

REI HO

Filosofía marcial y ética del Dojo

El código y la etiqueta del BUSHIDO, forman parte de las artes marciales, un comportamiento ejemplar nos marcará la línea de conducta que deberemos seguir dentro del DOJO.

- Antes de entrar al tatami, solicitaremos permiso al Sempai o alumno de mayor grado que se encuentre dentro de tatami.
- A continuación saludaremos hacia el Kamiza y seguidamente hacia los compañeros presentes realizando un segundo saludo.
- Cuando entremos al tatami antes que el Sensei dedicaremos nuestro tiempo a calentar hasta su llegada.
- Cuando se esté dando una explicación la clase adoptará la posición de seiza o sentados.
- Al comenzar y finalizar un trabajo en parejas o grupos se saludara como muestra de agradecimiento.
- El uke es importante para nuestro aprendizaje: a no ser que el Sensei lo determine elegir aquel de nuestro mismo nivel ó el más cercano y que pueda ser similar a nuestras características. El sensei podrá indicar algunos cambios para que la variedad de respuesta pueda enriquecer nuestro trabajo.
- Al finalizar el entrenamiento se abandonara la clase después que lo haga el sensei, siendo el sempai el siguiente en hacerlo o quien finalice la clase.
- La finalidad del sempai (alumno de mayor grado) será velar en todo momento por la buena armonía de la clase y dar a conocer todas estas normas a los nuevos alumnos o kohais.
- La forma de dirigirse al instructor será Sensei o Sempai nunca por su nombre.
- Para el saludo y el desarrollo de la clase se formaran filas situándose los grados ´más altos a la derecha de la clase.
- Durante el entrenamiento no se permite llevar pendientes, pulseras.... Maquillaje, uñas de pies o manos pintadas.
- Si durante el entrenamiento tiene que colocarse el obi (cinturón) o el Karategui, lo hará fuera de la fila y de espaldas al Sensei.
- Durante su entrenamiento mantenga siempre el Zanshin,(estado de alerta) entregándose al 100%.
- Interiorizar cada movimiento en el entrenamiento y aprender de las sensaciones vividas durante este.
- La sinceridad y la humildad son dos características de un buen Budoka.
- Mantener siempre una actitud de respeto hacia nuestros compañeros sin distinciones de grado.
- Formamos parte de un legado milenario, hagamos que nuestra ética dentro y fuera del DOJO sea nuestra seña identidad.

OSS!!