

# Dojang Regeln

**In einem Taekwon Do Dojang gibt es etliche Verhaltens und Höflichkeitsregeln. Manche dieser Regeln werden Europäern anfangs etwas seltsam anmuten. Die Einhaltung der Regeln gehört jedoch zur charakterlichen Fortbildung eines(r) Taekwon-Doin. Zudem muß man sich vor Augen halten, daß im Taekwon Do Techniken geübt werden, deren unachtsame Ausübung zu erheblichen Verletzungen des Partners führen könnten. Die Einhaltung der Regeln dient also auch dem Schutz des Partners sowie dem eigenen Schutz vor Verletzungen.**

1. Erscheine rechtzeitig vor Beginn der Übungsstunde.
2. Verneige dich bei jedem Betreten und Verlassen des Dojang, sowie vor jeder Partner-Übung.
3. Trage immer einen sauberen, weißen Tobok. Trage kein Unterhemd unter dem Tobok (ausgenommen Frauen).
4. Binde deinen Gürtel bevor Du den Dojang betrittst, löse ihn erst, wenn du wieder in der Umkleide bist. Binde den Gürtel mit dem korrekten Knoten.
5. Trage weder Schuhe, noch Uhren oder Schmuck während des Unterrichts.
6. Achte auf ausreichende Körperpflege vor dem Unterricht. Halte besonders die Finger- und Fuß-Nägel kurz.
7. Halte den Dojang sauber. Eventuelle Blutflecken sind sofort aufzuwischen (Infektionsgefahr).
8. Schließe und öffne die Fenster nicht ohne Erlaubnis des Lehrers.
9. Vermeide unnötiges Sprechen und lautes Lachen während des Unterrichts.
10. Verhalte Dich ruhig. Setze Dich auf den Boden.
11. Verlasse den Raum während des Unterrichts nicht ohne Erlaubnis des Lehrers.
12. Übe nie Freikampf ohne Erlaubnis des Lehrers.
13. Rauche niemals im Dojang. Nimm keine Speisen zu Dir (auch Kaugummi).
14. Halte Dich an die Anweisungen des Lehrers.
15. Behandle Deinen Lehrer und jeden Partner mit Respekt. Sei immer hilfsbereit und höflich.

**Viele dieser Regeln sollten eigentlich auch im alltäglichen Leben eine Selbstverständlichkeit sein (Höflichkeit, Respekt etc.).**



erstellt von: Taekwondo Elite Frankfurt

Dateiname: Dojang Regeln  
Verzeichnis: F:\Website.com\Downloads  
Vorlage: C:\Users\Hanskihap\AppData\Roaming\Microsoft\Templates\Norma  
I.dotm  
Titel:  
Thema:  
Autor: Hanskihap  
Stichwörter:  
Kommentar:  
Erstelldatum: 15.01.2014 23:32:00  
Änderung Nummer: 2  
Letztes Speicherdatum: 15.01.2014 23:41:00  
Zuletzt gespeichert von: Hanskihap  
Letztes Druckdatum: 15.01.2014 23:42:00  
Nach letztem vollständigen Druck  
Anzahl Seiten: 1  
Anzahl Wörter: 275  
Anzahl Zeichen: 1.594 (ca.)