



7.8.2023

## JUNIORIKARATEOHJE SYYSKAUDELLE 2023

### Jäsenrekisteri

Uuden juniorin/nuoren tiedot sekä huoltajien yhteystiedot täytetään Genbu-kain sähköiseen jäsenrekisteriin mahdollisimman nopeasti: <https://www.genbukai.fi/harjoittelu/juniorien-ja-nuorten-jasentietoloma/>

Käsitlemme henkilötietoja tietosuojalainsäädännön mukaisia tietosuojaperiaatteita noudattaen (tietosuoja.fi/henkilötietojen-kasittely). Lisätietoja hallitus@genbukai.fi.

### Harjoitusajat (muutoksia edelliseen vuoteen)

- Juniorit 1 (7–9 v.) ti 17.20–18.30 ja ke 17.20–18.30
- Juniorit 2 (10–13 v.) ma 17.30–18.30 ja ke 18.20–19.30
- Nuoret (14–18 v.) ma 16.30–17.30 ja to 17.15–18.30

### Tiedottaminen

Harjoituksista ja leireistä tiedotetaan vanhemmille pääasiallisesti WhatsApp ryhmän kautta. Huolehdiathan että olet mukana ”Genbukai junnutiedotus” -WhatsApp ryhmässä: vanhemmat lisätään siihen jäsenrekisterin perusteella. Jos juniori lopettaa harjoittelemisen ilmoitathan myös tästä yhteyshenkilöille.

### Ohjaajien yhteystiedot

- Juniorien pääohjaaja: Juha Kilponen, 6.dan kyoshi, 050 387 5756, juha.k.kilponen@gmail.com
- Nuorten pääohjaaja: Anssi Ulvinen, shihandai 6.dan kyoshi, 040 763 6246, a\_ulvinen@hotmail.com
- Hanna Ojala, 3. dan, 040 417 7805
- Jussi Lares, 2. dan, 040 534 2519
- Ilona Nissinen, 1. kyu, 045 652 2243

### Varusteet

Aluksi riittää t-paita, verryttelyhousut ja pyyhe. Karate-gi kannattaa hankkia peruskurssin aikana.

### Dojon osoite

Suvilahdenkatu 10 A 3.krs, 00580 Helsinki. Alaoven ovikoodi on 5183.

### **Kausimaksu (kausi = puoli vuotta)**

Juniorien ja nuorten kausimaksu on 160€, siitä saa 50 % sisaralennuksen, jos samasta perheestä on useampi harjoittelija. Jos perheestä harjoittelee myös aikuinen, kumpikin lapsi saa alennuksen, ja jos vain lapsia, niin 1. lapsi maksaa täyden maksun. Lähetämme laskun sähköpostitse jäsenrekisterissämme olevaan huoltajan sähköpostiosoitteeseen.

Natsakoemaksut ja vyökoemaksut maksetaan viitteellä 5319 Genbu-kain tilille  
IBAN: FI11 1309 3000 1121 10  
BIC: NDEAFIHH

Leiri-, natsa- ja vyökoemaksut ilmoitetaan aina erikseen.

### **Vakuutus**

Edellytämme että harjoittelijoilla on vakuutus, joka kattaa karatessa tapahtuneet vahingot. Sellaisen voi hankkia Karateliitolta verkkosivulla [www.suomisport.fi](http://www.suomisport.fi): osta lajisi lisenssi. Valitse laji: karate sekä seura: Budoseura Genbu-kai. Vakuutuksen ja lisenssin hinta on nuorelle 141 € vuodessa, lapselle 54 € vuodessa ja peruskurssilaiselle 44 € puoli vuotta. Keväällä kurssin aloittavien kannattaa hankkia kerralla koko vuoden vakuutus.

### **Budoseura Genbu-kai ry**

Soshi Yuji Matsuoi (8. dan hanshi) perusti budoseuramme vuonna 1979. Nykyinen nimi, Budoseura Genbu-kai, seuralla on ollut vuodesta 1985 lähtien. Budoseura Genbu-kai on Suomen karateliiton jäsen.

Seurassamme harjoitellaan perinteisiä tai perinteisiin pohjautuvia japanilaisia budolajeja. Aktiivisesti viikoittain harjoiteltavia lajeja ovat: Kokusai Shorinjiryu Karatedo, Shorinjiryu ryukyu kobujutsu (asetekniikat), Muso Jikiden Eishinryu Iaiheiho (miekkataito) sekä Nihon koryu bujutsu Mugenryu Heiho (Perinteiseen Japanilaiseen budoon pohjautuva taistelutaito; jujutsu, asetekniikat). Jokaisessa harjoiteltavassa lajissa harjoittelijan on tarkoitus kehittää osaamistaan tekniikan-, vartalon- ja mielenhallinnan osalta.

Nykyään ihmiset elävät usein hektisissä ympäristöissä ja rauhoittuminen/pysähtyminen voi olla hankalaa, mutta dojolla voi halutessaan jättää muut arjen asiat hetkeksi syrjään. Budoseura Genbu-Kai tarjoaa jokaiselle junnulle, nuorelle tai aikuiselle harjoitteluympäristön, jossa harjoittelijat huomioidaan yksilöinä, mutta etenkin lasten ja nuorten kohdalla harjoitellaan myös ryhmässä toimimista. Toiselle harjoittelu voi olla elämäntapa ja toiselle tapa harrastaa liikuntaa tai oppia itsepuolustustaitoja. Seurassamme kaikille on paikkansa.

[www.genbukai.fi](http://www.genbukai.fi)

7.8.2023

# Budoseura Genbu-kain juniorit

Ohjelma ja tapahtumia  
Syksy 2023



Vko	vkonpäivä	pvm	Aihe	
33	MA	14.8.	<b>Syyskauden ensimmäinen harjoitus</b>	
			Normaalit viikkoharjoitukset	
36	KE	30.8.	<b>Uusi peruskurssi alkaa</b>	
			Normaalit viikkoharjoitukset	
40	LA	7.10.	<b>Vyökoetekniikkaleiri I</b>	<b>!!</b>
			Normaalit viikkoharjoitukset	
42	MA-PE	16.10.–20.10.	<b>Syysloma, ei harjoituksia</b>	
			Normaalit viikkoharjoitukset	
44	KE	1.11.	Natsakoe, valk. vyö-3. kyu	
47	SU	26.11.	<b>Vyökoetekniikkaleiri II</b>	<b>!!</b>
			Normaalit viikkoharjoitukset	
50	KE	13.12.	Vyökoe, 5.-2.kyu	
51	MA	18.12.	Uusien vyöarvojen jako ja pikkujoulut	
		20.12. –9.1.2024	<b>Joulutauko, ei harjoituksia</b>	
			...	
2	KE	10.1.	Kevätkauden ensimmäiset harjoitukset	

Lisätietoja: Juha Kilponen (050-3875756), juha.k.kilponen@gmail.com  
Hanna Ojala (040-4177805), hanna.ojala91@gmail.com