

Naantalin Voimistelijat ry Toimintasuunnitelma 2025



Naantalin Voimistelijat ry:n hallitus vuonna 2025

Puheenjohtaja	Piia Liimatta
Varapuheenjohtaja	Mari Laineenoja
Sihteeri ja tiedottaja	Suvi Haukioja
Lasten ja nuorten lajivastaava	Jenni Sorsavirta
Lasten ja nuorten lajivastaava	Gitta Salminen
Aikuisten lajivastaava	Tiina Pasma
Aikuisten lajivastaava	Mari Numminen
Joukkuevoimistelun lajivastaava	Iisa Niemi
Koulutusvastaava	Mari Laineenoja
Tähtiseura-vastaava	Piia Liimatta
JoJo-vastaava	Terhi Heiskanen
Rahastonhoitaja	Susanna Rinnelä

Hallituksen ulkopuolella toimivat

Seurakoordinaattori:

Pauliina Ahovaara

Cheerleading-lajivastaava:

Anette Österman

Telinevoimistelun lajivastaava:

Janina Heiskanen

TOIMINTA-AJATUS

Naantalin Voimistelijat tarjoaa monipuolista liikuntaa harraste- ja valmennustasolla kaikenikäisille. Naantalin Voimistelijat haluaa tuottaa ihmisille elämää, 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.

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 ja cheerleadingin uutuuksia resurssien mukaan ja sisällytämme niitä seuran tarjontaan.

ARVOT

Seuran johtavia arvoja ovat:

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



Kuva: @_mrphotography / Marko Rikonen

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 auditoitiin viimeksi keväällä 2022. Seuraava auditointi on vuonna 2025.



KEHITTÄMISEN PAINOPISTEALUEET VUONNA 2025

NVO:n toiminnan
laadun
ylläpitäminen ja
parantaminen

Viestinnän ja
markkinoinnin
kehittäminen

Osaamisen
kehittäminen

Lasten
voimistelun
linjausten
noudattaminen

NVO:n toiminnan laadun ylläpito ja parantaminen

Laatusertifikaatin auditointi

- Vuonna 2022 toteutettu tähtiseura-auditointi uusitaan vuoden 2025 aikana. Auditointiin valmistaudutaan koko hallituksen voimin ja mukaan tulee myös cheerleading-toiminnan vastuuvallmentajat, sillä Tähtimerkki on tarkoitus laajentaa cheerleading-toiminnan kattavaksi lasten ja aikuisten voimistelun lisäksi.

Toimintaa päivitetään myös vastaamaan Olympiakomitean päivitettyjen laatutekijöiden mukaisesti

Voimisteluliiton strategiaa ollaan päivittämässä ja uusi strategia, visio, missio ja arvot julkaistaan viimeistään vuoden 2025 alussa. NVO:n hallitus tutustuu Voimisteluliiton strategiaan ja toimintaa päivitetään strategian mukaisesti.

Viestinnän ja markkinoinnin kehittäminen

Seuran tavoitteena on kehittää NVO:n nettisivuja sekä muuta tiedotusta saadun palautteen ja toiminnan kehittymisen myötä. Some-viestintää kehitetään vuonna 2025 entistä tehokkaammaksi, jotta se tavoittaisi myös uusia kohderyhmiä.

Vuoden 2025 aikana on tavoitteena kehittää seuran viestintä- ja markkinointi käytäntöjä sekä nykyaikaistaa niitä. Viestinnän tueksi luodaan vuosikello. Ulkoisen viestinnän tavoitteena on tehdä seurasta paikallisesti mahdollisimman tunnettu ja houkutteleva vaihtoehto. Ulkoista tiedottamista tehdään:

- seuran kotisivujen kautta
- Facebookissa ja Instagramissa, joissa tiedotetaan seuran yleisiä asioita, mainostetaan tapahtumia ja viestitään seuran toiminnasta ja arjesta
- Instagram-viestinnässä tuodaan toimintaa esiin monipuolisesti valokuvien ja videon

Viestinnässä huomioidaan ympäristönäkökulma mm. painattamalla esitteitä vain pieni erä joka kotiin jakelun sijaan.

Ohjaajien ja jäsenten tiedottaminen:

- Ohjaajien tiedotuskanavana toimivat ohjaajille pidettävä syysstartti sekä ohjaajapalaverit sekä lajien ohjaajien Signal- ja WhatsApp-ryhmät
- Jäsenrekisteriohjelman avulla jäsenistölle lähetetään jäsentiedote vähintään kerran lukukaudessa (jäsenten sähköpostiin)
- Ohjaajille lähetetään esimerkiksi koulutusmainoksia Signal- ja WhatsApp-ryhmien kautta

Osaamisen kehittäminen

Naantalin 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 2025 osaamista lisätään seuraavilla toimilla:

- Jatkuva sisäinen koulutus, jotta valmentajien ja ryhmien ohjaajien antama ohjaus säilyy laadukkaana
- Joukkuevoimistelun tuomareiden kouluttaminen, tavoitteena lisätä tuomareiden määrää.

Vuonna 2024 laadittu NVO:n vastuullisuussuunnitelmaa jalkautetaan vuonna 2025. Suunnitelman tavoitteena on, että seura huomioi entistä paremmin myös ympäristövastuullisuuden näkökulmia toiminnassaan.



Lasten voimistelun linjaukset

Voimisteluliitto julkaisi syksyllä 2023 lasten voimistelun linjaukset, joita Naantalin Voimistelijat haluaa noudattaa. Laadukkaan lasten voimistelun edellytyksenä on lapsilähtöinen ohjaus ja valmennus. Linjauksen pääkohtina ovat lasten oikeuksien vahvistaminen ja ohjaus kohti lapsilähtöisempää valmennuskulttuuria.

Linjauksen viisi pääkohtaa ovat:

1. Luomme turvallisen harjoitusilmapiirin ja toimintaympäristön.
2. Tarjoamme osallisuuden ja vaikuttamisen mahdollisuuksia lapsille. (Olympiakomitean kyselyt)
3. Edistämme lasten liikunnan iloa ja mielekkyyttä sekä vahvistamme autonomiaa ja pitkän aikavälin kehittymistä. (liikunnalliseen elämäntapaan kasvaminen, kevätinäytös ja kausisuunnitelmat)
4. Mahdollistamme monipuolisen ja leikkisän lasten urheilukulttuurin. (monipuoliset kausisuunnitelmat)
5. Huomioimme lasten kasvun, kehityksen, terveyden ja hyvinvoinnin lajikulttuurissamme. Tavoitteena on hyvinvoivat ja itseensä uskovat harrastajat. Lapsen hyvinvoinnin ja terveyden tulee aina olla kilpailumenestystä tärkeämpää.



LASTEN JA NUORTEN HARRASTELIIKUNTA

Naantalin Voimistelijoiden 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 avointen ovien kertoja huoltajille ja mahdollisesti ystäville muutamia kertoja vuodessa. Kannustetaan ja rekrytoidaan uusia, osaavia ja sitoutuvia ohjaajia ja apuohjaajia. Kannustamme kouluttautumaan.

Kaikkien ryhmien kausisuunnitelmat ja pelisäännöt kerätään toimistolle ja toimitetaan koteihin toiminnan avoimuuden varmistamiseksi.

Perheliikunta

Perheliikunnan tavoitteena on tarjota liikuntatunteja lapsille yhdessä oman aikuisen kanssa. Perheliikuntaa järjestetään vauvaikäisistä noin 6-vuotiaisiin lapsiin, ja kaikki alle 4-vuotiaat liikkuvat yhdessä oman aikuisen kanssa. Tunneilla liikutaan lasten ehdoilla kannustaen samalla myös aikuisia 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. Seuran tavoitteena on selkiyttää ohjaajille lasten harrasteliikunnan kokonaisuutta ja luoda yhteisöllinen ilmapiiri.

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 (12–18 v.) ovat hyvä väylä aikuisten ryhmäliikuntatuntien pariin.

Jatkoryhmät / Telinevoimistelu

Seurassa toimii jatkoryhmiä telinevoimistelussa, jotka on tarkoitettu tavoitteellisemmasta toiminnasta kiinnostuneille lapsille ja nuorille. Ryhmäläiset sitoutuvat harjoittelemaan kahdesti tai kolmesti viikossa ryhmän aikataulun mukaisesti. Jatkoryhmät esiintyvät seuran kevät- ja joulunäytöksissä.



KILPAILUN JA VALMENNUKSEN TOIMIALA

Joukkuevoimistelu

Valmennustoiminnan lähtökohtana on tarjota laadukasta valmennus- ja kilpailutoimintaa joukkuevoimistelusta kiinnostuneille lapsille ja nuorille. Lähtökohtana on mahdollistaa tavoitteellisemman harrastuksen aloittaminen mahdollisimman monelle lapselle. Valmennustoiminnassa korostuu tavoitteellinen harrastaminen, voimistelutaitojen pitkäjänteinen kehittäminen sekä liikunnan ilo.

Joukkuevoimistelun kilpailutoiminta

Seurassa toimii viisi joukkuevoimistelun valmennusryhmää ja seitsemän kilpailevaa kokoonpanoa. Valmennusryhmät osallistuvat erilaisiin alueellisiin ja valtakunnallisiin kilpailuihin harraste- ja kilpasarjoissa. Joukkueet esiintyvät seuran kevät- ja joulunäytöksissä sekä muissa tapahtumissa.

CHEERLEADING

Naantalien 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. Cheerleading-ryhmät voivat halutessaan esiintyä seuran kevät- ja joulunäytöksiin sekä sekä muihin tilaisuuksiin ryhmän ohjaajan päätöksen mukaan.



Cheerleading-kilpailutoiminta

Seurassa toimii kaksi cheerleadingin valmennusryhmä, jotka kilpailevat SCL:n alaisissa Start-, Spirit- ja Superkilpailuissa vuonna 2025. Joukkueet osallistuvat seuran kevät- ja joulunäytöksiin.

AIKUISTEN LIIKUNTA

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

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

Vuonna 2025 jatketaan aikuisliikunnan lyhytkurssien tarjoamista. Lyhytkurssien tavoitteena on tarjota uusia lajeja jäsenistölle tutustuttavaksi.

Tavoitteenamme on lisätä tunnettavuutta luotettavana ja pitkäaikaisena toimijana sekä monipuolisena paikallisena liikuttajana. Aikuisliikkujiä on tarkoitus saada monipuolisen ja uusia trendejä mukailevan tarjonnan pariin yhä enemmän. Kausimaksu antaa mahdollisuuden osallistua tunneille rajattomasti. Halutessaan ryhmät voivat esiintyä seuran kevät- ja joulunäytöksissä.



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.

Aikuisliikunnan starttitapahtuma	tammikuu
Ystävänpäivän kaverikerta	helmikuu
Kevätnäytös	toukokuu
Kesäjumppa	kesä- ja elokuu
Unikeonpäivä	27.7.
Naantali-päivä	elokuu
Joulukadun avajaiset	marraskuu
Joulunäytös	joulukuu
Joulunajan jumpat	joulukuu

Liite 1. Killan toimintasuunnitelma 2025