anfangszeiten sind strikt einzuhalten.