



# Ohjeet vyö- ja natsakokeisiin osallistumiseen

Lasten ja nuorten harjoitusryhmille

## Johdanto

Vyökoe on karateen ja muihin budolajeihin oleellisesti kuuluva koetilaisuus, jossa harrastajan taitotasoa arvioidaan. Vyökokeiden kautta harrastaja pääsee tyypillisesti etenemään harjoitusryhmissä (junnuissa jatko 1 → jatko 2 ryhmään). Lisäksi portaittain vyöarvoissa eteneminen on motivaatiota lisäävä tekijä, sillä se konkretisoi tason kasvamista kun vyön väri tummuu valkoisesta kohti mustaa.

Junnuilla noudatamme mon-juniorivyöjärjestelmää, jossa on välietappeina natsat. Järjestys on seuraava:

- Valkoinen ●
- Keltainen ●
- Keltainen + natsa
- Oranssi ●
- Oranssi + natsa
- Vihreä ●
- Vihreä + natsa
- Sininen ●
- Sininen + natsa
- Ruskea\* ●
- Ruskea + natsa\*
- Musta\* ●

\*Käytännössä juniorivöitä suoritetaan tyypillisesti noin siniseen asti, koska tässä vaiheessa harrastaja on yleensä jo sen ikäinen, että aikuisiin siirtyminen alkaa olla ajankohtaista ja silloin on aika pohtia jo aikuisten vyöjärjestelmään siirtymistä tasokokeen avulla.



Vyökoetilaisuus on normaalia harjoitusta hieman virallisempi, ja siten yhtäläillä aikuista kuin lasta helposti jännittävä asetelma kun arvioijat ovat pöydän toisella puolella ja katsovat kaikkien tekemistä. Ohjaajat toki yrittävät parhaansa jännityksen purkamiseksi ja koittavat tehdä tilaisuudesta mukavan kokemuksen kaikille.

Kotona on silti hyvä keskustella asiasta ennen koetta. Toisaalta on hyvä myös ymmärtää, että jännitys kuuluu asiaan ja tilaisuudessa on tarkoituksenmukaista selvittää kuinka harrastaja pärjää paineen alla.

Mikäli vyökokeisiin liittyen herää kysyttävää, kannattaa olla yhteydessä oman ryhmän ohjaajaan. Tiedot löydät linkin takaa:

<https://seigokan.net/junnujen-valmentajat/>

## Kokeisiin ilmoittautuminen

Niin vyö- kuin natsakokeisiin (ja tasokokeisiin) tulee ilmoittautua hyvissä ajoin ennen koetta. Yleensä ilmoittautuminen kokeisiin sulkeutuu noin viikkoa ennen koetilaisuutta.

Jotta voit osallistua kokeisiin, pitää muutama edellytys täytyä:

1. Olet sopinut vyökokeeseen osallistumisesta ohjaajan kanssa, ja ohjaajalta on saatu lupa osallistua.\*
2. Olet selvittänyt [vyökoevaatimukset](#) ja koet osaavasi vaaditut asiat.
3. Vaadittava harjoitusmäärä (vyöarvoa vastaava harmaa alue harjoitusvihossa) on täynnä ja sinulla on harjoitusvihko mukana kokeessa.
4. Olet ilmoittautunut vyökokeeseen MyClubissa.\*\*
5. Olet maksanut vyökoemaksun ja sinulla on kuitti mukana. Kuitiksi kelpaa esim. tuloste tai kuvakaappaus verkkopankin maksusuorituksesta, jossa näkyy maksajan / osallistujan tiedot, päiväys, summa ja viitenumero. (Natsakoe ja tasokoe on maksuton).
6. Olet hankkinut karatepassin. (Vain aikuisiin siirryttäessä.)

\*Tällä käytännöllä pyritään varmistamaan, että harrastajalla on edellytykset pärjätä kokeessa ja vältetään todennäköisiä pettymyksiä. Samalla kun lupaa ohjaajalta



pyydetään, käydään yleensä läpi harjoitusvihkoa ja tarkistetaan riittävätkö harjoituskerrat sekä keskustellaan muuten odotuksista ja mahdollisista kysymyksistä kokeeseen liittyen.

**\*\*Ilmoittaudu kokeisiin myClubissa. Näkymä myClubissa on tällainen työpöytäversiossa:**

**MA 16.12.**  
18:00 - 19:00

• VYÖKOE Lasten ja nuorten jatko 1  
*Lasten ja nuorten jatkoryhmät*

Ilmoittautuminen päättyy  
10.12.2024 23:30

Osallistun En osallistu

Näähalli, Budo 1

10

Tiedot Osallistujat

Vyökoe

Näähalli, Budo 1 Näsijärvenkatu 8, Tampere, Suomi [Näytä kartalla](#)

16.12.2024 18:00 - 19:00 [Ilmoittautuminen päättyy 10.12.2024 23:30](#)

- HUOM! ilmoittautuminen päättyy 10.12.2024 klo 23:30
- Vyökokeeseen tullessa:
- Olet sopinut vyökokeeseen osallistumisesta ohjaajan kanssa.
- Vaadittava harjoitusmäärä on täynnä ja sinulla on harjoitusvihko mukana.
- Olet ilmoittautunut vyökokeeseen MyClubissa.
- Olet maksanut vyökoemaksun ja sinulla on kuitti mukana. **HUOM! Natsakokeeseen osallistuminen on ilmainen**

[Avaa tapahtumasivu](#)

**Hintatiedot**

Lasku toimitetaan ilmoittautumisen jälkeen.

Vyökoe	20,00 € *
Natsakoe (ei maksua)	0,00 € *

\* vain yksi on valittava

Vastaavan löydät mobiilista mikäli käytät myClubin mobiilisovellusta.

## Uuden vyöarvon suorittaminen

Onnittelut! Uusi vyöarvo on suoritettu hyväksytysti. Tiedon tästä saat välittömästi koetilaisuuden lopulla kokeen vastaanottavalta ohjaajalta. Tämä tarkoittaa joko välietapin saavuttamista nykyisellä vyöarvolla (natsa), junnuvyön vahvistamista aikuisten vyöksi (tasokoe) tai kokonaan seuraavan vyöarvon saavuttamista, jolloin vyön väri tummenee. Ohessa muutama huomio:



- Jos siirryit keltaiselta vyöltä oranssille, vaihtuu ryhmäsi jatkoryhmä 1:stä jatkoryhmä 2:seen. Samalla harjoitusaikataulu muuttuu tuntia myöhemmäksi. Tarkista ajat myClubista tai [verkkosivuiltamme](#).
- Natsan saat salilta kaapista ohjaajalta. Se ommellaan vyöhön kiinni. Natsa on maksuton, mutta hukatun natsan korvaaminen maksaa 10€.
- Uuden vyön voit hankkia omatoimisesti esim. [seuran verkkokaupasta](#) tai muualta. Vaihtoehtoisesti saat salilta kaapista ohjaajalta vyön 10€ hintaan. Maksu suoritetaan joko käteisellä paikan päällä (varaa tasaraha), etukäteen seuran tilille (ohje alla) tai MobilePayllä Petri Kylliäiselle (+358 45 675 9032). Huomioi, että Nääshallissa nettiyhteys ei ole kovin luotettava.
- Harjoitusvihkoon tulee merkintä uuden vyöarvon suorituksesta päivämäärän ja kokeen pitäjän allekirjoituksen kera.
- Harjoitusvihossa siirrytään keräämään harjoitusmerkintöjä seuraavaa vyöarvoa koskien.

---

Esimerkki maksusta seuran tilille uutta vyötä hankittaessa:

*Saaja: Tampereen karateseura Seigokan ry*

*Tilinumero: FI 1221 2118 0007 5507*

*Viesti: Maksu vyöstä, Matti Meikäläinen*

*Summa: 10€*

---

## Vyökokeessa epäonnistuminen

Jäikö uusi vyöarvo nyt tällä kertaa saavuttamatta? Ikävä kuulla. Näin valitettavasti voi käydä, ja se kuuluu lajin henkeen. Samoin kuin kokeet koulussa voivat mennä mönkään jos valmistautuminen on ollut puutteellista, voi vyökoe mennä myös kehnosti.



Tilanne on lapselle, ja välillä aikuisellekin hankala, ja nostattaa tunteita pintaan. Asiasta on hyvä keskustella kotona, ja tähän on hyvä varautua toki myös etukäteen. Asiasta voi myös aina keskustella ohjaajan kanssa ennen koetta tai sen jälkeen.

Todella moni karaten harrastaja epäonnistuu joskus monivuotisen harjoittelu-uransa aikana vyökokeissa. Tärkeää on ymmärtää miksi näin kävi, ottaa oppia saadusta palautteesta ja keskittyä kehittämään niitä asioita joista kokeen suoritus jäi kiinni.

Lajissa kehittyminen ja samalla vyöarvoissa eteneminen on todella henkilökohtaista, ja kukin etenee omaa tahtiaan. Lapset ja nuoret kehittyvät eri vauhtia mm. fyysisesti, motorisesti ja esimerkiksi keskittymiskyvyssä on suuria vaihteluita. Tämä on nuorimmille harrastajille toki vaikea paikka jos harjoituskaveri etenee seuraavaan ryhmään ja itse ei. Vyökokeissa epäonnistuminen onkin aina henkisen kasvun paikka, ja usein paras mahdollisuus ottaa kehityskaskelia lajissa etenemisen suhteen.

## Aikuisiin siirtyminen ja tasokoe

Yleensä puhutaan noin 14-15-vuotiaasta harrastajasta, jolloin iän puolesta on jo järkevää siirtyä harjoittelemaan aikuisten ryhmään. Sopivasta hetkestä kannattaa keskustella ryhmän ohjaajien ja saman ikäisten harjoituskaverien kanssa. Ryhmän ohjaaja pyrkii proaktiivisesti puskemaan sopivia harrastajia reippaasti käymään tutustumaan aikuisten treeneihin jo ennen siirtymää. Parasta olisi mikäli tutustumaan pääsee saman ikäisen harjoituskaverin kanssa, jolloin kynnyks on matalampi. Juniori voi hyvin käydä yhtäaikaan sekä junnujen että aikuisten treeneissä yhdellä kausimaksulla.

Tasokoe järjestetään normaalin vyökokeen yhteydessä aikuisiin siirtyville nuorille karatekoille. Tasokokeessa raidallinen juniorivyö vahvistetaan aikuisten vyöksi, jotta vyöarvo vastaa aikuisten vaatimustasoa. Tasokoe on maksuton.

Huomioi, että tasokokeen kanssa ei ole kiire. Aikuisten ryhmän harjoituksissa voi käydä vielä junnuvyöllä riittävän pitkään, jotta aikuisten vyökoevaatimukset on saatu haltuun. Juniorivyöillä (mon -asteikko) on eri vyökoevaatimukset kuin aikuisten vöillä (kyu -asteikko). Tämän vuoksi on juniorikaratekan hyvä valmistautua tasokokeeseen huolella ja tutustua uusiin vyökoevaatimuksiin hyvissä ajoin.

Vyökokeeseen osallistunut voi kokeen suoritettuaan vahvistaa nykyisen vyöarvonsa (esim. juniori-vihreä → aikuisten vihreäksi) tai ansaita esimerkiksi yhtä alemman vyöarvon (esim. juniori-vihreä → aikuisten oranssiksi). Nimensä mukaisesti tavoitteena on selventää harrastajan taso aikuisten vaatimusten mittapuulla.



**Huom!** Aikuisiin siirtyessä harrastajalla on oltava karatepassi (lue lisää alla kohdassa karatepassi). Passi on viimeistään tasokokeessa oltava mukana, jotta uusi vyöarvo voidaan kirjata siihen.

**Huom!** Aikuisten vyöarvot ovat vaatimustasoltaan haastavampia kuin juniorivyöt ja niitä ei tule verrata aivan yksi yhteen.

## Karatepassi

Aikuisilla tai aikuisiin siirtyvillä tulee olla vyökokeessa Suomen Karateliiton karatepassi. Karatepassi on virallinen dokumentti, johon merkitään karatekan uran tärkeät tapahtumat. Yksi tärkeimmistä kohdista on vyökoesuoritukset, joka on ainoa virallinen todistus Suomessa suoritetuista vyöarvoista. Karatepassi on kertahankinta ja se on voimassa koko eliniän.

Passi maksaa 25€ ja sen voit hankkia keneltä tahansa valmentajalta. Karatepassia varten tarvitaan yksi passikuva. Passi tulee hankkia vähintään viikkoa ennen vyökoetta. Maksa passi seuran tilille ja toimita kuitti yhdessä passikuvan kanssa valmentajalle..

Alla maksuohje:

---

*Saaja: Tampereen karataseura Seigokan ry*

*Tilinumero: FI 1221 2118 0007 5507*

*Viitenumero: 136*

*Summa: 25€*

---

Tsemppiä tulevaan vyökokeeseen! 😊

- Seigokanin junnuryhmien valmentajat