



MTV Isenbüttel von 1913 e.V. • Judosparte • [www.mtvi-judo.de](http://www.mtvi-judo.de)

E-MAIL: [info@mtvi-judo.de](mailto:info@mtvi-judo.de)  
FACEBOOK: [Judo im MTV isenbüttel](https://www.facebook.com/Judo-im-MTV-Isenbuettel)

---

## Verhaltensregeln rund um das Judotraining im MTV Isenbüttel

---

- ✓ donnerstags trainieren wir in der großen Sporthalle, montags in der kleinen Sporthalle.
- ✓ ab **17:00 UHR** bauen wir **GEMEINSAM** die Matten auf.
- ✓ **NUR AUF DER MATTE BEWEGE ICH MICH BARFUß**, ich habe ja schließlich meine Latschen / Socken dabei.
- ✓ Ich ziehe meinen **JUDOANZUG IN DER UMKLEIDEKABINE** an und aus. Heißt ja nicht umsonst Umkleidekabine.
- ✓ Mein **JUDOANZUG UND MEINE FÜßE** sind **SAUBER**, wenn ich die Matte betrete.
  - ✓ Die **JUDOWERTE** sind mir wichtig und ich halte mich daran.
- ✓ Trinken ist wichtig beim Judo. **MEIN GETRÄNK STEHT ABER AUßERHALB DER HALLE** und dort trinke ich in der Trinkpause.
- ✓ Wenn ich mal auf die Toilette muss, bzw. die Matte verlassen muss, sage ich das meinem Trainer (**ER SOLL SICH SCHLIEßLICH KEINE SORGEN MACHEN**).
- ✓ **SCHMUCK** (z.B. Uhren, Halsketten, Freundschaftsbänder, ...) **LEGE ICH VOR DEM TRAINING AB**. Ich möchte niemanden verletzen und möchte nicht, dass mein Schmuck kaputt geht.
- ✓ **WENN MAMA UND/ODER PAPA ZUSCHAUEN MACHT MICH DAS SEHR STOLZ**. Ich bleibe aber dennoch konzentriert und höre auf meinen Trainer bis die Judostunde vorbei ist.

