

LES CONSIGNES AU JUDO



Je ne porte mon judogi que dans le dojo.



Je dois monter à l'heure sur le tatami.



J'attends dans les vestiaires la fin du cours précédent.



Je respecte les lieux (vestiaires, tatami...)



Je parle doucement pour ne pas déranger le cours.



Je respecte les affaires des autres judokas.



Je porte une paire de zori en dehors du tatami.



J'apporte ma gourde et la laisse au bord du tatami.



Je demande l'autorisation pour sortir du tatami.



Je retire tous mes bijoux / accessoires pour faire du judo.



Je respecte les professeurs ainsi que les autres judokas.



Je suis responsable de mes affaires dans le vestiaire.