

# HOKUTORYU JU-JUTSU KESÄLEIRI

PAJULAHTI 7-9.6.2024

## LEIRIPAikka

Pajulahti on Suomen Olympiakomitean virallinen valmennuskeskus (Olympic Training Center), joka kehittää kilpa-, huippu- ja kuntourheiluun liittyviä harjoitusolosuhteita, valmentajakoulutusta ja valmennusleiritystä. Pajulahteen pääsee tutustumaan heidän nettisivujen kautta [www.pajulahti.com](http://www.pajulahti.com). Pajulahteen voi ottaa mukaan myös perheenjäseniä, he saavat majoitus- ja ruokailupaketin leiriläisten hintaan.

## VYÖKokeet

Leirillä voi suorittaa kaikkia (Kyu & Mon) vyöarvoja. Vyökokeet pidetään lauantaina 8.6 klo 9.30.

## ILMOITTAUTUMINEN JA LEIRIMAKSU

Leirimaksu on 60€. Leirimaksu maksetaan tilisiirrolla Helsingin jujutsuklubin tilille FI58 2238 1800 0036 65, 17.5 mennessä (kuitti mukaan) tai leirin vastaanottoon ilmoittautumisen yhteydessä. Leirille ei tarvitse ilmoittautua ennakoon. Leirin vastaanotossa maksuvälineinä käyvät liikuntasetelit ja käteinen.

Leirivastaanotto aukeaa pe 7.6 klo 16:00 ja on auki koko leirin ajan. **Huom!** Leirivastaanotto on eri kuin Pajulahden liikuntakeskuksen vastaanotto.

## JUNIORIT

Juniorileiri on perjantaista sunnuntaihin, lisätiedot erillisessä esitteessä ([linkki](#)). Junnuleirin ohjaavat Sensei Matti Väisänen 3. Dan ja Sensei Nina Väisänen 1. Dan. Pajulahdesta löytyy tekemistä myös junnujen vanhemmille ja vanhemmat saavat majoitus- ja ruokailupaketin samaan hintaan kuin leiriläiset.



# HOKUTORYU JU-JUTSU KESÄLEIRI

PAJULAHTI 7-9.6.2024

## LEIRIN JOHTAJA

 SOKE AUVO NIINIKETO 10. DAN

## KOULUTTAJAT

Useita kansainvälisiä mestareita, sekä kotimaiset Hokutoryu ju-jutsun huiput.

## ULKOTREENIT

Osa harjoituksista pidetään sään salliessa ulkona, joten mukaan kannattaa valita ulkoliikuntaan sopivat jalkineet. Ulkoharjoituksissa voi olla ilman ju-jutsupukua.

## LUENTO

Perjantai-iltana Hanshi Timo Hirvonen luennoi Hokutoryu ju-jutsun historiasta. Luento on tarkoitettu kaiken tasoisille ju-jutsukoille ja myös leiriläisten seuralaiset ovat tervetulleita luennolle. Luento pidetään suomeksi.

## TUOMARIKOULUTUS

Kesäleirin yhteydessä pidetään C-tuomarikoulutus, C-lisenssin suorittaneet ovat oikeutettuja toimimaan arvostelutuomareina kansallisissa ju-jutsukilpailuissa. Tuomarikoulutukseen voivat osallistua kaikki vähintään vihreävoiset ju-jutsukat. Koulutus on tarkoitettu sekä tuomariksi pyrkiville, että heille, joiden tuomarilisenssi on vanhentunut. Myös ne ju-jutsukat, jotka haluavat vain laajentaa tietämystään kilpailutoiminnasta ovat tervetulleita mukaan.



# HOKUTORYU JU-JUTSU KESÄLEIRI

PAJULAHTI 7-9.6.2024

## AIKATAULU

Perjantai 7.6.

14.00 - 16.30 Tuomarikoulutus  
15.00 Sisäänkirjautuminen alkaa  
16.00 Leirin vastaanotto aukeaa  
17.00 - 18.30 Kaikki vyöarvot  
18.30 - 20.00 Päivällinen  
18.00 - 22.00 Rantasauna  
20.00 - 21.00 Luento auditoriossa

Lauantai 8.6.

06.30 Kaikille halukkaille ohjattu voimistelu ja aamu-uinti  
07.15 - 09.15 Aamiainen  
09.30 - 11.00 Vyökokeet  
11.00 - 12.20 Valkoiset, keltaiset ja oranssit  
11.00 - 13.30 Lounas  
12.20 - 12.40 Avajaiset  
12.45 - 14.10 Vihreät, siniset, ruskeat ja mustat  
14.15 - 15.40 Valkoiset, keltaiset ja oranssit  
15.45 - 17.10 Vihreät, siniset, ruskeat ja mustat  
16.30 - 19.00 Päivällinen  
18.00 - 22.00 Rantasauna  
Iltaohjelman aikataulu tarkentuu lähempänä leiriä.

Sunnuntai 9.6.

06.30 Kaikille halukkaille ohjattu voimistelu ja aamu-uinti  
07.15 - 08.00 Aamiainen  
08.30 - 10.00 Kaikki vyöasteet  
10:00 - 10:45 Huoneiden luovutus  
10.45 - 12.00 Kaikki vyöasteet  
12:00 - 13:30 Lounas



# HOKUTORYU JU-JUTSU KESÄLEIRI

PAJULAHTI 7-9.6.2024

## MAJOITUS LIIKUNTAKESKUS PAJULAHDESSA

Hinnat täysihoidolla (2 x päivällinen, 2 x aamiainen ja 2 x lounas), suluissa 6-16v hinnat:

- opistotason jaetussa 2-4hh: 152 €/hlö (142€)
- hotellitason jaetussa 2hh: 182 €/hlö (162€)

Majoituspaikkoja on rajoitetusti, huonevaraukset suoraan Pajulahdesta [tämän linkin](#) kautta niin kauan kuin huoneita on, tai viimeistään 19.5.

1 hengen huoneet: Leirille odotetaan suurta osanottajamäärää, joten Pajulahti ei valitettavasti vielä tässä vaiheessa voi myydä 1 hengen huoneita. Majoitusvarauslinkki sulkeutuu 19.5.24, ja tuolloin he näkevät minkä verran 1 hengen huoneita saadaan. Tee ja maksa varauksesi haluamaasi majoitustasoon ja merkitse lisätietokenttään toive 1 hengen huoneesta, niin Pajulahti ilmoittaa vapautuneista huoneista varausjärjestyksessä ilmoittautumisajan päätyttyä. 1 hengen huoneen lisämaksu on 30 €/yö.

Lisätietoja majoituksesta Liikuntakeskus Pajulahti Sari Mikkola sari.mikkola@pajulahti.com, +358 44 7755 210.

Leirille osallistuminen ei välttämättä edellytä majoittumista Pajulahdessa, mutta se on suotavaa, sillä ruokailu, sauna ym. oheisaktiviteetit ovat ei-majoittuville maksulliset. Myös leiriläisten kumppaneilla ja perheenjäsenillä, jotka eivät osallistu leirin harjoituksiin, on mahdollisuus viettää mukava viikonloppu Pajulahdessa ja majoittua edulliseen ju-jutsuhintaan.

## LISÄTIEDOT

[www.hokutoryu.com](http://www.hokutoryu.com)

Hokutoryu HQ:  
info@hokutoryu.com  
+358 9 694 6554 (arkisin klo 13-20)

Auvo Niiniketo  
+358 400 552 111

