

1. Ввічливість



Стався до своїх партнерів на тренуваннях і суперників на змаганнях, як до друзів. Висловлюй свою повагу поклонами.

2. Скромність



Ніколи не хизуйся. Говори про свої досягнення без перебільшення. Орієнтуйся на кращих, а не на тих, чиї досягнення тобі вже підкорилися.

3. Чесність



Борись чесно, уникай неспортивної поведінки і таємного наміру

4. Серйозність



Повністю концентруйся під час всіх завдань і на змаганнях. Розвивай в собі позитивне ставлення до тренувань і будь працьовитим.

5. Повага



Будь уважним по відношенню до свого тренера і старших товаришів. Поважай досягнення тих дзюдоїстів, які почали займатися дзюдо раніше за тебе.

7. Візнання



Визнавай досягнення кожного, якщо вони дались йому важко.

6. Взаємодопомога



Допоможи своєму партнерові правильно освоїти техніку, підтримай новачків. Допоможи "новеньким" влітися в групу.

8. Сміливість



Тримай себе в руках на тренуваннях і змаганнях. Ніколи не здавайся, навіть, коли загрожує поразка або суперник тебе явно перевершує.

9. Самовладання



Будь пунктуальним і дисциплінованим. Ніколи не втрачай самовладання на татамі, навіть якщо вважаєш, що сталаася несправедливість.

10. Дружба



Дотримуйся цих заповідей і дбай про інших. Тоді без зусиль знайдеш друзів у світі дзюдо.