



LOHJA SEUDUN SOUTAJAT ry TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2022

Seuran sääntöjen 16§:n mukaan toiminta- ja tilivuosi on kalenterivuosi

TOIMINTAPUITTEET

Soutustadion sijaitsee Hiidensalmessa, Kokkokallionkatu 6, Lohjan kaupungilta vuokratulla tontilla. Venevajassa säilytetään seuran kalustoa. Rannassa on kaksi laituria.

KALUSTO

Seuran omistuksessa on 1 kirkkovene, 1 coastal, 2 vuorosoutuvenettä, 1 parisoutuvene, 3 yksikköä, 1 olympiapuokan yksikkö, 1 kirkkovenetraileri, Seuran jäsenillä on oikeus käyttää seuran kalustoa kuntourheiluun, kilpaharjoitteluun ja seuran edustajana kilpailuihin osallistumiseen. Veneiden kunnostusta tehdään tarpeen mukaan talkoovoimin. Veneiden huollon ja kunnostuksen tietotaidon siirtäminen nuoremmille on tärkeää. Pyritään tekemään huolto- ja korjaustoimet niin, että työssä käyvätkin voivat osallistua ja oppia.

SEURATOIMINTA JA SEN KEHITTÄMINEN

-Lohjan Seudun Soutajien toiminta on jäsenlähtöistä. Jäsenten ehdotukset ja aloitteet antavat suuntaa kuluvalle kaudelle ja tulevalle toiminnalle ja sen kehittämiseksi.

-Kauden 2022 aikana tavoitteena on tehdä tunnetuksi sekä sisäsoudun että järvisoudun houkuttelevuutta. Fyysisesti tehokkaana ja erittäin monipuolisena lajina soutu sopii lähes kaikille nuorille ja aikuisille kunto- ja kilpaurheilun kesäliikuntalajina järvellä sekä talvikautena ergosoutuna sisätiloissa, kun järvellä harjoittelu ei ole mahdollista.

-Tuodaan esille seuramme toimintaa eri tiedotuskanavissa keinoina somealustat mukaan lukien www.loss.fi, lehdistö, LLK:n infotaulut.

- Kuluvan vuoden aikana työstetään uusi mainoslehtinen seuran toiminnasta.

- Keskitetään sähköiset yhteydenotot ja keskustelut seuran johtokunnan jäseniin ainoastaan seuran oman sähköpostiosoitteen kautta.

-Selvitetään liikuntasanelien käyttöönnoton mahdollisuutta soudun maksuvälineenä.

-Seuran omien kilpailujen ja kuntotempausten näkyvää markkinointia lisätään.
-Sekä seuran jäsenille että ulkopuolisille, soudusta kiinnostuneille, järjestetään veneen käytön ja soudun tekniikkaohjausta henkilökohtaisesti pienveneillä ja ryhmissä Concept2 laitteilla ja kirkkoveneellä.

SEURAYHTEISTYÖ

Esim soutukilpailun järjestäminen tai kilpailuun osallistumisen yhteydessä: lähialueen soutuseurat, LLK, muut seurat ja järjestöt esim. Lohjan Latu, SPR, Lohjan Maanpuolustus-naiset, Lohjan Kalaseura, Lohjanjärven veneilijät.

VARAINHANKINTA

Vuoden 2022 jäsenmaksu on 45 € (aiemmin 45€/v)

Yksittäinen soutukerta 5 € (aiemmin 5€ , sekä järvi- että sisäsoutu)

Opiskelija, alle 18-v. 10 € (aiemmin 10 €/ vuosi)

Kannattajajäsen 200€/ vuosi

Iltasoutucupin osallistumismaksu 5 €/ hlö (aiemmin 5€)

Suurlohjan Soutujen osall.maksut: pienvene _____€/hlö, kirkkovene _____€/joukkue

kaluston vuokraus

Kirkkoveneen vuokra perämiehen kanssa 200 € / kerta

Kirkkoveneen ja trailerin vuokra 250 € per soutu

Veneen säilytyksen vuosivuokra venevajassa 50 € / jäsen ja 100 € / ei-jäsen

Silloin kun soutaja/-t ei edusta LoSSia kisoissa

yksikön vuokra 10 € / 20 € (jäsen/ei-jäsen)

vuorosoutu/ Coastal/ kaksikko vuokra 20 € /40 € (jäsen/ei-jäsen)

Muu varainhankinta

Seura hakee kalustohankintoihin, tapahtumiin, kunnostus ym hankkeisiinsa saatavilla olevia avustuksia, hankerahoitusta ja mahdollisia sponsoritukia. Kilpailutapahtumien yhteydessä toteutetaan pienimuotoista puffettitoimintaa.

KULUKORVAUKSET

Seura maksaa ergo-, pienvene- ja kirkkovenesoutajien SM-kilpailumaksut.

Seura ei maksa kilpailujen aiheuttamia majoituskustannuksia.

Kilpailujen matkakustannusten korvauksista päätetään tapauskohtaisesti anomusten perusteella.

Johtokunnan jäsenille maksetaan korvaus kokousmatkoista todellisten polttoainekulujen mukaan.

HANKINNAT

Vuoden 2022 hankinnoiksi esitetään:

huolto/turvavene esim. alumiininen matalalaitainen, johon voi turvallisesti nousta vedestä ja poijujen kuljetus sujuu, kustannus n. 3000€ .

Uudet aivot kirkkoveneeseen, kustannus n. 1500 €.

Sisäsoutulaite 2 kpl, uudet tai käytettynä jos löytyy.

OHJAUSVASTUUT ERI VENETYYPEILLE

Ehdotus: Vuosikokouksessa tehtyjen henkilöehdotusten mukaan nimetään eri soutulajeille omat vastuuhenkilöt (vähintään 2 henkilöä/ laji) seuraavasti:
Pienpuuveneet (yksikkö, kaksikko, vuoros.) / 2 hlöä: Ari Arpiainen, Kaisa Wallenius
Coastal / 2 henkilöä: Ari Arpiainen, Tiia-Maria Rauttola, Jenna Arpiainen
Kirkkovene / 2 henkilöä: Henrik Fyrqvist, Sirpa Alen (?)
Olympialuokan yksikkö / 1-2 henkilöä: tähän ei tarvita, luovutaan
Concept 2 sisäsoutulaite / 2 henkilöä: Ari Arpiainen, Kaisa Halme (?) ja Tiia-Maria Rauttola varalla
Nuorisovastaava: Rami Heikkilä

TALVIKAUDEN HARJOITTELU / SISÄSOUTU

Sisäsoudun harjoituskausi toteutuu vuoden vaihteesta 30.4. asti Sporttikeskus Tennarissa. Käytössä on 8 Concept2 vuokralaitetta, 1 seuran oma laite sekä 2 jäsenten omistamaa laitetta. Käyttäjryhminä ovat kuntoryhmä, kilparyhmä ja seuran jäsenten ohjaamat LLK:n soutu spinningryhmät. Ryhmien ulkopuoliset ajat tila on käytettävissä jäsenten yksilöharjoitteluun.
Alustavan tiedon mukaan Sporttikeskus Tennarin sisäsoudun harjoitustila on käytettävissä myös 1.10.-31.12.2022

KESÄKAUDEN HARJOITTELU / JÄRVISOUTU

PIENPUUVEENEET, COASTAL, O- VENE

Pienveneillä soutavat jäsenet soutavat omien aikataulujensa mukaisesti, käytössä on veneiden varauskalenteri.
Uusille lajin harrastajille vastuuhenkilöt opastavat veneiden käytön ja antavat soudun tekniikkaohjausta henkilökohtaisesti.
Alkupalven-22 LLK:n sisäsoutajille markkinoidaan kesäkauden järvisoutua teemalla "Soutuspinning-järvellä" joko pienveneellä tai kirkkoveneessä

KIRKKOVENESOUTU

Soutuharjoittelu kirkkoveneellä edellyttää aina yhden jäsenen toimimista perämiehenä. Tavoitteeksi tulevalle soutukselle asetetaan, että mahdollisimman moni kirkkovenesoutaja opettelisi perämiehenä toimimista jolloin perämiesvastuu jakautuisi useammalle henkilölle harjoituskauden aikana.

Kilpasoutu:

Kirkkoveneen kilparyhmä edellyttää vähintään 14:ää kilpaharjoitteluun sitoutunutta soutajaa. Jos seurayhteistyö onnistuu niin omasta seurasta kilparyhmään riittänee mahdollisesti 6-8 soutajaa. Harjoittelu tulisi tapahtumaan osin kuntosoutajien treeneissä osin yhteistreeneissä toisen seuran jäsenten kanssa.

Kuntosoutu

Ehdotetaan, että kirkkoveneellä kuntosoutuharjoitukset esim. maanantaisin ja torstaisin klo 18:00 ja keskiviikkona klo 9 kuten aiempinakin vuosina.
Harjoitusvuoroja lisätään kiinnostuksen mukaan.
Jos veneessä aloittelijoita, kierroksen kesto max 45 min jonka jälkeen rantaudutaan ja halutessaan jo enemmän soutaneet voivat tehdä uuden kierroksen.

Tai vaihtoehtoisesti rennompia aloittelijat-treeni klo 17:15-18 jonka jälkeen kuntosoutajat starttaa klo 18:10 mukana mahdollisesti kilpasoutajia. Viikottaisten arki-iltaharjoitusten lisäksi useamman tunnin kestäviä tai koko päivän kestävyysharjoituksia touko-lokakuu välisenä aikana: esim.

Soutu Päiväkumpuun (Christian Kreuzfeldt ehdotuksen mukaan, joka jäi toteutumatta v,2021)

Soutu Hiidenpirtille / Mustioon / Virkkalaan / Lohjansaaren ympäri /

Souturetki merelle ulkosaaristoon (yhteistyössä Ingalundan kanssa)

Souturetki Hiidensalmi-Vihdin kirkonkylä-Hiidensalmi, jolloin meno- ja paluumatkalla eri soutajat.

KILPAILUTOIMINTA

Ehdotetaan, että seuran kilpailumuotoina ovat kirkkovene-, pienpuuvene-, coastal-, o-vene ja sisäsoutu. Tavoitteena on jäsenten osallistuminen aktiivisesti eri kilpailutapahtumiin seuran edustajana seuran veneellä tai halutessaan myös omalla veneellä. Kilpailutoiminta edellyttää, että mainituille soutu- ja veneille tulisi kullekin olla / löytyä jäsenistöä vetäjät/ ohjaajat

Ehdotetaan, että vuosikokous päättää kilpailutoiminnan vastuuhenkilöt:

Sisäsoutu: Ari Arpiainen, Jenna Arpiainen

Pienpuuveneet: Ari Arpiainen

Coastal: Ari Arpiainen, Tiia-Maria Rauttola

O-vene: ei ohjausta

Kirkkovene: ?

Nuorisovalmennus: Rami Heikkilä

Alustavan tiedon mukaan kauden 2022 kilpailuja ovat:

5.2. SM-ergo 2000 m virtuaalisena

12.3. SM-ergo 500 m ja 6000 m virtuaalisena

23.4. SM-ergo maraton - Hybridi, Gustavelund Tuusula

LoSS:n iltasoutu-cupit:

ke 18.5., ke 25.5., ke 1.6. (seuran mestaruuskisa yksiköt), ke 29.6. (12 km, seuran mestaruuskisa vuoro- ja parisoutukisa), ke 20.7., ti 2.8. (1 km)

12.6. valtakunnallinen Suomi Soutaa ja Meloo päivä

11.-12.6. Tampere. SM, pienveneviesti, KV SM 11.-12.6. Tampere.

18.6. Aurlahti Suurlohjan Soudut, pienveneet, kirkkoveneet 25 km

9.7. Sulkava pienveneet, kikkoveneet

30.7. Pirkan soutu pienveneiden keskimatka SM

13.8. Virrat SM 1000 m

14.8. Virrat SM 10 000 m

TULEVAISUUDEN VISIOINTIA, mikä on toisin viiden vuoden kuluttua?

Jäsenmäärä on kasvanut, kaupunkilaiset löytäneet soudun tehokkaana liikuntamuotona?

Alueen kaavamuutos valmis, kaupunki ruoppauttanut ranta-alueita?

Vuokrasopimus uusittu määräaikaiseksi, vuokra-alue rajattu aidalla?

Tontille rakennettu pieveneiden säilytyskatoksia?

Kalustoa saatu hankittua lisää huomioiden kasvaneen jäsemäärän kiinnostus eri soudumuotoja kohtaan? Vuosittaiset ergolaitteiden hankinnat kattavat talvikauden harjoitustarpeen eikä sisäsoudulaitteiden vuokraustarvetta enää ole? Sisäsoudun osalta yhteistyö LLK:n kanssa jatkuu? Jos vuokra-alue nykyistä suurempi ja kaava mahdollistaa niin tulevien vuosien suunnitelmissa lämmin monitoimitila jossa myös asianmukaiset WC- ja peseytymis- ja sisäsoudun harjoitustilat?