



Dojo-regler:

1. Respekter din treningspartner og bidra aktivt til et positivt læringsmiljø.
2. Alle må være på plass når treningen starter, og ingen forlater matten uten lov fra hovedtrener.
3. Judogien (judodrakten) skal være korrekt og ren.
4. God personlig hygiene er viktig og neglene skal være kortklippede.
5. Ta av alt løst på kroppen, smykker, klokker, halskjeder og lignende.
6. Mat og drikke skal ikke nytes på matten uten at hovedtrener har gitt klarsignal.
7. Tilskuere til treningen og judoutøvere som ikke deltar på treningen skal ikke forstyrre treningen.
8. Følg med når treneren viser teknikker.
9. Vær flink til å bytte treningspartner.
10. Dojo-reglene gjelder ikke bare under trening, men også etter trening og utenfor treningslokalet. Judoutøver er du dag og natt.