



# Ju-Jutsu Informationen



Hallo Kinder, Hallo Eltern,

wir haben ein Mal ein paar Informationen für euch zusammengestellt:

## Allgemeine Etikette

1. Ju-Jutsu wurde mit Hilfe japanischer Budoarten in Europa entwickelt. In Japan tritt man sich mit Höflichkeit, Respekt und Fairness gegenüber, dies sollte auch im Training so sein.
2. Um dem Ausdruck zu verleihen verbeugt man sich vor dem Betreten/dem Verlassen der Trainingshalle (Dojo) ebenso wie beim Betreten/Verlassen der Matte.
3. Selbstverständlich erscheinen alle Teilnehmer mit sauberen Händen und Füßen, kurzen Finger- und Fußnägeln und sauberen Anzug (Gi) zum Training.
4. Um sich selbst vor allem aber auch um seine Trainingspartner zu schützen sollten vor dem Training alle Schmuckstücke wie Uhren, Ketten; Arm- und Freundschaftsbänder, Ohringe(!), Ringe und Piercings abgenommen werden.
5. Lange Haare müssen zusammengebunden werden.
6. Die Gürtelfolge im Ju-Jutsu: weiß, gelb, orange, grün, blau, braun, Dan-Grade (schwarz)  
Aber beachte: Der Gürtel ist nur dafür da die Jacke festzuhalten ☺

## Spezifisches

1. Wenn man mit einem Partner zusammen trainiert verbeugt man sich vorher kurz im Stand.
2. Im Training werden keine Schimpfwörter gebraucht.
3. Für alle Jungen ist es Pflicht, im eigenen Interesse, während des Trainings einen Tiefschutz zu tragen (!Verletzungsgefahr!).
4. Mädchen tragen unter dem Gi ein weißes T-Shirt.
5. Da wir alle gemeinsam mit dem Training beginnen wollen, sollte sich jeder circa 15 Minuten vor Trainingsbeginn umziehen.
6. Essen und Trinken ist auf der Matte verboten.
7. Jeder trägt außerhalb der Matte Schuhe (Hallenturnschuhe, Badeschlappen), da die Matten sonst zu schnell verschmutzt werden.
8. Nur wer Fußpilz oder Warzen hat trägt Socken auf der Matte.

## Anzüge und Zubehör:

Ju-Jutsu-Anzüge (Gis) und alles was man noch so braucht werden von uns 3-4 Mal im Jahr per Sammelbestellung besorgt und sind somit billiger erhältlich. Hierfür verlangen wir 10€ Vorauszahlung, die dann mit der Ware verrechnet werden. Wendet euch einfach an die Trainer.

## Prüfungen:

Jeder der fleißig trainiert, kann bei einer von uns angesetzten Gürtelprüfung mitmachen und sich somit einen höheren Gurt verdienen. Hierfür wird ein Ju-Jutsu-Pass benötigt, den ihr bei uns beantragen müsst. Benötigt wird: Passbild (Rückseitig mit Vornamen, Nachnamen, Geburtsdatum und Geburtsort versehen) und 10 € Bearbeitungsgebühr.

Euer Jugendtrainerteam