

Lahden Judoseura ry

TOIMINTAKERTOMUS 2024



Sisällys

Sisällys	2
LAHDEN JUDOSEURA VUONNA 2024	3
1. Yleistä	3
2. Hallinto.....	3
3. Kilpailutoiminta	4
5. Harjoittelu.....	5
6. Muu toiminta.....	8
7. Suoritetut vyöarvot v. 2024	9
8. Talous 2024	10

LAHDEN JUDOSEURA VUONNA 2024

1. Yleistä

Lahden Judoseura ry:n jäsenmäärä vuonna 2024 oli keskimäärin 120 maksavaa jäsentä. Lahden judoseurassa kaikki jäsenet ovat judoa harrastavia.

Vuoden 2024 kevätkaudella seurassa toimi aktiivisesti 4 eri harrastajaryhmää, syyskaudella ryhmiä oli 6. Kävimme aktiivisesti kilpailuissa sekä leireillä ja osallistuimme myös muiden alueella olevien seurojen toimintaan.

Syyskaudella käynnistimme tauon jälkeen muksujudo-ryhmän. Totuttuun tapaan syksyllä käynnistettiin jälleen myös uusi junioreiden peruskurssi-ryhmä sekä aikuisten ja nuorten non-stop peruskurssi.

Seurassa jatkettiin lasten monipuolisen harrastamisen tukemista myös kilpailuihin osallistumisen tukemisen osalta. Lahden Judoseurasta otteli noin 25 judokaa yhteensä 18 yksilökilpailussa kotimaassa ja niissä saavutettiin yhteensä 71 mitalia.

Lahden Judoseuran ottelijoita oli edustettuna kotimaassa muun muassa kaikissa Samurai Cup- osakilpailuissa, Startti Cup -osakilpailuissa, alle 18- ja 21-vuotiaiden sekä parajudon Suomen Mestaruus-kisoissa, Pajulahti Gamesissa (parajudo), Alempien vöiden mestaruuskisoissa sekä Baltic Sea Championshipseissa. Ulkomailla seuran edustajia oli mukana Budo Nord Cupissa Ruotsissa, Kaimu Keerakissa Virossa sekä Swedish A-Openissa Ruotsissa Special Needs Judo kilpailussa Hollannissa.

Tuomaritoiminassa seuralla oli edustus useissa kotimaan kilpailuissa sekä ulkomailla parajudotuomari Special Olympics Gamesissä Sveitsissä.

Lahden judoseuran tuomareita oli mukana lähes 20 kilpailussa kotimaassa ja ulkomailla sekä edustus myös parajudon kilpailuissa.

2. Hallinto

Sääntömääräisiä vuosikokouksia pidettiin kaksi. Kokouksissa käsiteltiin sääntöjen määräämät vuosikokousasiat.

Kertomusvuonna 2024 hallituksen kokoonpano oli seuraava:

puheenjohtaja	Jenni Marjanen
varapuheenjohtaja	Sanna Pyykönen
taloudenhoitaja ja sihteeri	Nina Klinga
hallituksen jäsen	Seppo Aaltonen
hallituksen jäsen	Harri Lahti
Muut toimihenkilöt:	
passisihteeri	Hanna Suontama-Heinonen
kilpailupäällikkö	Tatu Saarinen
valmennuskoordinaattori	Jasmine Aho
SuomiSport- jäsenrekisterivastaava (t)	Jenni Marjanen (Nina Klinga ja Sanna Pyykönen)

3. Kilpailutoiminta

Lahden Judoseura ry:n vuosittain järjestämä päätapahtuma Lahti Shiai järjestettiin joulukuussa 2024. Kilpailu on ollut merkittävä seuran järjestämä tapahtuma Pajulahdessa, johon on aikaisempina vuosina osallistunut keskimäärin lähes 200 kilpailijaa. Vuonna 2024 osallistujamäärä oli aiempia vuosia vähäisempi.

Lahden Judoseuran judokat osallistuivat vuoden 2024 aikana 18 eri kilpailutapahtumaan kotimaassa ja toivat niistä seuralle yhteensä 71 mitalia, joista 23 kultaista, 24 hopeista ja 24 pronssista. Kilpailijoiden menestys on ollut hyvää eri ikäluokissa ja jo lähitulevaisuudessa voidaankin odottaa ryhmistä kasvavan uusia menestyviä kilpailijoita nuorten sarjoihin.

Merkittäviin kansallisiin kisoihin (SM-kilpailut) sekä kansainvälisiin kilpailuihin kotimaassa (Baltic Sea Championships) sekä ulkomailla (Budo Nord Cup Ruotsissa ja Swedish A-Open Ruotsissa) vuonna 2024 osallistuivat ja niissä menestyivät seuraavat lahtelaiset judokat:

Pajulahti Games, 20.1.2024

M-90B Wille Lahdenperä, hopeaa

Alle 18- ja 21-vuotiaiden SM-kilpailut, 2.-3.3.2024

U18-63kg Elsa Tenhu, kultaa

U21-81kg Olli Lahti, pronssia

U21-63kg Elsa Tenhu, pronssia

U18-60kg Eero Koivisto, -

U18-57kg Iida Pyykönen, -

M21-73kg Roope Isoranta, -

Parajudon SM-kilpailut, 3.3.2024

N-70kg Sanna-Maarit Tapaninen, kultaa

Swedish A-Open, Lindesburg (Ruotsi), 11.5.2024

Wille Lahdenperä, hopeaa

Sanna-Maarit Tapaninen, pronssia

Baltic Sea Championships, 7.12.2024

U15-48kg Erica Virtanen, 7.sija

U15-55kg Noel Vuontila, -

N20-57kg Iida Pyykönen, -

N20-63kg Elsa Tenhu -

M20-60kg Eero Koivisto -

M20-81kg Roope Isoranta, -

M20-81kg Olli Lahti, -

N-63kg Elsa Tenhu, 5.sija

4. Tuomaritoiminta

Seurassa toimi vuonna 2024 tuomarikouluttaja, joka oli myös tuomaritoiminnan aluekoordinaattori sekä tuomari-komission jäsen. Hänellä oli voimassa tuomarin A-lisenssi ja hän toimi tuomarina myös parajudon Special Olympic-kilpailussa.

Lisäksi seurassa oli muita tuomareita, joilla oli kansallinen D-tuomarilisenssi.

Lahden judoseuran edustajia oli tuomitsemassa lähes 20 kilpailussa kotimaassa ja ulkomailla.

5. Harjoittelu

Vuonna 2024 seuran dojolla oli eri ryhmille ohjattuja harjoituksia kuutena päivänä viikossa. Kevätkaudella toiminut perhejudoryhmä ja syyskaudella aloitettu muksujudoryhmä harjoittelivat ohjatusti kerran viikossa ja muut ryhmät kaksi kertaa viikossa tai useammin.

Kesäaikana seura järjesti ohjattuja harjoituksia 4 kertaa viikossa, joista yksi oli kaikille avoin harjoitus Hennalan esteradalla. Kaksi tatamiharjoitusta oli suunnattu seuran kaikille yli 13-vuotiaille harrastajille ja yksi alle 13-vuotiaille kelta- ja oranssivöisille junioreille. Kesäaikana ei järjestetty harjoituksia perhejudo-, muksujudo- tai parajudoryhmille.

4.1 Alueellinen yhteistyö

Lahden judoseura teki alueellista yhteistyötä lähialueiden judoseurojen kanssa. Keväällä oli kerran viikossa Pajulahdessa ohjatut harjoitukset yli 13-vuotiaille, joihin osallistui judokoita ja valmentajia muun muassa Orimattilasta, Joutsasta sekä Helsingistä.

Lahden judoseura oli myös mukana mahdollistamassa ja järjestämässä U13/U15/U18-ikäluokkien tehostamispäiviä ja alueleirejä, joissa yhtenä tapahtumapaikkana oli Lahti. Huhtikuussa Lahdessa järjestettiin Kaakkois-Suomen tehostamispäivä, johon osallistui 60 judokaa 12 eri judoseurasta.

Seuran jäseniä osallistui ahkerasti myös kesän judoleireille ympäri Suomea, kuten Heinävedellä (Yanagi Judo Camp), Nokialla, Helsingissä, Kärkölässä (Summer Judo Rocks) sekä Mäntyharjulla (Eloleiri) järjestetyille leireille. Kevät- ja syyskaudella järjestettyihin seuran salikisoihin kutsuttiin mukaan lähiseurojen harrastajia.

Lahden judoseura tekee yhteistyötä Pajulahden Urheiluopiston kanssa.

4.2 Judoliiton edustusvalmennus-leiritys

Vuonna 2024 Lahden judoseurasta oli 5 urheilijaa mukana Suomen Judoliiton edustusvalmennusleirityksessä sekä syksystä alkaen seuran urheilijat kävivät Helsingissä Urheassa judoliiton yhteisharjoituksissa.

4.3 Harjoitusryhmät

Perhejudo

Keväällä 2024 jatkui syksyllä alkanut perhejudo-ryhmä. Perhejudo-ryhmässä 4-6-vuotias lapsi harjoittelee yhdessä oman aikuisen kanssa. Ryhmässä harjoitteli keskimäärin 3 lapsi-aikuisen-paria kerran viikossa. Toiminnan lähtökohtana on luoda hauskaa ja kehittävää liikunnallista toimintaa lapselle yhdessä vanhemman kanssa.

Ryhmän vastuuhjaajana toimi Olli Ojala.

Muksujudo

Syksyllä 2024 aloitettiin uusi muksujudo-ryhmä. Muksujudo-ryhmä koostuu 5-6-vuotiaista lapsista ja harjoitukset sisältävät judon perustaitojen opettelun lisäksi kehonhallintaa. Ryhmässä harjoitteli keskimäärin 7 lasta.

Toiminnan lähtökohtana on lapsilähtöisyys, monipuolisuus ja liikunnallinen leikillisuus.

Ryhmän vastuuhjaajana syyskaudella toimi Olli Ojala.

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. Vuonna 2024 syksyllä alkanut junioreiden peruskurssi päättyi keltaisen vyön kokeeseen toukokuussa 2025.

Aikuisille ja nuorille suunnattu peruskurssiryhmä ei toteutunut keväällä, mutta syksyllä aloitettiin uusi ryhmä, joka päättyi vyökokeeseen joulukuussa.

Junioreiden peruskurssi

Syksyllä junioreiden peruskurssilla (7-12-vuotiaat) aloitti yhteensä 12 junioria. Vyökoe ryhmälle järjestetään toukokuussa 2025.

Syyskaudella kurssin vastuuhjaajana toimi Olli Ojala.

Aikuisten ja nuorten peruskurssi

Syksyllä 2024 käynnistettiin oma aikuisten ja nuorten (13 vuotta täyttäneet) peruskurssiryhmä ja kaikki 4 suorittivat keltaisen vyön joulukuussa.

Ryhmän vastuuhjaajana toimi Janne Marjanen.

U11/U13-ryhmä

Ryhmän harjoituksiin osallistui vuonna 2024 keskimäärin 20 junioria, tyttöjä ja poikia keltaisesta oranssiin vyöhön. Harjoituksia oli kaksi kertaa viikossa.

U11/U13-ryhmässä harjoittelevat lasten peruskurssilta jatkavat alle 13-vuotiaat juniorit. Pääosin siirtyminen ryhmästä toiseen tehdään syyskauden alkaessa. Ryhmä harjoittelee judoa monipuolisesti ja ryhmässä kannustetaan kilpailemaan.

Vuonna 2024 ryhmän harjoittelijoista 12 kävi judokilpailuissa vähintään kerran, osa osallistui kilpailuihin aktiivisesti. Alle 13-vuotiaille ensimmäisiä kilpailuja ovat eri seurojen järjestämät salikisat sekä Startti Cupit. Ryhmän vastuuvallmentajana toimi Olli Ojala apunaan Ella Lavikainen, Kimmo Kostinen ja Jussi Jaakkola.

Yleinen ryhmä (13v.+)

Ryhmässä harjoitteli vuonna 2024 keskimäärin 35 nuorta ja aikuista. Yleinen ryhmä on suunnattu kaikille seuran 13 vuotta täyttäneille vähintään keltavöisille harrastajille.

Tässä ryhmässä harjoittelevat peruskurssin käyneet aikuiset ja nuoret (noin 13-vuotiaasta alkaen), aikuisharrastajat sekä kilpailijat. Harjoituksia on 4-5 kertaa viikossa ja lisäksi kannustetaan myös muuhun judoa tukevaan urheiluun. Harjoitteluun sisältyy judon lisäksi lihaskunto- ja kestävyysharjoittelua. Judoharjoitusten lisäksi ryhmällä oli kerran viikossa fysiikkaharjoitukset, jotka pääsääntöisesti toteutettiin ulkona.

Suurin osa tässä ryhmässä harjoittelevista nuorista harjoittelee tavoitteellisesti ja osallistuvat ikäryhmänsä tasoisesti vähintään kansallisiin arvokilpailuihin, kilpailevat kotimaan lisäksi myös ulkomailla sekä käy ahkerasti leireillä ja erilaisissa judollisissa tapahtumissa kotimaassa.

Ryhmän vastuuvallmentajina toimivat Seppo Aaltonen, Manne Isoranta, Sanna Pyykönen sekä Tatu Saarinen.

Parajudo

Parajudon ryhmä koostuu pääosin kehitysvammaisista nuorista aikuisista. Parajudon harjoituksissa harjoitellaan judoa soveltaen ja sen on todettu olevan erityisen hyvä liikunta- ja kuntoilumuoto kehitysvammaisille. Judo on lisännyt monien itsevarmuutta ja omatoimisuutta ja tuonut ennen kaikkea uusia ystäviä ja mielenkiintoista toimintaa.

Parajudon ryhmän jäsenistä monet ovat kilpailleet menestyksekkäästi niin kotimaassa kuin ulkomailla.

Ryhmän harjoituksissa harjoitteli keskimäärin 10 judokaa.

Ryhmän vastuuohjaajina vuonna 2024 toimivat Ilkka Valtasaari ja Riku Ilmivalta. Lisäksi ryhmässä apuna toimivat Hannu Kettunen, Marko Kallioinen ja Johanna Ylinen.

Parajudo-ryhmän pääkilpailut ovat Pajulahti Games sekä SM-kilpailut.

6. Muu toiminta

Lahden Judoseuran järjestämät tapahtumat ja kisat vuonna 2024

Pajulahti Games 20.1.2024, Lahden judoseura osana järjestäjätiimiä

Kaakkois-Suomen alueen tehostamispäivä 1.4.2024

Vyökoheet 27.5.2024

Kevätjuhla 2.6.2024

Salikisat 3.11.2024

Lahti shiai 14.12.2024

Lahti shiai -leiri 15.12.2024

Junioreiden pikkujoulut 15.12.2024

Vyökoheet 16.12.2024

Seuran aikuisten pikkujoulut 20.12.2024

7. Suoritetut vyöarvot v. 2024

Vyökoesuurituksia oli vuoden aikana kaikkiaan 21.

Vyöarvoja korottivat tasaisesti sekä seuran juniorit että aikuisharrastajat. Vyöarvoja suoritettiin seuraavasti:

1. kyu	2 kpl
2. kyu	2 kpl
3. kyu	5 kpl
4. kyu	4 kpl
5. kyu	8 kpl

Ruskean vyön eli 1.kyu-vyöarvon suorittivat Eero Koivisto ja Iida Pyykönen.

Graduoijaoikeudet

Seppo Aaltonen, 4.dan

Manne Isoranta, 4.dan

Olli Ojala, 1.dan

Ilkka Valtasaari, 1.dan

8. Talous 2024

Jäsenmaksut ja harjoittelumaksut vuonna 2024:

Hinnasto 1.1.-31.7.2024

Kurssien kokonaishinnat (tarkemmat kuvaukset sisällöistä alempana)	Hinta
Lasten peruskurssi (alle 18-vuotiaat, opiskelijat ja eläkeläiset) /vuosi	320€
Aikuisten peruskurssi /vuosi	370€
Perhejudo (5-6-vuotias lapsi aikuisen kanssa) lapsi/ kausi	150€
Judoa jatkavien maksut:	
Aikuiset: jäsenmaksut + harjoittelumaksu /vuosi	330€
Alle 18-vuotiaat, opiskelijat ja eläkeläiset: jäsenmaksut + harjoittelumaksu /vuosi	270€
Sovellettu judo: jäsenmaksut + harjoittelumaksu /vuosi	220€
Perhealennus perheen toisesta ja sitä seuraavista jäsenistä (ei koske muksujudoa ja perhejudoa)	20€

Hinnasto 1.8.-31.12.2024

Kurssien kokonaishinnat (tarkemmat kuvaukset sisällöistä alempana)	Hinta
Peruskurssi, juniorit (7-12-vuotiaat) ja yli 18-vuotiaat opiskelijat ja eläkeläiset /vuosi	400€
Peruskurssi, aikuiset ja nuoret (13 vuotta täyttäneet) /vuosi	450€
Muksujudo (5-6-vuotias lapsi) /kausi	165€
Judoa jatkavien maksut:	
Nuoret ja aikuiset (13 vuotta täyttäneet): jäsenmaksut + harjoittelumaksu /vuosi	450€
7-12-vuotiaat, opiskelijat ja eläkeläiset: jäsenmaksut + harjoittelumaksu /vuosi	380€
Parajudo: jäsenmaksut + harjoittelumaksu /vuosi	350€
Perhealennus perheen toisesta ja sitä seuraavista jäsenistä (ei koske muksujudoa ja perhejudoa)	-20€

Seuran hinnastossa ilmoitettuihin kurssimaksuihin sisältyi Suomen Judoliiton jäsenmaksu (lisenssi) sekä Lahden judoseuran jäsen- ja harjoittelumaksu. Judoliiton jäsenmaksu sisälsi judoliiton etuudet sekä vakuutuksen. Jäsen- ja harjoittelumaksu sisälsi seurajäsenyyden, 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 -3 216,38 € kirjataan omaan pääomaan.