

Ryhmien näytökset loistivat liikehallintaa ja tasapainoa

Viikonlopun judoleirillä lähes sata osallistujaa

■ Pikkujouluyön judoleiri junioreille vanhempineen pidettiin Loviisassa judoseura Arashin tiloissa. Lisätilaa lainattiin vieressä toimivilta partiolaisilta sekä tanssitalosta, ja viikonloppuleirin saavuttama suksee yllätti järjestäjätkin. Loviisan junnujen lisäksi mukana oli Klaukkalasta judoseura Ping-Viinejä neljätoista lasta ja kaksitoista aikuista.

- Omia oli ilmoittautunut 36, ja jos siihen lisätään talokolaiset ja vanhemmat sekä Nurmijärven vierailijaseura, kaikkiaan osallistujia on 80-90:n välillä, Arashin puheenjohtaja **Veijo Tarhala** laskeskelee. Leirin organisoinnista vastasi **Jari Orava**, jolle koko tapahtuma toimi myös opinnäytetyönä liikunnan ammattitutkintoon. Treenien päävetäjät olivat Klaukkalan **Antti Renko** 3. dan ja Arashista **Tapio Niemi** 1. dan.

Leiri alkoi lauantaina kello 10 ja päättyi sunnuntaina kello 16. Judotreenien ja -näytösten sekä vyökokeen lisäksi ohjelmassa oli pikkujouluillallinen Generalshagenin koululla, illalla pari tuntia vapaa-aikaa elokuvien ja pelien parissa sekä sunnuntaina retki kahdessa ryhmässä uimaan Esplanadin altaaseen.

- Tatamilla ja tanssisalissa opetellaan leirielämää. Nollakoukset ovat nuorimpia, Orava toteaa.

- Leirillä keski-ikä pyörii kymmenen paikkeilla. Tällä



Jatkoryhmä esittää heittomyllä.

leirillä opetellaan perusasioita kuten olemaan yötä pois kotoa.

- Nuorimmat ovat olleet alle puoli vuotta mukana, ollaan ihan alussa, kun vanhimmat ovat harrastaneet muutaman vuoden, ehkä neljä-viisi vuotta.

Alle kouluikäisillä Muk-

suilla on kaksi ryhmää, vuosi sitten aloittaneet ja tänä syksynä aloittaneet, ja lisäksi toimivat perusryhmä, jatkoryhmä, kilparyhmä ja kuntoudoryhmä.

Arashi on rinnetuuli

Loviisassa judo-harrastus kan-

taa lasten osalta, ja ohjaajat toteavatkin seuran olevan oikeastaan nuorisoyhdistys.

Tarhala mainitsee, että toisin kuin japanin sana arashi on suomennettu aikaisemmin, se ei tarkoita pyörremyrskyä vaan rinnetuulta, joka on kannattava tuuli. Arashissa on mukana se-

kä vanhempia että lapsia, ja välillä käy niinkin päin, että lasten harrastus houkuttelee isät ja äidit mukaan. Lauantain vyökokeen aikuiset olivat tulleet tällä tavoin judon pariin.

Lauantai-iltapäivänä ryhmien esittelynäytökseen mennessä leiriläisillä oli ennättänyt olla jo kolmet treenit, minä ei huomannut painavan varmasti ja kauniisti esiintyneitä nuoria judokkoita. Tilanteiden ja liikkeiden hallinta ja tasapaino säteilivät ryhmistä ja lisäksi nuorilla judokkoilla tuntui olevan hauskaa.

Muksu-kakkosryhmän näytöstä vetämään ohjaaja **Tapio Niemi** pyysi ryhmän jäsenen **Eevi Mäkelän**. Eevi aloitti liikkeitä rauhallisesti ja määrätietoisesti ja jäi tyynesti odottamaan, että kaikki ryhmässä olivat valmiita ennen seuraavaa sarjaa tatamilla.

Eevi aloitti Muksuissa vuosi sitten ja on nyt seitsemänvuotias.

- Minun isovelji oli jo judossa ja sillä oli pieni puku, jonka se antoi minulle, hän kertoo aloituksestaan.

Eevi lähti kokeilemaan ja judoharjoittelu tuntui kivalta. Isovelji **Aaro** on nyt kymmenvuotias. Vaikeina Eevi ei liikkeitä varsinaisesti pitänyt.

- Jotkut uudet liikkeet varmaan ovat vaikeita.

Heitot ja sidonnat olivat hänestä mielisimpiä liikkeitä.

Tatamilla treenattiin kahdessa ryhmässä, alle kahdeksanvuotiaat ja yli kahdeksanvuotiaat. Toiset lähti-



Eevi Mäkelän judoharrastus läksi alkuun puvusta.

vät pelaamaan sillä aikaa, kun toiset harjoittelivat. Parhaimmillaan 80 neliön tatamilla oli 42 lasta ja kolme ohjaajaa.

Vyökokeessa oli nyt kyse keltaisesta vyöstä, joka on ensimmäinen oppilasvyö. Sitä seuraavat oranssi, vihreä, sininen, ruskea ja musta, joka on opettajan ensimmäinen aste. Ennen keltaista vyötä alle 15-vuotiailla mennään valkoisen vyön punaisilla natsoilla, joista yksi merkitsee aloitusta, toinen sitä, että hallitsee jo jotakin ja kolmas natsa oikeuttaa keltaisen vyön kokeeseen. Keltaisen vyön kokeessa arvioitiin judo-oppilaiden uke- mit eli kaatumiset, sidonnat ja heitot.

Ohjaajat kertoivat, että judon harrastamisessa kasvatuksellinen puoli on tärkeä. Perusasia lapsuudesta asti on kaverin kunnioittaminen, joka tulee judossa esiin kunnioittavassa suhtautumisessa vastustajaan, jo alkukumarruksesta lähtien sekä vanhempien kunnioittamisessa. Toimitaan omat fyysiset rajat ymmärtäen ja oman kunnan puitteissa, koska voimankäyttö perustuu ajatuksena joustavuuteen. Sananmukaisesti judo tarkoittaa pehmeää tietä, periksiantamisen taitoa.

- Judoa voit harrastaa, olet missä kunnossa tahansa.

Oppimispolku ei ole sidottu tiettyihin liikkeisiin, vaan ohjaajien mukaan vain mielikuvitus on rajana. Esimerkiksi Muksuilla aasinpotkuksi kusuttu liike on johdatusta käsiseisontaan ja käsillä kävelyyn.

- Maajoukkueetasolla judossa voi toimia miten vain, kunhan ei riko fysiikan lakeja.

Marke Kalliola



Puskutraktorissa Loviisan Muksu-kakkosten vastustajina Klaukkalan Ping-Viinit.



Keltaisen vyön saavuttaneet judoka-oppilaat. Vasemmalta **Petja Lindström** 1. dan, joka valvoi tasakoetta yhdessä **Jyrki Niemen** 1. dan kanssa.



Voimaliike, jossa lattialla oleva vetää itseään käsillä eteenpäin.