

## Judon perusteet kurssi 26.-27.4.2008 Lappajärvellä

---

**Aika:** alkaa lauantaina 26.4. klo 10.00 ja päättyy sunnuntaina 27.4. klo 15.00 Aikataulu on rakennettu alueleirin kanssa yhteneväiseksi.

(Tarkempi aikataulu ja tiedot ilmoittautuneista löytyvät Länsi-Suomen alueen kotisivuilta)  
<http://www.lsjudo.fi/>

Koulutus järjestetään Lappajärven alueleirin yhteydessä.

- Koulutuksen hintaan sisältyy mahdollisuus tatamimajoitukseen (varaa etukäteen)
- Koulutuksen hintaan ei sisälly ruokailuja
- Kurssilaiset huolehtivat itse mahdolliset tatamiyöpymis- ja/tai ruokailuvaraukset alueleirin järjestäjille
- Tarkemmat majoitus- ja ruokailuasiat kannattaa selvittää alueleirikutsusta
- Alueleirikutsu löytyy Länsi-Suomen alueen kotisivuilta

**Paikka:** Lappajärven keskikoulu (koulu, jossa oli viime vuoden alueleirin ruokailut)

**Sisältö:** Kurssin tavoitteena on antaa perustiedot lajista ja sen historiasta, periaatteista ja niiden soveltamisesta harjoitteluun. Kurssi painottuu tatamilla käytäviin harjoituksiin, joissa käydään läpi judon perusasioita. [Suositellaan käytäväksi 4.kyu.](#)

**Varusteet:** Judogi, muistiinpanovälineet ja judopassi.

**Osanottomaksu:** 50 euroa suoritetaan Suomen Judoliiton Länsi-Suomen alueen tilille Nordea 114030-411945. Kuitti tai sen kopio on oltava mukana.

**Ilmoittautuminen:** sähköpostilla [harri.niemenmaa@kauhajoki.fi](mailto:harri.niemenmaa@kauhajoki.fi), puh. 050-4633752, viimeistään pe 18.4.2008 mennessä. (Materiaalitilausten vuoksi tarvitaan tiedot ilmoittautuneista näin aikaisin.)

Ilmoittautumisen yhteydessä on mainittava nimi, seura, Sportti ID, yhteystiedot, vyöarvo ja syntymävuosi.

### Judo Free Card:

Jokaisella koulutukseen tulevalla henkilöllä pitää olla Sportti ID numero. Sportti ID-numero on tulostettu Judoliiton uuteen jäsenkorttiin Judo Free Cardiin.

**Kurssin vetäjänä toimivat:** Harri Niemenmaa 1dan ja Ilari Ikonen 1 dan

Judon perusteet sekä oppimisen ja opettamisen perustaidot- kurssien suorittaminen on edellytyksenä sinisen vyön suorittamiseen (ei vaadita alle 14-v. siniseen vyöhön, mutta ruskeaan vyöhön molemmat kurssit on oltava käytynä).

**Alaikäraja 12 vuotta.**

