



## **TOIMINTASUUNNITELMA 2017-2018**

### **HYVINKÄÄN VOIMISTELU JA LIIKUNTA HYVOLI RY**

#### **1 TOIMINTA-AJATUS**

Seuran tarkoituksena on tarjota jäsenistölleen terveyttä edistävää liikuntaa ja tarjota eri-ikäisille mahdollisuuksia harrastaa monipuolista voimistelua ja liikuntaa harrastus-, kilpa- ja huippu-urheilutasolla harrastajien edellytysten ja tarpeiden mukaan. Seuran toiminnan perustana ovat liikunnan eettiset arvot ja urheilun reilun pelin periaatteet. Toiminnan tavoitteena on laaja-alaisen ja tasa-arvoisen liikuntakulttuurin edistäminen.

#### **Visio**

Seuran tavoitteena on tarjota monipuolista ja laadukasta harrasteliikuntaa kaikille sekä järjestää tavoitteellista joukkuevoimistelua.

#### **Arvo**

Liikunnan riemua,  
yhdessä kokien,  
elämänkaaren kaikissa vaiheissa.

#### **Slogan**

"Hyvolissa on hyvää seuraa"

## **2 SEURATOIMINTA**

### **2.1 Johtaminen**

Seuran toimintaa ja taloutta johtaa sääntömääräisen kevätkokouksen valitsema hallitus. Hallitus muodostuu puheenjohtajasta, kuudesta varsinaisesta jäsenestä ja kahdesta varajäsenestä. Hallitusväelle on jaettu vastuualueet: puheenjohtaja, varapuheenjohtaja, talousvastaava, viestintä- ja markkinointivastaava, Sinetti-yhdyshenkilö, kilpa- ja valmennusvastaava, aikuistenliikunnan jaosvastaava sekä lasten- ja nuortenliikunnan vastaava sekä hallituksen sihteeri. Toinen sääntömääräinen kokous on syyskokous, jossa esitetään hallituksen laatima tilinpäätös ja tilintarkastajien antama lausunto, sekä päätetään tilinpäätöksen vahvistamisesta ja vastuuvapauden myöntämisestä hallitukselle ja muille vastuuvollisille. Lisäksi hallitus kokoontuu kerran kuukaudessa päättämään ajankohtaisista asioista, kaksi kertaa vuodessa järjestetään seminaaripäivä. Hallitus osallistuu Voimisteluliiton sekä entisen Valo ry:n, nykyisen Olympiakomitean järjestämiin seminaareihin, seurapäiviin ja -tapaamisiin.

### **2.2 Seurakoordinaattori**

Seurakoordinaattorin toimenkuvaan kuuluvat toimistorutiinit, toimistopäivystykset, asiakaspalvelu, talousasiain hoito, tuntien ohjaaminen ja muut hallituksen hänelle osoittamat tehtävät.

Käytössä on sähköinen jäsenrekisterijärjestelmä Nepton.

### **2.3 Talous**

Toiminnalle vahvistetaan vuosittain kevätkokouksessa talousarvio. Tulot muodostuvat pääosin osallistumismaksuista, tapahtumista ja kaupungin myöntämästä toiminta-avustuksesta. Suurimmat menot ovat seurakoordinaattorin ja ohjaajien palkkakulut. Stipendirahastolla pyrimme takaamaan harrastusmahdollisuuden myös vähävaraisille perheille. Tukea kausimaksuihin voi hakea 1-2 kertaa toimintakaudessa. Jäsenmaksu peritään kerran vuodessa. Jäsenmaksun suuruus on 10 €/toimintakausi.

Kirjanpidosta vastaa Maarit Oksanen. Tavoitteena on budjetin tarkempi seuranta toiminnanaloittain sekä JV-toiminnassa joukkueittain. ProCountor- järjestelmä toimii kirjanpito-ohjelmalla. Varsinainen ja varatoiminnantarkastaja tai tilintarkastaja valitaan kevätkokouksessa.

### **2.4 Viestintä ja markkinointi**

Seuran pääasiallinen viestintä tapahtuu www-sivujen ([www.hyvoli.fi](http://www.hyvoli.fi)) kautta, sosiaalisessa mediassa (Facebook, Instagram) ja joukkue- ja ryhmäkohtainen viestintä sähköpostitse. Seuran ulkoisesta viestinnästä vastaa seuran viestintävastaava sekä some-vastaava ja sisäisestä viestinnästä seurakoordinaattori. Seuran www-sivujen päivityksestä vastaavat seurakoordinaattori ja seuran some-vastaava. Joukkuekohtaisten sivujen päivityksestä vastaavat joukkueenjohtajat, valmentajat tai joukkueelle erikseen nimetty

viestintävastaava. Seuralla on käytössään Flickr-kuvapankki, Facebook, Instagram ja Aamupostin uutispalvelu. Tapahtumista ilmoitamme myös kaupungin ”Tapahtumat” - internet-sivuilla.

Joukkueenjohtajat valitaan kunkin joukkueen vanhempien joukosta ennen kauden alkua elo-syyskuussa 2017 pidettävissä vanhempainilloissa. Joukkueenjohtajat hoitavat omalle joukkueelleen kulkevan viestinnän ensisijaisesti sähköpostitse, tarvittaessa myös esim. tekstiviestein tai muuta sosiaalista kanavaa (Nimenhuuto tms.) hyödyntäen. Joukkueenjohtajat toimivat oman ryhmänsä yhteyshenkilöinä. Jokaisella joukkueella on mahdollisuus tehdä omaa sponsori-hankintaa ja kerätä tällä tuottoja oman joukkueensa toimintaan.

Seura markkinoi toimintaansa messuilla ja muissa tapahtumissa muutaman kerran vuodessa tapahtumakohtaisesti sopien. Lisäksi joukkueilla on mahdollisuus käydä esiintymässä erilaisissa tapahtumissa ja saada näin tukea toimintaansa.

Seura on teettänyt Laurean opiskelijoilla kriisiviestintäsuunnitelman, jota noudatetaan kaikissa tilanteissa.

## **2.5 Koulutus**

Jokainen ohjaaja huolehtii ensisijaisesti omasta kouluttautumisestaan ja sopii siitä toiminnanvastaavansa kanssa. Ohjaajien koulutustasoa kartoitetaan ja seurataan Voimisteluliiton koulutuspassilla. Ohjaajien pyritään siten tukemaan ja kannustamaan kouluttautumisessa. Ohjaajakoulutusten lisäksi kannustamme kilpavalmentajiamme osallistumaan myös tuomarikoulutuksiin.

Seura hyödyntää Voimisteluliiton ja ESLU:n monipuolista koulutustarjontaa. Lisäksi seura kuuluu yhdessä yhteistyöseurojen kanssa koulutuspilottiin, mikä mahdollistaa ohjaajakoulutuksien järjestämisen. Nuoria tuetaan ohjaustoiminnan aloittamisessa ja kannustetaan kouluttautumaan. Hallitus osallistuu tarpeen mukaan seurajohdon koulutuksiin. Seura osallistuu koulutusten kustannuksiin anomusten perusteella.

## **2.6 Yhteistyö Järvenpään Voimistelijoiden ja Mäntsälän Voimistelijoiden kanssa**

Hyvinkään, Järvenpään ja Mäntsälän seurayhteistyön päätavoitteina on mahdollistaa

- seurojen lasten- ja nuorten harrastustoiminnan kehittyminen
- monipuoliset harrastusmahdollisuudet eri taito- ja tavoitetasoilla
- seurojen yhteistoiminta eri toiminnan tasoilla
- alueellinen huippuvoimistelutoiminta.

Seurayhteistyötä toteuttaa kaksi päätoimista työntekijää yhteistyössä seurojen hallitusten, ohjaajien, valmentajien ja päätoimisten työntekijöiden kanssa. Seurayhteistyön toimintaa ohjaa hallintotiimi, jossa on kunkin seuran hallituksesta kaksi edustajaa. Seurayhteistyöllä on oma toimintalinja ja talousohje, missä on avattu keskeiset tavoitteet ja toimintatavat.

Seurayhteistyön puitteissa jatkamme toimintakaudella 2015 – 2016 aloitettua yhteisen voimistelupolkujärjestelmän toteuttamista, jonka tavoitteena on mahdollistaa monipuolinen harrastustarjonta sekä harrastajamäärän kasvu. Voimistelupolkujärjestelmä on jatkumo, jonka kautta vahvistamme seuramme lasten- ja nuorten harrasteliikuntaa sekä valmennustoimintaa.

\*HJM-toimintasuunnitelma 2017-2018 liitteenä

## **2.7 Sinettiseuratoiminta**

Hyvoli ry on ollut Valo ry:n Sinettiseura vuodesta 2010 lähtien. Seuralla on vahvistettu toimintalinja, jota toiminnan tulee vastata. Toimintalinjassa on kuvaus mm. 1) seuran visiosta, eettisestä linjauksesta ja tavoitteesta, 2) voimisteliijoista, valmennuksesta ja kilpailutoiminnasta, 3) seuratoiminnasta ja 4) ilmapiiiristä ja terveellisistä elämäntavoista. Vahvistetun toimintalinjan noudattaminen ja kehittämistarpeet arvioidaan vuosittain. Syyskauden aikana seuran hallitus suorittaa sisäisen tarkastelun vastaako olemassa oleva toiminta toimintalinjaa ja / tai onko toimintalinjassa muutettavia asioita. Toimintalinjan päivitystarpeet tuodaan tarvittaessa seuran sääntömääräisen kokouksen käsittelyyn vuoden 2018 aikana. Vahvistettu toimintalinja on kuvaus seuran toiminnasta ja toimintatavoista. Se linjaa osaltaan seuran toiminnan kehittämistä ja toimii uusien työntekijöiden ja vapaaehtoisten perehdyttämisen välineenä. Seuran Sinetti-yhdyshenkilö ja muut avainhenkilöt osallistuvat aktiivisesti Valo ry:n tarjoamiin tapahtumiin ja tilaisuuksiin.

### **3 VARSINAINEN TOIMINTA**

Hyvoli tarjoaa harrastetoimintaa, joukkuevoimistelua ja aikuisliikuntaa.

Tarjonnan kohdalla pyrimme seuraamaan aikaa ja tarjoamaan jäsenistölle monipuolista toimintaa sekä mahdollistamaan erilaisia polkuja harraste- ja kilpatoiminnan välillä. HJM-alueyhteistyöllä on tarkoitus saada voimistelijan polut yhä selkeämmiksi ja taata laadukkaita ja yhtäläiset perusvoimistelutaidot kaikille harrastajille pienestä pitäen. Voimme järjestää myös erilaisia lyhytkursseja ja koulutusta. Osallistumme myös aktiivisesti erilaisiin tapahtumiin ja messuille sekä esiintymispyyntöihin tarttumme mielellämme.

#### **3.1 Lasten ja nuorten harrastetoiminta**

Toiminnanvastaava pitää yhteyttä ohjaajiin ja tukee heitä tarvittaessa, mahdollisesti seurakoordinaattorin ja puheenjohtajan kanssa. Harrastetoiminta järjestää tarvittaessa lasten liikuntatapahtumia ja omia ohjaajakokouksia. Tavoitteena on pitää toiminta laadukkaana Sinetin edellyttämällä tavalla.

#### **3.2 Aikuisliikunta**

Tuntitarjonnassa painotetaan terveyttä edistävään liikuntaan. Pyrimme ylläpitämään Priima-sertifikaattia. Koska paikkakunnallamme on paljon kilpailevaa toimintaa aikuisliikunnan saralla, pyrimme Hyvolissa tarjoamaan perusliikuntaa matalan kynnyksen ryhmäliikuntatunneilla ja vetovoimaisia lajeja. Aikuisliikunta vastaa aikuisliikkujiin suunnattujen tapahtumien suunnittelusta, markkinoinnista ja toteutuksesta yhdessä seurakoordinaattorin kanssa sekä syys- että kevätkaudella. Myös kesäjumppa on aikuisliikunnan vastuulla. Aikuisliikunnan ohjaajat ja jumpparit voivat osallistua myös muiden järjestämiin liikuntatapahtumiin. Toimintaan on tavoitteena saada lisää aktiivisia seuratoimijoita.

#### **3.3 Joukkuevoimistelu**

Tarjoamme kilpaurheilusta kiinnostuneille lapsille ja nuorille tavoitteellista ja haasteellista valmennus- ja kilpatoimintaa joukkuevoimistelussa. Joukkuevoimistelua voi harrastaa kilpa- ja mestaruussarjoissa. Joukkuevoimistelussa noudatetaan HJM-toimintalinjaa ja voimistelijanpolkua, joka esitellään erikseen HJM-osiossa.

Joukkuevoimisteluryhmää vetää JV-vastaava. Ryhmä kokoontuu joka toinen kuukausi, johon kuuluvat sekä ohjaajat, valmentajat, joukkueenjohtajat ja talousvastaava. Ryhmä järjestää yhteistyössä HJM-valmentajien kanssa asematapahtumia, kilpailuja, leiripäiviä ja taitokisoja kolmen seuran joukkueille. JV-vastaava ja valmentajat järjestävät yhteisen kisakatselmuksen syksyllä ja keväällä, johon kutsutaan tuomarit, huoltajat, voimistelun ystävät ja naapuriseurojen joukkueita.

### **3.4 Tapahtumat**

#### **3.4.1 Hyvinkää Cup**

Hyvoli järjestää Hyvinkää Cupin (joukkuevoimistelun aluekilpailut ja Stara-tapahtuman) Martinhallissa keväällä 2018. Kilpailuiden järjestämiseen osallistuu kymmeniä talkoolaisia, seuran omia ja ulkopuolisia jäseniä.

#### **3.4.2 Näytökset**

Syyskausi päättyy perinteiseen joulunäytökseen joulukuussa 2017 ja kevätkausi keväänäytökseen toukokuussa 2018. Keväänäytöksessä palkitaan ansioituneita seuratoimijoita.

## **4 VOIMISTELU- JA LAJITOIMINTA**

Seurassa toimii harrasteryhmiä, kilparyhmiä sekä aikuisliikunnan ryhmiä. Lasten ja nuorten lajeja ovat joukkuevoimistelu, temppujumppa, telinevoimistelu, tanssillinen voimistelu ja cheerleadingin. Rosa-ryhmät ovat joukkuevoimistelun harrasteryhmiä. Kilpatoimintaa on joukkuevoimistelussa sekä cheerleadingissä.

### **4.1 Perheliikunta (1)**

- 3-4-vuotiaille

### **4.2 Rosa-ryhmät (10)**

- Alle kouluikäiset: 3-vuotiaat (satuvoimistelu), 4-, 5- ja 6-vuotiaat
- Kouluikäiset: 7-8-vuotiaat, 8-9-vuotiaat, 10-12-vuotiaat, 12-14-vuotiaat, yli 13-vuotiaat
- Lisäharjoitukset kerran viikossa: 6-10-vuotiaat ja yli 11-vuotiaat

### **4.3 Temppujummat (3)**

- 4-vuotiaat
- 5-vuotiaat
- Temppukoulu yli 6-vuotiaat

### **4.4 Telinevoimistelu (9)**

- Alkeisryhmät: 7-vuotiaat, 8-vuotiaat, 9-10-vuotiaat ja yli 10-vuotiaat
- Jatkoryhmät: kolme (3) ryhmää taitotasoin
- Freegym: 8-12-vuotiaat ja yli 13-vuotiaat

### **4.5 Tanssilliset ryhmät (4)**

- Minitanssi 3-4-vuotiaat ja 5-6-vuotiaat
- Tanssillinen voimistelu 6-8-vuotiaat ja 9-12-vuotiaat

### **4.6 Cheerleading (5)**

- Harrasteryhmät: alle 12-vuotiaat, 12-15-vuotiaat, cheerdance
- Kilparyhmät: Blackwings alle 12-vuotiaat ja Stars 12-15-vuotiaat

Hyvolin cheer-kilpajoukkueet käyvät SCL:n (Suomen cheerleadingliitto) ja lähiseurojen järjestämissä kilpailuissa. Kilpailuja on vuositasolla 1-4 kpl riippuen sarjatasosta. Ohjaajat osallistuvat SCL:n koulutuksiin.

#### **4.7 Aikuisliikunta**

- Muokkaus
- Niska-selkä
- PowerBody
- Kuntosali
- FlowGymnastics

Aikuisliikunnan tunteja pidetään myös kesällä 2018.

#### **4.8 Joukkuevoimistelu**

Kausi on pituudeltaan 11 kk, ja se jakautuu syksyyn, kevääseen ja kesään. Joukkueet harjoittelevat 2-6 kertaa viikossa ja 1-3 h kerrallaan. Joukkueita pyritään muodostamaan kaikkiin ikäluokkiin niin harraste- kuin kilpapuolellekin, samalla huomioiden HJM-tavoitteet.

#### **4.9 Kilta**

Seuramme Uskollisuuden Kilta jatkaa toimintaansa oman suunnitelmansa mukaisesti. Hyvoli ja Hyvolin Kilta tekevät yhteistyötä.