



**KAJANIN JUDOKERHO RY
TOIMINTASUUNNITELMA
2015**

Hyväksytty sääntömääräisessä syyskokouksessa 15.12.2014

Sisällysluettelo

JUDOKERHON HALLINTO 2015 JA SEURAJOHTAMINEN	4
HALLITUS JA TOIMIHENKILÖT 2015	4
<i>Judokerhon hallitus 2015</i>	<i>4</i>
<i>Judokerhon kokoukset 2015.....</i>	<i>5</i>
<i>Toimihenkilöt 2015.....</i>	<i>5</i>
<i>Rahastonhoitaja</i>	<i>5</i>
<i>Tilin- ja toiminnantarkastus 2015.....</i>	<i>5</i>
<i>Liitto- ja aluetason toiminta 2015</i>	<i>6</i>
<i>Muu suhdetoiminta</i>	<i>6</i>
KAJAANIN JUDOKERHON TOIMINTALINJA	7
SEURATOIMINNAN VISIO 2015	7
EETTISET LINJAUKSET	7
JUDOTOIMINNAN TAVOITTEET.....	7
<i>Käytännön toimintatavat.....</i>	<i>7</i>
JUDOKERHON SEURATOIMINNAN KEHITTÄMISTAVOITTEET 2015	8
NUORI SUOMI -TOIMINTA	9
NUORI SUOMI -TOIMINNAN TAVOITTEET 2015	9
HARJOITUSRYHMIEN TOIMINTA	10
LASTEN NUORTEN JUDON TOIMINTAPERIAATTEET 2015	11
AIKUISTEN JUDOTOIMINNAN PERIAATTEET 2015	12
KILPAJUDO	13
KILPAJUDON TAVOITTEET 2015.....	13
KOULUTUKSET.....	14
OHJAAJIEN KOULUTUSTASOT	14
KOULUTUSTAVOITTEET 2015.....	15
GRADUOINNIT	16
JUDOKERHON GRADUOIJAT 2015	16
GRADUOINTITAVOITTEET HARJOITUSRYHMISSÄ 2015	16
VIESTINTÄ JA MARKKINOINTI.....	17
<i>Judokerhon viestintä ja markkinointi tavoitteet 2015.....</i>	<i>17</i>
TALOUS.....	18
MATKUSTUSSÄÄNTÖ VUONNA 2015.....	18
VARAINHANKINTA 2015.....	18
MAKSUT VUONNA 2015	19
<i>Judokerhon maksut vuonna 2015.....</i>	<i>19</i>

Esipuhe

Vuosi 2015 tulee olemaan Kajaanin Judokerhon 47. toimintavuosi, jonka aikana tulemme menneiden vuosien tapaan kehittämään aktiivisesti judon harrastusmahdollisuuksia Kajaanissa, jotta pystymme tarjoamaan kaiken ikäisille vanhoille ja uusille jäsenillemme monipuolisen ja mielenkiintoisen liikuntaharrastuksen judon parissa.

Jäsenprofiilimme mukaisesti erityisesti lasten ja nuorten judoliikunta on ollut seurassamme menneinä vuosina painopistealueena eikä vuosi 2015 tee tässä poikkeusta. Tulevana syksynä aloitamme muksujudon sekä lasten ja nuorten peruskurssi-ryhmät, joiden lisäksi seurassamme jatkavat lasten ja nuorten jatkokurssiryhmät sekä kilpajudoryhmä, jossa harjoittelevat judokat tulevat osallistumaan myös vuoden 2015 aikana aktiivisesti kansallisiin judokilpailuihin sekä judoleireille. Seurassamme emme toki ole unohtaneet aikuisten judoliikuntaa ja aloitamme syksyllä 2015 aikuisten peruskurssiryhmä sekä aikuisten kuntojudo-/ jatkokurssiryhmät, joissa aikuiset jäsenemme voivat aloittaa ja jatkaa judon harrastamista etenkin kuntoilumielessä. Judon lajiharjoitusten lisäksi aikuisilla jäsenillämme on myös vuoden 2015 aikana mahdollista osallistua ohjattuihin kahvakuulaharjoituksiin joko kahvakuulan alkeisryhmässä tai edistyneemmille kahvakuulailijoille tarkoitetuissa harjoituksissa. Ohjatut kahvakuulaharjoitukset ovat avoimia myös juniorijäsentemme vanhemmille.

Judokerhon eri harjoitusryhmien laadukkaan toiminnan yhtenä takeena ovat koulutetut ohjaajat ja valmentajat. Judokerho tukee edelleen vuoden 2015 aikana ohjaajien ja valmentajien koulutustautumista judon ohjaamis- ja valmennustyöhön Judoliiton erilaisissa ohjaaja- ja valmentajakoulutuksissa taloudellisten resurssien sallimissa puitteissa. Lisäksi nuorempia pidemmälle judoharrastuksessaan edenneitä judokoita kannustetaan osallistumaan ohjaamistyöhön ryhmien apuohjaajina. Seurana osallistumme aktiivisesti etenkin Pohjois-Suomen alueen judotoiminnan kehittämiseen. Judon alueleirin järjestämme heti uuden toimintavuoden aluksi tammikuussa 2015 ja odotamme tälle leirille runsasta osanottoa etenkin Pohjois-Suomen alueen judoseuroista. Nuori Suomi -toiminnan osalta pyrimme myös olemaan mukana ajankohtaisissa asioissa ja seurastamme osallistuu edustus niin Judoliiton Sinettiseurojen tapaamiseen kuin valtakunnalliseen Sinettiseuraseminaariin Helsingissä.

Seuratoiminnan osalta vuosi 2015 tulee olemaan vireää ja kannustamme jäseniämme osallistumaan seuramme toimintaan sekä tuomaan esille kehittämisideoitaan esimerkiksi osallistumalla Judokerhon hallituksen kokouksiin. Myös lasten ja nuorten jäsentemme vanhempia kannustetaan tuomaan esille ajatuksiaan ja kehittämisideoitaan seuramme toimintaa koskien sekä tulemaan mukaan seuran toimintaan esimerkiksi osallistumalla kahvakuula-harjoituksiin sekä tulemalla kotisalikisoihin kannustamaan judokoitamme.

Toivotan jäsenillemme mukavaa ja menestyksekkästä judovuotta 2015!

Aki Flöjt

Puheenjohtaja

Judokerhon hallinto 2015 ja seurajohtaminen

Judokerhon toiminnasta vastaa seuran toimivaltainen hallitus puheenjohtajan johdolla. Hallitus kokoontuu puheenjohtajan kutsumana 4-5 kertaa vuodessa. Hallituksen kokousten lisäksi pidetään sääntömääräiset kevät- ja syyskokoukset. Sekä hallituksen että sääntömääräiset syyskokoukset ovat jäsenille avoimia tilaisuuksia ja jäsenet voivat tehdä ennen kokouksia esityksiä puheenjohtajalle käsiteltävistä asioista.

Vuoden 2015 aikana seuratoiminnan johtamista tullaan kehittämään edelleen. Hallitukseen otetaan uusia jäseniä ja samoin seuratoiminnan eri osa-alueita vastuutetaan entistä selkeämmin. Seuratoiminnan kehittämisen tavoitteena on lisätä seuratoiminnan avoimuutta ja läpinäkyvyyttä, tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta sekä tehostaa Judokerhon seuratoimintaa.

Hallitus ja toimihenkilöt 2015

Judokerhon hallitus laatii toimintasuunnitelman sekä talousarvion puheenjohtajan johdolla ja vastaa seuran toiminnallisten ja taloudellisten tavoitteiden toteutumisesta. Hallitus kokoontuu vuonna 2015 puheenjohtajan kutsumana hallituksen kokouksiin, joiden lisäksi pidetään sääntömääräiset kevät- ja syyskokous. Jäsenistöä kannustetaan osallistumaan seuratoiminnan kehittämiseen mm. osallistumalla hallituksen kokouksiin sekä sääntömääräisiin kokouksiin ja tekemällä esityksiä puheenjohtajalle kokouksen esityslistalle käsiteltävistä asioista. Judokerhon ylin päättävä elin on yleiskokous, joita pidetään kaksi kertaa vuodessa (kevät- ja syyskokous).

Vuoden 2015 hallituksen kokouksista ilmoitetaan jäsenistölle judosalin ilmoitustaululla sekä Judokerhon WWW- ja Facebook-sivuilla. Kokouksen esityslista sekä tiedote kokouksen päätöksistä ovat nähtävissä sekä Judosalin ilmoitustaululla sekä Judokerhon WWW-sivuilla. Tarkoituksena on lisätä jäsenistön mahdollisuuksia osallistua Judokerhon päätöksentekoon ja toimintaan sekä lisätä seuratoiminnan avoimuutta ja läpinäkyvyyttä. Näin tuemme osaltamme myös Suomen Judoliiton vuosille 2013–2020 laaditun kehittämissstrategian toteutumista.

Judokerhon hallitus 2015

Puheenjohtaja	Aki Flöjt
Varapuheenjohtaja	Antti Jyrkäs
Hallituksen jäsen	Matti Lehtinen Hannu Immonen Hanne Kinnunen Jorma Korhonen Jani Sarkkinen Visa Veijola (<i>uusi jäsen</i>)

Judokerhon kokoukset 2015

- ❖ Vuoden 2015 aikana Judokerhon hallitus kokoontuu puheenjohtajan koolle kutsumana:
 - Tammikuu: Järjestäytymiskokous ja kevätkauden toiminnan suunnittelu
 - Maaliskuu: Tilinpäätöskokous ennen sääntömääräistä kevätkokousta
 - Touko-kesäkuu: Toiminnan seuranta ja syyskauden suunnittelukokous
 - Elokuu: Toiminnan seuranta ja syyskauden suunnittelukokous
 - Loka- marraskuu: Tulevan toimintavuoden toimintasuunnitelman sekä tulo- ja menoarvion laadintakokous
- ❖ Hallituksen kokoukset ovat kaikille jäsenille avoimia tilaisuuksia.
- ❖ Hallituksen kokousten lisäksi pidetään kaksi sääntömääräistä yleiskokousta:
 - Kevätkokous maaliskuussa 2015, paikka avoin
 - Syyskokous joulukuussa 2015, paikka avoin
- ❖ Sääntömääräisistä kokouksista ilmoitetaan jäsenistölle erillisellä kutsulla.

Toimihenkilöt 2015

Seuratoiminnan eri osa-alueita hoitavat ja kehittävät nimetyt vastuuhenkilöt apunaan Judokerhon hallitus ja jäsenistö.

- ❖ Judokerhon sihteeri ja Sporttirekisterivastaava: Matti Lehtinen
- ❖ Kilpajudon päävalmentaja: Marko Korhonen
- ❖ Nuori Suomi -vastuuhenkilö: Jani Sarkkinen
- ❖ Seuragraduoijat: Jarmo Kinnunen, Heikki Kovalainen, Ari-Pekka Haapakoski (kurssigraduoija), Jani Sarkkinen (kurssigraduoija) ja Henri Mylly (kurssigraduoija)
- ❖ Passisihteeri: Juha Keränen
- ❖ Viestintävastaava: Hanne Kinnunen

Rahastonhoitaja

Judokerhon rahastonhoitaja hoitaa Judokerhon raha- ja maksuliikenteen. Rahastonhoitaja laatii ennen sääntömääräistä kevätkokousta Judokerhon vuositilinpäätöksen.

- ❖ Judokerhon rahastonhoitaja on Eero Saxholm. Osoite tilitoimisto Eero Saxholm, Syväojankatu 2, 87700 Kajaani.

Tilin- ja toiminnantarkastus 2015

Judokerhon tilin- ja toiminnantarkastus tehdään ennen sääntömääräistä kevätkokousta laaditun tilinpäätöksen perusteella. Toiminnantarkastaja antaa kevätkokoukselle tilin- ja toiminnantarkastuskertomuksen, jonka perusteella kevätkokous myöntää hallitukselle

vastuuvapauden. Tilinpäätös sekä toiminnantarkastajan laatima tilin- ja toiminnantarkastuskertomus ovat julkisia asiakirjoja ja ovat tulevat nähtäville sekä Judokerhon ilmoitustaululle että Judokerhon WWW-sivuille kevätkokouksen jälkeen.

- ❖ Judokerhon toiminnan tarkastajana vuonna 2015 toimii Pekka Lackman
- ❖ Varahenkilönä toimii Arto Saxholm

Liitto- ja aluetason toiminta 2015

Kajaanin Judokerho kuuluu Judoliiton Pohjois-Suomen alueeseen ja tavoitteenamme on olla Pohjois-Suomen alueen judotoiminnan aktiivinen seuravaikuttaja. Lisäksi teemme yhteistyötä Judoliiton Itä-Suomen alueen judoseurojen kanssa. Judoliiton toiminnassa olemme mukana osallistumalla mm. Judoliiton kevät- ja syyskokouksiin, jolloin voimme tuoda esille Pohjois-Suomen alueelle tärkeitä judoa koskevia asioita.

- ❖ Osallistumme Pohjois-Suomen alueen judotoimintaan aktiivisesti
- ❖ Järjestämme Pohjois- ja Itä-Suomen alueiden judoleirin Kajaanissa tammikuussa 2015
- ❖ Järjestämme Judon perusteet ja Oppimisen ja ohjaamisen perusteet -koulutukset, joihin osallistuu myös Pohjois-Suomen alueen judoseurojen jäseniä
- ❖ Järjestämme vuoden 2015 aikana säännöllisesti kotisalikisoja, jonne kutsumme mukaan myös muiden lähijudoseurojen judokoita
- ❖ Judokerhosta osallistuu yksi tuomari kansallisen- ja kv-tason judokilpailuihin
- ❖ Kajaanin Judokerhosta osallistuu edustaja Suomen Judoliiton kevät- ja syyskokouksiin

Muu suhdetoiminta

- ❖ Suhdetoiminnasta kaupunkiin, muihin urheiluseuroihin yhteisöihin ym. vastaa Judokerhon puheenjohtaja hallituksen avustamana
- ❖ Huomioimme läheisten urheiluseurojen sekä muiden judoseurojen merkkipäivät, jäsentemme merkkipäivät sekä ylioppilasjuhlat että ammattiin valmistumiset
- ❖ Järjestämme seuran ohjaajille, toimihenkilöille sekä talkotoiminnassa mukana olleille kevät- ja syyskauden päättäjäiset hyvän ruuan ja saunan merkeissä
- ❖ Huomioimme seuramme eri toimihenkilöitä sekä ohjaajia että seuratoiminnassa aktiivisesti mukana olevia erilaisin huomionosoituksin hallituksen päätöksien mukaisesti
- ❖ Järjestämme lasten ja nuorten jäsentemme vanhemmille kevät- ja syyskaudella vanhempainillan

Kajaanin Judokerhon toimintalinja

Seuratoiminnan visio 2015

Kajaanin Judokerhon tavoitteena on tarjota monipuolista judoliikuntaa kajaanilaisille lapsille, nuorille ja aikuisille. Harjoitustoiminta on laadukasta ja seuratoimintamme on kehittyvää, monimuotoista ja kaikille avointa.

Eettiset linjaukset

Judokerhossa on yhteiset pelisäännöt, joihin ovat sitoutuneet niin harrastajat, ohjaajat ja valmentajat kuin lasten ja nuorten jäsentemme vanhemmat. Eettisinä periaatteinamme ovat yhdenvertaisuus, suvaitsevaisuus sekä anti-dopinghenki. Seuratoiminnan johtaminen perustuu avoimuuteen ja läpinäkyvyyteen ja kaikkea toimintaamme ohjaavat judon kasvatukselliset ja yhteisölliset periaatteet. Lasten ja nuorten judotoiminnassa sitoudumme noudattamaan myös Nuori Suomi-pelisääntöjä kaikilta osin.

Judotoiminnan tavoitteet

Judokerhona mahdollistamme kaiken ikäisille lajista kiinnostuneille ja lajia harrastaville mielekkään, monipuolisen ja kehittävän harrastuksen sekä kilpalajin ikään ja sukupuoleen katsomatta. Seuratoiminnasta kiinnostuneille tarjoamme mahdollisuuden osallistua seuratyöhön sen eri osa-alueilla. Harjoitustoiminnan suunnitelmallisuudella ja koulutetuilla ohjaajilla varmistamme judoharjoitusten laadun ja turvallisuuden kaikissa harjoitusryhmissä. Vaihtelevien ja monipuolisten harjoitusten kautta varmistamme liikunnan monipuolisuuden.

Käytännön toimintatavat

- ❖ Huomioimme toiminnassamme ja sen suunnittelussa Kajaanin kaupungin liikunnan olosuhdestrategian 2010-2020
 - Tarjoamme turvallista ja terveyttä edistävää judoliikuntaa kaiken ikäisille kajaanilaisille
 - Toimintamme on kaikille avointa ikään, sukupuoleen, etniseen taustaan tai sosioekonomiseen taustaan katsomatta. Huomioimme mahdollisuuksiemme mukaan myös erityisryhmät (esimerkiksi soveltava judo)
 - Omalla kotisalillamme mahdollistamme turvalliset judon harjoittelumahdollisuudet sekä tarkoituksenmukaiset harjoitusvuorot eri ikäisten judokoiden harjoitusryhmille
 - Toimimalla yhteistyössä Kajaanin kaupungin kanssa olemme osaltamme mukana tuottamassa kajaanilaisille liikuntapalveluja ja edistämässä terveyttä ja hyvinvointia jäsentemme elämänkaaren eri vaiheissa

Judokerhon seuratoiminnan kehittämistavoitteet 2015

Vuoden 2015 aikana jatkamme toimintamme kehittämistä Suomen Judoliiton Seurakehittämiskoulutuksessa laaditun kehittämissuunnitelman mukaisesti. Kehittämissuunnitelman toteutumista tarkastellaan säännöllisin väliajoin muun muassa hallituksen kokouksissa sekä sääntömääräisessä kevätkokouksessa, jossa käydään läpi menneen vuoden toimintakertomus ja tavoitteiden toteutuminen.

Oman seuratoimintamme kehittämisessä huomioimme myös Suomen Judoliiton vuosille 2013-2020 laaditussa strategiassa olevia asioita, joita Judoliitto toivoo judoseurojen sisällyttävän omiin kehittämistavoitteisiinsa. Judoliiton strategisia tavoitteita ovat muun muassa:

- ❖ Kaikissa Suomen judoseuroissa harjoitellaan Judokan urapolun suuntaisesti
- ❖ Judoseuroissa otetaan käyttöön nuorten judopassi tukemaan urapolkua
- ❖ Judoseuroissa tarkastellaan vyöjärjestelmää (tukee urapolkua)
- ❖ Junioriryhmien ohjaukseen taataan parhaat valmentajat
- ❖ Judoseurat tekevät yhteistyötä muiden lajiseurojen kanssa
- ❖ Lisätään markkinointia yli 11-vuotiaiden uusien harrastajien saamiseksi lajiin
- ❖ Aloittelijoiden kynnystä osallistua judokilpailuihin madalletaan
- ❖ Viestintää muutetaan avoimeksi ja toinen toistaan arvostavaksi
- ❖ Luodaan uskoa omiin ja toisten mahdollisuuksiin

Suomen Judoliiton strategia on luettavissa kokonaisuudessa Judoliiton nettisivuilta osoitteesta <http://www.judoliitto.fi/judoliitto/strategia/>.

Judokerhon seuratoiminnan kehittämistavoitteet vuodelle 2015:

- Voimassa olevien Judokerhon sääntöjen uudistaminen
- Toimintakäsikirjan luominen
- Lasten ja nuorten judoryhmien ohjaajien kouluttautuminen Judoliiton ohjaajakoulutuksissa sekä muissa ohjaaja- ja valmenajakoulutuksissa.
- Seuratoiminnasta ja sen laadusta kertovien mittarien kehittäminen (esim. ohjaajien ohjauskerrat /kk ja vuosi)
- Judokan urapolun ja nuorten judopassin huomioiminen lasten ja nuorten judoryhmien harjoitustoiminnassa (kausi- ja vuosikohtaiset harjoitussuunnitelmat)
- Tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden lisääminen seuran hallinnossa ja toiminnassa.
- Yhteistyön lisääminen kajaanilaisten ja kainuulaisten urheilu- ja liikuntaseurojen kanssa (mm. Kasva Urheilijaksi -leirit)
- Aikuisten kuntoliikunnan kehittäminen (testaustoiminta, aikuisten kuntojudoryhmä sekä kahvakuulaharjoitukset)

Nuori Suomi -toiminta

Judokerhossa toimintamme perustuu Nuori Suomi-ideologian mukaisesti monipuolisen judoliikunnan tarjoamiseen lapsille ja nuorille. Toiminnassamme huomioimme ja tarjoamme kaikille tasapuoliset ja yhdenvertaiset mahdollisuudet osallistua harjoituksiin, leireille ja kilpailuihin sekä muuhun seuratoimintaan. Judokerhon koulutetut ohjaajat huomioivat jokaisen harjoitukseen osallistujan yksilönä ja tukevat lasta tai nuorta judon oppimisessa huomioiden iänmukainen kehitystaso sekä mahdolliset oppimista hidastavat tekijät.

Huomioimme Sinettiseurakriteerit seuratoimintamme kehittämässä vuonna 2015. Judokerhosta osallistuu edustaja vuoden 2015 SJuL:n Sinettiseurojen tapaamiseen sekä valtakunnalliseen Sinettiseuraseminaariin Helsingissä syksyllä 2015.

Nuori Suomi -toiminnan tavoitteet 2015

Nuori Suomi ja Sinettiseurakriteerien mukaisesti:

- ❖ Judokerhossa on nimetyt Nuori Suomi -vastuuhenkilö(t)
- ❖ Kaikissa lasten ja nuorten harjoitusryhmissämme käydään syksyisin pelisääntö-keskustelut. Näistä tehdään ryhmäkohtaiset pelisäännöt, joita jokainen sitoutuu osaltaan noudattamaan. Pelisäännöt ovat nähtävillä ilmoitustaululla.
- ❖ Vuoden 2015 aikana järjestämme lasten ja nuorten vanhemmille harjoitusryhmäkohtaiset keskustelutilaisuudet keväällä ja syksyllä saadaksemme palautetta onnistumisestamme lasten ja nuorten urheiluseurana
- ❖ Huomioimme Sinettiseurakriteerit seuratoiminnan tavoitteellisessa kehittämässä
- ❖ Osallistumme valtakunnallisiin Nuori Suomi tapaamisiin, kuten Sinettiseuraseminaareihin
- ❖ Huomioimme vuosittain ohjaajien, valmentajien sekä seuratoimijoiden että jäseniemme tekemän työn seuran ja judon hyväksi palkitsemalla eri tavoin heitä hallituksen päätöksellä
- ❖ Teemme ennaltaehkäisevää ja lasten ja nuorten tervettä edistävää työtä
 - Päihteettömyys ja niiden käytön vaaroista kertominen
 - Tupakointiin ja nuuskankäyttöön puuttuminen ja sen vaaroista kertominen nuorille. Salilla ja salin välittömässä läheisyydessä on tupakointi- ja nuuskauskieto
 - Energiajuomakielto salin sisällä, harjoituksissa sekä kisa- ja leirimatkoilla
 - Anti -Doping -työ
 - Kaikki Judokerhon jäsentilaisuudet, kilpailut ja leirimatkat ovat päihteettömiä ja näitä sääntöjä sitoutuvat noudattamaan myös ohjaajat ja vanhemmat
 - Järjestämme kevät- ja syyskaudella kaudella 2015 seuran lapsille ja nuorille ”Terveellinen välipala” -teemailla
- ❖ Kehitämme yhdessä lasten ja nuorten sekä vanhempien kanssa harjoitustoimintaamme kutsumalla lasten vanhemmat kevät- ja syyskaudella järjestettäviin vanhempainiltoihin.

Harjoitusryhmien toiminta

Kajaanin Judokerhon tarkoituksena on tarjota monipuolista judoliikuntaa kaiken ikäisille lajin harrastajille ja lajista kiinnostuneille. Valtaosa Judokerhon jäsenistöstä on alle 18 -vuotiaita lapsia ja nuoria. Näin ollen harjoitusryhmien toiminnassa painottuu eri ikäisten lasten ja nuorten monipuolinen judoliikunta sekä terveiden elämäntapojen edistäminen. Ohjaajat ja valmentajat kiinnittävät harjoituksissa huomiota perusliikuntataitojen ja judon opettamisen lisäksi myös judon kasvatuksellisiin näkökulmiin. Jokaisessa harjoitusryhmässä käydään syksyisin pelisääntökeskustelut, joissa sovitaan ryhmän yhteiset pelisäännöt ja joita jokainen sitoutuu noudattamaan. Lisäksi lapsille ja nuorille kerrotaan ikä ja kehitysaste huomioiden terveellisistä urheilijan elämäntavoista sekä päihteettömyydestä ja anti-doping-asioista.

Jokaisessa harjoitusryhmässä on nimetty pääohjaaja sekä 1-2 apuohjaajaa. Pääohjaajat ovat kokeneita judokkaita, jotka ovat käyneet Suomen Judoliiton eri tasoisia ohjaaja- ja valmentajakoulutuksia.

- ❖ Toimintakaudella 1.9.2015 – 31.8.2016 toimivat harjoitusryhmät:
 - Muksujudo I/II
 - Lasten ja nuorten peruskurssi
 - Jatkokurssit I-III
 - Aikuisten peruskurssi
 - Aikuisten jatkokurssi/kuntojudo
 - Kilpajudoryhmä (jatkokurssi IV)
- ❖ Jokaisessa harjoitusryhmässä on vähintään kaksi koulutettua ohjaajaa (pääohjaaja ja apuohjaaja)
- ❖ Jokaiselle harjoitusryhmällä on laadittu harjoitussuunnitelma (syys- ja kevätkausi)
- ❖ Harjoitusryhmien harjoitussuunnitelmissa huomioidaan mm. Judokan urapolku sekä graduointitavoitteet

Harjoitusryhmät 2015

Harjoitusryhmä	Osallistujatavoite	Toteutunut
Muksujudo I	15	
Muksujudo II	10	
Lasten ja nuorten peruskurssi	20	
Jatkokurssi I	20	
Jatkokurssi II/III	25	
Kilpajudoryhmä (Jatkokurssi IV)	20	
Aikuisten peruskurssi	10	
Aikuisten jatkokurssi/ kuntojudo	10	
Osallistujia yhteensä	130	

Lasten nuorten judon toimintaperiaatteet 2015

- ❖ Kaikki pääsevät osallistumaan tasavertaisina harjoituksiin, leireille ja kilpailuihin sekä muihin seuran tapahtumiin
- ❖ Kaikkia kannustetaan osallistumaan oman taitotasonsa mukaisesti → Kajaanin Judokerhossa ei ole vilttiketjuja!
- ❖ Lasten kasvun ohjaukseen kiinnitetään huomiota ikä- ja kehitystaso huomioiden
- ❖ Judoharjoituksissa korostetaan hyvää dojo-käytöstä sekä salilla että salin ulkopuolella
- ❖ Kaikissa harjoitusryhmissä on yhdessä sovitut pelisäännöt, joita noudatetaan niin salilla kuin salin ulkopuolella
- ❖ Lasten ja nuorten harjoitusten suunnittelussa ja toteutuksessa huomioidaan Judokan Urapolku-ajattelu sekä Nuorten Judopassi.
- ❖ Lasten ja nuorten judoryhmissä toteutetaan erilaisia testejä lasten ikä ja kehitystaso huomioiden. Testeistä saatu palaute kannustaa lapsia ja nuoria kehittämään liikunnallisuuttaan ja judotaitojaan.
- ❖ Harjoitusryhmien ohjaajat ovat koulutettuja kokeneita judokoita. Seura tukee ohjaajien koulutuksiin osallistumista taloudellisten resurssien mukaan
- ❖ Ohjaajille ei makseta rahallista korvausta judoharjoitusten ohjaamisesta



Aikuisten judotoiminnan periaatteet 2015

- ❖ Aikuisten judotoiminta perustuu judon monipuolisuuteen lajina. Tavoitteena on tarjota mahdollisuus monipuoliseen judoliikuntaan ja oman kunnon kehittymiseen
- ❖ Aikuisten peruskurssilaisilla ja kuntojudokoilla on mahdollisuus osallistua judoharjoitusten lisäksi ohjattuihin kahvakuulaharjoituksiin. Tämä tukee peruskunnon ja lihasvoiman kehittymistä ja toimii hyvänä oheisharjoitteena
- ❖ Aikuisten judo-ohjaajat ovat kokeneita ja koulutettuja judo-ohjaajia
- ❖ Aikuisten judoryhmissä toteutetaan tarpeen mukaan erilaisia testejä, joista saatu palaute kannustaa ja ohjaa harjoittelemaan tavoitteellisesti
- ❖ Aikuisilla judokoilla on mahdollista osallistua myös kilpajudoryhmän harjoituksiin ja osallistua judokilpailuihin ja -leireille oman halunsa mukaisesti
- ❖ Pidemmälle judoharrastuksessaan edenneitä judokoita kannustetaan osallistumaan myös seuratoimintaan, kuten kouluttautumaan judo-ohjaajiksi sekä muuhun seuratoimintaan

Kilpajudo

Judokerhossa toimii aktiivinen, pääosin lasten ja nuorten kilpajudoryhmä, jonka valmennuksesta vastaavat Marko Korhonen ja Jorma Korhonen, apuvalmentajinaan Juha Keränen sekä Henri Mylly ja Jani Sarkkinen. Kilpajudoryhmä harjoittelee suunnitelmallisesti ja tavoitteellisesti heille laaditun kilpailu- ja leirisuunnitelman mukaisesti. Judokerho tukee kilpailu- ja leirimatkoista koituvia kustannuksia suunnitelman mukaisesti (Kts. Liite 1). Kilpajudoryhmän harjoitukset ovat avoimia kaikille seuran jäsenille. Kilpailuihin ja leireille osallistuminen on vapaaehtoista, mutta lapsia ja nuoria myös kannustetaan osallistumaan näihin tapahtumiin oman taitotasonsa mukaisesti ja kokeilemaan kilpajudoa.

Vuoden 2015 aikana järjestämme kotisalillamme säännöllisesti kotisalikisoja, joissa seuramme judokat saavat kokeilla kilpailemista kannustavassa ja turvallisessa ympäristössä. Kotisalikisoihin kutsumme ottelemaan myös lähijudoseurojen judokoita.

Kilpajudon tavoitteet 2015

- ❖ Seurassamme harjoittelee aktiivinen lasten ja nuorten kilpajudoryhmä
- ❖ Ryhmän judokat osallistuvat heille laaditun kilpailu- ja leirisuunnitelman mukaisesti vuoden 2015 aikana kansallisen ja KV-tason kilpailuihin sekä judoleireille
- ❖ Vuoden 2015 aikana seuramme kilpajudokat osallistuvat Pohjois- ja Itä-Suomen alueiden alueleireille
- ❖ Kilpajudokamme osallistuvat myös muille leireille erillisen suunnitelman mukaisesti
- ❖ Kilpailuihin ja leireille osallistuminen on vapaaehtoista ja kaikilla Judokerhon jäsenillä on oikeus osallistua judoleireille

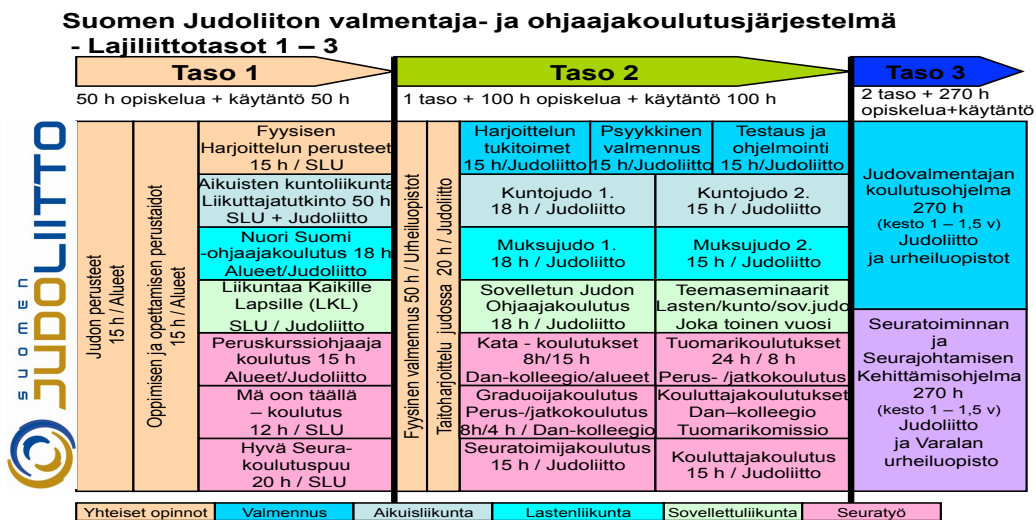


Koulutukset

Ohjaajien koulutustasot

Kajaanin Judokerhossa ohjaajien koulutustasot perustuvat Suomen Judoliiton koulutusjärjestelmään, jossa tasot 1 – 3 kuuluvat Judoliiton vastuulle sekä koulutuksien järjestämisen että sisältöjen puitteissa. Judoliiton järjestämissä valmentaja- ja ohjaajakoulutuksissa huomioidaan eri ryhmien ohjaamiseen liittyvien valmiuksien kehittäminen. Kajaanin Judokerhossa jokaisella on mahdollisuus valita Judoliiton koulutusjärjestelmästä itseään kiinnostava koulutuslinja esimerkiksi valmennukseen ja ohjaamiseen, seuratyöhön tai tuomaritoimintaan liittyen.

Valitsemansa koulutuslinjan mukaisesti seuramme jäsen voi edetä helposti 3- tasolle ja siitä edelleen jopa yliopistotasolle saakka. Judoliiton koulutusjärjestelmä on luotu VOK – perusteiden pohjalta annettujen vähimmäisvaatimusten mukaan, korostaen judossa käytännön oppimista ja yksilöllistä mahdollisuutta valita itselle mielenkiintoisin toimintakenttä.



Judoliiton koulutusjärjestelmä tasot 1-3 (lähde: <http://www.judoliitto.fi/koulutus/koulutusjarjestelma/>)

- ❖ Harjoitusryhmän pääohjaajan koulutustason tavoitteena on vähintään Judoliiton 1 -tason ohjaajakoulutukset
- ❖ Harjoitusryhmien apuohjaajien koulutustavoitteena on Judon perusteet ja Opetuksen ja ohjauksen perusteet, lisäksi jokin muu tai muita Suomen Judoliiton tai Kainuun liikunnan järjestämä ohjaajakoulutus
- ❖ Ohjaajakoulutuksiin osallistumista tuetaan taloudellisesti:
 - Judokerho maksaa koulutuksesta koituvat kustannukset täysimääräisesti, kun pää- tai apuohjaaja sitoutuu toimimaan harjoitustyhmän ohjaajana
 - Muiden osalta koulutuskustannuksissa tukemisesta päättää Judokerhon hallitus tapauskohtaisesti

Koulutustavoitteet 2015

- ❖ Koulutustavoitteet perustuvat Suomen Judoliiton koulutusjärjestelmään sekä Judoliiton julkaisemaan koulutuskalenteriin vuodelle 2015.
- ❖ Vuoden 2015 aikana tavoitteena järjestää ohjaajille ja muille seuratoimijoille sekä jäsenille erilaisia koulutuksia kotisalillamme:
 - Päätä oikein -seurajohtamisenkoulutus
 - Peruskurssiohjaaja-koulutus (Pohjois-Suomen alueen yhteinen koulutus)
 - Opetuksen ja ohjauksen perusteet

Koulutustavoitteet 2015

Koulutus	Ajankohta	Osallistujatavoite
Päätä Oikein -seurakoulutus	Kevätkausi 2015	12 osallistujaa
SJuL:n seurajohtaja ja seuratoimijapäivät	Avoin	1 osallistuja
Muksujudo 2. -ohjaajakoulutus	Avoin	3 ohjaajaa
Peruskurssi-ohjaajakoulutus	10.-11.1.2015	4-5 ohjaajaa
Judon perusteet -koulutus	Kevät 2015	15-20 osallistujaa
Opetuksen ja ohjauksen perusteet -koulutus	Syksy 2015	15-20 osallistujaa
Junioriohjaaja seminaari	17.1.2015	3 ohjaajaa
Junioriohjaaja II -koulutus	13.-15.3.2015 ja 10.-12.4.2015	
Graduoijan peruskoulutus	Avoin	2-3 osallistujaa
Nage-no-kata -koulutus/ Kata-leiri	7.-8.2.2015	3-4 osallistujaa
Taitoharjoittelu Judossa	Avoin	2 ohjaajaa
Tuomarien jatkokoulutus	Avoin	1 osallistuja
SJuL Sinettiseuratapaaminen	Avoin	2 osallistuja
Valtakunnallinen Sinettiseminaari	Syksy 2015	2 osallistuja

Graduoinnit

Graduointien eli vyöarvokorostusten tarkoituksena on kannustaa seuramme jäseniä etenemään judourallaan. Tavoitteena on, että seurassamme judoa harrastavat etenevät vyöarvoissa oma taitotasonsa huomioiden tasaisesti. Graduointitoiminnassa noudatamme kulloinkin voimassa Suomen Judoliiton vahvistamia Graduointisääntöjä. Vuoden 2014 aikana harjoitusryhmien harjoitussuunnitelmien laadinnassa huomioidaan graduointisäännöt sekä uudistunut judopassi etenkin lasten ja nuorten harjoitusryhmien osalta.

Graduointien lisäksi lasten ja nuorten judoryhmissä järjestetään ns. natsakokeita, joiden avulla seurataan harjoitusryhmän judokoiden etenemistä ja kannustetaan lapsia ja nuoria etenemään vyöarvoissa.

- ❖ Harjoitusryhmien ohjaajat huomioivat harjoitussuunnitelmien teossa harjoitusryhmän tulevat graduoinnit (judokan harjoituskertojen määrä ennen vyöarvon korotusta)

Judokerhon graduoijat 2015

Kajaanin Judokerhossa on kolme seuragraduoijaa, jotka voivat graduoija 5-2 kyu vyöarvot. Lisäksi seurastamme on yksi aluegraduoija Pohjois-Suomen alueelle.

- ❖ Seuragraduoijat: Jarmo Kinnunen (2. dan), Heikki Kovalainen (2. dan) ja Ari-Pekka Haapakoski (1. dan)
- ❖ Aluegraduoija Harry Halttu (5. dan)
- ❖ Seuragraduoijat osallistuvat Dan-kollegion asettamien vaatimusten mukaisiin koulutuksiin vuosittain graduointioikeuksien säilyttämiseksi.

Graduointitavoitteet harjoitusryhmissä 2015

- ❖ Tavoitteena yhteensä 30 kappaletta 5. kyu vyösuoritusta lasten ja aikuisten syksyllä 2014 alkaneilta peruskursseilta. Peruskurssien graduoinnit toteutetaan toukokuussa 2015.
- ❖ Muiden kyu-arvojen osalta graduointitavoitteet ovat alla olevan taulukon mukaiset
- ❖ Dan-arvojen korotuksissa tavoitteena yksi uusi dan-arvo, kaksi kahden danin korotusta ja yksi kolmen danin korotus kevään 2015 liittograduoinneissa.

Graduointitavoitteet 2015

Vyöarvo	Tavoitemäärä	Seura-/alue-/liittograduointi
5 kyu	20	Seuragraduointi
4 kyu	8	Seuragraduointi
3 kyu	3	Seuragraduointi
2 kyu	2	Seuragraduointi
1 kyu	1	Seura-/aluegraduointi
1 dan	1	Liittograduointi
2 dan	2	Liittograduointi
3 dan	1	Liittograduointi

Viestintä ja markkinointi

Judokerhon seuratoiminnan markkinoinnista ja viestinnästä vastaa Judokerhon hallitus puheenjohtajan johdolla. Seuratoiminnan viestinnässä hyödynnetään Judokerhon WWW-sivuja sekä Facebook-profiilia. Judoa sekä Judokerhon toimintaa tuodaan esille myös järjestämällä judonäytöksiä sekä lajiin tutustumisia (esim. kaveritreeneit). Lisäksi Judokerhon toimintaa tuodaan esille olemalla mukana erilaisissa liikuntatapahtumissa, kuten liikuntamessuilla.

Judokerhon viestintä ja markkinointi tavoitteet 2015

- ❖ Viestintää ja seuratoiminnan markkinointia jäsenistölle ja heidän perheilleen sekä ulkopuolisille yhteistyötahoille lisätään vuoden 2015 aikana
- ❖ Judokerhon WWW-sivujen sisältöä ja toimintoja kehitetään ja hyödynnetään seuratoiminnan viestintä- ja markkinointikanavana
- ❖ Judokerhon Facebook- profiilia hyödynnetään yhtenä Judokerhon sosiaalisen median viestintä- ja markkinointikanavana
- ❖ Judokerhon markkinointimateriaalia ajantasaistetaan ja yhdenmukaistetaan ("brändäys")
- ❖ Kisa- ja leirimatkoista sekä muista Judokerhon seuratapahtumista pyritään saamaan uutisointia paikallisissa sanoma- ja viikkojakelehdissä sekä seuran WWW-sivuilla että Facebook-profiilissa.
- ❖ Järjestetämme judonäytöksiä syksyllä ennen uusien kurssien alkamista kotisalillamme sekä Kajaanin kouluissa. Toteutetaan Kajaanin lukiolaisille mahdollisuus tulla kokeilemaan lajia liikuntatunnilla.
- ❖ Judon tunnettavuuden lisääminen kaikenikäisille sopivana monipuolisena liikuntamuotona osallistamalla erilaisiin liikuntatapahtumiin ja liikuntamessuille, joissa mahdollisuus seuratoiminnan esittelyyn ja lajinäytöksiin.

Talous

Kajaanin Judokerho on yleishyödyllinen yhteisö, jonka tarkoituksena ei ole kerätä taloudellista voittoa. Seuran toiminnan ja sen jatkuvuuden kannalta on kuitenkin tärkeää, että seuran talous on vakaalla pohjalla, sillä näin voimme kehittää mahdollisuuksiemme tarjota laadukasta ja monipuolista judoliikuntaa seuramme jäsenille. Seuralle mahdollisesti kertyviä varoja kohdennetaan suunnitellusti erityisesti seuramme ohjaajien ja valmentajien kouluttamiseen sekä lasten ja nuorten leiri- ja kilpailumatkojen tukemiseen. Lisäksi mahdollisesti kertyviä varoja kohdennetaan judosalin tilan kehittämiseen sekä uusien harjoitus- ja opetusvälineiden hankintaan.

Vuoden 2015 Tulo- ja menoarvion laadinnassa on huomioitu Suomen Judoliiton sääntömääräisessä syyskokouksessa 22.11.2014 vahvistetut jäsenmaksut ajalla 1.9.2015–31.8.2016, jotka ovat 41 € alle 7-vuotias jäsen ja 76 € yli 7-vuotias jäsen. Lisäksi Tulo- ja menoarvion laadinnassa on huomioitu todennäköiset judosalin vuokratason ja ylläpitokustannusten nousut vuoden 2015 aikana. Siivoustyön osalta pyrkimyksenä on saada täyteen palkkatukeen oikeutettu henkilö siivoojaksi, jolloin palkka- ja työnantajamaksut pysyvät kohtuullisina seuran talouden kannalta.

Matkustussääntö vuonna 2015

- ❖ Kilpailu- leirikustannusten korvaaminen kilpailijoille ja valmentajille tai ohjaajille toteutuu erillisen suunnitelman mukaisesti
- ❖ Ohjaajien/ valmentajien sekä muiden seuratoimijoiden koulutuksista syntyvät matkakustannukset korvataan koulutustavoitteiden sekä vahvistetun talousarvion mukaisesti
- ❖ Muiden kuin suunniteltujen kilpailu-, leiri- ja koulutusmatkojen korvaamisesta päättää seuran toimivaltainen hallitus sille tehdyn esityksen mukaisesti ennakoon
- ❖ Kaikista korvattavista matkakustannuksista tulee tehdä matkalasku, joka toimitetaan puheenjohtajalle hyväksyttäväksi (poislukien kilpailu- ja leirisuunnitelmassa olevat kilpailu- ja leirimatkat)
- ❖ Matkakustannuksien korvaaminen tapahtuu toteutuneiden kustannusten mukaan halvinta tarkoituksenmukaisinta kulkuneuvoa käyttäen
- ❖ Graduointien osalta korvataan
 - matkakustannukset aluegraduointiin osallistuttaessa
 - matkakustannukset sekä graduointimaksu liittograduointiin (dan-graduointi) osallistuttaessa
 - Seura maksaa dan-kollegion jäsenmaksun dan-arvoisilta seuran jäseniltä, kun jäsen on maksanut Judokerhon vuosittaisen jäsenmaksun.

Varainhankinta 2015

Judokerhon tulot muodostuvat pääosin jäsenmaksutuotoista, avustuksista sekä talkootoiminnasta saatavista tuloista. Lisäksi jonkin verran tuloja muodostuu järjestettävistä

TOIMINTASUUNNITELMA 2015

leiri- ja kilpailutapahtumista sekä mahdollisista koulutustilaisuuksien, kuten kaatumiskoulutuksien toteutuksista.

- ❖ Judokerho hakee vuonna 2015 Kajaanin kaupungin myöntämät erilaiset liikunta- ja urheiluseuroille tarkoitetut avustukset
- ❖ Talkootoiminta sekä seuran jäsenten harjoittama judotoimintaan liittyvä varainhankinta tapahtuu aina Judokerhon kautta ja saadut tuotot käytetään seuratoiminnan ja harjoitusryhmien toiminnan kehittämiseen. Judokerhon hallitus päättää tarvittaessa erikseen talkootoiminnalla saatujen tuottojen käytöstä seuratoiminnassa.
- ❖ Vuoden 2015 aikana tavoitteena saavuttaa taloudellinen tasapaino seuratoiminnan kulujen ja tuottojen suhteen verrattuna edellisiin toimintavuosiin.

Maksut vuonna 2015

Kajaanin Judokerhon maksut muodostuvat sääntömääräisessä syyskokouksessa vahvistettavista vuosittaisesta jäsenmaksusta (uusilla jäsenillä liittymismaksu) sekä kausimaksuista. Jäsenmaksun maksavat kaikki seuran jäsenet. Syyskauden kausimaksu sisältää kulloinkin voimassa olevan Suomen Judoliiton määrittelemän jäsenmaksun (vuonna 2015 41 € alle 7-v. jäsen ja 76 € yli 7-v. jäsen). Kaikki syyskauden kausimaksun maksaneet jäsenet ovat siten vakuutettuja Judoliiton Sporttivakuutuksella.

- ❖ Jäsenmaksujärjestelmän kehittämisen tavoitteena on turvata toimintamme jatkuvuus ja seuran talouden säilyminen tasapainossa myös yleisen kustannustason noustessa
- ❖ Jäsenmaksujärjestelmän kehittämisessä tavoitteena on myös turvata jäsenten pysyvyys Judokerhossa sekä madaltaa kynnystä tulla seuran jäseneksi ja aloittaa säännöllinen liikuntaharrastus judon parissa
- ❖ Jäsenmaksujärjestelmän kehittämisellä pyrimme mahdollistamaan mahdollisimman monen lajista kiinnostuneen aloittaa judoharrastus tulotasosta riippumatta

Judokerhon maksut vuonna 2015

- **Jäsenmaksu** **30 €/ toimintavuosi**
 - Jäsenmaksun maksavat kaikki
- **Kausimaksu** **110 €/ kausi**
 - Syyskausi 1.9.- 31.12.2015
 - Kevätkausi 1.1.-31.8.2016
 - Syyskauden kausimaksu sisältää SJuL:n vakuutuksen 76 € yli 7 v. / 41 € alle 7 v.
 - Vakuutus voimassa 1.9.2015-31.8.2016
- **Liittymismaksu uusille jäsenille** **60 €**
 - Sisältää jäsenmaksu 30 €
- **Graduointimaksu 5.-2. kyu** **60 €**
 - Sisältää judopassin (5 kyu), rekisteröintimaksun Judoliittoon sekä vyön
- **Perheenjäsenalennus** **10 €/jäsen**
 - Alennus syyskauden kausimaksusta
- **Kannatusjäsenmaksu** **50 € yksityishenkilö**
150 € yritys/yhteisöt

- **Kahvakuula** **50 €/kausi (syyskausi/ kevätkausi)**

TOIMINTASUUNNITELMA 2015

Liite 1.

Kilpailut ja leirit 2015

AIKA	TAPAHTUMA	PAIKKA	SEURA	OMAVAS.	VALM.	KILP.	VALM.
TAMMIKUU							
16.-18.2015	ALUELEIRI	KAJAANI				40	8
24.1.2015	ICE POWER CUP	TAMPERE	150 €	100 €	25 €	4	1
HELMIKUU							
15.-16.2.2015	TALLIN CUP	TALLINNA	150 €	75 €	100 €	1	1
MAALISKUU							
14.-16.3.2015	ALUELEIRI	AVOIN	900 €	600 €	250 €	16	2
23.3.2015	HONTAI-SHIAI	VANTAA	100 €	100 €	50 €	4	1
24.3.2014	ALEM.VÖIDEN SM	VANTAA	200 €	200 €	100 €	4	1
HUHTIKUU							
18.4.2015	HÄMEENLIN. SHIAI	HÄMEENLIN.	200 €	200 €	100 €	4	1
TOUKOKUU							
2.5.2015	HARU-SHIAI	OULU	300 €	150 €		12	2
9.-11.5.2015	ALUELEIRI	AVOIN	900 €	600 €	100 €	12	2
19.5.2015	KOYAMA-SHIAI	ROVANIEMI	300 €	300 €	100 €	8	2
KESÄKUU							
25.-29.6.2015	YANAGI JUDO CAMP	HEINÄVESI	400 €	400 €	150 €	4	1
HEINÄKUU							
7.-11.7.2015	SUMMER JUDO	ARTJÄRVI	400 €	400 €	150 €	4	1
ELOKUU							
7.-10.8.2015	HELSINKI JUDO	HELSINKI	400 €	400 €	150 €	4	1
SYYSKUU							
17.9.2015	YAWARA-SHIAI	JOENSUU	175 €	175 €		8	2
26.9.2015	RUSKA-SHIAI	ROVANIEMI	300 €	300 €	100 €	8	2
LOKAKUU							
4.10.2015	EDEN-SHIAI	TAMPERE	150 €	100 €	25 €	4	1
16.10.2015	SAMURAI CUP	OULU	100 €	100 €		2	1
MARRASKUU							
7.-8.11.2015	KAIMU KEERAK	TARTO/EST	200 €	50 €		1	
14.11.2015	GENELEC-SHIAI	IISALMI	200 €	200 €		12	3
23.-24.11.2015	NUORTEN FJO	KOUVOLA	200 €	100 €	50 €	2	1
JOULUKUU							
7.12.2015	LAHTI-SHIAI	LAHTI	250 €	250 €	50 €	4	1
27.-30.12.2015	EV-LEIRI	PAJULAHTI	150 €	150 €		1	

SEURA	6125 €
OMAVASTUU	4950 €
VALMENTAJA	1500 €
YHT.	-2675 €

TOIMINTASUUNNITELMA 2015

TOIMINTASUUNNITELMA 2015