



Judo-Abteilung

Mattenregeln

der Judo-Abteilung des TSV Laupheim 1862 e.V.



(Fassung: Juni 2026)

1. Der Judoka hat zur angegebenen Trainingszeit pünktlich zu erscheinen. Findet bereits ein vorheriges/ anderes Training statt, wartet der Judoka ruhig am Mattenrand.
2. Die Matte darf nicht mit Schuhen betreten werden.
3. Zum Training muss der Judoka einen sauberen und ordentlichen Judoanzug tragen. Nägel sind kurz zu halten und langes Haar gut und fest zu sichern (ohne Metall- oder Kunststoffklammern).
4. Schmuck, Uhren, Armbänder und ähnliches müssen zur Verringerung des Verletzungsrisikos vor dem Training abgelegt werden. Notfalls ist ein „Abtappen“ mit Pflaster der Gegenstände erforderlich.
5. Im Dojo darf nicht gegessen werden; auch Kaugummis sind verboten.
6. Getrunken wird ausschließlich in den Trinkpausen am Mattenrand und aus dichten Kunststoffflaschen.
7. Judoka, die zur Toilette möchten, melden sich vorher beim Trainer*in ab.
8. Der Judoka hat jederzeit mit jedem zu üben, der ihn dazu auffordert oder vom Trainer zugeteilt wird. Höflichkeit und gegenseitige Hilfe sind selbstverständlich. Keiner wird ausgeschlossen.
9. Der Judoka hat den Anweisungen des Trainers aufmerksam zu folgen. Geschwätz und Unruhe stören die anderen, die etwas lernen wollen. Das Training soll leise und konzentriert vor sich gehen.
10. Ein guter Judoka ist fair, kein überheblicher Sieger und ein guter Verlierer.
11. Es ist strengstens verboten, Judo-Techniken außerhalb des Dojos anzuwenden. Die Ausführung erlernter Judo-Techniken gegen Nicht-Judoka ist nur im Fall äußerster Notwehr (für sich und andere) erlaubt.
12. Bei schweren Verstößen, wiederholten Störungen, unkameradschaftlichem Verhalten und Disziplinlosigkeit kann es zum Trainingsausschluss kommen, bei dem der Judoka Gelegenheit hat über sich und seinen Sport nachzudenken.

Mit sportlichen Grüßen

Abteilungsleitung