



## Tervetuloa Hokutoryu Ju-jutsun peruskurssille!

### Ilmoittautuminen kurssille:

Mikäli et ole vielä ilmoittautunut kurssille (4.9.2023) netin kautta, käy ilmoittautumassa osoitteessa: <https://www.vjjs.net/ilmoittautuminen-hinnasto/hokutoryu-ju-jutsu/>

### Kurssin maksu:

Ilmoittautumisen jälkeen saat linkin, mistä voit ladata kurssin laskun. Kurssimaksu 50 € tulee olla suoritettuna eräpäivään 18.9.2023 mennessä. Voit käydä maksutta kokeilemassa treenaamista ensimmäisen kahden viikon ajan (4 treeniä). Hinta sisältää peruskurssimaksun, syyskauden 2023 harjoittelumaksun, sekä seuran liittymismaksun. Ju-jutsupassi 25 € ja vyökoemaksu 20 €, veloitetaan peruskurssin vyökokeen yhteydessä. Kurssin ikäraja on 15 vuotta.

### Karateliiton lisenssi:

Varkauden ju-jutsuseura liittyi Karateliittoon keväällä 2017. Karateliiton jokaisen jäsenen seurana jokaisella Hokutoryu ju-jutsu harrastajalla tulee olla lisenssivakuutus tai vakuutukseton Karateliiton lisenssi. Niille harrastajille, joilla jo on jokin muu budoharrastuksen korvaava vakuutus, lisenssin hinta on 10 € (ajalle 1.1.-31.12.2023). Kilpailujen yhteydessä vakuutustodistus on pakollinen. Lisätietoa lisenssistä ja eduista: <https://karateliitto.fi/fi/lisenssit-ja-vakuutukset/>

### Harjoitusajat:

Peruskurssi harjoittelee kaksi kertaa viikossa, maanantaisin ja keskiviikkoisin klo: 18.30 - 20.00, Varkauden liikuntatalon 3.krs. (Judosali). Kurssin kesto noin 10 viikkoa.

### Varustus:

Peruskurssin harjoituksiin riittää verkkarit ja t-paita. Kurssin alkuvaiheessa käy judopuku tai jokin muu budopuku. Ennen harjoitusten alkua on poistettava kaikki sormukset, kaulaketjut, korva- ja nenäkorut, kellot ym. korut. Kynsien pitää olla lyhyet. Mahdolliset pitkät hiukset pidetään sidottuna. Tahraavien meikkien käyttö on kiellettyä. Harjoittelijan tulee pestä jalkansa ja kätensä ennen siirtymistä harjoitustilaan (dojolle), jotta harjoitusalue (tatami) pysyisi puhtaana. Lisää etiketistä ja muista asioista [www.hokutoryu.com](http://www.hokutoryu.com) (harrastajalle).

### Varustetilaus:

Peruskurssin aikana tulemme tekemään yhteisen tilauksen budovarusteille/ju-jutsupuvuille. Tästä ilmoitamme vielä erikseen sähköpostilla. Pukuja voi myös tilata itse. Mikäli haluat sähköisen tilauskaavakkeen sähköpostiin, käy rekisteröitymässä harrastajaksi osoitteessa [www.vjjs.net/jasentietojen-paivitys/](http://www.vjjs.net/jasentietojen-paivitys/)

### Jäsentietojen päivitys, seuran jäseneksi liittyminen ja tärkeät tiedotteet:

Mikäli Varkauden Ju-jutsu seuran toiminta kiinnostaa ja haluat liittyä seuraan, voit käydä rekisteröitymässä harrastajaksi seuran nettisivuilla. Tämän jälkeen saat tärkeimmät ilmoitukset harjoituksista, tapahtumista ja esim. varustetilauksista suoraan sähköpostiin. **Huom! Peruskurssille ilmoittautuminen ei rekisteröi sinua automaattisesti seuran jäseneksi.**

Linkki jäsentietojen päivitys -sivulle: [www.vjjs.net/jasentietojen-paivitys/](http://www.vjjs.net/jasentietojen-paivitys/)

### Tiedustelut:

Sähköpostilla: [varkaudenjujutsu@gmail.com](mailto:varkaudenjujutsu@gmail.com)

[www.vjjs.net](http://www.vjjs.net)

FB-sivut: [www.facebook.com/varkaudenjujutsu](http://www.facebook.com/varkaudenjujutsu)

FB-ryhmä: [www.facebook.com/groups/110683052281145/](http://www.facebook.com/groups/110683052281145/)

