

AMITIÉ
FREUNDSCHAFT



Respecte toutes ces règles et tous les gens, tu trouveras des amis au judo et ailleurs.

HONNÊTÉTÉ
EHRlichkeit



Sois toujours honnête et juste, bats-toi sans conduite anti-sportive et sans aucune arrière-pensée.

ESTIME
WERTSCHÄTZUNG



Reconnais la force de chaque athlète lorsqu'il se démène sérieusement.

SERVIABILITÉ
HILFSBEREITSCHAFT



Sois toujours serviable avec les autres : soutiens en tant qu'ancien les plus jeunes. Aide ton partenaire à apprendre les techniques correctement, aide les nouveaux à s'intégrer dans le groupe.

MAÎTRISE DE SOI
SELBSTBEHERRSCHUNG



Sois ponctuel et discipliné aux entraînements, aux compétitions et dans la vie. Garde ton sang-froid sur le tapis même dans des situations qui te paraissent injustes.

Le code moral du judo

Gefördert vom:



MODESTIE
BESCHEIDENHEIT



Ne te mets pas en avant. Parle de tes succès sans excès. Inspire-toi des plus avancés plutôt que de t'orienter sur les judokas dont tu as déjà atteint le niveau.

SINCÉRITÉ
ERNSTHAFTIGKEIT



Sois toujours concentré. Développe une attitude positive d'entraînement et pratique-toi assidûment.

POLITESSE
HÖFLICHKEIT



Traite tes partenaires d'entraînement, tes adversaires et tes prochains comme des amis. Montre ton respect envers chaque judoka en t'inclinant pour le saluer.

RESPECT
RESPEKT



Fais preuve de respect envers tous. Sois avenant avec tes professeurs et les autres judokas et reconnais la performance des autres.

COURAGE
MUT



Prends ton courage à deux mains en randori, en compétition et dans la vie. N'abandonne jamais même dans une défaite possible et contre un adversaire apparemment plus fort que toi.