



Ippon Judoklubb – Faktaark

Hva er judo?

Judo er en kampsport med utspring fra Japan. I motsetning til andre kampsporter, har judo kun «myke» teknikker. I dette ligger ingen slag eller spark, men kast- og kontroll-teknikker. I judo er teknikk, timing, smidighet og balanse de viktigste egenskaper. Prinsippet er å utnytte motstanderens styrke og fart til egen fordel, med mål om å bryte balansen og utføre en kasteteknikk.

I og med at idretten har sitt utspring i Japan, så står respekt sterkt i Judo. Vi skal respektere alle uansett alder, kjønn, etnisitet, funksjonsgrad osv. Dette drilles inn fra første gang vi setter våre ben på judomatten.

Judo er verdens 7. største olympiske idrett med over 20 millioner utøvere på verdensbasis og har vært OL-gren siden 1964. Det internasjonale Judoforbundet har over 200 medlemsland.

Hvem er Ippon Judoklubb?

Ippon Judoklubb holder til i Nadderudhallen på Bekkestua, noe vi har gjort siden oppstarten i 1970. Vår målsetning er å skape et trivelig og inkluderende treningsmiljø, der vi samtidig vektlegger å utvikle dyktighet i sporten.

Vi har partier for de fleste nivåer, både barn, ungdom, voksne, eliteutøvere og mosjonister. Klubben har vært i rivende utvikling siden oppstart og er nå Norges største judoklubb.

Ippon har utøvere på ungdomslangslaget, juniorlandslaget og seniorlandslaget. I tillegg har vi et tett samarbeid med Norges Toppidrettsgymnas (NTG) der flere av våre medlemmer bidrar som trenere.

Les mer om oss på: www.ippon.no

Besøksadresse:

Haukeveien 12
1357 Bekkestua

Org.nummer

975 808 599

E-post

post@ippon.no

Kontonummer

7874.06.15822

