



# TRIATHLON FINLAND

## **Toimintasuunnitelma 2023**

**(Hyväksytään syyskokouksessa 5.11.2022)**

<i>Triathlonliitosta lyhyesti</i> .....	1
<i>Vuoden 2023 toiminnan tavoitteet ja painopistealueet</i> .....	1
<i>Lasten – ja nuorten toiminta</i> .....	2
<i>Yhdenvertaisuus</i> .....	3
<i>Vastuullisuus</i> .....	4
<i>Kilpa- ja huippu-urheilu</i> .....	6
<i>Harrastus toiminta</i> .....	10
<i>Seurojen kehitystyö</i> .....	10
<i>Kotimaan kilpailutoiminta</i> .....	11
<i>Koulutustoiminta</i> .....	12
<i>Vaikuttaminen</i> .....	13
<i>Talous ja hallinto</i> .....	13
<i>Markkinointi ja viestintä</i> .....	14
<i>Triathlonliiton organisaatio</i> .....	14

# Triathlonliitosta lyhyesti

---

Suomen Triathlonliitto on 1986 perustettu valtakunnallinen liikuntajärjestö, jonka tarkoituksena on kehittää ja levittää triathlonharrastusta ja -tietoutta, toimia triathlonin alalla toimivien jäsenseurojensa valtakunnallisena liittona sekä edustaa lajiliittona triathlonurheilua Suomessa ja ulkomailla. Triathlonurheilulla tarkoitetaan triathlonia, jossa uidaan, pyöräillään ja juostaan ja duathlonia, jossa juostaan, pyöräillään ja juostaan. Liiton toiminnan perustana ovat liikunnan eettiset arvot ja urheilun reilun kilpailun periaatteet. Toiminnassa pyritään edistämään sukupuolten ja ihmisten välistä tasa-arvoa ja suvaitsevuutta.

## Vuoden 2023 toiminnan tavoitteet ja painopistealueet

---

### **Lasten ja nuorten toiminta**

Triathlonliiton hallitus päätti strategia päivässään nostaa lasten- ja nuorten toiminnan tekemisen ja viestinnän kärkiteemaksi seuraavan kahden vuoden ajaksi. Toimiva ja laaja lasten ja nuorten seura- ja kilpailutoiminta on keskeisiä edellytyksiä sille, että laji kehittyy kilpa- ja harrasteurheiluna ja harrastajamäärä lajin parissa kasvaa myös tulevina vuosina.

### **Yhdenvertaisuus**

Triathlonliiton toinen tavoite ja painopistealue on yhdenvertaisuuden lisääminen liiton kaikessa toiminnassa. Triathlonliiton Yhdenvertaisuussuunnitelman mukaisesti liitto toteutti 2022 AHOS-säätiön tuella paraurheilun kehitysprojektiin. Projekti jatkuu vuonna 2023 luokittelijan koulutuksella, ja projektin myötä tulleen yhteistyöverkoston vahvistamisella.

Liiton teettämän yhdenvertaisuuskyselyn ja World Triathlonilta saadun palauteen mukaan, triathlonliiton tulee panostaa sukupuolten väliseen tasa-arvoon. Liiton sääntöjä on muokattu siten, että hallituksen kokoonpanossa tulee aina olla vähintään 33 % naisia tai miehiä. Liitto järjestää kesällä 2023 tuomarikoulutuksen ja myös tänne valitaan tasapuolisesti naisia, että miehiä. Vuoden 2023 tavoitteena on niin ikään saada kaksi naista World Triathlonin (WT) valmennuskurssille. Tällä hetkellä liiton kuudesta aktiivisesta tuomarista vain yksi on nainen, eikä yhtään naista ole käynyt WT:n valmennuskursseja.

## Vastuullisuus

Triathlonliitto teki vuonna 2022 vastuullisuussuunnitelman, jota tullaan vuoden 2023 aikana täydentämään Reilun Kilpailun ohjelmalla. Reilun Kilpailun ohjelmassa on mukana sekä liiton antidoping- että kilpailumanipulaatio ohjelma. Liitto järjestää vuonna 2023 kisajärjestäjille ja seuroille kilpailun, jossa haetaan uusia toimintatapoja kestäväen kehityksen toimintaan. Tavoitteena on koota lajiin ohjekirja, jossa esimerkkien avulla kerrotaan seurojen ja kisajärjestäjien innovaatioista kestäväen kehityksen edistämiseksi. Liitto järjestää aiheesta etäluentoja seuroille ja kisajärjestäjille ohjekirjan valmistuttua.

## Huippu-urheilu

Huippu-urheilun painopisteet ovat triathlonin Valmennuskeskuksessa ja maajoukkueissa. Valmennuskeskuksen urheilijoiden päivittäisharjoittelu pyritään järjestämään mahdollisimman laadukkaasti ja yksilöllisesti. Top Teamin ja muiden maajoukkueiden leiritysten (kotimaassa ja ulkomailla) järjestäminen saatetaan palvelemaan urheilijoiden harjoittelua ja kilpailemista parhaalla mahdollisella tavalla. Lisäksi heille järjestetään riittävästi yhteisiä kilpailumatkoja kansainvälisiin kisoihin. Myös tulevaisuuden toivojen harjoittelua tuetaan paitsi järjestämällä liiton Talent-ryhmäläisille leirejä myös yläkoululeiritysten muodossa.

# Lasten – ja nuorten toiminta

---

Triathlonliiton hallitus päätti nostaa lasten- ja nuorten toiminnan tekemisen ja viestinnän kärkiteemaksi seuraavan kahden vuoden ajaksi. Se teki listauksen toimenpiteistä, joiden avulla liitto lähtee edistämään lasten – ja nuorten toimintaa. Tavoitteena on kaksinkertaistaa lasten ja nuorten määrä seuraavan kahden vuoden aikana.

## Toimenpiteet:

- Lasten ja nuorten lisenssimaksun alentamista
- Seurojen edustajista koostuvan lasten ja nuorten kehitystyöryhmän koostamista, jonka tehtävä on synnyttää ja kasvattaa seuroissa tehtävää lasten ja nuorten triathlon-toimintaa.
- Seuran kehittämistukien aktiivinen haku jäsenseuroille.
- Yhteistyö muiden lajien kanssa tarjoamalla seurojen lapsille ja nuorille mahdollisuutta kilpailla triathlonissa kyseisen seuran nimissä
- Kilpailutoiminnan elvyttäminen Suomen Cupin muodossa
- Seurakilpailuista koostuvien aluekilpailujen synnyttäminen lapsille ja nuorille
- Lasten avoimien leirien lisäämistä

- Seurojen kannustamista avaamaan aikuisten harrastustoiminta myös nuorille soveltuvilta osin

# Yhdenvertaisuus

---

*”Yhdenvertaisuudella tarkoitetaan sitä, että kaikki ihmiset ovat samanarvoisia riippumatta heidän sukupuolestaan, iästään, etnisestä tai kansallisesta alkuperästään, kansalaisuudestaan, kielestään, uskonnostaan ja vakaumuksestaan, mielipiteestään, vammastaan, terveydentilastaan, seksuaalisesta suuntautumisestaan tai muusta henkilöön liittyvästä syystä”*

## **Yhdenvertaisuussuunnitelman toimenpiteet ja tavoitteet 2023**

Triathlonliitolle tehtiin vuoden 2020 aikana uusi, kattavampi ja yksityiskohtaisempi yhdenvertaisuussuunnitelma vuosille 2020–2022. Työn toisena pohjatutkimuksena toimi World Triathlonin tekemä tutkimus kansallisten liittojen kehitystarpeista. Suunnitelma tullaan päivittämään vuoden 2022 loppuun mennessä. Päivityksessä käytetään tällä kertaa World Triathlonin vuosittaisen tutkimuksen palautteita ja siihen valitaan vähemmän toimenpiteitä.

## **Painopistealueet**

Yhdenvertaisuustyön painopisteet vuodelle 2023 ovat vammaisurheilun edistäminen, sukupuolten tasa-arvon lisääminen sekä edelleen syrjinnän ja häirinnän ennaltaehkäiseminen. Nämä ovat kaikki osa-alueita, josta liitto on saanut vähän pisteitä WT:n tutkimuksessa, mm. sukupuolten välinen tasa-arvo sai edellisessä tutkimuksessa vain 40 % /100 %.

Triathlonliitto on tehnyt paljon töitä viimeisen kahden vuoden aikana vammaisurheilun edistämiseksi. Liitto sai AHOS tuen turvin aloitettua luokittelijan koulutuksen ja materiaalin koonnin. Projektin myötä liitolle saadaan luokittelija tammikuussa 2023. Liitto onnistui paraurheilun integroinnissa vuonna 2022 siten, että liiton paraurheilijat pystyivät osallistumaan liiton normaaliin leiritykseen. Tätä toimintaa tullaan jatkamaan myös vuoden 2023. Seuraavat toimenpiteet vammaisurheilun edistämiseksi on aloittaa säännölliset rekrytointipäivät ja olla mukana projektin myötä syntyneiden kansainvälisten verkostojen toiminnassa. Tavoite on järjestää kesällä 2023 sekä yhteinen leiri että saada PM-kisan yhteyteen myös para-lähdöt. Tähän liitto tekee työtä osallistamalla ja vaikuttamalla Pohjoismaisten verkostojen tapaamisiin.

Sukupuolten väliseen tasa-arvoon tulee jatkossa kiinnittää huomioita. Tästä syystä painopiste tulee olemaan organisaatioiden ja toimitsijoiden monimuotoisuuden lisääminen. Yhtenä toimenpiteenä on kirjata liiton toimintasääntöihin sukupuolikiintiöiden prosenttiosuudet. Toisena toimenpiteenä on rekrytoida naisia sekä kansainväliseen valmentajakoulutukseen että tuomarikoulutukseen. Kolmantena toimenpiteenä on pitää teemaa yllä liiton uutiskirjeessä tarinoiden avulla.

Syrjinnän ja häirinnän ennaltaehkäiseminen on edelleen yhtenä painopistealueena. Liito on tehnyt ohjeistuksen aiheesta sekä seuroille että urheilijoille. Tätä ohjeistusta käydään läpi vuosittain sekä seuroille suunnatussa webinaarissa että maajoukkueiden leireillä pelisääntökeskusteluissa. Lisäksi kaikkien valmennuskoulutukseen tulevien henkilöiden, että liiton toiminnassa olevien maajoukkuevalmentajien tulee suorittaa Vastuullinen valmentaja verkkokoulutus.

## Vastuullisuus

---

Triathlonliitto teki syksyllä 2021 Vastuullisuusohjelman, johon sisältyy kaikki vastuullisuuden teemat. Osa vastuullisuuden teemoista on jo toteutunut hyvin, näitä ovat esimerkiksi hyvä hallinto ja toimenpiteet epäasiallisen ja häirinnän ehkäisemiseksi. Liiton resurssit ovat rajalliset ja tästä syystä vuoden painopistealueiksi vastuullisuudesta on valittu Reilun Kilpailun ohjelman tekeminen sekä toimenpiteet kestävän kehityksen edistämiseksi niin seura toiminnassa kuin kisojen järjestämisessäkin. Reilun Kilpailun ohjelma tulee sisältämään sekä liiton Antidoping- että Kilpailumanipulaatio-ohjelman. Tämä ohjelma valmistuu keväällä 2023. Opas kestävän kehityksen innovaatioista ja esimerkeistä valmistuu syksyllä 2023.

### **Reilun Kilpailun Ohjelma**

Triathlonliiton Reilun Kilpailun ohjelmissa käydään läpi liiton edistämää antidopingtoimintaa tai kilpailumanipulaation torjuntaa sekä näiden toimintojen seurantaa. Molemmat ohjelmaosiot sisältävät lisäksi perustietoa aihealueiden säännöistä ja sopimuksista, koulutuksesta, viestinnästä ja valvonnasta. Ohjelmista käy ilmi ne seikat, jotka sitovat kaikkia suoraan Triathlonliiton toiminnassa mukana olevia henkilöitä, mutta myös epäsuorasti mm. urheilijan tukihenkilönä toimivia. Liiton toimintasäännöissä molemmat osa-alueet on jo huomioitu, joten niihin ei ole enää tarvetta tehdä muutoksia.

## Antidoping toiminnan toimenpiteet ja vastuuhenkilöt

TOIMENPIDE	TOTEUTUS
KAMU-pikaoppaasta tiedottaminen	Liiton vastuuhenkilö toimittaa linkin kaikille maajoukkueurheilijoille. Linkki julkaistaan liiton nettisivuilla
Sääntöjen mukaisten testaustilojen järjestäminen kilpailuissa	Kotimaisissa kilpailuissa järjestäjä huolehtii tarvittavista tiloista
Valmentajakoulutusten antidopingosiot	Verkkokoulutus
Erivapauskäytäntö	Urheilijalla itsellään on vastuu erivapauden hakemisessa. Liitto opastaa urheilijoita.
Urheilijoiden sitouttaminen	Lisenssin ostaja sitoutuu noudattamaan Suomen sekä World Triathlonin Antidopingsäännöstöä
Maajoukkueurheilijoiden informointi	Valmennuspäällikkö tiedottaa kausittain maajoukkueiden jäseniä
Maajoukkueiden ohjelmien SUEK:lle	Valmennuspäällikkö vastaa tietojen lähetyksestä
Tasomäärittely	Avoimen sarjan miesten ja naisten SM-kilpailuihin osallistuvat urheilijat
Antidopingviestintä	Viestinnästä vastaa toiminnanjohtaja
Antidopingohjelma	Antidopingohjelman päivittämisestä vastaa liiton vastuuhenkilö ja sen hyväksyy liiton hallitus
Antidopingyksikkö	Triathlonliitonliiton toiminnanjohtaja XX ja XX
Kriisiviestintäryhmä	Triathlonliiton toiminnanjohtaja ja XZZ
Antidopingohjelman vastuuhenkilö	Toiminnanjohtaja Kaisa Tamminen
Valmentajakoulutuksen vastuuhenkilö	Valmennuspäällikkö Mika Luoto

## Kilpailumanipulaatio toiminnan toimenpiteet

Triathlonliitto laatii keväällä 2023 toimintaohjeet kilpailumanipulaatiotapauksia varten käyttäen työn pohjana tutkimusta lajin tilannekuvasta. Liitto nimeää samalla kilpailumanipulaation yhteyshenkilön, johon voidaan olla yhteydessä mahdollisissa kilpailumanipulaatioepäilyissä. Liitto laatii myös kriisiviestintäsuunnitelman ja tiedottaa aiheesta säännöllisesti kuukausittain ilmestyvässä uutiskirjeessään. Kilpailumanipulaation ehkäisy lisätään liiton virallisiin koulutuksiin. Jokaisen koulutukseen osallistuvan tulee käydä Reilusti Paras verkkokoulutus.

## Kestävä kehitys

Triathlonliitto on jo vuosia etsinyt vaihtoehtoja kestäväen kehityksen edistämiseksi. Keväällä 2023 liitto järjestää kilpailun seuroille ja kisajärjestäjille, jossa he voivat kertoa omista innovaatioistaan kestäväen kehityksen edistämiseksi. Kilpailun tuloksia tullaan esittämään liiton uutiskirjeessä sekä syksyllä 2023 järjestettävässä etäyhteyksin järjestävässä seminaarissa. Liiton omassa toiminnassa kestävä kehitys toteutuu jo monella osa-alueella, mutta uusia toimintatapoja etsitään edelleen. Kesäksi 2023 etsitään perinteisten mitalien tilalle ekologisempaa vaihtoehtoa.

# Kilpa- ja huippu-urheilu

---

## Triathlonliiton huippu-urheilun tavoitteet 2023

Triathlonin valmennuskeskus sijaitsee Turussa. Valmennuskeskus on Turun seudun urheiluakatemian ja Triathlonliiton yhteishanke, joka sai 2022 tukea Olympiakomitean huippu-urheiluyksiköltä 15000 euroa. Keskuksen vastuvalmentajana toimii liiton valmennuspäällikkö Mika Luoto. Valmennuskeskuksessa on nyt 16 urheilijaa, joista 3 kuuluu huippuryhmään. Vuoden 2022 syksyllä ryhmään tuli 4 uutta, lupaavaa urheilijaa. Valmennuskeskuksen ulkopuolisten urheilijoiden on myös mahdollista harjoitella keskuksessa leirin omaisesti. Vuoden 2023 tavoitteena on nostaa huippuryhmän koko neljään, ei kasvattaa enää ryhmän kokonaislukumäärää. Tavoitteena on myös vakinaistaa keskuksen saama tuki huippu-urheiluyksiköltä.

Triathlonliitolla on nuorten A- ja B- maajoukkue 15–23-vuotiaille nuorille sekä Talent-joukkue 11–15-vuotiaille nuorille. Nuorten maajoukkueen valmennuksesta vastaavat Mika Luoto ja Juuso Manninen ja Talent-joukkueen valmennuksesta Marika Langenoja-Suivitie ja Joel Jokinen.

Top Team maajoukkue on toiminut nyt muutaman vuoden. Ryhmän kokoonpanoa on tarkastettu vuosittain ja vuodeksi 2023 ryhmän kokoa lisättiin viiteen. Ryhmä tulee kokoontumaan vuonna 2023 säännöllisesti joko yhteisen treenipäivien tai viikonloppuleirien merkeissä. Ryhmän treenipäiviin ja leireille tullaan kutsumaan myös muita nuorten maajoukkueen urheilijoita, erityisesti alle 17-vuotiaiden tehoryhmästä ja nuorten A-maajoukkueesta.

Nuorten maajoukkue ja Top Team jatkaa Viron maajoukkueen kanssa tehtävää yhteistyötä myös vuonna 2023. Yhteistyö tarkoittaa yhteisiä leirejä sekä kummassakin maassa että yhteisiä ulkomaan leirejä ja mahdollisesti kisojakin. Yhteistyön avulla saadaan kummankin maan kärkiurheilijoille parempaa harjoitusparrausta ja monipuolisempaa valmennusta.

Liiton 17-vuotiaiden tehoryhmän toimintaa tullaan jatkamaan myös tulevalla kaudella. Toiminta koostuu useasta leiripäivästä ja –viikonlopusta, jotka toteutetaan osittain yhdessä muun nuorten maajoukkueen ja Top Teamin sekä Valmennuskeskuksen urheilijoiden kanssa. Tälle ryhmälle tarjotaan myös useita mahdollisuuksia osallistua kansainvälisiin kilpailuihin maajoukkuevalmentajien johdolla.



Vuoden 2023 tavoitteena on, että Top Teamin ja Valmennuskeskuksen urheilijat vakiinnuttavat paikkansa kansainvälisissä kisoissa. Heidän tulee nostaa ranking-sijoitustaan päästäkseen entistä useammin mukaan aiempaa kovatasoisempiin kisoihin, saavuttaen siellä myös hyviä sijoituksia. 17-vuotiaiden tehoryhmän tavoitteena on, että sen jäsenet menestyvät U17 EM-kisoissa saavuttaen finaali- ja podiumpaikkoja ja parantaen viestijoukkueen sijoitusta. Paratriathlonissa Liisa Liljan tavoite on olla podium-sijoilla kansainvälisissä arvokisoissa. Aikuisten maajoukkueen tavoitteena on saada menestystä kansainvälisissä pitkän matkan kisoissa- erityisesti World Triathlonin ja Ironmanin arvokisoissa.

Vuoden 2023 tavoitteena on järjestää kaksi-kolme kotimaan viikonloppuleiriä sekä nuorten maajoukkueille että talent- joukkueelle. Lisäksi maajoukkueurheilijoille järjestetään tammikuussa yhteisleiri Viron maajoukkueen kanssa ja helmi-maaliskuussa on kahden viikon ulkomaan leiri Fuerteventuralla. Nuorten maajoukkueen urheilijoille järjestetään kauden aikana myös kansainvälisiä kilpailumatkoja.

### **Paratriathlon**

Paratriathlonin osalta vuonna 2023 päätetään kaksi vuotta sitten alkanut projekti. Vuonna 2023 järjestettävässä kansainvälisessä luokittelukoulutuksessa liitto saa viimein koulutetun luokittelijan. Luokittelijalla on käytössään kaikki tarvittavat materiaalit ja KV-tason pätevyys.

Triathlonliiton tavoitteena on toteuttaa uusien paraurheilijoiden leiritys ainakin aluksi integroituna vammattomien kanssa. Jos kyse on nuoresta paraurheilijasta, hänet kutsutaan mukaan liiton talent-leireille ja jos kyse on aikuisurheilijasta, hänet kutsutaan liiton age-group leireille. Leirien yhteydessä tullaan myös kouluttamaan seurojen valmentajia, jotta kynnys paraurheilijoiden integroimiseksi osaksi normaalia seuratoimintaa laskisi.

### ***Paratriathlon kausisuunnitelma***

Edellisten kausien tapaan, kilpailut ovat jaettu ja luokiteltu neljälle tasolle. Kalenterissa on sekä MC-statuksella olevia kisoja sekä WTPS-tason kilpailuja, joista jaetaan enemmän pisteitä urheilijoiden ranking -systeemissä. Näiden lisäksi kalenterissa ovat maanosan mestaruuskisat sekä MM-kilpailut. World Triathlon Para Series (ent WPS) -sarja on kovin kilpailusarja, joka järjestetään yhdessä vammattomien huippusarjan, World Triathlon Series (ent WTS) -tapahtumien yhteydessä. Kausi 2023 tulee rakentumaan WPS-kisojen ja arvokisojen (EM ja MM) ympärille. Liisa Liljan tavoitteena on olla kolmen parhaan joukossa molemmissa kauden arvokisoista. Pariisiin

Paralympialaisten karsinta alkaa 2023 heinäkuussa. Karsintaan lasketaan kolme parasta kilpailua vuoden aikaikkunan aikana. Liisan tavoitteena on varmistaa Pariisin paikka jo vuoden 2023 aikana. Kilpailu kalenteri tullaan suosittamaan niin, että WTPS-kisoja tulee karsintaikkunaan mahdollisimman paljon.

Liina Nuoranne kilpailee Suomessa SM-kilpailussa ja nuorten Suomen Cupin – osakilpailuissa. Lisäksi Liina osallistuu vuoden 2022 tapaan PM-kisoihin. Kaudella 2024 Liina pääsee mukaan kv-kisoihin.

## Toimintatavat kohti menestystä

# 4

## Alueet mitkä varmistavat menestyksen

Lajiliiton periaatteet: Kohdennetumpaa, kilpailullisempaa ja aktiivisempaa.



### Valmentajaverkosto

Top-Down – asetelmasta huippuvalmentajaverkoston luomiseen.

Päävalmentaja ymmärtää, mistä löytää tiedon ja saattaa urheilijan yhteen osajan kanssa. Päävalmentaja vastaa valmennusfilosofiasta



### Huipputreeniryhmät

Mahdollistetaan maajoukkuetta kevyemmät – läpi vuoden toimivat huipputreeniryhmät

Alueelliset päävalmentajan alaisuudessa toimivat valmennusliimit

Leirinomaista harjoittelua läpi vuoden. Joel Filliol + Norja esimerkkeinä.



### Lajien välinen yhteistyö

Liittojen välillä on merkittäviä synergiaetuja: etenkin pyöräilyn osalta

Yhteisharjoittelu pyöräilyn ja uinnin maajoukkuehuippujen kanssa nostaa harjoittelun vaatimuksia

## Maajoukkueet 2023

### *Paratriathlonin maajoukkue*

Liisa Lilja, Porin Tarmo Triathlon

Liina Nuoranne, Turun Urheiluliitto

*Vastaava valmentaja Juuso Manninen*

### *Aikuisten maajoukkue kaudelle 2023*

Henrik Goesch, Turun Urheiluliitto

Juha-Matti Halonen, TriathlonSuomi

Heini Hartikainen, SKB Racing Triathlon Team

Tiina Pohjalainen, TriathlonSuomi

*Vastaava valmentaja: Mika Luoto*

***Top Team maajoukkue 2023:***

Timi Malinen, TriathlonSuomi

Ville-Valtteri Salonen Aqua Plus Triathlon

Veikka Sarén Someron Esa

Max Walther, TriathlonVantaa

Julia Kekkonen, TriathlonSuomi

*Vastaava valmentaja: Mika Luoto*

**Age Group Team Finland**

Triathlonliiton AGT toiminta on kehittynyt viime vuosina muutaman urheilijan ryhmästä lähes sadan hengen ryhmäksi. Ryhmän toimintaa kehitetään vuonna 2022 tehdyn tutkimuksen perusteella. Liitto organisoi tulevan vuoden kisamatkat ja lähettää matkalle ns. joukkueenjohtajan, jos matkalle lähtevien urheilijoiden määrä ylittää sovitun rajan. Leiritoimintaa jatketaan teemoittamalla ryhmän leirit lajeittain.

***AG toiminnan tavoitteet kaudelle 2023 ovat:***

- Leirit: vuonna 2023 tullaan järjestämään 3 teema leiriä. Aiemmista vuosista poiketen leirien ohjauksista vastaa kahden hengen tiimi, joista toinen on triathlonvalmentaja ja toinen teeman mukainen lajivalmentaja.
- Kansainväliset kilpailut. Kartoitetaan vuoden 2023 kansainvälinen kilpailukalenteri ja valitaan kaksi kisaa, johon pyritään saamaan noin kymmenen hengen joukkueet.
- Jatketaan juttusarjaa AG urheilijoista. Tavoitteena on, että jokaisessa Uutiskirjeessä on joko henkilötarina AG urheilijasta tai kertomus leireistä tai kilpailumatkoista.

# Harrastus toiminta

---

Triathlonin laaja harrastustoiminta on ensiarvoisen tärkeää toimintaa liiton kaikelle sektoreille. Tätä toimintaa pyritään kehittämään kaikilla osa-alueilla. Vuonna 2023 jatketaan seuratyön kehittämishankkeita ja luodaan valmiita malleja sekä pohjia seurojen harrastustoiminnan tueksi. Koska laadukkaasti toteutettu seuratoiminta on kaikkien etu, vuoden 2023 tavoitteena on saada triathloniin ainakin yksi uusi Olympiakomitean Tähtiseura.

## **Nuorten harrastustoiminta**

Nuorten harrastustoiminnan kehittämisessä on tärkeää luoda myös yhteistyöverkostoja paikallisten uimaseurojen sekä urheiluakatemioiden kanssa. Talent sourcingin avulla etsitään lajinvaihtajia triathlonin pariin, erityisesti drop-out-urheilijoista. Nuorten harrastustoiminnan edellytyksiä parannetaan myös kouluttamalla seuroja ja tarjoamalla toimijoille materiaalia kuten Nuoren triathlonistin opas ja esittelemällä triathlonistin polkua.

## **Aikuisten harrastustoiminta**

Aikuisten harrastustoimintaa kehitetään kouluttamalla seuroja muiden muassa triathlonkoulujen markkinoinnissa. Triathlon lajina kiinnostaa ja sen etuna on ulkoilmassa tapahtuva harjoittelu, joka on tällä hetkellä suosittua. Aikuisten harrastustoiminnan kehittämisessä on myös tärkeää muokata lajin kilpailutoimintaa siten, että lyhyempien matkojen arvostus kasvaa samalle tasolle kuin pidempienkin matkojen arvostus. Aikuisten harrastustoiminnan tueksi tullaankin tekemään vuoden 2023 aikana konseptointityötä niin triathlonkoulujen kuin kilpailujenkin osalta.

# Seurojen kehitystyö

---

Liiton painopistealueeksi valittiin lasten ja nuorten toiminta ja tähän varataan vuoden 2023 budjetissa myös varoja. Yksi toimintatapa kehittää lasten ja nuorten toimintaa on markkinoida OKM:n seuratukea, sparrata hakemusten tekemisessä. Liitto rakensi uuden koulutuksen lasten ja nuorten ohjaamisen, tämän koulutuksen myötä seurat saavat toimintaansa lisää resursseja. Koulutuksen hinta pidetään niin alhaisena, että jokaisella seuralla on mahdollisuus hyödyntää koulutusta osaamisen lisäämiseen. Kolmantena toimenpiteenä perustetaan seurojen alueverkostoja. Alueverkostojen tavoitteena on tarjota lapsille ja nuorille lisää toimintaa kuten esimerkiksi alueen

yhteisiä leiripäiviä ja pieniä kisatapahtumia. Liitto vastaa alueverkostojen toiminnasta kutsumalla seurat kokoon ja järjestämällä verkostolle säännöllisiä tapaamisia etäyhteyksin.

Liiton painopistealueena on yhdenvertaisuus ja tätä teemaa pyritään myös edistämään seurojen kehitystyössä. Liitto auttaa seuroja perustamaan ryhmiä, joihin ovat tervetulleita myös vammaiset urheilijat. Tähän on jo olemassa hyviä esimerkkejä, joita tullaan jakamaan liiton järjestämässä webinaareissa. Myös sukupuolten välistä tasa-arvoa tullaan edistämään mentorointikoulutuksen avulla. Mentorointikoulutukseen valitaan naisia, jotka jo toimivat seuratyössä tai tavoittelevat seurassa esim. hallitus- tai puheenjohtajapaikkaa. Mentorointikoulutus alkaa syksyllä 2023. Liitto on tehnyt hyvät ohjeistukset seuroille epäasiallisen ja häirinnän ehkäisemiseksi. Näistä ohjeista kerrotaan vuosittain liiton uutiskirjeessä ja liiton sosiaalisessa mediassa.

Kestävän kehityksen edistäminen tulee olemaan kolmas selkeä painopiste seurojen kehitystyössä 2023. Liiton tavoitteena on edistää kestävästä kehityksestä ja tämän tavoitteen toteuttamiseksi myös seuroja haastetaan innovoimaan uusia toimintatapoja. Seurojen toimintatavoista kostetaan dokumentti ja sitä jaetaan sekä liiton sivuilla että liiton uutiskirjeessä.

## Kotimaan kilpailutoiminta

---

Triathlonliiton alaisuudessa järjestetään kaudella 2023 erimittaisia SM-kilpailuja (puolimatka, olympiamatka, supersprintti ja sprinttimatka, sprinttiviesti sekä Duathlon). Tämän lisäksi järjestetään Suomen Cupin osakilpailuja. Liitto perii kaikilta SM-järjestäjiltä järjestämismaksun, jota vastaan järjestäjät saavat liitolta kilpailuun 1–4 tuomaria. Tuomareiden määrä on sidottu osallistujien määrään. Jos osallistujia on 100 tai vähemmän, liitto tarjoaa kisajärjestäjälle yhden tuomarin. Jos taas osallistujia on 200 tai sen alle, tuomareita on kaksi jne. Tuomareiden tehtäviin kuuluu huolehtia, että kilpailut ovat kaikille tasa-arvoisia ja turvallisia. Vuodelle 2023 SM-kilpailun järjestämismaksua on porrastettu kisan pituuden mukaan.

SM-kisojen lisäksi liitto järjestää kaudella 2023 Suomen Cup-sarjan. Suomen Cup -sarja uudistuu vuodelle 2023. Tavoitteena on lisätä lasten ja nuorten osallistumismahdollisuuksia ja näin ollen cup-sarjassa tulee olemaan ennätysmäärä kisoja. Tämän toivotaan myös vähentävän kustannuksia, sillä kisakalenterista voi valita itselle lähimpänä olevat tapahtumat. Liitto pienensi lasten ja nuorten lisenssimaksua ja myös tämän toivotaan tuovan enemmän osallistujia cup-kisoihin.

Liitto on uudistanut kilpailusääntöjään ja kehittänyt tuomaritoimintaansa viime vuosina, mutta tästä huolimatta liitolla ei ole tarvittavaa määrää koulutettuja tuomareita. Liitto järjestää heinäkuussa järjestävän European Masters Gamesin yhteydessä ensimmäisen kansainvälisen tuomarikoulutuksen, jonka tavoitteena kolminkertaistaa liiton tuomarimäärä. Kun liitolla on enemmän koulutettuja tuomareita, se voi myös auttaa enemmän kisajärjestäjiä kehittämään omia tapahtumiaan. Tämän toivotaan lisäävän liiton alaisten kisojen lukumäärää.

## Koulutustoiminta

---

Triathlonliitto sai kesäkuussa 2022 OKM:n erityisavustuksen valmennuskoulutuksen uudelleen rakentamiseen. Avustuksen myötä liiton koulutusjärjestelmään on rakennettu täysin uusi koulutus lasten ja nuorten ohjaukseen. Liiton uudistetut koulutukset alkavat pilottina loppuvuona 2022. Näiden koulutusten sisällöt ja toimivuus tarkastetaan pilottikurssien loputtua keväällä 2023.

Tampereella 2023 järjestetään European Master Games – tapahtuma (EMG). Tapahtuman yhteydessä on tarkoitus järjestää Suomen ensimmäinen kansainvälinen tuomarikoulutus. Kansainväliseen tuomarikoulutukseen sisältyy aina World Triathlonin sääntöprotokollan mukainen kisaharjoittelu ja EMG:ssä myös harjoittelu on mahdollista. Tavoite on kouluttaa Suomeen vuoden 2023 aikana 10–15 uutta tuomaria, joka triplaisi tuomareiden määrän. Tavoitteena on markkinoida kurssia erityisesti naisille.

Triathlonliitto osallistuu Tukholmassa järjestettävän kansainvälisen luokittelukoulutuksen toteutukseen tammikuussa 2023. Koulutus on osa liiton AHOS säätiön tulella tehtävää paraprojektia ja koulutuksen toteutumiseen on tehty työtä lähes kaksi vuotta. Koulutus on Ruotsin ja Suomen liiton sekä World Triathlonin yhteistyöhanke.

Seuroille ja urheilijoille suunnatut etäkoulutukset vakiinnuttivat paikkansa koronaepidemian aikana. Näitä 1,5 tunnin koulutuksia tullaan jatkamaan myös vuonna 2023. Koulutusten sisällöt tulevat liiton painopistealueista. Koulutuksissa käsitellään näin ollen lasten ja nuorten toimintaa, yhdenvertaisuutta ja vastuullisuutta.

# Vaikuttaminen

---

Vaikuttaminen sekä kansallisella että kansainvälisellä tasolla ovat strategian mukaisesti liiton perustehtäviä. Triathlonliitto on Olympiakomitean, Paralympiakomitean sekä lajin kansainvälisten liittojen Europe Triathlonin että World Triathlonin jäsen. Liiton päämääränä on varmistaa, että sillä on näiden kaikkien järjestöjen päättävissä kokouksissa liiton edustaja paikalla. Kokousedustus on vaikuttamisen lisäksi verkostoitumisen ja tiedon saamisen kannalta tärkeää. Liitto on onnistunut luomaan kahden viime vuoden aikana useita kansainvälisiä verkostoja niin urheilutoimen kuin muunkin toiminnan osalta. Vuonna 2023 liitto jatkaa aktiivista toimintaa näissä verkostoissa, jotka ajan hengen mukaisesti kokoontuvat lähes kokonaan etänä.

## Talous ja hallinto

---

Triathlonliiton talous ja hallinto ovat kunnossa, eikä niihin liittyviä kehityshakkeita tarvitse juurikaan tehdä vuonna 2023. World Triathlon arvioinnissakin tämä osa-alue on kehittynyt eniten ja sen pisteytys on reilusti yli 90 sadasta.

Liitto toteutti vuonna 2022 lisenssiuudistuksen ja tätä uudistusta tullaan kehittämään myös vuonna 2023. Liiton strategisena painopistealueena on lasten ja nuorten toiminta ja tämä näkyy myös lisenssien hinnoissa. Vuonna 2023 lasten ja nuorten lisenssien hintaa on 2 €, kun se vuonna 2022 oli 10 €.

Triathlonliitto uudisti toimintasäätönsä viime syksynä, joten kaikki liiton viralliset kokoukset voidaan pitää etänä. Tämä edistää demokratiaa, hyvää hallintoa ja vastuullisuutta mahdollistaen kokouksiin osallistumisen ilman matkakuluja. Liiton toimintasäätöjä tullaan uudistamaan myös vuodelle 2023. Tällä kertaa halutaan edistää sukupuolten välistä tasa-arvoa, joka on yksi vastuullisuuden painopistealueista vuodelle 2023. Myös äänimääriin tullaan tekemään muutoksia, sillä lisenssiuudistuksen myötä seurojen jäsenmääriä ei pystytä enää todentamaan aukottomasti.

Liitto on tehnyt toimintaansa läpinäkyvämmäksi mm. julkaisemalla liiton tilinpäätöksen asiakirjat omilla sivuillaan. Vuoden 2023 tavoite on aloittaa hallitustiedotteiden tuottaminen jäsenistölle. Tämä tarkoittaa sitä, että kustakin hallituksen kokouksesta kerrotaan lyhyesti päätökset ja

mahdollisesti päätösten perusteet. Myös kaikkiin valintoihin tullaan lisäämään perustelut ja niistä tiedotetaan avoimesti liiton tiedotuskanavilla.

## Markkinointi ja viestintä

---

Triathlonliiton markkinointi on keskittynyt kuukausittain ilmestyvään Uutiskirjeeseen sekä sosiaalisen median kanaviin (lähinnä FB ja IG). Uutiskirje on toiminut hyvin tiedotuskanavana kaikille harrastajille. Vuonna 2022 tehty kotisivu-uudistus on myös tuonut lisää näkyvyyttä some-seinän ansioista. Vuoden 2023 tavoite on jatkaa uutiskirjeen säännöllistä julkaisemista sekä tiedottaa asioista ajantasaisesti sosiaalisissa kanavissa.

Viestintää toteutetaan myös seuratoimijoiden ja kisajärjestäjien tapaamisissa. Nämä tapaamiset ovat osoittautuneet erittäin hedelmälliseksi tavaksi vuorovaikutuksellisiin keskusteluihin eri toimijoiden välillä. Vuonna 2023 järjestään alueellisia seurojen tapaamisia. Tapaamisia järjestetään ainakin pääkaupunkiseudulla, Lahdessa ja Tampereella. Tapaamisten tavoitteena on aloittaa seurojen välinen yhteistyö lasten ja nuorten toiminnan edistämiseksi.

## Triathlonliiton organisaatio

---

Triathlonliitossa on yksi täyspäiväinen työntekijä ja yksi osa-aikainen työntekijä. Liiton Toiminnanjohtajana toimii Kaisa Tamminen (37,5 h/viikko). Valmennuspäällikkö Mika Luoto ( 20 h/viikko). Päävalmentaja Juuso Manninen vastaa sekä paratriathlonista, AG-toiminnan kehittämisestä, että yhdessä Mika Luodon kanssa nuorten maajoukkueiden toiminnasta. Juuso Manninen tekee työtä oman yrityksensä kautta. Erwin Borremans vastaa Special Triathlonista, joka on Paralympiakomitean alaista toimintaa.

Liiton hallitus koostuu puheenjohtajasta ja seitsemästä hallituksen jäsenestä. Liiton puheenjohtaja ?