

Athlete info

Nordic Camp, January 2025



Strategia 2025-2028

Valmennus ja valmentajat

Valmennuksen työsuunnitelma

Urheilijasopimus

Yhteistyökumppanuudet

Top team

Urheilijoiden taloudelliset tuet

Aikuiset

Alle 21-vuotiaat

Alle 18-vuotiaat



Strategia 2025-2028

**Urheilullinen
menestys**

**Kasvava
jäsenmäärä**

**Kehittyvät
seurat**

Valmennus

Judoliiton henkilöstö

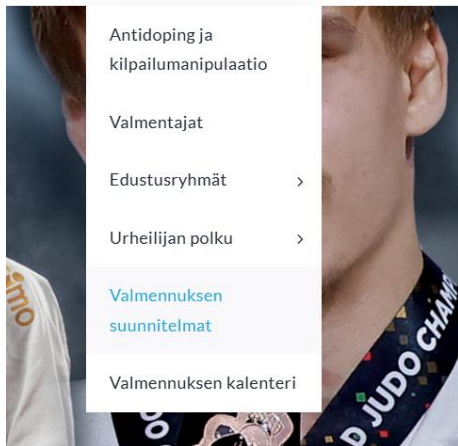
| | |
|---------------------------|---------------------------------------|
| Otto Favén | Järjestöpäällikkö, Valmennuspäällikkö |
| Rok Draksic | Päävalmentaja |
| Eetu Laamanen | U23 Vastuuvallmentaja |
| Alain Calderin | U21 Vastuuvallmentaja |
| Khirschla Khirchilashvili | U18 Vastuuvallmentaja |

OTO-Valmentajat

| | |
|--|---|
| Aikuiset ja alle 23-vuotiaat Jorma Korhonen Esa Korkia-Aho Jaana Jokinen Sami Salonen (Joao Neton tukea voidaan hyödyntää Kv-tapahtumien yhteydessä) | Alle 18-vuotiaat Topias Ikävalko Sanna Pyykönen Petteri Pohja Tommi Valtonen |
| Alle 21-vuotiaat Tuomo Seikkula Tuomas Narva | Alle 15-vuotiaat Samuli Markkanen (Valtakunnallinen valmennus) Jasmine Aho (YKA) Tuomas Rantanen (YKA) Ruslan Pinhasov (YKA) Susanna Sundberg (YKA) |

Valmennuksen työsuunnitelma

eri ▾ Valmennus ▾ Koulutus ▾ Kilpailu



Mistä löytyy:

Valmennuksen työsuunnitelma löytyy Judoliiton nettisivuilta ”valmennuksen suunnitelmat” osiosta 6.1. alkaen. Valmennuksen työsuunnitelmasta löytyvät mm. arvokilpailujen valintakriteerit.

Huomioita:

Edellisvuosista poiketen on tehty linjaus: Vain Judoliiton valmennuksen suunnitelmassa oleviin EJU/IJF tapahtumiin osallistutaan.

Muuta:

Valmennuksen työsuunnitelmassa on tiivistetty vuoden 2025 keskeiset tavoitteet ja valmennuksen toiminta.

Urheilijasopimus

Kaikki edustusjoukkueisiin valitut allekirjoittavat

Lähetetään sähköisesti Visma-sign palvelun kautta ensi viikon aikana. Tiedotetaan Whatsapp-ryhmissä.

Alaikäisellä lähetetään huoltajan sähköpostiin.

Urheilijasopimus

” Suomen Judoliiton valmennusjärjestelmän tarkoitus on kasvattaa judokoista menestyviä aikuisten ikäluokan urheilijoita.

Tämän sopimuksen tarkoitus on edistää urheilijan valmentautumista ja määritellä urheilijan ja häntä tukevan Suomen Judoliiton yhteistyötä.”

Taloudellinen
tuki

Olosuhteet

Tukitoimet

Reilusti paras

Puhtaasti
paras

Judoliiton yhteistyökumppani



**Sisältää merkittäviä etuja edustusjoukkueisiin valituille. Top Teamilla oma sopimus.
Nimelistat toimitetaan Budopunktille ja kaikkia edustusjoukkueisiin valittuja tiedotetaan
Tilausohjeista.**

Judoliiton yhteistyökumppani



**BLÄK
BOKS**

**Bläk Boks kangasmerkki
Judogin olkapäähän kaikille
edustusjoukkueisiin kuuluville**

Top Team

Puumalainen Martti

Olin Valtteri

Saha Luukas

Salonen Pihla

Ihanamäki Eetu

Laiho Venla

Kanevets Artur

Matikainen Pihla

Krapu Emma

Seikkula Louna-Lumia

Djoukaev Turpal

Mäkinen Oskari

Will be reviewed in July after Universiade

NOC/OKM support

| NOC/OKM Support | | |
|----------------------|-------|---|
| Martti Puumalainen | 15000 | Noc recommendation 1st category |
| Luukas Saha | 15000 | |
| Valtteri Olin | 10000 | Noc recommendation 2nd category |
| Pihla Salonen | 10000 | |
| Eetu Ihanamäki | 10000 | |
| Venla Laiho | 6000 | European Cup medal or better and commitment |
| Artur Kanevets | 6000 | |
| Pihla Matikainen | 6000 | |
| Emma Krapu | 3000 | |
| Louna-Lumia Seikkula | 3000 | |
| Turpal Djoukaev | 3000 | Los Angeles potential |
| Oskari Mäkinen | 3000 | |
| Tessa Koponen | 1500 | Paralympics support |

Support and composition of Top team will be evaluated in July. Noc support left to share 3500€ and federation support left 3000€.

Federation support

Solidarity

| | | |
|----------------------|------|--|
| Kristofer Pertelson | 2500 | Following plan and showing international potential. Filled criateria for Championships |
| Emma Krapu | 2500 | |
| Louna-Lumia Seikkula | 2500 | |
| Riina Myllylä | 2500 | |
| Teo Yliruusi | 1000 | Potential, commitment, following plan – Looking full picture |
| Lenni Uro | 1000 | |
| Ada Narva | 1000 | |
| Laura Hakso | 1000 | |
| Jesper Taavitsainen | 1000 | |
| Joonatan Kujanhaara | 1000 | |
| Erika Vauhkonen | 1000 | |

Support and composition of Top team will be evaluated in July. Noc support left to share 3500€ and federation support left 3000€.

Seniors 2025



National team, seniors

National Team seniors:

Martti Puumalainen, Meido-Kan, Helsinki

Luukas Saha, Riihimäen Judoseura

Valtteri Olin, Voimailuseura Bodonos

Eetu Ihanamäki, Nokian Judo

Oskari Mäkinen, Nummelan Judo

Turpal Djoukaev, Hämeenlinnan Judoseura

Artur Kanevets, Tikkurilan Judokat

Venla Laiho, Nummelan Judo

Pihla Matikainen, Maskun Tempo

Roope Korhonen, Kajaanin Judoseura

Sami Rönty, Kajaanin Judoseura

Erika Vauhkonen, Chikara, Helsinki

National Team U23:

Pihla Salonen, Judokarhut Ry

Louna-Lumia Seikkula, Meido-Kan, Helsinki

Emma Krapu, Vantaan Jukara Judo

Joonatan Kujanhaara, Chikara, Helsinki

Jere Rankinen, Oulun Judokerho

Teo Yliruusi, Tampereen Judo

Pyry Westermarck, Turun Judoseura

Kasper Niemenkari, Oulun Judokerho

Anni Narva, Oulun Judokerho

Lenni Uro, Hontai Judo, Helsinki

Unna Teppo, Koyama Rovaniemi

Program U23

| U23 | | Month | Jan | Feb | Mar | Apr | May | Jun | Jul | Aug | Sep | Oct | Nov | Dec |
|------|----|-----------------------|-------------------------|-------------------------|-----|----------|----------|-----|-----|-------------------|-----------------------|-------|------------------------|-----|
| Week | 1 | Nordic Camp 2. - 5.1. | | Paris TC? | ITC | Tata OTC | Regla TC | | | Altitude training | TCPajulahti 4. - 7.9. | Japan | Nordiccamp | |
| Per. | 2 | Mittersill OTC | | Ljubljana TC | ITC | | Regla TC | | | Altitude training | | Japan | TCPajulahti 6. - 9.11. | |
| | 3 | | | | | | Benidorm | | | | | Japan | ITC | |
| | 4 | | amurai-Cup Tampere 25.1 | | | | | | | | | | | |
| | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| | 6 | | | | | | | | | | | | | |
| | 7 | | | | | | | | | | | | | |
| | 8 | | | TCPajulahti 20. - 23.2. | | | | | | | | | | |
| | 9 | | | | | | | | | | | | | |
| | 10 | | | | | | | | | | | | | |
| | 11 | | | | | | | | | | | | | |
| | 12 | | | | | | | | | | | | | |
| | 13 | | | | | | | | | | | | | |
| | 14 | | | | | | | | | | | | | |
| | 15 | | | | | | | | | | | | | |
| | 16 | | | | | | | | | | | | | |
| | 17 | | | | | | | | | | | | | |
| | 18 | | | | | | | | | | | | | |
| | 19 | | | | | | | | | | | | | |
| | 20 | | | | | | | | | | | | | |
| | 21 | | | | | | | | | | | | | |
| | 22 | | | | | | | | | | | | | |
| | 23 | | | | | | | | | | | | | |
| | 24 | | | | | | | | | | | | | |
| | 25 | | | | | | | | | | | | | |
| | 26 | | | | | | | | | | | | | |
| | 27 | | | | | | | | | | | | | |
| | 28 | | | | | | | | | | | | | |
| | 29 | | | | | | | | | | | | | |
| | 30 | | | | | | | | | | | | | |
| | 31 | | | | | | | | | | | | | |
| | 32 | | | | | | | | | | | | | |
| | 33 | | | | | | | | | | | | | |
| | 34 | | | | | | | | | | | | | |
| | 35 | | | | | | | | | | | | | |
| | 36 | | | | | | | | | | | | | |
| | 37 | | | | | | | | | | | | | |
| | 38 | | | | | | | | | | | | | |
| | 39 | | | | | | | | | | | | | |
| | 40 | | | | | | | | | | | | | |
| | 41 | | | | | | | | | | | | | |
| | 42 | | | | | | | | | | | | | |
| | 43 | | | | | | | | | | | | | |
| | 44 | | | | | | | | | | | | | |
| | 45 | | | | | | | | | | | | | |
| | 46 | | | | | | | | | | | | | |
| | 47 | | | | | | | | | | | | | |
| | 48 | | | | | | | | | | | | | |
| | 49 | | | | | | | | | | | | | |
| | 50 | | | | | | | | | | | | | |
| | 51 | | | | | | | | | | | | | |
| | 52 | | | | | | | | | | | | | |

EC Selection criteria

EM 2025 riittäväksi näytöksi katsotaan edustusvalmennuksessa olevalta urheilijalta kilpailua edeltävältä 12 kk:

- Continental Open 1.–5.
- Grand Prix- tai Grand Slam 1. – 7.
- Grand Prix- tai Grand Slam top 16 vähintään kahdella otteluvoitolla
- Alle 23-vuotiaiden EM-kilpailut 1. - 5.
- Osallistuminen Olympialaisiin

- Lisäksi:
- Osallistuminen vähintään 80% iltaharjoituksista Urheassa (Iltaharjoitukset: Tiistai, Keskiviikko, Perjantai, Lauantai)
- Jos urheilija asuu judon vuoksi ulkomailla enemmän kuin 200 päivää vuodessa, 80% kriteeriä ei tarvitse täyttää
- Urheilijasopimus tulee olla allekirjoitettu

EM-kilpailuiden näytöt on annettava viimeistään **31.3.2025**.

WC Selection criteria

MM 2025 riittäväksi näytöksi katsotaan edustusvalmennuksessa olevalta urheilijalta sijoittuminen maailman listalla 100 parhaan joukkoon ja kilpailua edeltävältä 12 kk:

- Continental Openin sijat 1.–3. TAI
- Grand Prix – tai Grand Slam sijat 1.-7. TAI
- Gran Prix- tai Grand Slam vähintään kahdella otteluvoitolla 16. joukossa kahdessa kilpailussa
- Alle 23-vuotiaiden EM-kilpailut sijat 1. - 3.
- Osallistuminen Olympialaisiin

Lisäksi:

- Osallistuminen vähintään 80% iltaharjoituksista Urheassa (Iltaharjoitukset: Tiistai, Keskiviikko, Perjantai, Lauantai)
- Jos urheilija asuu judon vuoksi ulkomailla enemmän kuin 200 päivää vuodessa, 80% kriteeriä ei tarvitse täyttää
- Urheilijasopimus tulee olla allekirjoitettu

MM-kilpailuiden näytöt on annettava viimeistään **12.5.2025**.

Edustusjoukkueen ulkopuolelta päävalmentaja voi esittää valmennusvaliokunnalle urheilijaa arvokilpailuihin, mikäli urheilija on saavuttanut vähintään Continental Open mitalin tai sijoituksen Grand Prix tai Grand Slam tason turnauksissa ja mikäli päävalmentaja katsoo sen järkeväksi.

U23 EC / Universiade

Riittäväksi näytöksi katsotaan edustusvalmennuksessa olevalta urheilijalta kilpailua edeltävältä 12 kk:

Alle 23-vuotiaiden EM-kisoihin ja Universiadeihin voidaan valita urheilija, joka on saavuttanut vähintään

- Euroopan cupin sijat 1. – 5. vähintään kahdella otteluvoitolla, Continental Openin sijat 1.–7. vähintään kahdella otteluvoitolla.
- Poikkeus: Mahdollisen kotimaassa järjestettävän European Cupin osalta huomioidaan seuraavat kriteerit: Vähintään kaksi otteluvoittoa kansainvälisestä vastustajasta. Lisäksi valmennusvaliokunnassa voidaan arvioida kilpailun merkittävyyttä näyttökilpailuna huomioiden kilpailun taso.
- Lisäksi urheilijalta edellytetään ottelukelpoisuuden osoittamista sekä U23 EM-menestykseen tähtäävän uskottavan harjoittelun suunnittelua ja toteuttamista.
- U21-ikäluokan ikäluokan urheilija voidaan valita U23 EM-kilpailuihin ja Universiadeihin samoilla kriteereillä kuin alle 21-vuotiaiden MM-kilpailuihin, tai sijoittumisella 16. parhaan joukkoon alle 21-vuotiaiden World Rankingissa, mikäli päävalmentaja katsoo sen järkeväksi.

U23 EM-kilpailujen 2025 näytöt on annettava **1.10.2025** mennessä. Universiadien näytöt on annettava **1.6.2025**.

Lopulliset valinnat Universiadeihin tekee Olympiakomitea. **Osallistuvien urheilijoiden määrä ilmoitetaan Olympiakomitealle 16.4.2025 ja lopulliset valinnat tehdään 16.6.2025.**

U21 - 2025



Edustusjoukkue U21

Alle 21-vuotiaiden edustusjoukkue

Riina Myllylä, Chikara, Helsinki

Ada Narva, Oulun Judokerho

Perttu Hurskainen, Oulun Judokerho

Ville Kivelä, Hämeenlinnan Judoseura

Jesper Taavitsainen, Meido-Kan, Helsinki

Kristofer Pertelson, Chikara, Helsinki

Laura Hakso, Orimattilan Judoseura

Kokoonpanoa täydennetään maaliskuussa. Ensimmäisen vuoden alle 21-vuotiaita ei ole tässä vaiheessa mukana.

Valintakriteerit

Alle 21-vuotiaiden nuorten EJU-tason turnauksiin voi osallistua ikäluokan vastuvalmentajan nimeämä edustusjoukkue. Vain Judoliiton valmennuksen suunnitelman mukaisiin EJU/IJF tapahtumiin voidaan osallistua.

Alle 21-vuotiaiden EM-kilpailuihin 2025 voidaan valita urheilijat, jotka ovat sijoittuneet alle 21-vuotiaiden ryhmäsuunnitelmaan nimetyissä EJU-turnauksissa vähintään pistesijoille (1.–7.) vähintään kahdella otteluvoitolla.

Alle 21-vuotiaiden EM-kilpailujen näytöt on annettava **14.7.2025** mennessä.

Alle 21-vuotiaiden MM-kilpailuihin 2025 voidaan valita urheilija seuraavilla näytöillä:

- Alle 21-v. EM-kilpailuissa 2025 sijat 1.–7. TAI
- Saavuttaa kaksi nuorten Eurooppa Cup-italia ikäluokan ryhmäsuunnitelman 2024 mukaisissa näyttökilpailuissa.

Alle 21-vuotiaiden MM-kilpailujen näytöt on annettava **8.9.2025** mennessä.

U18 - 2025



Edustusjoukkue U18

Sara Mäntykenttä, Koyama Rovaniemi
Sofia Pekki, Meido-Kan, Helsinki
Topi Silen, Orimattilan Judoseura
Samir Balayev, Meido-kan, Helsinki
Olivia Kärnä, Shirokawa Ry
Jonathan Tönisson, Meido-Kan, Helsinki
Perttu Lambacka, Koyama Rovaniemi
Totti Pohja, Koyama Rovaniemi
Iida Puomilahti, Judoseura Sakura, Kuopio
Elmo Keränen, Siuntion Keido-Kan
Ronja Pirttikangas, Kita-Kan, Kemi

Seuraavan kerran edustusjoukkuetta päivitetään tarvittaessa alkuvuoden kansainvälisten tapahtumien Dutch Open (01/2025), Matsumae Cup (02/2025) sekä Sm-kilpailujen jälkeen maaliskuun alussa 2025.

Valintakriteerit

Alle 18-vuotiaiden nuorten ryhmäsuunnitelman mukaisiin EJU-tason turnauksiin voi osallistua ikäluokan vastuuvallmentajan nimeämä edustusjoukkue. Ryhmäsuunnitelman ulkopuolisiin EJU:n turnauksiin ei ilmoiteta osallistujia tai joukkueita.

Alle 18-vuotiaiden EM- ja EYOF-kilpailuihin 2025 voidaan valita urheilijat, jotka ovat sijoittuneet kuluvan vuoden ryhmäsuunnitelmaan nimetyissä EJU Cup-tason turnauksissa pistesijoille (1–7.) ml. Bremen Masters ja Thuringen Pokal. Joissain tapauksissa saattaa olla perusteltua lähettää tavoitteellisesti harjoitteleva urheilija kisoihin, vaikka näyttökriteeristö ei aivan täytyisi, kuten joukkuekisaan osallistuminen tai useampi otteluvoitto useammassa turnauksessa. Nämä valinnat on erikseen perusteltava.

Ikäluokan EM- ja EYOF-kilpailujen näytöt on annettava **25.5.2025** mennessä.

Lopullisen valinnan Nuorten Olympiafestivaalien joukkueesta tekee Olympiakomitea.

U18 MM-kilpailut eivät pääsääntöisesti kuulu U18-edustusjoukkueen ohjelmaan. Niihin voidaan valmentajan näin esittäessä lähettää urheilija, joka on kuluvana vuonna yltänyt mitaleille kahdessa ryhmäsuunnitelmaan kuuluvassa EJU Cup-tason turnauksessa tai sijoittunut EM/EYOF-turnauksessa sijoille 1.-7. Mahdollinen MM-joukkue valitaan EYOF-kilpailujen jälkeen.

Kiitos!

