

CÓRDOBA AIKIKAI CENTRO

REIGI

Normas de conducta, etiqueta y convivencia en el dojo



El Reigi es la expresión visible del respeto, la atención y el cuidado que sostienen nuestra práctica. No se limita a los saludos: comprende la manera de ingresar al dojo, relacionarnos, aprender y cuidar a los demás.

Documento institucional para la comunidad de Córdoba Aikikai Centro

Presentación

El presente documento establece pautas de conducta para quienes practican Aikido en Córdoba Aikikai Centro. Su propósito es ofrecer un marco común, claro y formativo que favorezca una práctica segura, respetuosa y comprometida.

El Reigi no debe entenderse únicamente como un conjunto de prohibiciones. Es una forma de cultivar la atención, la humildad, la responsabilidad y la consideración por las demás personas. La etiqueta permite que todos puedan practicar en un entorno ordenado y cuidado.

Estas pautas se aplican a las clases, seminarios y demás actividades del dojo. El instructor podrá realizar indicaciones particulares según el contexto, la seguridad y las necesidades de la práctica.

Principios generales

- **Respeto:** hacia el lugar de práctica, el instructor, los compañeros y la tradición del Aikido.
- **Atención:** estar presente y disponible para observar, escuchar y aprender.
- **Cuidado:** actuar de manera que proteja la integridad propia y la de los demás.
- **Responsabilidad:** llegar preparado, cuidar el espacio y cumplir las pautas acordadas.
- **Humildad:** comprender que la práctica es un proceso continuo de aprendizaje.

1. Ingreso y permanencia en el dojo

Conducta al ingresar

Al entrar al dojo, cada practicante debe hacerlo con calma y consideración por quienes ya se encuentran allí. Se saluda de acuerdo con el contexto y se evita interrumpir una clase o actividad en curso.

Calzado

Está prohibido circular por las áreas de práctica con calzado de calle y, especialmente, subir al tatami con zapatos o zapatillas utilizados en el exterior. El calzado debe dejarse en el lugar destinado para ello. Esta regla protege la higiene y el cuidado del espacio compartido.

Cuidado del lugar

El dojo es un espacio común. Se debe mantener limpio y ordenado, evitar ruidos o conversaciones que interfieran con la práctica y respetar las indicaciones sobre el uso de sus instalaciones.

2. Puntualidad y preparación

Llegar a tiempo

Se espera que los alumnos lleguen con anticipación suficiente para cambiarse, preparar su equipo y estar listos antes del comienzo de la clase.

Keikogi y presentación

El uniforme debe presentarse limpio, en buen estado y correctamente colocado. La higiene personal y el cuidado del keikogi forman parte del respeto hacia uno mismo y hacia los compañeros.

Prenda debajo del keikogi

Como pauta de presentación, Córdoba Aikikai Centro podrá establecer que los practicantes varones no utilicen remera ni buzo debajo del keikogi, siguiendo la práctica observada en Hombu Dojo. Cuando se adopte esta pauta, deberá respetarse salvo indicación particular del instructor por motivos justificados.

Preparación personal

Antes de ingresar al tatami, cada practicante debe comprobar que tiene las uñas cortas, el uniforme ajustado y los elementos personales guardados de manera segura.

3. Saludos y protocolo sobre el tatami

Saludo al ingresar

Al ingresar al dojo o al tatami se realiza el saludo correspondiente. Puede ser de pie o en seiza, según el lugar, el momento y el protocolo establecido para la actividad.

Saludo al comenzar y finalizar

Se respetan los saludos que abren y cierran la clase, así como las indicaciones del instructor. Durante estas instancias se mantiene silencio, postura adecuada y atención.

Respeto del protocolo

Los saludos no son un trámite mecánico: expresan disposición a practicar con respeto, cuidado y apertura al aprendizaje.

4. Llegadas tarde

Ingreso después del comienzo

Quien llegue tarde debe esperar fuera del área de práctica hasta que finalice la ceremonia de apertura. Luego solicitará autorización al instructor antes de incorporarse al tatami.

Ingreso discreto

Una vez autorizado, el practicante saludará según el protocolo del dojo e ingresará sin interrumpir la actividad. No debe incorporarse por cuenta propia mientras se realiza la ceremonia o una explicación.

Responsabilidad

La puntualidad es una forma de consideración hacia el instructor y el grupo. Si una circunstancia excepcional provoca una demora, se espera que el alumno actúe con discreción y responsabilidad.

5. Conducta durante la clase

Atención plena

Cuando el Sensei o un senpai autorizado demuestra una técnica, la atención debe dirigirse a la explicación y a los movimientos. Se observa en silencio, sin conversar ni realizar acciones que distraigan al grupo.

Evitar distracciones durante las demostraciones

Durante una demostración no corresponde secarse el sudor con el keikogi, acomodarse innecesariamente la ropa ni realizar otras acciones que manifiesten falta de atención. Si existe una necesidad física real, se atiende con discreción y sin descuidar la seguridad.

Escuchar y preguntar

Las indicaciones deben escucharse hasta el final. Las preguntas se realizan en el momento adecuado y de manera respetuosa. Si no se comprende una consigna, se solicita aclaración sin interrumpir innecesariamente.

Disposición a aprender

Se practica con seriedad, sin competir por demostrar superioridad ni imponer criterios personales. La corrección forma parte del aprendizaje.

6. Relación con el Sensei

Trato respetuoso

La forma de dirigirse al Sensei depende de la situación y de las costumbres del dojo. En todo caso, debe mantenerse un trato respetuoso, claro y adecuado al contexto.

Atención a las indicaciones

Las instrucciones del instructor deben escucharse y seguirse, especialmente cuando están relacionadas con la seguridad, el desarrollo de la clase o el protocolo.

Consulta y desacuerdo

Las dudas o diferencias se plantean con respeto y, de ser posible, en un momento apropiado que no interrumpa la práctica.

7. Relación entre senpai y kohai

Respeto mutuo

La antigüedad y la experiencia se reconocen mediante una actitud respetuosa, sin que ello justifique humillaciones, abusos o tratos desconsiderados.

Responsabilidad del senpai

Quien tiene más experiencia debe contribuir al aprendizaje de los demás con paciencia, buen ejemplo y cuidado, respetando las indicaciones del instructor.

Actitud del kohai

Quien está aprendiendo debe mostrarse receptivo a las indicaciones, preguntar cuando corresponda y practicar con humildad y compromiso.

8. Seguridad y cuidado del compañero

Accesorios y joyas

No se debe practicar con anillos, pulseras, relojes, cadenas, collares, aros ni otros accesorios que puedan engancharse, presionar o causar lesiones. La regla se aplica a todos los practicantes, sin distinción de género.

Cuando un accesorio no puede retirarse

El practicante debe informarlo al instructor antes de entrar al tatami. Cubrir el accesorio con cinta puede reducir ciertos riesgos, pero no garantiza la seguridad. Si persiste la posibilidad de enganche o lesión, no se realizará la práctica con ese accesorio puesto.

Cuidado de la pareja

Las técnicas se realizan con control, atención y respeto por las posibilidades del compañero. Se evita la fuerza innecesaria y se responde a las señales de incomodidad o riesgo.

Comunicar lesiones o limitaciones

Toda lesión, dolor o condición que pueda afectar la práctica debe comunicarse al instructor antes de comenzar o cuando aparezca.

9. Higiene, vestimenta y cuidado del espacio

Higiene del uniforme

El keikogi debe estar limpio y en condiciones adecuadas para la práctica. La higiene personal es una responsabilidad individual y una consideración hacia todo el grupo.

Cuidado del tatami

El tatami debe mantenerse libre de calzado, objetos personales y elementos que puedan causar tropiezos o lesiones. Si se observa suciedad, humedad o algún desperfecto, debe comunicarse para que se resuelva.

Objetos personales

Teléfonos, bolsos y otros objetos deben permanecer fuera del área de práctica, en el lugar indicado. Los dispositivos deben mantenerse en silencio salvo necesidad justificada.

Uso de prendas y accesorios

Las pautas de vestimenta del dojo deben cumplirse. Ante una necesidad médica, cultural o personal que requiera una excepción, se conversa previamente con el instructor para acordar una solución segura y respetuosa.

10. Conducta y etiqueta fuera del tatami

El Reigi continúa fuera de la práctica

El respeto, la atención y el cuidado no se limitan al momento de entrenar. Se espera una conducta considerada en la convivencia, en los seminarios, en las visitas a otros dojos y en las actividades vinculadas con Córdoba Aikikai Centro.

Representación del dojo

Quienes participan en actividades externas deben comportarse de manera respetuosa y responsable, recordando que sus acciones pueden ser interpretadas como una representación de la comunidad del dojo.

Convivencia

Se promueve un ambiente en el que todas las personas puedan aprender con dignidad, seguridad y confianza. No se aceptan conductas de hostigamiento, discriminación, violencia o abuso.

Cuidado de la tradición

Las formas de etiqueta se practican con comprensión de su sentido, no como gestos vacíos. La constancia en los pequeños detalles ayuda a formar el carácter y fortalece la práctica.

Compromiso de los practicantes

La participación en las actividades de Córdoba Aikikai Centro implica el compromiso de conocer y respetar estas pautas, contribuyendo a un ambiente de práctica ordenado, seguro y respetuoso. Las consultas sobre la aplicación de este documento deben dirigirse al instructor.

Este documento tiene carácter institucional y formativo. Sus pautas podrán ser aclaradas o actualizadas por la Dirección Técnica cuando las necesidades de la práctica lo requieran.