

## **Uplakers Taitoluistelun toimintatavat ja urheilijasäännöt**

### **Yhteiset toimintatavat yksinluistelu- ja muodostelmaluistelutoiminnalle**

Jaoston strategia ja toiminnan vuosikello

- Jaoston tavoitteena on tarjota taitoluistelun kilpailu- ja harrastetoimintaa yksin- ja muodostelmaluistelussa.
- Toiminnan keskeisenä periaatteena on kannustava ilmapiiri vieden harjoittelussa kukin luistelija ja joukkue omalle parhaalle tasolle.
- Tavoitteena on ylläpitää hyvää seurahenkeä ja luoda positiivinen harrastusympäristö luistelijoille ja heidän perheilleen sekä valmentajille hyvä työyhteisö.
- Seuran strategia tullaan päivittämään kauden 2024-2025 aikana.
- Toiminnalle laaditaan ja ylläpidetään toiminnan vuosikelloa.
- Luistelijoita ja perheitä varten keskeinen jaostoa koskeva aineisto on nähtävissä jaoston julkisilla nettisivuilla sekä vain jäsenistölle olevalla sivustolla. Suosittelemme jäsenistöä seuraamaan sivustoja aktiivisesti.

### **Taitoluistelujaoston talous ja varainhankinta**

Yleistä taloudesta

- Jaoston toimintaa rahoitetaan suurimmaksi osin kausimaksuilla ja toiminnasta muutoin kerättävillä korvauksilla. Jaostolla ei ole tarkoitus tehdä voittoa, vaan kattaa toiminnasta syntyvät kustannukset.
- Sponsoritulot ja talkootyöllä tehdyt varainkeruutuotot ovat osana toiminnan budjetointia. Myös mm. kaupungin mahdolliset tuet lasketaan osaksi budjettia.
- Jäsenet perheineen edellytetään osallistuvan talkootoimintaan (talkoovelvoite). Kiitämme jo etukäteen kaikkia arvokkaasta työstä jaoston eteen. Talkootoiminnasta on myös erillistä ohjeistusta.
- Ryhmillä ja joukkueilla voi olla lisäksi omaa varainkeruutoimintaa siten, että se ei ole ristiriidassa jaoston varainkeruun kanssa. Ryhmien ja joukkueiden varainkeruutoiminnasta vastaa kukin sitä harjoittava ryhmä tai joukkue yhteisesti sopimallaan tavalla.
- Taitoluistelutoiminta perustuu ammattitaitoisiin valmentajiin ja ohjaajiin. Jaostolla on useampi valmentaja työsuhteessa. Siten suurimmat kustannuserät ovat jää- ja henkilöstökustannukset. Tämän lisäksi jaostolla on kustannusvelvoitteita pääseuraan.
- Jaoston johtoryhmän toiminta perustuu talkootyöhön.
- Kilpailutoiminnan kustannukset katetaan lajeittain ja yksilöittäin / joukkueittain.

### **Jäsenmaksu**

- Pääseura (Uplakers ry) laskuttaa vuosittaisen jäsenmaksun. Jäsenmaksun suuruuden vahvistaa ry:n hallitus.

### **Kausimaksut**

- Kilparyhmissä ja kilpailevissa joukkueissa luistelija sitoutuu kaudelle ilmoittautuessaan aina koko kauteen.
- Jaosto laskuttaa luistelijoilta kausimaksun. Kausimaksun suuruuden määrittelee taitoluistelujaosto.
- Kausimaksu perustuu tilakustannuksiin, henkilöstökuluihin ja kiinteisiin kuluihin.
- Kausimaksu laskutetaan luistelijoilta jaoston määrittelemien erien mukaan. Erät voivat olla erisuuruisia.
- Kesken kauden aloittavalta luistelijalta luistelumaksut laskutetaan aloituskuukaudesta lähtien jäljellä olevaa kautta vastaava osuus.

### **Ohjeita maksamiseen**

- Laskutus tapahtuu sähköisesti, laskut lähetetään ilmoitettuun sähköpostiosoitteeseen.
- Kausimaksut maksetaan eräpäivään mennessä.
- Käytä aina viitenumeroa maksaessasi.

- Erääntyneistä maksuista lähetetään 1.maksumuistutus 2 viikon kuluttua erääntymisestä ilman kuluja ja 2. maksumuistutus 2 viikon jälkeen. Tällöin maksuun lisätään 5 euron muistutus- ja viivästysmaksulisä.
- Seurasihteeri tavoittelee puhelimitse 2. maksumuistutuksen jälkeen ja pyytää maksusuunnitelmaneuvoitteluun.
- Saatavat siirretään perintätoimistolle, jos maksuja ei ole maksettu viikon kuluessa 3. maksumuistutuksen erääntymisestä tai erikseen sovittuun maksusuunnitelman mukaan.
- Maksujen laiminlyöminen estää luistelijan osallistumisen harjoituksiin ja kilpailuihin. Mikäli luistelijalla on kaksi erää maksuja rästissä, asetetaan hänet harjoitus- ja kilpailukielloon. Kielto on voimassa siihen saakka, kun kaikki erääntyneet maksut on maksettu tai luistelijalla on seurasihteerin kanssa laadittu kirjallinen maksusuunnitelma. Mikäli sovittua maksusuunnitelmaa ei noudateta, astuu harjoituskielto voimaan saman tien.
- Äkillisissä ja tilapäisissä maksuvaikeuksissa ota yhteyttä seurasihteeriiin asioiden sopimiseksi.

### Poissaolot

- Lyhyitä, muutaman päivän sairauspoissaoloja ei ole mahdollista luistelijoiden korvata.
- Poissaolosta sairauden vuoksi myönnetään hyvitystä kausimaksusta omavastuuajan (2 viikkoa) ylittävältä ajalta.
- Hyvityksen saamiseksi tulee toimittaa lääkärintodistus, josta selviää harjoittelukiellon alkamis- ja loppumispäivä.
- Yksi omavastuu kattaa uusiutuvasta vammasta seuraavan sairausloman, mikäli sama vamma uusiutuu 14 päivän sisällä edellisen sairausloman päättymisestä.
- Maksuvapautusta ei myönnetä osittaisesta poissaolosta (esim. hyppykielto, jolloin voi osittain/sovelletusti osallistua harjoitteluun).

### Luistelun lopettaminen ja maksut

- Kilpailevan ryhmän tai joukkueen luistelijan lopettaessa luistelun kauden päättyessä, on tehtävä kirjallinen ilmoitus lopettamisesta ja toimitettava se sähköpostitse taitoluistelun valmennuspäällikölle tai muodostelmaluistelun vastuuvallmentajalle. Ilmoitus lopettamisesta tulee tehdä ilmoitettuun päivämäärään mennessä.
- Kilpailevan ryhmän tai joukkueen luistelijan lopettaessa ja erotessa seurasta kesken kauden ei jo maksettuja maksuja palauteta. Luistelijan oikeus harjoitteluun päättyy lopettamisilmoitukseen. Luistelijalta peritään kahden seuraavan kuukauden kausimaksun osuus lopettamisilmoituksen saavuttua. Perustelluista syistä jaoston johtoryhmä voi päättää toisin.
- UpTL noudattaa seuravaihdossa Suomen Taitoluisteluliiton ohjeistusta. Lähtökohtaisesti UpTL ei anna luistelijalle edustus-oikeutta toisessa seurassa kesken kauden tapahtuneissa seuravaihdoksissa. Jokainen seurasiirto käsitellään tapauskohtaisesti. Jos luisteliija on edustanut liiton alaisissa sarjoissa UpTL:a, luisteliija ei voi edustaa mitään muuta seuraa kyseisen kauden aikana. Jotta seurasiirto voidaan hyväksyä, tulee maksuveloitteet jaostolle olla hoidettuna.

### UpTL:n taitoluistelujaoston edustaminen, urheilijasäännöt

#### Luistelijan ja joukkueen velvollisuudet

1. Luistelijan odotetaan osallistuvan toiminnan harjoituksiin ja noudattamaan valmentajien ohjeita.
2. Luistelijan tulee kunnioittaa muita ryhmän/joukkueen jäseniä, kilpailuissa kilpakumppaneita, valmentajia ja tuomareita. Hänen odotetaan käyttäytyvän rehellisesti ja urheiluhenkisesti niin harjoituksissa kuin kilpailuissakin.
3. Luistelijan on käytettävä asianmukaisia varusteita harjoituksissa ja kilpailuissa. Seuran virallista edustusasu on käytettävä kilpailutapahtumissa, joka määritetään kulloinkin erikseen.
4. Sosiaalisen median julkaisuissa tulee huomioida asianmukainen sosiaalisen median käytös ja toisten kunnioittaminen.

## Valmentajien velvollisuudet

1. Valmentajat vastaavat harjoitusten suunnittelusta ja valmennuksellisesta kokonaisuudesta, jotta harjoitukset vastaavat parhaalla mahdollisella tavalla luistelijan ja/tai joukkueen kehittymistä.
2. Valmentajien tulee kohdella luistelijoita tasapuolisesti huomioiden kilpailukaudet.
3. Valmentajien tulee huolehtia turvallisesta harjoitusympäristöstä.
4. Valmentajan tehtävä on luoda harjoitustilanteisiin hyvä ilmapiiri. Valmentajan tehtävä on myös vaatia luistelijalta/joukkueelta heidän tavoitetasoan vastaavaa harjoittelua, opettaa omaa vastuunottoa harjoittelusta ikä-/taitotaso huomioiden ja puuttua harjoituksissa tilanteisiin, jotka jollain tavalla häiritsevät hyvän harjoituksen toteutumista.
5. Valmentaja on yhteydessä luistelijan kotiin, jos harjoituksissa ilmenee jotain erityistä tai huolen aiheita, mistä kodin on syytä olla tietoinen. Valmentaja arvioi tilanteen – usein riittää tilanteiden läpikäyminen ja keskustelu harjoituksissa valmentajan kanssa.

## Kilpailuihin ilmoittaminen

- Luistelijat ja joukkueet kilpailevat jaoston nimissä ja heidän odotetaan edustavan seuraa asianmukaisesti.
- Kilpailutapahtumassa tulee noudattaa kilpailutapahtumasta annettuja ohjeita, kilpailusääntöjä tms.
- Luistelijoiden ja joukkueiden ilmoittamisesta kilpailuihin päättää valmentajat. Kilpailuihin ilmoittautuessa valmentajien päätös perustuu luistelijan/joukkueen kokonaistilanteeseen. Luistelija tai joukkue tai heidän perheensä eivät voi itse ilmoittautua kilpailuihin. Lisäksi kilpailujen järjestäjät voivat ilmoittaa, ettei ilmoitetut luistelijat tai joukkueet ole mahtuneet kilpailuun.
- Valmentajat päättävät kunkin luistelijan tai joukkueen kilpailusarjan.
- Valmentajilla on oikeus peruuttaa luistelijan tai joukkueen osallistuminen kilpailuun, mikäli harjoitussuunnitelmaa ei ole pystytty toteuttamaan luistelijasta tai joukkueesta johtuvasta syystä tai muulla tavoin luistelija tai joukkue ei ole kilpailuun osallistumiskunnossa. Valmentajien velvollisuus on kommunikoida asia luistelijalle tai joukkueelle sekä heidän perheilleen mahdollisimman pian tilanteen tultua esille. Tällaisessa tilanteessa, mikäli kaikkia kuluja ei voida peruuttaa tai estää, vastaa jaostolle syntyneistä kustannuksista luistelija tai joukkue.
- Jos luistelija tai joukkue rikkoo seuran, jaoston tai Suomen Taitoluisteluliiton sääntöjä tai käyttäytyy epäurheilijamaisesti, valmentajalla voi olla oikeus peruuttaa osallistuminen kilpailuun tai estää luistelijaa osallistumasta harjoitteluun kurinpitotoimenpiteenä.

## Kauden rakenne

- UpTL harjoituskausi kilparyhmillä ja -joukkueilla alkaa huhtikuussa ja kestää seuraavan vuoden maaliskuun vaihteeseen. Poikkeustilanteissa (esim. koronatilanne) kauden rakennetta sopeutetaan vallitsevaan tilanteeseen, eli se saattaa toteutua erilaisena kuin jäljempänä kuvattu.
  - Kilparyhmillä ja -joukkueilla on harjoittelusta viikon mittainen tauko kevätnäytöksen jälkeen, jonka jälkeen käynnistyy uusi kausi.
  - Kesätauko alkaa juhannuksen jälkeen ja harjoittelu jatkuu heinäkuun lopussa/elokuun alussa ryhmästä/joukkueesta riippuen.
  - Joulun aikaan on harjoittelusta lyhyt tauko. (Tauon kesto vaihtelee vuosittain)
  - Kilpailevat luistelijat sitoutuvat seuraavaan kauteen keväällä.
  - Syys- ja talviloman aikaan on harjoitukset. Harjoittelussa voi olla poikkeusaikatauluja.
- Harjoitusvuorojen peruutuksia saattaa joskus tulla valmentajien sairastumisen tai esim. jääkoneen hajoamisen vuoksi, jolloin jäälle ei voi mennä. Tällaisia yksittäisiä äkillisiä vuoro peruutuksia UpTL ei ole velvollinen korvaamaan. Tilanteet arvioidaan tapauskohtaisesti ja katsotaan, tarvitaanko korvaavaa vuoroa.
- Mikäli kyseessä on ylivoimainen este järjestää harjoituksia tai toimintaa (Force Majeure / koronan kaltainen poikkeustila) tai mikä tahansa jaostosta tai seurasta riippumaton este, seura varaa oikeuden tarkistaa maksujen suuruuden suhteessa toteutuneisiin kustannuksiin. Jo laskutettuja ja maksettuja harjoitusmaksuja ei palauteta.
- Kilpailujen takia joitakin harjoitusvuoroja viikonlopulta saattaa jäädä väliin. Lähtökohtaisesti näitä vuoroja ei korvata.

## Lajikohtaiset lisäykset

### Yksinluistelun kilparyhmät ja alkeiskilparyhmät (tintit)

#### Valmennus

- Valmennus jakaa luistelijat erilaisiin ja eri kokoiisiin ryhmiin harjoittelutarpeen mukaan. Harjoitusryhmät voivat vaihdella valmentajien parhaaksi katsoman tilanteen mukaisesti, esimerkiksi millainen harjoittelun tarve kullakin luistelijalla sillä hetkellä on.
- Luistelijan kilpailusarjasta päättävät valmentajat. Tarvittaessa kilpailusarjavalinnasta keskustellaan yhdessä luistelijan ja vanhempien kanssa.
- Harjoittelu-aikataulussa pyritään noudattamaan tiettyä runkoa, mutta varsinkin kilparyhmien osalta harjoitusaikataulu elää viikoittain. Nuorimpien tinttien harjoitukset pyritään pitämään suurimmaksi osaksi vakituisina aikoina, mutta pientä muutosta ajoissa saattaa olla.
- Harjoittelu-aikataulu päivitetään jäsenistön nettisivuille.
- Kilparyhmien harjoitusmäärä saattaa hiukan vaihdella varsinkin kilpailukaudella, jolloin harjoittelu suunnitellaan rytmittymään tarkoituksenmukaisesti kilpailujen lomassa. Jokaiseen kilpailusarjaan on määritelty keskimääräinen viikoittainen jääharjoittelumäärä.
- Kilparyhmissämme olevat luistelijat osallistuvat kaikkiin heidän aikataulussaan oleviin jää- ja oheisharjoituksiin. Harjoituksia ei ole mahdollista korvata esim. jollain muulla harrastuksella.
- Valmentaja on harjoittelun asiantuntija, joka pyrkii aina siihen, että kukin luistelijä edistyisi mahdollisimman hyvin ja saisi sellaista harjoitusta, jota juuri hän tarvitsee. On erittäin suotavaa ja toivottavaa olla yhteydessä valmentajiin, jos harjoittelusta on jotakin kysyttävää tai haluaa lisätietoa. Valmentajamme vastaavat mielellään kysymyksiin.
- Kilparyhmissä luistelevat luistelijat sitoutuvat osallistumaan niihin kilpailuihin, joihin UpTL on päättänyt luistelijoina lähettää sekä liiton sarjoissa oman sarjansa valinta- ja lohkokilpailuihin sekä hopea- ja kultafinaaleihin sekä loppukilpailuihin. Lähtökohtaisesti luistelijat osallistuvat kilpailuihin, joihin valmennus on luistelijan nimennyt. Luistelijoiden on keskusteltava valmentajan kanssa, jos on harkinnassa olla poissa kilpailuista muun kuin sairastumisen/loukkaantumisen takia. Pelkkä luistelijan ilmoitus ei riitä.
- Kilpailupuvuista, kilpailumusiikeista ja varusteasioista ollaan aina yhteydessä valmentajiin ennen hankintoja.
- Kilpailuohjelmat ovat ensisijaisesti laadittu UpTL:n edustajana kilpailuihin osallistumista varten.

#### Muut maksut

- Kilpailevat luistelijat hankkivat itse valmentajan ohjeiden mukaan harrastaja- tai kilpailupassin (vakuutuksella tai ilman) Suomen Taitoluisteluliitosta.
- Kilpailumaksut vahvistetaan kaudeksi kerrallaan ja jaosto laskuttaa kilpailuihin osallistuvilta luistelijalta vahvistetun kilpailumaksun.
- Kilpailuohjelmien hinnat vahvistetaan kaudeksi kerrallaan ja seura/koreografi laskuttaa maksut luistelijoilta. Tintit-sarjassa luisteleville tinttien yhteisohjelmasta ei tule kustannuksia luistelijalle.
- Suomen Taitoluisteluliiton testeistä osallistujilta laskutetaan testimaksut.
- Mahdolliset ylimääräiset, mutta pakolliset lisäharjoitukset ja testaukset laskutetaan luistelijoilta erikseen.
- Yksinluistelijat hoitavat puku- ja varustemaksunsa itse, näitä ei huomioida seuran kausimaksuissa.
- UpTL:n kesäleiri on osa kilparyhmien harjoittelua ja se laskutetaan erikseen, eikä se sisälly kokonaan kausimaksuun.

### Muodostelmaluistelujoukkueet

## Joukkueiden muodostaminen

- Luistelijat valitaan joukkueisiin pääasiassa testien perusteella. Testit järjestetään maaliskuun lopulla tai huhtikuun alussa Suomen Taitoluisteluliiton ohjeistuksen mukaisesti.
- Joukkuevalinnat julkistetaan testitulosten selvittyä, kun Suomen Taitoluisteluliiton ohjeistama joukkueiden siirtoaika on päättynyt.
- Jos luistelija tietää, ettei aio jatkaa seuraavalle kaudelle UpTL joukkueessa, hän ilmoittaa siitä valmennukselle pyydettyyn päivään mennessä.

## Valmennus

- Valmennus päättää joukkueiden kokoonpanot pääsääntöisesti testiluisteluiden perusteella.
- Valmennus päättää kilpailukokoonpanoista aina kilpailukohtaisesti.
- Harjoitteluaiakataulussa pyritään noudattamaan tiettyä runkoa, mutta varsinkin kilpailevien joukkueiden osalta harjoitusaikataulu saattaa hieman vaihdella.
- Harjoitteluaiakataulu päivitetään jäsenistön nettisivuille.
- Kilpailevien joukkueiden harjoitusmäärä saattaa hiukan vaihdella varsinkin kilpailukaudella, jolloin harjoittelu suunnitellaan rytmittymään tarkoituksenmukaisesti kilpailujen lomassa. Jokaiselle joukkueelle on määritelty keskimääräinen viikoittainen jääharjoittelumäärä.
- Kilpailevissa joukkueissamme olevat luistelijat osallistuvat kaikkiin heidän aikataulussaan oleviin jää- ja oheisharjoituksiin. Harjoituksia ei ole mahdollista korvata esim. jollain muulla harrastuksella.
- Valmentaja on harjoittelun asiantuntija, joka pyrkii aina siihen, että kukin luistelija / joukkue edistyisi mahdollisimman hyvin. On erittäin suotavaa ja toivottavaa olla yhteydessä valmentajiin, jos harjoittelusta on jotakin kysyttävää tai haluaa lisätietoa. Valmentajamme vastaavat mielellään kysymyksiin.
- Lähtökohtaisesti luistelijat osallistuvat kilpailuihin joihin valmennus on päättänyt joukkueen osallistuvan. Luistelijoiden on keskusteltava valmentajan kanssa, jos on harkinnassa olla poissa kilpailuista muun kuin sairastumisen/loukkaantumisen takia. Pelkkä luistelijan ilmoitus ei riitä.

## Muut maksut

- Kilpailevien joukkueiden kesäleiri on osa harjoittelua ja se laskutetaan erikseen.
- Joukkueisiin ei pääsääntöisesti oteta luistelijoita kesken kauden. Kuitenkin, jos näin toimitaan, kesken kauden aloittavalta luistelijalta luistelumaksut laskutetaan aloituskuukaudesta lähtien jäljellä olevaa kautta vastaava osuus.
- Kilpailevien joukkueiden luistelijat hankkivat itse valmentajan ohjeiden mukaan kilpailulisenssin Suomen Taitoluisteluliitosta ja kilpailutoiminnan kattavan vakuutuksen samalla liitosta tai omasta vakuutusyhtiöstä.
- Kilpailuohjelmien hinnat vahvistetaan kaudeksi kerrallaan ja jaosto laskuttaa maksut joukkueilta.
- Mahdolliset ylimääräiset, mutta pakolliset lisäharjoitukset ja testit (kuten tanssi- tai koreografitunnit, fyysiset testit) laskutetaan luistelijoilta/joukkueilta erikseen.
- Joukkueet maksavat itse kilpailujen ilmoittautumismaksut ja tuomarikulut sekä kilpailujen kuljetus-, ruokailu- ja mahdolliset yöpymiskulut myös valmennuksen ja joukkueenjohtajien osalta. Nämä kulut laskutetaan joukkueen toimesta luistelijoilta.
- Kilpailukustannukset jyvitetään aina koko joukkueen kesken, joten mm. sairastapauksessa luistelija osallistuu silti kustannusten jakamiseen ainakin osittain.
- Misty Lakers -joukkueen luistelija hankkii itse Suomen Taitoluisteluliitosta harrastepassin. Luistelijalla on myös oltava voimassa oleva harjoittelun kattava vakuutus.

## Varusteet ja kilpailumatkat

- Kilpailevan joukkueen luistelijat sitoutuvat hankkimaan yhteisen kilpailupuvun sekä kullekin kaudelle sovitut joukkueasut (mm. seuran fleecetakki, toppatakki, trikoot, huivit, ym. yhtenäiset varusteet) ja käyttämään niitä kuljettaessa kilpailumatkoilla/harjoituksissa tai muissa yhteisissä tapahtumissa.
- Kilpailumatkoilla ja kilpailuissa luistelijat kulkevat pääsääntöisesti joukkueen kanssa ja ovat valmentajien ja joukkueenjohtajien ohjauksessa.