



## Der Trainingsbeginn

Wer sagt was?	japanisch	deutsch	Was tun?
Der Ranghöchste in der Schülerreihe	Ki o tsukete	Aufpassen!	Füße schließen
„	Seiza	setzen	Nacheinander, beim Ranghöchsten beginnend: in den Fersensitz setzen, aufrecht sein.
„	Mokusô	Meditation	die Hände schalenförmig vor dem Unterbauch halten, Augen (fast) schließen
„	Mokusô yame	Ende der Meditation	Meditation beenden
„	Shômen ni rei	Gruß nach vorne. Sinn: Respekt der Tradition gegenüber. „Ausführungsbefehl“	1. Verbeugung. Schüler zum Lehrer, der Lehrer dreht sich vor dem Gruß um 180°, danach wieder zu den Schülern zurück.
„	Sensei ni rei	Gruß zwischen Lehrer und Schülern. Sinn: gegenseitiger Respekt zwischen Lehrer und Schülern. „Ausführungsbefehl“	2. Verbeugung. Schüler in Richtung Lehrer, Lehrer in Richtung Schüler.
Alle inkl. Sensei.	Onegai Shimasu	"Ich habe eine Bitte ..."	Der Gruß während der Verbeugung, zu Trainings- oder Übungsbeginn.
Der Zweithöchste in der Schülerreihe	Otagai ni rei	Gruß der Übenden untereinander Sinn: Respekt untereinander „Ausführungsbefehl“	Bei den Ranghöchsten beginnend richten sich die Schüler jeweils paarweise gegenüber aus, den linken Fuß und die linke Hand auf die Tatami vorgesetzt. Für die ungeraden Ziffern in der Reihe: auf der Stelle entgegen der Uhrzeigerrichtung um ca. 45° drehen. Für die geraden Ziffern: auf dem rechten Knie(!) im Uhrzeigersinn um 135° drehen Insgesamt entsteht eine Zick-Zack-Linie.
Alle außer dem Sensei.	Onegai Shimasu	"Ich habe eine Bitte ..."	Verbeugung zum Partner. Gruß zu Trainings- oder Übungsbeginn.
(ohne extra Ansage)	Shômen	(nach) vorne (ausrichten)	Die Schülerreihe richtet sich wieder nach vorne in Richtung Sensei aus.
Kommt entweder vom höchsten Schüler oder vom Sensei	Kiritsu	Erhebt euch! Steht auf!	Die Schüler erheben sich.



# Koryu Uchinadi – Die Etikette

Karate-Dojo Fritzlar e.V.



## Das Trainingsende

Wer sagt was?	japanisch	deutsch	Was tun?
Der Ranghöchste in der Schülerreihe	Ki o tsukete	Aufpassen!	Füße schließen
„	Seiza	setzen	Nacheinander, beim Ranghöchsten beginnend: in den Fersensitz setzen, aufrecht sein.
„	Mokusô	Meditation	die Hände schalenförmig vor dem Unterbauch halten, Augen (fast) schließen
„	Mokusô yame	Ende der Meditation	Meditation beenden
„	Shômen ni rei	Gruß nach vorne. Sinn: Respekt der Tradition gegenüber. „Ausführungsbefehl“	1. Verbeugung. Schüler zum Lehrer, der Lehrer dreht sich vor dem Gruß um 180°, danach wieder zu den Schülern zurück.
„	Sensei ni rei	Gruß zwischen Lehrer und Schülern. Sinn: gegenseitiger Respekt zwischen Lehrer und Schülern. „Ausführungsbefehl“	2. Verbeugung. Schüler in Richtung Lehrer, Lehrer in Richtung Schüler.
Alle inkl. Sensei.	Arigatô gosaimashita	Dankeschön!	Gruß bei Trainingsende.
Der Zweithöchste in der Schülerreihe	Otagai ni rei	Gruß der Übenden untereinander Sinn: Respekt untereinander „Ausführungsbefehl“	Bei den Ranghöchsten beginnend richten sich die Schüler jeweils paarweise gegenüber aus, den linken Fuß und die linke Hand auf die Tatami vorgesetzt. Für die ungeraden Ziffern in der Reihe: auf der Stelle entgegen der Uhrzeigerichtung um ca. 45° drehen. Für die geraden Ziffern: auf dem rechten Knie(!) im Uhrzeigersinn um 135° drehen Insgesamt entsteht eine Zick-Zack-Linie.
Alle außer dem Sensei.	Arigatô gosaimashita	Dankeschön!	Verbeugung zum Partner.
(ohne extra Ansage)	Shômen	(nach) vorne (ausrichten)	Die Schülerreihe richtet sich wieder nach vorne in Richtung Sensei aus.
Kommt entweder vom höchsten Schüler oder vom Sensei	Kiritsu	Erhebt euch! Steht auf!	Die Schüler erheben sich.