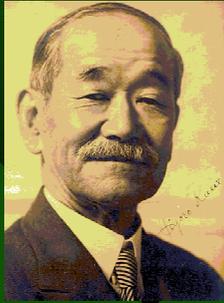


Gründer der Sportart JUDO & Reformier des Jiu Jitsu
(neuzeitliches Ju-Jutsu)

Professor Jigoro Kano (1860-1938) aus Japan



17

Judowerte

Höflichkeit



Behandle Deine Trainingspartner und
Wettkampfgegner wie Freunde. Zeige Deinen
Respekt gegenüber jedem Judo-Übenden durch eine
ordentliche Verneigung.

18

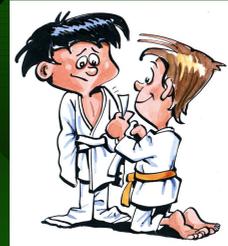
Ehrlichkeit



Kämpfe fair, ohne unsportliche Handlungen und
ohne Hintergedanken.

19

Hilfsbereitschaft



Hilf Deinem Partner, die Techniken korrekt zu
erlernen. Sei ein guter Uke. Unterstütze als Höher-
Graduierter/Trainingsälterer die Anfänger. Hilf den
Neuen, sich in der Gruppe zurecht zu finden.

20

Ernsthaftigkeit



Sei bei allen Übungen und im Wettkampf
konzentriert und voll bei der Sache. Entwickle
eine positive Trainingseinstellung und übe fleißig.

21

Respekt



Begegne Deinem Lehrer/Deiner Lehrerin und den
Trainingsälteren zuvorkommend. Erkenne die Leistungen
derjenigen an, die schon vor Deiner Zeit Judo betrieben
haben.

22

Bescheidenheit



Spiele Dich selbst nicht in den Vordergrund. Sprich über Deinen Erfolg nicht mit Übertreibung. Orientiere Dich an den Besseren und nicht an denen, deren Leistungsstand Du bereits erreicht hast.

23

Wertschätzung



Erkenne die Leistung jedes Anderen an, wenn dieser sich nach seinen Möglichkeiten ernsthaft anstrengt.

24

Mut



Nimm im Randori und Wettkampf Dein Herz in die Hand. Gib Dich niemals auf, auch nicht bei einer drohenden Niederlage oder bei einem scheinbar übermächtigen Gegner.

25

Selbstbeherrschung



Achte auf Pünktlichkeit und Disziplin bei Training und Wettkampf. Verliere auf der Matte nie die Beherrschung, auch nicht bei Situationen, die Du als unfair empfindest.

26

Freundschaft



Achte all diese Werte und alle Menschen. Dann wirst Du beim Judo unweigerlich Freunde finden.

27



www.yama-arashi.de

1. Judo und Ju-Jutsu Club 1984 e.V.

Wie findet man am schnellsten
wirkliche Freunde ?

**Einfach die Judowerte die in
unserem Verein für alle gelten,
lernen und befolgen!**

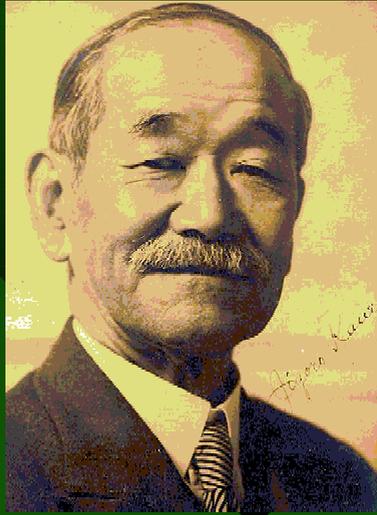
Diese Werte sind eine erfolgreiche „Lebenshilfe“ .
Entwickelt aus der jahrelangen Praxis des Deutschen
Judobundes nach den sport- & sozial-pädagogischen
Grundsätzen des Gründervaters des JUDOS-

Professor Jigoro Kano (1860-1938) aus Japan

2

Gründer der Sportart JUDO & Reformier des Jiu Jitsu
(neuzzeitliches Ju-Jutsu)

Professor Jigoro Kano (1860-1938) aus Japan



3

Judowerte

Höflichkeit



Behandle Deine Trainingspartner und
Wettkampfgegner wie Freunde. Zeige Deinen
Respekt gegenüber jedem Judo-Übenden durch eine
ordentliche Verneigung.

4

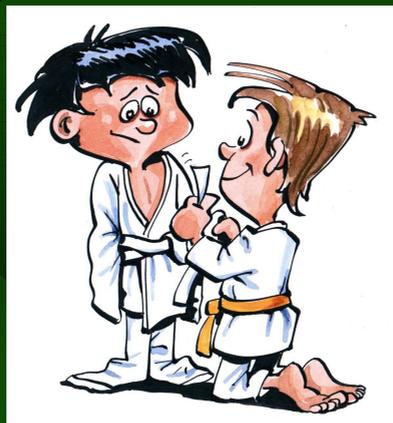
Ehrlichkeit



Kämpfe fair, ohne unsportliche Handlungen und ohne Hintergedanken.

5

Hilfsbereitschaft



Hilf Deinem Partner, die Techniken korrekt zu erlernen. Sei ein guter Uke. Unterstütze als Höher-Graduierter/Trainingsälterer die Anfänger. Hilf den Neuen, sich in der Gruppe zurecht zu finden.

6

Ernsthaftigkeit



Sei bei allen Übungen und im Wettkampf konzentriert und voll bei der Sache. Entwickle eine positive Trainingseinstellung und übe fleißig.

7

Respekt



Begegne Deinem Lehrer/Deiner Lehrerin und den Trainingsälteren zuvorkommend. Erkenne die Leistungen derjenigen an, die schon vor Deiner Zeit Judo betrieben haben.

8

Bescheidenheit



Spiele Dich selbst nicht in den Vordergrund. Sprich über Deinen Erfolg nicht mit Übertreibung. Orientiere Dich an den Besseren und nicht an denen, deren Leistungsstand Du bereits erreicht hast.

9

Wertschätzung



Erkenne die Leistung jedes Anderen an, wenn dieser sich nach seinen Möglichkeiten ernsthaft anstrengt.

10

Mut



Nimm im Randori und Wettkampf Dein Herz in die Hand. Gib Dich niemals auf, auch nicht bei einer drohenden Niederlage oder bei einem scheinbar übermächtigen Gegner.

11

Selbstbeherrschung



Achte auf Pünktlichkeit und Disziplin bei Training und Wettkampf. Verliere auf der Matte nie die Beherrschung, auch nicht bei Situationen, die Du als unfair empfindest.

12

Freundschaft



Achte all diese Werte und alle Menschen. Dann wirst Du beim Judo unweigerlich Freunde finden.

13

Vielen Dank für eure Aufmerksamkeit und bleibt gesund.



Präsentiert vom Trainerteam Judo & Ju-Jutsu-Yama
Arashi-Herborn-2008

04.12.2008



www.yama-arashi.de

1. Judo und Ju-Jutsu Club 1984 e.V.



www.yama-arashi.de

1. Judo und Ju-Jutsu Club 1984 e.V.

Wie findet man am schnellsten
wirkliche Freunde ?

**Einfach die Judowerte die in
unserem Verein für alle gelten,
lernen und befolgen!**

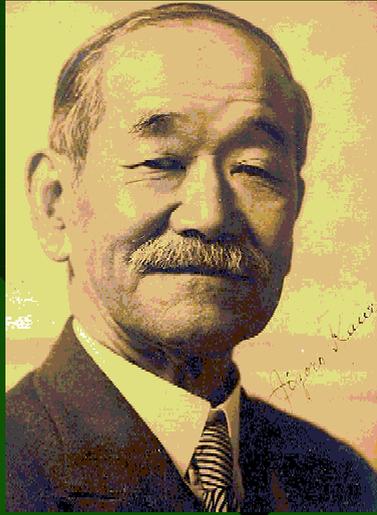
Diese Werte sind eine erfolgreiche „Lebenshilfe“ .
Entwickelt aus der jahrelangen Praxis des Deutschen
Judobundes nach den sport- & sozial-pädagogischen
Grundsätzen des Gründervaters des JUDOS-

Professor Jigoro Kano (1860-1938) aus Japan

2

Gründer der Sportart JUDO & Reformier des Jiu Jitsu
(neuzzeitliches Ju-Jutsu)

Professor Jigoro Kano (1860-1938) aus Japan



3

Judowerte

Höflichkeit



Behandle Deine Trainingspartner und
Wettkampfgegner wie Freunde. Zeige Deinen
Respekt gegenüber jedem Judo-Übenden durch eine
ordentliche Verneigung.

4

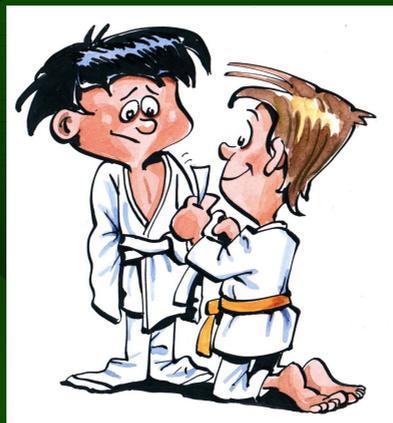
Ehrlichkeit



Kämpfe fair, ohne unsportliche Handlungen und ohne Hintergedanken.

5

Hilfsbereitschaft



Hilf Deinem Partner, die Techniken korrekt zu erlernen. Sei ein guter Uke. Unterstütze als Höher-Graduierter/Trainingsälterer die Anfänger. Hilf den Neuen, sich in der Gruppe zurecht zu finden.

6

Ernsthaftigkeit



Sei bei allen Übungen und im Wettkampf konzentriert und voll bei der Sache. Entwickle eine positive Trainingseinstellung und übe fleißig.

7

Respekt



Begegne Deinem Lehrer/Deiner Lehrerin und den Trainingsälteren zuvorkommend. Erkenne die Leistungen derjenigen an, die schon vor Deiner Zeit Judo betrieben haben.

8

Bescheidenheit



Spiele Dich selbst nicht in den Vordergrund. Sprich über Deinen Erfolg nicht mit Übertreibung. Orientiere Dich an den Besseren und nicht an denen, deren Leistungsstand Du bereits erreicht hast.

9

Wertschätzung



Erkenne die Leistung jedes Anderen an, wenn dieser sich nach seinen Möglichkeiten ernsthaft anstrengt.

10

Mut



Nimm im Randori und Wettkampf Dein Herz in die Hand. Gib Dich niemals auf, auch nicht bei einer drohenden Niederlage oder bei einem scheinbar übermächtigen Gegner.

11

Selbstbeherrschung



Achte auf Pünktlichkeit und Disziplin bei Training und Wettkampf. Verliere auf der Matte nie die Beherrschung, auch nicht bei Situationen, die Du als unfair empfindest.

12

Freundschaft



Achte all diese Werte und alle Menschen. Dann wirst Du beim Judo unweigerlich Freunde finden.

13

Vielen Dank für eure Aufmerksamkeit und bleibt gesund.



Präsentiert vom Trainerteam Judo & Ju-Jutsu-Yama
Arashi-Herborn-2008

04.12.2008