

1. HARJOITUSTOIMINTA

Voimisteluseura Kyrön Kiepin toimintakausi jakaantuu perusryhmien osalta kahteen lukukauteen, valmennus- eli kilpailuryhmien ja aikuisten kolmeen. Syyslukukausi on 22.8.- 11.12.2022. Kevätlukukausi on 9.1.- 21.5.2023. Kesäkausi on suunniteltu pidettävän 22.5.-30.6.2023 ja 1.-19.8.2023. Syyskaudella koulun syyslomaviikolla ja kevätkaudella talvilomaviikolla pidetään harjoituksista taukoa.

YO-kirjoitukset aiheuttavat salivuorojen peruuntumisia sekä syys- että kevätkaudella. Näiden vuoksi haetaan korvaavia salivuoroja etupäässä monitoimikeskus Sillasta, Mahnalan ympäristökoululta ja HS Trainingilta. Osa korvauskerroista voidaan pitää tarvittaessa ulkona. Korvauskerrat pidetään useiden ryhmien yhdistelmäkertoina, koska viime vuodet ovat näyttäneet osallistujamäärien olevan huomattavasti vähäisemmät kuin normikerroilla.

MAANANTAI

HÄMEENKYRÖN YHTEISKOULU

17:00-17:45 6- vuotiaat	17:00-18:00 Teamgym esivalmennus Stormbrakers (valmentajan erikseen valitsemat voimistelijat)	
18:00-18:45 4- vuotiaat	18:15-20:00 Teamgym valmennusryhmät Sapphires, Mysterix (valmentajan erikseen valitsemat voimistelijat)	
20:00-21:00 Jäsenien vapaavuoro	20:00-21:00 Oikeesti aikuiset	
TIISTAI		
17:00-17:45 Taaperot	17:00-18:00 Akrobatia harrasteryhmä, alkeet	17:00-18:30 Telinevoimistelu esivalmennusryhmä n. 7-14v.
18:00-18:45 3- vuotiaat	18:15-19:15 Akrobatia harrasteryhmä, jatko (valmentajan valitsemat)	18:45-19:45 Teamgym harrasteryhmä n. 7-14v.
20:00-22:00 Telinevoimistelu Aikuiset		
TORSTAI		
18:00-19:00 5- vuotiaat	17:00-18:15 Teamgym esivalmennusryhmä Stormbrakers (valmentajan erikseen valitsemat voimistelijat)	
19:00-20:00 Telinevoimistelu harrasteryhmä n. 7-14v.	18:30-20:00 Teamgym valmennusryhmät Sapphires, Mysterix (valmentajan erikseen valitsemat voimistelijat)	
20:00-22:00 Telinevoimistelu Aikuiset		
SUNNUNTAI		
14:00-14:45 NaperoParkour (n.5-6v)		
15:00-15:45 JuniorParkour (n.7-9v.)		
16:00-16:45 JunnuParkour (n.9-12v.)		
17:15-18:15 Nuoris- & AikuisParkour (n.12v.=>)		
18:30- 20:30 Akrobatia Aikuiset		
KESKIVIikko		
MAHNALAN YMPÄRISTÖKOULU		
17:00-18:00 Teamgym esivalmennusryhmä Stormbrakers (valmentajan erikseen valitsemat voimistelijat)		
18:15-20:15 Teamgym valmennusryhmä Mysterix ja Sapphires (valmentajan erikseen valitsemat voimistelijat)		

Harjoitusryhmien määrä lisääntyy yhdellä ja muutoksia ryhmänimiin ja sisältöön tehdään edelliskauteen.

Voimistelukoulut jatkavat ennallaan: taaperot-6-vuotiaat. Sen jälkeen on valinnan paikka: tarjolla on harrasteryhmiä akrobatian, teamgymin, telinevoimistelun ja parkourin osalta. Useampaankin lajiin saa osallistua.

Esivalmennusryhmistä telinevoimisteluun voi suoraan hakeutua voimistelukoulun jälkeen, jos motivaatio itsensä tavoitteellisempaan kehitykseen löytyy.

Teamgymin puolella esivalmennusryhmään pääsee päävalmentajan testauksen kautta motivoitunut, sosiaalisesti, fyysisesti ja psyykkisesti riittävät taidot omaava voimistelija. Teamgymin esivalmennusryhmästä on tarkoitus tulla lähitulevaisuudessa uusi valmennusryhmä.

Nykyiset valmennus- eli kilpailuryhmät säilyvät ennallaan, tarvittaessa otetaan joukkueisiin vahvistusta.

Akrobatia- ryhmiä lisätään yhdellä ja jaetaan tasoryhmiin: alkeet- ja jatko.

Aikuisten ryhmät säilyvät ennallaan. Kävijämäärän mukaan tarjontaa supistetaan, lisätään, muokataan.

Sekä lapsi- että aikuisryhmille jää matalan kynnyksen harrasteryhmät että tavoitteellisemmat ryhmät.

Harrastajien ryhmävalintaa ja toimintaa selkeyttämään luotu ”Voimistelijan polku” on päivitetty vastaamaan tulevaa kautta.

VOIMISTELUSEURA

Kyrön Kieppi

Lasten- ja nuorten telinevoimistelussa eikä akrobatiasa ole tarkoitus toistaiseksi lähteä kilpailemaan. Telinevoimistelun ja teamgymin puolella voidaan harjoitella seuran omia taitotestejä ja Suomen Voimisteluliiton merkkituoksia varten.

Valmennus- eli kilpailuryhmien kanssa jatketaan kilpailua 1. ja 2. luokassa ensi kaudella. Sapphires jatkaa 2.luokassa. Mysterixille tavoitellaan luokkanostoa 2.luokkaan, teamgym esivalmennusryhmälle ensi kauden aikana kilpaharrastekilpailua.

Akrobytiaryhmät voivat niin halutessaan osallistua esityksiin ja edustustilaisuuksiin. Parkour- treenit säilyvät lajinomaisesti vapaamuotoisempina harrasteryhminä.

Ohjaajatilanne näyttää riittävältä niin kokemuksen kuin koulutuksenkin osalta tälle kaudelle.

Alle kouluikäisten ryhmiin on suunniteltu 4 ohjaajaa (+1 edelliskaudesta). Koronavuosi toi tarpeen esille nostaa ohjaajamäärää mahdollisten sairastumisten vuoksi. Kouluikäisten harraste- ja esivalmennusryhmissä 3 ohjaajaa. Valmennusryhmissä pääsääntöisesti 2 ohjaajaa. Aikuisten ryhmissä on vain 1 ohjaaja, mutta sijainen on varalla. Koko ohjaajakaartimme on motivoitunut ja kykeneviä vetämään laadukkaita treenejä. Lisäksi sijaislistallamme on kokeneita ohjaajia.

Ryhmäkooksi on ajateltu harrasteryhmissä pääsääntöisesti 20 harrastajaa/ ryhmä. Viime kaudella muutettua järjestelmää, jossa vanhat harrastajat eivät ole etusijalla hakutilanteessa, jatketaan. Ryhmiin pääseminen suoritetaan ilmoittautumisjärjestyksessä. Esivalmennus ja valmennusryhmien voimistelijoille taataan harjoitteluun jatkumo.

Seura pitää matalan kynnyksen ryhmiä, jotta tarjonta kattaisi kaiken tasoiset ja erilaisen motivaation omaavat harrastajat.

Seuran tarkoituksena on tukea ja kannustaa niin taitavia kuin liikunnallisesti apua tarvitsevia voimistelun pariin. Homogeenisimmilla ja oman kiinnostuksen mukaan valituilla ryhmäjäoilla pyritään aikaansaamaan kehityksen jatkuminen ja onnistumisen tunteen löytäminen kaikille.

2. KOULUTUS

Ennen kauden alkua, pidämme perehdytyspäivän, jossa käymme läpi kauden kulun ohjauksen kannalta merkittävien asioiden kannalta. Seuran toiminta ja tarjonta esitellään lyhyesti. Esitellään kolmen eri tason voimistelupolku seurassamme. Käydään läpi turvallisuussuunnitelma, tietosuojalain edellyttämät toimenpiteet ja ohjauslinjat. Tutustutetaan ohjaajat tukimateriaaleihin ja esitellään sali varastoinen. Välineiden ja telien säilytyspaikat esitellään ja näytetään telien turvallinen kokoaminen.

Perehdytyspäivän lisäksi syyskaudelle on suunniteltu räätälöity koulutus yhdistettynä toiminnalliseen virkistyspäivään. Kevätkaudelle mietitään tarvittaessa kohdennettuja koulutuksia.

Tavoitteena saada kaikki ohjaajat läpikäymään ”Vastuullinen valmentaja”- verkkokoulutus kauden 2022-2023 aikana.

Lisäksi halukkaat ohjaajat voivat hakea hallituksen kautta haluamiinsa koulutuksiin. Erityisesti suositaan Suomen Voimisteluliiton, HLU:n ja Suomen Parkour- Yhdistyksen järjestämiä koulutuksia. Koulutuksia pidetään arvossa ohjaajien motivoitumisen ja ohjaamisen laadun kehittäjänä. Koulutuksissa on pääsääntöisesti korvattu osallistumismaksujen lisäksi myös kohtuulliset matkakulut.

3. KILPAILUT JA TAITOTESTIT

Seura toimii sekä harraste- että kilpaseurana.

Telinevoimistelun ja teamgymin esivalmennus ryhmissä voidaan harjoitella seuran omia taitotestejä ja Suomen Voimisteluliiton merkkituoksia varten. Keväällä 2023 suunniteltu pidettäväksi eri lajien leiri kotisallillamme, jossa voidaan halukkaille pitää myös merkkituoksia.

Alle kouluikäisille ja halukkaille vanhemmillekin voimistelijoilla tarjotaan mahdollisuus suorittaa alemman tason taitotesti eli staradiplomi. Staradiplomitesti järjestetään joko ryhmän omalla harjoitteluajalla tai tarvittaessa erillisenä kertana.

VOIMISTELUSEURA *Kyrön Kieppi*

Valmennus- eli kilpailuryhmien kanssa jatketaan kilpailua 1. ja 2. luokassa ensi kaudella. Sapphires jatkaa 2.luokassa. Mysterixille tavoitellaan luokkanostoa 2.luokkaan, teamgym esivalmennusryhmälle ensi kauden aikana kilpaharrastekilpailua.

Akrobatia- ja valmennusryhmät voivat niin halutessaan osallistua esityksiin ja edustustilaisuuksiin.

4. JUHLAT, TAPAHTUMAT, EDUSTUKSET, LEIRIT

Koko jäsenistölle ja kaikille halukkaille pidetään temppupäivä porrastetusti, jotta kerrallaan salilla olevien kävijöiden määrä pysyy kohtuullisena. Temppupäivä järjestetään su 14.8.2022 ennen kauden varsinaista alkua. Temppurata on ilmainen. Temppuradan yhteyteen laitetaan seuravaate-esittely tilat.

Syys- ja kevätkauden on perinteisesti päättänyt koko perheelle suunnattu juhla. Syyskauden päätteeksi on suunnitteilla ratatyypinen jouluihin temppupäivä. Kaudella 2018-2019 kokeiltiin jäsenistön jakamista kahteen osaan jouluradalla ja toimintamalli toimi ja sai kiitosta. Tätä toimintamallia kokeillaan toistamiseen. Näin saadaan ylläpidettyä turvallisuutta ja haastetasoa sopivana.

Kevätnäytös on suunniteltu toteutettavan näyttävämmiin kera salitekniikan. Kevätnäytöksessä tarkoitus luoda kokonaisuus, jossa eri ryhmien voimistelijat esiintyvät yhdessä. Kenraaliharjoitukset on suunniteltu pidettävän edeltävänä päivänä. Temppuradan yhteyteen mietitään seuravaate-esittelyä. Tarjoilu päätettiin poistaa perinteistämme.

Kauden loputtua on tarkoitus pitää kesäleirit tai muuta kesätoimintaa kesätyöntekijöiden ja mahdollisten muiden ohjaajien toimesta. Kesäleirien ajankohdasta on tarkoitus tehdä kysely, jotta osallistujamäärä optimoituisi. Leirien teemat tarkentuvat lähemmin.

Seura on innokas osallistumaan erilaisiin edustustehtäviin kouluilla ja muissa yhteistyötahojen tempauksissa.

Seura jatkaa Suomen Voimisteluliiton ja HLU:n jäsenenä.

5. TALOUDELLINEN TOIMINTA

Toimintakauden tulot koostuvat pääasiallisesti lukukausimaksuista sekä eri tahoilta anotuista avustuksista. Suurimmat menoerät koostuvat salivuokrista, voimistelijoille järjestettävästä juhlatoiminnasta, väline- ja telinehankinnoista, ohjaajien koulutuksista ja matkakuluista sekä ohjaajien virkistyspäivästä.

Tällä kaudella kaikille seuran ohjaajille ja apuohjaajille tarjotaan mahdollisuus edustus-, ohjaus- ja koulutusten matkakorvauksiin. Matkakorvaukset anotaan hallitukselta.

Valmennusryhmien ohjaukset ovat osin tarkoitus suorittaa ostopalveluina. Talkootyö jatkuu tiiviinä.

2022–2023 kaudelle telinehankintana iso voimistelupuomi, joka meni rikki edellisellä kaudella. Muita isoja pakollisia välinehankintoja ei ole.

MyClub käyttöjärjestelmä pidetään toistaiseksi. Laskutuksen hoitaa edelleen Avoine Oy ja perinnästä vastaa Visma Financial Solutions. Maksamattomien laskujen määrä on vähentynyt laskutuksen ulkoistamisen myötä, mutta perintäkustannukset ovat suuret. Päätettiin kuitenkin jatkaa perintätoimia entisellään: perusteena siirtyminen jälleen koko syys- ja kevätkauden laskutukseen, jolloin perintäsummatkin ovat isompia.

6. SEURAN HALLINTO

Seuraa johtaa puheenjohtaja yhdessä hallituksen kanssa, jonka seuran vuosikokous valitsee vuodeksi kerrallaan. Hallituksen toimikausi on 1.7.2022 - 30.6.2023.

Hallitukseen kuuluu vuosikokouksen päätöksen mukaan puheenjohtaja ja 3–5 jäsentä. Sihteeri ja rahastonhoitaja voivat olla myös hallituksen ulkopuolisia henkilöitä. Hallitus kokoontuu tarvittaessa, yleensä 4–6 kertaa toimikauden aikana.

VOIMISTELUSEURA *Kyrön Kieppi*

Rahastonhoitajan tehtävät on ulkoistettu Hämeenkyrön Tili- ja Kiinteistöpalvelulle 1.8.2019 alkaen laajentuneen toiminnan vuoksi. Tilitoimisto hoitaa kaikki taloushallinnon palvelut. Tilitoimisto hoitaa taloushallinnon palvelut jatkossakin. Laskujen maksuja hoitaa osin myös toiminnanjohtaja.

Ohjaajapalavereja pidetään 2–4 kertaa toimikauden aikana. Ne ovat tärkeitä päätöksenteon kannalta, sillä monet käytännön asiat sovitaan ja hoidetaan palaverien päätösten mukaan. Näitä ovat mm. ryhmäjaot, juhlarjestelyt, uusien ohjaajien rekrytointi ja perehdytys sekä muut ohjaamiseen ja ohjaajiin liittyvät asiat.

7. TIEDOTUS JA NÄKYVYYS

Tiedotus on siirtynyt digiaikaan. Tiedotus tapahtuu pääsääntöisesti toimintakauden aikana whatsapp'illa. Sähköpostitse lähetetään tärkeimmät, viralliset viestit. Internet-sivut toimivat myös tiedotusvälineenä. Tekstiviestit ovat koko ajan vähenemässä. Instagram- ja Facebook- sivut ovat olleet toiminnassa ja niiden päivittämistä on tarkoitus jatkaa. Seuran jäsenet ovat olleet tyytyväisiä tiedotukseen, joten jatketaan edelliskauden tapaan. Mainontaa suoritetaan facebookin, instagramin, internet-sivujen välityksellä. Yksittäisten toimipisteisiin jaettavien mainosten määrä on vähäinen. Paperisia tiedotteita pyritään vähentämään ekologisista syistä. Kauden aloitusmainoksia on suunniteltu jaettavan myös yleisille ilmoitustauluille.

Seuravaatemallisto on osin vakiintunut, ryhmäkohtaisten toppien sijaan on seuran yleistoppi. Näin ei tulisi jatkuvaa tarvetta hankkia uusia vaatteita voimistelijan siirtyessä toiseen ryhmään. Kilpailevat voimistelijat tarvitsevat kisa-asun, joka on omakustanteinen. Seuravaatteiden kattavuutta pyritään lisäämään yhtenäisen ulkoasun luomiseksi ja näkyvyyden lisäämiseksi. Yhteistyökumppaneina seuravaateasioissa ovat toimineet Aktiivi Suomi Oy, Chopar, Noname ja Suomen Sanser. Yhteistyötä kunkin tahon kanssa mietitään jatkossa uudestaan.

8. VANHEMMAT MUKAAN ja VOIMISTELIJOIDEN OSALLISTAMINEN

Kannustetaan tälläkin toimintakaudella vanhempia mukaan toimintaan pyytämällä aktiivisia apuohjaajiksi koulutuksen kautta ja järjestämällä muutamia vanhempien kertoja lasten ohjausryhmissä. Kauden aloituskerrassa on vanhemmat mukana ja whatsapp ryhmät perustetaan kaikille ryhmille. Lisäksi kauden keskellä pyritään pitämään ohjauksessa vanhempainvartti, jossa läpikäydään ryhmän kuulumisia. Tätäkin toimintaa ohjaa koronan sallimat rajat.

Vanhempien kanssa tehtävän yhteistyön tavoite on saada lisättyä vanhempien kannustavaa asennetta lastensa liikuntaharrastusta kohtaan.

Erityisesti vanhempia voimistelijoita pyritään osallistamaan seuran toimintaan ja harjoitteluun. Useita nuorisoapuohjaajia onkin tullut oman telinevoimisteluharrastuksen parista. Omaan harjoitteluun sitoutuminen parantaa tuloksia ja oman harjoittelun suunnitteluun yritetäänkin panostaa tulevalla kaudella entisestään. Voimistelijoita otetaan mahdollisuuksien mukaan eri tapahtumien suunnitteluun ja toteutukseen.

Voimisteluseura Kyrön Kiepin tavoite on olla merkittävä seuratoimija Hämeenkyrössä ja laadukkaan urheiluharrastuksen mahdollistaja, myös matalalla kynnyksellä.