



**LEPPÄVAARAN
BUDOSEURA**

Toimintakäsikirja

Tässä toimintakäsikirjassa kuvataan Leppävaaran budoseuran, Lebudon, toimintaa niin harjoittelijoiden, harjoitusten ohjaajien, hallituksen kuin toimihenkilöidenkin osalta. Toimintakäsikirjan avulla seuran jäsenet ja kulloinenkin hallinto pystyvät läpinäkyvästi ja selkein säännöin toimimaan yhdessä. Toimintakäsikirjaa tulee päivittää tarvittaessa.

Toimintakäsikirjan ja sen liitteiden kieli on suomi; dokumenteista pyritään tarjoamaan englanninkieliset käännökset – vähintään pyritään tarjoamaan tiivistelmä harjoittelijoille ja jäsenille keskeisistä osista.

Hyväksytty seuran hallituksen kokouksessa

13.1.2026



Sisällys

1. Seuran tiedot	3
1.1. Yhteystiedot	3
1.2. Toiminta-ajatus	3
1.3. Toimintaympäristö	3
1.4. Seuran visio ja arvot	3
1.5. Seuran eettiset linjaukset	4
2. Harjoittelu Leppävaaran budoseurassa	4
2.1. Lebudon lajit lyhyesti	5
2.2. Lebudo-spirit	5
2.3. Harjoitusten järjestelyt ja tilat	6
2.4. Harjoittelun tavoitteet ja menetelmät	6
2.5. Ohjaajien pätevyys, edellytykset ja vastuut	6
2.6. Harjoittelun edistymisen seuranta	7
2.7. Harjoittelijan velvollisuudet	7
2.8. Alaikäisten harjoittelu seurassamme	9
2.9. Harjoitusvarusteet	10
2.10. Antidoping ja päihteettömyys	11
2.11. Kilpailutoiminta	11
3. Seuran hallinto	12
3.1. Hyvä hallintotapa	12
3.2. Seuran sääntöjen voimassaolo	13
3.3. Organisaatio	13
3.4. Viestintä ja sosiaalinen media	14
3.5. Lebudon vuosikello	14
3.6. Jäsenyys	15
3.7. Tietosuoja	16
3.8. Yhteydet muihin sidosryhmiin	16
4. Toiminnan kehittäminen	16
5. Liitteet ja liittyvät dokumentit	17
Liite 1. Turvallisemman tilan periaatteet	17
Liite 2. Dojo-etiketti	17
Liite 3. Harjoittelijan polut	17
Liite 4. Valmennuslinja ja opetussuunnitelma	17
Liite 5. Tehtäväkuvaukset	17
Muutosluettelo	17



1. Seuran tiedot

1.1. Yhteystiedot

Nimi	Leppävaaran budoseura ry (Lebudo)
Kotipaikka	Espoo
Perustamisvuosi	2004
Y-tunnus	2105910-8
Verkkosivut	www.lebudo.net
Laskutusosoite	lebudo@gmail.com / Aamuruskonkuja 12, 02480 Kirkkonummi
Yhteystiedot	lebudo@gmail.com

1.2. Toiminta-ajatus

Seuran tarkoituksena on edistää ja levittää budolajien harrastamista, kohottaa jäsentensä fyysistä kuntoa ja terveyttä, sekä herättää ja kehittää budohenkeä.

1.3. Toimintaympäristö

Seuran pääsääntöinen toiminta tapahtuu Espoon kaupungin alueella.

Seura hyväksyy jäseneksi kenet tahansa kriteerit täyttävän henkilön maantieteellisestä sijainnista huolimatta.

Seura toivottaa kaikki Suomen kendoseurojen keskusliiton (Finnish Kendo Association, FKA) jäsenseurojen harjoittelijat tervetulleeksi vierailemaan harjoituksiinsa.

1.4. Seuran visio ja arvot

Toimintaa ohjaava visio: Leppävaaran budoseura on japanilaisen miekkailun alalla arvostettu toimija. Seuran jäsenet kokevat harjoitukset innostaviksi, kehittäviksi ja turvallisiksi. Seuran opetus on laadukasta, mikä näkyy jäsenistön tyytyväisyytenä sekä myös jäsenten kilpailumenestyksen kautta.

Seuran arvoja kuvaava "Lebudo-spirit" koetaan omaksi kautta jäsenistön. Lebudo-spirit tarkoittaa asennetta ja ilmapiiriä, jossa jokainen harrastaja tuntee olevansa arvokas osa yhteisöä. Se tarkoittaa harjoittelua, joka on yhtä aikaa tavoitteellista ja rentoa, turvallista sekä fyysisesti että henkisesti. Kaikkia kohdellaan tasavertaisesti ja kannustavasti. Vetäjät ja harrastajat tukevat toisiaan, kunnioittavat erilaisia taustoja ja tasoja, ja pitävät huolta siitä, että harjoittelu pysyy innostavana ja avoimena kaikille.

Tiivistettynä seuran arvot ovat:

- Yhteisöllisyys ja yhteenkuuluvuus: ketään ei jätetä ulkopuolelle
- Kunnioitus ja tasa-arvo: budolajien hierarkiasta huolimatta kaikki ovat yhtä arvokkaita
- Tuki ja kannustaminen: autamme kaikkia kehittymään omien tavoitteidensa mukaisesti



- Rento mutta tavoitteellinen ilmapiiri: harjoittelemme kehittyäksemme, mutta rennossa hengessä
- Turvallisuus ja hyvinvointi: harjoitukset ja tapahtumat ovat turvallisia sekä fyysisesti että henkisesti

1.5. Seuran eettiset linjaukset

Seuran eettiset periaatteet on johdettu Suomen Kendoseurojen Keskusliiton eettisistä periaatteista. Nämä arvot ovat:

1. Toisen ihmisen elämän ja henkilökohtaisten ominaisuuksien kunnioitus
2. Terveysten ja hyvinvoinnin edistäminen
3. Kasvatuksellinen vastuu
4. Avoimuus, demokraattisuus, rehellisyys ja oikeudenmukaisuus
5. Kaikkien tasavertainen oikeus liikuntaan
6. Monikulttuurisuus ja suvaitsevaisuus
7. Dopingin vastaisuus
8. Väkivallattomuus
9. Syrjivän häirinnän ehkäiseminen
10. Vastuullinen hallinto

2. Harjoittelu Leppävaaran budoseurassa

Seurassa voi harjoitella kendoa, iaidoa sekä jodoa kuten Japanin kendoliiton (All Japan Kendo Federation, Zen Nihon Kendo Renmei) alaisuudessa lajeja opetetaan. Kaikkien lajien harjoitteluun suosittelemme 15 vuoden ikää. Ikärajoitusta harrastamiselle ei ole, mutta nuoren keskittymiskyky ja kärsivällisyys tulee arvioida ohjaajan ja hänen huoltajansa kesken, jos harjoittelu halutaan aloittaa nuorempana. Seurassamme voivat harjoitella kaikki sukupuolesta, kansallisuudesta, äidinkielestä tai muista henkilökohtaisista ominaisuuksista riippumatta.

Alla lyhyt yhteenveto siitä, mitä eri tasoilla harjoittelemisen tarkoittaa. Harjoittelijan polku on kuvattu tarkemmin dokumentissa *Liite 3 - Harjoittelijan ja ohjaajan polut*.

1. **Harrastuksen aloittaminen:** peruskurssi
 - Peruskurssilla opitaan turvallinen harjoittelu ja varusteiden käyttö, salikäyttäytyminen, aseiden käsittelyn perusteita ja opetellaan valmiuksia edistyneeseen harjoitteluun.
 - Peruskurssin aikana suoritetaan ensimmäiset tasokokeet, graduoinnit, esim. 6. tai 5. kyu.
2. **Perusteiden opettelu:** kyu-arvot
 - Harjoittelijat osoittavat edistymisensä kyu-graduoinneissa, joissa myönnetään uusia kyu-arvoja.
 - Kyu-arvot alkavat 6:sta kyusta ja päättyvät 1. kyuhun.
 - Seurassamme noudatetaan Suomen Kendoseurojen Keskusliiton kyu-graduointisääntöjä
 - Kyu-tasoiset harjoittelijat saavat paljon ohjausta harjoitusten ohjaajilta.
3. **Elinikäinen kehittyminen:** Dan-arvot



- 1. kyun saavuttaneet voivat osoittaa edistymisensä dan-graduoinneissa.
- Dan-arvot alkavat 1. danista ja päättyvät 8. daniin.
- Dan-arvot tunnustetaan kansainvälisesti ja seuraamme Japanin kendoliiton, Kansainvälisen kendoliiton ja Euroopan kendoliiton sääntöjä.
- Dan-tasoinen harjoittelija saa edelleen opastusta, mutta ottaa nousujohteisesti enemmän vastuuta omasta kehitymisestään.
- Dan-tasoisilta harjoittelijoilta edellytetään toimimista hyvänä esimerkkinä.
- Kannustetaan aloittamaan ohjaajan polulla.

2.1. Lebudon lajit lyhyesti

2.1.1. Kendo (剣道)

Moderni kendo on kontaktilaji, jota harjoitellaan suojavarusteet päällä bambumiekan kanssa. Se on kamppailulaji, jossa otellaan toista vastaan. Harjoitteluun kuuluu myös kata-harjoittelua, parin kanssa tehtävien liikesarjojen muodossa.

2.1.2. Iaido (居合道)

Iaido on perinteinen japanilainen budolaji, jossa harjoitellaan miekan vetämistä ja sillä leikkaamista yhtenä liikkeenä. Iaidon harjoittelu koostuu erilaisista kata- eli liikesarjoista ja leikkausharjoituksista kuvitteellista vastustajaa vastaan.

Seurassamme harjoitellaan Japanin Kendoliiton määrittelemää 12 katan kokoelmaa (Zen Nihon Kendo Renmei lai). Iaidoharjoittelu aloitetaan puumiekalla, mutta nopeasti peruskurssin jälkeen on mahdollista hankkia metallinen harjoitusmiekka. Myöhemmin mukaan tulee myös ns. vanhoista koulukunnista (jap. *koryu*) tulevia tekniikoita.

2.1.3. Jodo (杖道)

Jodo, eli kepin tie, keskittyy kepin käyttämiseen miekkailijaa vastaan. Jodon perusteisiin kuuluu 12 yksilöharjoitetta (Kihon Tandoku) ja 12 pariharjoitetta (Kihon Sotai). Kun perustekniikat ovat hallussa, siirrytään harjoittelemaan Japanin kendoliiton (Zen Nihon Kendo Renmei) 12 kataa eli ennalta sovittua liikesarjaa. Myöhemmin mukaan tulee myös ns. vanhoista koulukunnista (jap. *koryu*) tulevia tekniikoita.

2.2. Lebudo-spirit

Seuramme keskeisenä arvona on hyvä yhteishenki, Lebudo-spirit. Tämän periaatteisiin kuuluu se, että kaikki harjoituksiimme osallistuvat ovat arvokkaita ja vaikka harjoittelemme vakavasti, pidämme yhdessä hauskaa. Seurassamme ja harjoituksissamme on miellyttävää olla ja kaikki yksilöt otetaan huomioon.

Yksilölajien harjoittelun voi helposti mieltää yksinäiseksi puuhaksi mutta seurassa autamme kaikkia kehittymään ja kasvamaan yhdessä. Yhteishenki rakentuu myös harjoitusten ulkopuolella, pukuhuoneissa, yhteistapahtumissa ja sosiaalisen median kanavissa.

Seuran virallisen tiedotuskanavan (sähköpostilista) lisäksi kaikkia jäseniä ja harjoittelijoita kannustetaan liittymään seuran WhatsApp-ryhmiin niiden mahdollistaman kevyemmän



keskustelun ja harjoitusten välillä tapahtuvan epävirallisen yhteydenpidon mahdollistamiseksi.

2.3. Harjoitusten järjestelyt ja tilat

Harjoituksesta vastaa kulloinkin paikalla olevista kokenein tai lajin vanhimman osoittama henkilö. Harjoitukset voi ohjata myös erikseen sovittu henkilö.

Seuramme harjoittelee liikuntasaleissa. Espoon kaupungin liikunnan tilavarausten verkkopalvelussa on näkyvissä kaupungin salien virallinen varaustilanne. Harjoitustilojen tulee soveltua lajiharjoitteluun. Harjoitustiloissa tulee olla turvallinen ja soveltuva alusta, esimerkiksi parketti- tai urheilulattia, sekä riittävästi ilmatilaa aseiden heilauttamiseen. Harjoitustilojen yhteydessä on oltava vähintään kahdet sosiaalitilat.

Harjoitusvuoroista ilmoitetaan hyvissä ajoin uutiskirjeellä ja seuran verkkosivuilla. Mikäli harjoitusvuoroihin tulee muutoksia kuten peruutuksia, niistä pyritään tiedottamaan välittömästi seuran WhatsApp-ryhmän ja sähköpostilistan kautta. Peruutusten sattuessa korvaavista vuoroista ilmoitetaan samoja kanaviapitkin. Tästä syystä jokaisen jäsenen suositellaan liittyvän seuran postituslistalle.

2.4. Harjoittelun tavoitteet ja menetelmät

Ensisijainen tavoite on edistää jäsenten lajiosaamista. Tämän tueksi on laadittu valmennuslinja ja lajikohtaiset opetussuunnitelmat.

Opetusmenetelmät ovat yleisesti lajiyhteisöissä käytössä olevia harjoituksia, niiden sovelluksia ja niistä koostuvia kokonaisuuksia. Budolajeille ominaiseen tapaan opetus on kurinalaista ja ohjaajalla on suuri vastuu harjoittelijoista.

Varsinaisten harjoitusten lisäksi seura kannustaa oheisharjoitteluun ja pyrkii tarjoamaan ohjeita ja tempauksia, joilla kotona voi kehittää omaa osaamistaan. Ketään ei velvoiteta oheisharjoitteluun, eikä sen tekemistä tai tekemättä jättämistä seurata, eikä se vaikuta mitenkään harjoittelijan asemaan. Seuran resursseista johtuen ei ole mahdollista järjestää seuran resurssein ohjattua oheisharjoittelua.

2.5. Ohjaajien pätevyys, edellytykset ja vastuut

Seuran harjoituksia ohjaavat kokeneet lajien harrastajat, jotka ovat pääsääntöisesti seuran omia jäseniä, joilla on usean vuoden kokemus lajista. Ohjaajat eivät saa korvausta harjoitusten ohjaamisesta vaan he toimivat vapaaehtoisina ja omasta tahdostaan.

Yksittäisestä harjoituskerrasta vastaa paikalla olevista kokenein tai lajin vanhimman osoittama henkilö. Tämä voi olla myös vieraileva kokenut harrastaja toisesta liiton jäsenseurasta tai erittäin kokenut ulkomainen opettaja. Peruskurssilla ohjaajana toimii erikseen sovittu ohjaaja.

Ohjaajat ovat tutustuneet seuran valmennuslinjaan ja lajikohtaisiin opetussuunnitelmiin (*Liite 4 - Valmennuslinja ja opetussuunnitelma*) ja he toimivat näiden pohjalta. Ohjaajien



käyttäytymisen tulee olla esimerkillistä ja oikeudenmukaista. Poikkeustilanteessa ohjaajalla on oikeus määrätä harjoitus keskeytettäväksi ja hän voi tyhjentää salin turvallisuussyistä.

Ohjaajia kannustetaan pyytämään palautetta ohjaamisestaan harjoituksista niihin osallistuneilta sekä kehittämään omaa osaamistaan esimerkiksi osallistumaan FKA:n ohjaajakoulutuksiin. Harjoitusten ohjaamisesta kiinnostuneita pyydetään olemaan yhteydessä lajin vanhimpaan ja kokeneempiin ohjaajiin.

Harjoittelijan ja ohjaajan polut on kuvattu erikseen dokumentissa *Liite 3 - Harjoittelijan ja ohjaajan polut*.

2.6. Harjoittelun edistymisen seuranta

Seura pyrkii järjestämään vuosittain kyu-graduointitilaisuuksia muun muassa peruskurssien yhteydessä. Seura ja lajivastaavat huolehtivat siitä, että seuran jäsenistössä on aina riittävä määrä graduointilisenssin omaavia jäseniä kyu-graduointiraadin perustamista varten.

Kaikkiin kyu-graduointeihin vaaditaan ohjaajan suositus. Tällä pyritään varmistamaan se, että vyöarvoa yrittävällä henkilöllä on onnistumisen edellytykset.

Kendoliiton lisenssin omaavat harjoittelijat voivat osallistua muiden suomalaisten seurojen tai kendoliiton järjestämällä leirillä järjestettävään graduointiin saavuttaakseen korkeamman kyu- tai dan-arvon.

Omaa kehitystään voi seurata myös kilpailumenestyksen perusteella. Osallistuminen kilpailuihin on kuitenkin vapaaehtoista ja kunkin itse päätettävissä.

2.7. Harjoittelijan velvollisuudet

2.7.1. Vakuutusturva

Jokaisella harjoittelijalla on oltava voimassa oleva budolajit kattava vakuutus. Tämän voi hankkia itse, tai ostaa Suomisportista kendoliiton vakuutuksellisen lisenssin.

2.7.2. Turvallinen harjoittelu

Oikein tehtynä harjoittelu on turvallista. Liikuntaharrastuksissa tapahtuu satunnaisia nyrjähdyksiä, viiltoja ja mustelmia. Seuran ohjaajilla on ensiapulaukkuja, mutta jokaisen harrastajan tulisi mieluusti varustautua laastareilla, tukisiteillä, kylmäpakkauksilla ja muilla tarvikkeilla oman tarpeen mukaan. Seura pyrkii siihen, että jokaisessa harjoituksessa olisi ensiaputaitoinen henkilö paikalla, mutta tätä ei voida aina taata.

Harjoituksissa noudatetaan seuraavia turvallisuussääntöjä:

1. Kaikkia aseita käsitellään kuin ne olisivat teräviä
2. Varmista, että sinulla on riittävästi tilaa harjoitella turvallisesti
3. Katso ennen kuin toimit
4. Liiku ennakoitavasti ja salin seinustaa seuraten
5. Joutuessasi ohittamaan harjoittelijan, kiinnitä hänen huomionsa ennen ohittamista



Kaikista loukkaantumisista tulee ilmoittaa harjoituksen ohjaajalle. Harjoituksen ohjaaja kirjoittaa loukkaantumisesta todistuksen, jota vakuutusyhtiö voi pyytää päätöstään varten.

Harjoittelun aikana jokaisella harjoittelijalla on velvollisuus keskeyttää oma harjoittelu ja ilmoittaa harjoituksen vetäjälle, jos havaitsee harjoittelua vaarantavan uhan. Mikäli harjoittelija joutuu jättämään harjoituksen kesken, hänen tulee ilmoittaa siitä aina harjoituksen ohjaajalle.

Jos harjoittelija havaitsee tai häneen kohdistuu epäasiallista käytöstä, tai harjoittelija havaitse tiloissa tai välineissä puutteita, tai hänen huomionsa kiinnittyy muuhun vakavaan epäkohtaan, asiasta tulee ilmoittaa heti.

Harjoituksissa noudatetaan turvallisemman tilan periaatteita, jotka on esitetty *Liitteessä 1 Turvallisemman tilan periaatteet*. Harjoituksista harjoittelijan näkökulmista voi lukea tarkemmin dokumentissa *Liite 2 - Dojoetiketti*.

Harjoituksen vetäjä voi turvallisuussyistä poistaa henkilön salista.

2.7.3. Terveystilaan liittyvät rajoitukset harjoittelussa

Oikein tehtynä lajimme harjoittelu on turvallista. Jokainen harjoittelija harjoittelee oman tasonsa ja jaksamisensa mukaan. Jokainen on velvollinen ottamaan huomioon oman terveydentilansa ja kehitykselliset, fyysiset sekä psyykkiset rajoitteensa. Harjoituksen vetäjän ei oleteta olevan terveydenhoidon ammattilainen eikä hänen voi olettaa huomaavan muiden rajoitteita, vaan jokaisen tulee itse huolehtia siitä, että oma harjoittelu pysyy itselle sopivissa rajoissa.

Mikäli terveydentilaan liittyvä rajoite edellyttää mahdollisia toimenpiteitä (esim. diabetes tai epilepsia), harjoittelijan on kerrottava toimintaohjeet harjoituksen ohjaajalle ennen harjoituksen alkua. Ohjaajat käsittelevät henkilökohtaisia terveystietoja luottamuksellisina eivätkä jaa niitä muiden harrastajien eikä ohjaajien kanssa ilman lupaa.

Seura ei voi vaatia toimintaohjeita tai terveydentilaan liittyviä tietoja itselleen, mutta harjoittelijoita kannustetaan kertomaan ohjaajalle aina, jos jokin tekijä rajoittaa heidän harjoitteluaan harjoituskerran aikana - tällöin harjoituksissa voidaan huomioida rajoitteet tai tarjota vaihtoehtoisia harjoituksia.

2.7.4. Varusteiden kunnossapito

Jokainen harjoittelija vastaa omien varusteidensa hankkimisesta ja ylläpitämisestä itse. Tämä on tärkeä osa jokaisen lajiosaamista. Omien varusteiden kunto tulisi tarkastaa ennen harjoituksen alkamista. Harjoituksen ohjaaja voi rajata puutteellisen tai viallisen varustuksen omaavan harjoittelijan pois tietyistä harjoitteista, tai järjestää tälle sellaisen harjoitteen, jonka hän pystyy varusteillaan suorittamaan.

Mikäli harjoittelijan varusteiden kantaminen ja kunto eivät mahdollista harjoituksen tekemistä, tai aiheuttavat vaaraa, harjoittelijan velvollisuus on ilmoittaa tästä ja keskeyttää harjoittelu, kunnes on saanut korjattua tilanteen. Ketään ei poisteta harjoituksista puutteellisen varustuksen vuoksi, mutta osan harjoituksista voi tehdä vain sopivilla varusteilla.



Peruskurssilla opetetaan aseiden huoltaminen. Jokainen harjoittelija on velvollinen huolehtimaan aseidensa kunnosta. Viallisella aseella harjoittelu aiheuttaa vaaran muille. Mikäli minkä tahansa varusteen huoltamiseen tarvitaan apua, edistyneemmät harjoittelijat antavat neuvoja.

Kaikkia varusteita tulisi kuljettaa suojattuna saapuessa ja poistuessa harjoituksista. Miekoille, sauvoille ja boguille on olemassa tarkoitusta varten suunniteltuja laukkuja. Metallimiekkoja (iaidot ja shinkenit) tulee kuljettaa suljetussa miekkapussissa, joka on suljetun miekkalaukun sisällä. Harjoitusvälineistä kerrotaan lisää alla kohdassa "Harjoitusvarusteet".

2.8. Alaikäisten harjoittelu seurassamme

2.8.1. Nuoren asema harjoituksissa

Leppävaaran budoseurassa kaikki harjoittelevat keskenään - iästä, sukupuolesta, vyöarvosta, tai muista tekijöistä riippumatta. Suositusikä harjoitusten aloittamiseen on 15 vuotta, mutta tästä voidaan tapauskohtaisesti joustaa. Jokainen on ihmisenä samanarvoinen iästä riippumatta. Seurassamme tämä tarkoittaa sitä, että kehitysehdotukset paitsi aikuisilta, myös alaikäisiltä huomioidaan samanarvoisina. Joihinkin seuran tehtäviin ja äänioikeuteen kokouksissa on täysi-ikäisyysvaatimus.

Ohjaajat vastaavat tarvittaessa eritasoisten ryhmien muodostamisesta harjoituksen sisällä. Harjoitteet ovat samoja kaikille ottaen huomioon harjoittelijoiden kyvyt ja mahdolliset vammat. Esimerkiksi graduoinneissa alaikäisiltä edellytetään samoja suoritteita kuin aikuiselta samaa vyöarvoa graduoivalta henkilöltä.

2.8.2. Alaikäisten saapuminen ja poistuminen harjoitussalista

Alaikäisten harjoittelijoiden saliin saapumista tai salista poistumista ei seurata; tämä on harjoittelijan huoltajan vastuulla. Harjoituksiin voi saapua itsenäisesti tai huoltajan saattamana. Ohjaaja ei estä alaikäistä lähtemästä salista esimerkiksi kesken harjoituksen.

Mikäli alaikäisellä on terveydellinen haaste, huoltajan velvollisuus on ilmoittaa siitä harjoituksen ohjaajalle. On myös tärkeä tietää, kuinka tarvittaessa toimitaan (esim. erityinen ensiapu, lääkkeen annostelu tms.).

2.8.3. Seuran kasvatuksellinen vastuu

Harjoituksissa nuori oppii fyysisten taitojen lisäksi itsensä ja toisten kunnioittamista. Kaikkea harjoittelua ohjaavat seuran arvot ja eettiset linjaukset. Seuran kasvatuksellinen vaikutus nuoreen rajautuu näiden arvojen opettamiseen. Nuorta vastuutetaan omasta toiminnastaan, kuitenkin huomioiden iänmukainen jaksaminen.

Harjoituksissa ja muissa tapahtumissa tuetaan nuorten vuorovaikutustaitojen ja paineensietokyvyn kehittymistä, tunteiden säätelyä sekä palautteen vastaanottamista. Seura tukee omanarvontunnon ja positiivisen minäkuvan kehittymistä sekä itsetuntemuksen syvenemistä.



Kilpailuihin osallistumiseen kannustetaan varoen kuitenkin painostamasta ketään. Kendossa järjestetään juniorikilpailuja, mutta iaidossa ja jodossa kaikki kilpailevat oman vyöarvonsa mukaisissa sarjoissa. On myös tärkeää huomioida, että lajejamme voi harrastaa monista lähtökohdista, eivätkä kaikki halua osallistua kilpailuihin. Ketään ei painosteta kilpailemaan vastoin heidän omaa haluaan.

2.8.4. Huoltajien osallistaminen nuoren harjoitteluun

Huoltajat ovat tervetulleita seuraamaan harjoituksiamme ja kannustamme huoltajia olemaan yhteydessä harjoitusten ohjaajiin, jotta he saavat taustatietoa lajimme harrastamisesta. Huoltajia kannustetaan liittymään seuran sähköpostilistalle ja keskusteluryhmiin, jotta he saavat ajankohtaiset tiedotteet ja pystyvät seuraamaan ajankohtaista keskustelua ja ymmärtävät paremmin nuoren harrastusyhteisöä.

Nuorten harjoittelussa vanhempien tuki ja hyväksyntä on ensiarvoisen tärkeää. Huoltajalla on päätösvalta ja vastuu alaikäisestä nuoresta. Haluamme kunnioittaa tätä oikeutta.

2.9. Harjoitusvarusteet

Lajimme ovat aseellisia kamppailulajeja ja miekat ja sauvat ovat tärkeimmät harjoitusvälineemme. Mogitoilla, iaitoilla ja shinkeneillä harjoittelevien on pidettävä erityistä huolta aseidensa kunnosta, jotta ne eivät aiheuta vaaraa itselle eikä muille.

Jokainen harjoittelija vastaa omien varusteidensa hankkimisesta ja ylläpitämisestä itse. Tämä on tärkeä osa jokaisen harrastajan osaamista.

Peruskurssille tullessa ei tarvita mitään näistä välineistä, vaan seura lainaa lainaa tarvittavat välineet. (Seuran omistamat lainattavat välineet on tarkoitettu ensisijaisesti peruskursseilla käytettäväksi.) Seura vastaa näiden varusteiden kunnossapidosta.

Lyhyesti kuvattuna lajien keskeiset varusteet ovat seuraavat:

- **Kendoa** harjoitellaan harjoitusasussa, joka koostuu harjoitustakista (*gi*) ja housuista (*hakama*) sekä halutessa miekkavyöstä (*obi*). Kendossa aseina käytetään bambumiekkaa *shinaita*, puista harjoitusmiekkaa (*bokken*) ja joissain näytöksissä metallisia teroittamattomia harjoitusmiekkoja (*mogito*). Edistyneemmät harjoittelijat käyttävät suojapanssaria (*bogu*), joka koostuu kypärästä (*men*), suojahansikkaista (*kote*), rintapanssarista (*do*) ja vyötärösuojasta (*tare*).
- **Iaidossa** harjoitellaan harjoitusasussa, joka koostuu harjoitustakista (*gi*), housuista (*hakama*), miekkavyöstä (*obi*) ja polvisuojista. Aseina iaidossa käytetään puista harjoitusmiekkaa (*bokken*), edistyneemmät harjoittelijat käyttävät myös metallista teroittamatonta harjoitusmiekkaa (*iaito*) ja kaikkein edistyneimmät harjoittelevat katana-miekillä (*shinken*). **Terävää tai teroitettua miekkaa saa käyttää vain ohjaajan luvalla tai 4. danin suorittanut harjoittelija.**
- **Jodossa** harjoitellaan harjoitusasussa, joka koostuu harjoitustakista (*gi*) ja housuista (*hakama*) sekä miekkavyöstä (*obi*). Jodoa harjoitellaan sekä sauvaa (*jo*) että puista harjoitusmiekkaa (*bokken*) käyttäen ja joissain näytöksissä metallista teroittamatonta harjoitusmiekkaa käyttäen.



Kaikissa lajeissa käytetään samantyylistä asua, mutta sen väri ja materiaali vaihtelevat. Kuitenkin samaa vaatekertaa voi käyttää eri lajeissa. Myös esimerkiksi sama bokken-puumiekkä sopii kaikin kolmen lajin bokken-harjoitteluun.

Mikäli minkä tahansa varusteen hankkimiseen tai huoltamiseen tarvitaan apua, edistyneemmät harjoittelijat antavat neuvoja. Muut ohjaajat ja edistyneet harjoittelijat voivat antaa henkilökohtaisia suosituksia varusteliikkeistä ja etenkin peruskurssien vetäjät auttavat valitsemaan sopivat varusteet. Seura ei myy tai välitä harjoitteluvälineitä, mutta voi auttaa harjoittelijoita järjestämään esimerkiksi yhteistilauksia.

Huomaa, että oikein huollettuna varusteet voivat kestää käytössä vuosia tai jopa vuosikymmeniä. Varusteille on alla annettu suuntaa-antava hinta-arvio (verkkokauppojen hintojen pohjalta, syksyllä 2025):

- | | |
|-----------------------------|------------|
| - Harjoitusasu hakama ja gi | ~150-200 € |
| - Miekkavyö | ~20-40 € |
| - Polvisuojat | ~20-40 € |
| - Puumiekkä bokken | ~50-75 € |
| - Shinai | ~50 € |
| - Jo-sauva | ~75 € |
| - Harjoittelumiekkä iaito | ~500-600 € |
| - Bogu-panssari (setti) | ~600 € |

2.10. Antidoping ja päihteettömyys

Seuran harjoitukset ovat täysin päihteettömiä. Harjoittelijoita kannustetaan noudattamaan terveellisiä elämäntapoja.

Kiellettyjen aineiden käyttämiseen ilman lääkärintodistusta on nollatoleranssi. Kiellettyjen aineiden vaikutuksen alaisena harjoitukseen osallistuminen johtaa aina säännöissä mainittuun kurinpitomenettelyyn.

2.11. Kilpailutoiminta

Lajeissamme kilpaillaan suomen-, euroopan- ja maailmanmestaruuksista lajista riippuen.

Kaikilla seuran jäsenillä, joilla on voimassa oleva liiton lisenssi, on oikeus osallistua heille soveltuviin kilpailuihin kotimaassa tai ulkomailla. Jäseniä kannustetaan osallistumaan kilpailutoimintaan. Seuralta on myös mahdollista hakea hallituksen myöntämää rahallista tukea (ns. leirituki) kuluihin, jotka johtuvat kisoihin ja niiden yhteydessä järjestettäviin seminaareihin osallistumisesta. Tuen saatavuus ja suuruus voivat vaihdella vuosittain, mutta etenkin ensimmäisiin kisoihin tai ensimmäiselle oman seuran järjestämään tapahtumaan osallistuvia pyritään tukemaan taloustilanteen niin salliessa.

Kendossa kilpaillaan eri sarjoissa esim. iän, sukupuolen tai tason mukaan. Laidossa ja jodossa kilpaillaan eri tasosarjoissa ikään tai sukupuoleen katsomatta. Kilpailusarjoihin voi osallistua ilman myönnettyä kyu-arvoa tai 6. kyusta lähtien. Yleensä kilpailuissa otellaan saman tai lähes saman kyu- tai dan-arvon omaavien kanssa esimerkiksi mudan-sarjassa



(alle 1. dan -arvon suorittaneet) tai yudansha-sarjassa (1. dan tai sitä korkeamman arvon suorittaneet), tai vyöarvoittain.

Aloittelevien harrastajien kannattaa ottaa yhteyttä kokeneempiin ennen kilpailuihin ilmoittautumista, jotta ilmoittautuminen onnistuu ongelmitta ja henkilön odotukset ja taso vastaisivat toisiaan.

EM- ja MM -kisojen osalta Suomen kendoseurojen keskusliitto valitsee maajoukkueen, ja huolehtii sen valmentamisesta. Seura tarjoaa kilpailuihin valmistautuville jäsenille kehitystä tukevaa harjoittelua kauden aikana.

3. Seuran hallinto

3.1. Hyvä hallintotapa

Leppävaaran budoseuran hallintotapa perustuu avoimuuteen, vastuullisuuteen ja rehellisyyteen. Hyvä hallintotapa ei ole vain muodollisuus, vaan se tukee toiminnan eettisyyttä, pitkän aikavälin kestävyyttä ja jäsenistön luottamusta. Jäsenten on voitava luottaa siihen, että seuran toiminta perustuu selkeisiin sääntöihin, jotka ovat kaikkien saatavilla. Hallituksen ja muiden vastuuhenkilöiden päätökset, taloudenhoito sekä seuran toiminnan kehittämissuunnitelmat tuodaan jäsenten tietoon selkeästi.

Seuran kokouksissa käsitellään ajankohtaiset asiat ja päätökset tehdään demokraattisesti jäsenten edustajien toimesta. Seuralla on käytössään erilaisia kanavia, joiden kautta jäsenet voivat esittää mielipiteitään, kysymyksiään ja kehitysehdotuksiaan. Näin varmistetaan, että jäsenet tuntevat itsensä osaksi seurayhteisöä ja voivat vaikuttaa yhdistyksen toimintaan.

Hyvä hallintotapa edellyttää, että vastuuhenkilöt toimivat seuran ja sen jäsenten etujen mukaisesti. Johtoa koskee erityinen vastuu toiminnan oikeellisuudesta ja eettisyydestä. Jäsenten oikeudet ja hyvinvointi ovat seuran toiminnan keskiössä. Seuran on huolehdittava siitä, että kaikilla jäsenillä on yhdenvertainen mahdollisuus osallistua toimintaan.

Hyvään hallintotapaan kuuluu myös talouden luotettava organisointi ja aktiivinen seuraaminen. Seuran taloudenhoidon periaatteet on kuvattu erillisessä talousohjesäännössä.

3.1.1. Rehellisyys ja eettiset periaatteet

Seuran toiminnassa noudatetaan rehellisyyttä, oikeudenmukaisuutta ja oikeaa pelitapaa. Tämä tarkoittaa, että jäsenet, ohjaajat ja toimihenkilöt toimivat esimerkillisesti sekä urheilullisessa että sosiaalisessa ympäristössä. Eettisten periaatteiden mukaan seurassa ei sallita minkäänlaista syrjintää, häirintää tai epäasiallista käytöstä.

3.1.2. Seuratoiminnan kehittäminen

Hyvä hallintotapa edellyttää myös jatkuvaa toiminnan kehittämistä ja arviointia. Seuran toimintaa tulee seurata säännöllisesti, ja sen pohjalta voidaan tehdä tarvittavia muutoksia ja parannuksia. Toiminnan kehittäminen perustuu jäsenpalautteeseen, ajankohtaisiin suosituksiin ja seurayhteisön tarpeisiin. Tavoitteena on luoda ympäristö, jossa jäsenet voivat



kasvaa niin budoilijoina kuin ihmisinä, ja jossa yhteisöllisyys ja yhteenkuuluvuus ovat keskiössä.

Seura voi tarvittaessa hyödyntää myös ulkoista arviointia ja asiantuntija-apua, mikäli se on tarpeen toiminnan kehittämiseksi ja hallinnon parantamiseksi. Tällä pyritään varmistamaan, että seura toimii kansallisten ja kansainvälisten suositusten mukaisesti, ja että se pystyy vastaamaan jäsenistön muuttuviin tarpeisiin.

3.2. Seuran sääntöjen voimassaolo

Seuran säännöt löytyvät osoitteesta www.lebudo.net/saannot.

Noudatamme kaikessa toiminnassamme yhteiskunnassa voimassa olevia säädöksiä ja periaatteita seuraavassa järjestyksessä:

1. Suomen laki
2. Seuran säännöt
3. Turvallisemman tilan periaatteet
4. Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry:n säännöt
5. Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry:n eettiset periaatteet
6. Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry:n erikseen antama ohjeistus

3.3. Organisaatio

Leppävaaran budoseura ry on itsenäinen rekisteröity yhdistys. Seuran hallitukseen kuuluu sääntöjen mukaisesti puheenjohtaja ja vähintään kaksi täysi-ikäistä jäsentä. Keskeiset toimihenkilöt löytyvät *Liitteestä 5 - Tehtäväkuvaukset*.

Merkittyjen toimihenkilöiden lisäksi valitaan toiminnantarkastaja tai tarvittaessa tilintarkastaja.

3.3.1. Kokousten järjestäminen

Seura järjestää tammi-toukokuussa sääntömääräisen vuosikokouksen. Ylimääräisiä jäsenkokouksia järjestetään tarvittaessa. Kutsut vuosikokoukseen ja ylimääräisiin kokouksiin toimitetaan sähköpostina seuran virallisen postituslistan kautta sekä niistä tiedotetaan seuran sovitussa viestintäpalvelussa.

Kokoukset voidaan pitää osin tai täysin etäkokouksina. Vuosikokouksessa valitaan tulevan vuoden hallituksen kokoonpano ja tehdään muut sääntöjen määräämät päätökset.

Jäsenkokousten lisäksi seuran hallitus kokoontuu säännöllisesti päättämään esille tulleista asioista sekä suunnittelemaan seuran toimintaa.

3.3.2. Hallituksen jäsenen tai toimihenkilön vaihtuminen

Uusien hallituksen jäsenten ja toimihenkilöiden rekrytoiminen tehdään seuran sisältä. Poikkeuksena on seuran toiminnantarkastaja, joka voidaan valita seuran ulkopuolelta. Tehtävät ovat kaikille sääntöjen edellytykset täyttävälle (käytännössä täysi-ikäisille) vapaasti haettavissa.



Samaa asemaa aiemmin pitänyt hallituksen jäsen perehdyttää uuden jäsenen tehtäviinsä kuukauden sisällä kokouksesta. Vastuualuekohtaiset tehtäväkuvaukset löytyvät liitteestä [Tehtäväkuvaukset](#). Kuvauksia käytetään perehdytyksen pohjana, ja niitä päivitetään tarvittaessa.

3.4. Viestintä ja sosiaalinen media

Seuran virallinen jäsenviestintä tapahtuu sähköpostilistan¹ kautta. Lisäksi seuralla on WhatsApp-yhteisö, jossa on kaikille yhteisen jäsenryhmän lisäksi omat ryhmänsä kunkin lajin harjoittajille sekä parhaillaan käynnissä oleville peruskursseille.

Seuralla on sosiaalisen median tilit mm. Instagramissa (@leppavaaranbudoseura) ja Facebookissa (@lebudory). Jos haluat julkaisun tulevan seuran sosiaalisen median tilin kautta, toimita sisältö viestintä- ja some-vastaavalle. Julkaisuissa tulisi pyrkiä esittelemään seuran jäsenistöä mahdollisimman laajasti eli kuvissa tulisi esiintyä tasapuolisesti eri sukupuolten ja ikäryhmien edustajia.

Lisäksi seuran jäsenet voivat vapaasti julkaista omaan harrastukseensa ja harrastamiseensa liittyviä asioita omilla sosiaalisen median tileillään myös Lebudon tapahtumista. Jos käytät kuvia tai videoita, joissa näkyy muita harrastajia, pyydä heiltä lupa käyttää heidän kuvaansa. Seuran tai muita kuin itse ottamia kuvia ja videoita käyttävien tulee mainita julkaisussaan kuvaajan tiedot. Kannustamme julkaisijoita merkkamaan seuran instagram-tilin julkaisuihin.

Julkaisujen toivotaan noudattavan Lebudo-spiritin mukaista yhteishenkeä ja kannustavaa ilmapiiriä. Voit kuvailla julkaisussasi, mikä harrastuksessa on mielestäsi hauskaa tai kiinnostavaa.

Voit käyttää julkaisuissasi esimerkiksi seuraavia aihetunnisteita (hashtageja): #lebudo tai #leppavaaranbudoseura seurasta puhuttaessa; lajit #kendo, #iaido, #jodo; tai yleisesti #dojo, #katana, #budo.

3.5. Lebudon vuosikello

Alla on seuran yleinen vuosikello, josta näkyy Lebudon säännöllisen toiminnan keskeiset osat. Hallituksella ja monilla vastualueilla on lisäksi omat sisäiset vuosikellonsa.

-kuu	Seuran toiminta	Harjoitukset ja peruskurssit
Tammi	- Jäsenkyselyn käsittely - Kevään peruskurssinäytös - Jäsenkirje kevätkauden käynnistyksestä	Harjoitukset jatkuvat joulutauon jälkeen
Helmi	Hallituksen itsearvointi	Kevään peruskurssit alkavat
Maalis	Peruskurssikysely	

¹ Lebudon sähköpostilistalle liittymistä voi pyytää kuka tahansa – ylläpitäjät (hallituksen jäsenet ja lajivastaavat) hyväksyvät liittyjät. Viestejä voi lähettää ja tilaaja katsoa vain ylläpitäjät. Ryhmä löytyy osoitteesta <https://groups.google.com/g/lebudo/>



Huhti	Jäsentapahtuma (Roihuvuoren Hanami tmv.)	
Touko	- Peruskurssilaisten kurssiarvio - Vuosikokous pidettynä	Peruskurssien graduoinnit, muut kyu-graduoinnit lajikohtaisesti tarpeen mukaan
Kesä	Jäsenkirje kesäkaudelle	Kesävuorot alkavat
Heinä		
Elo	- Syksyn harjoitusmaksut auki - Syksyn peruskurssinäytös - Jäsenkirje syyskauden käynnistyksestä	Syysvuorot alkavat
Syys		Syksyn peruskurssit alkavat
Loka	Peruskurssikysely	
Marras	- Jäsenkysely julkaistu - Kevään peruskurssien suunnittelu	
Joulu	- Peruskurssilaisten kurssiarvio - Seuran pikkujoulut - Kevään harjoitusmaksut auki	Peruskurssien graduoinnit, muut kyu-graduoinnit lajikohtaisesti tarpeen mukaan

3.6. Jäsenyys

Pääsääntöisesti seuran jäseneksi liitytään, jotta voidaan osallistua seuran toimintaan. Lebudon harjoituksiin voivat osallistua kaikki Kendoliiton jäsenseurojen jäsenet, jotka ovat suorittaneet lajin peruskurssin; pääsääntöisesti seuran harjoituksiin osallistuvat ovat kuitenkin Lebudon omia jäseniä.

Jäseneksi liitytään osallistumalla Lebudon järjestämälle peruskurssille, tai mikäli peruskurssi on suoritettu muualla, ottamalla yhteyttä seuran hallitukseen ja hakemalla jäsenyyttä. Ellei muuta sovita, **peruskurssille osallistuessaan henkilö liittyy myös seuran jäseneksi.**

Varsinaiselta jäseneltä peritään vuosittainen jäsenmaksu sekä harjoittelumaksu. Lisäksi jäsenen tulee huolehtia vakuutuksesta joko itse tai hankkimalla liiton vakuutuksellinen lajilisenssi. Yksinkertaisuuden vuoksi harjoitusmaksut pääsääntöisesti sisältävät jäsenmaksun.

Peruskurssimaksu on varsinaista harjoittelumaksua pienempi ja sisältää vain peruskurssille osallistumisen sekä kyseisen kauden jäsenmaksun. Mikäli kevään peruskurss(e)ille osallistunut haluaa jatkaa harjoittelua kesällä ja syksyllä, hänen täytyy maksaa sitä varten loppuvuodelle puolen vuoden harjoittelumaksu.

Jäsenyys, jäsenluokat sekä seurasta eroaminen kuvataan seuran säännöissä (www.lebudo.net/saannot). Sääntöjen mukaan henkilö voidaan katsoa eronneeksi, mikäli



hän jättää jäsenmaksun maksamatta; käytännössä kevät- ja syyskauden vaihteessa sen vuoden jäsenmaksun maksamatta jättäneitä voidaan poistaa jäsenrekisteristä.

3.7. Tietosuoja

Seuran hallitus ylläpitää seuran toiminnan vaatimia rekistereitä, kuten jäsenrekisteri, ohjaajarekisteri ja yhteystiedot peruskursseista kiinnostuneista ja niille ilmoittautuneista.

Jäsenrekisteristä suurin osa on SuomiSport-palvelussa, ja vain nimet, jäsenmaksutiedot ja kendoliiton lisenssihankinnat käsitellään jäsensihteerin erillisellä listalla. Henkilötietojen käsittelyssä periaatteena on käyttää omissa järjestelmissä mahdollisimman suppeita tietoja ja jättää esimerkiksi syntymäaika, sukupuoli tai vastaavat pois – tai korvata ne yleisemmillä tiedoilla (esimerkiksi syntymäajan sijaan syntymävuosi tai tieto siitä onko alaikäinen; tai sukupuolen sijaan kerätä yleisemmin sukupuolijakauma, jos tietoa ylipäänsä tarvitaan).

Hallitus ylläpitää lain vaatimaa tietosuojaselostetta, jossa eritellään tarkemmin kerättävät tiedot, niiden käyttötarkoitukset, lakisääteiset oikeutukset käsitellä kyseisiä tietoja, rekisteröityjen oikeudet, sekä ohjeet miten rekisteröity voi halutessaan esittää tietopyynnön koskien omia tietojaan.

3.8. Yhteydet muihin sidosryhmiin

Lebudo on osa kansainvälistä yhteisöä, johon kuuluu suuri kirjo kansainvälisiä Japanin kendoliiton (Zen Nihon Kendo Renmei, ZNKR) alaisia iaido-, jodo- ja kendo-seuroja. Seura on myös Suomen Kendoseurojen Keskusliitto ry:n jäsen (Finnish Kendo Association, FKA, jatkossa Kendoliitto tai liitto).

Toimimme Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu-aluejärjestön piirissä². Vuokraamme tiloja Espoon kaupungilta ja yksityisiltä yrityksiltä, voimme järjestää tapahtumia yrityksille ja muille yhteisöille Espoossa ja pääkaupunkiseudulla.

4. Toiminnan kehittäminen

Toimintaa arvioidaan vuosittain suorittamalla kyselyitä jäsenistölle, peruskurssilaisille sekä jäsenyytensä päättävälle. Arvioinnissa käytetään myös Tähtiseura-sertifiointin asettamia laatukriteereitä.

Hallitus ylläpitää pitkän tähtäimen kehityssuunnitelmaa. Saadun palautteen ja suoritettujen arvioinnin perusteella hallitus päättää tarvittavista kehitystoimenpiteistä. Kehityssuunnitelma esitellään jäsenistölle vuosittain varsinaisen jäsenkokouksen yhteydessä, ja sitä voidaan päivittää jäsenistön aloitteiden ja ehdotusten pohjalta.

Seuran tavoitteena on Tähtiseura-sertifiointi ja pyrkii ylläpitämään sen vaatimaa laatua toiminnassaan. Sertifiointin ylläpitämiseksi (mikäli seura sen saa) hallitus huolehtii tarvittavien auditointien organisoinnista.

² Tilanne 22.12.2025: Hallitus selvittää jäsenyyttä ESLU:ssa vuodelle 2026.



5. Liitteet ja liittyvät dokumentit

Osa tämän toimintakäsikirjaan liittyvästä materiaalista löytyy omina dokumentteinaan, jotka on listattu alla. Online-versiossa otsikko avaa kyseisen dokumentin.

Liite 1. Turvallisemman tilan periaatteet

Kaikissa Lebudon tilaisuuksissa noudatetaan turvallisemman tilan periaatteita. Tässä liitteessä kuvataan mitä se tarkoittaa. Dokumentissa kuvataan myös mitä tehdä, jos kohtaa häirintää tai muuta epäasiallista kohtelua.

Liite 2. Dojoetiketti

Budolajeihin liittyy olennaisena osana tietyt käyttäytymissäännöt. Ne tähtäävät toisaalta turvallisen harjoittelun mahdollistamiseen, ja toisaalta opettavat lajeihin liittyvää pitkää perinnettä. Dojo-etiketti opitaan pääasiassa harjoittelun kautta, mutta tässä liitteessä kuvataan muutamia keskeisiä tapoja, käytäntöjä ja sääntöjä.

Liite 3. Harjoittelijan ja ohjaajan polut

Tässä dokumentissa kuvataan miltä "harjoittelijan polku" tyypillisesti näyttää – ensimmäisestä harjoituksesta alkaen. Näin seurasta tai toiminnasta kiinnostunut voi saada paremman käsityksen siitä millaisia polkuja – japaniksi *do* – harrastaja voi kulkea. Jokaisen harjoittelijan polku on omanlaisensa ja jokainen etenee polullaan omaa tahtiaan.

Liite 4. Valmennuslinja ja opetussuunnitelma

Jokainen ohjaaja ja harjoitus on erilainen, lajeista puhumattakaan. Silti kunkin lajin harjoitukset Lebudossa noudattavat tiettyjä yhteisiä periaatteita. Tässä dokumentissa kuvataan seuran yleinen valmennuslinja sekä lajikohtaiset opetussuunnitelmat, jotka pohjautuvat Kendoliiton graduointisääntöihin – ne puolestaan luovat raamin lajin aloittelevan harjoittelijan kehitykselle.

Liite 5. Tehtäväkuvaukset

Tässä asiakirjassa on kuvattuna seuran erilaiset vastuuroolit ja niihin liittyvät keskeiset tehtävät: hallituksen jäsenten roolit, muut viralliset tehtävät, sekä muut nimetyt vastuuroolit ja vastuualueet, mukaan lukien laji(e)n vanhimmat ja lajivastaavat

Muutosluettelo

PVM	Kohta	Muutos	Tekijä
13.1.2026		Toimintakäsikirja hyväksytty hallituksen kokouksessa.	Leppävaaran Budoseura ry:n hallitus