

Dojang-Etikette (Verhaltensregeln für das Taekwondo-Training)



1. **Pünktliches Erscheinen** zum Training und **zügiges Umziehen**.
2. **Saubere Füße und Hände**
3. **Sauberer Trainingsanzug** (Dobok) und **richtig gebundener Gürtel** (Ti) vor dem Betreten der Trainingshalle (Dojang). Wenn während des Trainings der Anzug oder der Gürtel verrutscht, so ist sich im geeigneten Moment umzudrehen und alles neu zu ordnen.
4. **Mit dem Betreten der Trainingshalle grüßen und beim Verlassen abgrüßen**: Beine zusammen, Hände neben der Hüfte, leicht verbeugen, Blickrichtung in die Halle (Chariot und Kyonghe). Dies ist u.a. ein Symbol dafür, dass man persönliche Gedanken und Probleme vor dem Eintreten zurücklässt und sich auf das Training konzentriert. Außerdem grüßt man damit die Anwesenden und den Trainer. Beim Verlassen schließt man das Training mit dem Abgrüßen gedanklich ab.
5. Vor dem Training und in den Pausen ist **Rücksicht auf die anderen Mitschüler** zu nehmen (keine Gefährdungen, kein „Gehänsel“!).
6. **Wenn man während des Trainings die Halle verlassen will, ist sich beim Trainer abzumelden**. Dies gilt auch vor Trainingsbeginn.
7. **Kein Essen und Trinken in der Trainingshalle**. Getränke sind vor der Eingangstür an der Wand abzustellen. Vor dem Training ausreichend trinken (und Toilette gehen).
8. **Aufstellen**: Rechts vorne steht der Schüler mit dem höchsten Gürtel, daneben jeweils der nächst höhere (also z. B. grün vor gelb). In der zweiten Reihe (ca. 2 m Abstand zur vorderen) steht von den verbliebenen wieder der mit dem höchsten Gürtel rechts u.s.w. Die Reihen richten sich gerade nach dem rechts stehenden aus.
9. Die Techniken im Training und sonstige Übungen sind **konzentriert** und besonders bei Partnerübungen unter **Vermeidung von Verletzungen** auszuführen.
10. Während des Trainings ist den Mitschülern und dem Trainer mit **Höflichkeit und Respekt** gegenüberzutreten. **Den Anweisungen des Trainers ist zuzuhören und genau danach zu handeln**. Auch die weiteren Tugenden des Taekwondo sind anzustreben: **Gerechtigkeit, Unermüdlichkeit, Geduld und Bescheidenheit**.

