



## Ohjeisto junioriryhmien harrastajien huoltajille

### Ilmoittautuminen ryhmiin

Harjoitusryhmiin ilmoittautumiseen käytetään Suomisport-palvelua. Keväällä huhtikuussa kerätään ilmoittautumiset kesäkauden ryhmiin. Samoin elo-syyskuussa ilmoitaudutaan sisäharjoituskauden ryhmiin. Ryhmiin otetaan ilmoittautumisia myös muina aikoina kesken kauden vapaan tilan puitteissa. Kaikkiin 3-13-vuotiaiden ryhmiin tulee ilmoittautua kausittain kilparyhmiä lukuun ottamatta.

Kilparyhmissä ilmoittautuminen on lähtökohtaisesti voimassa toistaiseksi. Tämä tarkoittaa sitä, että harrastajan ei tarvitse ilmoittautua uudelleen kausien vaihtuessa, vaan tämä säilyy ryhmän listoilla, kunnes ilmoittaa harrastuksen lopettamisesta.

### Harjoitusajat

Ryhmien harjoitusajoissa tapahtuu muutoksia harjoituskausien vaihtuessa. Nykyiset sekä uudet harrastajat ilmoittautuvat kauden vaihteessa uudestaan samalla valiten tulevan kauden harjoituspäivät.

Valituissa harjoituspäivissä tulee pitäytyä. Erityisen tärkeää tämä on yleisurheilukouluissa, joissa harrastajamäärät ovat suurimmillaan. Satunnaisissa tarpeissa poikkeaminen normaalista harjoituspäivästä voi kysyttäessä olla mahdollista.

### Harrastuksen lopettaminen

Harrastuksen lopettamisesta kesken kauden pitää aina ilmoittaa seuran henkilökunnalle; juniorivalmennuspäällikölle, toiminnanjohtajalle tai nuorisopäällikölle kun kysymys on liikuntaleikkikouluista. Ilmoitus lopettamisesta tulee tehdä ensisijaisesti sähköpostitse. Kausien vaihteessa, heidän jotka eivät ilmoittaudu uudelle kaudelle, oletetaan lopettaneen harrastuksen, eikä tästä tarvita muita ilmoituksia. Harrastaja on velvollinen suorittamaan harrastusmaksut sen kuukauden loppuun, jolloin on ilmoittanut lopettamisesta. Jo suoritettuja harrastusmaksuja ei palauteta.

### Viestintä

Harrastusta koskevat tiedotteet välitetään ensisijaisesti Suomisportin viestitoiminnon kautta. Voit lukea tarkempia ohjeita Suomisportin käyttöön liittyen [tästä tiedotteesta](#). Pidä yhteystietosi ajantasalla oman sporttitilisi kautta. Seuran puolesta emme pysty päivittämään harrastajien yhteystietoja.

Harjoitusryhmillä on käytössään myös whatsapp-tiedotusryhmät. Harrastajien vanhemmat voivat liittyä whatsapp-ryhmiin alkuinfon yhteydessä lähetettävällä kutsulinkillä. Tärkeimmät tiedotteet lisätään myös seuran verkkosivujen uutispalstalle. Ajantasaiset harjoitusajat ovat näkyvissä harjoitusryhmien omilla

alasuilla.

Juniorien tiedotusasioista vastaavat seuran juniorivalmennuspäällikkö 7-17-vuotiaiden yleisurheilukouluissa ja harjoitusryhmissä ja nuorisopäällikkö liikuntaleikkikouluissa. Lisäksi ryhmien valmentajat hoitavat osansa tiedotusasioista sovitun työnjaon mukaisesti. Yksittäistä harjoituskertaa koskeissa akuuteissa kysymyksissä ottakaa yhteyttä ryhmän valmentajaan. Laskutusasioita koskevista tiedusteluista ottakaa yhteyttä toiminnanjohtajaan. Lopettamisissa, harjoituspäivävalinnoissa ja muissa vastaavissa kysymyksissä olkaa yhteydessä juniorivalmennuspäällikköön.

Yksittäisistä harjoituksista poissaoloista ei ole välttämätöntä ilmoittaa, jotta whatsapp-ryhmä ei täyty poissaoloilmoituksista. Yli viikon pituisista poissa-oloista voi ilmoittaa suoraan juniorivalmennuspäällikölle.

### **Yleisurheilulisenssit ja vakuutukset**

Lisenssien hankinta tapahtuu olympiakomitean hallinnoiman Suomisport-palvelun kautta. Seura hankkii lisenssit kaikille yleisurheilukoulujen ja harjoitusryhmien 7–13-sarjojen harrastajille. Seura hankkii myös lisenssit kilpailutoimintaan osallistuville +14v harrastajille. Jotta seura voi hankkia harrastajilleen lisenssit, tulee harrastajan olla rekisteröitynyt Suomisportin käyttäjäksi. Junioriharrastajien kohdalla huoltajan tulee luoda sporttitili harrastajalle. Käytännössä sporttitilin luominen hoituu samassa yhteydessä kun harrastaja ilmoittautuu mukaan harjoitusryhmään. [Tästä linkistä](#) löydät koko lisenssitiedotteen.

Kaudella 2025 2012-syntyneiden ja tätä nuorempien ikäluokkien lisenssiin kuuluu myös tapaturmavakuutus, joka on voimassa harjoitus- ja kilpailutoiminnassa. Mikäli harrastajalla ei ole lisenssiä, tällöin harrastaja on oman vakuutusturvan varassa.

+14v harrastajat vastaavat itse omasta vakuutusturvastaan urheiluharrastuksessa. 2011-syntyneiden ja tätä vanhempien ikäluokkien lisenssiin ei automaattisesti kuulu vakuutusta, mutta se on ostettavissa lisäpalveluna lisenssin haltijoille Suomisport-palvelun kautta. [Lisätiedot Sporttiturva vakuutuksesta](#).

Liikuntaleikkikoululaisilla ei ole yleisurheilulisenssejä mutta heidät on vakuutettu harjoitusten ajaksi erillisellä IF vakuutuksella.

### **Tapaturman sattuessa**

13-vuotiaiden ja nuorempien yleisurheilulisenssiin kuuluvaan vakuutuksen liittyy OP Pohjolan Terveysmestari -palvelu. Vakuutusehdot ja ohjeet Terveysmestari -palvelun käytöstä löydät Suomen Urheiluliiton sivuilta osoitteesta: <https://www.yleisurheilu.fi/seurat/yleisurheilulisenssit/>

### [Sporttiturva tuoteopas](#)

Ilmoita tapaturmasta myös juniorivalmennuspäällikölle tai toiminnanjohtajalle jos tapaturma aiheuttaa poissaolon tulevista harjoituksista.

### **Kilpailut**

Seura järjestää ympärivuotisesti kilpailutapahtumia. Seuran omat kilpailut ovat pääsääntöisesti maksuttomia harrastajilleen. Kilpailuihin ilmoittautuminen toimii [kilpailukalenteri.fi](#) -palvelun kautta. Kilpailuihin tulee ilmoittautua ennakoon annetun ilmoittautumisajan puitteissa.

Pääsääntö on, että jos seuran omat kenttäkilpailut osuvat harjoituspäivälle, tuolloin ei järjestetä päällekkäisesti harjoituksia. Tulevista kilpailuista tiedotetaan harjoituksissa ja eri viestintäkanavissa. Tietoja seuran järjestämistä kilpailuista päivitetään nettisivuille kohtaan [kilpailut](#).

Muiden seurojen järjestämiin kilpailuihin osallistuvat vastaavat itse ilmoittautumisesta ja ilmoittautumismaksuistaan. Seura kuitenkin maksaa ilmoittautumismaksut Helsingin seudun yleisurheilun (Helsyn) 9–13-vuotiaiden piirinmestaruuskilpailuihin, SM-kilpailuihin, seuracupeihin ja seuraotteluihin sekä muihin viestikilpailuihin.

### **Laskutus**

Harrastusmaksut maksetaan Suomisportin kautta. Harrastusmaksut tulevat maksettavaksi 4-5 kertaa vuodessa ryhmästä riippuen. Voit lukea lisäohjeita Suomisportin kautta maksamisesta [tästä tiedotteesta](#).

Loma-ajat huomioidaan laskutuksessa, ei kuitenkaan yksittäisiä pyhäpäiviä. Terveydellisistä syistä johtuvat vähintään kaksi viikkoa kestävät poissaolot voidaan huomioida laskutuksessa. Vamman tai sairauden aiheuttamasta poissaolosta on ilmoitettava heti poissaolojakson alkaessa. Myös ennalta ilmoitetut vähintään kaksi viikkoa kestävät yhtäjaksoiset lomamatkat voidaan huomioida. Jälkikäteen ilmoitettuja poissaolojaksoja ei huomioida.

Seura laskuttaa vain ryhmien harrastusmaksut. Harjoitusryhmissä mukana olevilta junioreilta ei peritä erillisiä jäsenmaksuja tai lisenssimaksuja.

Laskutuskuukaudet:

- Yleisurheilukouluissa ja harjoitusryhmissä: helmikuu, huhtikuu, kesäkuu, syyskuu, marraskuu,
  - helmikuussa: tammi-helmikuu
  - huhtikuussa: maalis-huhtikuu
  - kesäkuussa: touko-heinäkuu (ilmoitathan kesälomakautta koskevat poikkeukset viimeistään kesäkuun puoliväliin mennessä, jotta ne voidaan ottaa huomioon laskutuksessa)
  - syyskuussa: elo-syyskuu
  - marraskuussa: loka-joulukuu
- Liikuntaleikkikouluissa: kesäkuu, lokakuu, tammikuu
  - kesäkuussa kesäkausi touko-elokuu
  - lokakuussa sisäkausi osa 1 syys-joulukuu
  - tammikuussa sisäkausi osa 2 tammi-huhtikuu
- Kilparyhmissä ja valmennuksessa: marraskuu, helmikuu, toukokuu, elokuu
  - helmikuussa tammi-maaliskuu
  - toukokuussa huhti-kesäkuu
  - elokuussa heinä-syyskuu
  - marraskuussa loka-joulukuu

### **Loma-ajat**

7–13-vuotiaiden ryhmien harjoituksista pidetään taukoa koulujen syys-, joul-, talvilomien mukaisesti. Myös Vappuaattona ja Vappupäivänä sekä pääsiäisen ja juhannuksen pyhinä harjoituksista pidetään vapaata. Joulun ja juhannuksen aatonaatot ovat harjoituksista vapaat. Vanhempien juniorien ryhmissä ja kilparyhmissä ilmoitetaan erikseen loma-aikojen harjoittelusta.

Liikuntaleikkikouluissa noudatetaan pääsääntöisesti samoja loma-aikoja. Joulutauko on kuitenkin pidempi, ja kevät- ja kesäkausien sekä kesä- ja syyskausien taitteessa voi olla taukoviikkoja.

### **Harjoituspaikat**

Seuran ulkoharjoituskauden harjoituspaikkoina ovat Hiekkaharjun ja Hakunilan urheilukentät, myös ympäröivää maastoa voidaan käyttää harjoituksissa. Hiekkaharjun urheilukentän osoite on urheilutie 15 ja Hakunilan luotikuja 2. Harjoitusryhmät kokoontuvat urheilukenttien katsomoissa ennen harjoitusta. Hiekkaharjussa lyhin matka kokoontumispaikalle on kentän pikkuportin kautta, joka sijaitsee keltaisen varastorakennuksen vierustalla.

Sisäharjoituskauden pääharjoituspaikkana on Hakunilan kalliosuoja osoitteessa Harmotie 1. Ryhmät kokoontuvat noin 5 minuuttia ennen harjoituksen alkua kalliosuojan sisäänkäynnille, missä ryhmän valmentaja on päästämässä urheilijat sisään. Kalliosuojan ovista pääsee sisään vain vuoroon liittyvällä ovikoodilla.

Lisäksi harjoituksia on Varia Hiekkaharjun liikuntasalissa. Sisäänkäynti Varian liikuntasaliin tapahtuu koulun sisäpihan perältä, jonne kuljetaan Vehnäkujan kautta. Ryhmän ohjaaja päästää urheilijat sisään noin 5 minuuttia ennen harjoituksen alkua. Muina aikoina ovi on lukittuna.

Liikuntaleikkikoulujen talvikauden harjoitustilana on Jokiniemen koulun kauratien opetuspisteen liikuntasali osoitteessa kauratie 2, jonka tunnistaa punatiilisenä rakennuksena. Käynti tapahtuu koulun sisäpihan kautta.

Tarkemmat kulkuohjeet harjoituspaikoille karttapohjille merkittynä löydät [seuran nettisivuilta kohdasta harjoituspaikat](#).

### **Sääolosuhteet**

Ulkoharjoituksissa ei ole käytössä varsinaista säävarausta. Harjoituksia ei peruta ennakoivasti sääennusteen perusteella. Mikäli välittömästi ennen harjoituksen alkua tai harjoituksen aikana vallitsee poikkeuksellinen sääolosuhde, joka estää harjoitusten läpiviennin, kuten ukkosmyrsky tms., voidaan harjoitukset joutua keskeyttämään tai perumaan. Tämän kaltaisista lyhyen aikavälin muutoksista ilmoitetaan ensisijaisesti whatsapp-ryhmissä. Vaihteleviin sääolosuhteisiin tulee varautua sähän sopivalla liikuntavarustuksella.

### **Muut poikkeukset**

Vuosittain Hiekkaharjun urheilupuistossa järjestettävä Tikkurila-festivaali aiheuttaa heinäkuussa poikkeusjärjestelyjä seuran harjoituksiin. Tikkurila-festivaalin ja sen valmistelujen ajaksi kaikki harjoitukset siirtyvät Hakunilan urheilukentälle tai muille kaupungin liikuntapaikoille, jos Hakunilan urheilukenttä ei ole käytettävissä.

Mikäli seuran vakiovuoro liikuntasaleissa tai urheilukentillä otetaan tilapäisesti muuhun käyttöön, johtuen esimerkiksi koulun juhlista, harrastaja voi mennä käymään korvaavalla kerralla viikon muina harjoituskertoina, jos tämä on mahdollista. Liikuntaleikkikouluissa mahdolliset korvaavat kerrat pyritään lisäämään kauden loppuun.

Mikäli seuran harjoitustoiminta keskeytyy ylivoimaisen esteen takia, seuralla ei ole velvollisuutta palauttaa jo maksettuja harjoitusmaksuja. Ylivoimaisen esteen voi muodostaa esimerkiksi laajalle levinnyt

tartuntatauti, suuronnettomuus, sotatila tai muu vastaava tapahtuma.

### **Tietojen säilytys**

Harrastajien tietoja säilytetään olympiakomitean tarjoamassa Suomisport-palvelussa. Rekisteriä voivat käyttää seuran päätoimiset työntekijät, seuran taloudenhoitaja, puheenjohtaja tai muut seuran hallituksen valtuuttamat henkilöt. Ryhmän valmentajilla on käytettävissään oman ryhmänsä yhteystiedot. Voit lukea Suomisportin tietosuojaselosteen [tästä linkistä](#).

### **Yhteystiedot**

Toiminnanjohtaja Eemeli Kaartinen  
eemeli.kaartinen@ku58.fi  
045 160 0541

Juniorivalmennuspäällikkö Tarja Suomalainen  
tarja.suomalainen@ku58.fi  
040 750 3983

Nuorisopäällikkö Kia Oilinki  
kia.oilinki@ku58.fi  
040 1281518

Päivitetty 5.1.2025