

# ETIQUETAS DO DOJÔ



1. Reverencie o Dojô ao entrar e sair.
2. Mantenha uma postura respeitosa no Dojô.
3. Cumprimente o seu professor antes de qualquer outro, depois seus colegas de treino por ordem de graduação.
4. Correções ou instruções durante os treinos / "rolas" apenas do professor ou do instrutor autorizado.
5. Se você estiver atrasado sente do lado do Dojô e espere pela permissão do professor para ingressar na aula.
6. Caso aconteça em treino, com várias duplas rolando e as mesmas se esbarrarem, a luta treino interrompida deve ser do menos graduado.
7. Se precisar sair do Dojô ou sair mais cedo da aula, você deve pedir permissão ao professor.
8. A faixa representa seu progresso. Mantenha-a.
9. Por motivos de higiene, aconselhamos o uso de lycra em baixo do Kimono.
10. O Kimono deve ser usado durante toda a aula.
11. Kimono deve ser lavado frequentemente.
12. Jamais fique sem camisa no Dojô ou nos ambientes sociais da escola.
13. Mantenha as unhas curtas para a segurança de todos.
14. Não utilizar linguagem pejorativa dentro da academia.
15. Não chame um faixa preta para o rola, espere ser chamado e não recuse.
16. Não diga que está cansado ou tire dúvidas a todo momento.
17. Dedique-se aos fundamentos básicos.
18. Conversas somente se necessário, e em baixo tom para não atrapalhar o curso da aula.
19. Observe atentamente os mais graduados rolando, você aprenderá muito apenas assistindo.
20. Cumprimente seu parceiro antes e depois do treino.
21. Nunca se vanglorie por finalizar seu companheiro de treino.
22. Não invente desculpas por ter sido finalizado.
23. Enquanto houver tempo repita a posição que acabou de aprender e não troque sem autorização do professor.
24. Se referir ao faixa preta como Professor e ao Rilion Gracie como Mestre.
25. Todos devem tratar os instrutores e os demais alunos com respeito.
26. Todos os objetos metálicos, jóias, piercing, colar, devem ser removidos.
27. Não pise calçado no Dojô nem ande descalço fora dele.
28. Não troque de roupa no Dojô.
29. Conservar o Dojô sempre limpo e em ordem.
30. Jiu-Jitsu não se aprende na internet, se aprende na academia.

