

Trainingsstätte, Gruss, Gewichtsklassen

Das Dojo

Die Trainingsstätte des Judo wird „Dojo“ genannt, übersetzt: „der Ort, wo der richtige Weg gelehrt wird“.

Der Boden ist mit „Tatamis“; das sind Matten aus Reisstrohgeflecht (original) oder Kunstfasergewebe, die auf einem Schwingboden (federndes System als Unterkonstruktion) aneinandergereiht werden. Es sollte niemals vergessen werden, dass Diskretion und Bescheidenheit zum Ritus gehören, der zum Gelingen und zum Fortschritt des Trainingsprogrammes beiträgt.

Der Gruss

Der Gruss ist ein überliefertes Zeichen der Achtung gegenüber dem Gegner. Gleichzeitig gilt er aber vor allem dem Trainer (sensei), dem Dojo, dem Judo, den Kampfrichtern und den Zuschauern. Er ist deshalb etwas anderes als eine inhaltlose Formalität. Er gehört unabdingbar zum Judoka und muss in angemessener Form ausgeführt werden. Man grüsst im Allgemeinen mit einer Verneigung auf zwei Arten: Aufrecht stehend oder am Boden kniend.