



## Tervetuloa Hokutoryu Junnu Ju-jutsun peruskurssille!

Hienoa, että olet päättänyt aloittaa Hokutoryu Junnu Ju-jutsun harrastamisen!

### Ilmoittautuminen kurssille:

Mikäli et ole vielä ilmoittautunut kurssille (18.2.2021) netin kautta, käy ilmoittautumassa osoitteessa: [vjjs.net/ilmoittautuminen-hokutoryu-junnu/](http://vjjs.net/ilmoittautuminen-hokutoryu-junnu/) tai sähköpostiin: [vjjsjunnut@gmail.com](mailto:vjjsjunnut@gmail.com)

### Kurssin maksu:

Ilmoittautumisen jälkeen saat linkin, mistä voit ladata kurssin laskun. Kurssimaksu 60€ (60€ / kausi) tulee olla suoritettuna eräpäivään 4.3.2021 mennessä. Voit käydä maksutta kokeilemassa treenaamista ensimmäisen kahden viikon ajan (2 treeniä). Hinta sisältää peruskurssimaksun, kevätkauden 2021 harjoittelumaksun, Ju-jutsupassin, harjoituskortin, sekä seuran liittymismaksun (jäseneksi pääsee hyväksytyyn vyökokeen jälkeen).

**Karateliiton lisenssi:** Varkauden ju-jutsuseura liittyi Karateliittoon keväällä 2017. Karateliiton jokaisen jäsenseuran jokaisella 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.-31.12.2021). Kilpailujen yhteydessä vakuutustodistus on pakollinen. Lisätietoa lisenssistä ja eduista: <http://www.karateliitto.fi/lisenssit/>

### Harjoitusajat:

Varkauden Hokutoryu junnut harjoittelee kerran viikossa, torstaisin klo 17.00-18.30, Varkauden liikuntatalon 3.krs. (judosali).

### Varustus:

Peruskurssin harjoituksiin riittää verkkarit ja t-paita. Kurssin alkuvaiheessa käy judopuku tai joku 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) ja Varkauden ju-jutsu -seuran sivuilta [www.vjjs.net](http://www.vjjs.net)

### Varustetilaus:

Peruskurssin aikana tulemme tekemään yhteisen tilauksen budovarusteille/ju-jutsupuvuille. Tästä ilmoitamme vielä erikseen sähköpostilla. Pukuja voi myös tilata itse.

### Tiedustelut:

Sempai Tero Pekkarinen 2. Kyu. Puh: 0400933330

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

Facebookin kautta: [www.facebook.com/varkaudenjunnujujutsu](https://www.facebook.com/varkaudenjunnujujutsu)

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

FB-sivut: [www.facebook.com/varkaudenjunnujujutsu](https://www.facebook.com/varkaudenjunnujujutsu)

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

