

Kajaanin Judokerho Ry



Toimintakertomus

2020

Hyväksytty sääntömääräisessä kevätkokouksessa 29.3.2021

Sisällysluettelo

1 Seurahallinto	4
1.1 Hallitustyöskentely 2020	4
1.2 Judokerhon hallitus ja seuratoiminnan vastuuhenkilöt 2020	4
1.3 Alue- ja liittotason toiminta 2020.....	4
1.4 Muu judoa edistävä toiminta	5
1.4.1 Liikkeelle tapahtuma 9.8.2020	5
1.4.2 Harrastemessut 2.-6.11.2020.....	5
2 Kajaanin Judokerho	6
2.1 Seuratoiminnan missio.....	6
2.2 Seuratoiminnan visio	6
2.3 Seuratoiminnan arvot.....	6
2.4 Käytännön toimintatavat.....	6
2.5 Vuosittainen Puurojuhla.....	7
3 Harjoitusryhmien toiminta	8
3.1 Lasten ja nuorten judotoiminta 2020	8
3.1.1 Muksujudo.....	9
3.1.2 Lasten ja nuorten peruskurssi.....	9
3.1.3 Judon Jatkokurssi-ryhmät I/II ja III.....	9
3.2 Aikuisten judo ja kahvakuulatoiminta.....	10
3.2.1 Aikuisten peruskurssi / kuntojudo ja Judo Seniorit -ryhmä.....	10
3.2.2 Naisten judoryhmä.....	10
3.2.3 Kahvakuula-toiminta.....	10
3.3 Harjoitusmäärät 2020	11
4 Kilpajudo	12
4.1 Kilpajudoryhmän kilpailut ja tulokset 2020	12
4.2 Leirit 2020	12
5 Graduoinnit	14
5.1 Graduoinnit (vyöarvokorotukset) vuonna 2020	14
5.2 Graduoiijat.....	14
6 Koulutukset	15
6.1 Judokerhon ohjaajien koulutustasot 2020	15
7 Jäsenistö ja tilikauden taloudellinen tulos	16
7.1 Jäsenprofiili 2020	16
7.2 Judokerhon maksut 2020.....	17
7.3 Tilikauden tulos 2020 ja matkustussääntö	17
7.4 Tiedotus, markkinointi ja suhdetoiminta.....	18

Esipuhe

Mennyt judovuosi 2020 oli kaikin puolin poikkeuksellinen seuratoiminnan osalta johtuen maailmanlaajuisesti levinneestä koronaviruksen aiheuttamasta pandemiasta, jonka johdosta myös Kajaanin Judokerhossa jouduttiin sopeuttamaan toimintaa lähes koko vuoden 2020 ajan.

Harjoitusryhmien osalta judovuosi 2020 käynnistyi normaalisti tammikuussa 2020 joulutauon jälkeen ja tammi-helmikuun vaihteessa pidimme vielä normaalisti perinteisen judon alueleirin Kajaanissa. Leirille osallistui judokoita Pohjois-Suomen alueen seuroista ja leiri sujui hyvin. Maaliskuun 2020 puolivälissä tilanne kuitenkin muuttui nopeasti, sillä Suomeen levinnyt koronavirus aiheutti äkillisen tilanteen muutoksen ja jouduimme keskeyttämään harjoitusryhmien toiminnan aina toukokuun loppuun saakka viranomaisten antamien määräysten ja suositusten perusteella yhteiskunnan mennessä "sulkutilaan". Judotoimintaa pääsimme käynnistämään jälleen elokuussa koulujen alkamisen aikaan ja saimmekin toteuttaa syyskauden harjoitustoiminnan lähes katkeamatta ennen kuin joulukuun alussa koronavirustilanne paheni Pohjois-Suomen alueella ja Kainuussa siirryttiin koronan kiihtymisvaiheeseen, minkä johdosta jouduimme jälleen keskeyttämään harjoitusryhmien toiminnan noin 2,5 viikkoa ennen suunnitellun joulutauon alkua.

Judotoiminnan osalta lähes koko judovuosi 2020 oli siis varsin "rikkonaista" ja toimintaa leimasikin tietty epävarmuus siitä, miten pitkään harjoitusryhmien toimintaa voidaan pyörittää ennen kuin korona keskeyttää toiminnan. Judokisojen ja leirien sekä muiden judotapahtumien osalta vuosi 2020 oli myös vajavainen, mutta siitä huolimatta kilpailevat judokamme pääsivät käymään muutamissa kisoissa sekä kotimaassa ja maajoukkuejudokamme Roope Korhonen myös ulkomaisissa judokisoissa. Näistä kisoista tuli myös hyvää menestystä, etenkin U21/23 SM-kisoissa judokamme saavuttivat mitalisijat.

Koronatilanne vaikutti osaltaan myös seuran jäsenmäärään, jossa tapahtui laskua verrattuna vuoden 2019 tilanteeseen. Vuoden 2020 lopussa Judokerhossa oli 87 Judoliiton jäseyden omaavaa judokaa, kun vastaava luku vuonna 2019 oli 113. Erityisesti jäsenmäärän vähentymistä tapahtui ikäluokassa 7-17 -vuotiaat judokat. Tulevien vuosien haasteena onkin pystyä lisäämään judoharrastajien määrää seurassa juuri tässä ikäluokassa. Ilahduttavaa on ollut kuitenkin nähdä se, että judon naiharrastajien määrä on kasvanut seurassa sekä se, että Judo Seniorit -ryhmässä harjoittelevien judokoiden määrä on kasvanut. Kaikkinensa harjoituskäyntien määrässä tapahtui vuoden 2020 aikana laskua johtuen koronan aiheuttamasta tauosta maaliskoukokuussa sekä joulukuussa ja harjoituskäyntien kokonaismäärä oli 6 164 harjoituskäyntiä, kun vastaava luku vuonna 2019 oli 7 773.

Kaikkinensa mennyttä judovuotta 2020 leimasi tietty koronapandemian mukanaan tuoma rikkonaisuus ja epävarmuus siitä, miten eri harjoitusryhmien toimintaa pystyttiin toteuttamaan, mikä näkyi luonnollisesti siinä ettei vuodelle 2020 asetettuja kaikkia seuratoiminnan tavoitteita pystytty saavuttamaan. Harjoituksissa käyneet judokat osallistuivat kuitenkin harjoituksiin ahkerasti ja on ollut ilo nähdä, että olemme pystyneet myös tarjoamaan hyvät judon harrastusmahdollisuudet eri-ikäisille seuramme judokoille. Vaikka tulevat vuodet tuovatkin mukaan omat haasteensa eikä koronapandemia ole vielä osoittanut laantumisen merkkejä, on kuitenkin paikallaan kiittää kaikkia Kajaanin Judokerhon toiminnassa mukana olleita judokoita ja erityinen kiitos kaikille seuramme judo-ohjaajille ja valmentajille sekä kahvakuula-ryhmien valmentajille, jotka jälleen omalla sitoutumisellaan ohjaamaan ja valmentamaan judoa ja kahvakuula-harjoituksia mahdollistivat vuoden 2020 aikana eri-ikäisille judon harrastajille ja kahvakuulailijoille hyvät ja laadukkaat harjoitukset. Kun ohjaajille ja valmentajille ei makseta korvauksia tekemästään ohjaamis- ja valmennustyöstä on hienoa nähdä, että edelleen löytyy seuratoimijoita, jotka haluavat edistää judon harrastamisen mahdollisuuksia Kajaanissa sitoutumalla tällaiseen vapaaehtoistyöhön. Kiitokset myös kaikille yhteistyötahoille, jotka ovat tukeneet vuoden 2020 aikana Judokerhon toimintaa. Kaikki saatu tuki on ollut tärkeää laadukkaiden judoharjoitusten mahdollistamiseksi. Kiitokset myös Kainuun Kokoomukselle, jonka lasten ja nuorten liikuntaharrastukseen antaman tuen avulla saimme uusittua judosalimme jo 10 vuotta vanhaa tatamialustaa ja näin voimme varmistaa, että lapsilla ja nuorilla judon harrastajilla on turvalliset harjoitusolosuhteet judoharjoitteluun.

Kajaanin Judokerhon hallitus

1 Seurahallinto

1.1 Hallitustyöskentely 2020

Kajaanin Judokerhon hallitus kokoontui vuoden 2020 aikana 3 kertaa hallituksen kokouksiin. Kokouksien ajankohdat olivat 10.2.2020, 7.9.2020 sekä 28.11.2020. Lisäksi hallitus piti Teams-palaverin 12.5.2020 koskien koronatilannetta ja sen vaikutuksia seuratoimintaan. Hallituksen työskentelyä johti Judokerhon puheenjohtaja, joka toimi hallituksen kokousten koolle kutsujana. Hallituksen jäsenet osallistuivat aktiivisesti pidettyihin kokouksiin, minkä lisäksi kokouksiin osallistui myös seuran toimihenkilöitä.

Hallituksen kokousten lisäksi vuoden 2020 aikana pidettiin sääntömääräiset kevätkokous ja syyskokous. Sääntömääräinen kevätkokous pidettiin 31.3.2020 Judosalin alakerran ruokala Eineksen tiloissa. Sääntömääräinen syyskokous puolestaan pidettiin 28.12.2020 myös ruokala Eineksen tiloissa.

1.2 Judokerhon hallitus ja seuratoiminnan vastuuhenkilöt 2020

Judokerhon hallitus vastaa seuratoiminnan toteutumisesta vuosittaisen toimintasuunnitelman mukaisesti. Hallitus vastaa myös seuratoiminnan taloudesta syyskokouksessa vahvistetun tulo- ja menoarvion mukaisesti. Hallitustyöskentelyä koordinoi puheenjohtaja. Hallituksen lisäksi seuratoiminnan eri osa-alueiden toteutumisesta ja toiminnan kehittämisestä vastasivat nimetyt vastuuhenkilöt.

Kajaanin Judokerhon hallitus 2020

Puheenjohtaja	Aki Flöjt
Varapuheenjohtaja	Visa Veijola
Hallituksen jäsenet	Antti Jyrkäs, Hannu Immonen, Ilja Hyvönen, Terhi Alasalmi, Visa Veijola, Kai Kaltiola ja Susanna Törmäkangas

Seuratoiminnan vastuuhenkilöt 2020

Sihteeri	Antti Jyrkäs
Rahastonhoitaja	Eero Saxholm
Päävalmentaja	Marko Korhonen
Nuorten kilpajudovalmentaja	Marko Korhonen
Tähtiseuravastaavat	Aki Flöjt ja Kai Kaltiola

1.3 Alue- ja liittotason toiminta 2020

Vuoden 2020 aikana olimme mukana Judoliiton seuraverkostossa, joka kokoontui Teams -palavereihin keskustelemaan judoseurojen toiminnasta sekä liittotason judotoiminnan kehittämisestä. Lisäksi olimme vuoden 2020 aikana mukana Kainuun Liikunnan koordinoimassa seurafoorumissa, joka toimii kajaanilaisten urheiluseurojen yhteisenä foorumina tarkoituksenaan kehittää kainuulaisten urheiluseurojen toimintaa ja eri seurojen ja lajien välistä yhteistoimintaa.

Tammi-helmikuun vaihteessa 31.1.–2.2.2020 järjestimme jälleen perinteisen Kajaanin Alueleirin kotisalillamme. Alueleirille osallistui judokoita Pohjois-Suomen eri judoseuroista sekä lisäksi Kostamuksesta Venäjältä. Judokoita leirillä oli n. 60 ja leiri sujui hyvin. Leirin valmentajina toimivat Jorma Korhonen (6. dan) ja Marko Korhonen (4. dan).

Lisäksi judo-ohjaajamme Henri Mylly ja Hanne Kinnunen toimivat judotuomareina vuoden 2020 aikana seuraavissa judokilpailuissa kotimaassa:

- Baltic Sea Championships 7.3.2020 Orimattila (Henri Mylly)
- Judon SM-kilpailut 3.10.2020 Orimattila (Henri Mylly)
- Koyama Shiai 10.10.2020 Rovaniemi (Henri Mylly ja Hanne Kinnunen)



Judotuomarimme Henri Mylly ja Hanne Kinnunen tuomaroivat Koyama Shiaissa 10.10.2020 Rovaniemellä

1.4 Muu judoa edistävä toiminta

1.4.1 Liikkeelle tapahtuma 9.8.2020

Elokuussa olimme mukana Liikkeelle -tapahtumassa, joka järjestettiin lauantaina 9.8.2020 Vimpelinlaakson urheilukeskuksessa. Paikan päälle rakensimme tatami-matoista tatamialueen, jossa tapahtumavieraat etenkin lapset pääsivät heittämään judopuvun takkiin puettua paininukkeja sekä tekemään kuperkeikkoja tatamilla. Tapahtuman yhteydessä mainostettiin myös syksyn uusia alkavia judokursseja ja kerrottiin Judokerhon toiminnasta.

1.4.2 Harrastemessut 2.–6.11.2020

Johtuen koronapandemiasta ei 2020 vuonna järjestetty perinteisiä Harrastemessuja Kajaanin hallilla, vaan Harrastemessut järjestettiin Kainuun Liikunnan toimesta verkkotapahtumana, minkä lisäksi urheiluseurat pystyivät tarjoamaan eri lajeista kiinnostuneille lajikokeilumahdollisuuksia omissa tiloissaan. Judokerhossa järjestimme viikon aikana lajikokeilut siten, että eri-ikäiset judosta kiinnostuneet pystyivät osallistumaan eri harjoitusryhmiemme omiin harjoituksiin. Näiden lajikokeilujen kautta saimmekin mukaan muutamia uusia judon harrastajia etenkin lasten peruskurssiryhmään.

2 Kajaanin Judokerho

2.1 *Seuratoiminnan missio*

Kajaanin Judokerho tarjoaa kaikenikäisille judosta kiinnostuneille laadukkaat ja monipuoliset judoliikunnan mahdollisuudet sekä mahdollisuuden kehittyä judoharrastuksessaan seuratoiminnan eri osa-alueilla. Seuratoiminta ja judon harrastaminen on kaikille avointa ja yhdenvertaista.

2.2 *Seuratoiminnan visio*

Judokerhon seuratoiminta on kehittyvää, jatkuvaa ja monipuolista. Seuratoimintaa kehitetään yhteistyössä Kajaanin kaupungin, Kainuun Liikunnan sekä Judoliiton Pohjois- ja Itä-Suomen alueiden seurojen kanssa. Toiminnan kehittämisessä huomioidaan lasten ja nuorten sekä ikäihmisten liikuntamahdollisuuksien kehittäminen entistä laadukkaammiksi.

2.3 *Seuratoiminnan arvot*

Kajaanin Judokerho toiminnassa noudatetaan yhteisiä pelisääntöjä, joihin ovat sitoutuneet niin harrastajat, ohjaajat kuin lasten ja nuorten jäsenten vanhemmat. Toimintamme arvoja ovat:

- ***Yhdenvertaisuus ja tasa-arvoisuus.*** Kaikilla seuramme jäsenillä on yhtäläiset mahdollisuudet ja oikeudet osallistua seuramme toimintaan sen eri osa-alueilla oman halukkuutensa mukaan. Seuratoiminnan kehittämisessä huomioidaan etenkin sukupuolten tasa-arvoisuuden kehittäminen.
- ***Suvaitsevaisuus.*** Edistämme seuratoiminnassa kaikkien tasapuolista kohtelua. Emme hyväksy kiusaamista, häirintää tai epäasiallista kohtelua harjoituksissa tai seuratoiminnassa.
- ***Anti-doping -henki ja päihteettömyys.*** Edistämme osaltamme dopingin vastaista työtä urheilussa ja liikuntaharrastuksessa. Lapsille ja nuorille kerrotaan ikä huomioiden puhtaan urheilun merkityksestä. Seuramme jäsenille tarkoitetut tilaisuudet ovat päihteettömiä. Lisäksi edistämme tupakoinnin ja nuuskan käytön vastaista työtä. Tupakointi ja nuuskaaminen ovat kiellettyjä niin judosalilla kuin eri judotilaisuuksissa. Näitä pelisääntöjä sitoutuvat noudattamaan kaikki jäsenemme ja heidän huoltajansa myös kilpailu- ja leirimatkoilla.

Eettistä toimintaamme ohjaavat ennen kaikkea judon kasvatukselliset periaatteet sekä Tähtiseura-toiminnan kriteerit. Jokaisessa harjoitusryhmässä käydään syksyisin Tähtiseura -pelisääntökeskustelut, joissa luodaan kunkin harjoitusryhmän osalta yhteiset säännöt ja, joita kukin jäsen sitoutuu noudattamaan. Ohjaajat ottavat tarpeen mukaan pelisäännöt keskusteluun ja huolehtivat niiden toteutumisesta niin harjoituksissa kuin kilpailuissa ja leireillä. Yhteiset pelisäännöt koskevat myös ohjaajia sekä lasten ja nuorten vanhempia heidän ollessa mukana seuratoiminnassa.

2.4 *Käytännön toimintatavat*

Tarjoamme kaikenikäisille jäsenillemme mielekkään, monipuolisen ja kehittävän judoharrastuksen. Aktiiveille jäsenille tarjoamme erilaisia mahdollisuuksia suuntautua seuratoiminnassa (esim. hallitustyöskentely, ohjaajana toimiminen). Myös lasten ja nuorten

vanhempia kannustetaan osallistumaan seuratoimintaan ja sen kehittämiseen. Käytännön toimintatapojamme ovat muun muassa:

- Lapset ja nuoret saavat osallistua harjoituksiin, kilpailuihin ja leireille oman halunsa ja taitotasonsa mukaan.
- Ohjaajat huomioivat lasten ja nuorten iän mukaisia yksilöllisiä eroja judotaitojen oppimisessa ja kannustavat jokaista harjoitusryhmän jäsentä osallistumaan harjoituksiin.
- Edistämme kajaanilaisten terveystoimintaa ja -kasvatusta huomioimalla toiminnassa Kajaanin kaupungin liikunta- ja terveystoiminnat linjaukset ja strategiat.
- Edistämme päihteettömyyttä ja anti-doping -toimintaa.
- Kehitämme harjoitustoimintaa tukemalla ohjaajien osallistumista erilaisiin ohjaaja- ja valmentajakoulutuksiin.
- Harjoitusryhmien toiminta on suunnitelmallista ja huomioimme toiminnan kehittämisessä Lasten ja nuorten Tähtiseura-toiminnan periaatteet.
- Seurassamme on kiinteät jäsen- ja kausimaksut.
- Seuratoiminta sekä talkootoiminta perustuu vapaaehtoisuuteen.
- Ohjaajille ei makseta palkkaa valmennustyöstä, mutta tuemme ja palkitsemme ohjaajiamme muulla tavoin heidän tekemästään arvokkaasta työstä.

2.5 Vuosittainen Puurojuhla

Judokerhon perinteinen Puurojuhla on pidetty vuosittain joulukuussa sääntömääräisen syyskokouksen yhteydessä. Valitettavasti koronatilanne paheni kuitenkin Kainuussa joulukuussa 2020 kiihtymisvaiheeseen, minkä vuoksi emme voineet järjestää tätä perinteistä syyskauden päätösjuhlaa jäsenillemme.

3 Harjoitusryhmien toiminta

Harjoitusryhmien toiminta oli vuoden 2020 aikana jokseenkin rikkonaista ja harjoituksia jouduttiin toteuttamaan osin poikkeuksellisissa olosuhteissa johtuen koronavirustilanteesta. Kevätkausi 2020 päästiin aloittamaan joulutauon jälkeen tammikuun alussa ja harjoitukset eri judoryhmissä toteutuivatkin normaaliin tapaan aina maaliskuun puoliväliin saakka, kunnes koronatilanne paheni Suomessakin niin, että seuran judoryhmien harjoitukset jouduttiin keskeyttämään 31.5.2020 saakka. Lasten ja nuorten judoryhmissä judoharjoituksia päästiin kuitenkin jatkamaan vielä ennen lyhyttä kesätaukoa kesäkuussa.

Syyskauden 2020 judoharjoitukset alkoivat kesätauon jälkeen elokuun puolivälissä ja eri judoryhmät pääsivät harjoittelemaan syyskauden ilman koronan aiheuttamia katkoksia aina joulukuun alkuun saakka, jolloin koronatilanne paheni jälleen Pohjois-Suomen alueella ja Kainuussakin siirryttiin koronan kiihtymisvaiheeseen 1.12.2020 alkaen. Tämän vuoksi jouduimme keskeyttämään jälleen kaikkien ryhmien toiminnan reilua paria viikkoa etuajassa ennen aiottua joulutaukoa.

Kaikkinensa koronaepidemian vaikutukset näkyivät lähestulkoon koko vuoden 2020 ajan harjoitusryhmien toiminnasta. Harjoituksissa pyrittiin välttämään lähikontakteja ja etenkin syyskauden 2020 alkaessa koronan vaikutukset näkyivät lasten ja nuorten jatkokurssi I/II ja III -ryhmissä judokoiden poisjäänteinä, mikä osaltaan vaikutti myös seuran jäsenmäärän pienenemiseen.

3.1 Lasten ja nuorten judotoiminta 2020

Kajaanin Judokerhossa toimi vuoden 2020 aikana muksujudoryhmä, lasten ja nuorten peruskurssi -ryhmä sekä Judon jatkokurssiryhmät I-III ja jatkokurssiryhmä IV/ kilpajudoryhmä. Kaikissa harjoitusryhmissä oli nimetyt ohjaajat, jotka ovat kokeneita judokoita ja, jotka ovat käyneet Judoliiton eri tasoisia ohjaaja- ja valmentajakoulutuksia. Jokaiselle harjoitusryhmälle oli nimetty vastuullinen pääohjaaja sekä 1-2 apuohjaajaa. Harjoitusryhmien tavoitteena on taata lapsille ja nuorille kehittävä ja säännöllinen liikuntaharrastus judon parissa.

Lasten ja nuorten judoryhmillä harjoitukset olivat pääsääntöisesti 1-2 kertaa viikossa ja kestoltaan noin tunnin. Vuonna 2020 harjoitusajat sijoitettiin lasten kannalta parhaaseen aikaan olemaan alkuillasta (klo 17-19.30 välisenä aikana). Kaikki Judokerhon harjoitukset ovat ohjattuja ja ohjaajat huolehtivat judosalin ja harjoitusten turvallisuudesta kiinnittämällä huomiota yhteisiin pelisääntöihin, judokäytökseen (DOJO-käytös) sekä harjoitusvälineiden ja judosalin turvallisuuteen.

Harjoitusryhmä	Osallistujamäärä kevät 2020	Osallistujamäärä syksy 2020	Ohjaajat
Muksujudo	11	10	Kai Kaltiola (2 kyu), Ismo Reinikka (2. kyu) ja Mikko Meriläinen (1. dan)
Lasten peruskurssi	17	18	Henri Mylly (2. dan), Jani Sarkkinen (2. dan), Aki Flöjt (1. kyu) ja Tuomo Erola (1. kyu)
Jatkokurssi I/II	15	8	Antti Jyrkäs (1. dan) ja Aki Flöjt (1. kyu)
Jatkokurssi III	18	8	Antti Jyrkäs (1. dan) ja Aki Flöjt (1. kyu)
Jatkokurssi IV/ kilpajudo	15	14	Marko Korhonen (4. dan), Jorma Korhonen (6. dan)
Aikuisten peruskurssi/ kuntojudo	20	12	Hannu Immonen (1. dan) ja Henri Juntunen (2. kyu)
Naisten Judoryhmä	5	8	Hanne Kinnunen (1. kyu)
Judo Seniorit-ryhmä		7	Hannu Immonen (1. dan)

3.1.1 Muksujudo

Muksujudo on iältään 5–6 -vuotiaita lapsia. Muksujudossa harjoitukset ovat kerran viikossa ja harjoituksen kesto on 60 min. Muksujudossa harjoitusten pääsisältö on erilaisissa peleissä ja leikeissä, jotka kehittävät perusliikuntataitoja sekä sosiaalisia taitoja. Lisäksi muksujudossa opetellaan judon alkeita sekä tehdään lasten kehonhallintaa ja liikkuvuutta kehittäviä liikkeitä (esim. kuperkeikat eteen-taaksepäin, ukemin eli kaatumisen alkeiden opettelua). Tärkeässä osassa muksujudossa on myös judon kasvatuksellisten periaatteiden opettelu, kuten harjoituskaverin kunnioittaminen sekä sali- eli dojo-käytöksen opettelu.

Vuonna 2020 Kajaanin Judokerhon muksujudoryhmässä harjoitteli kevätkaudella 11 reipasta muksujudokaa ja syyskaudella 10. Muksujudon ohjaajina toimivat Kai Kaltiola (2. kyu), Ismo Reinikka (2. kyu) ja Mikko Meriläinen (1. dan).

3.1.2 Lasten ja nuorten peruskurssi

Lasten ja nuorten peruskurssi on tarkoitettu 7 – 15 -vuotiaille lapsille ja nuorille. Peruskurssi alkaa syksyisin elo-syyskuun vaihteessa ja kestää seuraavaan kevääseen päättyen toukokuussa pidettäviin keltaisen vyön (5. kyu) vyökokeisiin. Lasten peruskurssilla harjoitukset olivat kerran viikossa, kestoltaan 60 min. Peruskurssin aikana opetellaan judon perusteita ja perustekniikoita sekä kiinnitetään huomiota perusliikuntataitojen kehittämiseen ja kehonhallintaa kehittäviin liikkeisiin. Lisäksi peruskurssilla kiinnitetään huomiota judon kasvatuksellisten periaatteiden toteutumiseen ja ryhmässä toimimiseen. Peruskurssi päätteeksi pidetään keväisin vyökoe, jossa suoritetaan keltainen vyö (5. kyu).

Kevätkaudella 2020 (syksyllä 2019 alkanut kurssi) lasten ja nuorten peruskurssilla harjoitteli 17 judokaa ja syyskaudella 2020 18 judokaa, joista osa oli jo kevätkaudella mukana olleita judokaita. Tämä sen vuoksi, että kevätkausi 2020 keskeytyi maaliskuun puolivälissä eikä tuolloin peruskurssilla olleille päästy pitämään normaaliin tapaan keltaisen vyön koetta joten judokat jatkoivat syyskaudella yhdessä uusien peruskurssilaisten kanssa harjoittelua kohti keltaista vyötä.

Lasten ja nuorten peruskurssiryhmän ohjaajina toimivat kevät- ja syyskaudella 2020 Henri Mylly (2. dan), Jani Sarkkinen (2. dan), Aki Flöjt (1. kyu) ja Tuomo Erola (1. kyu).

3.1.3 Judon jatkokurssi-ryhmät I/II ja III

Lasten judon jatkokurssi-ryhmissä I/II (7-11 v.) ja III (12-15 v.) harjoitukset pidettiin kevät- ja syyskaudella 2020 siten, että Jatkokurssi I/II ryhmän harjoitukset olivat kestoltaan 60 minuuttia ja III-ryhmän 90 minuuttia. Molemmista ryhmissä tapahtui kevään 2020 äkillisen harjoitusten keskeytymisen jälkeen varsin suurta poisjääntiä, sillä syyskaudella 2020 molemmissa ryhmissä jatkoi kahdeksan judokaa / ryhmä. Jatkokurssi I/II -ryhmässä harjoituksissa keskityttiin oranssin vyön (4. kyu) vyökoetekniikoiden ja Jatkokurssi III -ryhmässä vihreän (3. kyu) ja sinisen vyön (2. kyu) vyökoetekniikoiden opiskeluun. Molempien harjoitusryhmien ohjaajina toimivat Antti Jyrkäs (1. dan) ja Aki Flöjt (1. kyu).

3.2 Aikuisten judo ja kahvakuulatoiminta

3.2.1 Aikuisten peruskurssi / kuntojudo ja Judo Seniorit -ryhmä

Aikuisten peruskurssilla keskitytään judon perustekniikoiden opetteluun lisäksi myös peruskuntaa kehittävään liikuntaan, joka tukee lihaskunnan kehittymistä ja ylläpitoa. Judoharjoitteiden lisäksi harjoituksissa on mukana esimerkiksi kahvakuulaharjoitteita, joiden avulla kehitetään voimaa sekä kehon hallintaa ja liikkuvuutta. Aikuisten peruskurssilla alaikärajana on 16 vuotta eikä yläikärajaa ole. Kevätkaudella 2020 peruskurssi- ja kuntojudyoryhmään osallistui kaikkinsa noin 20 eri ikäistä aikuista ja syyskaudella 2020 mukana oli edelleen 12 judokaa. Aikuisten peruskurssin ohjaajina toimivat vuoden 2020 aikana Hannu Immonen (1. dan) ja Henri Juntunen (2. kyu).

Syyskaudella 2020 toimintansa ”vakiinnutti” myös uusi Judo Seniorit -ryhmä, jossa harjoittelevat varttuneemmat ”judoseniorit”. Ryhmän judokat kokoontuivat syyskaudella 2020 omiin harjoituksiinsa sunnuntaisin ja judotekniikoiden valmennuksesta vastasi Hannu Immonen.

3.2.2 Naisten judoryhmä

Syksyllä 2019 aloittanut Naisten judoryhmä jatkoi toimintaansa myös kevät- ja syyskaudella 2020 Hanne Kinnusen (1. kyu). Kevätkaudella 2020 ryhmässä harjoitteli viisi naisjudokaa sekä muutamia jatkokurssi-ryhmissä harjoittelevia tyttöjudokoita ja syyskaudella 2020 mukaan tuli edelleen uusia naisjudokoita, joten ryhmässä harjoitteli aktiivisesti noin kahdeksan naisjudokaa.

3.2.3 Kahvakuula-toiminta

Vuoden 2020 aikana Judokerhossa järjestettiin säännöllisesti myös ohjattuja kahvakuulaharjoituksia sekä aloittelijoille että kovemmin treenaaville. Aloittelijoiden kahvakuularyhmää veti Ville Kinnunen ja harjoitukset tällä ryhmällä olivat kevätkaudella 2020 kerran viikossa sunnuntaisin, kestoaltaan 1,5 tuntia. Kovempaa treenaavilla kahvakuulaharjoituksia oli kolme kertaa viikossa, kestoaltaan 1,5 h ja harjoitusten vetämisestä vastasi judokerhon kilpajudon valmentaja Marko Korhonen.

Kahvakuulaharjoitukset olivat erittäin suosittuja ja etenkin aloittelijoiden kahvakuularyhmän harjoituksiin osallistui parhaimmillaan kerrallaan lähes 30 henkilöä! Kahvakuulaharjoituksilla olemme saaneet aktivoitua etenkin lasten ja nuorten jäsentemme vanhempia mukaan säännölliseen lihaskuntoharjoitteluun sekä seuran toimintaan. Näin ollen tällä toiminnalla on tärkeä merkitys myös vanhempien ja iäkkäämpien säännöllisen lihaskunto- ja liikuntaharjoittelun kannalta kuntoa ylläpitävänä toimintana. Ikäjakaumaltaan kahvakuularyhmän osallistujat ovat hieman yli 20 -vuotiaista aina yli 65 -vuotiaisiin. Aktiivisten kahvakuularyhmäläisten määrä oli noin 35 – 40

3.3 Harjoitusmäärät 2020

Vuoden 2020 aikana harjoituskäyntien määrässä oli hienoista pudotusta johtuen erityisesti koronapandemian aiheuttamasta harjoitustauoista maaliskoukokuussa sekä joulukuussa 2020. Lisäksi vähentyneeseen harjoituskäyntien määrään oli toki jäsenmäärän vähenemisellä. Ahkerimpia judoharjoituksissa kävijöitä olivat vuoden 2020 aikana Kristian Heikkinen (428 harjoituskertaa), Roope Korhonen (418), Sami Rönty (254), Marko Korhonen (315), Vesa Koskelo (309), Jorma Korhonen (291), Antti Jyrkäs (196), Beata Järvi (189), Henri Mylly (157) ja Jani Sarkkinen (149).

Harjoitusryhmä	Harjoituskäyntien määrä/ ryhmä 2020	Harjoituskäyntien määrä/ ryhmä 2019	Harjoituskäyntien määrä/ ryhmä 2018	Harjoituskäyntien määrä/ ryhmä 2017
Ohjaajat	1826	1943	1780	1754
Kilpajudoryhmä	1919	1825	1860	1338
Jatkokurssit I/II ja III	562	1152	895	657
Peruskurssi aikuiset/ kuntojudo	327	617	345	336
Peruskurssi lapset ja nuoret	223	440	471	614
Muksujudo	224	472	318	441
Naisten judoryhmä	434	118		30
Kahvakuula-ryhmät	649	1136	803	901
Yhteensä	6164	7773	6 472	6534

4 Kilpajudo

Judokerhon kilpajudoryhmän judokat harjoittelivat ahkerasti vuoden 2020 aikana valmentajiensa Marko Korhonen ja Jorma Korhonen valmennuksessa. Judokerhon kilpajudokoista Roope Korhonen kuului vuoden 2020 aikana U21 -maajoukkueeseen edusti Suomea muun muassa Kroatian Porecissa 4.-6.11.2020 pidetyissä alle 21-vuotiaiden EM-kilpailuissa sarjassa M-73 kg. Roope Korhosen lisäksi kilpajudokat Sami Rönty ja Kristian Heikkinen osallistuivat kansallisiin arvokisoihin.

4.1 Kilpajudoryhmän kilpailut ja tulokset 2020

Kilpailu	Paikka	Osallistujat ja sijoitus
Samurai Cup I 25.1.2020	Tampere	Kristian Heikkinen (M21-66) 3. Sami Rönty (M21-73) 2. Ida Tervo (T15, +63) 4. Ohto Koponen (P15-55) - Iikka Veijola (P18-50) 2.
SM -kilpailut U21/U18 15.2.2020	Nummela	Roope Korhonen (M21-73) 1. Sami Rönty (M21-73) - Kristian Heikkinen (M21-66) 3. Iikka Veijola (P18-55) 5.
Danish Open 8.-9.2.2020	Vejele, Tanska	Roope Korhonen (M-73) 7.
Baltic Sea Championships 7.3.2020	Orimattila	Sami Rönty 7. Kristian Heikkinen -
Samurai Cup II 30.8.2020	Orimattila	Roope Korhonen (U21-73) 1. Roope Korhonen (M-73) 1. Sami Rönty (M21-73) 2. Kristian Heikkinen (M-66) 4. Iikka Veijola (P18-55) 5.
Judon SM-kisat 3.10.2020	Orimattila	Kristian Heikkinen (M-66) - Korhonen Roope (M-73) - Rönty Sami (M-73) -
Samurai Cup III 10.10.2020	Rovaniemi	Kristian Heikkinen (M21-73) 4. Rönty Sami (M21-73) 3.
Tampere Shiai 24.10.2020	Tampere	Kristian Heikkinen (M-66) 2. Kristian Heikkinen (U21-66) 1. Rönty Sami (M21-73) 1. Rönty Sami (M-81) 2.
U21/23 EM-kisat 9.-10.11.2020	Porec, Kroatia	Roope Korhonen -

4.2 Leirit 2020

Leiri	Paikka	Osallistuja(t)
Nage-no-kata -leiri 15.2.2020	Oulu	Tuomo Erola, Aki Flöjt, Antti Jyrkäs, Hanne Kinnunen, Ville Kinnunen, Ismo Reinikka ja Jani Sarkkinen
KV-leiri 6.-10.2.2020	Mittersil	Roope Korhonen
KV-leiri 10.-14.2.2020	Pariisi	Roope Korhonen
EV-leiri 20.-23.2.2020	Pajulahti	Roope Korhonen
EV-leiri 9.-24.3.2020	Varala	Roope Korhonen
Helsinki Judo Camp 31.7.-4.8.2020	Helsinki	
EV-leiri 17.-23.8.2020	Pajulahti	Roope Korhonen
Tehostamisleiri 4.-5.9.2020	Pajulahti	Roope Korhonen
Tehostamisleiri 11.-13.9.2020	Pajulahti	
EV-leiri 16.-18.10.2020	Pajulahti	
EV-leiri 1.-19.12.2020	Pajulahti	



Judokerhon kilpajudokat Kristian Heikkinen, Roope Korhonen, Sami Rönty ja Iikka Veijola U21/U18 SM-kisoissa Nummelassa 15.2.2020. Roope Korhonen voitti sarjansa M21-73 ja Kristian Heikkinen otteli pronssille sarjassa M21-66.



Kristian Heikkinen voitti kultaa Tampere shiaissa 24.10.2020 sarjassa U21-66. Lisäksi hopeaa tuli samoissa kisoissa sarjassa M-66.



Sami Rönty otteli Tampere Shiaissa 24.10.2020 sarjassa M-81 hopeaa ja kultaa sarjassa U21-73.

5 Graduoinnit

Kajaanin Judokerho noudattaa vyöarvokorotuksissa eli graduoinneissa Suomen Judoliiton kulloinkin voimassa olevia graduointimääräyksiä. Graduointien tarkoituksena on kannustaa judokkaita eteenpäin judoharrastuksessaan ja kehittämään itseään judon eri osa-alueilla. Lasten ja nuorten kohdalla vyökoejärjestelmä kannustaa harjoitteluaktiivisuuteen ja uusien judotekniikoiden opetteluun etenkin alemmilla vyöarvoilla. Pidemmälle ehtineiden harrastajien kohdalla etenkin korkeampia vyöarvoja suoritettaessa vyökoejärjestelmä kannustaa myös seuratoiminnassa mukana olemiseen kuten harjoitusryhmien ohjaajana toimimiseen ja kouluttautumiseen sekä muuhun seuratoimintaan.

5.1 Graduoinnit (vyöarvokorotukset) vuonna 2020

Johtuen koronasta toteutui Judokerhossa vuoden 2020 aikana vain muutamia vyöarvokorotuksia aikuisten judokoiden osalta. Lasten ja nuorten judoryhmissä ei uusia vyöarvokorotuksia tullut vuoden 2020 aikana, sillä esimerkiksi lasten ja nuorten peruskurssin ryhmägraduointia keltaiselle vyöarvolle ei päästy toteuttamaan toukokuussa vallinneen koronatilanteen aiheuttamasta sulusta johtuen eikä syksyn 2020 aikana pidetty myöskään muiden vyöarvojen osalta vyökokeita lasten ja nuorten jatkokurssi-ryhmäläisille judokoille.

Kajaanissa oli tarkoitus järjestää joulukuussa 2020 myös liittograduointi, johon olisi osallistunut dan-arvojen korotuksiin tulevia judokkaita Suomen eri judoseuroista, mutta koronatilanteen pahennuttua kiihtymisvaiheeseen Pohjois-Suomen alueella, jouduttiin tämä tilaisuus valitettavasti perumaan ja kyseinen liittograduointi siirtyi myöhempään ajankohtaan.

Toteutuneet graduoinnit 2020 KJK:ssa

Vyöarvo	Suoritusten määrä
5. kyu (keltainen)	2
4. kyu (oranssi)	1
3. kyu (vihreä)	1
2. kyu (sininen)	-
1. kyu (ruskea)	2
Yhteensä	6

5.2 Graduoiijat

Graduoiijat vastaanottavat vyökokeet judokoilta. Alempien vöiden (5. – 1. kyu) graduoinnit järjestetään seurassamme itsenäisesti kurssigraduointina (peruskurssit) tai seuragraduointina. Mustan vyön (1. dan ja ylöspäin) graduoinnit toteutuvat kaksi kertaa vuodessa pidettävissä liittograduoinneissa ja osallistumisoikeuden näihin myönsi vuoden 2016 loppuun saakka Dan-kollegio. Judoseurassa toimivien graduoitsijoiden tulee ylläpitää osaamistaan osallistumalla määrääjain Judoliiton järjestämiin graduointikoulutuksiin sekä toimia aktiivisesti graduoitsijoina.

Kajaanin Judokerhon graduoiijat 2020

Graduointioikeus	Graduoiijat
Seura- ja kurssigraduoiijat	Jorma Korhonen (6. dan) (Liittograduointioikeus) Jarmo Kinnunen (3. dan) Antti Jyrkäs (1. dan) Hannu Immonen (1. dan) Aki Flöjt (1. kyu), kurssigraduoiija

6 Koulutukset

Judokerho noudattaa Suomen Judoliiton koulutusjärjestelmää, joka on jaettu kolmeen eri tasoon (Taso 1-3). Etenkin ohjaajia sekä muita seuratoimijoita kannustetaan osallistumaan Judoliiton järjestämiin ohjaaja -ja valmentajakoulutuksiin sekä muihin seuratoimintaa tukeviin koulutuksiin (esim. Kainuun Liikunnan järjestämät koulutukset jäsenseuroilleen). Lisäksi Judokerhossa järjestetään seuratason koulutuksia jäsenille. Näitä ovat muun muassa Judon perusteet -koulutus ja Opettamisen ja ohjaamisen perusteet -koulutus.

Koulutusten osalta koronapandemia aiheutti myös muutoksia ja esimerkiksi Judoliiton koulutuksia peruuntui suurilta osin vuoden 2020 aikana. Kajaaniin suunnitellut koulutukset, joita olisi olleet judotuomarin peruskoulutus ja liittograduoinnin yhteydessä pidettäväksi tarkoitettu graduointikoulutus jouduttiin myös näin ollen perumaan koronarajoitusten vuoksi. Toiveissa on, että nämä peruuntuneet koulutukset päästään järjestämään vuoden 2021 aikana ja, että judokamme pääsevät osallistumaan myös muihin Judoliiton koulutuskalenterissa oleviin koulutuksiin vuoden 2021 aikana.

6.1 Judokerhon ohjaajien koulutustasot 2020

Judokerhon ohjaajat ovat käyneet eri tasoisia Suomen Judoliiton koulutusjärjestelmään kuuluvia ohjaaja- ja valmentajakoulutuksia. Kainuun Liikunnan järjestämiä ohjaaja- ja valmentaja-koulutuksia.

Judokerhon ohjaajien koulutustasot 2020

Koulutus	Käynyt ohjaajaa
Judon perusteet (JP-koulutus, 1. taso)	13
Opettamisen ja oppimisen perusteet (OOP- koulutus, 1. taso)	13
Muksujudo I -koulutus (2. taso)	7
Muksujudo II -koulutus (2. taso)	5
Kuntojudo-ohjaaja I ja II -koulutus (2. taso)	3
Fysiikkavalmennuksen perusteet (1. taso)	11
Graduoiija -koulutus (2. taso)	6
Graduoiija -jatkokoulutus (2. taso)	5
Nuori Suomi -ohjaajakoulutus	3
Tuomarikoulutus (2. taso)	7
Tuomarin pääkoulutus (2. taso)	1
Judoliiton kouluttaja -koulutus (2. taso)	3
C-lajiosa	4
Taitoharjoittelija -koulutus	1
Judoliiton Seurakehittämiskoulutus (3. taso)	3
Perhejudo-ohjaajakoulutus	1

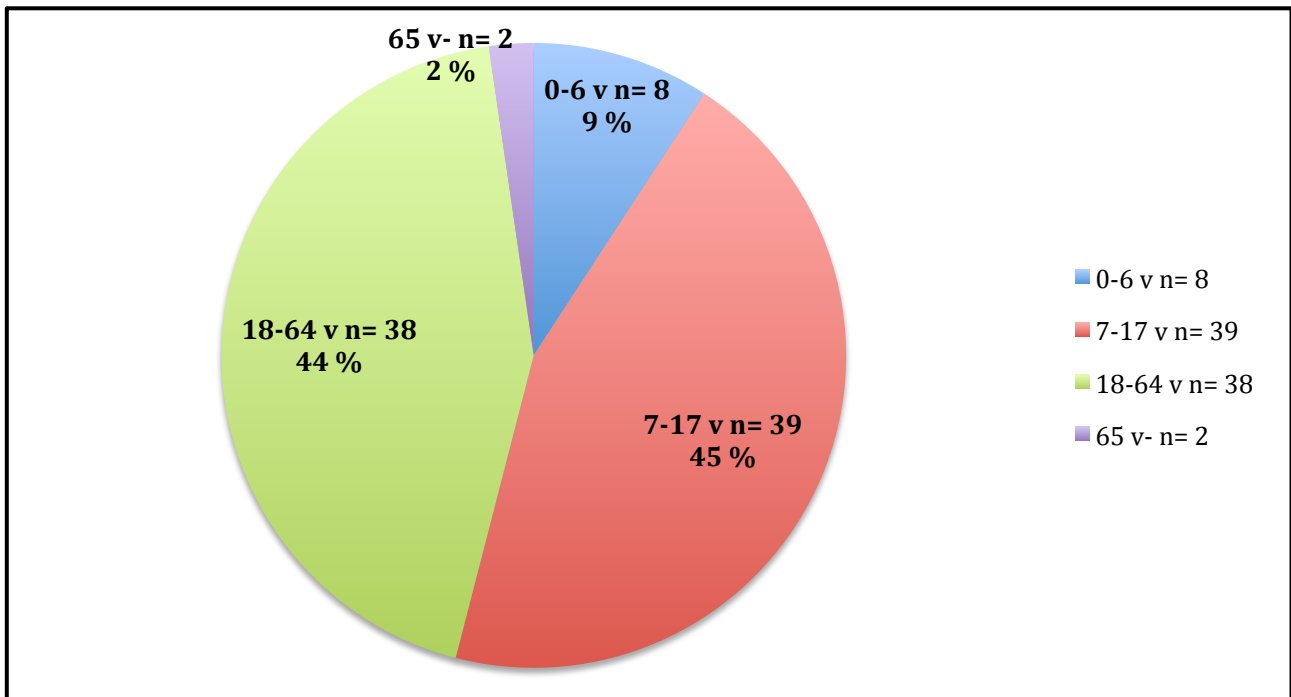
7 Jäsenistö ja tilikauden taloudellinen tulos

7.1 Jäsenprofiili 2020

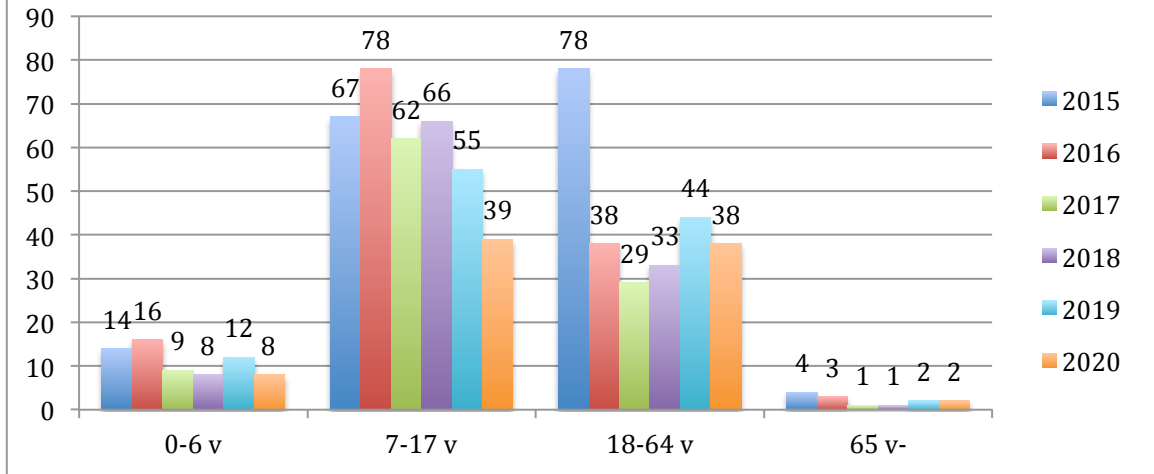
Kajaanin Judokerhon Judoliiton jäsenyyden omaavien jäsenten määrä oli vuoden 2020 lopussa 87 (2019 vuonna 113 jäsentä). Jäsenmäärässä tapahtui siis laskua, johtuen mitä suurimmalta osin koronatilanteesta. Poikia/miehiä Judokerhon jäsenistä oli vuonna 2020 68 % (n= 59) ja naisia/ tyttöjä 32 % (n=28), kun vuonna 2019 vastaavat luvut olivat 77 % (n= 87) ja 23 % (n= 26). Ilahduttavaa on siten se, että judoa harrastavien tyttöjen ja naisten määrä on kasvanut vuosittain Judokerhossa.

Tuleville vuosille jäsenprofiilin suhteen painopiste olisi saada lisää judon harrastajia ikäluokassa 7–17 vuotiaat, jossa jäsenmäärä laski vuoden 2020 aikana ollen 39 judokaa (2019 55 judokaa, 2018 66 judokaa).

Judokerhon jäsenistön ikäjakauma 2020



Judokerhon ikäjakauma vertailu 2015 - 2020



7.2 Judokerhon maksut 2020

- Judokerhon maksut jäsenille muodostuvat jäsenmaksusta (uusille jäsenille liittymismaksu) sekä kausimaksuista (syys- ja kevätkauden maksu laskutetaan erikseen).
- Vuosittaisen jäsenmaksun maksavat kaikki Judokerhon jäsenet
- Judokerhon syyskauden kausimaksu sisältää SjuL:n jäsenyyden ja OP Pohjolan vakuutuksen
- Kaikilla syyskauden kausimaksun maksaneilla on siten myös voimassa oleva vakuutus judoharrastusta varten.

7.3 Tilikauden tulos 2020 ja matkustussääntö

Jäsenmaksu	40 €/toimintavuosi
Kausimaksu • Syyskausi 1.8.-31.12. • Kevätkausi 1.1.-31.5.	160 €/kausi (Muksujudossa 120 €/kausi) - syyskauden kausimaksu sisältää Suomen Judoliiton vakuutuksen 40 € alle 7 v. jäsen ja 76 € yli 7 v. jäsen
Perheenjäsen alennus • Alennus syyskauden kausimaksusta	10 €/jäsen
Liittymismaksu • Uusille jäsenille, sisältää vuosittaisen jäsenmaksun	60 €
Graduointimaksu 5.-2. kyu • Sisältää judopassin (5. kyu), rekisteröintimaksun liittoon sekä judovyön	60 €/graduointi
Kannatusjäsenmaksu	50 € yksityishenkilöt 150 € yritykset/yhteisöt

- Kajaanin Judokerho on yleishyödyllinen yhteisö, jonka toiminnan tarkoituksena ei ole kerätä taloudellista voittoa. Toiminnan jatkuvuuden varmistamiseksi tulee seuran talouden olla kuitenkin vakaalla pohjalla.

- Judokerhon tulot vuonna 2020 muodostuivat liittymismaksuista sekä jäsen- ja kausimaksutuotoista, Kajaanin kaupungin myöntämistä harkinnanvaraisista avustuksista, muusta varainhankinnan tuotoista (talkotoiminta) sekä eri yhteistyökumppaneilta saadusta tuesta. Talkotoiminnan tuottoja vuodelta
- Kuluja Judokerholle muodostui judosalin vuokratuloista sekä judosalin siivouksesta (ostopalvelu siivousyritykseltä), seuran judo-ohjaajien koulutuskustannusten tukemisesta sekä kilpailevien judokoiden ja heidän valmentajiensa sekä huoltajien kilpailu- ja leirimatkojen tukemisesta.
- Koulutus-, kilpailu- ja leirikustannuksia korvattiin ohjaajille ja jäsenille taloussuunnitelman mukaisesti osallistumis- ja matkakustannusten osalta. Kilpailu- ja leirimatkoilla osallistujilla oli myös omavastuuosuus.
- Matkakulujen korvaamisessa noudatettiin Suomen Judoliiton matkustussääntöä. Matkakuluina korvattiin kilpailu- ja leirimatkoista polttoainekustannuksia tositteiden mukaan.
- Tilinpäätös ajalta 1.1.–31.12.2020 muodostui ylijäämäiseksi ollen 3 148,76 € (tilikauden 1.1.–31.12.2019 tulos 274,14 €).
- Judokerhon varainhankinta vuonna 2020 koostui pääosaltaan jäsen- ja kausimaksutuloista, harkinnan varaisista avustuksista sekä yhteistyökumppaneilta saaduista tuesta ja talkoo-toiminnasta saaduista tuloista.
- Vuonna 2020 haettiin ja saatiin Kajaanin kaupungin liikunta- ja urheiluseuroille myöntämä yleisavustus (kevät 2020) ja harkinnanvarainen tuki (syksy 2020). Lisäksi Kajaanin kaupungin liikunta- ja kulttuuriasianneuvosto myönsi maajoukkuevalmennuksessa olevalle kilpajudokalle Roope Korhoselle henkilökohtaisen urheilija-apurahan vuosille 2020 – 2021 käytettäväksi kilpailu- ja leirimatkoista aiheutuviin kustannuksiin.
- Muu saatu tuki Judokerhon toimintaan vuoden 2020 aikana:
 - Suomen OLO-ravintolat Oy/ Ranch
 - Kainuun Kokoomus (lahjoitus tatamin uusimista varten)

7.4 Tiedotus, markkinointi ja suhdetoiminta

- Judoa tuotiin esille muun muassa järjestämällä elokuussa judonäytös judosalilla sekä eri yhteistyötilaisuuksissa sekä pitämällä judotunteja/ lajiesittelyjä Lyseon yläasteen oppilaille.
- Syksyllä 2020 osallistuimme 9.8.2020 Vimpelinlaaksossa pidettyyn Liikkeelle - tapahtumaan sekä 2.–6.11.2020 somessa pidetyille Kainuun Liikunnan koordinoimille harrastemessuille.
- Seuran tiedotuskanavina jäsenistölle ja ulkopuolelle toimivat Judokerhon nettisivut sekä Facebook-sivusto.
- Jäsenistölle tiedotusta hoidettiin myös harjoitusryhmien ohjaajien välityksellä sekä
- Suhdetoiminta Judokerhon yhteistyötahoihin hoidettiin seuran toimihenkilöiden toimesta.

KAJAANIN JUDOKERHON TOIMINTAA VUODEN 2020 AIKANA TUKIVAT:

Suomen OLO-ravintolat Oy/ Ranch



Kajaanin kaupunki



Kajaanin
kaupunki