

# LOHJAN TAEKWONDO-SEURA RY:N TOIMINTAKERTOMUS 2015

## TOIMINTA

Vuosi 2015 oli Lohjan Taekwondo-seuran kahdeskymmenesseitsemäs toimintavuosi. Olimme Suomen Taekwondoliitto Ry:n, sekä Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu Ry:n jäsenseuroja.

## TALOUS

Seuran talous oli hyvä. Jäsenmaksut ja vyökoemaksut yhdessä yritysten kannatusmaksujen kanssa muodostivat seuran pääasialliset tulonlähteet. Saimme yrityksiltä kannatusmaksuja edellisvuosia enemmän, kun lähdimme heidän kanssaan tukemaan lohjalaisten lasten ja nuorten liikuntaa taekwondon aloittamisessa. Iso kiitos Nicolor Oy, Lohjan Sähkö ja Automaatio Oy, Manun Lasi & Rengas Ky, Euroflow Oy, Menekit Suomi Oy, sekä RKS Isännöintipalvelu Oy! 😊

## HALLITUS

Seuran johtokunta muodostui viidestä jäsenestä: Tanja Flythström, puheenjohtaja, Robert Engström, varapuheenjohtaja, Markku Vuorikoski, rahastonhoitaja, sekä jäsenet Visa Ahola ja Jouni Kaarakainen. Seuran hallitus kokoontui yhteensä kuusi kertaa toimintavuoden 2015 aikana.

## JÄSENISTÖ

Seurassamme aktiivisia harrastajia oli 52 henkilöä, ikähaarukan asettuessa 6-59 vuoden välille. Tyttöjä/naisia oli 14 ja poikia/miehiä 38. Lisäksi syksyn alkeiskurssilla ja kuntotaekwondossa kävi ihmisiä tutustamassa taekwondo.

Harjoituksia pidettiin neljänä päivänä viikossa, 6-7 eri harjoitusvuoroa viikossa syys- ja kevätkaudella, Ojamon koululla, Asemanpellon koululla, sekä Tennarin tatamisalissa. Kesän ajan 1.6.–16.8.2015 treenasimme kaksi kertaa viikossa Tennarissa.

## ALKEISKURSSIT

Uusia alkeiskursseja aloitettiin vuoden aikana yksi. Kurssi alkoi 30.8.2015 Tennarissa ja treenit olivat tiistaisin Ojamon koululla ja sunnuntaisin Tennarissa. Ohjaajana ryhmällä toimivat Kimmo Heinonen 2.dan, Aleks Holmström 1.dan ja Robert Engström 1.dan. Saimme 29.11.2015 uusia keltavöisiä seuraamme 13 kpl. Positiivista oli, että parisenkymmentä eri ihmistä kävi kurssin aikana harjoituksissa.

## GRADUOINNIT

Värivoille pidettiin vuoden aikana neljä vyökoetta. Vyöarvoaan kävi korottamassa 12 harrastajaa.

17.–18.4.2015 saimme kaksi uutta mustaa vyötä seuraamme ja yhden uuden 2.danin mustan vyön. Asemanpellon koululla järjestetyssä kokeessa 1.danin saavuttivat Milla Herckman ja Robert Engström. 2.danin saavutti Kimmo Heinonen.

## **PALKITUT HARRASTAJAT**

Seuramme harrastajat palkittiin pikkistreenien yhteydessä 13.12.2015 Tennarin tatamisalissa. Maria Ahmed (Budokwai Turku) ohjasi zumbataekwondo harrastajille ja heidän perheenjäsenilleen. Pikkistreeneihin osallistui yli 40 henkilöä hymyssä suin. Lopuksi nautittiin Tomin leipomia joulutorttuja, suklaata ja muita herkkuja mehun kera.

- Vuoden harrastaja 2015: Enna Turunen
- Vuoden harrastaja 2015: Richard Engström
- Vuoden harrastaja 2015: Jari Harjunpää

## **KILPAILUT 2015**

Susanne Sainio osallistui 19.9.2015 SM-kilpailuihin Eurassa ja voitti omassa sarjassaan Naiset -73 kg SM-pronssia. Todella hieno saavutus Susannelle pitkän ajan jälkeen ja myös hienoa seuralle, koska edellisestä ottelun SM-mitalista on jo jonkin verran aikaa.

## **TUOMARITOIMINTA**

Tuomaritoiminnassa oli totuttuun tapaan aktiivisena Jouni Kaarakainen, joka tuomaroï vuoden aikana yhteensä neljässä kotimaisessa ottelukilpailussa.

- Liigakilpailut, Loviisa 14.03.2015
- Liigakilpailut, Nurmijärvi 11.04.2015
- SM-kilpailut, Eura 19.09.2015
- Liigakilpailut, Nurmijärvi 14.11.2015

## **LEIRIT**

Osallistuimme Sim Uu –leireille keväällä ja syksyllä.

## **KOULUTUKSET**

Markku osallistui Helsingissä Kukkiwon-tapaamiseen, jossa käsiteltiin vyökoe uudistuksia.

## **OHJAAJATOIMINTA**

Seuramme ohjaajat kokoontuivat vuoden aikana useamman kerran palavereiden ja treenien merkeissä. Joka toinen perjantai järjestettiin yhdessä Vihdin seuran kanssa Asemanpellon koululla harjoitukset punaisille ja mustille vöille.

## **KUNTOTAEKWONDO**

Syksyllä 2014 aloitettua kuntotaekwondoä jatkettiin koko vuoden 2015. Kuntotaekwondosta vastasi Markku Vuorikoski. Kuntotaekwondo oli suunnattu yli 12-vuotiaille kaiken kuntosille ja taustaisille ihmisille. Tarkoituksena oli innostaa ”vanhoja” seuran harrastajia aloittamaan kuntoilu uudestaan, innostaa uusia ihmisiä lajin ja kuntoilun pariin, sekä parantaa seuran jäsenten kuntoa ja yhteishenkeä.

## **MUU TOIMINTA**

Osallistuimme vuoden aikana Liikuntakeskuksen järjestämiin Talvisäpinöihin 17.2 ja Liikuntaleiriin 3.6, Lohjan kaupungin Ranta 15 – tapahtumaan 14.8, sekä Lohjan Urheilumessuille 21.–22.8.

Lohjalla 31.3.2016

Tanja Flythström  
Lohjan Taekwondo-seuran puheenjohtaja