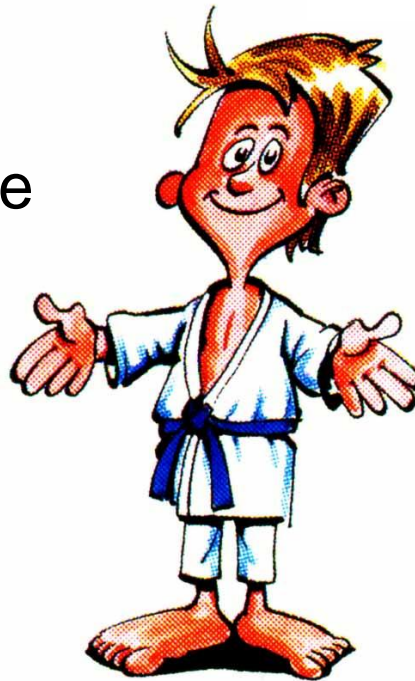


# Die Judo-Werte des DJB

---



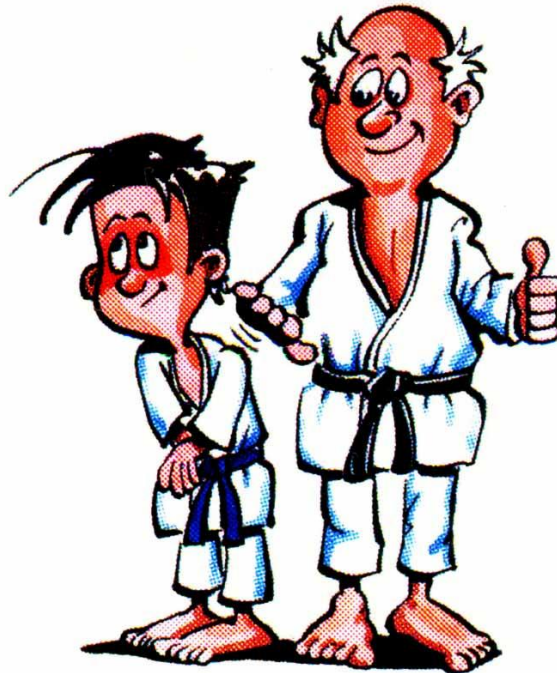
Kämpfe fair,  
ohne unsportliche  
Handlungen und ohne  
Hintergedanken.



## Ehrlichkeit

# Die Judo-Werte des DJB

Siehe dich  
selbst nicht  
in den  
Vordergrund.  
Sprich über  
deinen Erfolg  
nicht mit  
Übertreibung.



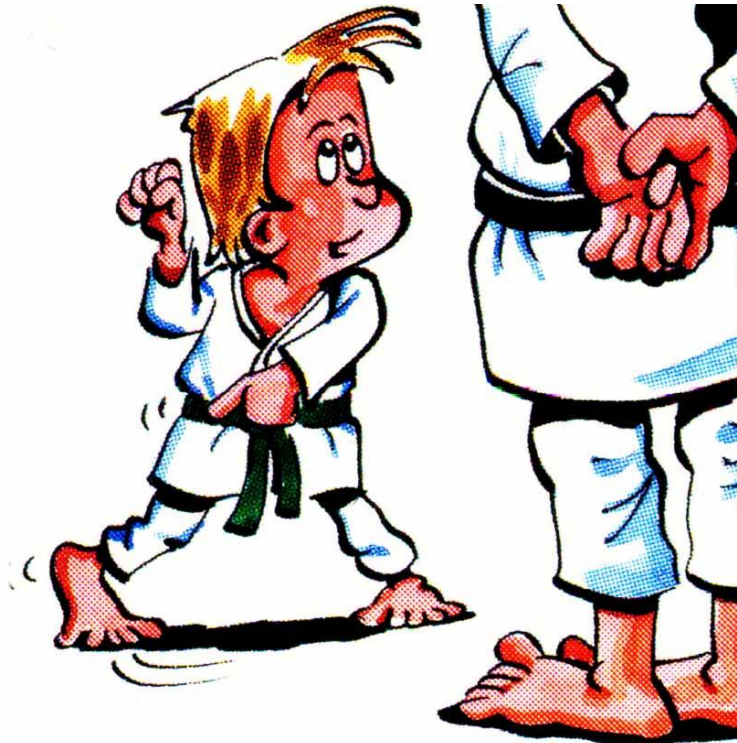
Orientiere dich an  
den Besseren und  
nicht an denen,  
deren Leistungs-  
stand du bereits  
erreicht hast.

## Bescheidenheit

# Die Judo-Werte des DJB



Sei bei allen  
Übungen und  
im Wettkampf  
konzentriert  
und voll bei  
der Sache.



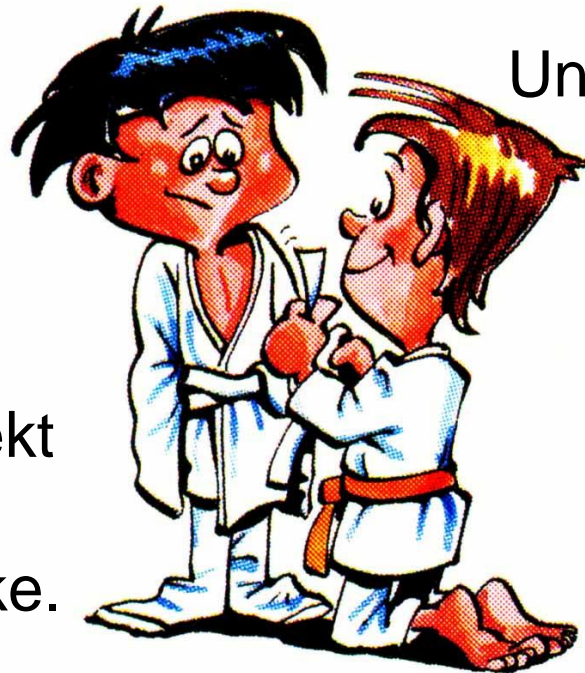
Entwickle  
eine positive  
Trainingsein-  
stellung und  
übe fleißig.

## Ernsthaftigkeit

# Die Judo-Werte des DJB



Hilf deinem Partner, die Techniken korrekt zu erlernen. Sei ein guter Uke.



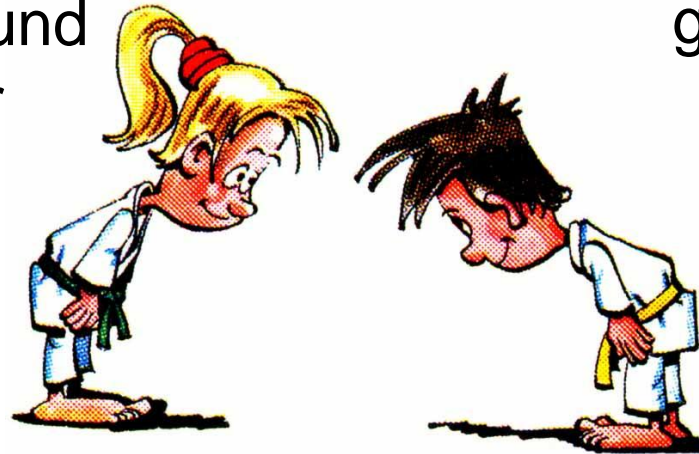
Unterstütze als Höher-Graduierter oder Trainingsälterer die Anfänger. Hilf den Neuen, sich in der Gruppe zurecht zu finden.

## Hilfsbereitschaft

# Die Judo-Werte des DJB



Behandle deine  
Trainingspartner und  
Wettkampfgegner  
wie Freunde.

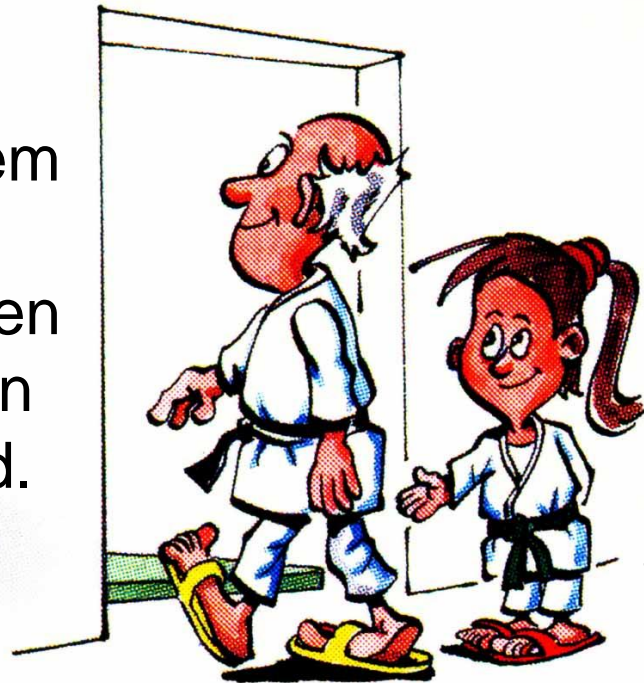


Zeige deinen Respekt  
gegenüber jedem  
Judo-Übenden  
durch eine  
ordentliche  
Verneigung.

## Höflichkeit

# Die Judo-Werte des DJB

Begegne deinem  
Lehrer/ deiner  
Lehrerin und den  
Trainingsälteren  
zuvorkommend.



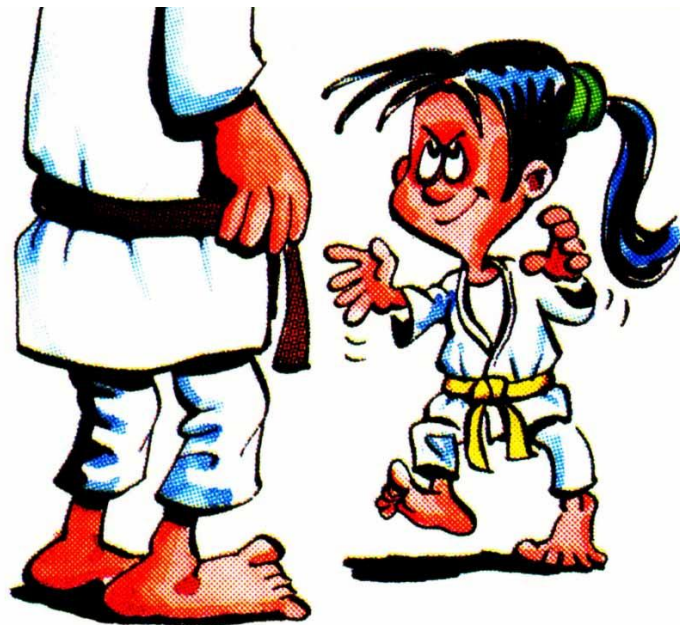
Erkenne die  
Leistungen  
derjenigen an,  
die schon vor  
deiner Zeit  
Judo betrieben  
haben.

## Respekt



# Die Judo-Werte des DJB

Nimm im  
Randori und  
Wettkampf  
dein Herz in  
die Hand.



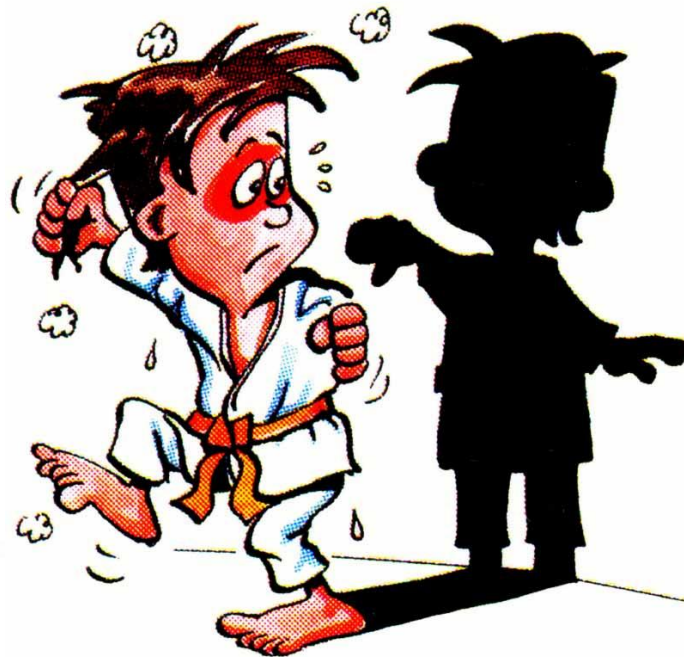
Gib dich  
niemals auf, -  
auch nicht  
bei einer  
drohenden  
Niederlage  
oder bei einem  
scheinbar über-  
mächtigen  
Gegner.

## Mut

# Die Judo-Werte des DJB



Achte auf  
Pünktlichkeit  
und Disziplin  
bei Training  
und  
Wettkampf.

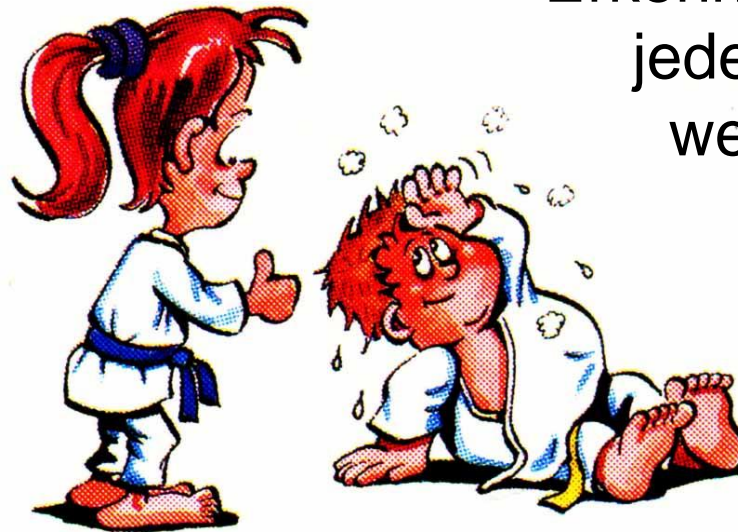


Verliere auf der  
Matte nie die  
Beherrschung -  
auch nicht bei  
Situationen, die  
du als unfair  
empfindest.

## Selbstbeherrschung



# Die Judo-Werte des DJB



Erkenne die Leistung  
jedes anderen an,  
wenn dieser sich  
nach seinen  
Möglichkeiten  
ernsthaft  
anstrengt.

## Wertschätzung

# Die Judo-Werte des DJB

Achte alle diese  
Werte und alle  
Menschen, dann  
wirst Du beim  
Judo unweigerlich  
Freunde finden.



## Freundschaft

Noch eine ?

Ende