



# DIE GEISTIGEN PRINZIPIEN DES „DO“



## 1.) Höflichkeit

Behandle deine Mitmenschen immer zuvorkommend und freundlich.

## 2.) Respekt

Höre immer gut zu was erklärt oder gezeigt wird. Mache nur die Übungen, die von dir gefordert werden. Spotte niemals über andere und zeige dich offen gegenüber anderen Kulturen.

## 3.) Bescheidenheit

Stufe deine Leistungen nicht zu hoch ein und prahle nicht vor anderen.

## 4.) Partnerschaftlichkeit

Sei bei Partnerübungen immer fair und ohne Hintergedanken. Unsportliches Verhalten ist nicht gewünscht.

## 5.) Selbstbeherrschung

Werde während des Trainings nie wütend, auch wenn du meinst ungerecht behandelt worden zu sein.

## 6.) Disziplin

Auch wenn viele Übungen wiederholt werden zeige stets Geduld und Ausdauer und versuche die nächste Wiederholung besser zu machen wie die davor. Nur so werden deine Techniken besser und besser. Kontrolliere stets dein Verhalten.

## 7.) Rücksichtnahme

Sei immer gegenüber anderen hilfsbereit. Unterstütze während des Trainings die Kleineren und hilf neue Schüler in die Gruppe einzuführen.

## 8.) Ehrlichkeit

Sei deinen Mitschülern und deinem Lehrer gegenüber immer ehrlich.

## 9.) Rechtschaffenheit

Erwerbe die Fähigkeit Gut von Böse, Recht von Unrecht zu unterscheiden und versuche stets dem rechten Pfad treu zu bleiben. Sei kein Wolf!

## 10.) Willensstärke



Lerne, Taekwondo nur zur Selbstverteidigung einzusetzen. Fordere niemals jemand anderen heraus, um dann an ihm deine Techniken anzuwenden. Wenn du deine Techniken zur Selbstverteidigung einsetzen musst, dann aber verteidige dich mit aller Kraft. Werde zum Tiger, bekämpfe den Wolf!

