



Keski-Uudenmaan Muodostelmaluistelijat ry:n käsikirja

1	Yleiset.....	3
	1.1 Yhteystiedot.....	3
	1.2 Pelisäännöt.....	3
	1.3 Ilmoittautuminen.....	3
	1.4 Lopettaminen.....	4
	1.5 Harjoitusajat ja -paikat.....	4
	1.6 Talkoot ja varainkeruu.....	4
	1.7 Viestintä.....	4
2	Maksut.....	5
	2.1 Maksuperiaatteet.....	5
	2.2 Harrastemaksut ja joukkuemaksut.....	6
	2.3 Maksut kauden vaihteessa siirryttäessä seuraavaan ryhmään/joukkueeseen.....	7
	2.4 Luistelupassi ja vakuutus.....	7
	2.5 Sairausloma.....	7
	2.6 Joukkueiden varainhankinta.....	8
	2.7 Sponsorointi.....	8
3	Joukkueiden toiminta.....	9
	3.1 Joukkueiden muodostaminen.....	9
	3.2 Joukkueiden ja ryhmien valmennus.....	10
	3.3 Joukkueiden varusteet.....	10
4	Harjoittelu ja kilpailut.....	11
	4.1 Harjoittelu ja kilpailuohjelma.....	12
	4.2 Poissaolot.....	12
	4.3 Jäävahtivuorot.....	13
	4.4 Kilpailut.....	13
	4.4.1 Varaluistelijat.....	14



5	Roolit KeMussa.....	14
	5.1 Valmentajat.....	15
	5.1.1 Päävalmentaja.....	15
	5.1.2 Vastuvalmentaja.....	15
	5.1.3 Tuntivalmentajat ja ohjaajat.....	16
	5.2 Toimihenkilöt.....	16
	5.2.1 Joukkueenjohtaja.....	16
	5.2.2 Joukkueen rahastonhoitaja.....	17
	5.2.3 Joukkueen huoltaja.....	17
	5.3 Vanhempi.....	18
	5.4 Luistelija ja kapteenit.....	18



1 Yleiset

Keski-Uudenmaan Muodostelmaluistelijat on vuonna 2014 perustettu muodostelmaluisteluseura, jonka kotipaikkana on Kerava. Seurassamme tuetaan kaikkien luistelijoiden hyviä harrastusmahdollisuuksia sekä kilpailemista omien tavoitteiden mukaan. Panostamme vahvasti luistelutaitojen kehittämiseen niin lapsissa kuin aikuisissa.

KeMun hallinnosta vastaa seuran hallitus.

1.1 Yhteystiedot

Hallituksen, valmentajien ja joukkueiden yhteystiedot löytyvät seuran verkkosivuilta: www.kemu.info

1.2 Pelisäännöt

1. Kannusta, kuljeta & kustanna
2. Kunnioita valmentajan työtä
3. Kiinnostu, kysy & osallistu
4. Käytöstavat ja muiden huomioon ottaminen
5. KeMu-perhe & iloinen mieli

1.3 Ilmoittautuminen

Joukkueisiin ja harrasteryhmiin ilmoittautuminen tapahtuu seuran verkkosivuilta löytyvällä ilmoittautumislomakkeella. Ryhmiin on mahdollista liittyä myös kesken kauden.

Kilpailevassa joukkueessa jatkaminen seuraavalle kaudelle on vahvistettava viimeistään 31.3. mennessä tai erillisen kausikohtaisen ohjeistuksen mukaisesti ilmoittautumalla seuran verkkosivuilla.

Seuran sisäiset joukkuesiirrot vahvistetaan viimeistään huhtikuun aikana.

Seuran ulkopuolelta kilpaileviin joukkueisiin tulevat luistelijat valitaan maaliskuussa järjestettävillä testijäillä. Mikäli erillisiä testijäitä ei järjestetä, halukkaat kutsutaan kokeilemaan ko. joukkueen harjoituksiin. Joukkuepaikan saatuaan kaikki täyttävät ilmoittautumislomakkeen seuran verkkosivuilla annetun aikataulun mukaisesti.



Kilpaileviin joukkueisiin ilmoittautuminen luistelukaudelle 1.5.–30.4. on aina sitova, ellei muuta kirjallisesti sovita.

1.4 Lopettaminen

Lopettamisaikeista on hyvä keskustella ensin valmentajien kanssa. Lopetusilmoitus on tehtävä kirjallisesti vastuvalmentajalle sekä hallituksen puheenjohtajalle.

Mikäli luistelija lopettaa kesken kauden, jo maksettuja maksuja ei hyvitetä. Irtisanoutumisen jälkeen on luistelijan velvollisuus maksaa vielä kaksi kuukausimaksua (harrastemaksu + joukkuemaksu). Lisäksi tulevat kustannukset, joita ei voi enää perua esim. jo tilatut varusteet toimitetaan ja nämä on maksettava, vaikka luistelija lopettaisi.

1.5 Harjoitusajat ja –paikat

KeMu harjoittelee pääsääntöisesti Keski-Uudenmaan alueen jäähalleissa, joista eniten Keravan kaupungin jäähallissa (K1) ja harjoitushallissa (K2). Joukkueiden ja ryhmien harjoitusajat määräytyvät sen mukaan, miten KeMu saa jääaikaa ko. halleista. Oheisharjoitukset pyritään mahdollisuuksien mukaan sijoittamaan jääharjoitusten yhteyteen. Oheisharjoitusten tiloina voidaan käyttää myös muita kuin jäähallin tiloja tai yhteistyökumppaneiden tiloja hieman kauempana jäähallista.

Keravan jääurheiluseurat jakavat molempien Keravan jäähallien jääajat yhteisessä palaverissa keväisin. Jääaikojen jaosta KeMun ryhmien kesken vastaavat valmentajat yhdessä KeMun hallituksen kanssa.

1.6 Talkoot ja varainkeruu

Koko seuran yhteisiä ja tärkeimpiä talkoita ovat seuran järjestämät kilpailut, erilaiset näytökset ja muut mahdolliset varainkeruutavat. Kilpailujen ja näytösten järjestelyyn odotetaan kaikkien seuran luistelijoiden perheiden osallistuvan, jotta kisajärjestelyt saadaan toimimaan. Lisäksi joukkueet järjestävät omia joukkuekohtaisia talkoita ja varainkeruuta kauden aikana joukkueenjohtajien/varainkeruu-vastaavien johdolla.

1.7 Viestintä

Seuran virallisesta viestinnästä ulkoisille sidosryhmille ja mediaan vastaa hallituksen puheenjohtaja.



Seuran nettisivut sekä seuran sosiaalisen median tilit (mm. Facebook, Instagram) toimivat virallisina viestintäkanavina ulkoisille sidosryhmille. Hallitus on päävastuussa seuran ulkoisesta viestinnästä ja nettisivujen rakenteesta. Joukkueilla on myös omia sosiaalisen median tilejä, joista vastaavat valmentajat mahdollisesti yhdessä joukkueen/ryhmän toimihenkilöiden kanssa.

Seuran sisäisestä viestinnästä vastaa hallituksen viestintävastaava. Sisäisessä viestinnässä hyödynnetään MyClub -sovellusta.

Joukkueiden/ryhmien sisäisestä viestinnästä ja asioiden tiedottamisesta vastaavat joukkueenjohtajat, joukkueiden toimihenkilöt sekä valmentajat. Joukkueiden virallisessa viestinnässä käytetään MyClub -sovellusta sekä lisänä epävirallisina kanavina joukkueiden/ryhmien omia WhatsApp -ryhmiä.

2 Maksut

Seuran toiminta rahoitetaan jäseniltä perittäviltä jäsen- ja kausimaksuilla sekä muilla valmennuksesta perittävillä korvauksilla, sponsorinneilla sekä avustuksilla. Seura on myös työnantaja, jonka palveluksessa on useita työntekijöitä, lähinnä valmentajia. Tämän vuoksi on tärkeää, että kaikki maksut hoidetaan ajallaan.

2.1 Maksuperiaatteet

- KeMu laskuttaa luistelijoilta kausimaksun (harrastemaksu) sekä seuran jäsenmaksun. Lisäksi kilpailevissa joukkueissa maksetaan joukkuemaksua.
- Kausimaksu on jaettu kuukausittaisiin maksueriin.
- Maksuerien määrä voi vaihdella ryhmittäin ja joukkueittain.
- Maksuerät eivät välttämättä noudata harjoituskertojen määriä kuukaudessa, jotta maksuerät pysyvät mahdollisimman kohtuullisina kaikkina kuukausina.
- Jäsenmaksu on kausikohtainen (1.5.–30.4.), jäsenmaksun suuruus määräytyy yhdistyksen vuosikokouksessa.
- Sisaralennus on 20 % vähemmän maksavan perheenjäsenen harrastemaksusta. Muistathan ilmoittaa sisaruksista ilmoittautumisen yhteydessä. Etu koskee vain lasten ryhmiä/joukkueita.
- Mikäli tarvitset lisää maksuaikaa laskuille, ole yhteydessä joukkueen sekä seuran rahastonhoitajiin ennen laskun erääntymistä. Maksuajasta on sovittava aina kirjallisesti.
- Mahdolliset muistutus- ja perintäkulut sekä viivästyskorot peritään velalliselta.
- Mikäli luistelijalla on kaksi maksuerää maksamatta, hänet asetetaan harjoituskieltoon hallituksen toimesta. Harjoitukseen pääsee taas, kun laskut on maksettu tai



maksujärjestelyistä on sovittu joukkueen ja seuran rahastonhoitajien kanssa. Joukkueiden rahastonhoitajat seuraavat maksuja ja informoivat tarvittaessa seuran puheenjohtajaa sekä joukkueen vastuuvallmentajaa, mikäli luistelija asetetaan harjoituskieltoon.

- Harrastemaksujen suuruus tarkistetaan aina elokuussa ja tammikuussa.
- Mikäli olosuhteissa (esim. energian hinnan noususta johtuva jäämaksujen nousu tmv. ennakoimaton tilanne) tapahtuu muutoksia, voi hallitus tarkistaa maksuja myös muulloin kauden aikana.
- Mikäli harjoituksia ja toimintaa joudutaan perumaan huomattavasti viranomais määräysten, epidemian tms. syyn vuoksi tai muutoin KeMu:sta riippumattomista syistä, ei KeMu ole automaattisesti velvollinen muuttamaan kausimaksun suuruutta.

2.2 Harrastemaksut ja joukkuemaksut

Harrastemaksut määräytyvät seuran ja joukkueiden budjettien mukaisesti ryhmän tai joukkueen harjoitusmäärän huomioiden. Kilpailevat luistelijat maksavat harraste- ja joukkuemaksua kuukausittain ja maksettava maksu koostuu seuraavasti:

- Harrastemaksusta, joka kattaa säännöllisen valmennuksen, jää- ja oheisharjoittelun tilakustannukset sekä muut mahdolliset joukkueen kiinteät kustannukset kuten esimerkiksi MyClub. Kaudesta 2024–2025 lähtien kilpailevien joukkueiden harrastemaksuun sisältyy ohjelmantekoleiri Vierumäen urheiluopistolla.
- Joukkuemaksusta, joka kattaa kausikohtaisesti ne asiat, joista joukkue sopii yhdessä kauden alussa vanhempainpalaverissa. Joukkuemaksulla katetaan mm. joukkuevaatteet, kilpailupuvut, kilpailujen ilmoittautumismaksut ja tuomarilaskut, valmentajien kilpailupalkat ja -kulut, kilpailumatkat ja kilpailumatkojen ruokailut, muiden mahdollisten leirien ja tehopäivien liittyvät kulut (tilat, matkat, valmentajien palkat, valmentajien kulut, ruokailut) sekä muut joukkueen kulut ja hankinnat.

Joukkuemaksu määräytyy kunkin joukkueen vuosibudjetin mukaan. Joukkueen vuosibudjetin laativat joukkueen rahastonhoitaja ja joukkueenjohtajat yhteistyössä vastuuvallmentajan kanssa kauden alussa, jonka jälkeen se esitellään ja hyväksytetään seuran rahastonhoitajalla sekä puheenjohtajalla. Tämän jälkeen budjetti esitellään ja hyväksytään vanhempainpalaverissa. Budjetti tarkistetaan elokuussa, kun lopullinen luistelijamäärä on selvillä.

Kilpailevassa joukkueessa luisteleva sitoutuu kaikkiin joukkueen tapahtumien kustannuksiin, riippumatta siitä osallistuuko itse tapahtumaan vai ei.

Joukkueen varustehankintoja voidaan tehdä myös siten, että yhteisesti tilatut varusteet maksetaan erikseen toteuman mukaisesti. Varusteet on oltava maksettuna eräpäivään mennessä ennen varusteiden luovutusta.



Mikäli kauden aikana joukkueelle muodostuu lisäkuluja (esim. ylimääräisen joukkuevaatteen hankkimista), ja nämä kulut eivät mahdu joukkueelle laadittuun budjettiin, joukkueenjohto voi kutsua koolle vanhempainpalaverin, jonka enemmistöpäätöksellä päätetään osallistumisesta / hankinnasta ja lisäjoukkuemaksun keräämisestä sitä varten.

Mikäli joukkueelle jää kauden lopussa ylijäämä, kohdennetaan se ensisijaisesti joukkueen kauden päättäjäisiin ja ko. kaudella luistelleiden luistelijoiden seuraavan kauden maksuihin. Ylijäämää ei palauteta luistelijan päättäessä lopettaa joukkueessa luistelun kauden päättyessä.

2.3 Maksut kauden vaihteessa siirryttäessä seuraavaan ryhmään/joukkueeseen

KeMun uudet joukkueet aloittavat toimintansa kaudesta 2024–2025 lähtien aina huhtikuun alussa erikseen määriteltynä ajanhetkenä. Mikäli KeMun luistelija siirtyy ryhmästä/joukkueesta seuraavaan kilpailevaan joukkueeseen huhtikuun alussa (esim. kehitysryhmästä tulokasjoukkueeseen), maksaa hän huhtikuun ajan edellisen ryhmän/joukkueen maksun, vaikka osallistuu huhtikuun ajan uuden joukkueen harjoituksiin.

Selvyiden vuoksi todettakoon, että ym. menettely koskee vain seuran sisäisiä muutoksia. Mikäli luistelija vaihtaa KeMusta toisen seuran toimintaan, on hän velvoitettu maksamaan harraste- ja joukkuemaksut aina koko kauden loppuun asti eli 30.4 saakka.

KeMun ulkopuolelta tulevat luistelijat maksavat huhtikuussa ko. ryhmän huhtikuun maksun, mutta eivät enää loppumassa olevan kauden jäsenmaksua.

Mikäli luistelija siirtyy kilpailevaan joukkueeseen kesken kauden esim. elokuussa, on hän velvoitettu maksamaan suurempaa harraste- ja joukkuemaksua tasapuolisuuden nimissä, koska muut joukkueen luistelijat ovat kerryttäneet maksuja etupainotteisesti.

2.4 Luistelupassi ja vakuutus

Jokaisella Suomen Taitoluisteluiliiton (STLL) jäsen seurassa luistelevalla luistelijalla täytyy olla kausittain hankittava harrastaja- tai kilpailupassi (vakuutuksella tai ilman vakuutusta). Ajantasaisin tieto kilpailija- ja harrastepasseista löytyy Suomen Taitoluisteluiliiton verkkosivuilta www.stll.fi. Vakuutuksellinen passi kattaa taitoluistelun harjoitus- ja kilpailutoiminnassa tapahtuneet tapaturmat. Vakuutukseton passi ei sisällä vakuutusta, jolloin luistelijalla on oltava oma voimassa oleva tapaturmavakuutus, joka kattaa taitoluistelu harrastuksen ja -kilpailun, mikäli kyseessä on kilpailevan joukkueen luistelija. Vakuutuksen kattavuus tulee varmistaa itse omasta vakuutusyhtiöstä.



Tietyt seuran toimitsijat esim. joukkueenjohtaja ja kisahuoltajat tarvitsevat toimihenkilöpassin. Toimihenkilöpassit kustannetaan näissä tapauksissa joukkuemaksuista kuittia vastaan.

2.5 Sairausloma

Sairaustapauksissa harrastemaksuista voidaan antaa hyvitystä, jos lääkärinlausunnolla todistettu sairaus kestää vähintään neljä viikkoa. Poissaolosta sairauden vuoksi voidaan myöntää hyvitystä ainoastaan omavastuuajan (3 viikkoa) ylittävältä ajalta. Tällaisissa tapauksissa otetaan aina yhteyttä seuran puheenjohtajaan ja sovitaan kirjallisesti maksujärjestelyistä.

- Hyvityksen saamiseksi on toimitettava lääkärintodistus seuran puheenjohtajalle. Lisäksi poissaolosta on ilmoitettava ryhmän/joukkueen vastuuvallmentajalle sekä joukkueenjohtajalle.
- Lääkärintodistuksessa tulee ilmetä harjoituskiellon alkamis- ja loppumispäivämäärä. Hyvitystä ei myönnetä osittaisesta harjoituskiellosta (esim. hyppykielto, harjoittelu kivun sallimissa rajoissa, puolittainen harjoittelu)

2.6 Joukkueiden varainhankinta

Joukkueet voivat kerätä varoja talkoilla sekä myymällä erilaisia tuotteita. Varainkeruusta ja tuottojen käytöstä sovitaan joukkuekohtaisesti kauden alussa vanhempainpalaverissa enemmistöpäätöksellä.

Myyntitalkoissa on huomioitava arvonlisäverovelvoitteet. Myyntitulot eivät saa ylittää voimassa olevaa vähäisen toiminnan rajaa tai muutoin arvonlisäverovelvoitteet tulevat kyseeseen. Arvonlisäverovelvoitteista huolehtiminen kuuluu joukkueen varainkeruu-vastaaville yhdessä joukkueen rahastonhoitajan kanssa. Lisätietoja verottajan sivuilta: www.vero.fi tai [tästä](#).

Joukkueiden talkoiden tilityksestä ja sopimuksista vastaavat joukkueenjohtajat ja joukkueen rahastonhoitaja. Jokainen vanhempi voi aktiivisesti etsiä, ehdottaa ja järjestää varainhankintatapoja joukkueelle.

2.7 Sponsorointi

Hankkimalla seuralle tai joukkueelle (raha)sponsorin, kohdistetaan 30 % sopimuksen rahallisesta arvosta ko. perheen kauden harrastemaksuihin ja loput arvosta menevät seuralle tai joukkueelle.

Voimme tarjota yrityksille mm. mainospaikkaa harkkatakissa, logoa seuran nettisivuilla sekä mainintaa some-postauksissa. Mahdollisuuksia on monia ja mikäli sinulla on kiinnostusta



sponsorihankintaan, ole yhteydessä seuran hallitukseen hyvissä ajoin. Sponsorisopimukset allekirjoittaa aina seuran puheenjohtaja, vaikka kyseessä olisi joukkueelle kohdistettu sponsorisopimus.

3 Joukkueiden toiminta

Muodostelmaluistelu on taitoluistelun joukkuelaji, jossa kilpailukokoonpanossa 12–24 luistelijaa luistelee yhdessä jäällä. Laji on lähtöisin Pohjois-Amerikasta. Muodostelmaluistelijat tekevät yhdessä erilaisia elementtejä ja kuvioita: peruskuvioita ovat piiri, blokki, rivi, mylly, läpimeno ja askelsarjat sekä näiden variaatiot. Liikkeissä tärkeää on yhdenaikaisuus, yhdenmukaisuus ja tarkkuus. Myös esittäminen on suuressa roolissa. Yhdenaikaisuus ja yhdenmukaisuus saavutetaan vain yhteisellä harjoittelulla, joten jokaista luistelijaa tarvitaan jokaisissa harjoituksissa.

Luistelijoilta ja heidän vanhemmiltaan edellytetään sitoutumista säännölliseen harjoitteluun ja kilpailuihin aina kaudeksi kerrallaan. Joukkueen kausisuunnitelmasta selviävät kauden suunnitellut kilpailut, tehopäivät, leirit sekä muut tärkeät päivämäärät, joiden ajalla poissaoloja pyritään välttämään. Vastuuvallmentaja ylläpitää kausisuunnitelmaa. huomioitavaa on, että kauden alussa ei kaikki päivämäärät esim. kilpailuista ole vielä tiedossa.

Suomen Taitoluisteluliiton verkkosivuilta löytyy paljon hyödyllistä tietoa muodostelmaluistelusta. Lajista on myös hyvä muistaa, että kyseessä on arvostelulaji, ja joskus eri tuomaristo näkee joukkueen suorituksen eri tavalla kuin toisen kilpailun tuomaristo. Se voi aiheuttaa eroja pisteissä ja sijoituksissa kilpailusta toiseen.

3.1 Joukkueiden muodostaminen

Uudet joukkueet muodostetaan seuraavalle kaudelle edellisen kauden kilpailukauden päätyttyä eli tyypillisesti maaliskuuhun aikana. Joukkueesta toiseen siirtymiseen vaikuttavat mm. luistelijan taitotaso, ikä, motivaatio, luistelijan henkinen valmius uuteen sarjaan siirtymisessä sekä muut valmennukselliset seikat.

Uudet ryhmät ja joukkueet ilmoitetaan vanhemmille ja luistelijaille hyvissä ajoin ennen kuluvan kauden päätöstä. Joukkueiden julkistamisen jälkeen järjestetään kaikille kiinnostuneille vanhemmille avoimet joukkueinfot/seurainfo, jossa käydään läpi informaatiota kaikista joukkueesta esimerkiksi: mitä luistelu joukkueissa suunnilleen maksaa, ja mitä se vaatii luistelijalta.



Vanhemmilta odotetaan luottoa valmentajien ammattitaitoon joukkuesiirroissa, ja jätetään toisten perheiden luistelijoiden siirtymiset/ei-siirtymiset spekuloida. Jokainen luistelija on yksilö; jokainen kehittyy ja siirtyy eteenpäin omaan tahtiinsa.

Huomioitavaa on, että tulevan kauden tarkat harjoitteluajat ja -paikat eivät useinkaan ole vielä tässä vaiheessa selvillä. Tämä johtuu siitä, että seuraavan kauden jääajat jaetaan yhteisesti Keravan jääurheiluseurojen kanssa myöhemmin keväällä. Jääajat eri jäähalleissa ovat eri hintaisia, joten näillä on myös vaikutusta tulevaan harrastemaksuun.

Mahdollisista testijäistä tai kokeilukerroista ja joukkueiden kokoamisesta alkava kesäkausi on siirtymäaika, jolloin joitakin yksittäisiä luistelijoita voidaan mahdollisesti vielä siirtää joukkueesta tai ryhmästä toiseen. Lopulliset joukkueet muodostetaan kesätauon päättyessä elokuussa.

Tavoitteena on, että kaikissa kilpailevissa joukkueissa olisi vähintään 15 luistelijaa. Mikäli minimimäärä ei täyty, on mahdollista, ettei joukkue jatka toimintaansa tai uutta joukkuetta perusteta tulevalle kaudelle. Päätöksen tekee seuran hallitus.

3.2 Joukkueiden ja ryhmien valmennus

Valmentajat ovat työsuhteessa ja heidän esihenkilönänsä toimii seuran puheenjohtaja. Seuran hallituksen vastuulla on, että jokaisessa joukkueessa ja ryhmässä on ammattitaitoinen vastuvalmentaja sekä riittävästi muita valmentajia turvallisen ja tarkoituksen mukaisen valmennuksen toteutumiseksi. Valmennustarpeet ryhmissä ja joukkueissa voivat muuttua kauden aikana eivätkä ole samanlaisia kaikissa ryhmissä ja joukkueissa. Valmennustarpeeseen vaikuttaa mm. luistelijoiden ikä, lukumäärä sekä taitotaso.

Vastuvalmentaja valmentaa ensisijaisesti aina omaa vastuujoukkuettaan, mutta myös tarvittaessa muita joukkueita. Vastuvalmentajien lisäksi seurassa työskentelee muita valmentajia, jotka avustavat vastuvalmentajia työssään.

Seuran päävalmentajan tehtävänä on varmistaa yhtenäinen valmennuslinja kaikissa seuran ryhmissä ja joukkueissa.

Palautetta valmennuksesta voi antaa seuran puheenjohtajalle.

3.3 Joukkueiden varusteet

Joukkueilla on yhtenäinen ja lajiin sopiva vaatetus niin harjoituksissa kuin kilpailuissakin. Osa harjoitus- ja joukkuevaatteista tilataan yhteistilauksena ja osa itse Yvette-verkkokaupan kautta.



Joukkueenjohtajat (tai varustevastaavat) ohjeistavat asiassa tarkemmin kilpailevien joukkueiden luistelijoita. Harrasteryhmien osalta lisätietoa saa valmentajilta sekä seuran varustevastaavalta.

Kaudesta 2023–2024 lähtien seuran harjoituksissa tai edustustilaisuuksissa ei ole sallittua käyttää KeMun vanhan logon mukaisia varusteita.

Seuran kaikkien kilpailevien joukkueiden luistelijoiden yhteisiin varusteisiin kuuluvat:

- KeMun / joukkueen pitkähihainen paita
- KeMun harjoitustakki
- KeMun toppatakki
- KeMun / mustat luistelutrikoot
- KeMun / mustat juoksutrikoot

Seuran harrasteryhmien (kehitysryhmä MiniKiteet, nuorten ja aikuisten MuokkaKlubi) suositeltavat varusteet ovat:

- KeMun harjoitustakki
- Musta harkkahelma (MiniKiteet)
- KeMun luistelutrikoot / mustat housut

Edellä mainitut varusteet pyritään pitämään samanlaisina useamman kauden ajan. Hankinnat eivät sisälly joukkuemaksuun, ellei niin erikseen kauden alussa sovita.

Joukkueiden kausikohtaisiin varusteisiin (hankitaan joukkuekohtaisesti kaudeksi kerrallaan) kuuluvat:

- Kisapuku, kisasukkikset ja muut kisa-asusteet
- Harkkatrikoot (ja -helma)
- Joukkueen mahdollisesti muut budjetoimat joukkuevarusteet.

Luistimet kannattaa aina hankkia asiantuntevalta myyjältä. KeMu pyrkii neuvottelemaan jäsenalennukset esim. SkateShop Oy:stä kausittain. Voimassa olevat jäsenedut voi tarkistaa MyClubin tiedotteista. Ennen uusien luistinten ja terien ostoa on hyvä keskustella valmentajan kanssa.

KeMulla on Facebookissa toimivat varustekirppis: [KeMun varustekirppis](#), jossa vanhat, hyväkuntoiset seuravaatteet sekä luisteluvälineet vaihtavat nopeasti ja edullisesti omistajaa.



4 Harjoittelu ja kilpailut

Muodostelmaluistelijan harjoituskausi jakaantuu syys-, kevät- ja kesäkauteen. Kilpailukausi alkaa yleensä marraskuun lopulla ja päättyy maaliskuun loppupuolella. Hallitus ja valmentajat linjaavat harjoituskaudet. Luistelijoilta odotetaan sitoutumista joukkueen harjoituksiin sekä kilpailumatkoihin.

4.1 Harjoittelu ja kilpailuohjelma

Talvikaudella (syys- ja kevätkaudet) joukkueet harjoittelevat pääosin joukkueiden vakioharjoitusten mukaisesti. Kesäkaudella eli touko-kesäkuussa joukkueiden harjoitusmäärä riippuu siitä, miten paljon jääaikaa on saatavilla, ja mitä valmentajat ovat joukkueiden kesäharjoittelusta linjanneet. Valmentajat suunnittelevat kauden aikaiset pidemmät vapaat ja tehopäivät harjoittelun tarpeen mukaan. Kesätauosta ilmoitetaan luistelijoille ja perheille heti kun kesäjäätilanne kevään aikana selviää. Koska kyseessä on joukkuelaji ja kaikkien luistelijoiden läsnäolo harjoituksissa on välttämätöntä, laji vaatii sitoutumista koko perheeltä. Joukkue harjoittelee yhdessä myös yksilötaitoja joukkueen harjoitusajalla.

Joukkueiden kilpailuohjelma tehdään tietylle luistelijamäärälle (vähintään 12:lle) valmentajien näkemyksen mukaisesti. Joukkueessa harjoittelee kuitenkin yleensä enemmän luistelijoita ja siksi valmentajat määrittävät luistelijoille vaihtopareja eli vaihtelijoita. Tämä helpottaa ohjelman harjoittelua täydellä kokoonpanolla, vaikka jotkut luistelijat olisivat pois harjoituksista. Vaihtopareja on joukkueessa tietty määrä, riippuen siitä, kuinka monelle luistelijalle kilpailuohjelma on laadittu. Vaihtoparina kaksi luistelijaa luistelee harjoituksissa samaa paikkaa ohjelmassa. Vaihtelija harjoittelee välillä yhdessä muun joukkueen kanssa kuvioissa sisällä ja välillä yksinään ohjelman vieressä. Harjoituksen aikana molemmat vaihtopareista luistelevat kuvioissa tasapuolisesti. Vaihtopari harjoittelee samalla tavalla kuin muutkin joukkueen luistelijat, välillä tehden yksin ja välillä joukkueen kanssa. Vaihtoparina luistelevat päättää valmentaja ja vaihtopareja vaihdellaan kauden aikana. Vaihtopari ei ole sama asia kuin varaluistelijat. Ohjelman paikkoja muutetaan kauden aikana, eli yksi luistelijat harjoittelee yleensä kauden aikana useampaakin eri paikkaa, ja voi olla kauden aikana sekä omalla paikalla että vaihtoparissa.

4.2 Poissaolot

Muodostelmaluistelussa poissaolot vaikuttavat aina koko joukkueen harjoitteluun ja kisasuorituksiin, joten harjoituksista ja kilpailuista voi jäädä pois vain erittäin painavista syistä, kuten sairauden tai loukkaantumisen takia.



Tiedossa olevista poissaoloista pitää aina ilmoittaa vastuvalmentajalle hyvissä ajoin, jotta hän voi huomioida poissaolot harjoituksia ja kilpailuja suunnitellessaan. Lomat ja muut ennakkoon tiedossa olevat poissaolot on ilmoitettava heti kun ne ovat tiedossa. Alle vuorokauden varoitusaajalla tulevat poissaolot ilmoitetaan aina viestillä, mahdollisimman ajoissa ennen harjoituksen alkua. Myös oheisharjoituksien poissaoloista ilmoitetaan aina vastuvalmentajalle.

Sairaana ei tulla jäähallille eikä osallistuta oheisharjoituksiin vaan pysytään kotona. Mikäli sairausloman syy on esim. loukkaantuminen, kyseessä olevan luistelijan toivotaan osallistuvan joukkueen harjoituksiin seuraamalla jään laidalla sekä joukkueen muuhun toimintaan voinnin mukaan. Erityisesti pidemmissä poissaoloissa harjoitusten säännöllinen seuraaminen on suotavaa.

4.3 Jäävahtivuorot

Luistelijoiden turvallisuuden takia lasten jääharjoitusten ajan paikalla pitää olla aina joku aikuinen useimmiten vanhempi. Joukkueenjohtaja jakaa jäävahtivuorot joukkueen nimilistan mukaisessa järjestyksessä, ja vuoro kiertää koko kauden ajan. Mikäli ko. luistelijan vanhemmalle ei yksittäinen aika sovi, voidaan vuoroja vaihtaa joukkueen whatsapp-ryhmässä viestimällä. Estynyt vanhempi on itse vastuussa löytämään sijaisen vuorolleen.

Harjoituksen alussa jäävahti hakee joukkueen ensiapulaukun seuran kaapista ja huolehtii, että pukukoppi menee lukkoon harjoituksen ajaksi. Jäävahti jää seuraamaan harjoituksia vaihtoitioon. Vahtivuorossa toimivan vanhemman tehtävä on auttaa luistelijaa esim. vessakäynneistä ja huolehtia pienistä vammoista ja hälyttää tarvittaessa apua. Jäävahti on yhteydessä luistelijan vanhempiin, jos luistelijaa pitää hakea kotiin tai viedä sairaalaan. Valmentaja keskittyy omaan työhönsä eli valmentamiseen ja muusta joukkueesta huolehtimiseen, ettei kallisarvoista jääaikaa mene hukkaan. Vahtivuoron jälkeen jäävahti palauttaa ensiapulaukun kaappiin ja huolehtii, että luistelijoiden varusteita (harkkatakkeja, hanskoja, juomapulloja) ei jää laidalle sekä tarkistaa pukukopit niistä poistumisen jälkeen.

Jäävahdeille sekä aikuisjoukkueen luisteliijoille pyritään järjestämään kausittain jäävahdin ea-infotilaisuus, jonne osallistuminen on toivottavaa.

4.4 Kilpailut

Joukkueille pyritään löytämään sopiva kilpailumäärä syksyllä kilpailukalenterin ilmestyttyä joukkueen budjetin mukaisesti. Osa kilpailuista voi edellyttää myös yöpymistä. Pidemmille kilpailumatkoille suositaan joukkueen yhteistä kuljetusta esim. bussia tai vastaavasti yhteiskyytejä. Joukkueenjohtaja koordinoi kilpailumatkat.



Tarkka kilpailumatka-aikataulu selviää usein vasta kun kilpailujen luistelujärjestys on arvottu. Tyypillisesti luistelujärjestys arvotaan kilpailua edeltävällä viikolla, joskus saman viikon aikana. Joukkueita informoidaan tarkoista aikatauluista heti kun mahdollista.

Kilpailuissa noudatetaan joukkueen yhteisiä pelisääntöjä ja hyviä käytöstapoja. Aika kilpailupaikalla ennen kilpailusuoritusta on joukkueen omaa aikaa, jolloin keskitytään itse kilpailuun. Vanhempien, sukulaisten ja ystävien kanssa voi viettää aikaa kilpailusuorituksen jälkeen. Kilpailuissa joukkue istuu joukkueille varatuilla paikoilla. Joukkueesta ovat vastuussa valmentajat, joukkueenjohtajat sekä joukkueen huoltajat. Vanhemmat seuraavat kilpailua yleisölle varatuilta paikoilta.

Joukkueen mukana kilpailuissa on enintään kaksi joukkueen valmentajaa, ellei erikseen muuta sovita.

4.4.1 Varaluistelijat

Kilpailuohjelmat tehdään tietylle luistelijamäärälle. Tarvittaessa vastuvalmentaja voi muuttaa määrää kauden kuluessa. Kisakokoonpanossa luistelee valmentajien päättämä määrä luistelijoita ja lisäksi joukkueessa on tietty määrä varaluistelijoita. Myös varaluistelijat osallistuvat joukkueen kisamatkoille. Varaluistelija on luistelija, joka ei luistele kyseisessä kisassa tai esiintymisessä kilpailukokoonpanossa. Varaluistelijan rooli on kuitenkin erittäin tärkeä: Jos kilpailukokoonpanossa tapahtuu sairastuminen tai loukkaantuminen niin vastuvalmentaja voi siirtää varaluistelijan uudelle paikalle. Varaluistelijat osallistuvat muun joukkueen kanssa alkuverryttelyyn jäällä sekä palkintojen jakoon.

Joukkueen varaluistelijat ilmoitetaan noin kaksi viikkoa ennen kilpailua. Varaluistelijat määritellään harjoitusaktiivisuuden, poissaolojen, motivaation ja valmennuksellisten seikkojen (taidot) kisa ja esiintyminen kerrallaan. Luistelijan on joka tapauksessa kyettävä ohjelman vaatimukseen päästäkseen kisakokoonpanoon. Varaluistelijoita pyritään vaihtamaan kauden aikana. Uusi, ensimmäistä kauttaan joukkueessa luisteleva luistelija ei välttämättä pääse luistelemaan kilpailevassa kokoonpanossa kauden aikana kertaakaan.

Tulokasjoukkueessa pyritään siihen, että kaikki joukkueen luistelijat pääsevät kauden aikana vähintään kerran luistelemaan joko esiintymisissä (esim. KeMun joulu-/kevättapahtuma) tai kilpailuissa. Tällöinkin edellytyksenä kuitenkin on, että luistelijan on kyettävä ohjelman vaatimukseen.



5 Roolit KeMussa

Seurassa vain valmentajat ovat palkattua henkilöstöä. Kaikki muu toiminta pyörii vapaaehtoisvoimin. Puheenjohtaja, hallituksen jäsenet, joukkueenjohtajat, rahastonhoitajat, huoltajat ja muut toimihenkilöt eivät saa toiminnastaan rahallista korvausta tai taloudellista hyötyä.

5.1 Valmentajat

Seurassa työskentelee vakituksessa työsuhteessa olevia valmentajia ja aina tarvittava määrä tuntivalmentajia, apuvalmentajia ja ohjaajia. Valmentajien esihenkilönä toimii seuran puheenjohtaja.

5.1.1 Päävalmentaja

Huom! KeMu on luopunut päävalmentajan tehtävästä kaudesta 2023–2024 lähtien. Päävalmentajalle osoitetut tehtävät on jaettu puheenjohtajan ja valmennustiimin kesken yhteisesti sopimalla kausikohtaisesti.

Päävalmentajan tehtävät:

- Vastaa yhdessä hallituksen kanssa viisivuotissuunnitelman toteutuksesta ja seuratasoisesta kausisuunnittelusta (mm. seurapäivä, tuomarikatselmus, joului- ja kevätKeMut, testijäätt)
- Vastaa joukkueiden johdonmukaisesta valmennuksesta sekä yhteisistä valmennuksellisista linjauksista
- Katselmoi vastuupalmentajien tekemät kausisuunnitelmat
- Toimii kaikkien valmentajien ja ohjaajien ohjaajana ja yhteyshenkilönä valmennuksellisissa asioissa
- Vastaa tuomarikatselmuksen suunnittelusta yhdessä vastuupalmentajien kanssa
- Osallistuu kevään Keravan jäävuorojen jakotilaisuuteen yhdessä hallituksen edustajan kanssa
- Suunnittelee seuralle saatujen jäävuorojen jaon joukkueiden ja ryhmien kesken
- Luo valmentajille hyvän motivaation sekä seurahengen.
- Noudattaa seuran, joukkueen ja Suomen Taitoluisteluliiton sääntöjä ja sosiaalisen median pelisääntöjä.
- On sitoutunut Suomen Taitoluisteluliiton laatimaan eettiseen säännöstöön.

5.1.2 Vastuupalmentaja

Vastuupalmentajan tehtävät:

- Toimii yhteistyössä päävalmentajan, muiden valmentajien sekä toimihenkilöiden kanssa.



- Vastaa joukkueensa tai ryhmänsä valmennuksen linjojen suunnittelusta ja toteutuksesta.
- Tekee luistelijavalinnat joukkueisiin yhdessä päävalmentajan ja muiden joukkueiden vastuvalmentajien kanssa.
- Laatii ja ylläpitää joukkueen kausisuunnitelman yhdessä joukkueenjohtajien kanssa.
- Vastaa vastuujoukkueidensa valmennuksesta, harjoitusten suunnittelusta ja painotuksista.
- Päivittää mahdolliset muutokset harjoituksiin ja tapahtumiin liittyen MyClubiin.
- Suunnittelee ja työstää vastuujoukkueidensa kilpailuohjelman.
- Vastaa joukkueesta harjoitusten ja kilpailujen aikana.
- Luo luistelijoille hyvän motivaation ja joukkue- sekä seurahengen.
- Suunnittelee vastuujoukkueidensa kilpailupuvut, -kampaukset ja meikit ja sopii niiden hankinnasta joukkueenjohtajien / varustevastaavan kanssa (budjetti huomioiden).
- Sopii kausikohtaisten varusteiden hankinnasta yms. joukkueenjohtajien / varustevastaavan kanssa.
- Vastaa joukkueesta kilpailumatkoilla, tehopäivillä ja leireillä yhdessä joukkueenjohtajien, huoltajien ja joukkueen muiden valmentajien kanssa.
- Avustaa päävalmentajaa tuomarikatselmuksen suunnittelussa
- Päivittää joukkueen some-tilejä
- Osallistuu joukkueen markkinointikampanjoiden suunnitteluun ja toteutukseen hallituksen ja muiden valmentajien kanssa
- Noudattaa seuran, joukkueen ja Suomen Taitoluisteluliiton sääntöjä ja sosiaalisen median pelisääntöjä.
- On sitoutunut Suomen Taitoluisteluliiton laatimaan eettiseen säännöstöön.

5.1.3 Tuntivalmentajat ja ohjaajat

Tuntivalmentajan ja ohjaajan tehtävät:

- Toimii harjoituksissa vastuvalmentajan apuna vastuvalmentajan kanssa sovittujen toimintatapojen mukaisesti.
- Vastuvalmentajan poissa ollessa toimii joukkueen tai ryhmän vastuullisena valmentajana / ohjaajana.
- Auttaa vastuvalmentajaa esim. kilpailuissa, näytöksissä ja esiintymisissä sovitulla tavalla.
- Noudattaa seuran, joukkueen ja Suomen Taitoluisteluliiton sääntöjä ja sosiaalisen median pelisääntöjä.
- On sitoutunut Suomen Taitoluisteluliiton laatimaan eettiseen säännöstöön.

5.2 Toimihenkilöt

Kullakin kilpailevalla joukkueella on oltava vähintään yksi joukkueenjohtaja ja rahastonhoitaja. Lisäksi lasten joukkueella voi olla yksi tai useampia huoltaja. Joukkueenjohtaja ja rahastonhoitaja eivät voi olla sama henkilö, eivätkä samasta perheestä. Molempien tulee olla joukkueen vanhempia ja aikuisjoukkueissa joukkueen luistelijoita.



5.2.1 Joukkueenjohtaja

Joukkueenjohtajat valitaan keväisin joukkueiden muodostuksen jälkeen. Joukkueenjohtajiksi valitaan 1–2 vanhempaa tai aikuisjoukkueissa luistelijaa. Vastuuvälmentaja ehdottaa vanhempainpalaverissa vanhemmille joukkueenjohtajaehdokkaita, jonka jälkeen vanhemmat hyväksyvät joukkueenjohtajat. Joukkueenjohtajat sitoutuvat tehtävään kaudeksi kerrallaan.

Joukkueenjohtajan tehtävät:

- Toimii linkkinä hallituksen, valmentajien ja joukkueen luistelijoiden vanhempien välillä
- Laatii yhdessä joukkueen vastuuvälmentajan kanssa joukkueen kauden kausisuunnitelman. Kausisuunnitelma hyväksytään vanhempainpalaverissa.
- Laatii joukkueen kausisuunnitelman pohjalta yhdessä joukkueen rahastonhoitajan ja vastuuvälmentajan kanssa joukkueen budjetin, joka ensin esitellään ja hyväksytään seuran rahastonhoitajan sekä puheenjohtajan toimesta, jonka jälkeen se esitellään ja hyväksytään vanhempain/luistelijapalaverissa.
- Vastaa budjetin noudattamisesta toiminnassa.
- Jakaa jäävahtivuorot vanhemmille MyClubissa (lasten joukkueet).
- Järjestää säännöllisesti vanhempaintapaamisia (lasten joukkueet).
- Hoitaa joukkueen asioita seuratasolla.
- Vastaa joukkueen kausikohtaisten varusteiden suunnittelusta yhdessä vastuuvälmentajan ja varustevastaavan kanssa.
- Vastaa varusteiden hankkimisesta valmentajan ohjeistuksen mukaisesti.
- Vastaa joukkueen leirien/tehopäivien järjestelyistä seuran ohjeistuksen mukaisesti.
- Vastaa joukkueen kisailmoittautumisista ja kisamatkojen järjestelyistä.
- Päivittää oman joukkueen some-tilejä, mikäli näin sovitaan vanhempainpalaverissa.
- Noudattaa seuran, joukkueen ja Suomen Taitoluisteluliiton sääntöjä ja sosiaalisen median pelisääntöjä.
- Tiedottaa joukkueen asioista valmentajille, vanhemmille ja luistelijaille sekä hallitukselle.
- Edustaa seuraa ja joukkuetta esimerkillisesti ja positiivisesti kannustaen.

5.2.2 Joukkueen rahastonhoitaja

Joukkueen rahastonhoitaja on vastuussa joukkueen taloudesta.

Joukkueen rahastonhoitajan tehtävät:

- Laatii joukkueen vuosibudjetin yhdessä joukkueenjohtajien ja vastuuvälmentajan kanssa.
- Esittelee ja hyväksyttää joukkueen vuosibudjetin seuran rahastonhoitajalle sekä puheenjohtajalle ennen vanhemmille/luistelijaille esittämistä.
- Hoitaa joukkueen maksuliikenteen verkkopankin kautta.



- Hoitaa joukkueen tulojen ja menojen kirjanpidon ja toimittaa tilinpäätöstiedot seuran rahastonhoitajalle.
- Seuraa kuukausimaksujen suorituksia ja joukkueen budjetin toteutumista joukkueen tililtä / MyClubista, ja tarvittaessa neuvottelee talousasioista joukkueenjohtajien ja seuran rahastonhoitajan tai seuran puheenjohtajan kanssa.
- Edustaa seuraa ja joukkuetta esimerkillisesti ja positiivisesti kannustaen.

5.2.3 Joukkueen huoltaja (lasten joukkueet)

Joukkueille voidaan valita kauden alussa 2–3 huoltajaa joukkueenjohtajien avuksi. Vastuuvallmentaja ehdottaa vanhempainpalaverissa vanhemmille huoltajaehdokkaita, jonka jälkeen vanhemmat hyväksyvät huoltajat. Huoltajat sitoutuvat tehtäviinsä kaudeksi kerrallaan.

Huoltajien tehtävät:

- Toimii joukkueenjohtajien apuna.
- Kokooa, tarkistaa ja täydentää joukkueen huoltolaukun.
- Osallistuu joukkueen kisamatkoille, tehopäiville sekä leireille.
- Edustaa seuraa ja joukkuetta esimerkillisesti ja positiivisesti kannustaen.

5.3 Vanhempi (lasten joukkueet)

Vanhempi sitoutuu lapsensa harrastukseen aina kaudeksi kerrallaan.

Vanhemman tehtävät:

- Noudattaa seuran, joukkueen ja Suomen Taitoluisteluliiton sääntöjä ja sosiaalisen median pelisääntöjä.
- Toimii vuorotellen jäävahtina joukkueen harjoituksissa.
- Tuo luistelijan harjoituksiin ajallaan.
- Maksaa kaikki luistelu-harrastukseen liittyvät maksut ajallaan ja oikein.
- Kunnioittaa valmentajien työrauhaa ja työaikoja.
- Osallistuu vanhempainpalaveriin, joissa hyväksytään joukkueen toimintasuunnitelma ja budjetti, päätetään joukkueen yksittäisistä tapahtumista, joukkueen omasta varainkeruusta yms.
- Osallistuu seuran ja joukkueen varainhankintaan.
- Osallistuu seuran talkoisiin kilpailuissa, näytöksissä ja esiintymisissä.
- Huolehtii luistelijan ravinnosta ja levosta.
- Hankkii ja huoltaa luistelijan varusteet.
- Kannustaa ja edustaa positiivisesti.



5.4 Luistelija ja kapteenit

Luistelijan tehtävät:

- Noudattaa seuran, joukkueen ja Suomen Taitoluisteluliiton sääntöjä ja sosiaalisen median pelisääntöjä, ja sitoutuu Suomen Taitoluisteluliiton laatimaan eettiseen säännöstöön.
- Huoltaa omat varusteensa yhdessä vanhempien kanssa.
- Kunnioittaa valmentajia, huoltotiimiä ja joukkuekavereita.
- Käyttäytyy hyvin, tervehtii ja on kaikkien kaveri.
- Sitoutuu joukkueen sääntöihin ja harjoitteluun kaudeksi kerrallaan.
- Noudattaa urheilullisia elämäntapoja.
- Edustaa hyvin seuraa ja joukkuettaan, erityisesti harjoituksissa, kilpailumatkoilla ja aina kun esiintyy joukkueen tai seuran tunnuksin varustetuissa vaatteissa.

Joukkue äänestää keskuudestaan kauden alussa kapteenin ja varakapteenin tai kaksi kapteenia.

Kapteenin ja varakapteenin tehtävät:

- Toimii linkkinä joukkueen luistelijoiden ja valmentajien välillä.
- Kannustaa ja on kaikkien kaveri.
- Hoitaa valmentajien kanssa sovitut tehtävät (alkuverryttelyn ja alkuasennon laskut, merkit jne.)
- Käyttäytyy esimerkillisesti.
- Edustaa tarvittaessa joukkuetta