

TOIMINTALINJA JA -SUUNNITELMA 2014



Sisällysluettelo

Esipuhe	3
Taekwondo lajina	4
Olympiatason urheilua.....	4
Taekwondo kaiken ikää.....	4
Iisalmen Taekwondo Ry	5
Jäsenet ja hallinto	5
Opettaja.....	6
Ohjaajat.....	6
Tuomarit.....	7
Kannustusjärjestelmä	7
Arvot.....	7
Sim Uu	8
Harrastuksen aloittaminen.....	9
Peruskurssit ja alkeistreenit.....	9
Jatkoryhmät ja harjoittelu	10
Junnuharjoitus	10
Kunto Taekwondo – kunnossa kaiken ikää	11
Koko perheen taekwondo.....	11
Vyökoeharjoitus.....	12
Perustekniikka & Poomsae (terveysliikuntaharjoitus).....	12
Potkut & ottelu	12
Kuntotestit	13
Vyökoheet	13
Toimintaperiaate kiusaamistilanteessa.....	13
Koulutus	14
Suomen Taekwondoliiton koulutukset	14
Iisalmen Taekwondo Ry:n koulutukset.....	14
Kilpailutoiminta	14
Kilpailutoiminnan periaatteet	14
Salikilpailut	14
Suomen Taekwondoliiton kilpailut	15
Iisalmen Taekwondo Ry:n edustuskilpailijat	15
Tapahtumat.....	16
Iisalmen Taekwondo Ry:n leirit ja kilpailut.....	16
Muut leirit.....	16
Päihdeettömyys.....	16
Tiedotus	17
Sisäinen tiedotus.....	17
Ulkoinen tiedotus.....	17
Suhdetoiminta	17
Laadunseuranta ja palautteet.....	18
Talous	18
Varainhankinta	18
Hinnasto.....	18

Esipuhe

Iisalmen Taekwondo Ry on vuonna 2000 perustettu liikunta- ja urheiluseura, sen tarkoituksena on edistää Taekwondon keinoin kunto- ja terveysliikuntaa, kilpaurheilua sekä terveitä elämäntapoja. Iisalmen Taekwondo Ry on Suomen Taekwondoliiton jäsen ja kuuluu sen alaisuudessa myös Valtakunnalliseen Liikunta- ja urheiluorganisaatioon (VALO), Euroopan- (ETU) ja maailman Taekwondo liittoon (WTF). Iisalmen Taekwondolle on myönnetty Nuori Suomi Sinetti vuonna 2012

Iisalmen Taekwondo Ry haluaa tarjota laadukkaita liikunnallisia elämyksiä ja positiivisia kokemuksia kaiken ikäisille. Tarjolla on monipuolisia harjoituksia lapsille, nuorille ja aikuisille harrastajille eli koko perheelle. Ohjaamisesta vastaavat koulutetut ohjaajat. Eri ikäryhmille ja aihealueille suunnatut harjoitukset tuovat vaihtoehtoja ja seurassa jokainen pääsee liikkumaan oman kiinnostuksensa mukaan, kilpaurheilun tai kuntoilun näkökulmasta. Nykyaikaisessa urheiluvalmennukseen perustuvassa harjoitusohjelmassa huomioidaan lasten herkkyyksikaudet ja aikuisten terveysliikunnan vaatimukset.

Seuran tavoitteena on ylläpitää jatkuvaa kehitystä - ohjaajia kannustetaan kouluttautumaan sekä kehittämään ohjaus- ja valmennustaitojaan jatkuvasti. Liikunnallinen yhteisö ja Taekwondo-harjoitukset ovat hyvä kasvuympäristö kaiken ikäisille ja erityisesti nuoremmille harrastajille. Tässä seura haluaa tuntea vastuunsa, siksi nuorten ja lasten monipuolisia liikuntamahdollisuuksia ylläpidetään sekä edelleen kehitetään lähitulevaisuudessa.

Iisalmen Taekwondo Ry
johtoryhmä

Taekwondo lajina

Olympiatason urheilua

Taekwondo on olympiaperheeseen kuuluva kamppailu-urheilulaji. Urheilulajina Taekwondo-ottelu onkin saavuttanut suuren suosion vauhdikkaiden tekniikoiden ja kehittyneiden sekä turvallisten sääntöjen ansiosta. Taekwondossa voi kilpailla ottelun lisäksi myös liikesarjoissa, joka tarjoaa kilpailumahdollisuuden myös niille, jotka eivät ole kiinnostuneita ottelemisesta.



Taekwondoa kaiken ikää

Lajina Taekwondo on monipuolinen ja se tarjoaa hyvää fyysistä harjoitusta niin kasvavalle nuorelle kuin kuntoliikunnasta kiinnostuneelle aikuiselle. Laji sisältää erilaisia potkuja, lyöntejä ja torjuntia, joilla on kamppailumuodon lisäksi terveyttä edistäviä vaikutuksia. Taekwondoliikkeet ovat suunniteltu kohentamaan ryhtiä ja harjoittamaan vartalon kaikkien osien koordinaatiota, voimaa ja liikkuvuutta. Taekwondoa onkin kehitetty kilpailumuodon lisäksi terveysliikunnallisina perustein. Lisäksi Taekwondo kehittää itsepuolustusvalmiutta ja vahvistaa harrastajaa henkisesti. Taekwondon henkinen sisältö perustuu kuuteen käsitteeseen: käytös, kunnioitus, kärsivällisyys, vaatimattomuus, uhrautuvaisuus sekä mielen ja kehon puhtaus. Näiden käsitteiden mukainen harjoittelu aloitetaan heti peruskurssista alkaen.



Iisalmen Taekwondo Ry

Jäsenet ja hallinto

Seuran toimintaa ja taloutta hoitaa johtokunta, johon kuuluu kahdeksi toimintavuodeksi valittu puheenjohtaja, ja kahdeksi toimintavuodeksi valitut 5 jäsentä ja 2 varajäsentä. Seuran varsinaiseksi jäseneksi voi johtokunta hyväksyä henkilön, joka sitoutuu noudattamaan seuran sääntöjä ja päätöksiä. Säännöt luettavissa osoitteessa: www.iisalmeltaekwondo.com/harrastaminen/saannot-ja-arvot

Puheenjohtaja

- Pitää yhteyttä Iisalmen kaupunkiin ja muihin sidosryhmiin
- Vastaa ulkoisesta ja sisäisestä tiedottamisesta
- Laatii seura-avustukset
- Toimii koulutusvastaavana ja laatii sekä ylläpitää koulutussuunnitelmaa

Sihteeri

- Laatii johtokunnan pöytäkirjat
- Pitää yllä seuran jäsenrekisteriä ja arkistoi myönnettyt vyöarvot
- Vastaa jäsenmaksuista yhdessä rahastonhoitajan kanssa

Rahastonhoitaja

- Hoitaa tiliä ja seuran kirjanpitoa
- Tiedottaa johtoryhmää seuran taloustilanteesta

Vuoro- ja varustevastaava

- Huolehtii avaimista ja tilavuoroista
- Tekee varustetilaukset

Nuorisovastaava

- Koordinoi junioritoimintaa ja vastaa sen kehittämisestä

Kilpailuvastaava

- Toimii joukkueenjohtajana

Sinettivastaava

- Kontrolloi, että toimintamme on sinettivaatimusten mukaista
- Osallistuu sinettiseurojen kokouksiin ja tapahtumiin
- Toimii linkkinä seuran sinettitoiminnassa, Suomen taekwondoliiton ja VALO:n kanssa

Johtoryhmän pelisäännöt

- Valmistaudumme kokoukseen ja tulemme ajoissa paikalle.
- Toimintamme perustuu vapaaehtoisuuteen. Jos tuntuu siltä, etten suoriudu lupaamistani tehtävistä aikataulussa, pyydän rohkeasti apua. Tarjoudun myös antamaan apua sitä tarvitseville.
- Olemme valmiita antamaan rakentavaa palautetta ja muistamme myös kiittää hyvin tehdystä työstä.
- Kunnioitamme seuran perinteitä.

Opettaja

Iisalmen Taekwondo Ry:n opettajana toimii Simo Jokinen 4. Dan, joka vastaa mm. seuran vyöarvojen myöntämisestä ja opetuslinjasta. Iisalmen Taekwondo Ry kunnioittaa ja seuraa Sabunim (opettaja) Marcos Kuusjärven (6.Dan / Vihti-Nummela Mudo Taekwondoseura), opetuslinjaa. **TUOMAROINTI**

Ohjaajat

Jokaiselle seuran ryhmälle määritellään kausittain vastuuhjaaja. Vastuuhjaajat määritellään ohjaajapalavereissa, joita pidetään kolmesti vuodessa (keväät-, kesä-, ja syyskausi). Vastuuhjaaja vastaa ryhmän harjoitusten ohjaamisesta harjoitusohjelman mukaisesti, vyökokeiden järjestämisestä (yhdessä mustien vöiden kanssa) sekä tiedottamisesta harrastajille ja junioreiden vanhemmille.

Kausisuunnittelusta vastaavat 2-tason koulutuksen käyneet ohjaajat, jotka myös osallistuvat jokaisen ryhmän harjoituksiin vähintään kaksi kertaa harjoituskauden aikana. Edellytyksenä vastuuhjaajana toimimiseen on vähintään 1-tason ohjaajakoulutus tai vastaava liikunta-alan pätevyys. Apuohjaajina voivat toimia vähintään vihreän vyön omaavat ja seuran oman koulutuksen käyneet harrastajat. Uuden ohjaajan aloittaessa toiminnan seuran ohjaajana huolehditaan, että hän ymmärtää vastuunsa lasten kasvattajana ja esimerkkiroolinsa toimiessaan lasten ohjaajana ja valmentajana. Seura tarjoaa yhdessä Iisalmen kaupungin kanssa ohjaajilleen mahdollisuuden koulutuksiin.

Ohjaajien pelisäännöt

- Vastuuohjaajana huolehdin, että harjoituksissa on aina ohjaaja paikalla. Hankin tuuraajan mikäli en itse pääse paikalle.
- Huolehdimme aina turvallisuudesta.
- Harjoitukset alkavat ja päättyvät aina ajallaan.

Tuomarit

Seuran sisäisten kilpailujen tuomaroinnista vastaavat Suomen Taekwondoliiton kansallisen tuomariluokituksen saavuttaneet.

Kannustusjärjestelmä

Ohjaajat ja muut toimihenkilöt tekevät arvokasta työtä seuran ja suomalaisen Taekwondon hyväksi. Hyvä työ ansaitsee aina kiitoksen - Iisalmen Taekwondo Ry kiittää ja palkitsee seuratoimijoita mahdollisuuksien mukaan. Seuran johtokunta mm. myöntää vuoden päätöstilaisuudessa diplomeja, joita voidaan käyttää esim. vuosimaksujen maksamiseen, leirimaksuihin tai varusteiden tilaamiseen.

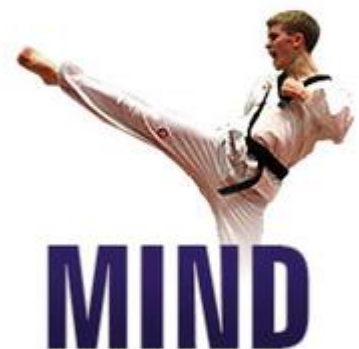
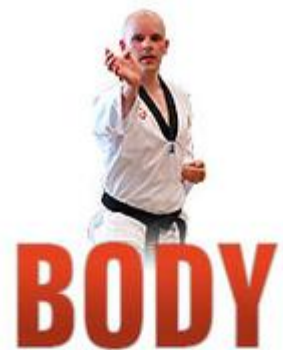
Arvot

Toiminnassamme olevat lajinomaiset arvomme ovat:

- Kunnioitus
- Käytös
- Kärsivällisyys
- Vaatimattomuus
- Uhrautuvaisuus
- Mielen ja kehon puhtaus

Lisäksi seuratoimintaamme tukevat ja täydentävät:

- Rehellisyys ja avoimuus
- Tasavertaisuus ja suvaitsevaisuus
- Terveet elämäntavat
- Toiminnan vakiintuminen ja kehittyminen



Sim Uu

Iisalmen Taekwondo Ry:n mustat vyöt ovat sitoutuneet Sim Uu:ksi kutsuttuun Taekwondo – perheeseen.

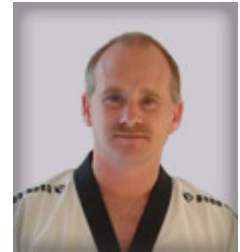
Mikä on Sim Uu?

Sim Uu tarkoittaa perhettä. Sim Uu on Ko Tai Jeongin (8 Dan) oppilaiden muodostama ryhmä ja hänen toiveestaan syntynyt yhteenliittymä. Tavoitteena on ylläpitää Taekwondo ja sen arvoja kokoamalla yhteen lajin Opettajat harrastajineen. Taekwondo on muutakin, kuin vain fyysistä harjoittelua, paljon muutakin kuin vain urheilua. Toisten kunnioittaminen, lajin käytöstavat, vuorovaikutus, terveys ja hyvinvointi kuuluvat asioihin, joita Mestari Ko haluaa ylläpidettävän. Tältä pohjalta haluamme myös me kehittää yhteistä lajiamme ja koota yhteen sellaisia Taekwondon harrastajia, joilla on samansuuntaiset arvot ja näkemykset lajin koko skaalasta.

Lähde. www.simuu.fi



Ko Tae Jeong 8. dan



Michael Iversen 6. dan



Harrastuksen aloittaminen

Peruskurssit ja alkeistreenit

Ei tarvitse olla huippukuntoinen eikä notkea aloittaakseen taekwondon harrastuksen. Harjoittelu aloitetaan perustason treeneissä, siellä opitaan peruspotkut, -lyönnit, -torjunnat sekä itsepuolustukset. Alussa keskitytään erityisesti kunnon kohotukseen ja liikkuvuuden sekä motoriikan parantamiseen.

Perusharjoituksissa luodaan jokaiselle tarvittava kunto- ja tekniikkapohja, jotta lajia voi harrastaa turvallisesti jatkossa. Myöhemmin tekniikat vaikeutuvat ja harjoitukset monipuolistuvat. Moni onkin löytänyt Taekwondosta läpi elämän kestävän harrastuksen.

lisalmen Taekwondo järjestää peruskurssin kahdesti vuodessa. Kevätkaudella aloitetaan junnuperuskurssi (7-11-v.) ja syyskaudella peruskurssi aikuisille ja nuorille aloittelijoille. Vaihtoehtoisesti lajin pariin pääsee aloittamalla Kunto- tai koko perheen taekwondossa, jotka ovat. ns. non-stop-ryhmiä ja niissä ei tarvitse olla aikaisempaa kokemusta lajista.

Taekwondon perusteet

Kurssi kestää noin 4kk, jonka jälkeen ryhmä suorittaa keltaisen vyön ja jatkaa harjoittelua jatkoryhmissä. Tarkoitettu 12-vuotta täyttäneille.

Junioriperuskurssi

Kurssi kestää noin 4kk, jonka jälkeen ryhmä suorittaa keltaisen vyön ja jatkaa harjoittelua junioreiden omassa jatkoryhmässä. Junnukurssi on tarkoitettu 7-11-vuotiaille.



Jatkoryhmät ja harjoittelu

Junnuharjoitus

Junnuharjoitus on tarkoitettu 7-11-vuotiaille lapsille ja nuorille. Harjoitusten tavoitteena on kannustaa lasta liikkumaan ja tarjota Taekwondo -harrastustoimintaa turvallisessa, kannustavassa ja iloisessa ympäristössä. Junioriryhmä antaa mahdollisuuden harjoitella lajia lapsille ja nuorille tarkoitettulla tavalla, harjoituksissa Taekwondoa lähestytäänkin lasten ehdoilla ja ne sisältävät ikäisilleen sopivia leikkimielisiä harjoitteita. Lasten ja nuorten ohjaamisessa noudatetaan Suomen Taekwondoliiton ja Valtakunnallisen liikunta- ja urheiluorganisaation laatimia suosituksia. Harjoitusohjelmassa huomioidaan monipuolisuus ja lasten herkkyykskaudet.



lisalmen Taekwondo Ry:lle on myönnetty Nuoren Suomen sinetti tunnustuksena laadukkaasta lasten ja nuorten urheiluseuratoiminnasta

Pelissäännöt:

Pelissäännöt sovitaan yhdessä junioreiden, vanhempien ja ohjaajien kesken.

Säännöt tarkistetaan ja päivitetään syksyisin.

Junioreiden pelissäännöt 2013–2014:

1. Pitää olla reilu kaveri kaikille
2. Treenijuomana käytetään vettä
3. Ei saa aiheuttaa häiriötä
4. Ei saa puhua kun ohjaaja puhuu
5. Ei saa kiusata / tönä / kamppia
6. Saliin tullessa kumarretaan

Voin harjoitella Taekwondoa kotonakin!



Vanhempien pelisäännöt 2013–2014:

1. Olemme kiinnostuneita lapsen asioista/minulla on aikaa kuunnella lapsen asioista/harjoituksista
2. Kannustamme itsenäiseen salille tuloon
3. Myös vanhemmat voivat auttaa lastaan kotona harjoittelussa
4. Suomme junnuille mahdollisuuden harrastaa omilla ehdoillaan
5. Ohjaajat ja vanhemmat voivat puhua keskenään avoimesti lasten asioista
6. Omalla esimerkillämme edistämme terveitä elämäntapoja (emme esim. tupakoi tuodessamme lasta treeneihin)

Kunto Taekwondo – kunnossa kaiken ikää

Kunto Taekwondo -ryhmä on suunnattu aikuisille ja siihen voivat osallistua kaikki seuran jäsenet tai vähintään kannatusjäsenmaksun maksaneet. Aikaisempaa kokemusta ei edellytetä vaan tätä kautta myös uudet, ennen lajia harrastamattomat voivat tulla mukaan Taekwondon pariin. Ryhmässä jokainen etenee omien ehtojensa mukaan ja halutessaan voi myöhemmin siirtyä harjoittelemaan myös muihin ryhmiin. Vaihtoehtoisesti voi keskittyä puhtaasti kuntoiluun



Taekwondon parissa – harjoituksissa sekä mieli että keho pääsevät iloisesti liikkeelle. Harjoitusohjelman on tarkoitus toimia osana UKK-instituutin laatimaa viikoittaista terveystaekwondo-suositusta.

Koko perheen taekwondo

Nyt perhe voi tulla sellaisena ryhmänä kuin se nyt sattuu kotoa mukaan lähtemään. Kaikille paikalle tulleille on yhteistä harjoitusohjelmaa, jokainen perheenjäsen voi olla nyt taekwondon taitaja. Perhe-taekwondo on paikka, jossa voit oppia tuntemaan perheesi uudella tavalla. Ryhmä toimii non-stop periaatteella eli jokainen viikko voi olla ensimmäinen



aloittaa perhetaekwondo. Harjoituksissa kaikki perheet ja perheenjäsenet ovat samassa sulassa sovussa ja oikeat taekwondo harjoitukset alkavat. Harjoituksen lomassa jokainen löytää paikkansa. Tule nyt ja kokeile, kaikki perhemuodostelmat käyvät, vauvasta vaariin. Meille kaikki on yhtä perhettä, joten voit tulla myös yhden hengen perheenä.

Vyökoeharjoitus

Vyökoeharjoitusten tavoitteena on kehittää ja ylläpitää Taekwondon kaikkia osa-alueita sekä valmistaa harrastajaa vyökokeeseen. Harjoitusohjelmassa korostuvat kamppailu- ja itsepuolustustaidon sekä mentaalisten ominaisuuksien kehittäminen. Vyökoeharjoitukset ovat monipuolisia ja toisinaan hyvin vaativia, tarkoituksena kehittää harrastajaa kamppailijana ja antaa mahdollisuuden itsensä kehittämiseen sekä ylittämiseen. Harjoitukseen voivat osallistua kaikki vyöarvot ja 12 vuotta täyttäneet.



Perustekniikka & Poomsae (terveysliikuntaharjoitus)

Perustekniikka & poomsae harjoituksissa keskitytään erityisesti tekniikoiden oikeisiin liikeratoihin ja suoritustapoihin. Harjoitusohjelma sisältää perustekniikkaharjoittelua (seisonnat, lyönnit, torjunnat, potkut), liikesarjojen opettelua ja tekniikoiden soveltamista parin kanssa. Tekninen ja aerobinen toistoharjoittelu harjoittaa kehoa monipuolisesti ja rasittaa hengitys- ja verenkiertoelimistöä, kehittäen mm. harrastajan perus- ja lihaskuntoa sekä liikkuvuutta. Harjoituksissa keskitytään myös kehon hallintaan ja lihaskunnan harjoittamiseen, joten se sopii mainiosti kunto- ja terveysliikunnan ystäville sekä niille jotka haluavat kehittää omaa perustekniikkaansa paremmalle tasolle. Tarkoituksena on myös antaa harrastajalle valmiudet liikesarjakilpailemiseen. Harjoitukseen voivat osallistua kaikki vyöarvot ja 12 vuotta täyttäneet.



Potkut & ottelu

Näissä vauhdikkaissa harjoituksissa harrastaja pääsee tutustumaan näyttävien potkujen ja Taekwondo-ottelun saloihin. Harjoituksiin sisältyy nopeiden ja tehokkaiden potkujen ja ottelutekniikoiden harjoittelua sekä ottelua. Potkuja harjoitellaan usein potkumaaleihin tai parin kanssa tehtyinä harjoitteina, kun taas ottelutaitoa kehitetään sparraamalla. Harjoitusten



tarkoituksen on myös antaa valmiuden niille, joita kiinnostaa ottelut ja kilpaileminen. Harjoitukseen voivat osallistua kaikki vyöarvot ja 12 vuotta täyttäneet.

Kuntotestit

Iisalmen Taekwondo Ry:n harjoitusohjelmaan kuuluu säännölliset kuntotestaukset. Testejä järjestetään kaksi kertaa harjoituskauden aikana. Testien tarkoitus on toimia terveysliikunnan mittarina ja motivoida harrastajia aktiiviseen liikkumiseen.

Vyökokeet

Iisalmen Taekwondon vyökokeista ja vöiden myöntämisestä vastaa seuran opettaja, Simo Jokinen 4. Dan. Kokeita järjestetään vähintään kolme kertaa vuodessa, kunkin harjoituskauden lopussa (kevät, kesä ja syyskausi). Mustien vöiden kokeet pyritään järjestämään mahdollisuuksien mukaan yhteistyössä muiden seurojen kanssa.



Ohjeet vyökokeen järjestäjälle (vastuuohjaajalle)

1. Sovi vyökokeen järjestämisestä ja aikataulusta seuran opettajan kanssa.
2. Varmista varustevastaavalta, että vöitä / merkkejä sekä harjoituspasseja on varastossa riittävästi (keltaisen vöiden kokeessa luovutetaan myös Taekwondo –passit).
3. Järjestä vyökokeen pitäjälle dokumentit valmiiksi (2 kpl vyökoepöytäkirjoja).
4. Tule paikalle vyökokeeseen ja valmistaudu toimimaan avustajana pöytäkirjojen ja maksujen tarkistamisessa sekä valokuvauksessa.
5. Vyökokeesta tehdään 2 kpl pöytäkirjoja, joista toinen jää seuran arkistoon ja toinen toimitetaan opettajalle. Pöytäkirjasta tallennetaan myös sähköinen versio.
6. Julkaise uudet vyöarvot seuran nettisivuilla ja lisää valokuvat kuvapalvelimelle.

Toimintaperiaate kiusaamistilanteessa

Puututaan heti ja tiedotetaan vanhemmille. Kiusaamistilanteissa nollatoleranssi. Junioriharjoituksissa on aina yksi tai useampi apuohjaaja tarkkailemassa ja puuttumassa mahdollisiin tilanteisiin.

Koulutus

Suomen Taekwondoliiton koulutukset

Seura kouluttaa ohjaajia jatkuvasti Suomen Taekwondoliiton järjestämien koulutuksien kautta, joka vastaa mitoitukseltaan ja rakenteiltaan VALO:n koulutusjärjestelmää. Suomen Taekwondoliiton koulutusjärjestelmä on kolmiportainen (tasot 1-3), lisäksi on ammattilaiskoulutuksen portaat (tasot 4-5). Taekwondoliitto on aktiivisesti mukana VALO:n valmentaja- ja ohjaajakoulutusten kehittämistyöhön liittyvässä VOK-hankkeessa.

Koulutuksista vastaa seuran johtoryhmä, joka laatii vuosittain koulutussuunnitelman. Koulutussuunnitelma laaditaan vuoden ensimmäisessä kokouksessa.

Iisalmen Taekwondo Ry:n koulutukset

Iisalmen Taekwondo järjestää seuran jäsenille ja ohjaajille sisäistä koulutusta. Ohjaajat kokoontuvat kolme kertaa vuodessa, jossa pidetään koulutusta uusille ja vanhoille ohjaajille sekä suunnitellaan tulevaa harjoituskautta. Koulutuksesta vastaavat 1. ja 2-tason käyneet ohjaajat.

Kilpailutoiminta

Kilpailutoiminnan periaatteet

Seura tukee ja kannustaa aikuis- ja lapsiharrastajia kilpailutoimintaan. Kaikkien yhdenvertainen oikeus osallistua ja olla osallistumatta kilpailuihin huomioidaan. Kilpailuihin liittyviä asioita käsitellään lasten, nuorten ja vanhempien kanssa.

Salikilpailut

Seura järjestää salikilpailuja 2 – 4 kertaa vuodessa. Salikisojen tarkoituksena on kannustaa seuran harrastajia tutustumaan kilpailutoimintaan. Salikilpailut antavat myös mahdollisuuden kilpailukokemukseen Iisalmissa ja ne palvelevat myös niitä joita kiinnostaa kilpaileminen harrastustasolla.

Salikilpailuissa lapsilla ja nuorilla on mahdollisuus kokeilla omia rajojaan ja kokea tunne-elämyksiä kannustavassa ilmapiirissä. Salikilpailuissa noudatetaan Nuoren Suomen laatimia kilpailutoiminnan suosituksia.

Suomen Taekwondoliiton kilpailut

Kilpailutoimintaa edistetään tukemalla jäseniä kilpailumaksuissa ja matkakuluissa mahdollisuuksien mukaan. Kulujen korvaamisesta päättää johtokunta.

Kilpailutoiminnan tavoitteet:

- Saada juniorit osallistumaan aktiivisesti Suomen Taekwondoliiton kilpailuihin
- Virkistää kilpailutoimintaa ja synnyttää seuralle uusia aktiivikilpailijoita

Iisalmen Taekwondo Ry:n edustuskilpailijat

Simo Partanen

Ottelumenestys:

- PM-2, 2011
- Ottelun A-junioreiden SM-1. 2010
- Ottelun SM-3. 2009
- Ottelun A-junioreiden SM-3. 2009
- Ottelun SM-2. 2008
- Ottelun nuorten SM-3. 2006

Tavoitteet vuodelle 2014:

- Suomenmestaruuskilpailut, 1. sija
- Finaalipaikka Pohjoismaiden mestaruuskilpailuihin
- Menestyminen SM-liigassa ja osallistuminen ulkomaan kisoihin



Tapahtumat

Iisalmen Taekwondo Ry:n leirit ja kilpailut

Seura järjestää vuosittain lapsille, nuorille ja aikuisille suunnattuja leirejä sekä tapahtumia. Tapahtumat pyritään pitämään seuran harrastajille maksuttomina.

Esimerkkejä tapahtumista:

- Leiri tai tapahtuma yhteistyössä Suomen Taekwondoliiton kanssa
- Alueleiri, jossa seuran ulkopuolinen ohjaaja
- Koko perheen Taekwondo –päivä
- Kesä- ja talvipäivä
- Seuran pikkujoulut

Muut leirit

Harrastajia kannustetaan osallistumaan eri seurojen ja Suomen Taekwondoliiton järjestämille leireille.

Ohjaajien ja harrastajien osallistumismaksuja korvataan mahdollisuuksien mukaan.

Päihitteettömyys

Iisalmen Taekwondo ry:n toiminta on terveellisiä elämäntapoja korostava. Kaikki seuran järjestämät tapahtumat ja tilaisuudet ovat päihitteettömiä.

Tiedotus

Sisäinen tiedotus

Iisalmen Taekwondo Ry:n tärkeimpänä tiedotuskanavana toimivat internetsivut (www.iisalmentaekwondo.com). Internetsivujen lisäksi harrastajia tiedotetaan sähköpostin ja sosiaalisen median välityksellä, harjoitusten yhteydessä sekä ilmoitustaululla (Iisalmen urheiluhalli). Tiedotuksesta vastaa johtokunta.

Ulkoinen tiedotus

Alkavista peruskursseista ilmoitetaan Internet-sivuilla, paikallislehdissä ja julkisilla ilmoitustauluilla. Iisalmen Taekwondo Ry:n järjestämistä tapahtumista ja kilpailumenestyksestä tiedotetaan paikallislehtiä. Tiedotuksesta ja mainonnasta vastaa johtokunta.

Suhdetoiminta

Suhdetoiminnasta ja yhteistyöstä eri sidosryhmien välillä vastaa puheenjohtaja ja varapuheenjohtaja. Lajia tehdään tunnetuksi erilaisten näyttösten ja vierailujen sekä aktiivisen tiedottamisen avulla. Iisalmen Taekwondo Ry:llä on hyviä kokemuksia Taekwondon ohjaamisesta koululaisryhmille. Tavoitteena onkin tehdä useita vierailuja Iisalmen peruskouluissa.



Laadunseuranta ja palautteet

Laadunseuraamiseksi teetetään vuosittain yksi palautekysely seuran harrastajille ja junioreiden vanhemmille. Kysely toteutetaan loka-joulukuussa seuran internet sivujen kautta.

Talous

Varainhankinta

Pääasiallisen tuoton lisälmen Taekwondo Ry saa vuosi-, peruskurssi- ja vyökoemaksuista. Varoja pyritään hankkimaan talkootöillä ja tapahtumia järjestämällä. Seuran toiminnan tukemiseksi haetaan lisäksi avustuksia.

Hinnasto

Juniorit, alle 12-vuotiaat	Määrä	Eräpäivä
Harjoitusmaksu 12 kk, tammi-joulukuu	80 €	28.2.
Harjoitusmaksu 6 kk, tammi-kesäkuu	45 €	28.2.
Harjoitusmaksu 6 kk, heinä-joulukuu	45 €	30.9.

Aikuiset, yli 12-vuotiaat	Määrä	Eräpäivä
Harjoitusmaksu 12 kk, tammi-joulukuu	110 €	28.2.
Harjoitusmaksu 6 kk, tammi-kesäkuu	60 €	28.2.
Harjoitusmaksu 6 kk, heinä-joulukuu	60 €	30.9.

Kunto-Taekwondo / Koko perheen Taekwondo	Määrä	Eräpäivä
Kannattajajäsenmaksu 12 kk, tammi-joulukuu	80 €	28.2.
Kannattajajäsenmaksu 6 kk, tammi-kesäkuu	45 €	31.1.
Kannattajajäsenmaksu 6 kk, heinä-joulukuu	45 €	30.9.

Harjoitusmaksu ja -kausi on yhden kalenterivuoden mittainen. Harjoitusmaksun voi maksaa yhdessä 12kk:n tai kahdessa 6kk:n erässä. Perhealennus -10€ seuraava henkilö (esim. 2 junioria $80 + 80 - 10 = 150$ €, 3 junioria, $80 + 80 + 80 - 20 = 220$ €).

Koko perheen taekwondo on perheenjäsenille maksuton. Maksat siis yhdestä ja loppuperhe pääsee maksutta.

Vyökoemaksut	
8 Kup (keltainen), sisältää taekwondo-passin	45 €
7 - 5 Kup (keltainen - vihreä)	25 €
3 - 4 Kup (sininen)	30 €
2 - 1 Kup (punainen)	35 €

Kokeen hinta sisältää uuden vyön / natsan.

Vyökokeeseen osallistuminen edellyttää kutsun saamista kokeeseen. Lisäksi harjoitusmaksu tulee olla maksettu. Kokeessa tulee olla mukana Taekwondo-passi ja kuitti vyökoemaksusta. Muistathan tulla ajoissa paikalle lämmittelemään.