

Naantalin Voimistelijat ry

Toimintasuunnitelma 2022



Naantalin Voimistelijat ry:n hallitus vuonna 2021

Puheenjohtaja:	Virve Vuoristo
Varapuheenjohtaja:	Piia Liimatta
Sihteeri:	Tuija Järvi (syyskuusta 2021 alkaen Maria Hvitfelt-Kuusinen)
Rahastonhoitaja:	Pentti Järvinen
Lasten ja nuorten jaoston vastaava:	Piia Liimatta ja Maiju Heinonen (29.9.2021 saakka)
Aikuisten jaoston vastaavat:	Tuija Järvi ja Pentti Järvinen
Valmennusvastaava:	Iisa Inkinen ja Mari Laineenoja
Koulutusvastaava:	Mari Laineenoja
Tähtiseura -vastaava:	Piia Liimatta
Olosuhdevastaava:	Maria Hvitfelt-Kuusinen
Cheerleading-vastaava:	Anette Österman (12.8.2021 saakka)
Cheerleading- ja JoJo-vastaava:	Terhi Heiskanen

Seurakoordinaattori:

Erna Kasterinne 31.8.2021 saakka
Tuija Järvi 1.9.2021-31.10.2021
Pauliina Ahovaara 1.11.2021 alkaen

TOIMINTA-AJATUS

Naantalin Voimistelijat tarjoaa monipuolista liikuntaa harraste- ja valmennustasolla kaiken ikäisille. Naantalin Voimistelijat haluaa tuottaa ihmisille elämäniloa, energiaa ja elämyksiä liikunnan avulla. Voimavarana seurassamme ovat osaavat ja koulutetut ohjaajat ja muut seuratoimijat. Seuran toimintaa kehitetään perinteitä kunnioittaen. Toimintamme perustuu seuramme jäsenten tarpeiden toteuttamiseen ja mahdollisuuteen vaikuttaa.

Vuoden 2022 alussa aikuisliikkujien määrä on edelleen huomattavan pieni verrattuna aikaan ennen koronavirusepidemiaa, vaikka syksyn 2021 toiminta aloitettiin ilman aikuisliikunnan rajoituksia. Lasten ja nuorten toimiala on toipunut epidemian jäljiltä lähes ennalleen. Joukkuevoimistelun valmennustoiminnassa ja cheerleadingissa on vähemmän harrastajia vuoteen 2019 verrattuna. Jäsenmäärän nostaminen on seuran päätavoite vuodelle 2022.

VISIO

Terveyttä edistävää harrasteliikuntaa ja tasokasta valmennustoimintaa kaikille naantalilaisille.

MISSIO

Tuotamme laadukkaita ja turvallisia liikuntapalveluja kohtuulliseen hintaan kaikille kuntalaisille. Tavoitteemme on olla tunnettuja hyvistä ohjaajistamme, monipuolisesta liikuntatarjonnasta, toimintamme luotettavuudesta, turvallisuudesta ja vastuullisuudesta sekä eri-ikäisten tasapuolisesta huomioimisesta. Huomioimme voimisteluliikunnan uutuuksia resurssien mukaan ja sisällytämme niitä seuran tarjontaan.

ARVOT

Seuran johtavia arvoja ovat:

- urheilullisuus
- tasapuolisuus
- erilaisuuden arvostaminen
- yhteisöllisyys
- elämyksellisyys
- eettisyys
- vapaaehtoisuus
- turvallisuus

LAATU

Naantalin Voimistelijat on tunnettu seura laadukkaasta ja tunnustusta saaneesta työstä. Viimeisin tunnustus on Olympiakomitean ja lajiliiton päätös hyväksyä Naantalin Voimistelijat Tähtiseuraksi kesällä 2018. Tähtiseuraksi voi päästä seura, joka täyttää määritetyt laatutekijät kohderyhmänsä osalta. Naantalin Voimistelijat sai kaksi Tähtimerkkiä: vihreän Tähtimerkin tunnustuksena lasten ja nuorten toiminnasta sekä punaisen Tähtimerkin aikuisten liikunnasta.

Tähtiseuratoiminta auditoidaan seuraavaksi keväällä 2022.



PAINOPISTEALUEET

1. Toiminnan elvyttäminen koronan jälkeen

- Aikuisliikunnan jäsenmäärän kasvattaminen ja asiakaskiinnostuksen lisääminen. Asiakastytyväisyyskyselyjen hyödyntäminen eri asiakasryhmille Olympiakomitean tarjoamilla työkaluilla.
- Lasten kilpailu- ja valmennustoiminnan tukeminen ja elvyttäminen sekä joukkuevoimistelussa että cheerleadingissä. Seuran tavoitteena on kehittää cheerleading- toiminnan laatua, ohjaajien ja valmentajien osaamista, kasvattaa harrastajien määrää sekä saavuttaa cheerleadingtoiminnalle Tähtimerkki.
- Voimisteluliiton strategian “Vetovoimaa lasten voimisteluun” 2021–2024 huomiointi lasten harrastus- ja kilpailutoiminnassa. Erityisesti keskitymme lasten ohjaajien ja valmentajien tukemiseen ja arvostukseen sekä alle 12-vuotiaiden harrastajien määrän nostamiseen.

2. Toiminnan vastuullisuus

Vuonna 2022 seurassa perustetaan vastuullisuustyöryhmä, jonka tavoitteena on pohtia ja käynnistää toimenpiteitä seuraavilla Olympiakomitean nimeämällä vastuullisuuden osa-alueilla: hyvä hallinto, turvallinen toimintaympäristö, yhdenvertaisuus ja tasa-arvo, ympäristö ja ilmasto sekä antidoping.

LASTEN JA NUORTEN HARRASTELIIKUNTA

Naantalilain Voimistelijoitten lasten ja nuorten tunneilla:

- harrastajat voivat liikkua koulutettujen ohjaajien opastuksella
- kaikilla on tasavertainen mahdollisuus osallistua toimintaan
- liikunnan perustaidot opitaan leikkien ja iloiten.

Noudatamme tunneilla Voimisteluliiton lasten laadukkaan voimistelun suosituksia. Tähtiseurakriteerit ovat vahvasti mukana ohjaamassa toimintaa. Huoltajien rooli lasten harrastamisessa on tärkeä – kannustajana, mahdollistajana ja olosuhteiden luojana. Ohjaajia kannustetaan järjestämään avoimien ovien kertoja huoltajille ja mahdollisesti ystäville muutamia kertoja kaudessa.

Perheliikunta

Perheliikunnan tavoitteena on tarjota liikuntatunteja lapsille yhdessä huoltajiensa kanssa. Perheliikuntaa järjestetään vauvaikäisistä noin 6-vuotiaisiin lapsiin ja kaikki alle 4-vuotiaat liikkuvat yhdessä oman huoltajan kanssa. Tunneilla liikutaan lasten ehdoilla kannustaen samalla myös huoltajia liikkumaan. Perheliikuntaryhmät ovat hyvä väylä lapsen liikuntaharrastuksen aloitukseen. Perheliikuntaryhmät voivat halutessaan osallistua seuran kevät- ja joulunäytöksiin.



Lasten harrasteliikunta

Eri-ikäisten lasten ryhmät tarjoavat monipuolista liikuntaa noin 4–12-vuotiaille lapsille. Lasten ryhmissä toiminta on lapsilähtöistä ja leikinomaista liikunnallisia tavoitteita unohtamatta. Lapsilla on mahdollisuus edetä omien toiveidensa ja taitojensa mukaisesti iloisessa ilmapiirissä. Lasten ryhmät voivat halutessaan osallistua seuran kevät- ja joulunäytöksiin sekä alueen järjestämiin Stara-tapahtumiin.



Ipanariehatoimintaa järjestetään yhteistyössä kaupungin Liikuntapalveluiden kanssa.

Nuorten harrasteliikunta

Toimialan tavoitteena on tarjota nuorille ajanmukaista ja monipuolista toimintaa. Nuorten ryhmät voivat halutessaan osallistua seuran kevät- ja joulunäytöksiin sekä alueen ja liiton järjestämiin Show-tapahtumiin ym. tanssillisiin kilpailuihin. Nuorten ryhmät (13–18 v.) ovat hyvä väylä aikuisten ryhmäliikuntatuntien pariin.

Jatkoryhmät

Seurassa toimii jatkoryhmiä esim. telinevoimistelussa, jotka on tarkoitettu tavoitteellisemmasta toiminnasta kiinnostuneille lapsille ja nuorille. Näihin ryhmiin pääsee mukaan harrasteryhmistä sopimalla asiasta ohjaajan kanssa.

AIKUISTEN LIIKUNTA

Seuramme aikuisten liikunnassa keskitytään terveyden edistämiseen ja ylläpitämiseen. Tavoitteena on tarjota laadukkaasti toteutettuja ryhmäliikuntatunteja kaiken ikäisille. Tuntitarjontaa löytyy niin aloittelijoille kuin aktiiviliikkujillekin.

Seuran monipuolinen tuntitarjonta sisältää mm. tehokkaita tunteja, kehonhuoltoa, joogaa sekä tanssia täyttäen terveysliikunnan kriteerit. Fyysisten hyötyjen lisäksi seuran tunnit tarjoavat sosiaalisia kontakteja ja liikunnan iloa.

Tavoitteenamme on liikuttaa yhä useampaa naantalilaista. Kausimaksu antaa mahdollisuuden osallistua tunneille rajattomasti. Halutessaan ryhmät voivat esiintyä seuran kevät- ja joulunäytöksissä.



KILPAILUN JA VALMENNUKSEN TOIMIALA

VOIMISTELU

Valmennustoiminnan lähtökohtana on tarjota laadukasta valmennus- ja kilpailutoimintaa joukkuevoimistelusta ja cheerleadingistä kiinnostuneille lapsille ja nuorille. Lähtökohtana on mahdollistaa tavoitteellisemman harrastuksen aloittaminen mahdollisimman monelle lapselle. Valmennustoiminnassa korostuu tavoitteellinen harrastaminen, voimistelutaitojen pitkäjänteinen kehittäminen sekä liikunnan ilo. Valmennusryhmät osallistuvat erilaisiin alueellisiin ja valtakunnallisiin kilpailuihin sekä muihin tapahtumiin.



CHEERLEADING

Naantalın Voimistelijat kuuluu Suomen Cheerleading-liittoon (SCL) ja seuran cheerleading-tunnit on toimivat SCL:n periaatteiden ja tavoitteiden mukaisesti. Ohjaajat on koulutettu SCL:n kursseilla ja noudattavat SCL:n koulutuspolkua.

Cheerleading-harrasteliikunta

Cheerleading-harrasteliikunnan tavoitteena on tarjota kaikille lajista kiinnostuneille lapsille ja nuorille mahdollisuus harrastaa cheerleadingia ja siihen liittyviä lajeja, kuten freestyle pomia. Lajin voi aloittaa myös yhdessä oman aikuisen kanssa perhe-cheerleading-tunneilla. Cheerleading-ryhmät voivat halutessaan osallistua esiintyjinä seuran kevät- ja joulunäytöksiin sekä sekä muihin tilaisuuksiin ryhmän ohjaajan päätöksen mukaan.

Cheerleading-kilpailutoiminta

Seurassa toimii cheerleadingin valmennus- ja kilparyhmä, jonka toiminta vakiinnutetaan syksystä 2021 alkaen.



OSAAMISEN KEHITTÄMINEN

Naantalın voimistelijat ry. kouluttaa ohjaajia ja hallituksen jäseniä vuosittain Suomen Voimisteluliiton, Lounais- Suomen Liikunta- ja Urheilu ry:n, SCL:n sekä muiden toimijoiden koulutuksissa. Ulkopuolisten koulutusten lisäksi osaamista kehitetään seuran sisäisillä koulutuksilla. Tavoitteena on ylläpitää ja lisätä seuratoimijoiden osaamista, jotta seura voi tarjota jäsenistölleen laadukasta, ajantasaista ja kilpailukykyistä toimintaa.

Vuodelle 2022 osaamista lisätään seuraavilla toimilla:

- Aikuisliikunnan vetovoimaisuuden lisääminen ohjaajien koulutuksen avulla
- Lasten laadukkaan voimistelun huomioiminen osaamisessa kaikissa alle 12-vuotiaiden ryhmissä.
- Cheerleading osaamisen laajentaminen seuran sisällä.

TIEDOTUS JA MARKKINOINTI

Seuran tavoitteena on kehittää kotisivuja sekä muuta tiedotusta saadun palautteen ja toiminnan kehittymisen myötä.

Ulkoisen tiedotus

Tavoitteena on tiedottaa seuran toiminnasta tehokkaasti paikallisalueella. Tiedottaminen tapahtuu:

- seuran kotisivujen kautta
- Facebookin ryhmässä, jossa tiedotetaan seuran asioita ja mainostetaan tapahtumia
- Instagramissa, jossa painopiste on valmennukseen liittyvillä kuvilla
- kirjoittamalla juttuja Rannikkoseudun Sanomiin ja Kaupunkiutisiin
- kotitalouksiin postitettavalla esitteellä, jossa tiedotetaan jumppien alkamisesta sekä tuntitarjonnasta

Tiedotuksessa ja markkinoinnissa pyritään lisäämään valokuvien käyttöä. Pyydetään aktiivijäseniä avustamaan valokuvien ottamisessa. Pyritään saamaan sosiaaliseen mediaan lisää näkyvyyttä.

Sisäinen tiedotus

- Kaksi kertaa kaudessa lähetetään tiedote ohjaajille sähköpostilla
- Ohjaajien tiedotuskanavana toimivat ohjaajille pidettävä syysstartti sekä ohjaajapalaverit
- Jäsenrekisteriohjelman avulla lähetetään vähintään kerran lukukaudessa jäsenistölle jäsentiedote sähköpostin välityksellä.
- Ohjaajille lähetetään esimerkiksi koulutusmainoksia myös Signal-ryhmien kautta.

SEURAN TAPAHTUMAT JA ESIINTYMISET

Olemme mukana erilaisissa tapahtumissa ja esiintymisissä, jotka tarjoavat elämyksiä ja haasteita osallistujille ja järjestäjille. Esiintymisillä ja tapahtumilla on myös tärkeä merkitys seuran näkyvyyden kannalta ja niiden avulla seura tekee toimintaansa tunnetuksi ja näkyväksi paikallisalueella.

Kevätliikuntanäytös	toukokuu
Kesäjumppa	kesä-elokuu
Unikeonpäivä	27.7.
Naantali päivä	23.8.
Joulukadun avajaiset	marraskuu
Joululiikuntanäytös	joulukuu



USKOLLISUUDEN KILLAN TOIMINTASUUNNITELMA 2022

Tammikuu	Digitreenikoulutus
Helmikuu	Hyvinvointipäivä/Ulkoliikunta
Maaliskuu	Muotinäytös Vuosikokous
Huhtikuu	Ulkoilupäivä/ Luolalanjärven kierros/Vaarjoen ulkoilureitti
Toukokuu	Kiltatreffit Ulvila, Voimisteluliitto/Länsi-Suomen alue
Kesäkuu	Kesäteatteri /Merimasku/Pöytyä Gymna Tampere 9-12.6. Kiltatreffit Tampereella 10.6.
Elokuu	Hyvinvointipäivä Energym /Turun Naisvoimistelijat Kilta Kuhankuonon retki
Syyskuu	Retki saaristoon- Farmors Cafe Högsåra, Kemiö Kiltalaisten kuntoviikko Varalassa/ Voimisteluliitto
Lokakuu	Syyskokous Golden Age voimistelutapahtuma Madeira
Marraskuu	Laivareissu/ Teatteri Kiltapäivät /Voimisteluliitto
Joulukuu	Adventtikirkko

Kiltatreffit joka kuukauden ensimmäinen tiistai klo 12 Kylpylän kahviossa ja kesällä Naantalın rannan ravintolassa.

Muita jäsenkyselyssä esiin tulleita ehdotuksia: Musiikkitalo-konsertti, Tampere talo, Taidenäyttely, Luento henkisestä hyvinvoinnista, Sastamalan kirkko