



VOIMAILUSEURA BODONOS r.y.

Judojaoston toimintasuunnitelma 2017

# Judojaoston toimintasuunnitelma 2017

Tämän asiakirjan tarkoituksena on kuvata Voimailuseura Bodonoksen Judojaoston toimintaa vuonna 2017. Yhdistyksen johtokunta ja judojaoston kokous pidättävät oikeuden itsellään muuttaa seuraavassa esitettyjä tavoitteita ja toimintaa, mikäli yhdistyksen toiminta ja sen kehittäminen sitä vaatii.

## Judojaoston toiminta-ajatus ja tehtävä

Judojaoston toiminnan keskeisenä tavoitteenä on olla Keski-Uudenmaan alueellinen nuorten ja aikuisten liikuttaja, tarjota jäsenilleen mahdollisuuden harrastaa mahdollisimman monipuolista ja laadukasta judoa sekä tukea ja edistää kaiken ikäisten judokoiden kilpaurheilua.

## Tavoitteet ja toiminnan mittarit

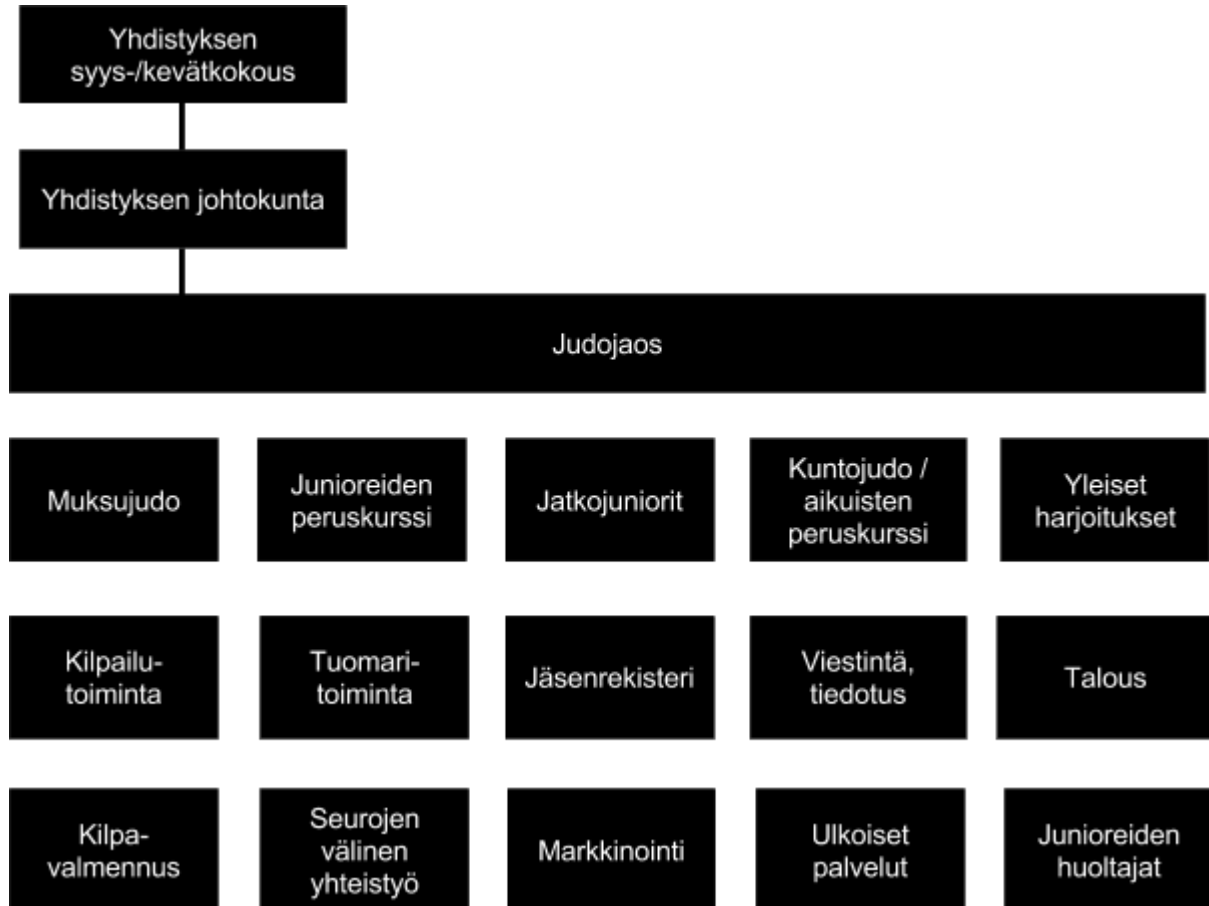
Seuraavassa kuvataan judojaoston keskeisiä tavoitteita ja mittareita vuodelle 2017.

Toiminta	Lähtötilanne 2016	Tavoite 2017
Lasten ja nuorten harrastusmahdollisuuksien laajentaminen	Juniorijäseniä 10/2016 45 kpl	Juniorijäseniä 55 kpl
Aikuisten liikuttaminen	Aikuisia jäseniä 10/2016 30 kpl	Aikuisia jäseniä 35 kpl
Maajoukkue-edustukset	Alle 18 v I-maajoukkueessa kaksi urheilijaa ja II-maajoukkueessa yksi urheilija	Alle 21 v I-maajoukkueessa kaksi urheilijaa, alle 18 v I-maajoukkueessa yksi urheilija ja II-maajoukkueessa kaksi urheilijaa
Kerava Shiai & Veteraanien Mestaruuskilpailut	Kilpailuihin osallistui 146 kilpailijaa, kisajärjestelyissä ongelmia	200 kilpailijaa, sujuvat kisajärjestelyt  Ulkomaisia osallistujia veteraanisarjoissa
Kilpaurheilullinen menestys arvokilpailuissa	<b>SM-kilpailut</b> U18: Kaksi osallistujaa, kaksi kultamitalia U21: Kaksi osallistujaa, kaksihopeamitalia Aikuiset: Yksi osallistuja  <b>PM-kilpailut</b> U18: Yksi osallistuja, yksi	<b>SM-Kilpailut</b> Osallistujia joka ikäluokassa (18, U21, aik), sijoituksia viiden parhaan joukkoon joka ikäluokassa.  Joukkueen saaminen SM-kilpailuihin.

	<p>pronssimitali U21: Yksi osallistuja Aikuiset: ei osallistujia</p> <p><b>Muut</b> Kaksi osallistujaa U18 EM-kilpailuissa</p>	<p><b>PM-kilpailut</b> Osallistujia joka ikäluokassa (U18, U21, aik., vet.), sijoituksia seitsemän parhaan joukkoon joka ikäluokassa.</p>
<p>Kilpaurheilullinen menestys kansallisissa kilpailuissa</p>	<p>Judoshiain Club Top30 -listan 14. sija.26 kilpailua, 29 kilpailijaa, osallistumisia yhteensä 123, mitaleja 34-24-18.</p>	<p>Judoshiain Club Top 30 -listalla 10 joukkoon, 35 kilpailijaa.</p>
<p>Harjoitusten lukumäärä harjoituskaudella</p>	<p>Kuudet ohjatut harjoitukset viikossa</p>	<p>Kahdeksat ohjatut harjoitukset viikossa</p>
<p>Ohjaaja- ja valmentajakoulutus</p>		<p>Yksi uusi I-tason valmentajatutkinto., aktiivinen osallistuminen Suomen Judoliiton järjestämiin tekniikkakoulutuksiin ja muihin vastaaviin täydennyskoulutuksiin.</p> <p>Vähintään yksi vuosittainen seuran sisäinen ohjaajakoulutus.</p>
<p>Harjoittelijoiden dropout</p>		<p>Harjoittelijoiden Dropout:in estäminen.</p>

## Toimintamalli ja vastuuhenkilöt

Judojaos kokoontuu neljästi vuodessa tai tarpeen mukaan. Kokouksen kokoonkutsujana toimii judojaoston puheenjohtaja / sihteeri. Judojaoston kokouksissa suunnitellaan ja seurataan jaoston toimintaa toiminnan mittareiden mukaisesti. Judojaosto raportoi toimintansa yhdistyksen johtokunnalle.



Toimialue	Vastuuhenkilöt
-----------	----------------

Judojaos	Marko Kolehmainen (pj), Tero Keitaanniemi (sihteeri)
Kilpailutoiminta	Marko Kolehmainen
Muksujudo	Matias Tapiovaara
Junioreiden peruskurssi	Manne Nevakko
Jatkojuniorit	Janne Nyman, Atte Kolehmainen
Aikuisten peruskurssi	Martti Tulimaa
Kuntojudo	Martti Tulimaa
Aikuisten yleinen ryhmä	Dan Drocan, Janne Nyman, Sampo Mälkiä
Tuomaritoiminta	Martti Tulimaa, Janne Nyman
Jäsenrekisteri	Marko Kolehmainen
Viestintä, tiedotus	Tero Keitaanniemi, Sampo Mälkiä
Kilpavalmennus	Sovitaan tapauskohtaisesti
Seurojen välinen yhteistyö	Judojaos
Markkinointi	Judojaos
Ulkoiset palvelut	Atte Kolehmainen, Tatu Keitaanniemi
Junioreiden huoltajat	Matias Tapiovaara, Manne Nevakko, Janne Nyman, Atte Kolehmainen

## Kurssitoiminta / harjoitusryhmät

Muksujudo

Junioreiden  
peruskurssi

Jatkojuniorit

Aikuisten  
peruskurssi /  
kuntojudo

Aikuisten yleinen  
ryhmä

Vapaat  
harjoitukset,  
kilpavalmennus

**Muksujudo** on tarkoitettu 5-6 vuotiaalle lapsille. Muksujudoryhmä harjoittelee kerran viikossa. Muksujudossa harjoitellaan judonomaista liikuntaa Judoliiton suositusten mukaisesti.

**Junioreiden peruskurssi** on tarkoitettu 7-14 vuotiaalle lapsille ja nuorille. Kurssi alkaa syksyllä 2017 ja päättyy keväällä 2018. Junioreiden peruskurssin harjoitukset järjestetään kaksi kertaa viikossa. Kurssin aikana käydään läpi 5.Kyu (keltainen vyö) sisältämät toiminnot ja tekniikat. Kurssin loppuksi suoritetaan vyökoe.

**Jatkojuniorit** on tarkoitettu junioreiden peruskurssin suorittaneille, alle 15 vuotiaalle lapsille ja nuorille. Jatkojuniorit harjoittelevat ohjatusti kaksi kertaa viikossa.

**Aikuisten peruskurssi** on tarkoitettu 15 vuotta täyttäneille nuorille ja aikuisille. Aikuisten peruskurssi harjoittelee ohjatusti kerran viikossa yhdessä kuntojudon kanssa. Kurssin aikana käydään läpi 5.Kyu (keltainen vyö) sisältämät toiminnot ja tekniikat. Kurssin loppuksi suoritetaan vyökoe.

**Kuntojudo** ryhmä harjoittelee ohjatusti kerran viikossa yhdessä aikuisten peruskurssin kanssa. Harjoitukset on tarkoitettu 15 vuotta täyttäneille nuorille ja aikuisille. Kuntojudossa harjoitellaan judoa harjoittelijan ikä ja fyysinen toimintakunto yksilöllisesti huomioon ottaen.

**Aikuisten yleinen harjoitusryhmä** harjoittelee ohjatusti kaksi kertaa viikossa. Ryhmän harjoituksiin voivat osallistua pääsääntöisesti 15 vuotta täyttäneet, vähintään keltavöiset judokat. Mahdolliset poikkeustapaukset iän ja vyöarvonsuhteen käsitellään erikseen judojaoston kokouksissa ja/tai ryhmien vastuuvetäjien kesken.

**Vapaat harjoitukset** ovat seuran kaikille judokoille avoimet ja niissä voi harjoitella itse haluamiaan tekniikoita.

**Kilpavalmennus:** seuran antama kilpavalmennus toteutetaan pääsääntöisesti harjoitusohjelman mukaisten harjoitusten yhteydessä. Henkilö- / ryhmäkohtaisista kilpavalmennuksista sovitaan erikseen vetäjien/valmentajien ja valmennettavien kanssa.

## Toimintakalenteri 2017

tammikuu	<b>ti 10.1 judojaos kokoontuu</b> Kougensai Shiai 14.1 Hyvinkää Samurai Cup I 21.1 U18 majo-leiri 27.-29.1
helmikuu	Nuorten SM kisat 4.2. Rovaniemi
maaliskuu	Batic Sea Championships + leiri 10-12.3 Orimattila Hontai Shiai 25.3 Vantaa AVM 26.3 Vantaa
huhtikuu	U18 majo-leiri 14.-16.4 Pajulahti Hämeenlinna Shiai 29.4 Hämeenlinna
toukokuu	<b>ti 9.5 judojaos kokoontuu</b> <i>viikko 21 Junnujen kevätkauden päättäjäiset</i> Aikuisten SM kisat 20.5 Turku Wekara Shiai 27.5 Vantaa Joukkue Wekara 28.5 Vantaa
kesäkuu	Yanagi XXXII judocamp 26.6-2.7 Heinävesi <i>Aikuisten "perinteiset kesätreenit"</i>
heinäkuu	
elokuu	<b>ti 8.8 judojaos kokoontuu</b> U18 majo-leiri 24.-27.8 Pajulahti
syyskuu	<b>ti 19.9 judojaos kokoontuu (Kerava Shiai valmistelut)</b> <i>Kerava liikkuu tapahtuma</i> Samurai Cup III 9.9 porvoo Ryhti Shiai 9.9 Raisio
lokakuu	<i>la 14.10.2017 Kerava Shiai, Veteraanien mestaruuskilpailut</i> <b>to 26.10 judojaos kokoontuu</b> Eden Shiai 7.10 Mikkeli Shiai 14.10
marraskuu	Junnu Cup 4 18.11 Kirkkonummi
joulukuu	<i>viikko 50 Junnujen pikkujoulut</i>

## Kannustinjärjestelmä

Pyritään seuraavanlaiseen kannustinjärjestelmään, jos seuran taloudellinen tilanne sen sallii:

<b>Toiminta</b>	<b>Kannustin</b>
Ohjaus- ja valmennustoiminta	Harjoitusryhmien vastuuvetäjille ja kilpavalmennuksesta vastaaville vapautus vuoden 2017 - 2018 harjoitusmaksuista
Urheilijat / kilpailumenestys	Vuoden aikuinen (yli 18 v ) miesurheilija - 75€ palkinto Vuoden aikuinen (yli 18 v) naisurheilija -75€ palkinto Vuoden nuori poikaurheilija - 75€ palkinto Vuoden nuori tyttöurheilija - 75€ palkinto Vuoden kehittyjä - 75€ palkinto
Maajoukkueleirit (4 kpl / vuosi)	I ja II maajoukkueeseen valitut urheilijat: seura velvoittaa osallistumaan, seura tukee osallistujia 120€ / leiri
SM kilpailut (U18, U21 ja aikuiset)	Osallistujat valitaan näyttöjen perusteella, osallistumismaksut korvataan 100%, mahdolliset matka- ja majoituskulut erikseen sopien
Samurai Cup kilpailut	Osallistumismaksu korvataan 100%
PM-kilpailut	I ja II -maajoukkueeseen valitut urheilijat / osallistujat valitaan näyttöjen perusteella, osallistumismaksu korvataan 100% ja ulkomailla järjestettävien kilpailujen osalta 200€ / kilpailija majoitus- ja matkakuluja
Eurooppa Cup	I-maajoukkueeseen valitut urheilijat veloitetaan osallistumaan vähintään kahteen Eurooppa Cup kilpailuun leireineen. Seura tukee 250€ / kilpailu.
NJFO, Baltic Sea Championship, SWOP	Osallistujat valitaan näyttöjen perusteella, osallistumismaksu korvataan 100%
Leirit	Seura maksaa ohjaajien osallistumismaksun, sekä matkakulut ohjaajille (0,25€/ km), jos leirillä on seuran junioreita
Koulutukset	Seura maksaa osallistumismaksun ja matkakulut ohjaajille (muiden osallistujien kohdalla mahdollisista kulukorvauksista sovitaan erikseen)
Kilpailujen, leirien ja koulutusten matkakulut	Seura maksaa 0,25€ / km, jos autossa kolme osallistujaa, kilpailijaa ja/tai ohjaajaa
Muut kulut, korvaukset tai kannusteet	Seuran johtokunnassa erikseen sovitusti



