
TAEKWONDOTIENI OPPILAASTA OPETTAJAKSI

Simo Jokinen 1992-2012



Vyökoepalautetta ryhmälle 2011 Simo Jokinen 3 DAN

Vyökokeidenpito on ollut pääasiallinen toimieni ohjaamisen rinnalla. Vyökokeita ovat kanssani pitäneet Jari Kanninen 3 DAN, Pasi Kanninen 2 DAN, Simo Partanen 2 DAN, Ville Rönkä 2 DAN ja Mikko Huttunen 2 DAN. Sekä ryhmien omat ohjaajat, ovat yleensä mukana ryhmiensä vyökokeissa.

Vihdissä olen ollut mukana lisalmen DAN-kokelaita katsomassa. lisalmassa olen osallistunut DAN-kokeen pitämiseen kahdesti.



vasemmalla Tero Halen
3 DAN keskellä
opettajamme Marcos
Kuusjärvi 6 DAN
oikealla Simo Jokinen 3
DAN



Puolisoni Hannele
Partanen ja minä

TAEKWONDOTIENI OPPILAASTA OPETTAJAKSI

Simo Jokinen 1992-2012

Taekwondo alkusanat

Taekwondo on avannut minulle kokemuksen maailman omaan itseeni, toisiin samassa veneessä soutajiin ja ympäristöön missä kaikki on tapahtunut. Taekwondo on kuljettanut minua moneen paikkaan ja tutustuttanut uudelleen jo ennestään tuntemiini paikkoihin. Vihdin ylä-asteen sali oli merkittävin Taekwondokokemusten aloituspaikkana. Vanhat koulumuistot sai väistyä tuosta Taekwondomielessä tärkeästä harjoituspaikasta ja Nummelan painisalin tuoksen tunnistaisi joululeivosten tuoksen joukosta. Luonnollisesti joululeivoksen voisin sortua mieluummin syömään. Taekwondo on parasta, mitä voi tehdä Dobok eli valkoinen puku päällä..

Lohjalla sain todellisen sormituntuman vanhaan opiskelupaikkakuntaani, Kisakallion urheiluopistolla kerran meditoidessamme sormi porattuna maahan, oli tunne hyvin maanläheinen ja vain lämmin kesätuuli pyyhki kasvoja. Tunne oli voimakas, siinä oikeasti melkein leijui. Mitä voisi enempää odottaa lajiopetuksilta, kuin tällaista raikasta hiljaisuutta? Kokemushetkiä oli myös meluisampia, erilaisissa yhteyksissä kihapit tuli päästettyä maailmalle pidättelemättä ja aavistuksen hämmentäviä tilanteita joskus ryhmien edessä, mutta hyvin opettavaisia ja joskus lievästi ”kivuliaita” muistoja oppimisentiellä.



Marcos Kuusjärvi 6 DAN (kuva: Taekwondo 30 vuotta Suomessa juhlasta)

Opettajani Marcos Kuusjärvi 6 DAN, Marcos on minuun eniten vaikuttanut ja vaikuttava Taekwondo-opettaja ja ystävänä korvaamaton henkilö. Taekwondontieni on pysynyt ”nousujohteisena” hyvän opettajan ansiosta ja hänen uskomisesta minun mahdollisuuksiini. Arvostan häntä avoimena ihmisenä, sekä hänen tekemää työtä koko lajin eteen Suomessa. Marcos on aina antanut sijan omille mielipiteille ja tekemiselle, mutta vaatinut aina alkuajoista lähtien kurinalaisesti tekemään hyvää perustaekwondoa. Tilaa on silti aina ollut kehittää ja kehittyä omista lähtökohdista.

Opettamisen jatkuminen

Vastuuni on ollut jatkaa hyvää perinnettä viemällä Taekwondo eteenpäin omista lähtökohdistani ja kantaa näin osani tästä jatkuvuudesta. Marcos on ihminen, joka jaksaa innoittaa edelleen meitä oppilaitaan eteenpäin, tukea hän antaa aina tarvittaessa ja hän on kannustanut selviytymään omilla kyvyillä. Marcos on opettanut Taekwondon vahvuudet ja kannustanut kohtaamaan kamppailua ja kokemuksia monella muullakin elämän foorumilla. Ohjeita on tullut myös terveyden vaalimisessa, hän siis huolehtii oppilaistaan ja ystäivistään.

Vaikuttavia ihmisiä on useita ja heitä tässä taekwondotyössäni esittelen asiayhteydessä muutamia ja kaikille löytyy jokin osa minun kehityksessä. Kaikkia kohtaamiani ihmisiä en pysty tässäköön Taekwondokirjoituksessa muistamaan, mutta jokaisen kohtaamani Taekwondo persoonan olen sisälleni tallentanut. Lähimmät Taekwondoihmiset joutuvat tähän ”työstöön” nyt mukaan ja vielä jää monet tärkeät henkilöt mainitsematta.

Treenikaverini Tero Halen 3 DAN alkuajoilta tulee nyt ensin mainittavaksi ”taekwondoveljeni”. Tero on jostain ihmeen syystä aina niin luontevasti ollut kaverina ja hän ilmaisee sen ääneen mikä jää ehkä minulta vielä sanomatta ja tietenkin se pieni virnistys kuuluu lopuksi kuvaan. Tero on pitänyt linjansa ja meille tietyt asiat on sanomattakin selviä.

Meitä on yhdistänyt yhdessä kokeminen ja Taekwondossa puurtaminen on kaikissa tilanteissa näkynyt ja tuntunut hyvin vahvasti. Ihminä olemme silti aivan erilaisia, mutta veljeyside meille on luontevasti syntynyt. Myös hänen puolisonsa Anita Halen 3 DAN on tullut tutuksi seurakaverina ja samoja kokemuksia ja tapahtumia kokeneena ystävänä. Välittömyys on se juttu, joka syntyy aikojen saatossa ja siteet ystäviin on aina olemassa.



Tero Halen ”taekwondoveli” Anita Halen ja Simo Jokinen 3 DAN-kokeen jälkeen 4.4.2009

Lähinnä tämän kertomuksen tarkoitus on kertoa omin sanoin, millainen ihminen olen ja millainen Taekwondo minulle on kasvanut ja kasvaa edelleen. Prosessoin tällä kirjoituksella sitä Taekwondo elämää, joka on itseä ja omaa sydäntä lähellä. Koska aiheen sain päättää itse, antoi se jo mahdollisuuden tehdä tämä oma ”tutkielman”. Näin voin pohtia millaisia

vaikutuksia ja mahdollisuuksia Taekwondo on minulle antanut. Koska vuosia on takana jo yli kaksikymmentä lajin parissa, olen todennäköisesti jo moneen ihmiseen vaikuttanut.

Toivon auttaneeni monen löytämään oman Taekwondonsa ja kehittymään siitä vielä eteenpäin. Myös vuorovaikutus harrastajiin on ollut aina hyvin antoisaa ja pidän sitä yhtenä ihmisyymän mittarina. Toivon myös osaavani ilmaista itseäni paremmin nyt kokeneempana ja vanhempana Taekwondokana.

Alku asetelmat

Kerron omasta näkemyksestäni ja lajin pariin ajautumisesta ”tiestä”, mitä olen edennyt. Miten olen saanut lajissa itseäni toteuttaa sen eri vaiheissa. Olen saanut jakaa ihmisten kanssa kokemukseni ja oppinut kasvamaan mahdollisesti Taekwondo-opettajaksi asti. Ystäviä on tullut matkanvarrella todella paljon ja se kait on se yksi tärkein asia, ettei ole jäänyt ulkopuolelle ja kuuluu joukkoon. Oma tehtävä on lisätä tätä joukkoa ja ottaa huomioon ihmisten mahdollisuudet ja rajallisuudet.

Olen myös päättänyt mistä tämän työ jatkuu, olen valinnut opettajatiekseni hyvänmielen Taekwondon, tunnearvoilla ja perusopeilla eteenpäin vietäväksi. Haluan tuoda esiin ihmisten piilossa olevia kykyjä ja opettaa käyttämään niitä heidän oman elämän parhaaksi tai ainakin yrittää luoda ympäristö missä tällainen mahdollistuu. Kaikille asioille voidaan ladata positiivista energiaa ja tasapainottaa ajattelua haasteilla, joita positiivisen energian saavuttaminen edellyttää. Minä heittäydyn täysillä ja jokainen seuraa tahtonsa mukaan.

Kokemuksia on tarjolla omista taidoistaan ja kyvyistään, itsensä haastamisesta, mukaan lähtemisestä ja pysymisestä. Jokainen on mukana omasta tahdostaan ja jokaisen on tehtävä kaikki työ oman Taekwondonsa eteen. Taekwondolla on positiivista vaikutusta ja mukanaolo vahvistaa harrastajaansa kasvuntiellä ja Taekwondo laittaa välillä myös nöyrytmään hetkeksi esteiden edessä.

Alussa Taekwondo herättää kiinnostuksen omista kyvyistä ja yllättää monen löytämään itsestä uusia piirteitä sekä ulottuvuuksia. Urheilulliseen puoleen tutustuu luonnollisesti harjoittellessaan, tunnen kokonaisuuden urheilumielessä ja osaan myös valmennuksellista puolta kilpailumielessä. Kilpailu itsensä kanssa on mielestäni se suurin ”kilpailu” eli suurin vastustaja löytyy usein hyvin läheltä. Kamppailukokemukseni selviää kokemani tasolla ja tuomarina kokemaani voin aina hyödyntää analysoidessa tilanteita ja näin ymmärrän mielestäni paremmin Taekwondo kamppailutapahtumana.

Oppimisen kokonaisuus ei näin kirjoitettuna tule helposti esiin, mutta Taekwondotielläni on ollut juuri se merkitys, että olen nimenomaan jatkuvasti oppinut ja löytänyt itseni aina uudelleen. Oppimisen määrää ei pysty mitenkään suoraan mittaamaan, kokemuksia kirjaamalla asiaa huomaa kertyneen hyvin paljon ja kaikki kokeminen on jo oppimista. Omat liikunnalliset rajat ovat nyt suurin piirtein tiedossa, kamppailutilanteissa pärjääminen, monenlaisten fyysisten ja henkisten haasteiden kanssa on oppinut selviytymään.

Ihmisenä olen varmasti paljon vahvempi Taekwondon johdosta, löysin Taekwondosta sellaisen lajin ja elämän, jolla on ollut niin merkittävä vaikutus itselle kestävään elämäntilanteeseen. Hyvänmielen filosofialle on ollut monta rakennuspalikkaa, turvallinen ja mielikuvituksellinen kotiympäristö on hyvä lähtöalusta tälle filosofialle. Kerronkin seuraavassa lähtökohtani ja kiitän vanhempiani riittävästä rajojen laitosta nuoruudessani.

Minun Taekwondotieni alkujuuret

”Minun” Taekwondotieni alkoi lajin merkeissä Vihdissä 26-vuotiaana helmikuussa 1992. Tätä ennen filosofiani on lähtöisin maalaisesta kasvuympäristöstä ja kerron ensin tälle ajatukselle pohjaa eli elämää ennen Taekwondoa. Tämä alku sijoittuu 60-luvulle.

Selostan lyhyesti kasvuympäristöni ja vanhempieni vaikutuksen minuun. Jätän nyt sisarukset tässä jutussa rauhaan ja käsittelen tätä työtä vain vanhempieni ja kasvuympäristöni kautta. Kasvuympäristö on se voimavara, josta kaikki syntyy tai vaihtoehtoisesti se tukahduttaa kaiken syntymisen. Omalla kohdallani kasvuympäristöni on ollut perusarvoiltaan kunnossa ja elämä on pyörinyt sen ajan sekä kerrotun ympäristön mahdollisuuksien ehdoilla. Kasvuympäristöään ei yleensä voi valita siihen synnyttyään, elämä alkaa siinä tilassa ja paikassa.

Kotiympäristö opettaa

Millaisiksi me ihmisinä kasvamme ja miten ajattelemme, se on monta kertaa todettu: Kotona opittua. Siksi, on hyvä kertoa hieman mistä on kotoisin ja millaisessa ympäristössä on elänyt, koska juuriaan ei voi vaihtaa. Juurista, kodin arvomaailmasta ja niistä vaikutuksista me kasvamme. Paljon on siis kodin merkitystä arvostettava ja ymmärrettävä. Koti vaikuttaa halusipa tai ei ja vanhempien mielipiteet vaikuttavat monella tavalla. Vanhempien käyttäytymiset kopioituvat lapsen mieleen ja siitä saadaan ensimmäiset toimintamallit elämäntielle.

Syntymäkotini on Vihdin Ojakkalassa Suonpääntien varressa sijaitseva maalaistalo, hyvin vaatimaton kaikkine rakennuksineen. ”Vaatimaton” ehkä ulkoisesti, mutta erittäin mielikuvituksellinen ja innostava maalaismaisema kokonaisuus. Takapihalla oli ja on edelleen korkea kuusi (n. 30 m), tämä kuusi on se ensimmäinen elämäni kiipeilyinnoittaja ja sellaisena kiipeilykohteena erittäin haastava. Mielikuvitus muodosti kuusen suojaan monenlaisia rakennelmia ja leikeissä se toimi hyvänä keskuspaikkana. Jokunen majarakennelma tuli tehtyä sopivasti alaoksien varaan ja joskus kiipesin ylemmäs kohti puun latvaa, mutta vielä jäi latvaan matkaa.

Takapihalla oli myös meidän sauna ja heinälatto vielä siellä saunan takana. Tämä heinälatto jäin lapsuudessa mieleeni ”uutena latona”, tämä lato rakennettiin 60-luvun lopulla ja sen jälkeen sitä kutsuttiin ”uudeksi ladoksi”. Tämä toimi hyvänä piiloleikkien kohteena, siellä oli myös haastavia kiipeilyseiniä ja vuosien saatossa sinne kertyi monenlaista tavaraa. Kun maataus lopetettiin meillä 70-luvun lopulla, olivat uudessa ladossa suojassa sen jälkeen ne tärkeimmät kulkuneuvot eli polkupyörät ja mopot.

Kasvuympäristöni oli tyypillinen vanha maalaistalon pihapiiri, talousrakennus kokoelmineen. Etupihalla oli puuliiteri ja puuvajan yläkerrassa oli Isäni nuoruuden piilopirtti, kun ei halunnut häiritä vanhaa Äitiään kyliltä tullessaan (1930-luvulla). Minulle se toimi kerhotilana ja lukupaikkana.



Kotitalo Vihdin Ojakkalassa ja kuusi talon takan

Tuotantovaiheen aikaan 60–70-luvulla olin vilkas poika ja usein kuultu kommentti tai huudahdus oli meidän pihapiirissä: Tule nyt alas sieltä puusta, orrelta, katolta. Kaikki kävi yleensä äkkiä ja kehittyi hyvät refleksit. Saatoit jo hymyillä tälle pakenemisjutulle ja näille saunantakapuolen selvityksille. Näinhän asia on, pojat on poikia ja Äidit heitä vahtii sekä komentaa, mutta tärkeintä on mielikuvitus ja sen kanssa oppiminen selviytymään ja tärkeää vilkkaalle pojalle on päästä näkemään maailmaa hivenen korkeammalta.

Puolenkilometrin päässä pihasta oli ”kattokallio”, nimitys tulee kallion kattomaisesta jyrkänteestä, täällä opin laskettelun ja myös majanrakentamisen alkeet. Kattokalliolta katselin usein alas kylätielle ja siellä ohi kulkevaa elämänmenoa. Talvella syöksyin sieltä, minisuksilla melko vaarallisia jyrkänteitä alas. Tässä kehittyi hyvä tasapaino, mutta myös jännityksen kokeminen oli konkreettista. Tätä kattokalliota luulin lapsena naapurin omistamaksi maa-alueeksi, mutta se kuuluiikin meidän tilan maihin. Karu totuus selvisi vasta kun Isäni myi maan oikeasti 80-luvulla naapurille. Tämä oli ja on edelleen vaikea asia sulattaa, vaikutti 90-luvulla voimakkaasti suhtautumiseeni Isääni. Nykyisin arvostan myös Isäni elinaikanaan tekemiä ratkaisuja ja ymmärrän asian yhteyden sen hetkiseen tilanteeseen nähden.

Ajatusmaailma kehittyy vanhempia seuratessa

Filosofiani syntyminen on siis lähtöisin näistä tapahtumista, maisemista, rakennuksista ja ihmisistä. Millaisen vaikutuksen nämä siis jättivät minuun? Äidin huolehtiminen ja kasvatuksellinen sympatia latasi minuun syvän vaikutuksen ja näin kaiken uhrautumisen elämänmenon eteenpäin viemiseksi. Puhun nyt todellisesta uhrautumisesta koko perheen

elinkeinon työmyyränä ja selviytyjänä vaatimattomilla välineillä. Meillä ei sanottu: minä haluan, vaan sen eteen oli aina jotain myös tehtävä ja silti ei tiennyt saako silti haluamaansa.

Minulle oli välillä vaikeaa seurata Äidin osaa, sanattomuus kertoi usein riittämättömyyden, vaatimattomuuden ja uhrautumisen merkityksestä. Silti Äitini tuntui olevan onnellinen ja tämä herätti minussa usein voimakkaan suojeluvaiston. Olla arvokas vaikka olisikin vaatimaton, ei ole ihmisen arvoa tarve selitellä, jos se näkyy koko olemuksesta. Tämä on sympatian filosofiaa ja uhrautumista toisten eteen.

Tällaisille ihmisille toivoisi arvostusta ja tunnustuksia, vaikka he itse eivät sitä koskaan keneltäkään pyydä. Toisaalta mikään palkinto ei korvaa niitä uhrauksia mitä toiset joutuvat tekemään. Äidillä riitti värikkäitä elämäntarinoita, tarinoita joissa hän oli kiertänyt vanhempiensa mukana ympäri Suomea. Äitini oli meidän perheen kurinpitäjä ja rajojen asettaja. Isäni oli sitten näissä kurinpito kohdissa täydellinen vastakohta Äidille. Äitini on 1938 syntynyt ja pohjalaisen luonteen omaavana lempeä, mutta erittäin vahva ja aurinkoinen persoona. Edelleen hänellä tuntuu oleva tätä voimaa jäljellä, mutta hänen osa ei ole ollut hirveästi nauttia elämän mukavuuksista työperäisten kipujen ansiosta.

Isäni opit jäin hänen toimintamallinsa seuraamisen perintönä mieleen mm. sosiaalisuuden ja avuliaisuuden rajattomuuden taloon saapuville vieraille ja naapureille, hän ei ehkä aina ollut esimerkillinen perheen sisällä, mutta erittäin sosiaalinen persoona ilman sellaista yleisesti turhaa arvoa kuin kateus. Isäni ei koskaan ollut kenellekään kateellinen, mutta osasi silti pitää riittävästi puolensa. Mahdollisuuksia hänellä olisi ollut myös hyödyntää sosiaalisuuttaan menestymisen tiellä, mutta sellaisen kunnianhimon puuttuminen ja sodanaikaisten traumojen jälki piti hänet perusasioissa eli vanhassa oli aina vara parempi.

Isälle lempilajeja oli tikanheitto, kroketti ja shakin peluu. Joskus en päässyt kylille, ennekuin oli pelannut muutaman shakkipelin ja toisinaan tienasinkin tuolla pelaamisella. Piti tosin voittaa peli, en tiedä antoiko hän välillä minun voittaa, että sai minusta pelikaverin. Isäni oli 1916 syntynyt, joten meillä oli yhden sukupolven kuilu ja tämä aiheutti toisinaan törmäyksiä ja kun hän tuli vanhemmaksi oli hänen vanhanaikaisuutta joskus vaikea sulattaa. Ajokortin hän ajoi vasta 60-vuotiaana ja kerkesi ajamaan autolla 22 vuotta eli kyllä hänkin ”nykyaikaistui” hieman.

Isäni tunsu kaikki ja kaikki tunsivat hänet. Häneltä kyllä liikenä aikaa meille lapsille, juuri silloin kun Äitini oli jo tilan töissä puurtamassa. No, tämä ajoituksen kohdentuminen oli hänen sosiaalisuutensa heikkous. Milloin jokin asia tehtiin, niin ei sopinut aina muiden toiveisiin. Isäni oli erittäin vieraanvarainen ja auttavainen kun kysymykseen tuli naapuri, vieraan avuntarve tai talkoot. Saattoihan tuo muiden auttamine joskus hidastaa asioiden eteenpäin kulkemista meidän omalla tilalla, mutta oma arvonsa on myös joustavuudella ja auttamisella. Ehtimisen ikuinen miettiminen ei kuulunut Isän tapoihin ja mihinkään ei ollut oikeasti kiire, jos asia ei nyt heti päälle kaatunut.

Toisten auttaminen

Isä ehti kuunnella toista ja auttaa, silloin kun apua ja kuuntelijaa tarvittiin, oli siis sopeuduttava välillä muuttuvaan tilanteeseen. Kokonaisuutena hän sai pelastettua meidän tilan sosiaalisuudellaan monesta taloudellisesta ahdingosta. Tätä ”auttamisen” ja sosiaalisuuden malliesimerkkiä olen sitten kantanut jollain tavalla ristinäni. Tästä juontuu perintönä minun omanlainen malli auttaa. Filosofiani on edelleen muiden hyvä, on myös omahyvä eli ei hyvin tyyppillinen ”minäminä” ajattelu.

Isäni todisteli joskus voimakkuuttaan, mutta kyllä hänellä maalaistalon isäntänä sitä luonnollisesti olikin. 70-luvulla elettiin myös vielä aikaa, jolloin taloihin tultiin vielä uhkailemaan ja voimia todistelemaan. Näissä tilanteissa Isäni selvisi sosiaalisuudellaan ja niillä oikeilla fyysisillä voimillaan. Isäni oli kahden sodan veteraani, eikä hän ollut vanhana rakuunana ensimmäisenä luovuttamassa. Isäni osasi myös ilmaista tunteensa avoimesti, joka on toinen asia jota kannan ”ristinäni” siis hiukan erikoista miesmallia vanhanajan mieheltä.

Koska tarinaa ja tapahtumia riittäisi hyvinkin paljon, jätän tarkemmat selvitykset mielikuvituksen varaan. Mutta se kodin ja vanhempien vaikutus elämänfilosofiaani on ja elää. Tämä pieni alustus helpottaa lukijaa ”ymmärtämään” millainen vaikutus kodilla on Taekwondo filosofiaani, jota elämässäni eteenpäin kannan ja antaa pohjan sille arvomaailmalle, jossa asioita tulen eteenpäin viemään. Tunnen vaatimattomuuden, riittämättömyyden, saavuttamisen odottamisen ja tahtomisen tunteen tilan. Tiedän kaikista haasteista selvittävän kunhan vain hyväksyy olevan tilanteen ja kohtaa uusia tilanteita rohkeasti. Taekwondo oli minulle se suurin hetki tajuta mitä olen jo saavuttanut ja miten voin jakaa kokemuksia toisten kanssa. Olen saanut kokea myös arvostuksen hetkiä ja jokainen tietää miten tärkeitä sellaiset kokemukset ovat.

Maalaisuus on voimavara

Olen siis taustaltani maalaispoika, ”maalaispoika” ei katoa sisältäni koskaan ja toimii edelleen kasvualustanani. Tunnen ja tunnustan juureni ja ymmärrän mikä minuun on vaikuttanut ja mitä se taas antaa minun Taekwondouraan. Taustani voisi olla särkynyt, mutta oma onneni on ollut kasvaa perusasiat kunnossa olevassa ympäristössä. Se ei silti tarkoita helppoa tietä, mutta se tarkoittaa tietä jossa on opittu selviytymään ja oppimaan asioiden tapahtumisen kulkua.

Elämässä on opittava toteuttamaan haaveitaan ja luottaa kärsivällisesti ajan tuovan eteen asioita joilla haaveet toteutuvat. Silti on tärkeää elää hetkessä ja osattava nauttia silloin kun sen hetki on. Itse toteutan periaatteessa jatkuvan saavuttamisen filosofiaa, jos jotain ”haluaa” on se mahdollista saavuttaa itse aloittamalla ja kun teet ympäristöä toiselle luot mahdollisuuden itsellesi.

On aina ollut tärkeää ymmärtää olenko tekemässä jotain sellaista johon saan muut innostumaan mukaan. Iän myötä innokkuus on hivenen laskenut ja usko omiin mahdollisuuksiin on jo toisinaan tullut vastaan. Olen omasta mielestäni vielä innoittaja ja

keksin kyllä keinot millä saan ihmiset puristamaan vielä hiukan ja silti säilyttää tilanteessa oman tahdon mahdollisuuden.

Taekwondoni ei ole mitattavissa sykemittarilla tai suoritusten määrällä, joku voisi sano tässä desipelimittarin toimivan parhaana mittarina milloin olen itsestäni kaiken antanut. Itseilmaisun voimakkuuden olen saanut ainoastaan Taekwondon ansiosta, tämä on ollut voimavarani ja innoittajani puristaa vielä vähän enemmän. Taekwondo-maailmassa on mahdollista monenlaiselle itseilmaisulle ja foorumi päästellä täysillä, juuri se on kokemista jokaisella solulla ja sille menettää tavallaan pakosta koko sydämensä.

Toinen mittari voisi olla nauru ja hymy, joilla olen aina keventänyt tunnelmaa ja halunnut viestittää positiivisen mielen voimakkuutta. En usko pelkkään käskemiseen ja toisen pakottamiseen en usko ollenkaan. Silti voi olla vahva auktoriteetti ja johtaa joukkoa. Ajatuksena on saavuttaa aina ensin ihmisten luottamus ja se edellyttää tietenkin itsensä ”likoon” laittamista olemista esimerkkinä.

Hiukan olen ollut vastuuton ja päästänyt fyysisen kunnan heikentymään, olen tuntenut sen lamauttavan myös henkisiä voimavaroja. Tässä kohdassa tarvitsin ja tarvitsen ystäviä sekä tukeutumista heidän neuvoihinsa. Silti on välillä vaikea osallistua, koska ei ole kaikesta huolimatta aina jaksanut tehdä riittävästi itsensä eteen.

Luonnollisesti tässä kysytään oikeaa ystävyyttä ja ymmärrystä, itsensä on löydettävä ja jälleen jaksettava koota voimia sekä oppia. Taekwondossa on riittävästi haastetta elämänmittaiselle oppimiselle, tiedän pitäväni kiinni lajista ja sen arvoista. Nyt on ehkä fyysisen suorituksen huippukausi takanapäin tässä ikähaitarissa, tosin seurattessani hämmästyneenä Dennis Vainion jaksamista ja suorituksia.

Tiedän luonnollisesti nykyisin myös vanhemmalla iällä olevan mahdollista kehittyä taitavaksi, jos siihen vain antaa riittävästi aikaa. Dennis Vainio 4 DAN on osoittanut juuri sellaista kehittymistä, mitä lajissa uskon olevan jokaisella, joka vain jaksaa jatkaa harjoittelemista. Dennis on persoona, jossa on vielä astetta enemmän hämmästyttävää aiheuttavaa energisyyttä. Dennis on myös tärkeä osa Vihdin Taekwondo-perhettä ja oppimisen malliesimerkki ja innoittaja omalla esimerkillään.



Dennis Vainio 4 DAN ja Simo Jokinen 3 DAN

Taekwondotieni alku 1992 valkoisella ”miehellä” Vihdistä

Taekwondo on saapunut Vihtiin ja mukaan on päästävää (ensimmäinen kurssi alkoi 1991 syksyllä). Kavereita oli jo budolajien parissa ja kertomukset oli välillä houkuttelevia ja välillä ajattelin kertomusten olevan hivenen liioiteltuja ja erilaisia mitä itse ajattelin budolajeista. Myös selvää henkilöiden itsekorostusta havaitsin ja toisinaan ihannoitiin sellaisia asioita, joilla budolajeja on juuri viety ”pelottavien” asioiden joukkoon.

Ajatuksena liittyä johonkin budolajiin, kasvoi kokoajan mielessä ja vahvistui. Kuulemansa vaikutuksista ja lukemisen kautta innostuksen todentaminen alkoi todella polttaa mieltä. Ajatusta piti kehitellä pitkään, että minusta tulee budolajin harrastaja. Haaveena oli ensin Karate ja sitten Judo. Tarinat vain ei houkutelleet kun kuulin asioita mitä salilla tehdään. Kertomuksissa oli liikaa toisten voittamista ja suorituksia toisen kustannuksella.

Ajelin taksia toisena työnä 90-luvun alusta ja yksi ajatus oli myös itsepuolustustaitojen tarve käytännössä. Taksivuoroillani sattui, muutamia vaarallisia läheltä piti tilanteita ja koin humalaisten uhkailuja useita kertoja. Tarvitsin mielestäni siis itsepuolustustaitoja. Ajatus hälveni pelkästä itsepuolustuskoulusta melko pian ja jätin myös taksinajon vähemmälle elämän edetessä enemmän Taekwondon ehdoilla.

Ajatus oli siis osallistua ja katsoa mitä se Taekwondo oikeasti voisi olla. Luin usein Timo Klemolan kirjaa Karate-Do lajikuva-ajatteluna karate kiinnosti hyvin paljon ja arvomaailma mikä kirjasta välittyivät, vaikuttivat oikeammalta ja kasvattivat sisälleni palon päästä mukaan budolajien maailmaan. Luin myös useita kertoja Timo Klemolan toista kirjaa Taichista, Liikettä hiljaisuudessa ja hiljaisuutta liikkeessä. Näitä asioita pohdin vielä usein ja tavoitteena on aina sisällyttää ajatuksia omaan tekemiseen juuri hiljaisuuden filosofialla. Ohjatessa harjoituksia verbaalisuus ehkä lentää, mutta parasta on nauttia hiljaisuudesta ja liikkeestä.

Varovasti mukaan ja sitten se oli menoa

Ensimmäinen kokemus Taekwondosta oli Vihdissä helmikuussa 1992 kun kiipesin entisen ylä-asteeni pukuhuoneen rappusia liikuntasaliin (passissa lukee 24.2.1992). Saliin saapuessa joku tervehti ja menin sisälle, hetken silmäiltyäni totesin olevan hiukan sopimaton joukkoon ”lentopallovarustus” päällä tosin ilman polvisuojia. Poistuin salista takaisin pukuhuoneeseen ja jätin lentopallokengät jalastani.

Mietin hetken mennäkö saliin vai lähteä kotiin, viimeisiä oli jo menossa saliin ja minä päätin liittyä joukkoon. Tiesin jääväni mukaan, vaikka olin vielä hiukan sekaisin ja hämmentynyt tilanteesta. Asetuimme muotoon ja kuinka ollakaan jouduin tai pääsin eturiviin. Harjoitusta oli pitämässä Arto Pakkala 1 DAN ja hymy taisi olla jo kohta herkässä, kun ei tuo haaraperushyppely sujunut oikein missään rytmissä. Arto Pakkala oli hyvin positiivinen persoona ja sai hyvin haastettua tekemään enemmän ja rytmitajuni parani silmissä.

Innostus vei näin mukanaan, jonka varmasti jokainen Taekwondolle sydämensä menettänyt voi allekirjoittaa. Osallistuin jokaiseen harjoitukseen ja oppimisvauhti oli alussa hurjaa. Pääosin harjoittelu oli perustekniikoiden puurtamista ja kuntoilua. Ohjaajina olivat välillä ylemmänvyön seurakaverit ja vierailijat Lohjan seurasta.

Ensimmäisen poomsen opettelu muistan parhaiten, harjoittelu jatkui kotiin tultua, pystyin menemään asuntonne lähellä olevaan kouluun ja siellä pääsin salin ollessa varattuna aulatilaan harjoittelemaan poomsea. Toistin liikesarjaa niin kauan, että osasin sen suurin piirtein silmät kiinni, pelkona oli myös ehkä joukosta erottuminen, jos en osaisi liikesarjaa ja toisaalta suuri into oppia se seuraavalle kerralle ja näyttää ohjaajille innokkuutensa.

Alkuaikoina on monenlaisia kömmähdyksiä ja rajojaan etsii välillä liian nopealla etenemisellä. Aina oppiessaan uutta innostuu jatkamaan ja lähinnä tekninen kehitys on ensimmäisenä kuukautena huikeaa. Kohta välissä jo surkuttelee, miksei aloittanut lajia aikaisemmin. Alkuaikoihin liittyi joskus arkuuteni, joka vaivasi minua paljon ennen lajin aloittamista ja saatoinkin häkeltyä vähäisestäkin tilanteesta. Itseluottamus kasvoi nopeasti ja hyväksyvä ilmapiiri muutti tämän arkuuden nopeasti voimavaraksi ja itseilmaisulle syntyi hyvä foorumi. Sain siis toteuttaa haaveitani, halusin melko aikaisessa vaiheessa toimia myös esimerkkinä ja taistella oppimisesta mukavassa joukossa.

Välillä epäilin kykyjäni ja koin riittämättömyyttä, mutta jatkoin eteenpäin ja huomasin kehittyväni edelleen. En ole varmasti mikään loistavin oppilas Taekwondon teknisessä mielessä, mutta tahtoa on ollut etsiä rajoja ja kehittyä.

Tuosta arkuudesta on jäänyt pieni mutta merkittävä tapaaminen mieleen. Kävin Espoossa katsomassa jotain kisaa ja siellä oli myös Marcos katsomossa, tervehdin häntä, juteltiin lajista ja ottelutapahtumista sekä Marcos selitti tilanteita. Kyselin häneltä ottelutapahtumista, lajista yleensä ja ihmettelin silloin hänen innostustaan lajista. Jälkeenpäin vielä ihmettelin tapahtunutta, kuinka hän vaivautui keskustelemaan tällaisen aloittelijan kanssa. Minulle oli tällainen kohtelu silloin uutta, mutta en ole unohtanut sitä vieläkään. Nykyisin ymmärtäisin asian heti, mutta silloin ei vielä tiennyt tämän henkilön olevan yksi minun elämäni suurin opettaja ja eteenpäin kuljettaja.

Keltaisenvyön intoa

Keltaisella vyöllä (27.4.1992) muistan olleen jo suuria vaikutuksia tekniseen osaamiseeni ja huomasin oppivani asioita melko nopeasti. Kilvoittelutilanteissa pärjäsin välillä erittäin hyvin ja nopeuskin oli kohdallaan. Yllätyin usein itsekin, koska olinhan keskimäärin muita kymmenen vuotta vanhempi. Kilpailu ei silti ole elämäni liikkeelle paneva voima, mutta kilvoittelumielessä tehdyt asiat saavat minut syttymään. Tuo hienoinen ero tulee ehkä siitä lähtökohdasta, että en odota voittavani palkintoja, mutta on mukava tietää hiukan rajojaan ja siksi kilvoitella tilanteessa. Muistan kun käsivarret oli aivan hyytelönä, kun olimme harjoitelleet iskuja, torjuntia ja koostettu ensimmäisiä askelotteluita paremmiksi.

Myös Taekwondon kuusi ohjetta tuli tankattua mieleen, sisältöä vielä ymmärtämättä ja kaikkien tarkoitusta piti opetella erilaisilla vertauksilla. Tällaiset oppimiset ja opettelut on yksi aloittelevan Taekwondokan suurista haasteista. Ohjeiden nykyistä ja henkilökohtaista tila-ajattelua voin peilata nyt kahden vuosikymmenen kokemuksella kirjoituksen loppuosassa.

Toisen asteen keltaisella vyöllä (3.9.1992) aloitin myös harjoitusten ohjaamisen ensimmäisiä kertoja ja tämä taisi olla se suurin valinta tai sattuma mitä minusta tulee ”isona” ja huomasin ihmisten seuraavan mielellään alussa melko kokeellisia aiheita. Näillä mentiin alkujumpista varsinaisiin harjoituksiin. Löysin näin itsestäni aivan uusia kykyjä ja tykkäsin olla johtamassa joukkoa. Tämä vei minua vielä nopeammin eteenpäin, vaikka eivät ne kehitysaskleet olleetkaan mitään suuria loikkauksia.

Seuran hallitukseen minut valittiin 1992 syksyllä ja siellä tehtäväkseni tuli sihteerin työt. Tämä valinta oli minulle suuri yllätys, koska omasta mielestä ajattelin tällaisissa tilanteissa valinnan menevän ohitseni. Olin siis innoissani ja halusin näyttää osaavani homman. Ensimmäisiä suuria töitani oli seurarekisterin kirjoittaminen ja sen ylläpitäminen. Touhusin jos jonkinlaisia tilaisuuksia ja seuramme alkoi saada mainetta liikuntapuolen silmissä. Tunsin kuntasysteemin, joten olin melko hyvä lobbari harjoitustilojen ja -aikojen hankinnassa.

Keltaisella vyöllä suurin kehitys oli juuri tämä vaikuttaminen ja osallistumisen mahdollisuus kaikkeen toimintaan seurassa. Meillä oli kokouksissa hyvin yhtenäiset ajatukset ja rento ilmapiiri, joka mahdollisti asioiden edistymisen. Olin myös utelias tutustumaan uusiin ihmisiin ja huomasin vaikuttavani positiivisesti ympäristöni. Olin myös vanhempana valmis toimimaan innoittajana, joka oli aina lauantai aamuharjoituksissa tarpeen.

Jonkinlaista omapäisyyttäkin uskalsin välillä esittää, saatoinkin uhrata aikaa Taekwondolle tällöin ehkä liikaa ja perhe-elämä kärsi inflaatiota. Elämä on täynnä valintoja ja joskus niitä vain tekee huomaamatta vaikutusta ympäristönsä. Seuratasolla minut valittiin vuoden harrastajaksi 1992, jota en oikein ole rekisteröinyt. Tämä on muistissani harmaata aluetta, mutta suotakoon se minulle.

Vihreänvyön saavuttaminen ja vastuunottoa seuratoiminnasta

Vastuuta oli jo seuratoiminnassa, sekä omassa kehittämisessä, joskus yllättäen vastuu tuli eteen ja tässä seuraavaksi yksi sellainen tapahtuma. Alkuvuoden 1993 alkeiskurssin alkamisessa oli päästy mainostelusta ensimmäisen harjoituksen alkuun. Marcos totesin verhon takana olevan alkeiskurssin odottavan vetäjiään ja ketkäs ne olikaan ketä sinne verhon taakse lähetettiin, luonnollisesti allekirjoittanut ja Tero Halen. Siinä sitä hetki katsottiin Teron kanssa toisiamme ja lähdettiin hoitamaan homma. Tälle tielle sitten jäätiin, tosin pientä kapinointia ja vetäjäjärjestelyitä vielä tarvittiin, ennen kuin tästä alkoi tulla oman harjoittelun rinnalle vakio menettely.

Taisin aloittaa tuossa harjoituksessa asioiden järjestelyt melkoisella asioiden selittelyllä ja itse harjoittelu jäi hiukan vähemmälle ja näin taisi käydä joskus myöhemmilläkin peruskurssien aloituskerroilla. ”Tyhjensin siis kuppiani” ja kukaan ei sanonut sen jo läikkyvän yli. Ensimmäisten vetämiemme ryhmiemme vyökokeen ollessa, muistan vielä Marcosin arvioineen teknisen osaamisen ryhmällämme aika vaatimattomaksi. Marcos kysyi ryhmältämme, onko ryhmälle opetettu tätä ja tätä ollenkaan ja ryhmä katsoi meitä, että ei heille oikein ole opetettu vaikka olikin opetettu.

Tätä on sitten myöhemmin yhdessä naureskeltu, kuinka saadaan ryhmän tilanteessa jännittäminen ja osaamattomuus valmentajien piikkiin. sallittakoon tällainen, koska pitäähän ohjaajan ottaa vastuu ryhmän tasosta. Opettaminen ja ohjaaminen ovat siksi kaksi eri asiaa, oppiminen voi pelkällä ohjaamisella olla melko vaatimatonta ja mehän olimme vielä aloittelijoita.

Vihreällä vyöllä muistan suurimman haasteen olleen sivupotkun oppimisessa, muistan sellaisen pienen kehityksen tapahtuneen Jämsässä ottelutilanteessa. Olimme Jämsän kisoissa 8.5.1993, kun sain todeta osaamisen silloisen tasoeron. Sain vastaan edesmenneen Aki Änäkkälän Mansen suurmiehen, hän oli silloin punaisenvyö edustaja ja aika paljon enemmän ottelukokemusta taskussa kuin itselläni. Lentelin kentältä aika usein takaperin ulos ja tavoittelin itse pisteitä milloin milläkin tekniikalla ja yksi oli sivupotku.

Ensimmäisen erän jälkeen, olin valmis luovuttamaan ja pyysin valmentajanani ollutta Teroa heittämään pyyhkeen kehään. Tero jo melkein uskoi minua ja oli heittämässä pyyhettä kehään kun sanoinkin jatkavani ottelemista. En muista sainko yhtään pistettä, mutta sen jälkeen tiesin millaisen kehityksen edessä vielä olen sivupotkuineni.

Akia tapasin vielä usein tuomarina kisatapahtumissa ja harjoittelimme kerran samassa harjoituksessa ottelutekniikoita Nummelan painisalilla ja voin sanoa tasoeron luonnollisesti olleen vieläkin huomattavan. Akilla oli aina niin yllättävä jalannostopotku, ettei ehtinyt alta pois ja tarkkuus ajoituksineen usein kohdallaan.

Aki sairastui vakavasti ja menehtyi sairauden johdosta parhaassa iässä. Aki oli positiivinen kaveri ja morjensteli aina tavatessamme, hänestä jäi reilun taistelijan kuva. Tällaisia kohtaamisia ja tapahtumia on arvokasta kokea ja muistaa. Taekwondo ympäristössä ei siis ole vain kevyitä muistoja, on myös raskaampia ja peruuttamattomia tapahtumia.

Tämä puoli tapahtumista on vakavoittanut mieltäni, että tässäkin ympäristössä tapahtuu välillä suuria ja valitettavia menetyksiä. Siksi ei voi suhtautua enää ihan kevyesti koko lajihistoriaansa, koska Taekwondo-elämän pitkään jatkuessa tulee vastaan myös tilanteita, jossa näkee elämän lyhyiden ja päättymisen parhaassa iässä. Tässä on myös hyvä peruste todeta, ettei Taekwondo ole pelkkää tekniikkaa ja suorituksia vaan hyvin paljon enemmän elämän todellisuutta, jota voi välillä olla vaikea käsitellä ja käsittää.

Toisen asteen vihreällä vyöllä ohjaajaksi kouluttautuminen

Tässä vaiheessa eli toisen asteen vihreällä vyöllä ollessani suoritin Harrastaja taekwondokan ohjaajakoulutuksen Pajulahden urheiluopistolla. Kouluttautuminen tuli tarpeeseen ja kiinnitti minut paremmin säännölliseen harjoitusten ohjaamiseen, mutta pääsin vielä luonnollisesti usein itsekin harjoittelemaan. Marcos Kuusjärvi huolehti edelleen mm. perustekniikoiden ja liikesarjojen opettamisesta.

Arto Pakkalan 1 DAN jäädessä pois harjoitustemme ohjaamisesta, tuli seuraamme erittäin hyviä vierailijoita pitämään tasoa harjoitusten pidossa. Petri Nieminen 4 DAN opetti itsepuolustustekniikoita ja piti seurassamme erittäin monipuolisia harjoituksia. Petrin

harjoitukset olivat aina selkeitä ja hän opetti usein vaikeampia itsepuolustustekniikoita. Petri Nieminen oli tuolloin 2 DAN ja hän suoritti 3 DAN samassa DAN-kokeessa kun minä suoritin ensimmäisen DAN-arvoni.

Seuramme harjoituksia ohjasi myös myöhemmin Mika Toroi silloin 1 DAN ja hänen ohjatessa puristettiin meistä mehuja aika vauhdilla. Nyt jo valitettavasti edesmennyt Mika Toroin opeista jäin mieleen kova kamppailu ja puristaminen. Mika suoritti samassa DAN-kokeessa 2 DAN, kun minä suoritin ensimmäisen Dan-arvoni.

Seurakaveri Ari Hagman 1 DAN oli myös ohjaajana ja treenikaverina aina särmä tekemisissään ja vetäjänä erittäin monipuolinen sekä teknisesti taitava. Ari Hagman oli aloittanut harjoittelun aikaisemmin Lohjan Taekwondoseurassa ja oli meitä aina askeleen edellä, jossain vaiheessa opiskelut ja työ veivät Aria eteenpäin. Ari Hagman osallistui ensimmäisenä seurastamme DAN-kokeeseen ja saavutti sen Vihdin seurassa ollessaan.

Seuratoiminnan laajentumista tarvittiin ja pidimme näytöksiä paikallisissa tapahtumissa. Esiinnyimme mm. Nummelassa Rytärskyissä 1993 kesällä, mukana oli silloin menestyvä nuorukainen Juha-Matti Ketonen, Mika Kärkkäinen, Antti Tarvainen ja allekirjoittanut. Mikan kanssa teimme askelotteluita ja ryhmänä poomseja. Lopuksi piti vielä tietenkin murskata ja mitään harjoittelematta yritin hyppysivupotkua ja takapotkua samalla kerralla. Antiltahan siinä aukesi sormet, mutta näytös vietiin loppuun. Antin sormet paikattiin sitten myöhemmin. Näillä tapahtumilla muistan seuran ydinjoukon tiivistyneen ja yhteishengen vahvistuneen.

Ottelutuomarinura alkaa 1993 Anttolasta

Tässä vaiheessa suoritin myös tuomarikurssin C-tason ja ensimmäiset kisat olivat Suomi-Cup Mikkelissä 18.–19.9.1993. Tuomarikoulutuksen piti jo edesmennyt Tapio Mäkinen 3 DAN ja koulutuksesta opin sen tuomarin tärkeimmän tehtävän Tapion toteamana ”turvallisuus on tuomarin tärkein tehtävä”.

Alkuvaiheessa tuomaritoiminnassa vaikeinta oli käsimerkkien muistaminen ja niiden näyttäminen. Oli ainakin kolmetoista erilaista varoitusta kuvaavaa käsimerkkiä eli kjongoa ja kahdeksan erilaista miinus pistettä kuvaavaa käsimerkkiä eli gamjeomia.

Olen tuomarina periaatteeni päättänyt, en salli rikkeitä joita säännöissä varoituksen arvoisina käsitellään, joilla on vaikutusta ottelun kulkuun ja tulokseen. Minun mielestä silti säännöt ovat säännöt ja ottelu on arvostelulaji, jossa juuri sääntöjen merkitys ottelunkulussa luo sen toimintaraamin. Itse ottelun kamppailuhengen kulkuun eivät säännöt tai niiden tulkinnat vaikuta. Hyvä taekwondo-ottelija ei sääntöjen tulkinnoilla menetä tai saavuta mitään. Olisi silti toivottavaa kilpailijoiden ymmärtää, Taekwondo-ottelun hengen olevan sääntöjen puitteissa tapahtuvaa, eikä todellista voittajaa etsitä tai löydetä ottelutapahtumilla.

Itselle kehässä ottelee vain sininen ja punainen, tätä lähestymistapaa olen myös opettanut eteenpäin ja muistuttanut siitä turvallisuuden valvomisesta. Taekwondo-ottelu on silti hyvä oppimisen foorumi ja kokemuksena unohtumaton ja eteenpäin vievä kamppailun

ilmentymismuoto. Nykyisin olen A-tuomari ja ottelutapahtumia olen seurannut siitä keskeltä ja kulmasta ihan riittävästi.

Sininen vyö avasi silmiä ja tekniseen kehittymiseen

Toinen taekwondovuoteni oli vauhdikasta etenemistä ja loppuvuodesta 1993 ehdin jo siniselle vyölle asti. Sinisenvyön saavuttaminen ei sinällään ole se juttu vaan siihen liittyvä opetus. Olin ollut hiukan kokeessa epävarmanoloinen hosinsul tilanteessa ja Marcos ojensi minua ikimuistoisella tavalla olemaan varuillaan, eikä vain seisomaan paikoillaan. Muistan sen jälkeen tienneeni miksi silmät pidetään auki ja torjunta on torjunta eikä tarkoitus ole seistä säkkinä ottamassa iskuja vastaan. Käsivarsi jomotti aikansa, mutta portaat ovat joskus kivisiä opintiellä. Tuolloin opin ja tajusin näitä muistutuksia välillä tarvittavan. Olin tuossa vaiheessa ilmeisesti hiukan jumittunut paikoilleni.

Sinisellä vyöllä ollessani meillä oli leiri Lohjalla, joka on myös pureutunut mieleeni Allan Paulsenin suoruudesta ja selvästä opetustavasta miten hyökkäys viedään eteenpäin ja tilanteita viedään loppuun asti luovuttamatta. Allan Paulsen 5 DAN oli tinkimätön opettaja ja vaati kovaa tahtia. Allan Paulsen herätti silloin suurta kunnioitusta ohjatessaan harjoituksia ja oppiminen oli varsin konkreettista kokemuksen kautta.

Suomalaisilla joillakin uusilla mustilla vöillä oli näihin aikoihin vielä niin sanottuja yhden Danin tauteja ja tästä sain minäkin osani eli, jos et osannut jotain niin seuraava ”uhri”. Onneksi tämä jäi suhteellisen lyhyeksi kaudeksi ja ehkä aiheesta ei siksi sen enempää. On hyvä muistaa sellainen perusasia kuin opettajan kunnioitus, eli koskaan ei pitäisi tulla niin ”hyväksi”, ettei tarvitse omaa opettajaansa kuunnella ja toisten vahingoittaminen ei ole suotavaa opetusmielessäkään. Vaikka, saavuttaa sen kuuluisan ensimmäisen Danin.

Punaisenvyön saavuttaminen ja vastuuta

Punaisenvyön suoritin (26.2.1995) Nummelan painisalilla ja tunsin silloin olevani elämäni kunnossa ja värivöistä juuri punaisenvyön tunsin saavuttaneeni juuri oikealla hetkellä ja parhaalla vireellä. Takana oli jo tiukkaa harjoittelua ja ohjaamista. Takan jo useita leirejä ja enemmän kokeneena taitotekijöitäkin alkoi oikeasti erottua suorituksissa ja samalla mielessäni varmistui, että tulen jatkamaan taekwondo mustanvyön suorittamisen saavuttaakseni. Jos kuvailisin muuten elämäni tältä ajalta, oli se kolmen lapsen isälle parasta elämänaikaa.



Tyttäreni: Jenni, Ira-Emilia ja Laura

Toisen asteen punaisen vyönkoetta kävi pitämässä (8.12.1995) Ko Tae Jong 8 DAN Vihdin salilla, tosin hän oli sen verran myöhässä, että olimme jo saaneet Marcosilta merkinnät passeihin. Kokeeseen osallistui allekirjoittanut ja Tero Halen. Suoritimme siis ensimmäisen kerran Teron kanssa saman vyöasteen yhtä aikaa. Tero oli aloittanut 1991 syksyn ensimmäiseltä kurssilta ja minä aloitin 1992 talvikurssilta tästä tuo ”etumatka”.

Toisen asteen punaisella perustin oman sivuseuran Otalammen kyläläisten pyynnöstä ja aloin pitää harjoituksia junioriryhmälle Ruskopirtillä, ryhmässä oli mukana myös tyttäreni Jenni 9 vuotta ja Laura 7 vuotta, ryhmässä oli mukana myös kaksi aikuista. Talvella minua tuli auttamaan harjoitusten pidossa Dennis Vainio, koska minulla oli valmistautuminen Dan-kokeeseen ja oli hiukan liian monta lusikkaa sopassa.

1 DAN Taekwondo oppilas

Miten Dan-kokeeseen valmistutaan tai valmistaudutaan, voisin nyt jälkeinpäin sanoa, että kovalla harjoittelulla pääsee jo pitkälle, mutta kokeen alkaminen vain yksinkertaisesti paljastaa, että vielä enemmän pitää pystyä näyttämään kun osasi silloin odottaa. Tuolloin tahti oli tiukkaa ja komentoja sateli toisensa perään, muistan olleeni aivan poikki kun koe oli ”ohi”. Ohi oli vasta ensimmäinen osa, eli tarvitsimme kaikki pienen muistutuksen.

Allan Paulsen 5 DAN oli vaativa ja vielä selkeämpää näyttöä tarvittiin taistelutahdosta, ja kysymys kuului kuka tulee saliin ja haluaa näyttää haluavansa mustanvyön tosissaan. Kuvaavaa oli hänen käden asento hieman alaviistossa, missä tasossa hän sanoi meidän olleen ja odotti meidän vielä pystyvän kovempaan suoritukseen toisessa osassa.

Jatkoimme kaikki kokeen ”toiseen osaan” ja saavutettu vyö oli todella suuren juhlan arvoinen. Silmiä avaavaa oppimista ja kokemista riitti. pakkasessa suoritettu samppanja suihkuttelu ei tunteita paljoakaan viilentänyt. Olin siis nyt se oikea mustavyö (31.1.1997) ja olin valmis kuulemaan sen ensimmäisen kerran Kjosanim, tämä tuli muistaakseni koettua Nummelan painisalilla.

Kevään mittaan 1997 oli ilmeisesti jonkinlaista vetäjäkatoa. Kuka oli opiskelemassa, työkiireissään tai toisella paikkakunnalla tai jopa ulkomailla. Pahimmillaan hoidin kesällä 1997 kaikkien harjoitusten ohjaamisen ja vielä kahdessa paikassa samana päivänä. Harjoituksia oli tuolloin viikolla ja viikonloppuna. Sitä en muista mistä tämä tilanne syntyi, mutta olihan se itselle melkoisen opettavaista. Muistan harjoituksissa olleen väkeä kuitenkin runsaasti.

Loppuun palaminen 2000 luvun vaihteessa

Tämä vaihe olisi kait mukava ylittää ja unohtaa ja todeta ei minulle käynyt näin. Olen silti pyrkinyt purkamaan tunnelmia ja tuntemuksia Taekwondotieni hengessä, joten en voi sivuuttaa sitä totuutta, että en vain jaksanut enää ja kaikki voimat oli hetken melko lopussa. Kasvoin kyllä ihmisenä ja sinnittelin seuratoiminnassa, mutta kaikkea ei voi vain pitää kasassa jos jää kamppailemaan yksin kotiasioiden palapelin hajotessa.

Tässä vaiheessa muutin pois Vihdistä ja uusi kotipaikka löytyi Vieremältä, en ollut hetkeen valmis osallistumaan minkäänlaiseen Taekwondo toimintaan. Takaisin vei silti tieni seuratoimintaan, mutta alkuun ainakin toisenlaisilla arvoilla ja ajatuksilla. Olen oikeasti unohtanut tuon taon aikana tapahtuneet Taekwondoasiat, mutta ei se mitään pysähtynyttä aikaa ole silti ollut. Elämä vain järjestyi uuteen vaiheeseen ja jatkui toisessa ympäristössä. Taekwondo oli hetken sivuroolissa ja muotoutui toisenlaiseksi elämänarvoksi.

Tästä opin hivenen miettimään myös sitä omaa hyvää, vaikka se nyt ei kuulostakaan hyvältä, oli vain otettava aikalisä ja palattava uusin voimin jatkamaan. Vihdin Taekwondo seura kiitti 10-vuotisjuhlassa 2001 kunniajäsenyydellä, joka oli hyvin syvältä kouraiseva hetki ja oli kerrankin sanaton.

Uusi alku ja toiset ajatukset

Iisalmen Taekwondo seura oli saanut jostain vihiä, että heidän alueelleen on muuttanut Taekwondon mustavyö ja selvitystyön jälkeen Hiltusen Marko nyt 2 DAN otti minuun yhteyttä. Palasin noin reilun vuoden tauon jälkeen mukaan harjoitusten pitoon, mutta korostin usein roolini olevan vain yleisohjaaja, neuvonantaja ja vyökokeiden pitäjä. Jostain syystä ei tuo rooli oikein sopinut ja aloin sotkeutua jälleen myös alkeisryhmien ohjaamiseen. Päätin silti säilyttää kosketuksen seuran hallintoon vain neuvonantajana ja kävin silti miltei kaikissa kokouksissa. Suosittelin ihmisiä suorittamaan ensimmäiset Dan-vyönsä ja sain Ville Röngän ja myöhemmin Jarmo Saastamoisen ja Ermo Kastarisen Iisalmen Taekwondo seurasta DAN-kokeeseen.

2 DAN kasvua ja vastuuta

Vyökoe on asettumista arvioitavaksi ja näytönpaikka kokelaana ”kasvaa” vyönsä arvon mittaiseksi. Osoittaa sisältöä tekniselle tekemiselle, hallita kehonsa ja mielensä tiukoissa tilanteissa ja oppia löytämään Taekwondokokemuksesta elämänfilosofiaa myös henkiseen kasvamiseen ja vahvistumiseen.

Marcos Kuusjärvi ilmoitti 2005 alkuvuodesta, että kutsu 2 DAN kokeeseen on sitten tulossa. Tähän kokeeseen valmistauduin 2005 hiihtämällä ja treenaamalla muiden Iisalmen Taekwondo seuran Dan-kokelaiden kanssa, Vieremälle olin tullut 2001 alkuvuodesta ja olin siis ollut hetken pois Taekwondo kuvioista. Jaksoin puristaa vielä fyysisesti melkoisen paljon tähän valmistautumiseen ja olin hyvässä kunnossa.

Jaksoin tuon fyysisen puolen ansiosta jatkaa ja suorittaa tämän vyökokeen. Huoli oli silti aito ja oikea onko minun vielä edettävä. Pelkäsin tuntemuksia siitä, että en enää ole sellainen miksi moni minun olettaa olevan. Kokosin itseni melkoisen myllerryksen jälkeen ja kokeen suoritettunani, aloin järjestää elämäni uudelleen vakaamalla ajatuksella järjestykseen. Tämä vaihe oli kovaa kasvun aikaa ja vastuuta kerääntyi jälleen aika paljon monenlaisista tekijöistä.



Kuvaan on tallentunut harkinnan ja arvioinnin alkava hetki.

Saavutettuani toisen Danin halusin luovuttaa symbolisesti ensimmäisen Danin-vyön tyttärilleni. Tällä symbolisella eleellä annoin takaisin sen, mitä heidän lapsuuden aikaan tuli Taekwondo salilla saavutettua. Tyttäreni on aina kannustanut minua ja olen saanut nauttia täysillä omat Taekwondo annokseni. Parasta on ollut kuulla Jennin ja Lauran sanomana heidän jotain oppineen Taekwondosta.

Nuorimmainen tyttäreni Ira-Emilia ei ole harjoitellut Taekwondo, mutta joku saattaa muistaa kun pidin harjoituksia Nummelan painisalilla istui Ira-Emilia hiljaa treenikassissani. Tämä oli itseltäni jo unohtunut asia, mutta kun siitä tuli puhetta muistin asian yhteyden ja huumorin johon tuolloinen treenienohjausputki kaikkineen johti ja näin sai Ira-Emiliakin Taekwondo annoksensa Iskän treenikassissa "meditoiden".

lisalmen Taekwondo seurassa olen vastannut vyönmyöntämisestä ja vyökokeiden pidosta jo kohta kymmenen vuotta. Vyökokeita olen pitänyt yhdessä kaikkien lialmen Taekwondo seuran mustienvöiden kanssa yhteistyössä. Olemme kehittäneet paljon seuran toimintatapoja, harjoitusohjelmia ja liittyneet seurana SimUu perheeseen Marcos Kuusjärven toimiessa meidän seuran opettajana ja suojelijana.

Jari Kanninen oli suorittanut aikoinaan 1 DAN arvon Mikkelissä Reino Pesosen 5 DAN opeissa. Jari Kanniselle olen toiminut suosittelijana 2 DAN ja 3 DAN vaiheessa. Jari Kannisen 3 DAN-kokeessa vielä toimin hänelle tekniikka komentajana. Kaikki Marcos Kuusjärven 6 DAN valvonnassa. Samassa kokeessa oli puolisoni Hannele Partasen poika Simo Partanen jo 2 DAN kokeessa, oli komentamassa hänelle myös ensimmäisen DAN-kokeen kulkua. On yksi tärkeistä vaikutuksista lähipiiriini ja esimerkin ymmärtämisen mittareista Simo Partasen innostus kauttani Taekwondoon.

Simo Partanen 2 DAN on lisälmen Taekwondo seuran edustusottelija ja tällä hetkellä hän on Etelä-Koreassa opiskelemissa ja tutustumassa lähemmin Taekwondon sydänmaahan. Siellä on hänellä erittäin pätevät harjoitusmahdollisuudet mestari Kang Shin Chulin 8 DAN koulussa. Nyt kevätkaudella mestari Kang on itse Iranin maajoukkueen valmentajana Iranissa.



Simo Partanen 2 DAN

3 DAN Terveyden koetusaikaa

Joskus vain se päivä tulee, että kroppa ei ole samaa mieltä ja pienet vammat saattavat paisua oikeiksi ongelmiksi. Otan tässä nyt käsittelyyn heti sen ongelmaseikan, että jokainen vaiva kannattaa hoitaa ajoissa. Vaivana varpaiden ihon hajoaminen ei sinällään ollut koskaan rajoittanut mitään tekemistä, mutta nyt pääsi tulehdus oikeasti pahimpaan vaiheeseensa ja minulle puhkesi ruusutulehdusten sarja. Ruusutulehduksiin ei tehoa kuin antibioottikuurit ja vielä sieltä vahvimmasta päästä. Tällaiset lääkekuurit vievät luonnollisen vastustuskyvyn hyvin olemattomaksi ja vatsavaivat alkavat olla jatkuvia. myös päässä alkaa jyskyttää, koska ei vain pysty nukkumaan.

Taekwondo kavereille tuli asia selväksi, että minä en ole nyt kunnossa ja sain monelta myötätuntoa tässä vaiheessa. Suurempi asia on silti miten päästä jälleen kuntoon ja takaisin treenaamaan. Mikä pitkään on ollut vaivana, ei päivässä häviä ja oikokonsteja ei ole vaikka kuinka toivoisi. Sinällään jokaisellahan on vaivansa, mutta niiden kanssa esiin tuleminen ja eläminen on todellinen arjenhaaste.

Taas voin kiittää ystävän neuvoja ja opettajani ohjeita Marcos jaksoi ohjeistaa ja minä yritin noudattaa ohjeita. Parasta oli löytää hermoratahieronta ja joitain luontaistuotteita millä selvitä vatsa- ja ihovaivoista. Pääsin lopulta eroon loputtomista antibioottikuureista ja selvisin hetkeksi jopa aivan oireettomaksi. Nyt selviän arjesta jatkuvalla käynnillä hermoratahieronnalla, kotikonstein olen huolellisempi ja tarkkailen aina tilannetta.

Tässä vaiheessa olen taistellut ihan käytännön tasolla oman kunnan säilyttämisen puolesta ja käyn säännöllisesti hermoratahieronnassa. Hermoratahieronta on ylläpitänyt aineenvaihduntani ja selvästi auttanut ruusuvaivoihin. Olen saanut näin jatkoaikaa selviytyä melkein krooniseksi muodostuneen ongelman kanssa.

Seuratoiminnassa olen mukana edelleen vastuuhjaajana vyökoeharjoituksissa, pidän edelleen vyökokeita ja toimin nyt toista kautta seuran varapuheenjohtajana. Kuulun ilmeisesti jo niin seuran ”kalustoon”, jos puhutaan seuran hallinnosta, että jos joskus pitää lopettaa. Minulle se varmaan kerrotaan kokouksessa, jossa ei minun enää pitäisi olla paikalla.

Iisalmen Taekwondo seuran Simo Partanen oli tehnyt salaa taustatyötä ja minulle myönnettiin Suomen Taekwondoliiton pronssinen ansiomerkki 2010. Koskaan en olisi nuorempana osannut kuvitella näitä palkintoja saavani, olen näistä erittäin otettu ja kiitollinen.

4 DAN Sabunim valmistautuminen

Syksyllä 2011 aloitin lisäkuntoilun varovasti lenkkeilemällä aamuisin. Tarkoituksena siis valmistautuminen kevään Sabunim kokeeseen, alku lähti ihan hyvin ja sain itseni liikkeelle. Aika nopeasti vain tuli se takapakki, oli pakko lopettaa lenkkeily ja keskittyä taas vain itsensä hoitoon. Syksyn mentyä ohi lisäsin vain jonkin verran liikuntaa ja ulkoilua. Vuodenvaihteen jälkeen aloin käydä keskiviikkoisin aamutreeneissä Jari Kannisen kanssa.

Huomasin nyt uusien asioiden oppimisessa olevan aivan käsittämättömän vaikeaa. Kävimme läpi uusia ja vanhoja liikesarjoja ja pahinta oli huomata, että sekoitan välillä uutta ja vanhaa tai unohdan aivan kokonaan mitä olin tekemässä. Ongelmana oli liiallinen valvominen ja luonnollisesti se vaikuttaa voimakkaasti oppimiseen. Oppimisen kanssa vaikeassa tilanteessa, mutta tiedostin jollain tasolla tilanteen. Jari Kanninen sanoi: Koita meditaation vaikutusta stressiin niin huomaat työasioiden unohtuvan. Tämä oli erittäin hyvä ohje nuoremmalta Taekwondo kaverilta vanhemmalle ja välillä väsyneelle.

Ohjeesta viisastuneena vähensin stressiä ja otin enemmän aikaa levolle ja työkiireetkin hiukan helpottivat. Nyt valmistautumisessa on menossa vaihe, jossa mietin olenko ansainnut mahdollisuuden suorittaa Sabunim kokeen. Teen juuri nyt tätä kirjoittaessani itselleni selväksi, että Taekwondo on taistelua ja olen taistelijaksi syntynyt. Teen sen minkä voin, että ystäväni ja opettajani minussa näkemä potentiaalisuus ilmenee jollain tasolla ja saavutan sillä työstöllä seuraavan tason ja vaiheen. Teen sen mitä Taekwondoa olen opettanut, katson rauhassa eteenpäin ja kuljen Taekwondotietäni juuri nyt.

Viimeaikaisin neuvo tuli Korean matkalta rouva Kangilta, hän sanoi Taekwondon olevan MartialArt eli budoajattelun kokonaisuus on elämäfilosofia. Taekwondo on jotain paljon enemmän kuin fyysinen suoritus tai tekniikka, se on elämänmittainen koulu. Hän myös käski vähentää stressiä ja venytellä enemmän, hyvin vaikuttava ja vahva persoona tämä Rouva Kang.

Loppujen lopuksi uskon Sabunimiksi tulemisen olevan yksinkertaisesti uudenlaisen Taekwondon syntymistä ja kokemuksien rikkauksien jalostumista opettamisen taidoksi.

Kuuden Taekwondo ohjeen ajatukset nyt

Käytös: Olen inhimillinen ja suvaitseva. Olen esimerkkinä, joten arvoni on käyttäytyä sen mukaisesti.

Vaatimattomuus: On sen riittämisestä mitä jo on, osaan mahdollistaa tilan muille nostamatta itseäni.

Kärsivällisyys: Elämä on aikaa, joten mihinkään ei ole kiire. Asiat tapahtuvat, kun osallistuu.

Uhrautuvaisuus: Jos nyt on toisen vuoro, tulee minun vuoroni myöhemmin jos autan häntä.

Kunnioitus: Tämä tunne kohdistuu toiseen ihmiseen ja sen kokeminen on arvokasta.

Mielen ja kehon puhtaus: Olen olemassa ja tunnen sen juuri nyt.

Loppuhaastattelu

Tämä on Vihdin Taekwondo seuran 20-vuotisjuhlaa minulle tehdyn haastattelun muodossa. Kari Sirviön 4 DAN tekemillä kysymyksillä. Kari Sirviö on tuo nykyinen Vihdin tehokas käytännön työmyyrä ja toimeenpanija.

- Milloin aloitit

1992 tammikuussa 2. alkeiskurssi Vihdin Taekwondo seuran historiassa.

- miksi

Syitä oli monia: Tärkein oli kiinnostus itämaisiin lajeihin kirjallisuuden kautta ja kavereiden kautta. Ajankohdan kuitenkin päätti vaaralliset tilanteet taksikuljettajana siis se kuuluisa itsepuolustus ☺ mutta tajusin sitten lopettaa taksiajot ja jatkoin Taekwondoia ihan harrastajapohjalta

- mitä olet tehnyt

Tähän olisi paljon tarinaa: Tärkeintä oli ensin täysillä treenaaminen ja aika nopeasti mukanaolo seuran alkuvuosien kehityksessä. Seuran sihteerin hommat ja siis tähän johtokuntaan pääsy avasi minulle toiminnallisen mahdollisuuden, järjestelin ensimmäiset seuran pikkujoulut ja kehittelin kaikenlaista oheistoimintaa toki johtokunnan tuella ja kanssa. Seuran oman ja ensimmäisen verkkarin tekstimuokkailut (se keltavihreä ”leijuvalla” tekstillä) ja tuo kokoperheen ”ukkoperhelogo” touhuaminen, jota käytettiin 90-luvulla seuralogona. Nyt viimevuodet olen jatkanut seuratoiminnassa lisäalassa ja samoja ideoita Vihdin ajoilta kaupannut aina tilanteessa. Olen mielestäni ja toivottavasti hyvänmielen valmentaja.

- huippukohtia uran varrelta

Tähän voisi lyhyesti vastata YSTÄVÄT ja pitkästi selittää tilaisuuksia missä olen ollut mukana. Mustanvyön suoritus oli melkoinen huippukohta 31.1.1997, SM hopeaa Diesel SM-kisoissa Kisahallissa ja taistelijanmalja samasta paikasta. Laitan vielä tuon alun huippukohdan eli YSTÄVÄT on se tärkein juttu. Oli myös todella sydäntälämmittävää saada kunniajäsenen titteli ja Liiton hopeinen ansiomerkki 2011.

- oletko kilpaillut

Olen kilpaillut ensimmäisen kerran Jämsän avoimissa joskus vuonna 1993 ja sinne mentiin. Ollin "Klein-bussilla" siis wolkkaripakulla ja sitä Olli korjaili matkalla ja bensaa se vei ihan hirveästi ja sitten tuo Dieseliä SM (vuotta en muista).

- onko ollut menestystä

SM hopeaa ja menestystä on ollut ihan jatkuvasti ☺

- mikä on saanut sinut pysymään taekwondossa näin pitkään

Niin no, hieman saatan toistaa, mutta ne YSTÄVÄT ja lajillehan se sydän sykkii edelleen.

- onko ollut motivaation puutetta, miksi, miten pääsit siitä eteenpäin

Ei oikeastaan motivaation puutetta, mutta tuli hetki jolloin halusin vaihtaa maisemaa ja siten myös pääsin eteenpäin.

- onko tavoitetta uralla, tulevaisuus?

Tässä vaiheessa on toive selvittää opettaja-asteelle ja jatkaa hyvänmielen "opetusta". Hyvin tehty työ ei tee ketään korvaamattomaksi ja kiire on hitailla. Hieman nämä ovat omanlaisia, omalaatuisia mottojani ja alkujaan ennen Taekwondon aloitusta. En siis kuvittele, ettei joku aina jatka, pistä hivenen paremmaksi ja kiireestä valittavat ihmiset on vain hitaita.

- onko TKD vaikuttanut sinuun ihmisenä

Kyllä, Taekwondo on antanut minulle foorumin tulla esiin ja löytää jotain itselle sekä opettanut jakamaan asioita.

- mikä on saanut pysymään seuratoiminnassa pitkään (hallitus)

Tuossa edellä tuli jo sivuttua tätä tärkeää foorumia: Tärkeintä on huolehtia seuran toimivuudesta ja dokumentoida se mahdollisimman visuaalisesti. Asioista vastaaminen ja ideoiminen tuntuvat vain edelleen omalta jutulta. Vihaan ”vallanpitoa eli virkavaltaisuutta”, eli pidän suorasta suunnitelmallisuudesta ja toteutuksesta. Ehkä vahvin vaikutus ja paasaus ovat menneet koko Perheen Taekwondo idean lanseeraamisessa eli aloitetun **työn** jatkamisessa.

- muuta?

Terveisiä opettajalleni Marcos Kuusjärvelle ja ”Taekwondoveljelleni” Halenin Terolle ja kaikille YSTÄVILLE ☺

-
K



Simo Jokinen potkii Mestari Kang Shin Chulin salilla 10.3.2012 Simo Partasen katsoessa

Muutamia potkuja nuoren Taekwondo yliopistoa käyvän nuoremiehen opastuksella, tämä oli kohteliaisuuskäynti, joten piti pistää parastaan. Valitettavasti henkilökohtaisen opettajamme nimi meni ohi korvieni. Systemi oli selkeä, ensin hän näytti tekniikan, sitten teki Simo Partanen ja viimeisenä oli minun vuoro.

Taekwondo on hyppypotkulaji, hyppypotkut vain leijuvat nykyisin matalammalla. Elämän voimat leijuvat ajatuksissa korkeammalla ja mieli on kuin kevätpuron vedellä, törmättyään esteeseen virtaa se vain ohi ja jatkaa notkeaa kulkuaan kohti suurempaa merta ja haihtuu lopulta taivaalle voidakseen aloittaa uuden matkan.

Simo Jokinen Taekwondo 1992–2012

Aika	Paikka	Tapahtuma
24.2.1992	Vihti	Aloitin Taekwondon
27.4.1992	Vihti	8 KUP Keltainenvyö
3.9.1992	Vihti	7 KUP
24.1.1993	Vihti	6 KUP Vihreävyö
8.5.1993	Jämsä	Ottelu Matsuru-Cup 3. sija
9.6.1993	Vihti	5 KUP
6-8.8.1993	Kuopio	Suurleiri
11–12.9.1993	Anttola	Tuomarikoulutus C-tuomari
18–19.9.1993	Mikkeli	Tuomari Suomi-CUP
lokakuu 1993	Pajulahti	Harrastaja TKD-valmentaja
8.11.1993	Vihti	4 KUP Sininenvyö
27.11.1993	Vihti	Tuomari Etelä-Suomen Avo.
30.1.1994	Tampere	Tuomari Tampere Open
20.2.1994	Jämsä	Tuomari Nuorten SM 1994
16–17.4.1994	Lahti	Tuomari SM 1994
15.5.1994	Turku	Tuomari Hyväntahdonkisa
16–19.6.1994	Lohja	Suurleiri
27.7.1994	Vihti	3 KUP
5-6.11.1994	Varalahti Tampere	TIK-valmentaja
18–20.11.1994	Varkaus	Suurleiri
25.11.1994	Kisakallio	Tuomarikoulutus
26.11.1994	Lohja	Santa Claus Open
21.1.1995	Helsinki	Tuomari Kaila-CUP
11.2.1995	Vihti	Tuomari Nuorten SM 1995
26.2.1995	Vihti	2 KUP Punainenvyö
26.3.1995	Turku	Tuomari Hyväntahdonkisa
1.4.1995	Kokemäki	Tuomari L-Suomen avoimet
22.4.1995	Jyväskylä	Tuomariseminaari
23.4.1995	Jyväskylä	Tuomari SM 1995
7.5.1995	Espoo	Tuomari Hwarang-CUP
25.5.1995	Lohja	Tuomari Ilveskisa
16–17.9.1995	Lohja	Mustienvöidenleiri
23–24.9.1995	Mikkeli	Suomi-CUP
13.10.1995	Lohja	Tuomariseminaari
14.10.1995	Lohja	Tuomari Santa Claus Open
8.12.1995	Vihti	1 KUP
3.2.1996	Solvalla	Mustienvöidenleiri
10.2.1996	Pori	Tuomari Finnish Open
24.2.1996	Tapanila	Nassikkapainivalmennus
16.3.1996	Lohja	Alueleiri
24.3.1996	Kokemäki	Tuomari L-Suomen avoimet
30.3.1996	Helsinki Pasila	Tuomariseminaari
31.3.1996	Espoo	Tuomari Nuorten SM 1996
20.4.1996	Helsinki	Ottelu Master SM 2. sija taistelijapalkinto

20.4.1996	Helsinki	Tuomari Stadi-CUP
21.4.1996	Helsinki	Tuomari SM 1996
11–12.5.1996	Pajulahti	Punaistenvöidenleiri
15–16.6.1996	Lahti	Action Camp
14–15.9.1996	Mikkeli	Tuomari Suomi-CUP
15–17.11.1996	Mikkeli	Talvileiri
30.11.1996	Mäntsälä	Tuomari Etelä-Suomen AM
31.1.1997	Vierumäki	1 DAN Kjosanim
1.2.1997	Vierumäki	Mustienvöidenleiri
15.2.1997	Pori	Finnish Open
8.3.1997	Kokemäki	Tuomari L-Suomen avoimet
15.3.1997	Porvoo	Tuomari Nuorten SM 1997
5.4.1997	Mikkeli	Tuomariseminaari
6.4.1997	Mikkeli	Tuomari SM 1997
8.5.1997	Lohja	Tuomari Diesel / Ilves SM
10–11.5.1997	Tanska	Tuomari Danish Open
12–15.6.1997	Vihti	Suurleiri kansainvälinen
21–24.8.1997	Tanska	Tuomari Wonderful Copenh.
27.9.1997	Lohja	Tuomari Santa Claus Open
8.11.1997	Espoo	Tuomari Hwarang CUP
21–23.11.1997	Kerava	Talvileiri
6-8.2.1998	Tampere	DAN-leiri
14.2.1998	Pori	Tuomari Finnish Open
6-8.3.1998	Hollanti	Tuomari Dutch Open
18.4.1998	Espoo	Tuomari SM 1998
21.5.1998	Riihimäki	Tuomari Diesel / Ilves SM
27–28.6.1998	Varkaus	Suurleiri
12–13.9.1998	Mikkeli	Tuomariseminaari B-tuomari
13.9.1998	Mikkeli	Tuomari Suomi-CUP
30.1.1999	Vihti	Tuomari Vihdin avoimet
6.2.1999	Pori	Tuomari Eliittikisat
28.2.1999	Ruotsi	Tuomari Olympiakarsinnat
6.3.1999	Kokemäki	Tuomari L-Suomen avoimet
10.4.1999	Helsinki	Tuomari Nelimaaottelu
1999 kevät	Klaukkala	Tuomari SM 1999
1999 syksy	Mikkeli	Tuomari Suomi-CUP
1.1.2000	Helsinki	A-tuomari
22.1.2000	Norja	Tuomari PM 2000
4.3.2000	Loviisa	Tuomarivastaava Avoimet
25.3.2000	Helsinki	Tuomari Viking Line Chall.
15–16.4.2000	Kuopio	Tuomari SM 2000
2001	Vihti	1. Kunniajäsen
6.9.2002	Mikkeli	Tuomarisääntöpäivitys
7.9.2002	Mikkeli	Tuomari Suomi-CUP
18.2.2006	Vihti	2 DAN
12–14.10.2007	Vihti	Mestari KO:n leiri
121.2008	Helsinki	Tuomari PM 2008
27.2.2009	Iisalmi	1. Juniorikurssi

4.4.2009	Vihti	3 DAN
8.8.2009	Iisalmi	Kihap leiri
13.3.2010	Iisalmi	Marcosin leiri
6.11.2010	Nurmijärvi	Tuomari SM 2010
19–20.11.2010	Iisalmi	Pikkujoululeiri Liiton pronssinen ansiomerkki
19.12.2011	Iisalmi	1. Kuntotaekwondoryhmä
14–15.5.2011	Tampere	SimUu
1.4.2011	Iisalmi	DAN-koe
2.4.2011	Iisalmi	Marcosin leiri
27.8.2011	Vihti	Liiton hopeinen ansiomerkki
9.10.2011	Iisalmi	Ohjaajakoulutus
10.3.2012	Etelä-Korea	Mestari Kang Shin Chulin salilla
11.3.2012	Etelä-Korea	Kukkiwon
2002–2008 Kisatuomaroinnit	Suomessa	... en merkinnyt muistiin
1996–1999 Vyökoepidot	Vihdissä	... useita vuosittain
2001–2012 Vyökoepidot	Iisalmessa	... useita vuosittain