



### Mut

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

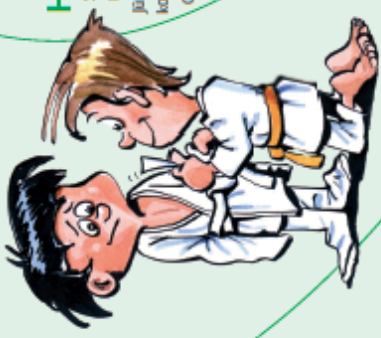


### Ernsthaftigkeit

Sei immer konzentriert bei der Sache. Entwickle eine positive Trainingseinstellung und übe fleißig.

### 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.



### Hilfsbereitschaft

Sei anderen gegenüber stets hilfsbereit. Unterstütze als (Trainings-)Altester die jüngeren. Hilf Deinem Partner, die Techniken korrekt zu erlernen und Neuen, sich in der Gruppe zurechtzufinden.

### Wertschätzung

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

### Höflichkeit

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

### Respekt

Begegne Jedem mit Respekt. Behandle Deine Lehrer und Judo-Freunde immer zuvorkommend und ernehme die Leistungen anderer an.



### Ehrlichkeit

Sei immer ehrlich und kämpfe fair, ohne unsportliche Handlungen und ohne Hintergedanken.



### Selbstbeherrschung

Achte stets auf Pünktlichkeit und Disziplin – beim Training, Wettkampf und im Leben. Verliere auf der Matte nie die Beherrschung, auch nicht in Situationen, die Dir unfair erscheinen.

### Freundschaft

Achte all diese Werte und alle Menschen, dann wirst Du nicht nur beim Judo Freunde finden.



# Judo-Werte