**ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ЗАЛЕ**

1. **Додзё** (зал для занятий) предназначено не для демонстрации силы и собственного превосходства, а для того, чтобы развивать свое тело, сознание и дух. Долг каждого занимающегося вести себя так, чтобы в Додзё царила атмосфера дружелюбия и взаимного уважения.
2. Перед занятием необходимо снять на время занятий все украшения (серьги, кольца, цепочки, часы и прочее), чтобы не поранить себя и других.
3. Уважайте необходимые для занятий вещи и инвентарь. Кейкоги (кимоно) всегда должно быть чистым и опрятным.
4. Полы куртки запахивается слева направо, так чтобы левая пола оказалась сверху. Узел пояса завязывается так, чтобы его концы были одинаковой длины.
5. Опоздания на занятия должны быть исключены. Однако, если это всё же случилось, нужно дождаться окончания церемония приветствия или демонстрации техники, войти в зал, привлечь внимание сэнсея (молча подняв руку вверх), получить разрешение и зайти на татами, предварительно присев 20 раз за опоздание.
6. Занятие начинается с того, что все садятся лицом к «сёмен» (часть додзё, где расположен портрет О-Сенсея) и приветствуют его поклоном «дза рей». Затем сэнсэй поворачивается и происходит взаимное приветствие поклоном со словами «Онэгайсимас» (перевод: «я в ваших руках», что утверждает желание заниматься мягко и безопасно).
7. **В зале должна быть полная тишина. Разговаривать запрещено.**
8. Не покидайте татами без крайней необходимости. Получив разрешение сэнсея, выходите из зала тихо, не отвлекая других учеников.
9. **Категорически запрещено выполнять техники и упражнения не показанные сэнсеем.**
10. Перед и после исполнения техники необходимо поклониться своему партнеру.
11. Наставления сэнсея – только небольшая часть вашего обучения. Повышение вашего мастерства в большей степени зависит от вашего трудолюбия и усердия.
12. **Татами – не место для состязания в силе. Будьте предельно внимательны. Уважайте своего партнера. Помните о его безопасности. Цель занятий не борьба и не демонстрация силы, а изучение техник Айкидо при помощи партнера.**
13. **Проявления агрессии, споры и пререкания во время тренировки недопустимы.**
14. Занятие завершается аналогичной началу занятий церемонией, только со словами благодарности Домо аригато годзаимасьта. После окончания занятий разрешается свободно перемещаться по татами и разговаривать. Покидая татами, следует сделать прощальное приветствие рэй.