



SHIROKAWA ry

TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2009

YLEISTÄ

Vuosi 2009 oli seuran 38. toimintavuosi. Seuran harjoituspaikkana toimii Suistohallin tatami. Toiminta oli vilkasta ja aktiivista monilla toiminnan osa-alueilla. Kilpailuissa koulutuksissa ja leireillä käytiin. Lasten ja nuorten toimintaan satsattiin jälleen mm. Nuori Suomi -toiminnan kautta. Julkisuutta saatiin lähinnä seuran web-sivujen kautta (www.shirokawa.com), jossa on toimintakertomus sähköisessä muodossa.

NUORI SUOMI

Shirokawa on Nuori Suomen hyväksymä sinettiseura. Toiminnassamme noudatamme Nuori Suomen ja Suomen Judoliiton hyväksymiä periaatteita.

Nuori Suomi toimintaan ja vähän muuhunkin liittyen vuoden 2009 aikana järjestettiin lukuisia erilaisia tapahtumia, mm:

- maaliskuussa JuKo - judoa kouluihin -projektin lopputulemana nuoret vetivät 3 harjoitukset koululuokille omalla dojolla
- Shirokawa-viikonloppu 24.-25.4, jolloin oli erikoisharjoitukset kaikille seuran ryhmille
- toukokuussa Team JUKOn nuoret vetivät Spurtis-iltapäiväkerholle neljä judotuntia
- 5.5. oli Shirokawan sinettiseura-auditointi Suistohallilla
- 6.5. oli peruskurssille äitienpäivätreenit
- 19.5 jatkokurssin ja peruskurssin yhteinen futispeli-ilta Suiston nurmikolla
- kesällä 2009 junnut olivat Sandön judoleirillä, mukana kevään sekä perus- että jatkokurssilaisia, yhteensä 14, leiripäiväkirja luettavissa seuran sivuilta
- 8.9. pidettiin seuran jäsenistölle kaudenavaus 2009-2010 kokoontumalla yhdessä kaupungin leirikeskus Övikissä
- muksujudon isänpäiväharjoitukset (2 harjoitusta)

MUU JÄSENTOIMINTA

Vuosikokous pidettiin 25.3. Suistohallin dojolla. Nuori Suomi -toiminnan lisäksi pidettiin keväällä aikuisille oma ilta.

YHTEISTYÖ MUIDEN ALUEEN TOIMIJOIDEN KANSSA

Seuran edustajat osallistuivat aktiivisesti Judoliiton Etelä-Suomen alueen toimintaan. Yhteistyötä Järvenpään Akagin ja Loviisanseudun judoseura Arashin sekä Alliance Porvoo BJJ-seuran kanssa jatkettiin. Yksi seuran jäsen on jäsenenä Judon Tuki ry:n hallituksessa.

HALLINTO

Hallitus kokoontui vuoden 2009 aikana 7 kertaa. Hallitukseen kuuluivat:

puheenjohtaja: Timo Lepistö
varapuheenjohtaja: Jari Simonen
sihteeri: Yrjö Villanen
nuorisopäällikkö: Marianne Englund
kilpailu yht.hlö: Jari Jääskelä
jäsenet: Ritva Heikkilä, Leila Korhonen, Marko Lindholm, Kari Lintula.

Hallituksen ulkopuolella:

rahastonhoitaja: Maarit Susineva
kirjanpitäjä: Raili Bäckström.

Tilintarkastajina Ilkka Vaittinen ja Mikko Kärnä.

JÄSENMÄÄRÄ 31.12.2009

alle 18-vuotiaita: 111
18 v. täyttäneitä: 36
yhteensä: 147

Jäseniksi on laskettu vuoden 2009 jäsenmaksunsa maksaneet yhdistyksen jäsenet. Vuonna 2009 muksujudokat lisättiin virallisina jäseninä Sporttirikisteriin, mikä nosti myös jäsenmäärää.

Vuoden 2008 alusta alkaen ovat kaikki Suomen judoseurojen jäsenet olleet vakuutettuja ja lisensoituja Sporttirikisteriin. Tämä nosti seurojen jäsenmaksujen hintaa Judoliittoon, mikä asetti myös paineita seurojen jäsenmaksun tarkistamiselle.

Kausimaksut 1.9.2009-31.8.2010:

- aikuiset 100 €
- alle 18-vuotiaat 85 €
- perhemaksu 250 €

Kurssimaksu, joka sisältää jäsenmaksun, keltaisen vyön graduoinnin ja judopassin, oli 190€ ja sisaralennuksen myötä muiden perheen kurssilaisten maksu 140€. Muksujudossa oli osallistumismaksu 85€.

HARJOITUKSET

Kevät- ja syyskauden ajan toimi seurassa viikoittain seitsemän ryhmää:

Lauantaisin kaksi muksujudo-ryhmää, lasten peruskurssi (7-13v) kahdesti viikossa, jatkokurssi kelta-oranssivöisille ala-asteikäisille samoin kahdesti viikossa. Yleinen ryhmä nuorille kilpailijoille ja aikuisille harrastajille kahdesti viikossa. Lisäksi aikuisten ja nuorten kuntojudoryhmä kahdesti viikossa ja tyttöjen sekä naisten ryhmä kerran viikossa.

Kesäkuussa ja elokuussa pidettiin kaikille yhteiset harjoitukset kahdesti viikossa. Heinäkuu oli lajiharjoittelussa taukoa, kesäleirejä lukuun ottamatta.

Vuoden 2009 aikana oli harjoituskäyntejä jatkokurssilla, yleisellä ryhmällä, naisten ryhmällä ja kuntojudolla yhteensä 298 harjoitusta / 3906 henkilöharjoitusta (1h15min/1h30min/kerta). Harjoituksia oli kahden kuukauden jaksoihin laskettuna seuraavasti:

tammi-helmikuu	932 henkilöharjoitusta	
maalis-huhtikuu	953	>>
touko-kesäkuu	311	>>
heinä-elokuu	104	>>
syys-lokakuu	948	>>
marras-joulukuu	658	>>

Muksujudossa oli vuoden aikana 44 harjoitusta / 691 henkilöharjoitusta, laskettuna (45min/kerta).

RYHMÄT

Muksujudo

Lauantaisin kokoontui 2 alle kouluikäisen pikkujudokan ryhmää, yhteensä 25+27 = 52 kävijää. Ryhmää ohjasivat keväällä Maarit Susineva, Leila Korhonen ja Suvi Lepistö ja syksyllä Maarit Susineva ja Leila Korhonen apunaan Elsa Stör ja Anni Westerberg.

Lasten peruskurssi

Edellisenä syksynä alkaneelta kurssilta graduoitiin keväällä 20 kurssilaista. Syksyllä 2009 kurssin aloitti 25 kurssilaista. Sekä keväällä että syksyllä on kurssi harjoitellut maanantaisin ja keskiviikkoisin.

Kurssin ohjaajina olivat keväällä Marianne Englund ja Kari Lintula, syksyllä Marko Lindholm ja Kari Lintula. Lisäksi sairastapausten tms. kohdatessa vetäjäksi astui Timo Lepistö, Matti Lattu tai Yrjö Villanen.

Jatkokurssi

Keväällä ja syksyllä harjoitteli tiistaisin ja torstaisin jatkokurssi, mihin kuului noin 20 ala-asteikäistä kelta-oranssivöistä judokaa. Syksyllä kevään kurssilaiset liittyivät mukaan. Samalla joitain C/D TehoTiimiläisiä siirtyi harjoittelemaan myös yleisessä ryhmässä, jolloin heidän viikkoharjoitusmääränsä nousi toivottuun 3 kertaan.

Ryhmää ohjasivat keväällä Marko Lindholm ja Jari Simonen sekä syksyllä Yrjö Villanen ja Jari Simonen.

Yleinen ryhmä – isommat kilpailijat

Keväällä ja syksyllä yleisessä ryhmässä oli 5-15 kelta-mustavöistä junioria ja aikuista. Ryhmä harjoitteli maanantaisin ja torstaisin, osa ryhmäläisistä myös aikuisten kanssa keskiviikkoisin. Ryhmää ohjasivat keväällä ja syksyllä Hanna ja Matti Lattu sekä Michael Lindqvist.

Kuntojudo

Kuntojudon ryhmä on tarkoitettu ainoastaan kuntoilumielessä harjoitteleville, lähinnä aikuisille ja jo hieman varttuneemmille nuorille judokoille. 6 -14 kuntoilijan ryhmä harjoitteli keväällä keskiviikkoisin ja lauantaisin, syksyllä keskiviikkoisin ja sunnuntaisin. Lisäksi ahkerimmat kävivät välillä myös yleisen ryhmän harjoituksissa. Aikuisille ei järjestetty omaa peruskurssia vaan mukaan saattoi tulla pitkin kautta.

Ryhmää ohjasivat Yrjö Villanen apunaan kulloinkin ylin vyö.

Naisten ja tyttöjen ryhmä

Perjantaisin keväällä ja lauantaisin syksyllä harjoitteli naisten ja tyttöjen ryhmä. Kävijöitä oli 5-12. Ohjaajina toimivat Anu Stör ja Raili Bäckström.

GRADUOINNIT

Vuonna 2009 graduointien määrä lähti taas nousuun, yhden vuoden notkahduksen jälkeen. Korkeita vyöarvoja suoritettiin kuitenkin useita.

vyöarvo:	2005	2006	2007	2008	2009
5. kyu (keltainen)	39	24	36	14	20
4. kyu (oranssi)	4	11	19	7	7
3. kyu (vihreä)	1	7	1	3	2
2. kyu (sininen)	2	1	2	1	1
1. kyu (ruskea)	-	1	-	1	4
1. Dan (musta)	1	1	-	1	-
2. Dan musta)	(1)	-	-	-	-
3. Dan (musta)	-	-	-	-	-
4. Dan (musta)	-	-	-	1	-
yhteensä:	48	45	58	28	34

KILPAILUTOIMINTA

Toimintavuoden aikana seuran judokat ottivat osaa kaikkiaan 27 kilpailuun. Yhteensä 93 osallistumisesta tuli seuran jäsenille 17 kultaista, 12 hopeista ja 20 pronssista mitalia.

Pienimmät valko- ja keltavöiset juniorit kävivät opettelemassa kilpailemista alueen kaikissa neljässä Junnu Cup-harjoituskilpailussa ja koko vuoden loppupisteissä Shirokawa sijoittui kymmenenneksi.

Lisäksi osallistuttiin lähes kaikkiin lähitienoon kilpailuihin ja myös muutama kauempana Suomessa järjestettyyn kisaan.

B-ikäisten edustusvalmennettavamme Santeri Lepistö saavutti B-nuorten Suomen mestaruuden Rovaniemellä käydyissä kisoissa. Lisäksi hän voitti PM-hopeaa ja voitti Tarton avoimissa kv. kisoissa sekä Nuorten Swedish Open -turnauksessa oman sarjansa. Santeri sai myös edustuspaikan Tampereella järjestetyssä Euroopan Nuorten Olympiafestivaaleilla (EYOF). Toinen edustusvalmennettavamme Joonatan Gröndahl otti pronssia PM-kisoissa keväällä alle 20-vuotiaiden sarjassa 60 kg.

LEIRITOIMINTA

Seuran jäsenistö kävi vuoden aikana yhteensä 22 erilaisella leirillä / leirin omaisissa harjoituksissa. Osallistuttiin mm. alueleirille sekä Heinäveden, Pajulahden ja Helsingin kesäleireille.

Suurin yksittäinen leiritapahtuma lukumääräisesti seurasta osallistuneista oli Yöttömän Yön judoleiri Loviisan Arashin järjestämänä Sandön saarella. Tämän tyyppisen kootun kesäleiritöiminnan soisi jatkuvan tulevaisuudessa, se vaatii kuitenkin aktiivisuutta myös junnujen vanhemmilta.

Edustusvalmennettavamme osallistuivat neljälle liiton EV-leirille, kotimaan koviin leireille Porissa, Pajulahdessa, Heinävedellä ja Helsingissä sekä kv. leireille Virossa, Ruotsissa ja Saksassa. Lisäksi A/B-TehoTiimin ja Judoliiton harjoituksissa keskiviikkoisin Maunulassa yhteensä noin 60 käyntiä (2 henkeä).

Seurasta lähti syksyllä nousemaan uusi polvi C/D ikäisiä kilpailijoita, jotka osallistuivat syksyn aikana kolmeen C/D TehoTiimin harjoitusleiriin, yhteensä 18 käyntiä.

Judon Tuki ry:n Get Together -kuntojudoharjoituksiin pääkaupunkiseudulla osallistuttiin kerran.

KOULUTUS

Seuran jäsenistö osallistui toimintavuoden aikana kaikkiaan 12 koulutustilaisuuteen, joissa aikuisia 21 ja junnuja 9.

Syksyn aikana seurasta oli 2 aikuista mukana Seuratoiminnan ja seurajohtamisen kehittämissuunnitelmassa, junnupainotteisesti Team JuKo -koulutuksissa sekä monipuolisesti muissa Judoliiton ja alueen yleisissä koulutuksissa. Tarkemmat tiedot löytyvät seuran sivuilta.