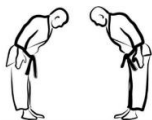




全日本空手協会  
日本空手協会

## DOJO SAMURAI Normas de Conducta



**Respetar a sus compañeros**



**Saludar al entrar y salir del Dojo**



**Sentarse correctamente**



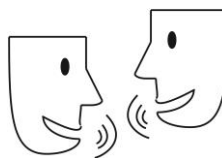
**Con tu cuerpo muestra espíritu. Responder con aserciones ¡Ossu!**



**Escuchar las instrucciones sin interrumpir**



**Formarse rápido y en silencio al llamado del instructor.**



**No debe conversar ni distraer a sus compañeros de entrenamiento**



**El alumno debe entender la relación piramidal entre Sensei, Senpai y Kohai, y no confundirse**



**Si tu instructor pide que cuentes, hazlo con voz fuerte y clara para levantar el ánimo de tus compañeros**



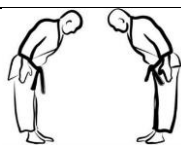
**Mantener aseo del Dojo en forma voluntaria, sea colaborador.**



**No salir de clases (Sólo en caso de emergencia y con permiso del instructor).**



**Preocuparse por la higiene personal. Mantener su vestimenta limpia. Se prohíbe uso de accesorios. Pelo corto o bien sujeto.**



**Respetar a sus compañeros**



**Saludar al entrar y salir del Dojo**



**Sentarse correctamente**



**Con tu cuerpo muestra espíritu. Responder con aserciones ¡Ossu!**

**Además,**

- **Ser puntual no sólo en el Dojo sino en todo compromiso. Anticipese.**
- **Apague o silencie su celular al entrar al Dojo.**
- **Mantenerse alerta a las instrucciones dictadas por su instructor y buscar siempre practicar con alumnos de mayor grado si es posible. Sea obediente.**
- **Si llega tarde a su clase, (solo hasta 10 min.) debe realizar "Seiza" (meditación) por 1 minuto, luego 20 flexiones de brazo y 20 abdominales, dirigirse corporalmente al instructor hasta ser visto y saludar solicitando el ingreso.**
- **Finalizada la clase debe retirarse para no interferir la clase siguiente, o si no, intégrese, ayude y/o siga entrenando.**