

## Dojo-Kodex des Ryoan-Dojo Esslingen e.V.



1. Wir haben eine **wertschätzende Grundhaltung** gegenüber den Trainingspartner\*Innen. Unser Ziel ist Selbstsicherheit und das Sicherheitsempfinden zu stärken. Dabei beachten wir ggf. vorhandene Verunsicherungen und Ängste. In diesem Rahmen fördern wir eine offene Kommunikation für die Belangen und Bedürfnisse aller Teilnehmenden. Dabei behandeln wir Informationen von Kursteilnehmenden strikt diskret.
2. Wir werden die Persönlichkeit jedes Kursteilnehmers achten. Die **individuellen Empfindungen** zu Nähe und Distanz, die Intimsphäre und die persönlichen Schamgrenzen werden wir **respektieren**.
3. Wir **respektiere die Würde aller Teilnehmenden** und versprechen, alle unabhängig ihrer sozialen, ethnischen und kulturellen Herkunft, Weltanschauung, Religion, politischen Überzeugung, sexueller Orientierung, ihres Alters oder Geschlechts gleich und fair zu behandeln, sowie Diskriminierung jeglicher Art und menschenrechtsverletzendes Gedankengut entschieden entgegenzuwirken.
4. Wir tragen dafür Sorge, dass die Regeln der Fairness und der freien Meinungsäußerung im Rahmen eines offenen und konstruktiven Umgangs miteinander gewahrt bleiben. Insbesondere übernehmen wir als Trainer\*innen und Teilnehmenden eine positive und **aktive Vorbildfunktion** im Kampf gegen Vorurteile und unreflektierte Ängste.
5. Unser Training und unsere weiteren Angebote können keine therapeutische Arbeit ersetzen. Wir sind uns aber bewusst, dass unter den Teilnehmenden auch Personen mit traumatischen Vorerfahrungen sein können. Wir tragen dem durch ein **emfühlames Training** Rechnung und haben unsere Trainer\*innen im Umgang mit traumatisierten Teilnehmenden sensibilisiert.
6. Wir fördern einen **gewaltfreien Umgang**. Deshalb verpflichten wir uns die im Dojo erlernten Techniken ausschließlich zum Schutze unserer eigenen Sicherheit, nach Abwägung aller anderen Optionen und der Verhältnismäßigkeiten der Mittel, anzuwenden.
7. Wir achten die, der japanischen Kampfkunst zugrundeliegende **Etikette**.

### Für Trainer\*innen gilt außerdem:

8. Die körperlichen und geistigen Fähigkeiten der Kursteilnehmenden werden von uns in der Auswahl der Methoden und der Didaktik berücksichtigt. Dies hat Vorrang vor unseren persönlichen und sportlichen Zielen.
9. Uns ist nicht nur die Weitergabe fundierter sportlicher Kenntnisse, sondern auch die Unterstützung einer charakterlichen und sozialen Entwicklung wichtig.
10. Persönliche und gesundheitliche Informationen über Kursteilnehmer\*Innen sind strikt vertraulich zu behandeln.

### Etikette (Verhalten im Dojo):

11. Auf allgemeine Hygiene ist zu achten! (Saubere Füße, Haare, Hände, Kleidung)
12. Kleidung:
  - Schlappen-Pflicht
  - Weißes oder kein T-Shirt
  - Weißer Judo- oder Ju-Jitsu-Gi
  - Weiße Hose für Schüler, schwarze Hose für Hilfstrainer, Senpai und Sensei
13. Lange Haare sind zu einem Zopf zusammen zu binden
14. Der Gürtel wird von allen einheitlich gebunden (eigenständiges Binden wird ab Gelb-Gurt vorausgesetzt)
15. Wir verneigen uns beim Betreten und Verlassen des Dojo, beim Betreten und Verlassen der Matten, vor dem Partner zu Beginn und am Ende der Trainingsphase und dem/der Trainer\*In, nachdem dieser/diese etwas erklärt hat.

Ich erkläre mich mit diesen Regeln einverstanden und verpflichte mich zur Einhaltung des Dojo-Kodex.