

Die Judo-Werte des DJB



Kämpfe fair,
ohne unsportliche
Handlungen und ohne
Hintergedanken.

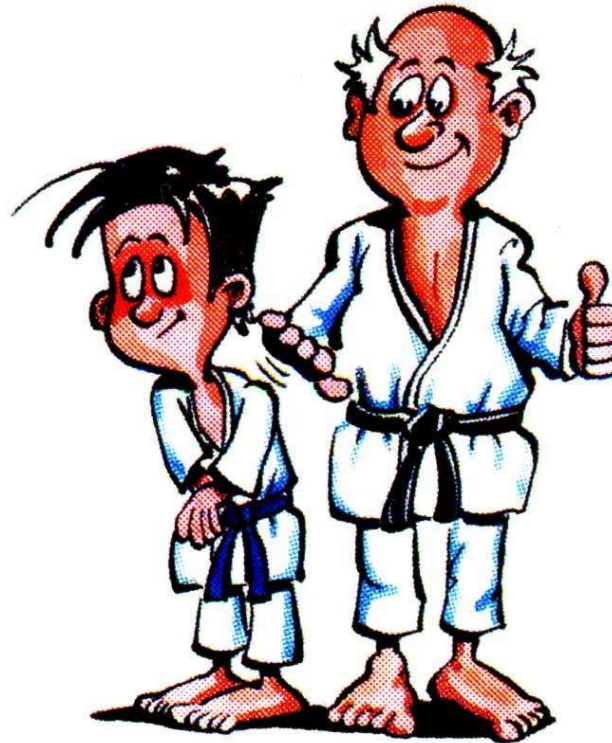


Ehrlichkeit

Die Judo-Werte des DJB



Spieler dich selbst nicht in den Vordergrund. Sprich über deinen Erfolg nicht mit Übertreibung.

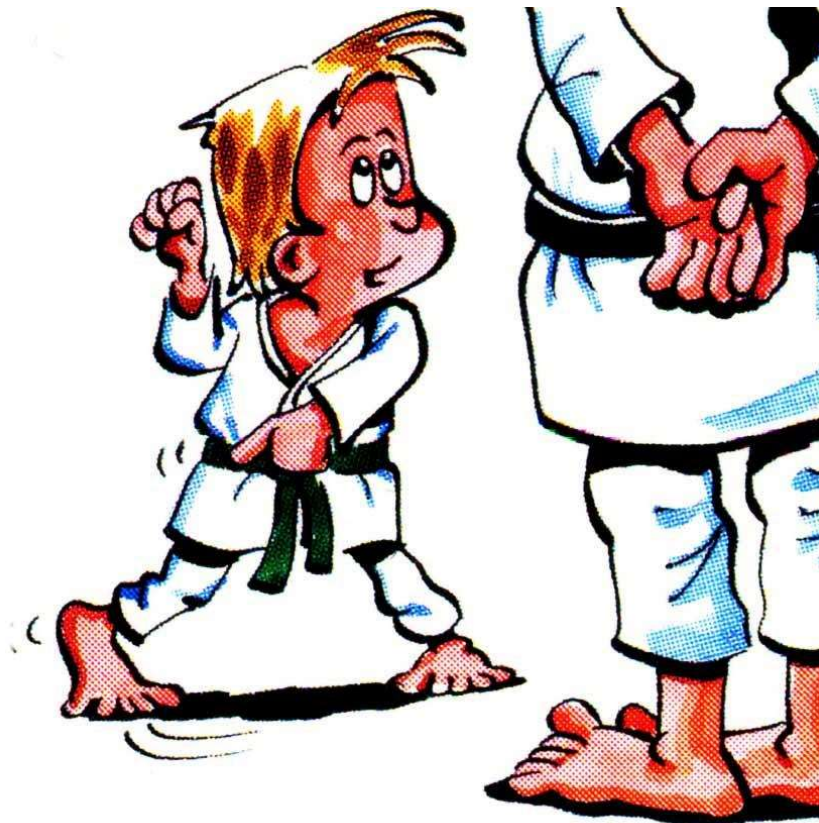


Orientiere dich an den Besseren und nicht an denen, deren Leistungsstand du bereits erreicht hast.

Bescheidenheit

Die Judo-Werte des DJB

Sei bei allen
Übungen und
im Wettkampf
konzentriert
und voll bei
der Sache.



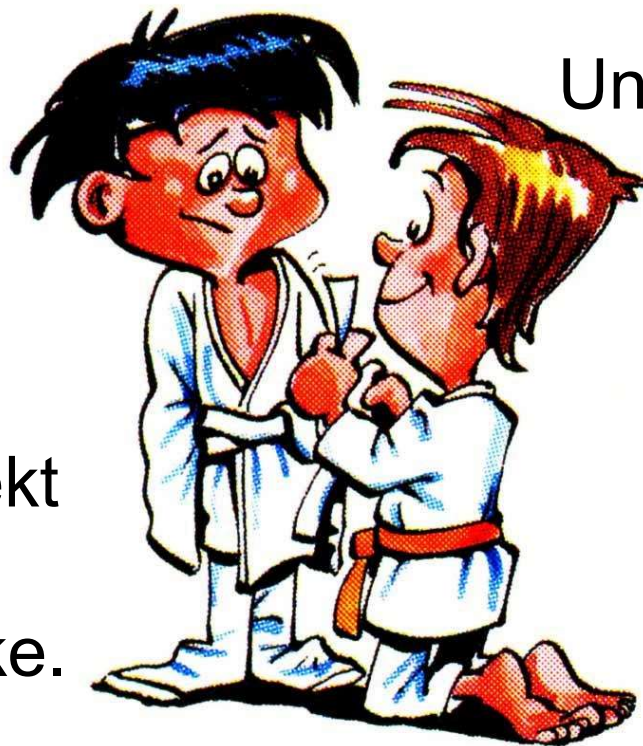
Entwickle
eine positive
Trainingsein-
stellung und
übe fleißig.

Ernsthaftigkeit

Die Judo-Werte des DJB



Hilf deinem Partner, die Techniken korrekt zu erlernen.
Sei ein guter Uke.



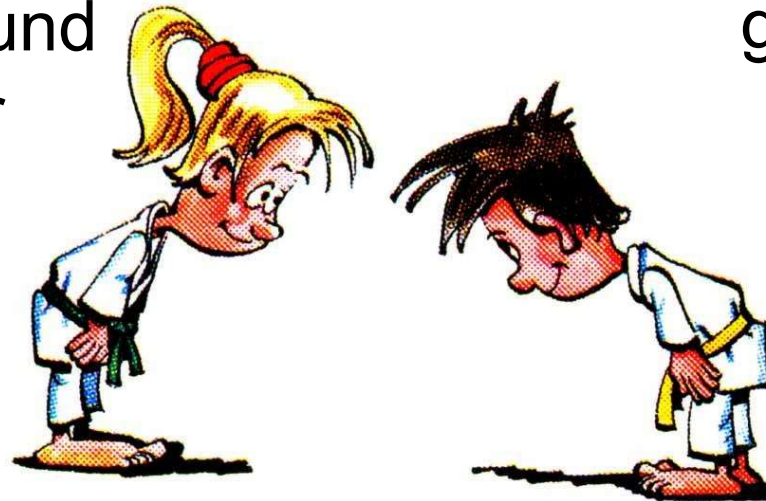
Unterstütze als Höher-Graduierter oder Trainingsälterer die Anfänger. Hilf den Neuen, sich in der Gruppe zurecht zu finden.

Hilfsbereitschaft

Die Judo-Werte des DJB



Behandle deine Trainingspartner und Wettkampfgegner wie Freunde.

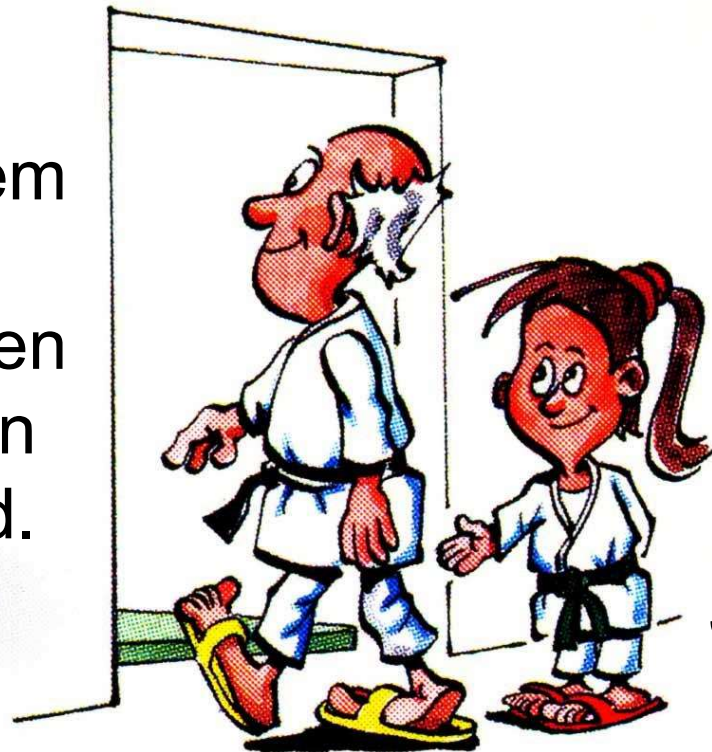


Zeige deinen Respekt gegenüber jedem Judo-Übenden durch eine ordentliche Verneigung.

Höflichkeit

Die Judo-Werte des DJB

Begegne deinem
Lehrer/ deiner
Lehrerin und den
Trainingsälteren
zuvorkommend.



Erkenne die
Leistungen
derjenigen an,
die schon vor
deiner Zeit
Judo betrieben
haben.

Respekt

Die Judo-Werte des DJB

Nimm im
Randori und
Wettkampf
dein Herz in
die Hand.



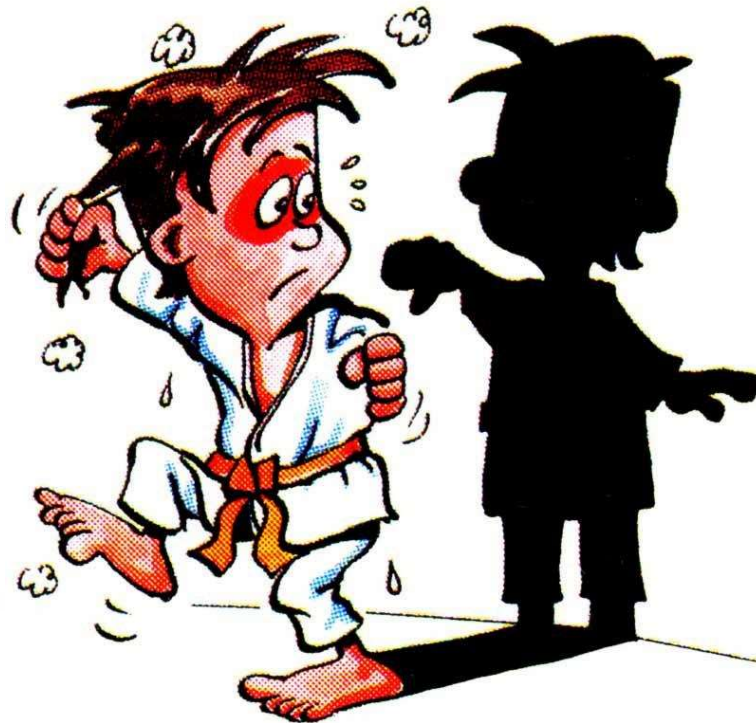
Gib dich
niemals auf, -
auch nicht
bei einer
drohenden
Niederlage
oder bei einem
scheinbar über-
mächtigen
Gegner.

Mut

Die Judo-Werte des DJB



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.

Selbstbeherrschung

Die Judo-Werte des DJB



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

Wertschätzung

Die Judo-Werte des DJB

Achte alle diese
Werte und alle
Menschen, dann
wirst Du beim
Judo unweigerlich
Freunde finden.



Freundschaft

Noch eine ?

Ende