

VUODEN LIIKUTTAJAT 2025

Iisalmi

Floorball Iisalmi ry

Floorball Iisalmi ry (FBI) on vuonna 1996 perustettu salibandyn erikoisseura, joka tarjoaa yli 250 jäsenelleen mahdollisuuden harrastaa lajia tai toimia sen parissa aina alle kouluikäisistä senioreihin saakka. Seura edistää aktiivisesti lasten, nuorten ja perheiden liikkumista Ylä-Savossa osallistumalla varhaiskasvatuksen ja koululiikunnan salibandytapahtumiin sekä vahvistamalla perheliikuntaa erilaisten yhteisöllisten liikuntavuorojen ja tapahtumien kautta. FBI:n laadukas junioritoiminta näkyy harrastajamäärien kasvuna ja aktiivisena osallistumisena seuralaatua kehittäviin hankkeisiin. Seura tarjoaa turvallisen, kannustavan ja kasvatuksellisesti tavoitteellisen toimintaympäristön, jossa lapset ja nuoret voivat kehittyä niin urheilijoina kuin yksilöinä. Toiminnassa korostetaan terveellisiä elämäntapoja, kuten monipuolista liikuntaa, riittävää lepoa ja tasapainoista arkea. Seura panostaa systemaattisesti valmentajien ja ohjaajien koulutukseen varmistaakseen toiminnan laadun ja harrastajien osaavan ohjauksen. Juniorijoukkueet osallistuvat aktiivisesti sekä alueellisiin että valtakunnallisiin sarjoihin ja turnauksiin, kuten Eerikkilä Floorball Tournaments -tapahtumaan, mikä tarjoaa nuorille arvokkaita kokemuksia ja lisää Iisalmen näkyvyyttä liikuntakaupunkina. Myös aikuisille FBI tarjoaa matalan kynnyksen liikuntamahdollisuuksia. Harrastevuorot, sekavuorot ja kuntosähly tukevat monien iisalmelaisten hyvinvointia ja vahvistavat yhteisöllisyyttä. FBI on esimerkki vastuullisesta ja sitoutuneesta seuratoiminnasta. Seura tekee laaja-alaista yhteistyötä koulujen, kaupungin ja muiden liikuntatoimijoiden kanssa ja toimii tärkeänä osana paikallista hyvinvointiverkostoa.

Joroinen

Kuvansin Kuuhu ry

Kuvansin Kuuhu ry on vuonna 1948 perustettu yleisseura. Liki 80 vuoden aikana seurassa on urheiltu monissa eri lajeissa: esimerkiksi painonnostossa ja yleisurheilussa on saavutettu Suomen- ja Pohjois-maiden mestaruuksia. Lisäksi pöytätenniksessä Kuohun joukkue pelasi yhden kauden SM-liigassa. Tällä hetkellä seuran ohjelmassa ovat kesäisin pidettävät viikkokisat 1–15-vuotiaille, yleisurheilun valmennusryhmä, kuntolentopallo, LETE-kerhotoiminta 3–6-vuotiaille, kuntosähly, nuorten ja miesten kuntosähly sekä perheliikunta. Keväisin seura järjestää Kuvansin halkijuoksun ja syksyisin yöjuoksun. Seuran puheenjohtaja on Maija-Riitta Kansanoja, varapuheenjohtaja Asta Markkanen ja sihteeri Tarja Vammelvirta.

Kaavi

Marianne ja Mika Lahtoniemi ovat malliesimerkkejä kullanarvoisista seuraihmisistä. He ovat suurella sydämellä ja pyyteettömällä työllä jo vuosikymmenten ajan mahdollistaneet laadukkaan Kaavin Kaiun urheiluseuratoiminnan jatkumisen. Tähän vapaaehtoistyöhön on kuulunut mm. valmennusta, harjoitusvuorojen ylläpitoa, talouden hoitoa, seuran omistaman urheiluhallin Iloharjun kunnossapitoa siivouksen, talonmiehentöiden ja saneeraustalkoiden merkeissä.

Mika ja Marianne toimivat Kaavilla yhteisöllisyyden esikuvina osallistumalla aktiivisesti kunnassa järjestettäviin tapahtumiin sekä yleisön että talkoolaisen roolissa. Lisäksi Mikan 1960 -luvulta alkanut ja edelleen jatkuva lentopalloharrastus on oiva esimerkki liikunnan mieltä ja terveyttä ylläpitävästä voimasta.

Keitele

Nilakka Forest Oy:lla on ja on ollut aiempinakin vuosina liikuntahalliin oma vuoro, joka on työntekijöiden ja heidän perheiden käytettävissä. Yhteisten palavereiden yhteydessä he pitävät hyvinvointia edistäviä luentoja ja liikuntatuokioita. Vuosittain osallistuminen Reiskaturnaukseen sekä curling -otteluun työpaikan joukkueena. Nilakka Forest tukee myös paikallisten junioreiden liikuntaa.

Kiuruvesi

Sata Suarta Sulkavassa latu, Sulkavan Koitto ry

Talkoo voimin ylläpidetty jäälatu Kiuruvedellä Sulkavan järvellä. Jäälatua pidetään hyvin yllä ja se on saanut hyvän suosion Kiuruvetisten asukkaiden, Sulkavajärven mökkiläisten ja kyläisten keskuudesta. Ladulle tullaan hiihtämään pitkienkin matkojen päästä. Sulkavan Koitto on Kiuruveden vanhin urheiluseura.

Kuopio

Kuopion Voimistelu-Veikot ry, telinevoimistelua pojista senioreihin jo vuodesta 1950.

Kuopion Voimistelu-Veikot ry on oivallinen esimerkki elinikäisestä liikkumisen riemusta ja yhteisöllisyyden voimasta. Seurassa voivat pojat harrastaa telinevoimistelua 6-vuotiaasta alkaen ikämieheksi saakka. Pääsyvaatimuksena on leppoisan huastelun taito ja alle 70-vuotiaille on kuulema nuoriso-osasto.

Lapinlahti

Lions Club Varpaisjärvi, Varpaisjärven kuntoporta

Varpaisjärven Lions Club on ollut kehittämässä paikallista elinympäristöä useiden vuosien saatossa, vuonna 2025 Varpaisjärven leijonat rakensi kauan toivotut kuntoporta

Lapinlahden Varpaisjärvellä. Leijonat suunnitteli, haki rahoitusta, toteutti vapaaehtoisvoimin Varpaisjärvelle kaikille kuntalaisille käyttöön kovassa käytössä olleet kuntoporta

Hankkeessa toteutui esimerkillisesti yhteisöllisyys ja yhteistyö eri toimijoiden välillä.

Hieno ja ainutlaatuinen teko kuntalaisten yhteisen hyvän ja hyvinvoinnin edistämiseksi!

Leppävirta

Taekwondo Kwan järjestää aktiivisesti harjoituksia, osallistuu tapahtumiin ja koulutuksiin. Seura teki merkittävän nuorten liikuntaa tukevan linjauksen vuoden vaihteessa: Kaikki alle 18-vuotiaat voivat harrastaa taekwondoa ilmaiseksi. Muille kuukauden kokeilujakso on maksuton, sen jälkeen harrastuksen hinta on 10 € kuukaudessa. Seura haluaa saada nuoret hyvän harrastuksen pariin. Hyvä harrastus auttaa nuorta monella elämän alueella koulunkäynnistä kaveritaitoihin.

Pielavesi

Eeva "Eve" Komulainen on inspiroiva, kannustava ja monipuolinen senioritanssin, istumatanssin ja rivitanssin ohjaaja. Hän luo ryhmiinsä iloisen ja lämpimän ilmapiirin, joissa osallistujat kokevat onnistumisen iloa ja tanssin riemua. Eve vahvistaa alueen tanssikulttuuria niin ohjaajana kuin ohjaajien kouluttajanakin. Eve on kouluttanut ohjaajia ja ohjannut ryhmiä ympäri Suomea erilaisissa tanssitapahtumissa sekä myös ulkomailla. Pielavedellä ja lähialueella Eve on ohjannut tanssiryhmiä jo kaksitoista vuotta. Hän tekee aktiivista yhteistyötä paikallisten järjestöjen ja yhdistysten kanssa ja toimii myös vapaaehtoisena liikuttajana. Hänen ryhmissään tanssii eri-ikäisiä osallistujia ja ryhmiin tullaan nauttimaan sekä liikkumisesta että yhdessäolosta.

Rautalampi

Rautalammin kunnassa startattiin **perusopetuksen liikuntavälituntitoiminta** syksyllä 2025 Matti Lohen peruskoulussa (ala- ja yläkoululla). Liikuntavälitunti on oiva paikka purkaa energiaa kesken koulupäivän. Liikuntavälitunnin aikana voi harrastaa liikuntaa oman fiiliksen mukaan hyvässä seurassa kavereiden kanssa. Välituntitoiminta on osoittautunut erittäin menestyksekkääksi, ja viikoittain liikuntavälitunnilla liikkuu n. 300 perusopetuksen oppilasta. Liikuntavälitunteja ohjaavat liikuta- ja nuorisotoimen työntekijät Janne Poikolainen, Janne Mensonen, Inna Kääriäinen ja Minna Vauhkonen

Rautavaara

Vuoden rautavaaralainen liikuttaja 2025 on Rautavaaralla toimiva lentopalloseura UKIT! UKIT ei nimestään huolimatta viittaa ikääntyneisiin papparaisiin, vaan seuran nimi on alkujaan lyhennys sanoista Urheilevan Kunnan Iloiset Työntekijät. Toisen tarinan mukaan Ukkien I tulee *Innokkaista* Työntekijöistä, mutta perustajajäsenen mukaan kyse oli alkujaan *Iloisista* Työntekijöistä. I mikä I, joka tapauksissa Ukeissa piisaa sekä iloa että intoa! Ukkien toimintaan osallistuu kymmeniä rautavaaralaisia lähtien aivan nuorista ikäihmisiin. UKIT kokoavat yhteen viikoittain rautavaaralaisia lentopallon ja urheilun ilosanoman pariin.

Vuosi 2026 onkin loistava hetki antaa tämä tunnustus Ukeille, sillä vuosi 2026 on seuran juhluvuosi. UKIT ovat liikuttaneet rautavaaralaisia jo puolen vuosisadan ajan, vuodesta 1976 lähtien.

Sonkajärvi

Aina iloinen ja positiivinen **Heini Väisänen** on ollut aktiivinen toimija Kalliosuon Sisussa jo useiden vuosien ajan. Heini on mahdollistamassa omalla vapaaehtoistyöllään ja -toiminnallaan lasten ja nuorten harrastustoiminnan toteutumista Sonkajärvellä monella eri tasolla. Tarvittaessa ja tilanteen niin vaatiessa Heini toimii myös itse ohjaustehtävissä. Heini Väisänen sai Jääkiekkoliiton vuoden tekijä 2025 -palkinnon.

Suonenjoki

Inna Kääriäinen on aktiivinen valmentaja sekä merkittävä lasten ja nuorten liikuttaja

Suonenjoella. Hän on tehnyt pitkään ansiokasta työtä nuorten hyväksi voimistelijoiden valmentajana. Hänen valmentamansa joukkuevoimistelun joukkueet ovat menestyneet vuodesta toiseen ja tuoneet positiivista näkevyyttä Suonenjoelle. Inna on valmentamisessaan super-positiivinen, kannustava ja erittäin ammattitaitoinen. Inna on omalla innostuksellaan ja sitoutuneella valmennustyöllään edistämässä suonenjokelaisten lasten ja nuorten liikkumista ja hyvinvointia. Mitä parhainta ennaltaehkäisevää työtä ja liikunnan riemua mansikkapääkaupunkiin.

Tervo

Eläkeliiton Tervon yhdistys- ikää yli 50vee, aloitti jumpat kerran viikossa omana toimintanaan syksyllä 2019. Jumppatoiminta on jatkunut ja on ollut pari vuotta 2 x viikossa. Osallistujia määrä vaihtelee, ollen noin 30–40 henkilöä viikossa; päälle 700 osallistumiskertaa vuonna 2025.

Lisäksi kerhotoimintaa on joka toinen viikko ja niissä on myös liikuntaa "aiheen sisällä" tai ainakin on lähdetty liikkeelle tulemalla kerhoon. Tervon yhdistyksen mottona on tuottaa jäsenilleen fyysistä, psyykkistä sekä sosiaalista hyvinvointia.

Tuusniemi

Asta Tirkkonen-Hersio ikäihmisten liikuttaja. "Liikuttavan pitkän uran kuntalaisten hyvinvoinnin eteen tehnyt Asta on vuosikymmenten työn jatkoksi saanut ikäihmisten liikkumaan. Hänen innostava persoonansa ja mukaan tempaava otteensa tarttuu monimuotoisissa ohjaustilanteissa, joissa sosiaalista kohtaamistakaan ei ole unohdettu."

Varkaus

Varkauden Uimarit on jo yhdeksän vuosikymmenen ajan ollut varkautelaisen uintikulttuurin vankkumaton sanansaattaja. Seura on tehnyt pitkäjänteistä ja laadukasta työtä niin tavoitteellisen kilpauinnin kuin uimataidon kehittämisen ja ylläpidon saralla. Lukuisat ryhmät, aina vasta-alkajista kilpauimareihin, vahvistavat merkittävästi uimataidon asemaa ja sen tärkeyttä koko yhteisölle.

Varkauden Uimarit on myös aktiivinen tapahtumien järjestäjä – niin omissa tilaisuuksissaan kuin yhteistyössä kaupungin ja muiden toimijoiden kanssa. Iloinen, yhteisöllinen ja laadukas toimintakulttuuri on tehnyt seurasta esimerkillisen liikunnan edistäjän.

Tämä pitkäjänteinen työ ja yhteisöllinen into ansaitsevat kiitoksen ja arvostuksen, Varkauden Vuoden liikuttaja 2025-palkinnon merkeissä.

Vesanto

Chainarin Suvanvichit on vuosien ajan osallistunut perheensä kanssa kunnan liikuntatapahtumiin ja tullut samalla tutuksi monelle kuntalaiselle. Hän on roolimallina erityisesti nuorille ja nuorille pojille liikunnallisen elintavan edistämässä. Vaikka Chainarin tekee päätyönään tällä hetkellä muuta, on hänellä myös liikuntaneuvojan sekä PT:n-koulutukset. Aktiivisena liikkujana ja kuntosalilla kävijänä hän jakaa ystävällisesti neuvoja myös muille kuntosalikävijöille toimien siten vertaistukena. Aina ystävällinen,

kohtelias ja iloinen persoona on hyvänä esimerkkinä meille kaikille siitä, miten elämästä voi ottaa ilon irti.

Vieremä

Vieremän Lentopallo – 92 ry:n juniorilentopallovalmentajat Terhi Huovinen ja Anni

Honkajärvi. Terhi Huovinen on pitkään toiminut juniorilentopallon parissa niin valmentajana kuin monenlaisena taustavoimana. Annille lentopallokentät ovat olleet kasvuympäristö pienestä pitäen ja hänen polkunsä on kulkenut harrastamisen, kilpailemisen ja kerho-ohjaamisen kautta nuorimman ikäluokan vastuvalmentajaksi. Talkootyö ja valmentaminen seuratoiminnassa on ollut molemmille luonteva tapa tukea lasten liikuntaharrastamista ja tarjota heille mahdollisuus kasvaa turvallisessa ja kannustavassa ympäristössä. Oman urheilutaustan myötä Terhi ja Anni tietävät, miten tärkeää laadukas liikuntakasvatus on sekä kilpaurheilussa menestymisen että hyvinvoinnin kannalta. Pienellä paikkakunnalla uskotaan ikäluokkien pienentymisestä huolimatta joukkueurheilun voimaan: se opettaa yhteistyötä, sitkeyttä ja vastuunkantoa – taitoja, joista on hyötyä läpi elämän. Yhteistyöllä, avoimuudella ja yhteisöllisyydellä voimme turvata lasten ja nuorten monipuoliset liikuntamahdollisuudet myös tulevaisuudessa.