

KAUSITIEDOTE 2025-2026

Hei joukkuevoimistelijan kotiväki!

Valmennusryhmien syksyn harjoituskausi on taas käynnistynyt! Kausi avattiin valmennusryhmien yhteisellä leirillä heti elokuun alussa, johon osallistui yhteensä lähes 80 voimistelijaa ja valmentajaa. Joukkueita on tulevalle kaudella viisi ja kokoonpanoja kahdeksan. Voimisteliijoita, valmentajia ja muita aktiivisia seuratoimijoita on mukana seuran toiminnassa joukkuevoimistelupuoella yhteensä yli 100 tulevalle kaudella.



Lisenssiuudistus astuu voimaan 1.9.2025 - Suomen Voimisteluliitto

Kilpailevan voimistelijan tulee itse lunastaa Voimisteluliiton lisenssi osallistuakseen Voimisteluliiton alaisiin kilpailuihin ja tapahtumiin. Lisenssin ostojärjestelmä on vielä työn alla Voimisteluliitolla. Tiedotamme lisenssin hankinnasta lisää heti kun saamme lisätietoa Voimisteluliitolta. Voimisteluliiton lisenssijärjestelmä uusiutuu 1.9.2025 alkaen: <https://www.voimistelu.fi/blog/uutinen/lisenssiuudistus-astuu-voimaan-1-9-2025/>

Jäsenmaksu ja valmennusmaksu

Vuoden jäsenmaksu on jokaiselle jäsenelle 20 €, ja jäsenmaksu maksetaan vain syksyisin. Valmennusmaksu riippuu joukkueen harjoitusmäärästä. Valmennusmaksu maksetaan erikseen sekä syys- että kevätkaudesta. Valmennusmaksu sisältää voimistelijan kausimaksun ja valmennuksen tunneilla. Lisäksi tulee leirimaksu 15 €, joka laskutetaan syyskauden valmennusmaksun yhteydessä. Tällä katetaan kauden aloitusleirin kustannuksia sekä joukkueiden omia ohjelmaleirejä syys- ja kevätkauden 2025–2026 aikana.

Kaudella 2025–2026 valmennusryhmiin ei ilmoittauduta itse jäsenrekisterin kautta, vaan ryhmien ohjaajat toimittavat osallistujien tiedot toimistollemme ja saatte laskun automaattisesti omaan sähköpostiin. Huolehdittehan kuitenkin, että lapsen ja huoltajan päivitetty tiedot ovat jäsenrekisterissä, sillä jäsenpostit ja seuran informaatio kulkee jäsenrekisterissä olevien tietojen pohjalta. Maksut tarkistetaan säännöllisin väliajoin, osallistumisoikeutta seuraavalle kaudelle ei ole, jos vanhat maksut ovat maksamatta. Valmennusmaksuihin liittyvät asiat hoidetaan toimiston kanssa toimisto@nvo.fi (maksuaikataulun muutokset, mahdolliset maksuhojennukset jne.)

Valmennusmaksu syksyllä 2025 ja keväällä 2026:

Mineida	130 €	(harjoituksia 1 krt/vko)
Sofiella	190 €	(harjoituksia 2 krt/vko)
Violetta, Isador	250 €	(harjoituksia 3 krt/vko)
Fionella	270 €	(harjoituksia 4 krt/vko)

(Valmennusmaksu sisältää valmennuksen tunneilla. Joukkueet maksavat muut maksut itse esim. tuomarisakot ja kilpailuiden osallistumismaksut).

Tähtiseuraohjelma

Tähtiseuraohjelma on uusi Olympiakomitean alainen seuratoiminnan laatuohjelma, jonka tavoitteena on kehittää suomalaista seuratoimintaa. Naantalin Voimistelijat on valittu mukaan ohjelmaan, ja toiminnan tunnuksena toimii yllä oleva Tähtimerkki. Se kertoo, että seura on kehittynyt tasolle, jossa seuratoimintaohjelmassa määritellyt laatutekijät toteutuvat. Laatutekijät liittyvät seuran hallintoon, harjoittelun laadukkuuteen ja monipuolisuuteen, jäsenten osallistamiseen sekä terveellisten elämäntapojen edistämiseen. Lisätietoja tähtiseura-ohjelmasta löydät täältä: [Tähtiseura-ohjelma | Olympiakomitea](#)

Joukkueiden tuomarisakot

Seura pyrkii suunnittelemaan tarkasti joukkueiden kilpailut ja tuomarit, jotta mahdollisimman moni joukkue pystyisi kilpailemaan samoissa kilpailuissa ja näin välttyttäisiin mahdollisilta tuomarisakoilta. Kauden kaikki tuomarisakot lasketaan yhteen ja jaetaan kaikkien kilpailujen määrällä, jolloin saadaan kilpailukohtainen sakko. Joukkue maksaa sen määrän kilpailusakkoja, kuinka moneen kisaan on osallistunut kilpailukauden aikana.

Voimistelumatto Karvetissa

Voimistelumatto on käytössä harjoituksissa Karvetin salissa. Matto on painava ja maton nostaminen telineeseen sujuu parhaiten neljän aikuisen voimin. Tähän maton poisrullaukseen ja **nostoon toivotaan vanhempien apua**. Valmentajien kanssa kannattaa sopia sopivasta järjestelystä.

Voimistelumaton **imurointivuorot** jatkuvat ja imurointi suoritetaan vanhempien avulla. Imureita olisi hyvä olla 3–4 ja mukaan tarvitaan myös jatkojohtoja. Imurointiin kuluu aikaa n. 30 min 3-4 imurin kanssa. Sopiva ajankohta sovitaan joukkueen valmentajien kanssa joukkueen harjoitusvuoron aluksi tai lopuksi.

Imurointivastuu:

elokuu	Mineida	tammikuu	Mineida
syyskuu	Isador	helmikuu	Isador
lokakuu	Fionella	maaliskuu	Fionella
marraskuu	Violetta	huhtikuu	Violetta
joulunäytös	Sofiella	kevätnäytös	Sofiella



Hallituksen joukkuevoimistelun lajivastaava:

lisa Niemi p. 040 5448916 iisa.inkinen@gmail.com

Seurakoordinaattori:

Pauliina Ahovaara p. 044 305 3395 toimisto@nvo.fi

Liikunnallista voimistelukautta 2025–2026 kaikille,

lisa Niemi

Joukkuevoimistelun lajivastaava

Naantalin Voimistelijat