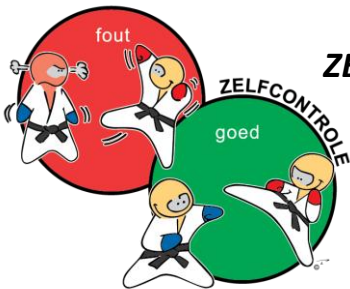
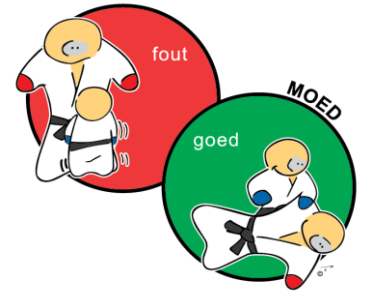


# KARATE CODE

Voor de jongvolwassen en volwassen karateka

## MOED

Wij trachten elk obstakel te overwinnen, maar hebben ook de moed om toe te geven als er iets niet lukt.  
Wij proberen steeds opnieuw ons doel te bereiken.  
Wij durven kumite doen met hogere gordels.  
Wij durven een engagement aan te gaan in onze club.

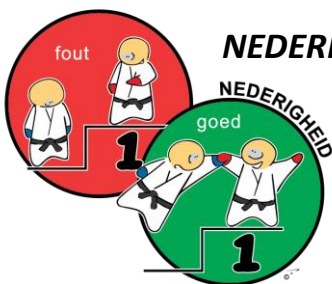
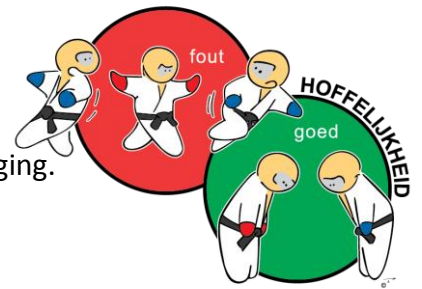


## ZELFCONTROLE

Wij controleren onze aanval, zodat we onze tegenstander niet kwetsen.  
Wij zijn onze emoties de baas en kunnen successen en nederlagen een plaats geven.  
Wij houden rekening met het niveau van onze tegenstander zodat wij beiden ervaring en voldoening kunnen opdoen.

## HOFFELIJKHEID

Op de karatetraining groeten we iedereen met een korte hoofdbuiging.  
Wij trainen in een propere karate-gi.  
Wij zorgen ervoor dat we tijdig aanwezig zijn.  
Wij helpen zoveel mogelijk mee aan clubactiviteiten.



## NEDERIGHEID

We zijn blij met de behaalde prestaties en weten tegelijkertijd dat we nog veel kunnen leren.  
Wij herkennen onze eigen onvolmaaktheden en de kwaliteiten van onze tegenstanders, en leren hieruit.

## EERLIJKHEID

Wij kennen onze grenzen en brengen onszelf en anderen niet in gevaar.  
Wij kunnen onze fouten toegeven.  
Wij voeren de oefeningen uit zoals gevraagd door de Sensei.

