



SHIROKAWA ry

TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2013

YLEISTÄ

Shirokawan 42. toimintavuosi oli historiallinen sillä se oli ensimmäinen vuosi jolloin seuran toiminta perustui oman harjoitussalin käyttöön, syksyllä 2012 vuokratessa ja remontoidussa Pajatien dojossa. Salin käyttöön saaminen oli syksyllä viivästynyt, mikä alkuun näkyi jonkin verran mm harjoitusmäärissä.

Jäsenmaksujen osalta siirryttiin vuonna 2013 järjestelmään jossa maksu suoritetaan kahdessa erässä, keväällä ja syksyllä. Tämä oli edellytys sille että kuukausille budjetoidut kassavirrat saatiin toteutumaan ja kassa pysymään riittävällä tasolla koko vuoden. Osana uuden talouden suunnittelua jäsenmaksuihin toteutettiin myös maltillinen korotus. Pajatien kapasiteettia vuokrattiin tehdyn sopimuksen mukaan Toran ju-jutsun käyttöön. Yhteistyö sujui suunnitellusti ja sitä aiotaan edelleen jatkaa, samoin kuin FC Futuran junioreille tuotettuja judoharjoituksia. Pienempiä yhteistyöhankkeita olivat mm Tasapainokoulu-otsikolla toteutettu liukastumis- ja tasapainoharjoittelu joka toi seuralle hyvin julkisuutta paikallisessa mediassa.

Jäsenhankintaa peruskurssille ja seuran toiminnan markkinointia vauhditettiin mm. pitämällä alkusyksyllä näytöksiä Porvoon kouluissa. Tulokset olivat hyviä ja kurssien osallistujamäärät saatiin lopulta suurin piirtein suunnitellulle tasolle.

Junioritoiminta kehittyi uuden ryhmäjaon ja suunniteltujen panostusten mukaisesti. Toiminta on nousujohteista ja harjoituksiin osallistuminen aktiivista. Erityisen myönteistä on kiinnostus kilpailuorientoituneeseen harjoitteluun, mikä lupaa mielenkiintoista tulevaisuutta seuran kilpailijoiden suhteen.

Tukijudo vakiinnutti vuoden aikana toimintansa. Osallistujamäärä kasvoi loppuvuotta kohti, ja marraskuussa Shirokawa järjesti ohjaajakoulutuksen yhteydessä Pajatiellä myös ensimmäisen sovelletun judon valtakunnallisen leirinsä.

Kaiken kaikkiaan saldo on ensimmäiseltä oman dojon vuodelta on erittäin myönteinen, joskin talouden vakiinnuttamiseksi ja seurannan systematisoimiseksi on töitä edelleen jatkettava. Pitemmällä tähtäyksellä katsoen vuonna 2013 luotiin tärkeä perusta tulevalle jäsenmäärän kasvattamiselle ja toiminnan laajentamiselle. Seuran visiota päivitettiin workshopissa syksyllä, tämä työ viimeistellään vuoden 2014 alussa.

NUORI SUOMI

Shirokawa on Nuori Suomen hyväksymä sinettiseura. Noudatamme toiminnassamme Nuori Suomen ja Suomen Judoliiton hyväksymiä periaatteita. Shirokawan sinettisäännöt ovat luettavissa seuran nettisivuilla.

Nuori Suomi- ja jäsen toimintaan liittyen järjestettiin vuoden 2013 aikana mm seuraavia tapahtumia:

- bussiretki judon SM-kisoihin 6.4.
- Borealis-vesipullojen lahjoitus 14.3.
- Shirokawan junioreiden oma leiriviikonloppu + yöpyminen 25-26.5.
- pikkujoulutreenit ja kauden ansioituneiden palkitseminen joulukuussa
- muksuilla omat päättäjaisensä

MUU JÄSENTOIMINTA

Aikuisille järjestettiin kataharjoitus + saunailta Omenamäessä 2.3.

YHTEISTYÖ ALUEEN TOIMIJOIDEN KANSSA

Yhteistyö alueella jatkui alueen Tehotiimin ja kilpailujen järjestämisen puitteissa, muutoin yhteistyö esim. alueen seurojen kanssa oli vähäistä.

Syksyllä 3.11. Shirokawa liittyi jäseneksi Etelä-Suomen Judo ry:hyn, joka jatkaa lakkautetun Judoliiton Etelä-Suomen alueen toimintaa itsenäisenä yhdistyksenä. Matti Lattu ja Mikael Lindqvist toimivat seuran edustajina yhdistykseen päin.

JUKO

Suomen Judoliiton JuKo-hanke jatkui entiseen tapaan muutaman tapahtuman voimin

- Juornaankylän koulu 22.3., seurantalo
- Linnajoen koulun 8 lk (15 oppilasta) Suistolla 18.4.
- judonäytöksiä kouluilla syyskuussa: Gammelbacka skola, Keskuskoulu, Hamarin koulu
- AE – koulun liikunnan valinnaisryhmä Suistolla

JuKo eli Judoa Kouluille -ryhmän tarkoituksena on judollisten liikuntatuntien tarjoaminen lähiseudun kouluille, lisätä lajituntemusta judosta, tarjota nuorille uusi, hyvä harrastus, kohottaa nuorten kuntoa ja kehittää yhteistyötä paikallisten oppilaitosten kanssa.

Shirokawan JuKo-ryhmässä toimivat Anni, Ida, Lauri ja Miika Westerberg. Ryhmän valvovana ohjaajana ja koordinaattorina toimi Tanja Westerberg. Anni oli Judoliiton koulutuspäällikön apuna Tampereen Messukeskuksessa 8.11. järjestetyssä tapahtumassa.

JUDON LAJIESITTELY JA MUU JUDOJA EDISTÄVÄ TOIMINTA

Tammikuussa toteutettiin Tasapainokoulu-otsikolla liukastumis- ja tasapainoharjoittelua porvooolaisille. Paikallinen invalidiyhdistys oli yhteydessä Shirokawaan ja näin saatiin tapahtuma toteutettua.

Kaupunginkirjasto järjesti toukokuussa japanilaisen kirsikankukkajuhlan, jossa esiintyi porvooolaisia budoseuroja. Shirokawa oli mukana ohjaajan ja junnujoukon voimin.

Shirokawa on mukana Porvoon Keskuskoulun valtakunnallisessa Liikkuva koulu -hankkeessa. Keväällä ja syksyllä pidettiin koululle useita kamppailutunteja yhdessä paikallisten aikido-, taido- ja tae-kwondo-seurojen kanssa.

Syyskuussa pidettiin usealla koululla judonäytökset, joissa oli mukana iso joukko seuran junioreja sekä aikuisia.

HALLINTO

Seuran hallitus kokoontui 12 kertaa. Lisäksi pidettiin valmistelevia kokouksia mm budjettisuunnittelun osalta. Yhdistyksen vuosikokous pidettiin 4.2.2013, ja siinä valittuun hallitukseen kuuluivat:

Puheenjohtaja:	Timo Lepistö
VPJ ja valmennusvastaava	Matti Lattu
Rahastonhoitaja	Pasi Ojanen (elokuusta 2013 alkaen Maija-Liisa Gröndahl, joka ei toimi hallituksen jäsenenä)
Sihteeri	Mika Siitonen
Jäsenrekisteri, kilpailuvastaava	Jari Jääskelä
Koulutus ja graduointi	Yrjö Villanen
Nuori Suomi yhteyshenkilö	Tanja Westerberg
Pajatien sali-isäntä	Michael Lindqvist
Muut jäsenet	Minttu Ojanen
Toiminnantarkastajat	Mikko Kärnä ja Ilkka Vaitinen

JÄSENMÄÄRÄ 31.12.2013

Seuran jäsenmäärä 31.12.2013 oli 143, joista junioreita 112 ja aikuisia 31.

HARJOITUKSET

Vuonna 2013 seurassa toimi yhteensä kahdeksan ryhmää. 2012 alkanut tukijudo jatkoi aktiivisena ja lisäksi syksyllä 2013 perustettiin uusi nuorten ryhmä.

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

Vuoden 2013 aikana oli kaikilla ryhmillä yhteensä 417 harjoitusta ja niissä osallistujia yhteensä 5159. Harjoituksen kestot vaihtelevat yhden tunnin ja 90 minuutin välillä per kerta.

RYHMÄT

Muksujudo

Vuoden aikana toimi kaksi muksujudo-ryhmää ja kummassakin oli noin 30 pikkujudokaa. Keväällä ryhmiä ohjasivat Anu Stör, Kai Stör, Minttu Ojanen ja Tiina Pusa.

Syksyllä isompien ryhmä sai myyvän nimen Mini-Samurait ja ryhmiä ohjasivat Tiina Pusa, Jouni Kähärä, Minttu Ojanen, Anni Westerberg

Lasten peruskurssi

Ryhmä harjoitteli tiistaisin ja torstaisin. Ryhmässä oli noin 20 junnua ja ohjaajina toimivat Kai Stör, Teemu Mallenius ja Yrjö Villanen.

Jatkokurssi

Jatkokurssi harjoitteli maanantaisin ja keskiviikkoisin. Yli 20 ala-asteikäistä kelta-oranssivöistä judokaa ohjasivat Matti Lattu, Kari Lintula ja Tanja Westerberg.

Syksyllä 2013 jatkokurssin edistyneemmät siirrettiin uuteen nuorten ryhmään. Muutama keltavöinen jatkoi vielä jatkokurssilla ja ryhmään siirrettiin keväällä päättyneen peruskurssilta jatkavat lapset.

Nuorten ryhmä

Syksyllä 2013 perustettiin uusi nuorten ryhmä. Siihen koottiin entisestä yleisestä ryhmästä muutama edistyneempi nuori sekä kevään 2013 jatkokurssilaisista suurin osa. Ideana on perustaa ryhmä 10-15 kelta-vihreävöisille ja pitää samaa ryhmää yhdessä mahdollisesti useampi vuosi. Ryhmä harjoitteli kolmesti viikossa: maanantaisin, keskiviikkoisin ja sunnuntaisin. Keskiviikkoisin oli yhteisharjoitus Aikuisten ryhmän kanssa. Ryhmää ohjasivat Matti Lattu ja Michael Lindqvist.

Yleinen ryhmä

Keväällä toimi Yleisen ryhmä, jossa harjoitteli aikuisia ja nuoria sekä lapsia. Seuran kilpailijat harjoittelivat tässä ryhmässä. Ryhmä harjoitteli maanantaisin ja keskiviikkoisin ja sitä ohjasivat Matti Lattu ja Michael Lindqvist, syksyllä myös Hanna Lattu. Harjoittelijoita oli keskimäärin 15.

Kuntojudo

Keväällä toimi erikseen kuntojudo-ryhmä, jossa harjoitusten paino oli tekniikkaharjoittelulla. Ryhmässä oli mukana keskimäärin 10 nuorta ja aikuista ja ryhmää ohjasi Timo Lepistö.

Aikuisten ryhmä

Syksyllä yleinen ryhmä ja kuntojudo yhdistettiin aikuisten ryhmäksi ja ryhmää ohjasi tiistaisin Timo Lepistö ja keskiviikkoisin, kun ryhmä harjoitteli yhdessä nuorten kanssa, Matti Lattu ja Michael Lindqvist. Ryhmän koko on vaihdellut paljon, enimmillään sen ollessa noin 10 aikuista.

Naisten ja tyttöjen ryhmä

Ryhmä harjoitteli perjantaisin ja siinä harjoitteli 10- 20 eri- ikäistä judokaa. Ryhmää ohjasivat Anu Stör ja Ritva Heikkilä.

Tukijudo

Lasten ja nuorten sovelletun judon ryhmällä Tukijudolla oli harjoitukset lauantaisin. Ryhmää ohjasivat Anu Stör ja Suvi Lepistö, keväällä 2013 apunaan myös Sari Saariaho-Uusimäki ja syksyllä 2013 Kai Stör ja Timo Lepistö. Ryhmässä harjoitteli 13 judokaa.

Judofutis

Jalkapalloilijoille tarkoitettua oheisharjoittelua "Futisjudoa" tarjottiin keväällä Futuran junioreiden ikäryhmille T02/03 ja P02/03 ja syksyllä ikäryhmille T03/04 ja P03/04 sekä P99/00. Keväällä ryhmät harjoittelivat sunnuntaisin niin, että jokaiselle futiajalle harjoituskertoja oli 1 krt/joka 2.viikko. Syksyllä P99/00 harjoitteli kerran viikossa torstaisin, P04 kerran viikossa perjantaisin ja sunnuntaisin (kaksi eri ryhmää) ja T03/04 ja P03 joka toinen viikko vuorotellen sunnuntaisin. Ryhmäkoko vaihteli n. 7-25, ollen keskimäärin n. 14/kerta. Ryhmien vetäjinä toimivat Hanna Lattu ja Jari Jääskelä. Apuvetäjinä oli vaihtelevasti juko-koulutettuja nuoria.

GRADUOINNIT

Shirokawan Dan-kollegio päättää seuran graduoinneista ja vuonna 2013 kollegioon kuuluivat Matti Lattu, Timo Lepistö ja Yrjö Villanen. Vuoden aikana graduoitiin yhteensä 27 keltaista, 13 oranssia, kolme vihreää ja yksi sininen vyö. Lisäksi Petteri Kähärä suoritti toukokuun aluegraduoinnissa ruskean vyön.

KILPAILUTOIMINTA

Toimintavuoden aikana seuran judokat ottivat osaa kaikkiaan ainakin 25 kilpailuun. Mitaleita tuli kymmeniä, kilpailuihin osallistuneet ja sijoitukset löytyvät JudoShiai-kilpailusivustolta, <http://www.judoshiai.fi>.

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

Shirokawa järjesti hyvin onnistuneen kilpailuviikonlopun 28.- 29.9. Urheiluhallilla. Lauantaina kilpailtiin Etelä-Suomen avoimet aluemestaruuskilpailut ja sunnuntaina Junnu Cup 3. Kilpailuiden johtajana toimi Jari Jääskelä, seuran jäsenet ja lukuisat vanhemmat olivat mukana eri tehtävissä viikonlopun aikana. Kiitos kaikille mukana olleille.

Lisäksi osallistuttiin lähes kaikkiin lähitienoon kilpailuihin ja myös muutamaaan kauempana Suomessa järjestettyyn kisaan. Nuorten SM-kilpailuissa Ida Westerberg sijoittui viidenneksi B-tyttöjen sarjassa. Santeri Lepistö osallistui aikuisten SM-kilpailuihin ja sijoittui yhdellä voitolla neljänneksi.

Ida Westerberg otteli erittäin vahvasti syksyllä 2013 ja voitto kansainvälisen kilpailun Tartossa sekä sijoittui kolmanneksi nuorten Finnish Judo Openissa. Nämä näytöt yhdessä innokkaan harjoittelun kanssa nostivat Idan Judoliiton 1-maajoukkueeseen ja Ida lähtee tavoittelemaan alle 18-vuotiaiden EM-kisapaikkaa 2014.

KILPAILUJEN TUOMARITOIMINTA

Jouni Kähärä ja Petteri Kähärä toimivat vuoden aikana tuomaritehtävissä lähinnä Etelä-Suomen alueen kilpailuissa. Jouni Kähärä (B-tason tuomari) tuomitsi aktiivisesti 14 eri kilpailussa ja Petteri Kähärä kuudessa kilpailussa.

LEIRITOIMINTA

Judoliiton maajoukkue /EV-leiri -toimintaan osallistuivat Joonatan Gröndahl, Santeri Lepistö ja Ida Westerberg, sekä Sara Kähärä. Nämä neljä nuorta osallistuivat myös alueen yhteistreeneihin Helsingissä.

Joonatan Gröndahl osallistui Judoliiton järjestämälle 3 viikon Japanin harjoitusleirille kesä-heinäkuussa 2013. Hieman pidempi leiri Lahden urheilukoulussa päättyi ennen sitä 16.5.2013.

Tehotiimitoimintaan osallistuivat Ida Westerberg ja Jonas Lindqvist. Jonas osallistui myös maanantaisin järjestettyihin Tehotiimin viikkotreeneihin.

Lisäksi osallistuttiin mm. Porvoon, Artjärven ja Helsingin kesäleireille.

Salin avajaisleiri järjestettiin tammikuussa. Siihen osallistui noin 40 judokaa ja vierailijoita oli Kotkasta ja Helsingistä. Avajaisleirin vetäjänä toimivat Otto ja Antti Faven Nokialta. Seuran joululeiri järjestettiin joulukuussa ja siinä oli vetäjänä Antti Renko Nurmijärveltä.

KOULUTUS

Seuran jäsenistöä osallistui vuoden aikana seuraaviin koulutuksiin:

- 2. tason valmentajakoulutus (Fyysinen valmennus 50 h)
- Oppimisen ja opettamisen perusteet judossa
- Peruskurssiohjaajien koulutus
- Judon perusteet

Edellä mainituissa koulutuksissa oli yhteensä kuusi henkilöä. Lisäksi marraskuun ensimmäisenä viikonloppuna pidettiin Porvoossa Suomen Judoliiton Sovelletun judon ohjaajakoulutus johon seurasta osallistui viisi ohjaajaa, Teemu Mallenius, Tanja Westerberg, Yrjö Villanen, Suvi Lepistö ja Timo Lepistö.