

# **Antti Maliselle musta vyö**

Nurmijärven Pingviinit-judoseuran Antti Malinen saavutti judon harrastajien erään tärkeimmän tavoitteen, mustan vyön arvon. Hakunilassa viime lauantaina pidetyssä vyökokeessa hän sai erityis-maininnan hyvin esitetystä nage-no-katasta (heittojen muo- dollinen esittäminen), joka yleensä kertoo paljon judokan teknisestä osaamisesta.

Mustaan vyöhön tulee osata kaikki lajin tekniikat ja niiden muunnelmat, joten lähes puoli tuntia kestänyt vyökoe oli sellaisenaan kuin lyhyehkö judoharjoitus.

Aktiivisen judoharjoittelun lisäksi Antti toimii seurassa nuorten ja aikuisten harjoitusten opettajana.

– Judo on eräs monipuolisin urheilulajeista, joilla voi mielenkiintoisesti ylläpitää kuntoaan.

– Joidenkin judokursseille tulevien nuorten yleiskunto on alussa huolestuttavan heikko, joka kuitenkin jo syksyn harjoittelun jälkeen paranee oleellisesti, kertoi Antti Malinen.

Pingviinit judoseura opettaa judon salaisuuksia Rajamäen Rajakaari -hallin budosalissa.

Ilmoittautuminen on paikan päällä lauantaina 7.9. klo 11.00.

---