

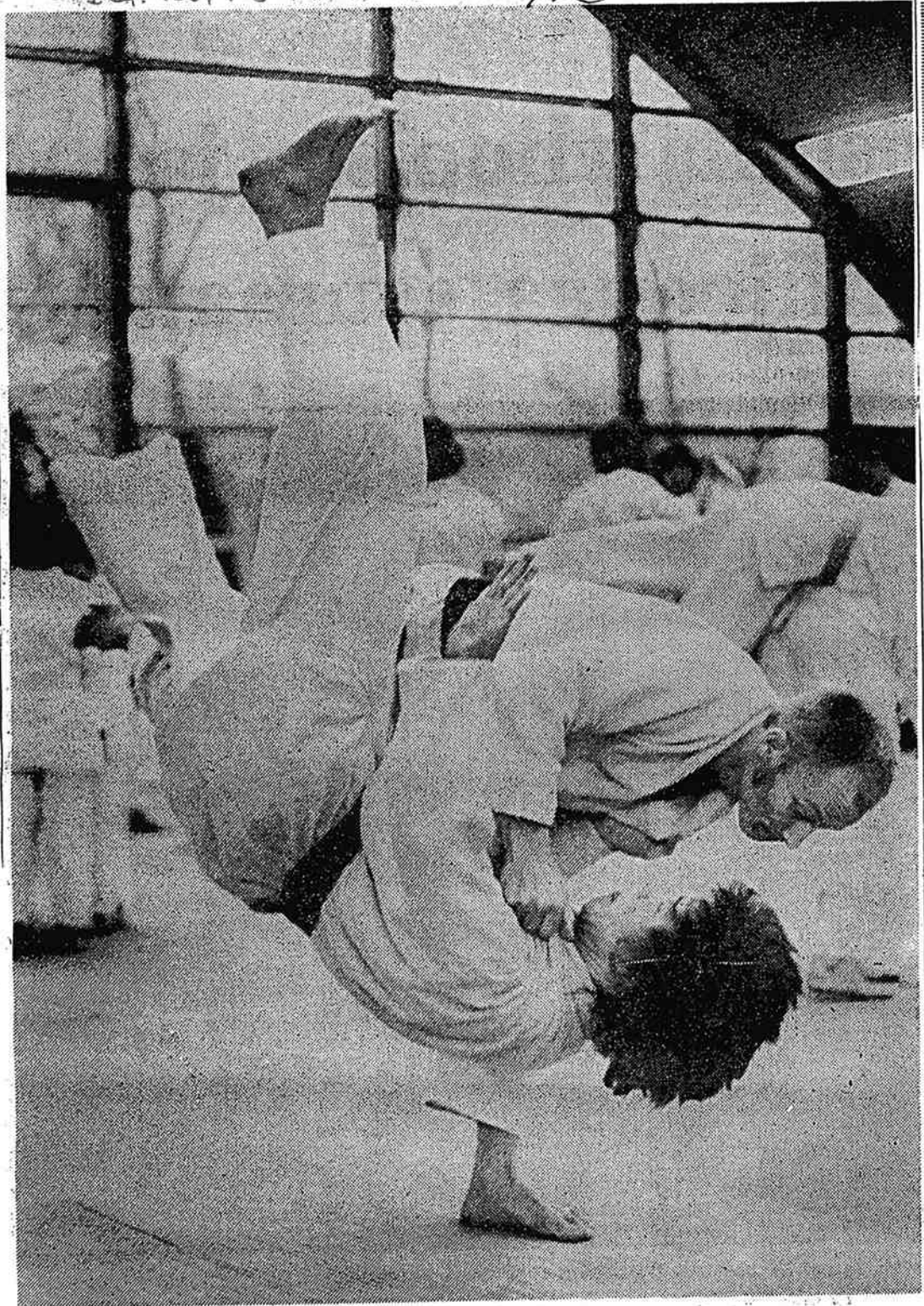
Judotoimintaa Suomessa

# LEHTILEIKKEITÄ

1970 - vuosikymmen

18.12.1971

18/12 71



□ TURUN UUDEN judomaton kokeilutilaisuuteen toi tuulahduksen liittotasolta Erkki Nupponen, jonka heiton tehokkuutta sai kokea myös pitkätukkainen Jari Grönroos.

## **Kupittaa Suomen paras judohalli**

Suomen paras dojo eli judosali otettiin käyttöön Turussa Kupittaaan urheiluhallilla lauantaina. Otettiin käyttöön niin, että mätkehdykset kaikuivat yli koko Kupittaaan, kun yli 50 judokaa paiski toisiaan mattoon koko uuden dojon vaatimalla innostuksella.

Kupittaaan dojossa on Turun b-ryhmän valmentajan Erkki Nupponen ja Turun kaksi entistä judosalia kaupungin hankkima 140 m<sup>2</sup> Nupponen ja dan mukana. Oittamon vanha lauantaihalli otettiin judomattoja ei vielä. Hän oli erittäin tyytyväinen uusia ja Nummen kansakoululla

# ITA

ssa. Karna voitti samalla heitolla myös toisen alle 65 kilon vastustajansa Kalervo Puuskan, aikaa meni kuitenkin 4.30. Pahlberg puolestaan voitti toisen ottelunsa pisteillä.

Henry Pomell ja Veijo Saari-  
nen, alle 82 kiloisten turkulais-  
pari teki myös tatamilla selvää  
jälkeä. Imatralaisvastustajat ei-  
vät yhdessäkään ottelussa py-

nen, joka vei Imatran molem-  
mat voitot pistevoitoina. Hä-  
nen yllätyksensä oli 5-0 piste-  
voitto mustan vyön Reijo Oja-  
lasta. Ahti Manninen kärsi  
Kauhaselle samoin pistein tap-  
on.

Ottelun nopeimman tatamilla  
käynnin suoritti jälleen alle 72  
kiloisten Kalevi Pahlberg, joka  
ei viihtynyt Keijo Halisen kans-  
sa kuin 14 sekuntia saadakseen  
onnistuneen sode-tsuri-komi-

Reunanen, Ojala ja  
Manninen hankkivat tappioit-  
tensa ohella pisteen mieheen  
raskaimmassa sarjassa voitta-  
malla Timo Harjun ipponilla.  
Jukka Riiluoto taisteli alle 72  
kiloisissa molemmissa  
saan ratkaisemattoman aiheut-  
tamatta joukkueelleen pisteme-  
netystä tai -lisäystä.

Urheiluhallin katsomossa  
vauhdikkaita otteluita oli seu-  
raamassa noin 100 judoasian-  
tuntijaa, jotka kuitenkin käyt-





# MESTARIN VAIKEUDET MITEN HARJOITELLA KUN EI SAA MIEHEN VASTUSTA

★★★ – Palkat olisivat kunnossa ja harjoitushaluja riittäisi, mutta kun ei saa miehen vastusta koko maasta, pahoittelee Simo Akrenius, 22, Münchenin olympiatatamille jo valittu Suomen paras judoka.

Omassa sarjassaan – alle 80 kg – hän on Suomessa ja Pohjoismaissa niin ylivoimainen ettei todella kovasta otteluharjoittelusta jähdo tulla mitään.

– Pitäisi päästä ulkomaille, esim. Ranskaan tai Saksaan, toivoo Simo Akrenius. – Miksei sinne pääsikin muuten, mutta harjoittelemaan ei pääse sielläkään. Sikäläiset systeemit ovat niin tiukkoja, että ulkomailaisen on erittäin vaikea päästä niihin mukaan. Ei halua näyttää omia kikkoja ja kuntoa kilpailijoille.

Simo Akrenius on ollut Japanissa harjoittelemassa kahteenkin otteeseen yhteensä lähes kaksi vuotta. Hänestä japanilaisen ja eurooppalaisen judon välillä ei ole muuta oleellista eroa kuin että japanilaiset harjoittelevat enemmän. Taso on siellä myös suunnattoman laaja. Keveämissä sarjoissa he ovat ylivoimaisia, raskaammissa on eurooppalaisillakin mahdollisuuksia.

Varsinkin näin olympiavuotena Simo Akrenius on lähes judon ammattilainen – tosin palkaton. Rahaa tarvittaessa hän on alna jonkin aikaa tilapäistöissä toimitusjohtaja-isänsä tuotantolaitoksessa. Lisäksi hänellä on valmennusstipendi. Simo Akrenius on poikamies ja asuu kotonaan. – rahaa ei siis kukaan kovin paljon.

– Sanotaan nyt sentään niin, ettei sitä kulu paljoa jokapäiväiseen

elämiseen. Kun omalla kustannuksellaan kiertele ympäri maata hakemassa harjoitusvastustajia niin kyllä sekin hintoihinsa tulee. Toisaalta on voitava harjoitella mahdollisimman monipuolisesti. Jos jatkuvasti junnaa yhden ja saman käverin kanssa, kehitys pysähtyy. Tulee manereja ja virheellisiä liikkeitä. Turkuunkin tulin lähinnä harjoitellakseni Reijo Ojalan kanssa. Lisäksi täällä on ehkä maan paras harjoituspaikka urheiluhallissa, totesi Simo Akrenius!

– Olen nyt harjoitellut judoa jo yhdeksän vuotta. Olin pienenä melko heikko ja aneeminen, minun oli pakko ryhtyä harjoittelemaan jotakin. Menin lehti-ilmoituksen perusteella judokurssille ja löysin siitä itselleni sopivan lajin. Nykyisin harjoitelen kaksi kertaa päivässä. Matolla tapahtuvan harjoituksen lisäksi ohjelmaani kuuluu juoksua jopa kymmenenkin kilometriä päivässä, uintia, voimistelua, voimasarjoja, levytankoharjoittelua ym. Varjo-nyrkkellyn tapaista liikeharjoittelua teen aina kun vapaa-aikaa on. Tolset judokat pysähtyvät välillä kadulla kävellessäänkin vetäisemään pari laukaisua.

– Suomen judo tarvitsisi ennen kaikkea hyvää japanilaista valmentajaa, jolta kyllä olisikin saatavissa, mikäli rahaa löytyisi. Lähes kaikissa muissa maissa sellainen jo on.

Judon nopeaa leviämistä kuvastaa se, että Münchenin kisoissa osallistuu judokuita useammasta maasta kuin painijoita. Tulevaisuudessa judon ideologinen merkitys vähenee ja siitä tulee yhtä lailla pelkkää urheilua kuin painista tai nyrkkeilystäkin. Silti väitän, että judon harjoittelu jalostaa tulevaisuudessakin ihmistä yhä paljon kuin nytkin. Asiaa vain ei niin korosteta.

## ☐ MONIPUOLISUUTTA JAPANISTA

– Lempiheittoni on seyo-nage, olkaheitto. Toisaalta minulla on onni olla melko monipuolinen – perua Japanin opeista. Jokaisen judokan on syytä opetella ainakin yksi heitto niin, että sen osaa todella hyvin. Painovaikkuksia minulla ei juuri ole, painan pari kiloa yli 80 kg ja se lähtee ennen kilpailuja hyvin helposti. Saa sitten nähdä, miten käy syksyllä, kun sarjajakoä muuttetaan. Tulee ainakin kolme sarjaa lisää. Ehkä niistä löytyy vielä sopivampi sarja, toivoo Simo Akrenius.

– Müncheniin on alkaa enää puoli-toista kuukautta. Simo Akrenius harjoittelee kovaa, mutta pyrkii pysymään terveenä. Judohan on loukkaantumiselle arka laji. Päitsi



☐ SIMO AKRENIUS

terveyttä, Simo Akrenius toivoi myös Jorma Kivinen kukaan. Kivinen on todella kunnossa ja omia reaalimallisuksia vaikkapa pesävalitettavasti vain hänen kaantumisen ja siitä seurauksena Japanin kauden ajalta on nähtöä kunnostaan. Mistä ne riittävän kovat kansainväliset, joissa esitetty näyt olympiakomitealle? Olla jos kovakuntoinen mies Münchenin joukkueesta dollisuuksien takia. PAW

UN PARAS judoka Reijo Ojalakaan ei paljon paina kun helttjänä on Suomen paras, olympia-ekin valittu Simo Akrenius, Takana katselee Turun Budokwan valmennusvaliokunnan puheen-Simo Klimscheffskij, Akreniuksella on kova harjoittelukausi menossa, mutta harjoitusten lomassa oli sentään aikaa jakaa hieman oppejaan turkulaisillekin.



# Simo lähtee Müncheniin

1972

● ● JUDO ON SUOMESSA vielä melkoisen tuntematon laji. Vain muutamissa suuremmissa kaupungeissa, missä sitä harrastetaan, se on saavuttanut jo jonkin verran yleisönkin kannatusta. Mutta merkkejä judon todellisesta läpilyönnistä on nähtävissä. Siitähan jo toki täälläkin kertoo sekin, että Imatran Sukoshi nousi mestaruussarjaan viime kaudella.

● ● VALTAKUNNALLISESTI ajatellen merkki judon hyväksymisestä on Helsingin Meidokanin Simo Akreniuksen valittaminen ensimmäisten joukossa Münchenin olympiakisoihin Suomesta matkustavaan joukkueeseen. Simo Akrenius on 23-vuotias somistaja, joka on jättänyt varsinaisen leipätyönsä syrjään pystyäkseen huolella valmistautumaan syyskuun 1—2 päivänä Münchenissä alkaviin koviin koltoksiin.

SIMO ON YKSI niistä 150 judon harrastajista, jotka japanilaisen K. Mikanin ja suomalaisten valmentajien johdolla opiskelevat tätä jaloa taitoa Imatra-viikon ajan Imatran Sukoshin kesäkoulussa.

KOSKAAN aikaisemmin ei Suomen olympiajoukkueeseen ole valittu edustajaa judo-otteluihin. Nyt lähtee leikkiin mukaan 23-vuotias Simo, joka on varsin nuori kilpailija. Yleensä ovat huiput tässä lajissa muutamaa vuotta vanhempia. Simo aloitti judon harrastamisen 9 vuotta sitten. Hän on käynyt useaan otteeseen Japanissa valmistautumassa. Viimeksi hän palasi kolmen kuukauden harjoitusmatkalta viime jouluna.

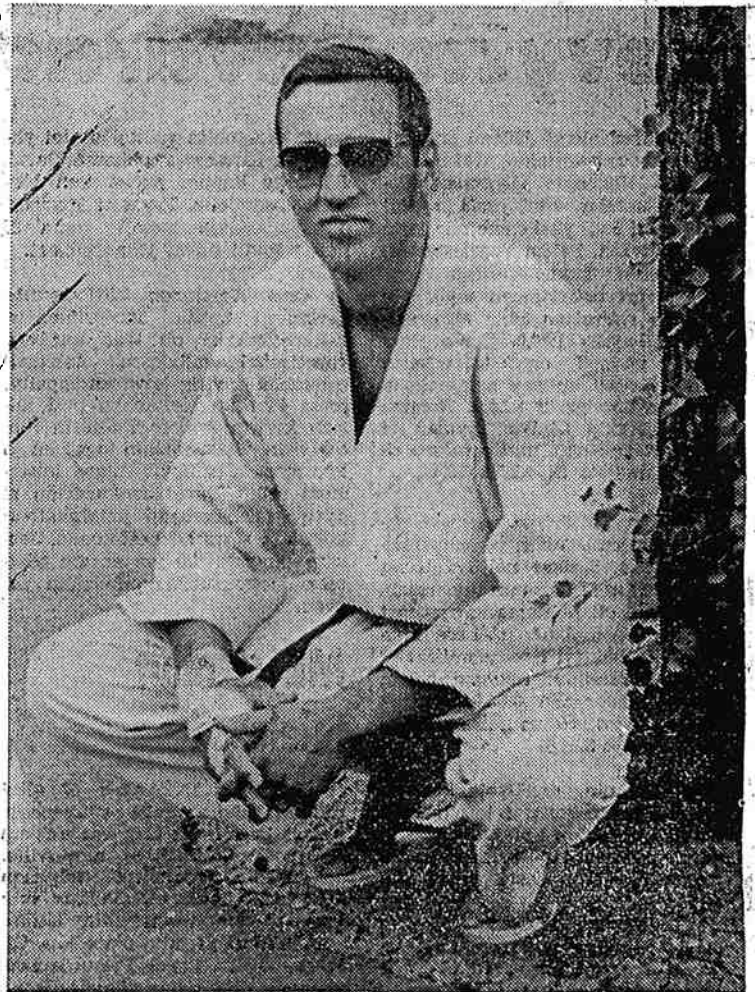
SIMON harjoitusohjelman on osittain laatinut Vesa Reilimo, osittain hän teki sen itse. Ohjelmaan kuuluu judoharjoittelua kaksi kertaa päivässä, voima- ja tarkkuusharjoittelua. Näistä voimaharjoittelua vähennetään juuri ennen

kisoja ja tarkkuusharjoittelua lisää.

## Millä rahalla mies valmistautuu?

● OMALLA RAHALLA, sanoi Akrenius ja kertoi, että hän katsoi parhaaksi jättää leipätyönsä harjoittelujaksiksi, poikamieskin kun vielä on. Ruskeita kirjekuoria tai muussa muodossa valmennusmäärärahaa hän ei ole saanut, lukunottamatta olympiakomitean valmennusmäärärahaa, joka oli 4.000 markkaa. Suurista rahoista ei ole sils kysymys, vaan todellista nostuksesta lajia kohtaan ja voitaneen kai puhua yhdeksän vuoden jälkeen uskollisuudestakin. Sitä paitsi vuosia on vielä jäljellä ja kehitys voi jatkua. Kahden danin musta vyö velvoittaa kurkottamaan korkeammalle, katsomaan eteenpäin.

SIMON huomattavin saavutus oli sijoitus MM-kisoissa viime



Suomen olympiajoukkueen ensimmäinen judon edustaja lähtee matkaan toivelkkain mielellä.

vuonna 6—8 sijalle painoluokassa alle 80 kiloa. Paino on nyt 81 kiloa, joten vaikeuksia luokassa pysymisessä ei ole.

KUN PYYSIN Simoa eritelmään mahdollisuuksiaan Münchenissä, hän sanoi olevansa toivelkas hyvään menestymiseen. On kuitenkin yksi mutta ja se on arpa-onni, asia, joka on niin monen huippumiehenkin menestymisen tärkeissä koitoksissa sotkenut.

Asetelmat ovat olympialaisissa ehkä vähän mukavimmat kuin MM-kisoissa, sillä yhtä maata — niitä on Münchenissä 53 — edustaa

vain yksi kilpailija, MM-kisoissa on aina kaksi kustakin maasta ja silloin pystyy arpaonni vaikuttamaan paljon enemmän.

SIMO SANOI ihailijansa sukshilaisten viisoutta ja omaaloitteisuutta. Hän on varma, että judon tulevaisuus Suomessa on jo taattu. Muualla maailmassa se on saanut jo vankan jalansijan. Siitä, että "jalka on pantu oven rakoon", on todisteena meilläkin Simo Akrenius, nuori kilpailija, joka lähtee puolustamaan sinivalkoisia värejä Münchenin olympialaisiin syyskuun alussa. — Oss