



20 Dojo-Regeln

Funakoshi Gichin ô karate dô nijû jô.

1. karate wa rei ni hajimari rei ni owarm koto o wasureru na

Vergiss nie: Karate beginnt mit rei und endet mit rei. (rei bedeutet hier: Respekt, Höflichkeit)

2. karate ni sente nashi

Im Karate gibt es kein Zuvorkommen (Im Karate gibt es keinen ersten Angriff)

3. karate wa gi no tasake

Karate ist ein Helfer der Gerechtigkeit

4. mazu jiko o shire shikoshite hoka o shire

Erkenne dich zuerst selbst, dann den anderen

5. gijutsu yori shinjutsu

Die Kunst des Geistes kommt vor der Kunst der Technik.

6. kokoro wa hanatan koto o yôsu.

Lerne deinen Geist zu kontrollieren und befreie ihn dann.

7. wazawai wa ketai ni shôzu

Unheil entsteht durch Unachtsamkeit

8. dôjô no mi no karate to omom na

Karate wird nicht nur im Dojo praktiziert (auch außerhalb)

9. karate no shugyô wa isshô dearu

Die Ausbildung im Karate geht ein Leben lang

10. arayuru mon o o kara te kasase soko ni myômi ari

Verbinde dein alltägliches Leben mit Karate, das ist der Zauber der Kunst

11. karate wo yû no gotoku taezu netsu o araezareba moto no mizu ni kaeru

Wahres Karate ist wie heißes Wasser, das abkühlt, wenn Du es nicht ständig wärmst

12. katsu kangae wa motso na, makenu kangae wa hitsuyô

Denke nicht ans Gewinnen, doch denke darüber nach, wie du nicht verlierst

13. teki ni yotte senke seyo

Wandle dich abhängig vom Gegner

14. ikusa wa kyôjitsu no sôju ikan ni ari.

Der Kampf hängt von der Handhabung des Treffens und des Nicht-Treffens ab

GOJU-RYU Karateclub Kirchdorf

FRANZKATZLBERGER - A-4563 Micheldorf, Oberer Wienerweg 29
Telefon 0043 (0) 699 - 816 372 62 • E-Mail welcome@karatekirchdorf.at • www.karatekirchdorf.at



15. hito no teashi o ken to omoe

Stelle dir deine Hand und deinen Fuß als Schwert vor

16. danshimon o izureba hyakuman no teki arg

Wenn man das Tor der Jugend verlassen hat man viele Gegner

17. kamae wa shoshinsha ni, ato wa shinzentai

Das Einnehmen einer Haltung gibt es beim Anfänger, später gibt es den natürlichen Zustand

18. kata wa tadashiku, jissen wo betsu mono

Übe die Kata korrekt (= ohne Abänderung), im echten Kampf ist das eine andere Sache

19. chikara no kyôjaku karada no shinshuku wozu no kankyu o wasuru na

Hart und weich, Spannung und Entspannung, langsam und schnell, alles in Verbindung mit der richtigen Atmung

20. tsune ni shinen kôfu seyo

Besinne Dich immer und versuche dich ständig an Neuem

Dojo-Kun

5 Dojo-Regeln

1. hitotsu, junkaku kansei ni tsutomuru koto

Strebe nach der Vervollkommnung deines Charakters.

2. hitotsu, makoto no michi o mamoru koto

Sei aufrichtig in deinem Tun.

3. hitotsu, doryoku no seishin o yashinai koto

Sei beharrlich und ausdauernd.

4. hitotsu, reigi o omonzuru koto

Verhalte dich korrekt und respektvoll.

5. hitotsu, kekki no yu o imashimuru koto

Enthalte dich der Gewalt und übe Selbstkontrolle.