

Uutis-Malviina

1/2016



Puheenjohtajan tervehdys

Hyvää kesää teille, seuran jäsenet ja vapaaehtoiset toimijat!

Monia urheilullisia tavoitteita on taas kevään aikana saavutettu Tampereen Työväen Naisvoimistelijoiden ryhmissä ja joukkueissa.

Yhdessä

Urheiluseura muodostuu ihmisistä, joita yhdistää halu toimia yhteisen harrastuksen parissa. Urheiluseuralla ei ole asiakkaita, sillä on ainoastaan jäseniä. TTNV:n toimintatapa on puhdasta ja perinteistä yhdistystoimintaa, jossa kaikki toimijat tasa-arvoisesti harrastavat yhdessä: Valmentajat harrastavat valmentamista, johtokunnan jäsenet johtokuntatyöskentelyä, voimistelijat harrastavat urheilua ja voimistelijoiden vanhemmat urheiluvanhemmuita. Yksikään seuran toimija ei tee vuosittain satoja, jopa tuhansia tunteja työtä la-

jin eteen rahasta. Me teemme sen rakkaudesta joukkuevoimisteluun. Joskus ehkä mennään viha-rakkaussuhteen puolelle, mutta se on intohimoisissa suhteissa ihan normaalia.

Laadukkaasti

Vapaaehtoisuus ei tarkoita, että toiminta olisi ilmaista. Se ei myöskään tarkoita, että toiminta olisi laadultaan heikompaa kuin ammattimainen toiminta. Kilpa- ja kuntoharrastustoiminnan pyörittäminen vaatii valtavan määrän eri alojen osaamista. Seuran toimijat käyttävät vuosittain satoja tunteja omaa vapaa-aikaansa erilaisissa koulutuksissa. Käymme talous- ja veroasioiden koulutuksissa hankkimassa tuoreinta tietoa seuran johtamiseen, uusia tuomareita valmistuu, ohjaajat ja valmentajat hankkivat lisäkoulutusta aina kun suinkin kursseille ehtivät.

Unelmia toteuttaen

Kuluneen vuoden aikana TTNV:n valmennusjohdossa ja johtokunnassa on alettu elätellä hullua unelmaa. Entäpä, jos meillä olisi oma voimistelumatto kaikkien joukkueiden ympärivuotisessa käytössä? Entäpä, jos harjoituksiin mentäisiinkin aina samaan osoitukseen? Lapsia ei tarvitsisi kuskata viikottain jopa neljälle tai viidelle koululle, joilta on sattunut joukkueelle yksittäisiä käyttövuoroja löytymään. Entäpä, jos voimistelijoilla olisi oma lämmin ja turvallinen tila, jossa odotella bussia tai vanhempien kyytiä eväitä syöden ja läksyjä lukien? Entäpä, jos tämä ei edes nostaisi merkittävästi kustannuksia?

Unelmaa ei ole vain elätelty. On lähdetty konkreettisesti tutkimaan, kuinka näin suuri ja uudenlainen asia voitaisiin aivan oikeasti toteuttaa. Vaihtoehtoja on tutkittu, kymmeniä laskelmia laadittu ja neuvotteluja käydään parhaillaankin. Unelma on mahdollista toteuttaa. Jos ei tänä vuonna, niin ehkä jo ensi vuonna!

Onnittelut onnistujille ja tsemppiä ihan kaikille omien tavoitteiden tavoittelussa!

Heidi Boström-Vesola
Puheenjohtaja
TTNV ry



Joukkuevoimistelun



Laji Joukkuevoimistelu on kehittynyt suomalaisesta naisvoimistelusta kansainväliseksi kilpaurheilulajiksi ja se on Suomessa eniten harrastettu voimistelulaji. Laji vaatii voimistelijalta hyvää liikkuvuutta, tasapainoa, koordinaatiokykyä ja rytmitajua.

Kilpailuohjelma on liikkeiden ja musiikin muodostama taiteellinen ja urheilullinen kokonaisuus. Se koostuu monipuolisista vartalon liikkeistä, tasapainoliikkeistä, hypyistä ja muista liikkeistä kuten käsi- ja jalkaliikkeistä sekä hyppeleistä. Ohjelmassa liikkeet suoritetaan jatkuvina, virtaavina sarjoina, joissa tulee esille liikesujuvuus, ilmaisullisuus ja esteettisyys. Hyvälle suoritukselle on ominaista yhtenäisyys ja yhtäaikaisuus.

Pakollisten vaikeusosien ja virtaavan liikkeen lisäksi kokonaisuuden sitovat yhteen ohjelman tunnelma tai teema, jota liikekieli, musiikki, puvut ja ohjelman taiteelliset liike-elementit ilmentävät.

Parhaimmillaan joukkuevoimisteluohjelma onkin uniikki tarina ja henkeäsalpaava elämys. Se on kuitenkin myös fyysisten taitojen raja- mailla kulkeva taitojen osoitus.

Kilpailuohjelman pituus on sarjasta riippuen 2.00–2.45 minuuttia. Kilpailujoukkue koostuu 5–12 voimistelijasta. Suomessa kilpaillaan keväisin vapaaohjelmilla ja syksyisin välineohjelmilla. Kansainvälisissä kilpailuissa kisataan ainoastaan vapaaohjelmilla.

TTNV Seurassamme voimistellaan hyvällä mielellä mutta tavoitteellisesti. Voimistelijan polku kulkee tavallisimmin harrasteryhmistä (mini- ja midivalmennus) joukkuevoimistelun alkeisryhmiin ja niistä edelleen kilparyhmiin. Tiimi-ryhmät mahdollistavat voimistelun alottamisen myös hieman vanhempana, ja niiden kautta joukkueisiin voivat päästä vaikkapa toisesta lajista siirtyvät.

Kilpailu Alle 12-vuotiaiden lasten sarjoissa kilpaillaan vain yhdellä sarjatasolla ikäluokissa 8-10-vuotiaat ja 10-12-vuotiaat. Alle 12-vuotiailla on myös mahdollisuus esiintyä Voimistelun Stara-tapahtumissa, joissa joukkueita ei aseteta paremmuusjärjestykseen.

Yli 12-vuotiaat kilpailevat kansallisesti kolmella eri sarjatasolla:

SM-sarjat SM-sarjoissa kilpaillaan ikäluokittain 12-14-vuotiaissa, junioreissa (14-16-vuotiaissa) sekä yli 16-vuotiaissa (naisten sarja). SM-sarjojen valtakunnallisilla kilpailuilla on suomenmestaruusarvo.

Kilpasarjat Kilpasarjoissa kilpaillaan ikäluokittain 12-14-vuotiaiden, 14-16-vuotiaiden, 16-20-vuotiaiden ja yli 18-vuotiaiden (naiset) sarjoissa. Valtakunnallisella tasolla kilpasarjoissa kisataan Voimisteluliiton kilpasarjojen mestaruuskilpailuissa.

Harrastesarjat Harrastesarjoissa kilpaillaan ikäluokittain 12-14-vuotiaissa, 14-16-vuotiaissa ja yli 16-vuotiaissa.



Joukkueet kevät 2016

Päivänsäteet



Päivänsäteissä voimistelee 12 vuotia 2009-2010 syntynyttä voimistelijanalkua. Joukkue esiintyy Stara-sarjassa. Päivänsäteet on toiminut jo pidempään joukkueena, jonka kautta pääsee mukaan joukkuevoimisteluun. Tyttöillä on iloinen ryhmähenki ja uudet joukkuekaverit otetaan avosylin vastaan. Joukkuetta valmentaa Jertta Hellman, Pauliina Penttilä, Meeri Louhivuori, Miila Uusi-Pietilä ja Jasmin Jantunen.

Kuunsäteet



Kuunsäteissä voimistelee 9 vuotia 2007-2009 syntynyttä reipasta voimistelijaa. Joukkueen vahvuuksia on todella hyvä joukkuehenki, vaikka joukkue on ollut koossa tällä kokoonpanolla vasta alle vuoden. Tämän kevään Stara-sarjan esityksen teemana oli mystiset perhoset. Ensi syksynä joukkueen olisi tarkoitus nousta 8-10-vuotiaiden sarjaan. Valmennustiimissä ovat mukana Jertta Hellman, Pauliina Penttilä, Meeri Louhivuori, Miila Uusi-Pietilä ja Jasmin Jantunen.



Aamunsäteet



Aamunsäteissä voimistelee 13 tyttöä, jotka ovat 9-10-vuotiaita. Joukkue aloitti tällä nimellä syksyllä 2015. Osa voimisteliijoista on ollut mukana jo kaksi vuotta, ja muutama siirtyi mini-midivalmennuksesta mukaan tänä keväänä. Joukkueen vahvuus on hyvä ryhmähenki sekä ilmeikäs ja rohkea esiintyminen. Keväällä 2016 joukkue on esiintynyt Stara-sarjassa. Tulevana syksynä suunnitteilla on siirtyminen 8-10-vuotiaiden sarjaan ja vuonna 2017 10-12-vuotiaiden sarjaan. Joukkue on mukana Voimisteluliiton aluerinkivalmennuksessa. Valkkutiimiin kuuluvat Maria Välimaa, Janika Ketola, Julia Nurminen, Nea Haapalainen, Lotta Valenko ja Aino Hakala.

Auringonsäteet



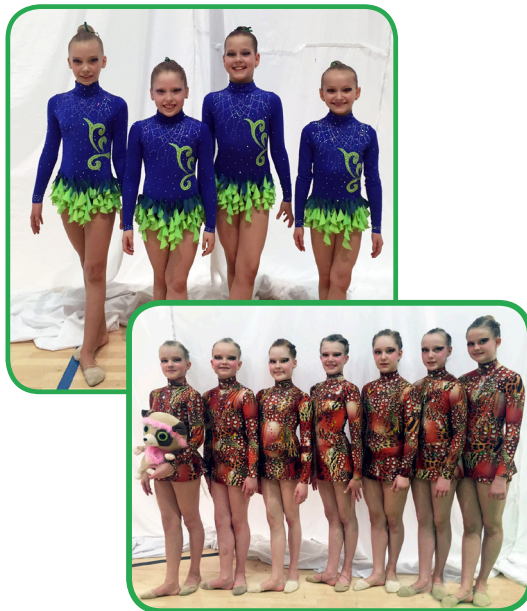
Auringonsäteissä voimistelee 10 tyttöä ja kuluvana keväänä joukkue on kilpaillut 8-10-vuotiaiden sarjassa. Joukkue aloitti syksyllä 2014 ja on aiemmin esiintynyt Stara-sarjassa, viime kaudella oli ensimmäinen kilpailu 8-10-vuotiaiden sarjassa. Joukkueen vahvuuksia on hyvä yhteishenki ja innokkuus oppia uutta. Suunnitelmassa on kilpailla vielä tulevana syksynä 8-10-sarjassa ja sen jälkeen siirtyä 10-12-vuotiaiden sarjaan. Auringonsäteitä valmentavat Arla Tanner, Salla Pekkarinen, Anniina Mikkola, Elviira Ervelius ja Pauliina Soini (kevään vaihdossa Saksassa).

Evren



Evreniin kuuluu 15 voimistelijaa. Keväällä 2016 joukkue on voimistellut 10-12-vuotiaiden sarjassa. Ydinporukka on ollut mukana kevästä 2013 alkaen, ja Evren-nimellä on voimisteltu kevästä 2015 alkaen. Kokoonpano on viimeisen vuoden aikana uudistunut melkoisesti, sillä uusia voimistelijaita on tullut viime toukokuun jälkeen 10. Kuluneena keväänä joukkue on keskittynyt uusien vaikeusosien opetteluun, syksyllä vuorossa hyppisohjelma samassa sarjassa ja keväällä 2017 joukkue siirtyy 12-14-vuotiaiden sarjaan. Valkkutiimiin kuuluvat Maria Välimaa, Milena Ahola, Aino Hakala, Lotta Valenko ja Janika Ketola.

Fionat



Noin vuosi sitten koottu Fionat-tiimi koostuu kahdesta innokkaasta ja hyvällä motivaatiolla harjoittelevasta joukkueesta, joissa molemmissa oli kevätkaudella kuusi voimistelijaa. Nuorempi Fionat osallistui keväällä sekä rytmisen että joukkuevoimistelun ohjelmalla taitosarjaan, mutta harjoittelun pääpaino on silti joukkuevoimistelussa. Vanhempi Fionat kilpaili 12-14-vuotiaiden SM-sarjassa ja kehittyi kauden aikana paljon. Molemmat joukkueet jatkavat syksyllä kilpailemista joukkuevoimisteluohjelmillaan. Valmennustiimiin kuuluvat Kaisa Wallin, Tanja Parviainen, Maija Lilja, Jutta Pihlamo, Olga Penttinen ja Annina Paananen.

Vida



Vidassa voimistelee 10 tyttöä, ja keväällä 2016 joukkue on kilpaillut 10-12-vuotiaiden sarjassa. Joukkueen vahvuuksia ovat hyvä joukkuehenki, halu kehittyä joka päivä paremmaksi voimistelijaksi, kurinalaisuus sekä hyvä huumorintaju. Tavoitteena on mennä yhdessä eteenpäin joukkueena jokaisen voimistelijan yksilöllinen kehitys huomioiden. Vapaaakusi 2016 on saanut hyvän alun (kaksi kultamitalia kansallisista kisoista sekä mahdollisuus kilpailla kansainvälisillä kisamatoilla). Tulevissa kisoissa tavoitteellaan hyvällä fiiliksellä tehtyjä ja varmoja kisasuorituksia. Tulevaisuudessa joukkue tavoittelee edelleen oman ikäistensä sarjan kärkeä ja tavoitteena on nousta 12-14-vuotiaiden mestaruussarjaan. Vidan valmennustiimiin ovat jo useiden vuosien ajan kuuluneet Salla Röntynen, Riikka Saloranta, Reetta Kuortti ja Marianne Kanerva.

Polaris



Polariksessa voimistelee 11 vuosina 2000-2002 syntynyttä voimistelijaa. Joukkue nousi kuluvana keväänä 14-16-vuotiaiden kilpasarjaan. Vuonna 2006 perustettiin joukkue Kirput, josta tuli Stellapolaris, joka taas myöhemmin jaettiin Polaris- ja Stella-joukkueiksi. Joukkueella on takanaan monta hienoa kautta. Parhaimpana menestyksenä 12-14-vuotiaiden sarjasta kilpasarjan SM-hopea. Joukkueen vahvuuksia ovat tiivis yhdessä tekeminen, joka näkyy sekä harjoituksissa motivoituneena treenaamisena, kuin myös niiden ulkopuolella. Tytöt antavat aina parhaansa. Polaris siirtyi uuteen sarjaan odottavin ja jännittynein fiiliksin, ja sarjanousu on onnistunut hyvin. Joukkuetta valmentavat Minna Backman, Katja Salonen, Hanna Sundell ja Jertta Hellman. Hanna Sundell on tehnyt joukkueen kevään koreografian.

Hiukkaset



Hiukkaset voimisteli kevätkaudella 2016 menestyksekkäästi 16–20-vuotiaiden kilpasarjassa 10 nuoren naisen voimin. Joukkueen historia alkaa jo vuodesta 2001 silloisesta nuppu-arjasta, ja kokoonpanoon on vuosien mittaan siirtynyt paljon voimistelijoita pääosin seuran sisältä. Joukkueen vahvuutena on sen tekninen osaaminen, sillä nykyisillä voimistelijoilla on vankka voimistelupohja ja menestyksenkäs SM-sarjatausta. Valmentajat Annamari Manninen ja Tanja Parvainen ovat toimineet jo pitkään joukkuevoimistelun parissa.

Wimma



Wimma koostuu jo kilpamatot jättäneistä voimistelijoista, joita yhdistää rakkaus lajiin ja into rennompaan treeniin. Joukkue treenaa hyvässä porukassa hyvällä sykkeellä ja rakkaasta lajista nauttien. Tavoitteena on verestää vanhoja taitoja sekä oppia uutta. Tällä hetkellä mukana on 9 yli 16-vuotiaasta voimistelijaa, joita valmentaa Maria Välimaa.

Huom!

TTNV:lle on myönnetty syksyllä 2016 Suomen voimisteluliiton joukkuevoimistelun Sydän-Suomen aluekisat, joita varten olemme saaneet varattua käyttöömme Hervannan vapaa-aikakeskuksen.

Laita siis nyt jo kalenteriisi merkintä, että seuran talkootöitä tehdään jälleen 11.-12.11.2016. Jokaiselle vanhemmalle on talkootehtävä varattuna!

Kisatuotto käytetään suoraan mm. joukkueiden pukuavustuksiin, valmentajien ja ohjaajien kouluttamiseen, leiriavustuksiin jne. Hankittu tuotto ei ole ”seuran rahaa” vaan seuran kaikkien jäsenten yhteistä omaisuutta, joka käytetään suoraan voimistelijoiden ja vanhempien hyväksi.

Liity seuran jäseneksi!

Riittävä jäsenmäärä takaa resurssit laadukkaalle toiminnalle. Mitä enemmän jäseniä, sitä enemmän valtaa kaupungin päätöksenteossa. Näin saamme lasten ja nuorten harrastusten hinnat pysymään jatkossakin sopivina. Kannatusjäsenmaksu vuonna 2016 on 10 euroa. Liity kannatusjäseneksi seuran nettisivujen kautta osoitteessa www.ttnv.fi/seura/kannatusjasenyys/

Seuraa nettisivuja!

Osoitteesta www.ttnv.fi löydät paljon niin yleistä kuin ajankohtaistakin tietoa seuramme toiminnasta sekä joukkuevoimistelusta yleensä.

Voimisteluliiton nettisivujen osoite www.voimistelu.fi kannattaa myös pitää mielessä. Liiton sivuilta löytyvät tiedot muun muassa kilpailuista ja tapahtumista.



TTNV on somessa!

Seuraa meitä ja tykkää toiminnastamme, ole mukana arjessamme.



Facebook: TTNV/Tampereen-Työväen-Naisvoimistelijat-ry
Instagram: ttnv_voimistelu



Yhteystiedot

Toimistolla päivystää **toimistotyöntekijä Olli Hämäläinen** ma-to klo 11-15.

Osoite: Hämeenpuisto 28 A 5. krs, 33200 Tampere

p. 044 777 0508

toimisto.ttnv(at)gmail.com

Yleiset seura-asiat ja tiedotteet johtokunnalle: toimisto.ttnv(at)gmail.com

Joukkuevoimistelu: jv.ttnv(at)gmail.com

Jumpat (lasten, nuorten ja aikuisten kuntoliikunta): jumpat.ttnv(at)gmail.com

Johtokunta 2016

Heidi Boström-Vesola, puheenjohtaja

pj.ttnv(at)gmail.com

p. 040 736 3074

Päivi Peltonen, varapuheenjohtaja

varapj.ttnv(at)gmail.com

Kati Toikkanen, sihteeri

sihteeri.ttnv(at)gmail.com

Piia Rätty, taloudenhoitaja

taloudenhoitaja.ttnv(at)gmail.com

Riikka Hyörinen

Helen Kiviste

Tiia Peltonen

Sanna Salminen

Riikka Saloranta

Miila Uusi-Pietilä

