

TOIMINTAKÄSIKIRJA

Turun Riennon Voimistelu ry

Syyskuu 2020

1. JOHDANTO	3
2. SEURA	3
2.1. Historia	3
2.2. Visio, missio ja arvot	4
2.2.1. Visio	4
2.2.2. Missio	4
2.2.3. Arvot	4
2.3. Vastuullisuus	4
2.3.1. Hyvä hallinto	4
2.3.2. Turvallinen toimintaympäristö	5
2.3.3. Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo	5
2.3.4. Ympäristö ja ilmasto	5
2.4. Viestintä ja markkinointi	6
2.4.1. Sisäinen ja ulkoinen viestintä	6
2.4.2. Markkinointi	6
2.4.3. Kriisiviestintä	6
2.5. Olosuhteet	7
2.6. Seura työnantajana	7
2.7. Säännöt	7
2.8. Tähtiseura	7
2.9. Seura-asut	8
3. HALLITUS	8
3.1. Hallituksen jäsenten toimintatehtävät	8
3.1.1. Puheenjohtaja	8
3.1.2. Varapuheenjohtaja	9
3.1.3. Sihteeri	9
3.1.4. Rahastonhoitaja	9
3.1.5. Valmennus- ja ohjaajavastaava	9
3.1.6. Jäsenrekisteri- ja tilastovastaava	9
3.1.7. Markkinointi- ja viestintävastaava	10
3.1.8. Muut hallituksen tehtävät	10
3.2. Hallituksen vuosikello	10
3.3. Seuran talous	10
3.3.1. Talousohjesäännöt	10
3.3.2. Varainhankinta	10
3.3.3. Talouden ja toiminnan suunnittelu ja niiden seuranta	11
4. OHJAUSLINJAUS	11
5. VOIMISTELU	12
5.1. Lajien esittely	12
5.1.1. Voimistelukoulu	12
5.1.2. Joukkuevoimistelu	13

5.1.3. Tanssillinen voimistelu	13
5.2. Valmentajat	13
5.2.1. Ohjeita valmentajille	13
5.2.2. Koulutuspolku	13
5.2.3. Oppimispassi	14
5.2.4. Palkkaus	14
5.2.5. Rikostaustaote	14
5.3. Pelisäännöt	14
5.4. Varusteet	15
5.5. Varainhankinta	15
5.6. Kausimaksut	15
5.7. Lisenssi ja Jumppaturva-vakuutus	15
6. RYHMÄLIIKUNTA	15
6.1. Lajien esittely	15
6.1.1. Kuntojumppa	16
6.1.2. Kuntojumppa eläkeläiset	16
6.1.3. Lihaskunto	16
6.1.4. Kehonhuolto	16
6.1.5. Kahvakuula	16
6.2. Ohjaajat	17
6.2.1. Ohjeita ohjaajille	17
6.2.2. Koulutuspolku	17
6.2.3. Palkkaus	17
6.3. Varusteet	17
6.4. Kausimaksut	18
6.5. Jumppaturva-vakuutus	18
7. LIITTEET	19
7.1. Seuran säännöt (LIITE 1)	19
7.2. Seuran vuosikello (LIITE 2)	27
7.3. Talousohjesäännöt (LIITE 3)	28

1. JOHDANTO

Tämä toimintakäsikirja on työväline seuran hallitukselle, ohjaajille ja valmentajille sekä kaikille seuratoimijoille. Turun Riennon Voimistelun toimintakäsikirjassa käydään läpi seuramme tärkeitä periaatteita, ohjeita ja käytäntöjä. Käsikirja tarjoaa jäsenistölle perustietoa seuran toiminnasta sekä perehdyttää seuran jäseniä tehtäviinsä. Toimintakäsikirjan päivitystarpeet tarkastetaan vuosittain ja päivitysvastuu on hallituksella.

2. SEURA

2.1. Historia

Huhtikuun 2. päivänä 1906 perustettiin Linnankadulla sijainneessa kahvilassa Turkuun uusi, itsenäinen voimistelu- ja urheiluseura, Turun Riento.

Turun Riennon voimistelijaosto perustettiin vuonna 1977. Sen juuret ovat vuonna 1908 perustetussa Turun Riennon naisosastossa. Vuonna 2010 tehdyn organisaatiouudistuksen myötä voimistelijaostosta tuli Turun Riennon Voimistelu ry lajiyhdistys, joka toimii kattojärjestö Turun Riento ry:n alaisena yhdistysjäsenenä.

Turun Riennon puitteissa ovat rientolaiset voineet harrastaa voimistelua, painia, hiihtoa, jää- ja jalkapalloa, kori- ja lentopalloa, taito- ja pikaluistelua, pesäpalloa, keilailua sekä yleisurheilua. Kuten tästä luettelosta voidaan todeta, seura on aina ollut monitoimiseura, jossa harrastajien ja ajanvirtausten mukaan on harjoitettu lajia jos toistakin. Riento on vuosien mittaan ollut seura, joka on tarjonnut mahdollisuuden niin liikunnalliseen harrastukseen mielilajin puitteissa kuin tilaisuuden kehittää itseään aina maamme ja myös koko maailman valioiden joukkoon.

Ensimmäiset kansalliset voimistelukilpailunsa Turun Riento järjesti vuonna 1912.

Vuoden 1947 suurkisoissa, suomalaisen urheilun voimanponnistuksessa oli mukana 185 rientolaista, joista suurin osa osallistui voimistelun massaesityksiin. Suurkisoilla Suomi halusi viestittää maailmalle, että se kykenisi järjestämään myös olympiakisat.

110-vuotisjuhlavuoden kesällä Turun Riennon Voimistelu osallistui Turussa, Kupittaaan puistossa, järjestettyyn Gymnaestrada -tapahtumaan 16 eri ikäisen voimistelijan voimin. Keväällä 2019 Turun Riennon Voimistelu seura järjesti kaksipäiväisen voimistelutapahtuman Kupittaaan urheiluhallilla, johon osallistui lähemmäs 800 eri ikäistä voimistelijaa.

2.2. Visio, missio ja arvot

2.2.1. Visio

Turun Riennon Voimistelu ry tarjoaa monipuolisia ja motivoivia voimistelu- ja ryhmäliikuntatunteja, ja ohjaajat ovat ammattitaitoista. Harrastajamäärää kasvatetaan ja seuratoimijat sitoutuvat itsensä ja seuran kehittämiseen.

2.2.2. Missio

Turun Riennon Voimistelu ry tarjoaa monipuolista, hyvinvointia tukevaa liikuntaa kaikille sekä iloa ja elämyksiä urheilun ja seuratoiminnan parissa.

Seura tarjoaa harrastetason voimistelutoimintaa turkulaisille lapsille, nuorille ja aikuisille. Seuraan pääsee mukaan voimistelemaan aiemmasta kokemuksesta riippumatta. Seura tarjoaa matalan kynnyksen laadukasta liikuntatoimintaa aikuisille liikkujille ryhmissä, joissa on kannustavat, motivoivat ja ammattitaitoiset ohjaajat.

2.2.3. Arvot

Ilo ja elämykset
Hyvinvointia ja liikuntaa kaikille
Yhdessä tekeminen

2.3. Vastuullisuus

Suomen Voimisteluliiton jäsenenä noudatamme Voimisteluliiton ohjeistuksia ja linjauksia vastuullisuudesta niin seuran hallinnossa, tapahtumien järjestämisessä kuin päivittäisessä ohjaus- ja valmennustyössä.

Seuramme toimintaympäristö on turvallinen, positiivinen ja oppimista tukeva. Tarjoamamme voimistelutoiminta on laadukasta ja vastuullista. Pohjaamme toimintaamme Turun Riennon Voimistelun arvoihin sekä Olympiakomitean määrittelemiін urheiluyhteisön yhteiseen vastuullisuusohjelmaan ja reilun pelin periaatteisiin. Kaikki voimistelutoiminnassa mukana olevat henkilöt ovat sitoutettu noudattamaan näitä periaatteita.

2.3.1. Hyvä hallinto

Toimintamme on hyvän hallintotavan mukaista, läpinäkyvää, avointa ja jäsenistöään osallistavaa toimintaa. Seuraamme velvoittaa Yhdistyslaki.

Sääntömme ja määräyksemme ennaltaehkäisevät epäasiallista käytöstä ja mahdollistavat siihen puuttumisen. Taloudenpitoimme ja varainhankintamme on vastuullista.

2.3.2. Turvallinen toimintaympäristö

Varmistamme, että urheilu tuottaa kaikille positiivisia kokemuksia. Pidämme lapset, nuoret ja aikuiset turvassa kiusaamiselta, häirinnältä ja muulta epäasialliselta käytökseltä. Liikunnan ilon tuottaminen ja kaikkien osallistaminen taustoista riippumatta on seuramme yksi tärkeimmistä tavoitteista. Meillä jokainen on arvostettu!

Varmistamme, että toimintamme ja olosuhteet ovat turvallisia. Urheilun toimintaympäristömme on terveyttä edistävä ja terveellisiin elämäntapoihin kannustava. Toimintamallimme epäasialliseen käytökseen puuttumiseen on selkeä. Hyödynnämme tarvittaessa Et ole yksin –palvelun asiantuntemusta (Väestöliitto). Ohjaajat perehdytetään vastuulliseen ja turvalliseen toimintaan. Selvitämme rikostaustatteen kaikilta alaikäisten kanssa työskenteleviltä valmentajilta ja ohjaajilta.

2.3.3. Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo

Kaikki kokevat itsensä tervetulleeksi mukaan urheilun ja liikunnan pariin riippumatta mm. sukupuolesta, etnisestä taustasta, vammasta, seksuaalisesta suuntautumisesta tai taloudellisesta tilanteesta.

Seuramme tarjoaa matalan kynnyksen toimintaa, jonne on helppo tulla tutustumaan ja kokeilemaan. Lapset pääsevät tutustumaan tunneille maksutta. Toiminta- ja jäsenmaksut pidetään kohtuullisina. Kaikki innokkaat ja motivoituneet voimistelijat ja liikkujat ovat tervetulleita tunneillemme.

Edistämme aktiivisesti ja konkreettisesti yhdenvertaisia ja tasa-arvoisia mahdollisuuksia osallistua liikuntaan ja urheiluun ja sen päätöksentekoon.

Viestimme monipuolisesti: Kuva- ja sanavalintamme tukevat yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa. Viestinnässä nostamme rohkeasti yhdenvertaisuus- ja tasa-arvoasioita.

2.3.4. Ympäristö ja ilmasto

Vähennämme urheilun ympäristövaikutuksia ja teemme osamme ilmastonmuutoksen hillinnässä. Tunnistamme merkittävimmät urheilun

ympäristövaikutukset ja teemme toimenpiteitä vaikutusten vähentämiseksi. Näytämme esimerkkiä ympäristön huomioimisessa. Tunnistamme ja arvioimme oman toimintamme ympäristövaikutukset.

Vähennämme urheilun ympäristövaikutuksia muokkaamalla toimintatapojamme mm. kilpailujärjestelmien, tapahtumien järjestämisen, varusteiden, kulkutapojen, liikuntapaikkojen ja hankintojen osalta. Suosimme lähiliikuntaa ja kannustamme liikkumiseen jalan, pyörällä tai julkisilla kulkuvälineillä.

2.4. Viestintä ja markkinointi

2.4.1. Sisäinen ja ulkoinen viestintä

Seuran sisäistä viestintää jäsenistölle hoidetaan sosiaalisen median, sähköpostin ja mahdollisten whatsapp-ryhmien kautta. Seuralla on käytössä omat verkkosivut, joilta löytyy seuran yhteystiedot, lajiesittelyt, ajankohtaiset uutiset ja ilmoittautumisohteet. Seuran verkkosivuilla kerrotaan seuran toiminnasta laajemmin. Sivustolla on myös lukujärjestykset ja lajiesittelyt. Nettisivuston kautta ilmoitetaan myös mukaan toimintaan. Ohjaajat ja valmentajat tiedottavat omalle ryhmälleen itsenäisesti joukkuetta koskevista ajankohtaisista asioista.

2.4.2. Markkinointi

Turun Riennon Voimistelu mainostaa toimintaansa sosiaalisessa mediassa omilla Instagram- ja Facebook-tilillä, myös seuran verkkosivut ovat markkinointikanavia.

Seuran viestinnän tavoitteena on tiedottaa seuran jäsenille seuran toiminnasta ja tapahtumista avoimesti, ajantasaisesti ja monipuolisesti. Viestinnän tärkeimmät kohderyhmät ovat seuran jäsenet ja seuran järjestämien tapahtumien osanottajat. Seuran viestintä tapahtuu ensisijaisesti sosiaalisen median, kotisivujen ja sähköpostin välityksellä. Seuran viestinnästä vastaavat hallituksen markkinointivastaavat, mutta myös ohjaajat ja valmentajat osallistuvat markkinointiin. Voimistelijoukkueilla voi olla omat Instagram-tilit.

2.4.3. Kriisiviestintä

Kriisiviestintä toteutetaan sisäisen viestinnän kanavia pitkin: sähköpostin, puheluiden ja Whatsapp-viestin välityksellä. Kriiseihin reagoidaan tilanteen vaatimalla tavalla.

2.5. Olosuhteet

Turun Riennon Voimistelu ry alivuokraa toimitilojaan ("kerhoaan") Turun Riento ry:ltä Turussa osoitteessa Uudenmaankatu 16. Toimitiloissa on keittiöllinen kokoushuone, peilillinen sali, pukuhuonetilat ja varastotila, joita seura käyttää aktiivisesti toiminnassaan.

Lisäksi seura vuokraa kaupungilta koulujen saleja. Osassa saleista on mahdollisuus seuran välineistöä. Kilpajoukkueille on myös mahdollista vuokrata kaupungilta tiloja, joissa on voimistelumatto.

2.6. Seura työnantajana

Seura laatii tuntityöntekijöidensä kanssa työsopimukset toimikausittain. Työsopimuksessa määritellään työnkuva ja palkan perusteet. Palkkataulukko perusteineen on avoin kaikille. Työaikaseuranta perustuu työntekijän itsensä ilmoittamaan tuntilistaan, ja palkka maksetaan säännöllisesti kuukausittain kuun viimeisenä päivänä. Seuralla ei ole työterveydenhuoltovelvoitetta, sillä ohjaajien ja valmentajien työaika on 1-4 tuntia viikossa. Seura toimii työnantajina vain tuntipalkkaisille työntekijöille.

Valmentajat ja ohjaajat perehdytetään seuran toimintatapoihin. Kauden alussa toimintatavat, palkkaus, työnkuva ja arvot käydään läpi yhteisessä ohjaajapalaverissa. Valmentaminen on mahdollista aloittaa apuvalmentajan tehtävistä ja lisätä vastuuta kokemuksen kehittyessä. Aloittelevan valmentajan tai ohjaajan on myös mahdollista seurata tunteja etukäteen.

Seura tukee valmentajien ja ohjaajien kouluttautumista 100 eurolla vuodessa. Kouluttautumisvelvoitetta ei ole, mutta koulutus vaikuttaa palkkaukseen.

2.7. Säännöt

Säännöt käsikirjan liitteenä (LIITE1).

2.8. Tähtiseura

Turun Riennon Voimistelu ry on hyväksytty mukaan Tähtiseura - laatuohjelmaan ja on saanut Tähtiseura Aikuiset -osa-alueen Tähtimerkin. Tähtiseura on Olympiakomitean, lajiliittojen ja aluejärjestöjen uusi seurojen laatuohjelma, joka tukee suomalaisen urheilun keskeistä vahvuutta: seuratoimintaa. Laatuohjelma auttaa seuroja kehittämään sen itse valitsemissa osa-alueissa modernien työkalujen ja toimintatapojen avulla yhdessä muiden laatuseurojen kanssa.

Tähtiseura Aikuiset -merkki viestii siitä, että seura kehittää aikuisille suunnattuja palveluitaan jäseniltään saamansa palautteen perusteella yhteistyössä muiden Tähtiseurojen kanssa. Aikuiset-tähtimerkin saanut seura kiinnittää huomiota sekä joustaviin harrastusmahdollisuuksiin että laajempaan osallistumismahdollisuuteen seuran toiminnassa, ja tekee liikunnasta ja urheilusta helpommin mukautuvaa, suunnitellumpaa ja turvallisempaa.

Seuran tavoitteena on myös saada Tähtiseura Lapset & nuoret -tähtimerkki.

2.9. Seura-asut

Seuran jäsenillä ja kannattajilla on mahdollisuus tilata seuran logolla varustettuja seuravaatteita. Seura tukee ohjaajien ja valmentajien seura-asujen hankintaa. Seura-asumallisto on saatavilla Sportiro-verkkokaupassa ja hallitus määrittelee mallistoon kuuluvat tuotteet ja niiden ulkoasun.

3. HALLITUS

Yhdistyksen toimintaa johtaa syyskokouksessa valittu hallitus. Hallituksen muodostaa puheenjohtaja, varapuheenjohtaja, sihteeri, rahastonhoitaja sekä 2–6 muuta jäsentä. Hallitus valitaan kahdeksi toimivuodeksi kerrallaan. Puolet hallituksen jäsenistä ovat erovuoroisia arvalla ensimmäisen toimivuoden jälkeen ja sen jälkeet muut vuoronsa mukaisesti.

3.1. Hallituksen jäsenten toimintatehtävät

3.1.1. Puheenjohtaja

Puheenjohtajan tehtäviin kuuluu kokousten valmistelu ja johtaminen, esityslistan valmistelu ja lähettäminen, Voimisteluliiton tilaisuuksiin osallistuminen, puhelimeen ja sähköposteihin vastaaminen, kouluvuorojen anominen ja niihin liittyvien peruutusten hoitaminen, ohjaajien työ sopimukset ja -todistukset sekä pääseuran kokouksiin osallistuminen. Lisäksi puheenjohtaja on yhteydessä kaupunkiin ja muihin yhteistyötahoihin. Puheenjohtaja ylläpitää positiivista ja aktiivista yhteistyötä Voimisteluliiton

edustajien sekä muiden alueen seurojen toimijoiden kanssa. Puheenjohtaja toimii myös kilpailujen johtajana. Puheenjohtajalla on seuran nimenkirjoitusoikeus.

3.1.2. Varapuheenjohtaja

Varapuheenjohtaja vastaa puheenjohtajan tehtävistä puheenjohtajan ollessa estynyt.

3.1.3. Sihteeri

Sihteeri vastaa pöytäkirjan kirjoittamisesta hallituksen kokouksissa, sekä niiden puhtaaksikirjoittamisesta ja lähettämisestä. Sihteeri laatii toimintasuunnitelman marraskuussa ja toimintakertomuksen helmikuussa.

3.1.4. Rahastonhoitaja

Rahastonhoitaja vastaa laskujen maksamisesta, yhdistyksen rahaliikenteen hoitamisesta, käteismaksujen ja liikuntaseteleiden kirjaamisesta jäsenrekisteriin, liikuntaseteleiden tilittämisestä sekä Voimisteluliiton ja pääseuran jäsenmaksujen maksamisesta. Rahastonhoitaja seuraa ja tarkistaa seuran jäsen- ja kausimaksut kevät ja syyskaudella, huolehtii ohjaajien ja valmentajien palkanmaksusta sekä ilmoittaa yhdistyksen tiedot tulorekisteriin sekä vastaa tarvittaessa veroilmoituksesta. Rahastonhoitaja pitää yhteyttä tilitoimistoon ja verohallintoon, huolehtii tilinpäätöksestä tammi–helmikuussa sekä laatii talousarvion marraskuussa. Rahastonhoitaja vastaa kauden uusien ryhmien luonnista jäsenrekisteriin jäsenrekisterivastaavan kanssa. Rahastonhoitajalla on seuran nimenkirjoitusoikeus puheenjohtajan ohella, ja hän osallistuu myös pääseuran kokouksiin.

3.1.5. Valmennus- ja ohjaajavastaava

Valmennus- ja ohjaajavastaava vastaa ohjaajapalaverien valmisteleminen ja koolle kutsumisesta. Hän tiedottaa valmentajia ja ohjaajia mahdollisista koulutuksista ja ylläpitää valmentajien ja ohjaajien koulutustietoja. Valmennus- ja ohjaajavastaava vastaa uusien valmentajien ja ohjaajien rekrytoinnista ja haastatteluista.

3.1.6. Jäsenrekisteri- ja tilastovastaava

Jäsenrekisteri- ja tilastovastaava vastaa kauden uusien ryhmien luonnista yhdessä rahastonhoitajan kanssa. Ilmoittautuminen ryhmiin avataan

heinäkuussa. Hän laatii jäsenrekisteristä vuositilaston ja tekee Turun kaupungin avustushakemuksen lokakuussa. Voimisteluliiton toimintatilaston laatiminen.

3.1.7. Markkinointi- ja viestintävastaava

Markkinointi- ja viestintävastaava vastaa nettisivujen ja sosiaalisen median päivittämisestä ja ylläpidosta. Lisäksi hän on vastuussa printti- ja digimainonnasta ja muusta markkinoinnista.

3.1.8. Muut hallituksen tehtävät

Turun Riennon Voimistelu järjestää seuran joulu- ja kevätjuhlia puolivuositain. Lisäksi seura järjestää joukkuevoimistelukilpailuja 2–3 vuoden välein. Tapahtumia varten hallitus nimeää erilliset työryhmät.

Hallituksen vastuulla on ensiapuvälineiden hankinta ja päivitys, ohjaajien ensiaputaitojen varmistaminen ja ylläpitäminen sekä turvallisuussuunnitelman laatiminen ja päivittäminen.

Turun Riennon Voimistelu osallistuu Voimisteluliiton voimisteluviikkoon ja siihen liittyviin tapahtumiin syys- ja kevätkausien alussa.

Hallitus järjestää ohjaajille, valmentajille ja toimijoilleen erilaista virkistystoimintaa.

Hallitus huolehtii paperipostin seurannasta Turun Riennon kerholla vuoden ympäri.

3.2. Hallituksen vuosikello

Hallituksen vuosikello sisältyy seuran vuosikelloon. Vuosikello liitteenä (LIITE 2).

3.3. Seuran talous

3.3.1. Talousohjesäännöt

Seuran talousohjesäännöt liitteenä (LIITE 3).

3.3.2. Varainhankinta

Kisojen järjestäminen toimii pääasiallisena seuran varainhankintakanavana, tavoitteena järjestää Voimisteluliiton alaiset kilpailut 2-3 vuoden välein. Varainhankintaa harjoitetaan myös tarpeen mukaan, aiempina vuosina kohdistunut tiettyyn tapahtumaan tai kisoihin osallistuvan ryhmän toimesta.

3.3.3. Talouden ja toiminnan suunnittelu ja niiden seuranta

Seura noudattaa yhdistyksen edellyttämiä talouden suunnittelu- ja seurantaperiaatteita. Vuosittain laaditaan talousarvio ja tilinpäätös. Tilinpäätöksen teossa ostetaan palvelu ulkopuoliselta tilitoimistolta. Hallitus seuraa arvion kehittymistä toimintakausien aikana ja reagoi tarvittaessa.

4. OHJAUSLINJAUS

Turun Riennon Voimistelu ry:n toiminta-ajatuksena on tarjota Turun ja sen lähialueiden asukkailla laadukasta voimistelu- ja ryhmäliikuntaa. Turun Riennon Voimistelu ry toimii lähiliikuttajana kaikenikäisille jäsenille, mahdollistaa harrastuksen jatkumisen kaikissa elämänvaiheissa sekä tarjoaa samalla yhteisön, johon kuulua.

Vastuullisena toimijana Turun Riennon Voimistelu ry huolehtii, että ohjaajat ovat ammattitaitoisia, toiminnassa on huomioitu eettiset ohjeistukset ja toimintaympäristö on turvallinen. Seurassa pyritään lisäämään ja ylläpitämään alueen asukkaiden hyvinvointia tarjoamalla heille edullisia ja mielekkäitä tapoja liikkua.

Turun Riennon Voimistelu ry on aikuisten liikunnan tähtiseura. Tähtimerkin omaavana seurana sitoudumme ja toteutamme toiminnassamme Tähtiseurojen laatukriteerit. Seura pyytää säännöllisesti palautetta kaikilta jäseniltä ja lasten huoltajilta sekä lisäksi ohjaajat pyytävät palautetta tunneilla suoraan osallistujilta.

Lasten laadukas voimistelu on lapsilähtöistä, jossa lapset voivat harrastaa laadukkaasti ja turvallisesti ohjatuilla tunneilla. Lasten harrastetunnit on suunniteltu ikätasoisesti ja lapset voivat harrastaa monipuolisesti. Jokainen lapsi pääsee liikkumaan oman tasonsa mukaisesti.

Aikuisten harrasteliikuntatarjonta on monipuolista ja kaikilla on mahdollisuus harrastaa itselleen mielekäästä liikuntaa kerran tai useammin viikossa läpi vuoden. Koulutetut ja osaavat ohjaajat takaavat, että harrastaminen on turvallista ja tavoitteiden mukaista. Toiminta suunnitellaan niin, että se vastaa muuttuviin tarpeisiin ja lisäksi tunneilla kuunnellaan herkäällä korvalla jäsenten toiveita. Osallistujia kannustetaan antamaan palautetta myös suoraan ohjaajalle tuntien kehittämiseksi. Seuran aikuisliikuntaa kehitetään aktiivisesti. Turun Riennon sali on mahdollistanut sen, että voimme tarjota joustavasti myös kurssimuotoista toimintaa. Kesällä järjestämme ulkojumppaa, joihin voi osallistua myös kertamaksulla.

Aikuisten tunnit ovat kestoltaan 45–60 min pituisia. Kaikista tunneista löytyy tuntikuvaukset sekä rasittavuus- ja vaativuustasot seuran nettisivuilta, jotta jokaisen

on helppo löytää itselleen sopiva tunti. Pyrimme tarjoamaan monipuolisesti tunteja kaiken kuntoisille ja ikäisille kunnan kohotukseen ja ylläpitoon. Aikuisten tunneilla voi käydä kokeilemassa itselleen sopivaa tuntia kerran maksutta kauden aloitusviikolla sekä myöhemmin kaudella kertamaksulla. Tavoitteenamme on lisätä liikettä ja liikunnan iloa kaikille taustoista ja kunnosta katsomatta.

Kaikilla harrasteryhmillä on mahdollisuus esiintyä seuran joulu- ja kevätinäytöksissä. Ohjauslinjaa kehitetään yhdessä ohjaajien kanssa.

Turun Riennon Voimistelu ry on kaikessa toiminnassaan sitoutunut Voimisteluliiton eettisiin periaatteisiin:

1. Välitämme toisistamme ja itsestämme.
2. Toimimme avoimesti ja yhteisöllisesti.
3. Takaamme turvallisen toimintaympäristön.
4. Tuotamme hyvinvointia.
5. Luomme laatua, iloa ja innostusta.
6. Kunnioitamme ympäristöä.

Turun Riennon Voimistelu ry on sitoutunut Olympiakomitean Reilu Peli -urheiluyhteisön eettisiin periaatteisiin:

1. Hyvä hallinto
2. Turvallinen toiminta ympäristö
3. Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo
4. Ympäristö ja ilmasto
5. Antidoping

5. VOIMISTELU

5.1. Lajien esittely

5.1.1. Voimistelukoulu

Voimistelukoulussa harjoitellaan voimistelun alkeita - leikkiä ja liikunnan iloa unohtamatta! Ryhmissä lapset opettelevat liikkumisen perustaitoja leikkien sekä tutustuvat voimistelun alkeisiin ja erilaisiin voimisteluvälineisiin. Voimistelukouluryhmässä pyritään kehittämään notkeutta, akrobaattisia taitoja ja tasapainoa sekä välineiden käsittelyä kuten hyppynarulla hyppimistä, pallon pomputtamista ja vanteen pyöritystä. Ryhmistä on hyvä jatkaa TRV:n joukkuevoimistelujoukkueisiin.

5.1.2. Joukkuevoimistelu

Joukkuevoimistelu on taitolaji, jossa musiikki ja taidokkaat voimisteluliikkeet, kuten notkeat tasapainot, ketterät akrobatialiikkeet, korkeat hyppyt ja sulavat vartalon liikkeet yhdistyvät esteettiseksi kokonaisuudeksi. Voimistelijoilta laji vaatii monipuolisia fyysisiä ominaisuuksia, kuten liikkuvuutta, nopeutta, voimaa ja kestävyyttä.

5.1.3. Tanssillinen voimistelu

Tanssillinen voimistelu on kiehtovia koreografioita, musiikin ja liikkeen synnyttämiä kertomuksia. Esiintymistä, iloa ja elämyksiä – niin harrastajille kuin katsojillekin.

Perusvoimistelutaidot muodostavat lajin pohjan, jonka lisäksi harjoitellaan oikeanlaista keskustaliikuntatekniikkaa ja liikkeiden ja hengityksen sitoutumista toisiinsa.

5.2. Valmentajat

5.2.1. Ohjeita valmentajille

Turun Riennon Voimistelun tavoitteena on, että urheilu tuottaa kaikille seuramme jäsenille positiivisia kokemuksia ja treenaaminen on terveellistä sekä turvallista. Pidämme lapset, nuoret ja aikuiset turvassa kiusaamiselta, häirinnältä ja muulta epäasialliselta käytökseltä. Tässä valmentajat ovat avainasemassa.

5.2.2. Koulutuspolku

Turun Riennon Voimistelun tavoitteena on, että seurassa voimisteleville ja ryhmäliikuntatunneille osallistuville pystytään tarjoamaan mahdollisimman ammattitaitoista, asiantuntevaa ja innostunutta ohjausta. Tämän vuoksi seura tukee valmentajien ja ohjaajien kouluttautumista 100 eurolla vuodessa. ARVI-koulutus on pakollinen kaikille seuran ohjaajille ja valmentajille.

Lasten, nuorten ja lajien koulutuspolku:

I-tason tasotodistus

II-tason tasotodistus

III-tason tasotodistus

5.2.3. Oppimispassi

Kaikki ohjaajat/valmentajat keräävät seurassa suorituksia I-tason oppimispassiin ja passin täyttäminen on minimipanos tämän tasotodistusvaatimuksen täyttymiseen.

Oppimispassi sisältää erilaisia ohjaajana ja valmentajana kehittymiseen liittyviä tehtäviä kuten muiden ohjaajien/valmentajien toiminnan seuraamista, oman vastuun kasvamista ohjaajana/valmentajana, oman kehittymisen arviointia ja keskustelua seuran keskeisten toimijoiden kanssa. Suorituksia passiin kerätään koko I-tason ajan. Löydät lisätietoja Oppimispassista seuran sekä Voimisteluliiton verkkosivuilta.

5.2.4. Palkkaus

Hallitus päättää seuran palkoista ja kulukorvauksista sekä ohjaajille että valmentajille ja muille toimijoille. Palkkaus perustuu kokemukseen ja koulutukseen. Palkkaehdot mainittu työsopimuksessa.

5.2.5. Rikostaustaote

Lasten kanssa työskentelevän ohjaajan/valmentajan tulee toimittaa rikostaustaselvitys aloittaessaan työsuhteen seurassa. Selvitys toimitetaan seuran puheenjohtajalle.

5.3. Pelisäännöt

Voimistelijan pelisäännöt:

- Kannusta joukkuekavereita ja ole ystävällinen kaikille.
- Tule harjoitukseen ajoissa, sovitussa harjoitusvaatteissa ja hiukset tiukasti kiinni.
- Käy vessassa ennen harjoitusten alkua ja älä syö purkkaa treeneissä.
- Yritä parhaasi ja harjoittele aina täysillä.
- Kuuntele valmentajien ohjeita ja anna kaikille treenirauha.
- Tee ahkerasti joukkueen yhdessä sovitut kotiharjoitteet.
- Huolehdi, että harjoituksissa/kilpailuissa on mukana kaikki tarvittavat varusteet.
- Kerro valmentajille loukkaantumisista ja osallistu kaikkeen mihin pystyt.
- Kannusta kilpailuissa ja ole ystävällinen muita kilpailijoita kohtaan, älä arvostele.

5.4. Varusteet

Valmentajien ensiaputaidot kartoitetaan kauden alussa. Valmentajille tarjotaan tarvittavat ensiapuvälineet, kaiutin musiikin soittamista varten, tilojen avaimet sekä muut valmennustyön kannalta välttämättömät välineet. Avaimet luovutetaan allekirjoitettua sopimusta vastaan.

Välineet kerätään kauden päättyessä viimeistään keväisin. Valmentajia pyydetään ylläpitämään välineiden hyvää kuntoa ja tarvittaessa olemaan yhteydessä hallitukseen uusien hankintatarpeiden tiimoilta.

Valmentajat ovat vastuussa kilpailevien joukkueiden kilpailuasujen ja -välineiden hankinnasta. Valmentajat koordinoivat hankinnat, jotka huoltajat maksavat.

5.5. Varainhankinta

Joukkueella on mahdollisuus varainhankintaa vanhempien toimesta esimerkiksi kattamaan kisa- tai osallistumismaksuja sekä matkakuluja. Seuran hallitukselta voi tarvittaessa tiedustella rahaliikennejärjestelyistä.

5.6. Kausimaksut

Seuran hallitus päättää kausimaksujen suuruudesta, hinnastossa huomioitu opiskelija-, eläkeläis- ja sisaralennukset. Aikuisten ryhmiin pääsee kokeilemaan myös kertamaksuilla. Täysi-ikäisillä mahdollisuus suorittaa maksu Smartum-, Edenred- ja E-passi maksuvälineillä.

Seura tekee myös yhteistyötä Turun kaupungin kanssa, näille yhteistyötunneille on mahdollisuus osallistua kaupungin myymillä korteilla (Kuntokonkarit, Leidit Liikkeellä ja Kunnon Äijät). Seura pyrkii mahdollistamaan matalan kynnyksen liikuntaa ja pitämään kausimaksut edullisina.

5.7. Lisenssi ja Jumppaturva-vakuutus

Kilpailevien joukkueiden valmentajilla on kullakin kisakaudella voimassa oleva Voimisteluliiton lisenssi. Kilpailevien joukkueiden ja Stara-joukkueiden voimistelijat hankkivat Voimisteluliiton lisenssit, jotka sisältävät Jumppaturva-vakuutuksen. Lisenssit ovat omakustanteisia.

6. RYHMÄLIIKUNTA

6.1. Lajien esittely

Tuntien minimiosallistujamäärä on kuusi henkilöä. Tuntia ei jatketa, jos ilmoittautuneita on alle 6.

6.1.1. Kuntojumppa

Kaikenikäisille suunnattua tehokas peruskunto- ja kuntopiiriharjoittelua, jossa hyödynnetään vartalon omaa painoa. Tunti sopii niin aloittelijoille kuin kokeneemmallekin jumppaajalle, sillä pystyt itse vaikuttamaan tunnin tehokkuuteen.

6.1.2. Kuntojumppa eläkeläiset

Eläkeläisille suunnattua peruskunto- ja kuntopiiriharjoittelua. Helppoa ja rauhallista perusliikuntaa askeltaen ja lihaskuntoa kohottaen. Voimaa ja tasapainoa jokapäiväiseen elämään peruskuntoa ylläpitäen kohderyhmän tarpeet huomioiden.

6.1.3. Lihaskunto

Tunnilla kehitetään koko kehon lihaksiston kuntoa, harjoitteissa käytetään apuna erilaisia liikuntavälineitä, kuten kuminauhoja, hyppynaruja, kahvakuulia ja köysiä sekä renkaita. Tunti toteutetaan osittain kuntopiirinä, ja tunti kasvattaa kuntoa nopeasti, polttaa rasvaa tehokkaasti sekä tekee hyvää verenkiertoelimistölle.

6.1.4. Kehonhuolto

Tavoitteena kokonaisvaltainen kehon hyvinvointi, joka tukee kaikkea muuta harjoitteluasi avaamalla kehoa kireyksistä ja vahvistamalla syviä tukilihaksia. Näiden avulla vahvistavat kehosi ryhtiä ja kehosi yleistä hallintaa.

Tunneilla keskitytään parantamaan kehonhallintaa, kuten keskivartalon syviä tukilihaksia. Varsinaisessa treeniosuudessa harjoitetaan keskivartaloa monipuolisesti erilaisia liikuntavälineitä hyödyntäen (jumppakepit, rullat, kuminauhat ja pallot).

6.1.5. Kahvakuula

Tunti sopii erinomaisesti jo aikaisemmin kahvakuulaa ja lihaskuntoharjoittelua harrastaneille, mutta olet myös erittäin tervetullut kokeilemaan, vaikka et olisi aikaisemmin käynytkään kahvakuula -tunneilla!

Harjoittelussa korostuvat oikean suoritustekniikan löytäminen, liikkuvuuden ja koordinaation, sekä luonnollisesti lihasvoiman parantaminen. Tunti koostuu lämmittelystä, tekniikkaharjoitteista ja monipuolisista liikepattereista. Tunnilla ei tehdä askelkuvioita. Harjoittelu on toiminnallista ja vauhdikasta!

6.2. Ohjaajat

6.2.1. Ohjeita ohjaajille

Turun Riennon Voimistelun tavoitteena on, että urheilu tuottaa kaikille seuramme jäsenille positiivisia kokemuksia ja treenaaminen on terveellistä sekä turvallista. Pidämme lapset, nuoret ja aikuiset turvassa kiusaamiselta, häirinnältä ja muulta epäasialliselta käytökseltä. Tässä valmentajat ovat avainasemassa.

6.2.2. Koulutuspolku

Aikuisten ryhmäliikuntaohjaajat aloittavat kouluttautumisen Ryhmäliikunnan ohjaajan startti -koulutuksesta, jonka jälkeen kouluttautumista voi jatkaa oman kiinnostuksen mukaan.

Aikuisten ohjaajien koulutuspolku:

I-tason tasotodistus

II-tason tasotodistus

6.2.3. Palkkaus

Hallitus päättää seuran palkoista ja kulukorvauksista sekä ohjaajille että valmentajille ja muille toimijoille. Palkkaus perustuu kokemukseen ja koulutukseen. Palkkaehdot mainittu työsopimuksessa.

6.3. Varusteet

Ohjaajien ensiaputaidot kartoitetaan kauden alussa. Ohjaajille tarjotaan tarvittavat ensiapuvälineet, kaiutin musiikin soittamista varten, tilojen avaimet sekä muut ohjaustyön kannalta välttämättömät välineet. Avaimet luovutetaan allekirjoitettua sopimusta vastaan.

Välineet kerätään kauden päättyessä viimeistään keväisin. Ohjaajia pyydetään ylläpitämään välineiden hyvää kuntoa ja tarvittaessa olemaan yhteydessä hallitukseen uusien hankintatarpeiden tiimoilta.

6.4. Kausimaksut

Seuran hallitus päättää kausimaksujen suuruudesta, hinnastossa huomioitu opiskelija-, eläkeläis- ja sisaralennukset. Aikuisten ryhmiin pääsee kokeilemaan myös kertamaksuilla. Täysi-ikäisillä mahdollisuus suorittaa maksu Smartum-, Edenred- ja E-passi maksuvälineillä.

Seura tekee myös yhteistyötä Turun kaupungin kanssa, näille yhteistyötunneille on mahdollisuus osallistua kaupungin myymillä korteilla (Kuntokonkarit, Leikit Liikkeellä ja Kunnon Äijät). Seura pyrkii mahdollistamaan matalan kynnyksen liikuntaa ja pitämään kausimaksut edullisina.

6.5. Jumppaturva-vakuutus

Urheilijat eivät ole vakuutettuja seuran puolesta.

7. LIITTEET

7.1. Seuran säännöt (LIITE 1)

Voimassaolevat säännöt: 14.02.2023

1§ Yhdistyksen nimi, kotipaikka, toimialue ja käytetyt kielet

Yhdistyksen nimi on Turun Riennon Voimistelu ry. Sen kotipaikka on Turku ja sen toiminta-alue on Turun kaupunki ympäristöineen. Yhdistyksen kieli on suomi. Yhdistyksestä käytetään jäljempänä näissä säännöissä nimitystä seura.

2§ Seuran tarkoitus

Seuran tarkoituksena on edistää jäsenistönsä liikuntaa ja yhteisöllisyyttä tarjoamalla eri ikäisille mahdollisuuksia harrastaa monipuolista voimistelua ja liikuntaa harrastus-, kilpa- ja huippu- urheilutasolla harrastajienedellytysten ja tarpeiden mukaan. Toiminnan tavoitteena on seuran jäsenten fyysisen, henkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin edistäminen voimisteluharrastuksen avulla.

Seuran toiminnan perustana ovat liikunnan eettiset arvot ja urheilun Reilun Pelin periaatteet. Toiminnan tavoitteena on laaja-alaisen, yhdenvertaisen, tasa-arvoisen ja vastuullisen liikuntakulttuurin edistäminen.

3§ Tarkoituksen toteuttaminen

Tarkoitustaan seura toteuttaa tarjoamalla:

1. voimistelu- ja liikuntakasvatustyötä
2. jäsenilleen eri ikäisten kunto- ja terveysliikuntaa, voimistelun eri lajien harjoitus-, valmennus- ja kilpailutoimintaa, koulutustoimintaa sekä muuta vastaavaa toimintaa, jonka tavoitteena on edistää kansalaisten fyysistä ja henkistä toimintakykyisyyttä ja hyvinvointia
3. voimistelu- ja liikuntaharjoituksia sekä koulutustilaisuuksia
4. näytöksiä, kilpailuja, juhlia ja muuta vastaavaa toimintaa,
5. tarvittavia välineitä ja materiaaleja, sekä
6. osallistumalla paikkakunnan liikunta-, terveyskasvatus- sekä liikuntapaikkasuunnitteluun ja -toteutukseen
7. harjoittamalla tiedotus- ja suhdetoimintaa

Seura voi palkata toiminnan järjestämiseksi toimihenkilöitä sekä hallita kiinteää omaisuutta.

4§ Toiminnan tukeminen

Toimintansa tukemiseksi seura voi:

1. harjoittaa julkaisutoimintaa,
2. välittää jäsenistölleen voittoa tavoittelematta liikuntaan liittyviä välineitä, asuja ja tarvikkeita,
3. ottaa vastaan lahjoituksia ja testamentteja sekä solmia yhteistyösopimuksia,
4. järjestää juhla- ja tanssitilaisuuksia sekä tanssi- ja voimistelukilpailuja ja muita vastaavia yleisötilaisuuksia
5. järjestää rahainkeräyksiä, myyjäisiä ja arpajaisia,
6. omistaa toimintaansa varten tarpeellista irtainta ja kiinteää omaisuutta

Seura perii jäseniltään jäsen- ja kausimaksuja. Jäsenmaksusta päättää seuran syyskokous. Kunniapuheenjohtajalta ja kunniajäseniltä ei peritä jäsenmaksua.

5§ Seuran jäsenyys

Seura on Turun Riento ry:n sekä Suomen Voimisteluliitto ry:n jäsen. Näissä säännöissä Suomen Voimisteluliitto ry:tä sanotaan liitoksi. Seura noudattaa liiton ja niiden kansallisten ja kansainvälisten liikuntajärjestöjen sääntöjä, joiden jäsen liitto on.

Seuran hallitus päättää liittymisestä muihin järjestöihin ja niistä eroamisesta.

6§ Seuran jäsenet

Seuran varsinaiseksi jäseniksi voivat liittyä voimistelun harrastajat, harrastajan vanhemmat sekä hallituksen erikseen hyväksymät toimintaan läheisesti liittyvät henkilöt. Hallitus voi hyväksyä henkilön, joka sitoutuu noudattamaan seuran sääntöjä ja päätöksiä. Seuran sääntöjen lisäksi seuran jäsen sitoutuu noudattamaan liiton ja niiden liikuntajärjestöjen sääntöjä, joiden jäsen liitto on.

Seuran kokous voi hallituksen esityksestä kutsua kunniajäseneksi henkilön, joka on erittäin merkittävästi edistänyt seuran toimintaa. Kunniajäsenen arvo on elinikäinen. Kunniajäsenellä ei ole jäsenmaksuvelvoitetta eikä äänioikeutta seuran kokouksissa.

Seuran kokous voi hallituksen esityksestä kutsua kunniapuheenjohtajaksi seuran puheenjohtajana ansiokkaasti toimineen henkilön. Kunniapuheenjohtajan arvo on elinikäinen. Kunniapuheenjohtajalla ei ole jäsenmaksuvelvollisuutta eikä äänioikeutta seuran kokouksissa.

Seuran hallitus voi hyväksyä kannattajajäseneksi yksityisen henkilön tai oikeuskelpoisen yhteisön, joka tukee seuran toimintaa suorittamalla vuotuisen tai

kertakaikkisen kannattajajäsenmaksun. Kannattajajäsenellä on puhe- mutta ei äänioikeutta seuran kokouksissa.

Varsinaiset jäsenet ja kannattajajäsenet jäsenet suorittavat seuran syyskokouksen päättämät liittymis- ja jäsenmaksut. Jäsenet hyväksyy ja erottaa seuran hallitus.

7§ Seurasta eroaminen

Jäsen voi erota seurasta ilmoittamalla siitä kirjallisesti yhdistyksen hallitukselle tai sen puheenjohtajalle tai ilmoittamalla siitä yhdistyksen kokouksessapöytäkirjaan merkittäväksi.

Ero astuu voimaan heti, kun ilmoitus on tehty, mutta eroava jäsen on velvollinen maksamaan seuralle jäsen- ja muut maksut sekä hoitamaan sääntöjen edellyttämät velvoitteet kuluvan kalenterivuoden loppuun asti.

Hallitus voi katsoa jäsenen eronneeksi seurasta, kun hän on jättänyt erääntyneen jäsenmaksunsa maksamatta kahden kuukauden ajan.

Jäsen, joka on laiminlyönyt viimeksi kuluneelta toimintakaudelta jäsenmaksuvelvoitteensa, voidaan katsoa eronneeksi yhdistyksen jäsenyydestä seuraavan toimintakauden lopussa.

8§ Jäsenen erottaminen ja muut kurinpitotoimet

Hallitus voi erottaa jäsenen, joka on jättänyt erääntyneen jäsenmaksunsa maksamatta tai ei täytä näiden sääntöjen mukaisia velvollisuuksiaan, toimii vastoin seuran tai liiton sääntöjä ja tarkoitusta tai toimii törkeästi vastoin urheilun eettisiä periaatteita.

Seuran toiminnassa noudatetaan liiton sääntöjen mukaisesti Suomen Olympiakomitean hyväksymiä kulloinkin voimassa olevia Reilun Pelin periaatteita, liiton kokouksen hyväksymää eettistä ohjeistusta, yleisiä kilpailu- ja kurinpitosääntöjä sekä liiton säännöissä kulloinkin mainittujen kansainvälisten kattojärjestöjen ohjeistusta siltä osin kuin ne koskevat seuraa.

Seuran jäsen sitoutuu noudattamaan kulloinkin voimassa olevaan Suomen antidopingsäännöstöön, Maailman antidopingsäännöstöön, Kansainvälisen Olympiakomitean, Kansainvälisen Paralympiakomitean ja kansainvälisten kattojärjestöjensä antidopingsäännöstöön sekä Suomen allekirjoittamien kansainvälisten antidopingsopimusten mukaisiin sääntöihin.

Seuran jäsen sitoutuu noudattamaan kulloinkin voimassa olevia Suomen Voimisteluliiton sääntöjä ja velvollisuuksia.

Näitä sääntöjä, liiton kilpailusääntöjä, hyviä tapoja tai liikunnan eettisiä arvoja tai Reilun Pelin periaatteita vastaan rikkoneeseen jäseneen voidaan kohdistaa liiton kokouksen hyväksymiä liiton kurinpitosääntöjen mukaisia rangaistuksia.

Hallitus päättää myös muista kurinpitotoimista ja niiden yhteydessä annettavista rangaistuksista, jolloin noudatetaan liiton sääntöjä ja määräyksiä.

Ennen erottamista jäsenelle on varattava tilaisuus tulla kuulluksi, ellei perusteena ole jäsenmaksun maksamatta jättäminen. Päätös tulee voimaan heti ja sen katsotaan tulleen asianomaisen tietoon viisi päivää sen jälkeen, kun päätös on lähetetty sille kirjatussa kirjeessä.

Erotetulla ei ole oikeutta vaatia takaisin seuralle suorittamiaan maksuja.

9§ Liittymis- ja jäsenmaksut

Seuran syyskokous päättää vuosittain varsinaisilta jäseniltä seuraavana vuonna kannettavan liittymis- ja jäsenmaksujen ja kannattajajäsenten jäsenmaksun suuruudesta.

Jäsenmaksu voi olla eri suuruinen eri jäsenryhmille. Kunniajäseniltä ja kunniapuheenjohtajalta ei peritä jäsenmaksua. 10§ Seuran kokoukset

Seuran päätösvaltaa käyttää sen kokous. Seura pitää vuosittain kaksi varsinaista kokousta. Kevätkokous pidetään helmi-, maaliskuu-, tai huhtikuussa ja syyskokous pidetään loka-, marras- tai joulukuussa. Kokous on mahdollista järjestää myös virtuaali- tai hybridikokouksena.

Hallitus kutsuu seuran kokouksen koolle vähintään seitsemän päivää ennen kokousta ilmoittamalla siitä seuran internetsivuilla tai jäsenille lähetettävällä kirjallisella kutsulla tai sähköpostilla tai seuran varsinaisen kokouksen määräämässä kotipaikkakunnalla ilmestyvässä sanomalehdessä. Kutsu on saatettava tiedoksi Turun Riento ry:n puheenjohtajalle. Turun Riento ry:n puheenjohtajalla on läsnäolo- ja puheoikeus seuran ja sen hallituksen kokouksissa. Kokouskutsussa on huomioitava yhdistyslain määräykset.

Seuran kokouksessa jokaisella 15 vuotta täyttäneellä varsinaisella jäsenellä on äänioikeus ja jokaisella äänioikeutetulla yksi ääni. Äänioikeutta ei voida siirtää valtakirjalla.

Milloin jäsen haluaa saada jonkin asian seuran kokoukseen käsiteltäväksi, tämän tulee tehdä kirjallinen esitys hallitukselle. Syyskokoukseen esityksen on tehtävä edeltävän syyskuun loppuun mennessä ja vuosikokoukseen sitä edeltävän tammikuun loppuun mennessä.

Seuran kokouksen avaa hallituksen puheenjohtaja tai hänen ollessa estynyt varapuheenjohtaja. Kokous valitsee itselleen puheenjohtajan, sihteerin, kaksi ääntenlaskijaa ja kaksi pöytäkirjantarkastajaa. Kokouksen laillisuus ja päätösvaltaisuus on kokouksessa todettava. Kokous on päätösvaltainen, kun puheenjohtaja tai hänen estyneenä ollessaan varapuheenjohtaja ja hänen lisäksi vähintään puolet hallituksen jäsenistä on saapuvilla.

11§ Asioiden käsittely seuran kokouksissa

Kevätkokouksessa käsitellään seuraavat asiat:

1. Kokouksen avaus
2. Valitaan kokoukselle puheenjohtaja, sihteeri, kaksi pöytäkirjantarkastajaa ja tarvittaessa kaksi ääntenlaskijaa
3. Todetaan läsnä olevat äänioikeutetut jäsenet
3. Todetaan kokouksen laillisuus ja päätösvaltaisuus
4. Esitetään hallituksen laatima toimintakertomus
5. Esitetään hallituksen laatima tilinpäätös ja toiminnantarkastajien antama lausunto
6. Päätetään tilinpäätöksen vahvistamisesta ja vastuuvapauden myöntämisestä hallitukselle ja muille vastuuvollisille
7. Käsitellään muut kokouskutsussa mainitut asiat
8. Kokouksen päättäminen

Syyskokouksessa käsitellään seuraavat asiat:

1. Kokouksen avaus
2. Valitaan kokoukselle puheenjohtaja, sihteeri, kaksi pöytäkirjantarkastajaa ja tarvittaessa kaksi ääntenlaskijaa
3. Todetaan läsnä olevat äänioikeutetut jäsenet
4. Todetaan kokouksen laillisuus ja päätösvaltaisuus
5. Päätetään jäsenyydestä muissa järjestöissä ja yhteisöissä
6. Vahvistetaan tulevan kalenterivuoden liittymis-, jäsen- ja kannattajajäsenmaksujen suuruus
7. Vahvistetaan tulevan kalenterivuoden toimintasuunnitelma ja talousarvio
8. Valitaan hallituksen puheenjohtaja seuraavalle toimikaudelle
9. Valitaan hallituksen muut jäsenet erovuoroisten tilalle
10. Valitaan yksi toiminnantarkastaja ja yksi varatoiminnantarkastaja
11. Käsitellään muut kokouskutsussa mainitut asiat
12. Kokouksen päättäminen

Seuran kokouksissa asiat ratkaistaan yksinkertaisella ääntenemmistöllä lukuun ottamatta yhdistyslain 27 §:n kohdassa 3 mainittuja tapauksia.

Vaaleissa äänten mennessä tasan ratkaisee arpa.

Hallituksen kokouksista on pidettävä pöytäkirjaa, joka on kokouksen puheenjohtajan ja sihteerin allekirjoitettava sekä siihen tehtävään valitun läsnäolleen jäsenen tai seuraavan kokouksen tarkastettava.

12§ Seuran ylimääräinen kokous

Seuran ylimääräinen kokous pidetään silloin, kun hallitus katsoo sen tarpeelliseksi, seuran kokous niin päättää tai kun vähintään 1/10 seuran äänioikeutetuista jäsenistä jonkin määrätyn asian takia sitä hallitukselta vaatii. Ylimääräisen kokouksen kutsussa on mainittava asia, jonka vuoksi kokous on kutsuttu koolle.

Ylimääräinen kokous on pidettävä vähintään kahden kuukauden kuluessa siitä, kun jäsenet ovat tehneet siitä edellä mainitulla tavalla esityksen.

Kokouskutsussa noudatetaan seuran kokouksen koollekutsumissääntöjä. 13§
Seuran toiminnan johtaminen

Seuran toimintaa ja taloutta johtaa syyskokouksen valitsema hallitus. Hallitus päättää seuran irtaimen omaisuuden hankkimisesta ja luovuttamisesta sekä kiinteän ja irtaimen omaisuuden kiinnittämisestä tai panttaamisesta. Hallitus ylläpitää jäsenrekisteriä.

Hallitukseen kuuluu yhdeksi toimivuodeksi kerrallaan valittu puheenjohtaja ja kahdeksi toimivuodeksi kerrallaan valitut 5-9 jäsentä. Puolet hallituksen jäsenistä ovat erovuoroisia vuosittain; aluksi arvan, sittemmin vuoron mukaan.

Hallitus valitsee vuosittain keskuudestaan varapuheenjohtajan, sihteerin ja rahastonhoitajan sekä nimeää muut tarvittavat vastuu- ja toimihenkilöt.

14§ Hallituksen tehtävät

Hallitus kokoontuu puheenjohtajan tai hänen estyneenä ollessaan varapuheenjohtajan kutsusta tarpeen vaatiessa tai kun vähintään puolet hallituksen jäsenistä kirjallisesti sitä vaatii.

Hallituksen tehtävänä on:

1. kutsua koolle, valmistella ja panna seuran kokousten päätökset täytäntöön
2. edustaa seuraa

3. ohtaa ja kehittää seuran toimintaa
4. vastata seuran omaisuudesta ja taloudesta
5. hyväksyä ja erottaa jäsenet ja pitää jäsenluettelo
6. nimetä tarvittaessa seuran jaostot, valiokunnat ja työryhmät
7. tehdä seuran toiminta- ja taloussuunnitelma seuraavaa toimintavuotta varten
8. tehdä seuran toimintakertomus ja tilinpäätös
9. hankkia ja kouluttaa ohjaajia, valmentajia ja muita seuratoimijoita
10. hoitaa seuran tiedotustoimintaa
11. huolehtia yhteydenpidosta jäseniin, toisiin yhdistyksiin ja Turun Riento ry:een
12. päättää jäseniä koskevista kurinpitotoimista
13. laatia toiminnasta vuosittain vuositilastot ja lähettää ne liittoon liiton sääntöjen mukaisesti
14. valita ja erottaa seuran palkatut toimihenkilöt sekä päättää heidän palvelusuhteensa ehdoista
15. päättää seuran ansiomerkkien myöntämisestä sekä tehdä esitykset muista kunnia- ja ansiomerkeistä
16. huolehtia ja vastata siitä, että seuran toiminta tapahtuu lain sekä näiden sääntöjen mukaisesti
17. sekä suorittaa muut yhdistyslain tai sääntöjen vaatimat määräaikaisten toimenpiteet.

Hallitus on vastuussa toiminnastaan seuran kokoukselle.

Hallituksen puheenjohtajalla ja sihteerillä on läsnäolo- ja puheoikeus valmistelu- ja toimielinten kokouksissa.

15§ Seuran tilintarkastus

Seuran tilit päätetään kalenterivuosittain. Hallituksen on jätettävä tilit tilintarkastajille viimeistään kolme viikkoa ennen kevätkokousta. Tilintarkastajien tulee antaa tilintarkastuskertomuksensa hallitukselle viimeistään viikkoa ennen kevätkokousta.

16§ Seuran nimen kirjoittaminen

Seuran nimenkirjoitusoikeus on hallituksen puheenjohtajalla ja varapuheenjohtajalla, kummallakin erikseen. Nimenkirjoittajien on oltava täysi-ikäisiä.

17§ Sääntöjen muuttaminen

Näiden sääntöjen muuttamisesta päättää seuran kokous. Tullakseen hyväksytyksi sääntömuutoksen on saatava 3/4 äänten enemmistön kannatus äänestyksessä annetuista äänistä. Muutos on ilmoitettava yhdistysrekisteriin merkittäväksi.

Sääntöjen muuttamisesta on mainittava kokouskutsussa.

Seuran aikaisempien sääntöjen mukaiset saavutetut jäsenedut säilyvät.

18§ Seuran purkautuminen

Seuran purkamista koskeva päätös on tehtävä seuran kahdessa, vähintään kuukauden välein pidetyssä kokouksessa, joista toinen on seuran varsinainen kokous. Päätöksen on, tullakseen hyväksytyksi, saatava molemmissa kokouksissa 3/4 ääntenemmistön kannatus äänestyksessä annetuista äänistä.

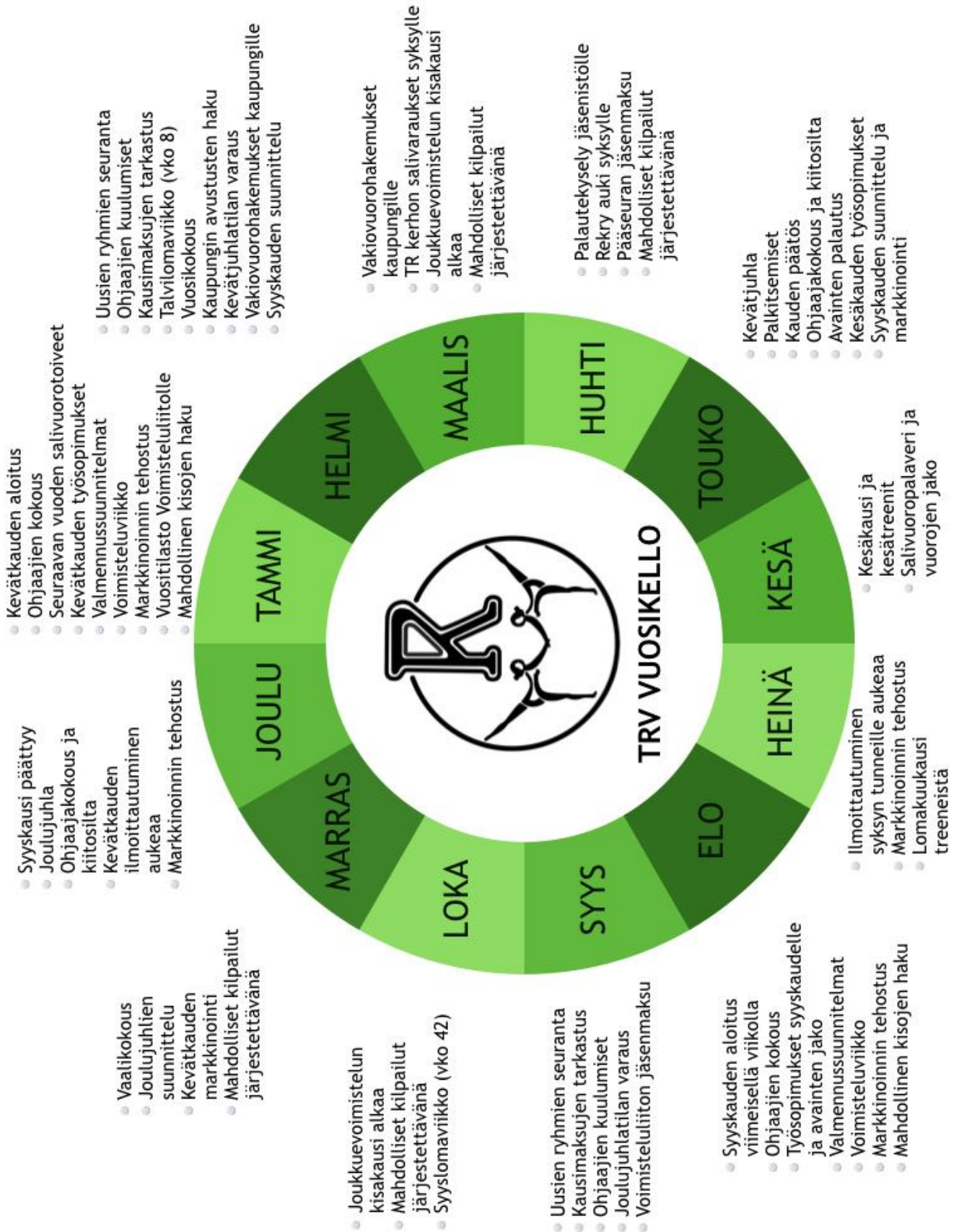
Seuran purkamisesta on kokouskutsussa ilmoitettava.

Jos seura purkautuu, luovutetaan jäljelle jäävät varat purkamisesta päättäneen kokouksen päätöksen mukaisesti Turun Riento ry:lle tai jos sitä ei ole, on varat viimeisen kokouksen päätöksen mukaisesti luovutettava johonkin seuran tarkoitusta edistävään tarkoitukseen tai Suomen Voimisteluliitto ry:lle käytettäväksi seuran tarkoituksen mukaiseen toimintaan.

19§ Yleisiä määräyksiä

Näiden sääntöjen lisäksi noudatetaan voimassaolevia yhdistyslain määräyksiä sekä voimassaolevia Suomen Voimisteluliitto ry:n edellyttämiä sääntöjä ja määräyksiä.

7.2. Seuran vuosikello (LIITE 2)



7.3. Talousohjesäännöt (LIITE 3)

TALOUSOHJESÄÄNTÖ

Turun Riennon Voimistelu ry

Seuran talous

- Seuralla on yhteinen talous, jota hoitaa seuran rahastonhoitaja. Seuran taloudesta vastaa hallitus.
- Seuran tilikausi on 1.1. - 31.12.
- Seuran budjetti hyväksytään vuosittain yhdistyksen kevätkokouksessa.
- Seurassa on useita joukkueita, joiden taloudenpitoa hoidetaan keskitetysti hallituksen taholta.

Toimintamaksut

- Seura kerää toimintaan osallistujilta toimintamaksuja, joilla se rahoittaa suurimmat menoeränsä. Kausittaisten toimintamaksujen suuruuden päättää seuran hallitus.
- Toimintamaksut lähetetään keskitetysti seuran taholta. Maksu maksetaan pääsääntöisesti yhdessä erässä. Lasku toimitetaan sähköpostilla Hoika-jäsenrekisteriohjelman kautta ilmoittautumisen yhteydessä.
- Jo muodostuneista toimintamaksulaskuista voidaan myöntää hyvityksiä seuran hallituksen päätöksellä.
- Maksamattomista toimintamaksuista seura lähettää kaksi maksumuistutusta. Ensimmäinen maksumuistutus toimitetaan Hoikan kautta sähköpostiin ja toinen maksumuistutus kirjeitse jäsenen kotiosoitteeseen. Maksumuistutuksiin on lisätty huomautuskulut.
- Mikäli suoritusta ei maksumuistutuksista huolimattakaan saada, siirretään asia perintätoimiston hoidettavaksi. Tämän jälkeen maksu tulee suorittaa perintätoimiston antamien ohjeiden mukaan.
- Mikäli perheellä on tilapäisiä vaikeuksia selviytyä toimintamaksujen maksamisesta, voi maksuaikataulusta neuvotella ottamalla yhteyttä seuran edustajaan.
- Toimintamaksut kattavat:
 - o seuran yhteiset kulut, kuten; työntekijöiden palkat ja työvälineet, postitus, kopiointi, joulujuhlut, päättäjäiset, kirjanpito
 - o seuran hankkimat salivuorot
 - o valmentajien palkkiot, lisenssit, vakuutukset, kulukorvaukset ja koulutukset
 - o Joukkueiden kisamaksu1osallistuminen kauden aikana
- Toimintamaksujen ulkopuolelle jäävät:
 - o pelaajan lisenssi ja lisenssivakuutus
 - o kisakulut, kun toinen tai enemmän kauden aikana (joukkue perii jäseniltään)
 - o välineet (pallot, naru, jne.)
 - o matkakulut kisoihin
 - o seuran järjestämät mahdolliset leirit
- Mikäli voimistelija loukkaantuu tai sairastuu ja hän ei pysty osallistumaan harjoituksiin tai kisoihin lainkaan yli kuukauteen, on pelaajalla tai hänen huoltajallaan mahdollisuus anoa toimintamaksun hyvitystä. Myös silloin kun voimistelija loukkaantumisen tai sairastumisen aikana pystyy osallistumaan joukkueen harjoituksiin osittain, voi voimistelija tai hänen huoltajansa anoa toimintamaksun hyvitystä. Näissä tapauksissa myönnetty hyvitys voi olla enintään 50 % loukkaantumisen tai sairastumisen ajan toimintamaksusta.

Uuden voimistelijan kokeilu-aika

- Uusi voimistelija voi tulla kokeilemaan joukkueeseen viikon ajaksi. Mikäli voimistelija kokeiluajan kestäessä päättää, ettei hän jatka harrastusta seurassa, ei toimintamaksua veloiteta.
- Mikäli uusi voimistelija päättää jatkaa harrastustaan seurassa, laskutetaan toimintamaksu koeajan alusta lähtien.

Jäsenmaksut

- Jokaisen TRV:n joukkueessa harrastavan voimistelijan tulee olla seuran jäsen. Pääsääntöisesti myös ryhmäliikuntaan osallistuvat ovat seuran jäseniä.
- Jäsenmaksu kerätään kerran vuodessa ja sen suuruuden päättää yhdistyskokous.
- Jäsenmaksu laskutetaan kauden ensimmäisen toimintamaksulaskun yhteydessä.

Kisa-asut

- Joukkueen valmentaja/-t päättää joukkueen kisa-asuta kisaakohtaisesti.
- Voimistelija on vastuussa kisa-asustaan, joten kadonneen tai rikkoutuneen kisa-asun aiheuttamat kustannukset veloitetaan voimistelijalta tai hänen huoltajaltaan.

Joukkueen talous

- Joukkueella on mahdollisuus kerätä joukkuekohtaista pääomaa.
- Joukkueen rahojen käyttöperiaatteista tulee sopia kauden alun vanhempainilaisuudessa.
- Joukkueen yhteisiä varoja voidaan käyttää vain tapahtumiin, joihin kaikille voimistelijoille on annettu mahdollisuus osallistua tai hankintoihin, joista kaikki voimistelijat hyötyvät. Esim. talkootyöllä ansaitut rahat tulee käyttää joukkueen toimintaan yleishyödyllisen yhdistyksen periaatteiden mukaan.
- Joukkueiden varoja säilytetään seuran pankkitilillä.
- Kun kaksi eri joukkuetta yhdistyy yhdeksi joukkueeksi, siirtyvät kummankin joukkueen varat yhteisiksi varoiksi.
- Yhdistymistilanteissa joukkueen varoja ei voida jakaa pelaajille tai pelaajien huoltajille.

Kulu- ja matkalaskut

- Seuralle ostetuista hankinnoista tulee tehdä kuittiselvitys rahastonhoitajalle. Kuittiselvityksen liitteeksi liitetään kuitti ostoksesta. Sitä varten kuitti tulee skannata tai ottaa puhelimitse kuva, jotta sen voi liittää sähköisesti laskulle.

Valmentajasta ja ohjaajasta aiheutuvat kustannukset

- Seura maksaa jokaiselle valmentajalle ja ohjaajalle palkkaa, palkkiota ja/tai kulukorvauksia, jotka määritellään erikseen valmentajasopimuksessa. Seura maksaa myös valmentajan lisenssin siltä osin, kun se liittyy valmentajan tehtäviin.

Talkootyöt

- Joukkue voi tehdä yrityksille erilaisia talkootöitä.
- Seuran rahastonhoitaja laskuttaa Hoika-ohjelman kautta seuran pankkitilille, joukkueen kustannuspaikalle.
- Talkootöistä sovittaessa on muistettava, että tulo on verovapaata ainoastaan, jos sitä ei jaeta henkilökohtaisesti työn tekijöille vaan se tulee laajemmalle piirille, eli koko joukkueen hyväksi. Toisin sanoen tuotto ei saa olla "korvamerkattu" vain nimetyille pelaajille/perheille.
- Jokainen juniorijoukkue on velvollinen tekemään talkootöitä 1-3 vuoden välein järjestettävässä kisatapahtumassa.

Mainostulot

- Joukkue voi rahoittaa toimintaansa myymällä yrityksille mainostilaa seuran kausi- tai kisajulkaisuun.
- Mainostajien laskutus hoidetaan seuran toimistolta joukkueen antamien ohjeiden mukaan

Verotusnäkökohdat

- Seura ei ole arvonlisävelvollinen.
- ALV-vapaus on sidottu kyseisen tulon verovapauteen myös tuloverotuksessa, joten huomaa seuraava: Verovapaus tuloverotuksessa koskee vain muuta kuin elinkeinotuloa. Elinkeinotuloksi ei katsota Urheilukilpailujen tai liikuntatapahtumien yhteydessä:
 - lipputuloja
 - osanottomaksuja
 - käsiohjelman mainos- ja muita myyntituloja
 - järjestävän seuran ylläpitämien kioskin tuloja
 - järjestävän seuran muita tarjoilutuloja
 - myyntioikeuksien myynnin tuloja
 - laita- ja muista väliaikaisista tapahtumaan liittyvistä mainoksista saatuja tuloja
 - urheilusuissa olevien mainosten tuloja
 - ääni- ja valomainoksia

- tilapäisen paikoituksen järjestämisestä saatavia tuloja
- muita tilaisuuteen liittyviä myyntituloja (esim. majoitustulot)
- tavarankeräystä ja siihen liittyvä kirpputoritoimintaa
- jäsenlehdestä tai muista seuran toimintaa välittömästi palvelevista julkaisuista (esim. käsiohjelma/kausijulkaisu) saatuja tuloja
- urheiluseurojen kannatustuotteita
- Muussa kuin edellä mainituissa tapahtumissa harjoitetusta kioski- ja kahvilatoiminnasta saatuja tuloja pidetään elinkeinotulona.

Lisätietoja:

Rahastonhoitaja Marika Laaksonen

050 3244843

trvoimistelu@gmail.com