

Etiqueta sobre el tatami

1. Se debe saludar al entrar y salir del tatami.
2. Siempre se debe saludar en la dirección del *shomen* y el retrato de O'Sensei.
3. Se deben respetar los instrumentos de trabajo. El *gi* (atuendo de entrenamiento) debe conservarse limpio y en buen estado. Las armas deben estar en su lugar mientras no son utilizadas.
4. No se debe utilizar el *gi* o las armas que sean propiedad de otra persona.
5. Algunos minutos antes del inicio del entrenamiento se deben efectuar ejercicios de calentamiento. Hay que sentarse en *seiza*, todos en la misma línea y en postura de meditación. Estos pocos minutos permiten que la mente se libere de los problemas de la jornada y se prepare para el estudio.
6. La clase empieza y termina con una ceremonia. Es esencial la puntualidad para participar en ella, pero si es inevitable la demora, hay que esperar sentado al lado del tatami hasta que el Sensei haga la señal para incorporarse a la clase.
7. La forma correcta de sentarse sobre el tatami es la posición *seiza*. En caso de tener una lesión en la rodilla uno puede sentarse con las piernas cruzadas. Nunca se deben estirar las piernas y no hay que apoyarse contra una columna o la pared. Debemos estar prestos a reaccionar en todo momento.
8. No se debe salir del tatami durante el entrenamiento, salvo en caso de lesión o malestar.
9. Cuando el Sensei demuestra la técnica, se debe permanecer sentado en *seiza* y observar con atención. Después de la demostración, se saluda al maestro, a continuación a un compañero y luego se comienza a trabajar.
10. En el momento que se anuncia el fin de una técnica, se debe parar inmediatamente el movimiento que se este ejecutando, se saluda al compañero y se reúne con los demás practicantes en la línea.
11. No se debe permanecer de pie, sin trabajar, en el tatami. Si es necesario, se esperara el turno sentados en *seiza*.
12. Si por una u otra razón es absolutamente necesario formular una pregunta al Sensei, el estudiante deberá acercarse a él –nunca se deberá llamar- se lo saluda con respeto y se espera a que este disponible. (Un saludo de pie es suficiente en este caso).
13. Cuando el maestro demuestre un movimiento en particular, se deberá tomar postura en *seiza* y observar con atención. Se saludara al maestro cuando haya terminado. Cuando corrija a algún practicante se podrá parar la práctica y mirar. Se deberá tomar postura de *seiza* y saludar de la misma manera.
14. Se deberá respetar a los practicantes de mayor graduación. Nunca se deberá discutir sobre las técnicas.
15. Se esta en el *Dojo* para entrenarse no para imponer nuestras ideas a los otros.
16. Si se conoce el movimiento y se trabaja con alguien que lo desconoce, se podrá guiarlo. Pero no se deberá intentar corregir al compañero si no se posee el nivel de *yudansha* (cinturón negro).
17. Se deberá hablar lo menos posible. El Aikido es experiencia.
18. No se debe permanecer ocioso sobre el tatami antes o después de la clase. El espacio esta reservado para los estudiantes que desean trabajar. El *Dojo* posee otros espacios para desarrollar actividades sociales.
19. El suelo deberá barrerse cada día antes de la clase y cuando ésta se termina. Es responsabilidad de todos mantener el *Dojo* limpio.
20. Durante las clases está prohibido comer, beber, fumar y mascar chicle dentro y fuera del tatami. En todo momento esta prohibido desarrollar estas actividades dentro del tatami.
21. No es aconsejable llevar joyas durante el entrenamiento.
22. No se tomaran bebidas alcohólicas mientras se tenga puesto el *gi*.

Cualquier persona puede observar una clase en cualquier momento, a condición de que sean observadas las siguientes reglas:

1. Se ocupara el lugar con respeto, no se apoyarán las piernas encima de un mueble ni se adoptarán actitudes indolentes.
2. Esta prohibido comer o beber durante la clase.
3. No se puede hablar con nadie que se encuentre en el tatami.
4. No se paseará mientras el profesor demuestra o corrige un movimiento.
5. Al principio y al final de las clases, hay que sentarse en *seiza* y saludar junto con los demás. Se permanecerá sentado hasta que el Sensei haya empezado el entrenamiento o dejado el tatami al final de la clase.