



- Budoon kuuluu toisten saavutusten kunnioittaminen, epäitsekkyyks ja aktiivisuus elämässä.
- Vastusta kiusausta tavoitella pelkästään teknistä taituruutta mielen ja tekniikan ykseyden sijasta.
- Yritä kaikkesi, ota voitto vastaan vaatimattomasti ja tappio hyvin, pysy koko ajan kohtuudessa. Suurempi taito ei saa kasvattaa ylimielisyyttä, vaan aina tulee säilyttää esikuvalla sopiva asenne.
- Dojo on mielen ja ruumiin harjoituksille pyhitetty paikka. Siellä tulee vallita hiljainen, puhdas, turvallinen ja juhlallinen ilmapiiri.
- Älä tule harjoituksiin sairaana; vaikka itse pystyisit treenaamaan eivät muut välttämättä tahdo flunssaasi.
- Pidä kyntesi lyhyinä ja siisteinä. Sido pitkät hiukset kiinni. Ota pois korut, kellot ja terävät hiussoljet. Älä tule harjoituksiin meikattuna; voit sotkea jonkun muun taidogin.
- Pese jalkasi hyvin juuri ennen harjoitusta; siirry pesulta saliin tarkoitusta varten hankkimillasi *zoreilla* tms. Pidä taidogisi ja hakamasi ehjinä ja puhtaina.
- Saavu salille hyvissä ajoin. Jos tulet harjoituksiin myöhässä, käy kumartamassa harjoituksen vetäjälle, jotta hän tietää sinun liittyvän mukaan.
- Kumarrus saliin tultaessa ja sieltä poistuttaessa: "*Shitsurei shimasu*"-tervehdys salille ja salissa oleville kuuluvalla äänellä.
- Seiretsussa istu selkä suorana. "*Onegaishimasu*" ja "*arigatoo gozaimashita*" kuuluvalla äänellä. Kumarruksissa kunnioitetaan salia, Seiken Shukuminea (Saiko Shihan), harjoituksen ylintä vyötä sekä harjoittelukumppaneita.
- Kuuntele opettajaa tarkkaavaisesti. Mikäli opettaja näyttää liikkeitä, istuudu nopeasti seizaan, jotta kaikki näkevät. Opettajan kysymyksiin vastataan: "*Hai!*" kuuluvalla äänellä.
- Älä koskaan poistu kesken harjoituksen ilman, että ilmoitat siitä ensin opettajalle.
- Puhdista tatamit oma-aloitteisesti, jos näet siihen tarvetta. Veritahrat on poistettava tatamilta tuoreeltaan itse.
- Jos kyseessä on vapaaharjoitus ja sinulla on kysyttävää ylemmältäsi, mieti kaksi kertaa keneltä kysyt ja onko sopiva hetki häiritä häntä. Aloita kumartamalla ja puhuttelemalla asiaankuuluvasti "*sempai / rensi / sensei, ...*" Toimi samoin, jos haluat kysyä jotain ennen harjoituksia tai niiden jälkeen. Vedettyjen harjoitusten aikana älä kysy muutoin kuin tauoilla.
- Salissa istuttaessa istu seizassa harjoituksen vetäjän tai ylimmän (ylimpien) vyön niin istuessa, mikäli et saanut lupaa istua vapaammin. Jos ylempi istuu seizassa puhuttele häntä myös seizasta. Vapaammin istuttaessa istu jalat ristissä siten, että jalkapohjasi eivät näy muille, varsinkaan ylemmille. Itämaisten tapojen mukaan jalkapohjat ovat likaiset ja on epäkohteliasta näytellä niitä.
- Ota neuvot ja ohjeet vastaan ilman tarpeettomia selityksiä ja auta puolestasi alempivöisiä. Älä kyseenalaista ylempivöisiä julkisesti.
- Älä käännä selkääsi opettajalle. Älä haukottele opettajan nähden.
- Pyri hiljaiseen ja keskittyneeseen harjoitteluilmapiiriin. Seiniin nojailu ja istuskelu luovat löysän tunnelman.
- Asennoituminen muihin harjoittelijoihin on helppoa; kumarra syvempään kuin ylempäsi, yhtä syvään kuin vertaisesi ja opeta alemmille kuinka kumarretaan.
- Noudata opetettuja käyttäytymissääntäjä tinkimättömästi; vaikka olisit ylempikin vyö.
- Salikäyttäytyminen ei ole keksitty harjoittelijoiden kiusaksi vaan se mahdollistaa turvallisen ja tehokkaan muita kunnioittavan harjoittelun. Näitä sääntöjä noudattaen et nolaa itseäsi etkä saata muita kiusalliseen tilanteisiin muilla saleilla vieraillessasi.
- Vieraileminen muilla saleilla on erittäin antoisaa ja kannustavaa. Käy tervehtimässä salin vetäjää / ylintä vyötä ennen harjoituksen alkua, jotta hän tietää keitä salilla harjoittelee.