



www.kenryubudo.ch  
kenoryoji@gmail.com  
+41 79 522 22 07



健  
流  
武  
道

## REGOLE DI ALLENAMENTO KEN RYU BUDO BAMBINI

1 - Quando ti togli le scarpe, mettile in ordine.

Se vedi delle scarpe in disordine, rimettile a posto.

Quando ti togli i vestiti, piegali, anche se non sei bravo a farlo.

Se vedi dei vestiti lasciati in giro, piegali anche se non sono i tuoi.

2 - Quando finisce il tempo di gioco e inizia l'allenamento,  
cambia atteggiamento e diventa serio.

3 - Quando ci si mette in fila, bisogna sempre stare in ordine.

4 - Durante l'allenamento non bisogna chiacchierare.

5 - Non fare di testa tua cose che non sono state indicate.

6 - Impegnati per riuscire a fare ogni esercizio e per migliorare sempre di più!

7 - Aiuta chi ti sta vicino a riuscire in ciò che tu già sai fare.

8 - Porta sempre rispetto alle persone più anziane di te

9 - Sii grato ai tuoi genitori per il fatto che ora puoi allenarti.

10 - Sii grato ai compagni e a chi ti sta intorno per il fatto che ora puoi allenarti.

*Queste regole permettono un buon funzionamento dell'allenamento.*

*Vogliamo lavorare bene con i bambini e dare loro un insegnamento utile per tutta la vita.*

*Vogliamo essere costruttivi anche insieme ai genitori per riuscire a creare un ambiente adatto all'apprendimento.*

*Quando i bambini non rispetteranno le regole di buon comportamento verranno richiamati e invitati a mettersi in posizione di seiza (cortesia giapponese) per 2 minuti.*

*Al terzo richiamo diretto al singolo individuo durante una lezione,  
verrà dato un messaggio da consegnare alla famiglia.*