



Die zehn Gebote des Jiu-Jitsu

- 1) Befolge den Rat deines Meisters und behandle ihn mit Respekt.*
- 2) Vermeide angeberisches, überhebliches und arrogantes Verhalten, wenn Du erfolgreich bist.*
- 3) Versuche regelmäßig zum Training zu kommen.*
- 4) Behandle deinen Trainingspartner wie einen Freund.*
- 5) Führe keine hinterlistigen Schläge aus.*
- 6) Sei im privatem Leben, wie im Jiu-Jitsu, fair und tolerant.*
- 7) Hilf immer den Schwachen.*
- 8) Bringe Frauen Respekt und Achtung entgegen.*
- 9) Vermeide ein Übermaß an Alkohol und Drogen.*
- 10) Verinnerliche in deinem Privatleben das Motto:
„Gebe nach um zu siegen“*