



Judo-Info



## DOJO (= Weg und Ort der Erkenntnis)

DOJO bezeichnet im japanischen im weiteren Sinne eine Übungshalle.

DO -> ist der Weg, hier also der Weg, der mit den Übenden im Training gegangen wird

JO -> ist hingegen der Ort



Mit Betreten des DOJO wird erwartet, dass Sie sich am Eingang des Dojos in Richtung Kamiza (die Wand mit dem Bild von Professor Kano) richten und eine *Ritsu-Rei* (stehende Verbeugung) machen.

Gleiches gilt beim Verlassen des DOJO!

### Dojos in der heutigen Zeit:



SHIHAN Jigoro Kano



SENSEI

... ist der Trainer im Dojo, der mindestens den 1. DAN hat. Gibt es mehrere DAN-Träger im Dojo, wird der Haupttrainer als SENSEI bezeichnet.



SHIMOZA / DESHI

(MUDANSHA – SHONEN – YONEN)  
(Erwachsene – Jugendliche – Kinder)



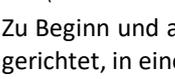
Senpai

Schüler mit dem höchsten Kyu-Grad



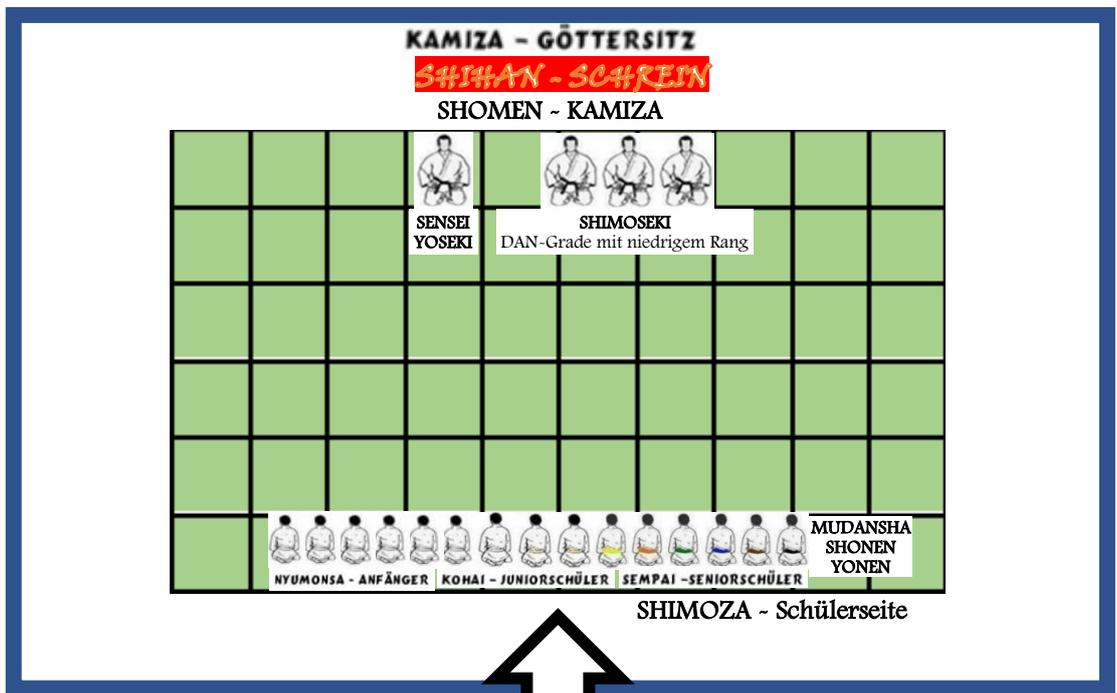
Koha

Schüler mit Kyu-Grad



Nyumonsa – Anfänger

(ohne Graduierung)



In nicht japanischen Dojos ist es angemessen, einen Shodan-Rang (schwarzer Gürtel 1. Grades) einen SENSEI zu nennen, wenn er der Ausbilder/Trainer (YOSEKI) eines Dojos ist. Wenn es im Dojo mehr als einen schwarzen Gürtel gibt, sollte nur der Senior Instructor Sensei genannt werden.

Es ist nicht angemessen, einen Übungsleiter unterhalb des Shodan-Ranges „Sensei“ zu nennen!

Zu Beginn und am Ende des Trainings stellen sich die Schüler (SHIMOZA/DESHI), dem Grad entsprechend und zum Lehrer (YOSEKI) gerichtet, in einer Reihe auf. SENSEI begibt sich in SEIZA.

Der Schüler mit dem höchsten Grad (SEMPAI) gibt dann das Kommando SEIZA! (hinsetzen, gemäß der traditionellen japanischen Art) und die Schüler setzen sich, dem Grad entsprechend, nacheinander in SEIZA für REI (Gruß).

In der Position SEIZA gibt SENSEI das Kommando MOKUSO! (Augen schließen für die Meditation).

Nach ungefähr fünf bis zehn Sekunden gibt er das Kommando KAIMOKU! (Ende der Meditation, die Augen werden wieder geöffnet).

SEMPAI gibt das Kommando „**Shihan ni Rei**“ -> alle auf der Matte sitzenden Judoka machen gleichzeitig eine korrekte ZA-REI (knieende Verbeugung) in Richtung der KAMIZA.

Als nächstes Kommando soll SEMPAI „**Sensei ni Rei**“ erteilen -> es erfolgt eine korrekte ZA-REI zwischen Lehrer und Schüler.

Als drittes Kommando erteilt SEMPAI „**Otogai ni Rei**“ -> es erfolgt eine erneute korrekte ZA-REI.

SENSEI steht auf. Abschließend gibt SEMPAI das Kommando KIRITSU (aufstehen). Erst danach dürfen die Schüler aufstehen -> das Training beginnt bzw. ist beendet.



Judo-Info



## DOJO (= Weg und Ort der Erkenntnis)

DOJO bezeichnet im japanischen im weiteren Sinne eine Übungshalle.

DO -> ist der Weg, hier also der Weg, der mit den Übungen im Training gegangen wird  
 JO -> ist hingegen der Ort

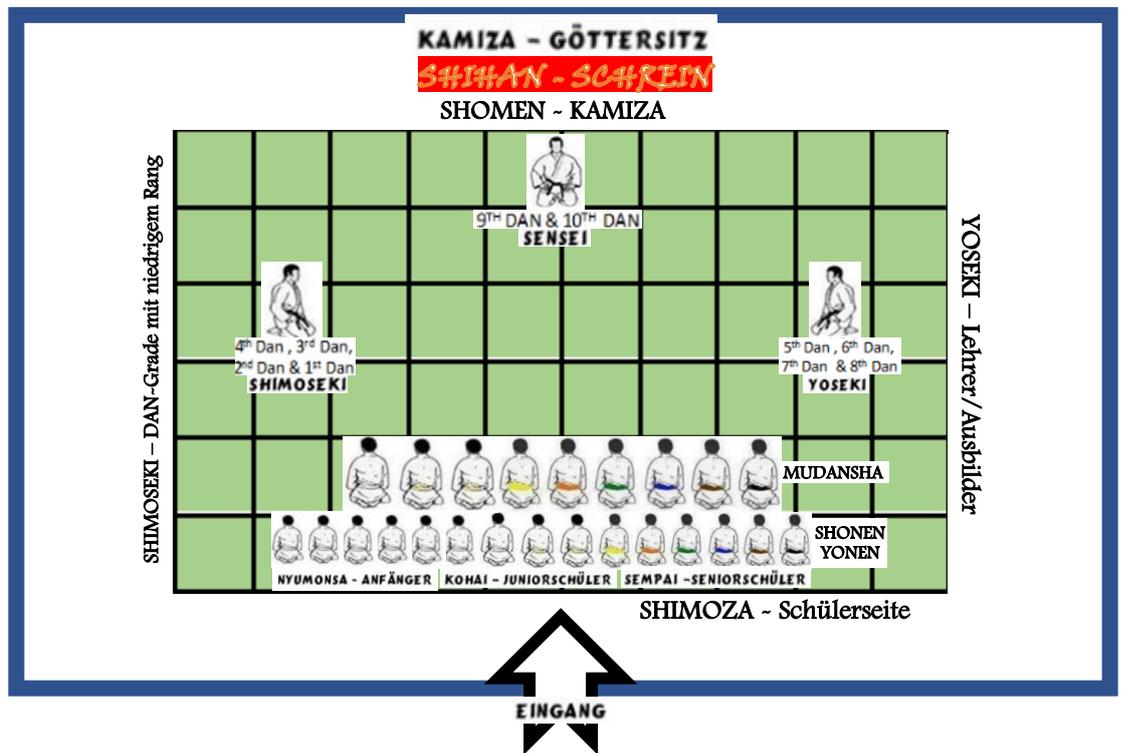
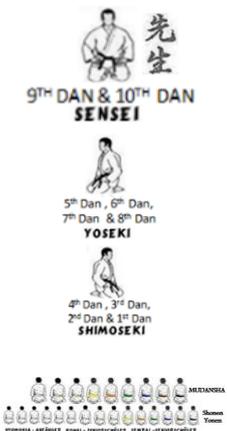


Mit Betreten des DOJO wird erwartet, dass Sie sich am Eingang des Dojos in Richtung Kamiza (die Wand mit dem Bild von Professor Kano) richten und eine *Ritsu-Rei* (stehende Verbeugung) machen. Gleiches gilt beim Verlassen des DOJO!

### traditionelles Dojo in der Gründungszeit des Judo



Shihan Jigoro Kano



SHUJIN  
(Ehrengast)

JOSHU  
(Assistent)