



Prohibiciones a los practicantes.

- No se permite fumar, jugar, bromear, gritar, hablar en voz alta y escandalizar en el dojo.
- No se permite la entrada al dojo bajo la influencia de sustancias o bebidas intoxicantes a practicantes y acompañantes.
- No se permite la práctica con bajos niveles de atención, somnolencia, aturdimiento y cualquier condición que no permita el desempeño correcto en una práctica.
- No se permite la práctica con actitudes displicentes o indiferentes a las instrucciones del sensei o sempai, se podrá pedir que la persona se retire de la práctica para evitar un accidente.
- No se permiten lenguaje soez y palabras anti sonantes en el dojo.
- No están permitidas conductas inapropiadas de los practicantes y de sus acompañantes.
- Toda comunicación entre los practicantes deberá ocurrir con respeto y formalidad.
- Durante la práctica y en el tatami está prohibido hablar, cuando requiera dirigirse al sensei y sempai deberá alzar la mano para que sea autorizado a verbalizar.
- ¡No puede ingresar a la práctica y al área de tatami sin permiso! en caso de no llegar puntual al inicio de la práctica, deberá solicitar permiso en silencio y levantando mano hacia el sensei o sempai, una vez que sea permitido su acceso, podrá entrar al tatami
- Está prohibido practicar con joyas, anillos, cadenas, aretes y objetos de piercing corporales, es para salvaguardar al propio practicante y a sus compañeros.
- Está prohibido practicar enfermo o presentarse con síntomas visibles de resfriados o con gripe, por lo que le exhortamos a no practicar hasta su recuperación.
- En el área del tatami está prohibido recargarse en las paredes, sentarse con las piernas estiradas o abiertas, permanecer acostado o adoptar posturas inadecuadas y ofensivas para la práctica, siempre deberá adoptar la posición de seisa, y en el caso de tener alguna lesión que le impida adoptar esta posición, se le permitirá la posición de estar sentado con las piernas cruzadas y las manos sobre las rodillas y la espalda y cabeza recta.
- Está prohibido guiar y dirigir a tu compañero en una técnica verbalizando si eres grado Kyu, sólo los grados Shodan (cintas negras) podrán dirigir al compañero en una técnica siempre y cuando hayan sido autorizados por el sensei y sempai. De otra forma si tu compañero es incapaz de ejecutar una técnica de forma repetitiva, ambos deberán suspender la práctica, y en posición de seisa alzar la mano y solicitar la atención del sensei y sempai para la aclaración en la ejecución de la técnica.
- Está prohibido ingresar al area del tatami objetos extraños como botellas y envases de agua y líquidos, así como objetos y accesorios ajenos a la práctica. Sólo está autorizado ingresar un paño o tela para limpieza personal y está, deberá guardarse y mantenerse dentro del uniforme de cada practicante.



- Está prohibido lastimar a los compañeros de práctica a propósito o con alevosía y ventaja.
- Si usted nota que un compañero le está lastimando reiteradamente a pesar de hacerle saber de tal conducta, deberá inmediatamente suspender la práctica y pedir la intervención del sensei y sempai explicando lo anterior.
- Si no está seguro de como realizar una técnica, deberá abstenerse de ejecutarla y solicitar el auxilio del sensei y sempai para la aclaración pertinente.
- Está prohibido discutir en el tatami.
- No se tiene permitido practicar en otros dojos al mismo tiempo y de forma regular, esto solo puede contribuir a la confusión de técnicas y enfoques incorrectos e incompatibles.
- Está prohibido aplicar las técnicas fuera del dojo para demostraciones planificadas o casuales.
- Está prohibido realizar exhibiciones, demostraciones o platicas a nombre del dojo y del sensei titular, a menos que haya sido expresamente autorizado.
- Está prohibido portar el uniforme fuera de la práctica, y no se puede utilizar para fines distintos a la práctica en el dojo.
- No se permite practicar con heridas visiblemente expuestas, es para salvaguardar tu integridad y las de tus compañeros.
- Está prohibido introducir teléfonos y accesorios electrónicos al área del tatami, a menos que sea autorizado por el sensei.

Por lo anterior reconozco, comprendo y estoy en total acuerdo con cada uno de los puntos de estas regulaciones del dojo Aikikai-Kodokan Hidalgo México, con el simple acto y hecho de presentarme a la práctica.