

Lahden Judoseura ry

TOIMINTAKERTOMUS 2021



Sisällys

Sisällys	2
LAHDEN JUDOSEURA VUONNA 2021	3
1. Yleistä	3
2. Hallinto.....	3
3. Kilpailutoiminta	3
4. Harjoittelu	4
5. Muu toiminta.....	7
6. Suoritetut vyöarvot v. 2021	7
7. Talous 2021	8

LAHDEN JUDOSEURA VUONNA 2021

1. Yleistä

Lahden Judoseura ry:n jäsenmäärä vuonna 2021 oli keskimäärin 130 maksavaa jäsentä. Lahden judoseurassa kaikki jäsenet ovat judoa harrastavia.

Vuoden 2021 alussa seurassa toimi aktiivisesti 9 eri harrastajaryhmää. Kävimme aktiivisesti leireillä sekä kilpailuissa ja osallistuimme myös muiden alueella olevien seurojen toimintaan.

Koronapandemia haittasi normaalia harjoituskautta jonkin verran kevätkauden alussa. Harjoituksia jatkoimme loppukeväästä jo melko normaalisti. Leiri- ja kilpailutoiminnassa koronapandemian vaikutukset näkyivät tapahtumien peruuntumisena.

Seurassa on jatkettu aiemmillä harjoitusryhmillä ja saatu kasvatettua hiukan jokaisen ryhmän kokoa. Totuttuun tapaan syksyllä käynnistettiin uudet aikuisten ja lasten peruskurssit. Poikkeuksena edelliseen vuoteen syksyllä 2021 aloitettiin kokeiluna Olympiakomitean konseptoina liikuntaleikkikoulu perheliikkari-ryhmä.

Seurassa jatkettiin lasten monipuolisen harrastamisen tukemista myös kilpailuihin osallistumisen tukemisen osalta. Lahden Judoseurasta otteli noin 20 judokaa yhteensä 10 yksilökilpailussa kotimaassa ja niissä saavutettiin yhteensä 28 mitalia. Lahden Judoseuran ottelijoita oli edustettuna muun muassa aikuisten sekä alle 18- ja 21-vuotiaiden judon SM-kisoissa, Finnish Judo Openissa ja Baltic Sea Openissa sekä ulkomailla Romanian Eurooppa Cupissa ja Latviassa alle 18-vuotiaiden EM-kilpailussa.

2. Hallinto

Sääntömääräisiä vuosikokouksia pidettiin kaksi. Kokouksissa käsiteltiin sääntöjen määräämät vuosikokousasiat.

Kertomusvuonna 2021 hallituksen kokoonpano oli seuraava:

puheenjohtaja	Jenni Marjanen
varapuheenjohtaja	Sanna Pyykönen
taloudenhoitaja ja sihteeri	Nina Klinga
hallituksen jäsen	Seppo Aaltonen
	Harri Lahti

Muut toimihenkilöt:	
passisihteeri	Hanna Suontama-Heinonen
kilpailupäällikkö	Tatu Saarinen
jäsenrekisterivastaava	Petri Ojanen
tuomariyhteyshenkilö	Jouni Kähärä

3. Kilpailutoiminta

Lahden Judoseura ry:n vuosittain järjestämä päätaphtuma Lahti Shiai jouduttiin perumaan jälleen vuonna 2021 koronatilanteen vuoksi. Kilpailu on ollut merkittävä seuran järjestämä tapahtuma Pajulahdessa, johon on aikaisempina vuosina osallistunut keskimäärin lähes 200 kilpailijaa.

Lahden Judoseuran judokat osallistuivat vuoden 2021 aikana 10 eri kilpailutapahtumaan kotimaassa ja toivat niistä seuralle yhteensä 28 mitalia, joista 10 kultaista, 9 hopeista ja 9 pronssista. Kilpailijoiden menestys on ollut hyvää ja jo lähitulevaisuudessa voidaankin odottaa ryhmistä kasvavan uusia menestyviä kilpailijoita nuorten sarjoihin.

Merkittäviin kansallisiin kisoihin (SM-kilpailut) sekä kansainvälisiin kilpailuihin (kotimaassa Baltic Sea Championships ja Finnish Judo Open sekä ulkomailla alle 18-vuotiaiden EM-kilpailut Latviassa ja Romanian Eurooppa Cup Romaniassa) vuonna 2021 osallistuivat ja niissä menestyivät seuraavat lahtelaiset judokat:

Aikuisten SM-kilpailut

N-63kg, Ella Lavikainen, 4.sija

Alle 18- ja 21-vuotiaiden SM-kilpailut

U21-63kg, Ella Lavikainen, kultaa

U18-63kg, Ella Lavikainen, kultaa

U18-73kg, Roope Isoranta, pronssia

U18-81kg, Joonas Tanttu, -

U18-66kg, Olli Lahti,-

Finnish Judo Open

U18-63kg, Ella Lavikainen, kultaa

U18-73kg, Roope Isoranta, 5.sija

U18-66kg, Olli Lahti, -

Alempien vöiden mestaruuskisat

O13 naiset -63kg, Ronja Virta, kultaa

O15 miehet -81kg, Markus Korri,-

Alle 18-vuotiaiden EM-kilpailut, Latvia

U18-63kg, Ella Lavikainen, -

Romanian Eurooppa Cup, Romania

U18-63kg, Ella Lavikainen, - (1 otteluvoitto)

4. Harjoittelu

Vuonna 2021 seuran dojolla oli eri ryhmille ohjattuja harjoituksia kuutena päivänä viikossa. Alle 7-vuotiaiden ryhmät harjoittelivat kerran viikossa ja muut ryhmistä kaksi kertaa viikossa tai useammin.

Kesäaikana seura järjesti ohjattuja harjoituksia 4 kertaa viikossa, joista yksi oli kaikille avoin harjoitus Hennalan esteradalla. Kaksi harjoitusta oli suunnattu yli 12-vuotiaille ja yksi alle 12-vuotiaille kelta- ja oranssivöisille junioreille.

Alueellinen yhteistyö

Lahden judoseura teki alueellista yhteistyötä lähialueiden judoseurojen kanssa. Kerran viikossa Pajulahdessa oli ohjatut harjoitukset yli 11-vuotiaille, joihin osallistui judokoita ja valmentajia muun muassa Hollolasta, Orimattilasta, Joutsasta sekä Riihimäeltä. Lahden judoseura oli myös mukana Kaakkois-Suomen kesäkiertueella, jonka yhtenä tapahtumapaikkana oli Lahti.

Maajoukkue-leiritys

Vuonna 2021 Lahden judoseurasta oli 4 urheilijaa mukana Suomen Judoliiton maajoukkueleirityksessä sekä 2 yläkouluikäistä urheilijaa osallistui Suomen Olympiakomitean valtakunnallisen urheiluakatemiaan yläkoululeiritykseen.

Koronapandemia

Alkuvuodesta 2021 koronapandemia vaikutti myös Lahden Judoseuran järjestämiin harjoituksiin sekä tapahtumiin. Aikuisten harjoituksia jouduttiin perumaan ja lasten harjoitusten osalta ryhmäkokoja pienennettiin. Loppukeväästä pääsimme jatkamaan ohjattuja ryhmäharjoituksia ulkotiloissa ja kesällä myös tatamialueella tietyin turvallisuusrajoituksin.

Syksyllä harrastustoiminta saatiin käynnistettyä normaalisti.

Lahden Judoseura noudatti Päijät-Hämeen alueen koronasuorituksia. Seurasimme vuoden aikana tiiviisti alueen tilannetta ja reagoimme tilanteen vaativalla tavalla. Tiukennetut hygieniajärjestelyt, vaadittujen karanteeniaikojen noudattaminen ja alueen suositusten mukainen vastuullinen toiminta vaikuttivat siihen, ettei muutamilla jäsenillä todetut koronatartunnat päässeet leviämään.

Seuramme ohjeistuksiin kuului jo ennestään käsien ja jalkojen pesu ennen harjoituksiin saapumista ja esimerkiksi sairaana harjoituksiin tuleminen on ollut kiellettyä. Jatkoimme edellisen vuoden tapaan tatamin desinfiointia jokaisen harjoituksen jälkeen. Tatamin desinfiointia aiomme jatkaa myös pandemian jälkeenkkin.

Harjoitusryhmät

Perhejudo

Perhejudo-ryhmä jatkui kevätkaudella. Ryhmässä harjoitteli keskimäärin 5 perhettä kerran viikossa.

Perhejudo on tarkoitettu niille aikuisille ja lapsille, jotka haluavat kokea liikunnan riemua yhdessä. Perhejudoon tullaan pääsääntöisesti pareittain, eli yksi aikuinen ja yksi lapsi. Perhejudossa tehdään harjoitteita yhdessä, mutta välillä myös niin, että lapset harjoittelevat keskenään ja aikuiset keskenään. Ryhmän lapset ovat iältään 3-9-vuotiaita. Aikuisella ei tarvitse olla ennestään aiempaa urheilu- tai judotaustaa.

Ryhmän vastuuhjaajana kevätkaudella toimi Mia Salila. Syyskaudella ei jatkettu perhejudoryhmä-harjoituksia.

Liikuntaleikkikoulu Perheliikkari

Perhejudo-ryhmän tilalla alkoi syksyllä liikuntaleikkikoulu, joka on suunnattu 2-3-vuotiaille lapsille yhdessä oman aikuisen kanssa. Liikuntaleikkikoulussa liikutaan monipuolisesti ja laadukkaasti lasten liikunnan asiantuntijoiden luomien materiaalien avulla. Toiminnassa tärkeää on lapsilähtöisyys, monipuolisuus ja leikillisuus. Ryhmässä harjoitteli syyskaudella kaksi perhettä.

Ryhmän vastuuhjaana syyskaudella toimi Jaana Jokinen.

Muksujudo

Vuoden 2021 ryhmissä harjoitteli keskimäärin 10 lasta. Uusi ryhmä aloitettiin syksyllä ja osa keväällä harjoitelleista muksujudokoista siirtyi ikänsä puolesta jatkamaan judoharjoittelua lasten peruskurssille.

Muksujudo on tarkoitettu 5-6-vuotiaille lapsille. Harjoituksissa otetaan tatamista tuntumaa erilaisten leikkien ja harjoitusten avulla, joiden tarkoituksena oppia toiminaan pareina ja ryhmänä. Monin tavoin eritasoisista lapsista

koostuvasta ryhmästä huolimatta muksujudossa on onnistuttu innostamaan lapsille liikunnan riemua, tukien lasten motorista kasvua ja ryhmätyöskentelytaitoja.

Ryhmän vastuuhjaajana toimi kevätkaudella Tatu Saarinen ja apuhjaajana Tiina Lönnroth. Syyskauden vastuuhjaajana toimi Kimmo Kostianen apuhjaajanaan Sini Pitkänen.

Peruskurssit

Judon peruskurssilla opetellaan judon perusteiden lisäksi myös monipuolisesti perusliikuntataitoja, ryhmässä toimimista ja urheilijaksi kasvamista. Peruskurssilla käydään läpi judoa lajina sekä judon perustekniikoita, kuten ukemit (kaatumiset) ja keltaiseen vyöhön vaadittavat heitot sekä sidonnat. Lisäksi peruskurssilla harjoitellaan kehon hallintaa, lihaskuntoa ja otetaan otteluharjoittelua, eli randoria.

Lasten peruskurssi aloitetaan seurassamme tavallisesti syyskuun alussa ja peruskurssi kestää seuraavaan toukokuuhun. Peruskurssi päättyy keltaisen vyön kokeeseen. Aikuisten peruskurssit aloitetaan syyskuussa ja tammikuussa. Vyökoe-tilaisuudet järjestetään joulukuussa sekä toukokuussa.

Junioreiden peruskurssi

Keväällä 2021 jatkoi edellisenä syksynä aloittanut ryhmä junioreita. Harjoituksissa kävi keskimäärin 20 judokaa. Syksystä 2020 aloittaneesta ryhmästä keltaisen vyön suoritti 14 junioria heinä- ja elokuussa 2021. Syksyllä junioreiden peruskurssilla aloitti yhteensä 25 junioria.

Keväällä kurssin vastuuhjaajana toimi Jenni Marjanen. Syksyllä 2021 aloitettiin uusi lasten peruskurssi, jonka vastuuhjaajana toimi edelleen Jenni Marjanen.

Aikuisten peruskurssi

Keväällä 2021 aikuisten peruskurssilla jatkoi syyskaudelta keskimäärin 3 jäsentä. Syksyllä kurssilla aloitti 2 aikuista. Vyökoe järjestettiin joulukuussa ja keltaisen vyön suorittivat 2 judokaa.

Ryhmän vastuuhjaajana toimi Janne Marjanen apunaan Harri Kantoluoto.

U11-ryhmä

Ryhmän harjoituksiin osallistui alkuvuodesta keskimäärin 15 junioria, tyttöjä ja poikia keltaisesta oranssiin vyöhön. Harjoituksia oli kaksi kertaa viikossa.

U11-ryhmässä harjoittelevat lasten peruskurssilta jatkavat alle 11-vuotiaat juniorit. Pääosin siirtyminen ryhmästä toiseen tehdään syyskauden alkaessa. Ryhmä harjoittelee judoa monipuolisesti ja ryhmässä kannustetaan kilpailemaan. Ryhmän junioreita osallistui syksyllä Mäntyharjulla järjestettyyn kilpailu- ja leiriviikonloppuun.

Ryhmän vastuuvallmentajana toimi Jasmine Aho apunaan Jarno Vainikka sekä Jyrki Kilpinen.

U13/U15-ryhmä

Ryhmässä harjoitteli vuonna 2021 keskimäärin keväällä 8 nuorta ja syksyllä 6 nuorta.

Tässä ryhmässä harjoittelevat peruskurssin käyneet lapset noin 11-vuotiaasta alkaen. Harjoituksia on 3-5 kertaa viikossa ja lisäksi kannustetaan myös muuhun judoa tukevaan urheiluun. Suurin osa tässä ryhmässä harjoittelevista nuorista kilpailee judossa sekä käy ahkerasti leireillä ja erilaisissa judollisissa tapahtumissa.

Judoharjoitusten lisäksi ryhmällä oli kerran viikossa fysiikkaharjoitukset, jotka pääsääntöisesti toteutettiin ulkona.

Ryhmän vastuvalmentajina keväällä toimi Manne Isoranta sekä Jasmine Aho.

U18/U21-ryhmä

Ikäryhmässä harjoitteli vuoden aikana keskimäärin 5 nuorta 5-7 kertaa viikossa. Ryhmä harjoitteli yhdessä seuran U13/15- sekä aikuisten ryhmien kanssa.

Nuorten aikuisten ryhmä harjoittelee tavoitteellisesti ja tavoitteena on osallistua vähintään kansallisiin arvokilpailuihin. Harjoitteluun sisältyy judon lisäksi lihaskunto- ja kestävyysharjoittelua. Osa ryhmän jäsenistä osallistuu ahkerasti leireille kotimaassa sekä kansainvälisiin kilpailuihin sekä leireille.

Ryhmän vastuvalmentajina toimivat seuran päävalmentaja Seppo Aaltonen sekä Manne Isoranta.

Aikuisten ryhmä

Aikuisten judoharjoitukset ovat tekniikkapainotteisia ja osallistujia on ollut nuorista aikuisiin. Seuran kilpailijat osallistuvat myös näihin harjoituksiin oman ohjelmansa salliessa. Harjoituksia järjestettiin 3-6 kertaa viikossa ja keskimäärin ryhmässä harjoitteli 10 judokaa. Kesällä aikuisten harjoittelua toteutettiin ulkoarjoittelulla sekä sisätiloissa pienryhmäharjoittelulla.

Ryhmän vastuvalmentajina toimivat pääasiassa seuran päävalmentajana toimiva Seppo Aaltonen sekä Tatu Saarinen ja Sanna Pyykönen.

Sovellettu judo

Sovelletun ryhmä koostuu pääosin kehitysvammaisista nuorista. Sovelletun judon harjoituksissa harjoitellaan nimensä mukaisesti judoa soveltaen ja sen on todettu olevan erityisen hyvä liikunta- ja kuntoiluoto kehitysvammaisille. Judo on lisännyt monien kehitysvammaisten itsevarmuutta ja omatoimisuutta ja tuonut ennen kaikkea uusia ystäviä ja mielenkiintoista toimintaa.

Perinteinen sovelletun judon kilpailu Pajulahti Games peruttiin alkuvuoden koronatilanteen vuoksi. Osa sovelletun ryhmän jäsenistä ovat kilpailleet menestyksekkäästi.

Sovelletun ryhmän harjoituksissa harjoitteli keskimäärin 10 judokaa.

Ryhmän vastuuhjaajana vuonna 2021 toimi Ilkka Valtasaari. Lisäksi ryhmässä apuna toimivat Riku Ilmivalta, Hannu Kettunen sekä Marko Kallioinen.

5. Muu toiminta

Lahden Judoseuran järjestämät tapahtumat ja kisat vuonna 2021

Vyökoheet 18.7.2021

Kaakkois-Suomen kesäkiertue 31.7.2021

Vyökoheet 8.8.2021

Syyskauden aloitusleiri 7.-8.8.2021

Judotuomari-koulutus 28.-29.11.2021

Vyökoheet 19.12.2021

6. Suoritetut vyöarvot v. 2021

Vyökoesuorituksia oli kaikkiaan 22. Graduoina toimivat Seppo Aaltonen, Manne Isoranta sekä Ilkka Valtasaari.

Graduoinnit painottuivat junioreihin, jonka voi huomata vähäisestä ylempien kyu-arvojen määrästä. Vyöarvoja suoritettiin seuraavasti:

1. kyu	1 kpl
2. kyu	0 kpl
3. kyu	0 kpl
4. kyu	5 kpl
5.kyu	16 kpl

Graduoinnit

1.kyu-vyöarvon suoritti Julius Tanttu.

7. Talous 2021

Jäsenmaksut ja harjoittelumaksut vuonna 2021:

Hinnasto

Kausi 1.9.2021 - 31.8.2022

Hinnasto, Lahden Judoseura

Kurssi (tarkemmat kuvaukset sisällöistä alempana)	Hinta
Lasten peruskurssi (alle 18-vuotiaat, opiskelijat, eläkeläiset) /vuosi	305 €
Aikuisten Peruskurssi /vuosi	355 €
Muksujudo /puoli vuotta	125 €
Liikuntaleikkikoulu Perheliikkari	110 € lapsi 45 € aikuinen
Judoa jatkavien maksut:	
Aikuiset jäsenmaksu+harjoittelumaksu /vuosi	305 €
Alle 18-vuotiaat, opiskelijat ja eläkeläiset jäsenmaksu+harjoittelumaksu /vuosi	255 €
Sovellettu judo jäsenmaksu+harjoittelumaksu /vuosi	205 €
Perhealennus perheen toisesta ja sitä seuraavista jäsenistä (ei koske muksujudoa ja perhejudoa)	20 €

Suomen Judoliitto päivitti kesällä 2021 ylimääräisellä kokouksella judoliiton jäsenmaksuja. Lahden judoseura oli jo kevätkokouksessaan päättänyt seuraavan kauden jäsen- ja harjoittelumaksut, joten judoliiton jäsenmaksukorotuksen aiheuttama paine ei vielä kohdistunut vuoden 2021 jäsen- ja harjoittelumaksuihin.

Seuran hinnastossa ilmoitettuihin kurssimaksuihin sisältyi jäsenmaksu sekä harjoittelumaksu. Jäsenmaksu sisälsi myös judoliiton jäsenmaksuosuuden, judoliiton etuudet sekä vakuutuksen. Harjoittelumaksu sisälsi valmennuksen ja harjoitukset sekä oikeuden osallistua seuran tapahtumiin.

Seurassamme on ollut käytössä perhealennus. Ensimmäinen jäsen maksaa täyden harjoittelumaksun, perheen seuraavat saavat 20 € alennuksen. Harjoittelumaksu sisältää rajoittamattoman harjoitusmäärän.

Hallitus esittää, että tilikauden tulos 6797,30 € kirjataan omaan pääomaan lisäykseksi.