

Toimintalinja

Judoseura Sakura



Laatinut: Raimo Vaskelainen, Aku Seppänen, Maija Roine, Antti Airaksinen, Kimmo Keinänen, Sami Mukkala ja Nina Sjöstedt

Vastuhenkilö: Aku Seppänen

Hyväksytty: Johtokunnan kokous 7.2.2012

Voimassaoloaika: seuraavan version hyväksymispäivämäärään asti.

Judoseura Sakura r.y.
Vuorikatu 10 B 13
70100 Kuopio
050 3446595





Sisällys

1. Toimintalinjan yleiskuvaus ja päivitysvastuu	3
2. Visio	3
3. Organisaatio ja vastuuhenkilöt	3
4. Eettiset linjaukset	4
5. Toiminnan tavoitteet	4
6. Toimintamuodot	5
6.1 Muksujudo	5
6.2 Lasten judokoulu	6
6.3 Lasten jatkoryhmä	6
6.5 Juniorikilpailijoiden ryhmä	6
6.4 Nuorten ryhmä	6
6.6 Kilparyhmä	7
6.7 Kuntojudo sekä aikuisten ja nuorten peruskurssi	7
6.8 Yleiset värivoisten harjoitukset	7
6.9 Sovellettu judo	8
6.10 Eläkeläisten ryhmä	8
7. Käytännön toimintaperiaatteet	8
8. Pelisäännöt	9





1. Toimintalinjan yleiskuvaus ja päivitysvastuu

Judoseura Sakuran toimintalinjassa kuvataan seuran toiminnan periaatteet, tavoitteet ja vastuut. Toimintalinja on käsikirja, jota käytetään seuran toiminnasta tiedottamisen ja uusien jäsenten perehdyttämisen työkaluna. Käsikirjan sisältö tarkastetaan noin kahden vuoden välein ja sitä päivitetään tarvittaessa. Käsikirjasta ylläpidetään vähintään yhtä paperiversiota ja sähköistä versiota. Paperiversiota säilytetään Judoseura Sakuran ilmoitustaululla. Sähköinen versio on nähtävillä Judoseura Sakuran internet-sivuilla (www.judoseurasakura.net). Käsikirjan saa kopioida tai tulostaa omaan käyttöön.

Käsikirjan tarkastuksesta, päivityksestä ja uusien versioiden jakelusta vastaa johtokunnan erikseen nimeämä vastuuhenkilö. Muutosten sisällöstä voidaan keskustella etukäteen esim. vetäjäpalaverissa tai muussa erikseen sovitussa keskustelutilaisuudessa. Käsikirjan muutokset ja uuden version käyttöönoton hyväksyy johtokunta, joka tiedottaa jäsenilleen uuden version käyttöönotosta esim. sähköpostilistalla, vetäjäpalaverissa tai vuosikokouksessa. Jokainen seuran jäsen on velvollinen tutustumaan käsikirjan sisältöön ja toimimaan siinä esitettyjen pelisääntöjen mukaisesti. Seuran jäsenet voivat ehdottaa muutoksia käsikirjaan joko vastuuhenkilölle tai hallitukselle.

2. Visio

Seuran visio on liikunnan ja terveiden elämäntapojen edistäminen kaikissa ikäryhmissä judon avulla. Judo on monipuolinen laji, joka kehittää mm. fyysistä kuntoa, motoriikkaa, tasapainoa ja nopeutta. Laji kehittää myös henkisesti. Tehtävänämmä on luoda kannustava ja aktiivinen ilmapiiri, jossa jokaisen on mukava harrastaa urheilua.

3. Organisaatio ja vastuuhenkilöt

Seuran ylin päätäntävalta on vuosikokouksella, joka kokoontuu kaksi kertaa vuodessa. Kokousten välillä toiminnasta vastaa seuran johtokunta. Johtokunnan lisäksi seurassa toimii useita vastuuhenkilöitä. Seuraavassa on lueteltu Judoseura Sakuran ydinvastuuhenkilöiden vastualueet ja tehtävät.

- **Puheenjohtaja** on seuran johtokunnan johtaja, joka yhdessä johtokunnan ja muiden avainhenkilöiden kanssa vastaa seuran toimintalinjan noudattamisesta, varainhankinnasta (toiminnan taloudellisesta mahdollistamisesta) ja seuran näkyvyydestä mediassa.
- **Nuori Suomi-vastaava** hoitaa yhteydet Nuoreen Suomeen ja huolehtii, että sinettiseuran velvoitteet täyttyvät seurassa.
- **Harrastemanageri** vastaa seuran nuorisotoiminnan organisoinnista. Hän toimii aloittelevien vetäjien tutorina.
- **Päägraduoija** järjestää vyökoepäivät (3-4 graduointitilaisuutta vuodessa) yhdessä muiden seura- ja kurssigraduoijien kanssa. Lisäksi hän huolehtii omalta osaltaan siitä, että vyökokeilat hallitsevat vyöarvoon vaadittavat tekniikat.
- **Päävalmentaja** toimii kilparyhmän valmentajana ja vastaa seuran kilpailijoiden harjoittelusta sekä harjoitusohjelmista. Päävalmentaja hoitaa myös pääosin kilpailijoiden ilmoittamisen kisoihin ja vastaa kilpailukalenterin suunnittelusta muiden ryhmien vetäjien kanssa.



- **Valmennuspäällikkö** huolehtii ryhmien yhteneväisestä ja suunnitelmallisesta judotoiminnasta, kutsuu koolle vetäjäpalaverit vähintään 1-2 kertaa vuodessa ja on päävastuussa vetäjien riittävästä määrästä eri ryhmissä. Valmennuspäällikön tehtäviä hoitaa joko johtokunta yhdessä päävalmentajan kanssa tai tehtävään erikseen nimetty henkilö.
- **Vanhempaintoiminnan** vastaava organisoii seuran vanhempaintoiminnan. Hänen kokoomansa vanhempainrinki huolehtii mm. leiri- ja kilpailukuljetuksista, sekä seuran järjestämien leirien ja kilpailujen ”tätäin ulkopuolisten” toimintojen sujuvuudesta. Vanhempaintoiminnan vastaava toimii tiiviissä yhteistyössä seuran johtokunnan kanssa.

4. Eettiset linjaukset

Judoseura Sakuran eettiset linjaukset ovat seuraavat:

- Yhteisen hyvän periaate toteutuu kaikessa toiminnassa.
- Korostetaan päihteettömyyttä ja terveellisiä elämäntapoja.
- Ryhmien vetäjille tarjotaan tasa-arvoiset mahdollisuudet hankkia lisäkoulutusta.
- Kaikkia seuran jäseniä kannustetaan iästä ja taitotasosta riippumatta.

5. Toiminnan tavoitteet

Judoseura Sakura tarjoaa monipuolista judotoimintaa lapsista eläkeläisiin ja kuntoilijoista huippukilpailijoihin. Seura tarjoaa harrastajilleen mahdollisuuden kehittää itseään pätevien ohjaajien johdolla niin fyysisesti, henkisesti kuin sosiaalisestikin judon periaatteiden mukaisesti. Seuran tavoitteena on saada liikunta osaksi jokaisen arkipäivää. Pääpaino toiminnassa on lasten ja nuorten liikunnassa. Heille taataan mahdollisuus kokea monipuolisesti liikunnan riemua. Nuorille tarjotaan mahdollisuuksia vaikuttaa seuran toimintaan sekä valita itselleen sopiva judoura.

Kaikissa ryhmissä kannustetaan liikunnalliseen elämäntapaan. Peruskurssille tulijoille pyritään luomaan kipinä liikunnan harrastamiseen. Toiminnan pääpaino on judossa. Tavoitteena on, että yli puolet harrastajista jatkaa harjoittelua lajin parissa ensimmäisen vuoden jälkeen. Varsinkin kaikilla toiminnassa mukana olevilla aikuisilla on kannustava rooli, jonka avulla luodaan viihtyisä harjoittelu- ja toimintailmapiiri. Nuoria ja aikuisia harrastajia sekä junioreiden vanhempia kannustetaan osallistumaan seuratoimintaan. Kaikille harrastajille tarjotaan mahdollisuudet kehittyä valitsemallaan judouralla: kilpailijana, kuntoilijana, vetäjänä tai tuomarina. Kaikki vetäjät osallistuvat Judoliiton koulutuksiin, tavoitteenaan vähintään EU I -tason koulutus.

Harrastajilta ja junioreiden vanhemmilta kerätään palautetta vuosittain. Palautteet käsitellään vetäjäpalaverissa ja/tai johtokunnan kokouksessa. Johtokunta päättää tarvittavista toimenpiteistä saadun palautteen perusteella.



6. Toimintamuodot

Judoseura Sakura tarjoaa useita harjoitusryhmiä eri-ikäisille ja -tasoisille judon harrastajille. Ryhmien määrällä ja kokoonpanolla varmistetaan harrastajien judoharjoittelun jatkuvuus iän ja taitotason kasvaessa. Junioriharrastajille on tarjolla kaksi muksujudoryhmää, judokoulu (alakouluikäisten peruskurssi), lasten jatkoryhmä, juniorikilpailijoiden ryhmä ja nuorten jatkoryhmä. Aikuisille ja yli 13-vuotiaille nuorille järjestetään judon peruskurssi, jonka jälkeen harrastaja voi siirtyä kilpailu-, kunto- ja/tai tekniikkapainotteiseen harjoitteluryhmään. Erityistukea tarvitseville henkilöille on tarjolla kaksi sovelletun judon ryhmää (lasten ryhmä sekä nuorten ja aikuisten ryhmä). Myös eläkeläisille on oma ryhmänsä. Ryhmä- ja seuratoimintaa koskeva tiedottaminen tapahtuu seuran nettisivujen, ryhmien sähköpostilistojen, paperitiedotteiden ja/tai seuran virallisen ilmoitustaulun kautta.

Kullekin ryhmälle nimetään ennen kauden alkua vetäjäpalaverissa vähintään yksi vastuuvetäjä, jolla on kokonaisvastuu ryhmän toiminnasta. Vastuuvetäjän lisäksi ryhmälle nimetään yksi tai useampia apuvetäjiä ryhmän koon ja tarpeiden mukaisesti. Ryhmän vastuuvetäjän yksityiskohtaiset vastuut ovat seuraavat:

- Harjoitussuunnitelman ja ryhmäkohtaisen toimintasuunnitelman laatiminen
- Harjoitussuunnitelman kopioiminen judoseuran ilmoitustaululle ja harkinnan mukaan myös internet-sivuille
- Harjoitusten toteuttaminen
- Harjoitusten ohjaaminen ja väliaikaisten ohjaajien hankinta
- Nuori Suomi -pelisääntökeskustelujen toteuttamisesta huolehtiminen
- Ryhmä- ja seuratoimintaa koskeva tiedottaminen
- Harjoittelijoiden vyöarvokehityksestä huolehtiminen
- Harjoittelijoiden ohjaaminen kehityksensä mukaisiin ryhmiin harjoittelun edetessä

Seuraavissa kappaleissa on esitetty eri harjoitusryhmien tehtävät, harjoitukselliset ja kilpailulliset tavoitteet, harjoittelumäärät ja suunnitelmallisuus.

6.1 Muksujudo

Sakurassa toimii kaksi muksujudoryhmää. Ensimmäinen ryhmä on tarkoitettu 5-vuotiaille ja toinen ryhmä 5-6-vuotiaille lapsille. Muksujudon tärkeimpänä tavoitteena on kehittää monipuolisesti lasten liikunnallisia valmiuksia sekä opettaa heille sosiaalisia taitoja ryhmän jäsenenä. Lisäksi opetellaan myös lapsille soveltuvia judotekniikoita (ukemit, sidonnat, käännöt ja heittojen alkeet) leikin varjolla. Muksujudokoille pidetään kerran viikossa tunnin mittaiset harjoitukset, jotka koostuvat judollista teemaa tukevasta alkulämmittelyleikistä, ikäkausien mukaisista perusliikkumistaitoa ja kehon hallintaa kehittävästä harjoituksista, judollisesta osuudesta ja loppuleikistä. Muksujudossa ei suoriteta vyöarvoja eikä kilpailla. Tavoitteena on helpottaa pienten lasten siirtymistä kouluikäisille tarkoitettuun judokoululaisten ryhmään ja antaa heille valmiuksia vaativampien judotekniikoiden opetteluun. Muksujudolle nimetään ennen kauden alkua vastuuvetäjä, jolla on kokonaisvastuu ryhmän toiminnan sujuvuudesta. Muksujudon vastuuvetäjä laatii joka kauden alussa yhdessä muiden muk-



sujudovetäjien kanssa harjoituskohtaisen kausisuunnitelman, jonka perusteella kullekin harjoitukselle erikseen nimetty vetäjä suunnittelee tarkemmin harjoituksen sisällön. Muksujudon vastuuvetäjä huolehtii, että kausisuunnitelma tulee nähtäville judoseuran ilmoitustaululle ja internet-sivuille.

6.2 Lasten judokoulu

Judokoulu on judon peruskurssi lapsille. Judokoulu alkaa syksyllä ja päättyy toukokuussa, jolloin suoritetaan keltaiset vyöt. Judokoululaisten harjoituksissa korostuu leikinomaisuus. Tavoitteena ryhmässä on opettaa keltaiseen vyöhön vaadittavat judotekniikat. Lisäksi ryhmässä opitaan monipuolisia liikuntataitoja, ryhmässä toimimista ja käyttäytymissääntöjä. Tunnin pituiset harjoitukset ovat kaksi kertaa viikossa. Judokoululaisille ja muille junioreille järjestetään kolme kertaa kaudessa salin sisäinen judokilpailu, johon kaikki halukkaat voivat osallistua. Judokoululla on kausisuunnitelma ja kunkin harjoituskerran valmistelee sille nimetty henkilö. Judokoululaiset jatkavat keltaisen vyön suorittamisen jälkeen ikänsä, kokonsa ja oman kiinnostuksensa perusteella joko lasten jatko-ryhmässä, juniorikilpailijoiden ryhmässä tai nuorten jatkoryhmässä. Jatkoryhmiin sopeutumista helpottamaan järjestetään junnujen yhteiset kesäharjoitukset (kesäkuussa ja elokuussa kerran viikossa), joihin osallistuvat sekä judokoulun että jatkoryhmien juniorit.

6.3 Lasten jatkoryhmä

Lasten jatkoryhmä on judokoulun jatkokurssi alakouluikäisille. Toiminta on yhä leikinomaista. Pääpaino harjoittelussa on herkkyyksikauden mukaisten ominaisuuksien kehittämisessä (motoriset perustaidot, nopeus ja liikkuvuus). Judollisena tavoitteena on mm. ukemien, horjutusten ja kumikatan vahvistaminen. Lisäksi opetellaan perustekniikoiden ja liikkeiden kombinointia sekä yksinkertaisten vastaliikkeiden suorittamista. Dojokäytöksen lisäksi kerrataan myös sosiaalisia taitoja, kuten toisten huomioon ottamista. Tavoitteena on käydä judoleirillä kaksi kertaa vuodessa. Harjoittelijoita kannustetaan osallistumaan Itä-Suomen alueen judokilpailuihin, omalla salilla järjestettävien seuran sisäisten kilpailuiden lisäksi. Lasten jatkoryhmällä on kausisuunnitelmat ja jokaisen harjoituskerran valmistelee sille nimetty vetäjä. Jatkoryhmällä on tarkka kirjanpito edellisistä vyöarvon/natsan suorituspäivistä, leireistä ja kilpailuista.

6.5 Juniorikilpailijoiden ryhmä

Juniorikilpailijoiden ryhmä on tarkoitettu kilpailemisesta kiinnostuneille alakouluikäisille lapsille. Ryhmäläiset osallistuvat useisiin Itä-Suomen alueen kisoihin vuodessa. Ryhmä harjoittelee osittain yhdessä Sakuran kilparyhmän ja nuorten ryhmän kanssa. On myös suositeltavaa, että junnukilpailijat käyvät kerran viikossa lasten jatkoryhmän harjoituksissa, joissa toiminta on leikinomaisempaa. Juniorikilpailijoiden ryhmään kuuluvilta edellytetään perustekniikoiden hallitsemista sekä ennen kaikkea keskittymiskykyä, jotta harjoittelu samalla tatamilla isompien kilpailijoiden kanssa sujuu.

6.4 Nuorten ryhmä

Nuorten jatkoryhmän tavoitteena on vahvistaa ja monipuolistaa judollisia taitoja. Ryhmäläisiä kannustetaan toimimaan apuvetäjänä muissa lasten judoryhmissä, sekä hankkimaan kokemusta myös muunlaisesta seuratoiminnasta. Judoleireille osallistutaan vähintään kaksi kertaa vuodessa. Nuorten ryhmäläisille järjestetään seuran sisäistä ohjaajakoulutusta, ja heitä kannustetaan osallistumaan myös Judoliiton, Nuoren Suomen ja SLU:n järjestämiin koulutuksiin. Harjoitukset ovat vähintään kaksi kertaa viikossa. Ryhmän vanhimpia ja korkeimpia vyöarvoja kannustetaan käymään myös muissa harjoituksissa. Kaikki halukkaat pääsevät kilpailemaan; harjoittelijoita kannustetaan kilpailemaan, mutta ei pakoteta siihen. Ryhmällä on kausisuunnitelma ja jokaisen harjoituskerran suun-



nittelee erikseen sille nimetty vetäjä. Ryhmäläisten natsakokeiden ja vyökokeiden suorittamisesta pidetään kirjaa. Myös leireille, koulutuksiin ja kilpailuihin osallistumista seurataan.

6.6 Kilparyhmä

Kilparyhmän tavoitteena on mahdollistaa kilpailullinen, aina kansainväliselle huipputasolle tähtäävä, harjoittelu. Kilpailijat harjoittelevat 4-5 kertaa viikossa judoa. Kaikille halukkaille tehdään henkilökohtainen harjoitussuunnitelma kilparyhmän valmentajan johdolla. Henkilökohtaiseen valmennukseen osallistuvilla urheilijoilla on selkeä tähtäin joko kansallisissa tai kansainvälisissä arvokilpailuissa, mutta kilpailijoiden harjoituksiin ovat myös kaikki muutkin harjoittelijat tervetulleita. Ryhmällä on harjoituskohtainen suunnitelma ja harjoittelun suunnittelusta sekä toteuttamisesta vastaa ryhmän valmentaja.

6.7 Kuntojudo sekä aikuisten ja nuorten peruskurssi

Kuntojudon tavoitteena on tarjota kaikille liikunnasta kiinnostuneille sopiva kuntoilumuoto, jossa judoharjoittelu on sovitettu erityisesti kuntoilijoille sopivaksi. Kuntojudossa kehitetään peruskuntaa, liikkuvuutta, notkeutta ja koordinaatiota ja se sopii kaikille, jotka haluavat harrastaa lajia kuntoilumielessä ja kehittää itseään judon avulla fyysisesti ja psyykkisesti. Kaiken toiminnan lähtökohdana on oman kehon kuunteleminen. Jokainen määrää harjoituksissa oman tahtinsa ja tekee vain sen, mikä tuntuu hyvälle. Kuntojudoharjoitukset koostuvat monipuolisista lämmittely- ja jumppaosuuksista, perustekniikan tutkimisesta ja harjoittelusta sekä sovellusosuuksista, joissa tekniikoille haetaan luontevia toteutustilanteita. Pelejä ja leikkejä ei ole myöskään unohdettu. Itsepuolustusosiot kuuluvat kuntojudokoiden ohjelmaan ja halukkaat voivat kokeilla myös vapaamuotoisia otteluharjoitteita eli randoreita. Osa kuntojudokoista osallistuu kilpailuihin omien rajojensa kokeilumielessä. Myös kuntojudokoiden tavoitteena on vyöarvojen korottaminen.

Aikuisten ja nuorten (yli 13v) peruskurssi harjoittelee yhdessä kuntojudoryhmän kanssa. Peruskurssi kestää noin 4-5 kk, ja sen päätteeksi suoritetaan keltainen vyö. Keltavöiset aikuiset ja nuoret jatkavat harrastusta kuntojudoryhmässä, seuran yleisissä väriävöisten harjoituksissa ja/tai nuorten ryhmässä. Kuntojudon ja peruskurssin yhteiset harjoitukset on suunniteltu siten, että jokaisessa harjoituksessa ryhmällä on yhteinen tema. Osittain väriävöiset kuntojudokat ja peruskurssilaiset harjoittelevat yhdessä (esim. lämmittelyt). Varsinkin peruskurssin alussa osa harjoitteista kuitenkin tehdään eriyttynä; siten peruskurssilaiset saavat rauhassa tutustua tekniikoiden alkeisiin, ja väriävöiset pääsevät syventymään edistyneempiin tekniikoihin.

6.8 Yleiset väriävöisten harjoitukset

Väriävöisten yleiset harjoitukset ovat seuran 2-3 kertaa viikossa pyörivät yleisharjoitukset, joihin kaikki keltaisen vyön suorittaneet seuralaiset ovat tervetulleita. Harjoituksissa painotutaan vyökoetekniikoihin niin, että kaikkien harjoittelijoiden kehittyminen vyöarvoissa ja judotaidoissa olisi mahdollista. Tavoitteena on huolehtia seuralaisten judollisesta kehityksestä alkeiskurssien (junio-reilla jatkoryhmien) jälkeen. Ohjaajana toimii seuran päävalmentaja ja muita ylempivöisiä vetäjiä. Ohjaajien tehtävänä on myös suunnitella kausiharjoitussuunnitelma, jossa eri judon tekniikka-alueet ja vyökoepäivät otetaan tasapuolisesti huomioon.



6.9 Sovellettu judo

Sovelletun judon ryhmien (lasten ryhmä sekä nuorten ja aikuisten ryhmä) tavoitteena on mahdollistaa kouluikäisten ja aikuisten erityistä tukea tarvitsevien harrastajien judoharjoittelu. Harjoittelussa huomioidaan kunkin judokan motorinen, sosiaalinen ja kognitiivinen valmius. Harjoittelu on tavoitteellista ja vyöarvoissa etenemistä tukevaa sekä kunkin taitotason huomioivaa. Kilpaileville erityisjudokoille laaditaan viikoittainen ohjelma, joka sisältää myös muita kuin judoharjoitteita (lenkkeily, lihaskunto, lihashuolto). Tätä henkilökohtaista harjoittelua seurataan harjoituspäiväkirjojen avulla. Ryhmissä voi olla aloittelijoita ja pitempään harrastaneita, koska judoharjoittelua voidaan tarvittaessa eriyttää. Sovelletun judon ohjaajina toimivat tähän tehtävään koulutetut vetäjät. Ryhmälle on laadittu harjoituskertakohtainen kirjallinen suunnitelma. Kotisaliharjoittelun lisäksi ryhmät osallistuvat vähintään kaksi kertaa vuodessa Suomessa järjestettävälle sovelletun judon leireille. Aikuiset ja nuoret käyvät vuosittain myös ulkomaisissa Special Needs Judo-tapahtumissa.

6.10 Eläkeläisten ryhmä

Sakuran seniorit ovat eläkeläisiä, joilla ei välttämättä ole judotaustaa. Harjoitukset sisältävät judomaisia jumppaliikkeitä, taichia, joogaa, keppijumppaa, mattovoimistelua, entisajan lasten pihaleikkejä, ketteryys- ja tasapainoharjoitteita sekä paljon muuta vetäjien kekseliäisyyden mukaan. Ryhmäläisiä kannustetaan ja tuetaan liikkumaan säännöllisesti ja monipuolisesti, jolloin vanhenemismuutokset hidastuvat ja jokapäiväinen toimintakyky säilyy ja jopa paranee.

Eläkeikäisen säännöllinen ja monipuolinen liikunta:

- **ylläpitää ja lisää** etoimintakykyisiä elinvuosia
- **vahvistaa** lihaksia, notkistaa niveliä, kehittää tasapainoa ja parantaa jaksamista, jolloin kotona pärjää omatoimisesti pidempään
- **parantaa** elämänlaatua, sillä liikuntakykyisenä elämä on aktiivista ja sosiaalista
- **voi ehkäistä** kroonisia sairauksia tai vähentää niiden haittoja. Liikunta muunmuassa hidastaa sydämen omien verisuonten ahtautumista, laskee kohonnutta verenpainetta ja ylläpitää luuston kuntoa

7. Käytännön toimintaperiaatteet

Judoseura Sakurassa vallitsevat seuraavat käytännön toimintaperiaatteet:

- Harjoittelu on suunnitelmallista
- Hyvät ja tasapuoliset harjoittelumahdollisuudet turvataan kaikille harrastajille
- Kussakin ryhmässä toteutuu harrastajien ikäkauden ja tason mukainen harjoittelu
- Kilpailullista etenemistä tuetaan tavoitteellisesti
- Kaikkia harjoitusryhmiä tuetaan käytettävissä olevin resurssein



- Kullakin ryhmällä on vaadittavat/soveltuvat koulutukset käyneet vetäjät/valmentaja
- Jokainen lapsi/nuori/aikuinen hyväksytään sellaisenaan kilpailumenestyksestä, taustastaan tai tekemisistään riippumatta
- Jokaista harrastajaa kannustetaan osallistumaan seuratoimintaan

Judoseura Sakuran varainhankinnan perustan luovat liittymismaksut, jäsenmaksut ja kaupungin avustukset. Lisätuloja saadaan seuran järjestämistä kilpailuista ja leireistä.

8. Pelisäännöt

Jokaiselle alle 17-vuotiaiden ryhmälle sekä ko. ryhmien vanhemmille ja vetäjille laaditaan omat pelisäännöt. Muksujudossa ei laadita erillisiä pelisääntöjä, vaan pelisääntöjä ja niiden merkitystä opetellaan dojakäyttämisen muodossa.

Pelisääntökeskustelut käydään vuosittain kaikissa niissä ryhmissä, joissa on alle 17-vuotiaita harjoittelijoita. Ryhmän vastuuvetäjä sopii Nuori Suomi –vastaavan kanssa pelisääntökeskustelun ajankohdasta ja sen toteuttamisesta. Kullekin ryhmälle sovitut pelisäännöt kirjataan ja laitetaan näkyville judoseuran ilmoitustaululle. Pelisäännöt voidaan myös laittaa tiedoksi seuran internet-sivuille.