

Das Begrüßungszeremoniell

1. Beim Betreten des Dojos wird eine Verbeugung zum Kamiza gemacht.
2. Es wird sich in Reihen von rechts nach links nach Trainingsjahren(und Gürtelgraden) aufgestellt.
3. Der Sempai oder Sensei ruft Kioske.
4. Der Sempai oder Sensei ruft Seiza. Es wird die traditionelle Sitzposition (in der Reihenfolge der älteste(Trainingszeit) Deshi zuerst usw.) eingenommen.
5. Der Sempai oder Sensei ruft Mokuso. Die Augen werden geschlossen. Man bereitet sich mit ganzem Herzen und ganzem Geist auf das Training vor. Die Gedanken des Alltags soll man hierbei ablegen.
6. Der Sempai oder Sensei ruft „Mokuso Yamae“. Die Augen werden geöffnet.
7. Der Sempai oder Sensei ruft „shomen ni rei“. Es wird zum Kamiza begrüßt. (Die linke Hand berührt zuerst den Boden. Die rechte Hand folgt. Die Hände sind zu einem „A“ geform.) Es sollen die Vorfahren und Überlieferer geehrt werden.
8. Der Trainer dreht sich zu den Deshi um und sagt (bzw. der Sempai sagt)“ Sensei ni rei“. Es wird der Sensei begrüßt.
9. Der Sensei steht als erster auf. Dann die Deshi in Reihenfolge wie am Anfang.
10. Verbeugung nach vorne und zueinander.
11. Das Training beginnt.