

KELLON TYÖVÄEN URHEILIJAT

Voimistelujoukko



TOIMINTAOHJEET

päivitetty 11/2024

Johdanto	4
Organisaation esittely	4
Visio ja arvot	5
Visio.....	5
Arvot.....	5
Tähtiseura	6
Voimistelijaoston hallituksen tehtävät	7
Voimistelijaoston hallituksen tehtävät.....	7
Puheenjohtaja.....	7
Varapuheenjohtaja.....	8
Sihteeri.....	8
Rahastonhoitaja.....	8
Tiedotus- ja markkinointivastaava.....	9
Jäsenrekisterivastaava.....	9
Järjestelmävastaava.....	9
Matkavastaava.....	10
Seuratuotevastaava.....	10
Tähtiseuravastaava.....	10
Jojo-vastaava.....	11
Tiimit	11
Valmennuspäällikkö.....	11
Harrastevastaava (seurakoordinaattori).....	12
Muut vastualueet	13
Tuomarivastaava.....	13
Koulutusvastaava.....	13
Talous	13
Jäsenmaksut.....	13
Kausimaksut.....	13
Varainhankinta.....	14
Jaoston järjestämät talkoot.....	15
Joukkueiden talkoot ja esiintymispalkkiot.....	15
Sponsorit.....	16
Tukea harrastusmaksuihin	16
Tukirahasto.....	16
Muita taloudellisen tuen lähteitä.....	17
Palkat ja palkkiot	17
Valmentajat ja ohjaajat.....	17
Palkan muodostuminen valmennustoiminnassa.....	17
Palkkaus harrasteliikunnassa.....	19
Tuomarit.....	19
Seuratoimijat.....	19
Jäsenrekisteri	19
Tiedotus ja markkinointi	20
Viestintä.....	20
Tietosuoja (tietosuojaseloste).....	20
Kuukausikirje.....	20
Sosiaalinen media.....	20
Kuvausluvat.....	21

Vastuullisuus.....	21
Hyvä hallinto.....	21
Vastuullisuus ja tasa-arvo.....	22
Turvallinen toimintaympäristö.....	22
Ongelmanratkaisupolku.....	23
Ympäristö- ja ilmasto.....	24
Antidoping (päihdetoimintamalli).....	24
Vakuutus/lisenssit.....	26
Lisenssimaksut.....	26
Seuratuotteet.....	27
Palkitsemiset ja muistamiset.....	27
Harraste- ja valmennustoiminta.....	28
Harrastetoiminta.....	29
Harrasteryhmän osallistujan säännöt.....	29
Harrasteryhmän osallistujan huoltajan säännöt.....	29
Harrasteryhmän kausimaksu.....	30
Harrastetoiminnan vastuuhenkilöt.....	30
Valmennustoiminta.....	32
Joukkuevoimistelu.....	32
Kilpajoukkueiden kokoonpanojen muodostaminen.....	32
Joukkueen kokoonpanon muodostumiseen vaikuttavia tekijöitä.....	32
Joukkueiden sarjavalinnat.....	33
Harjoitusmäärät ja kilpailut ikäkausittain.....	34
Kausimaksu.....	36
Kilpailu- ja leirimaksut.....	36
Kilpajoukkueen voimistelijan säännöt.....	36
Kilpajoukkueen voimistelijan huoltajan säännöt.....	37
Kilpailumatkat.....	38
Matkanjohtajan tehtävät.....	38
Kilpailumatkojen/leirien huoltajat.....	38
Huoltajan tehtävät.....	39
Kannustusjoukot.....	39
Kilpailumatkasäännöt.....	40
Valmennustoiminnan vastuuhenkilöt.....	40
Valmentajia ja ohjaajia koskevat erityisohjeet.....	43
Joukkueenjohtaja.....	45
Koulutus.....	46
Joukkuevoimistelupalmentajan koulutuspolku.....	46
Valmentajien koulutuspolku.....	47
Harrasteryhmien ohjaajien koulutus.....	48
Tuomarit.....	48
Yhteistyökumppanit.....	49
Voimistelijaoston vuosikello.....	50
Valmennuksen vuosikello.....	53
Viestinnän vuosikello.....	55

Johdanto

Kellon Työväen Urheilijoiden voimistelijaoston toimintalinja on kirjattu tähän toimintaohjeeseen, joka on tarkoitettu harrastajille perheineen sekä kaikille seuratoimijoille.

Toimintaohjeessa esitellään voimistelijaoston toiminnan yhteisiä linjauksia sekä eri toimijoiden tehtävä- ja vastuukuvauksia. Toimintaohjeet sisältävät tärkeitä tietoja ja ohjeita harrastajille ja heidän perheilleen sekä muille seuratoimijoille. Toimintaohjeiden tarkoitus on yhtenäistää jaoston toimintatapoja, helpottaa harrastajien, ohjaajien ja valmentajien sekä muiden seuratoimijoiden toimintaa seurassa. Toimintaohjeet päivitetään vuosittain.

Organisaation esittely

Kellon Työväen Urheilijoiden Voimistelijaosto on aloittanut toimintansa vuonna 1977.

Voimistelijaosto liikuttaa yli 300 harrastajaa vuosittain. Voimistelijaoston tavoitteena on tarjota jäsenistölleen liikunnan iloa ja elämyksiä. Toiminnan painopistealueena ovat lapset ja nuoret, joille tarjotaan terveyttä edistävä harrastus jo lapsuudesta alkaen. Jaoston toiminta jakaantuu harrasteliikuntaan ja kilpaurheiluun. Voimistelijaoston toiminta muodostuu useamman eri seuratoimijan verkostosta. Voimistelijaoston toiminnasta vastaa Voimistelijaoston hallitus, joka huolehtii toiminnan ja talouden johtamisesta. Voimistelijaoston hallituksen kanssa läheisesti yhteistyössä ovat kuukausityöntekijät, valmentajat ja ohjaajat sekä myös joukkueiden johtajat eli jojat.

Kellon Työväen Urheilijat (Voimistelu- ja urheiluseura Kellon Työväen Urheilijat ry) on perustettu vuonna 1937. Seura on yleisseura, jossa toimii voimistelijaosto, jalkapallojaosto, lentopallojaosto ja ikämiesjaosto. Kellon TU kuuluu Työväen Urheiluliittoon eli TUL:n sekä eri lajiliittoihin, kuten Suomen Voimisteluliitto ja SPL (Suomen Palloliitto). Seuran korkein päätösvalta on seuran vuosikokouksella, jonka päätöksiä seuran hallitus toteuttaa. Hallituksen alaisuudessa toimivat eri lajijaostot. Jaostoissa päätetään jaostoa koskevista asioista, kuitenkin noudattaen seuran sekä lajiliittojen sääntöjä. Pääseura kerää vuosittain kaikilta seuran harrastajilta ja seuratoimijoilta jäsenmaksun. Jäsenmaksuilla katetaan seuran toiminnasta muodostuneita hallinnollisia kuluja.

Työväen Urheiluliitto (TUL) on perustettu 1919 ja Kellon TU on ollut sen jäsen aina seuran perustamisesta lähtien. TUL:n toiminta on laajaa ja monipuolista. TUL keskittyy lapsi- ja nuorisourheiluun, aikuisliikuntaan ja seuratoiminnan kehittämiseen. Järjestön tavoitteena on huolehtia siitä, että kaikilla kansalaisilla ikään, sukupuoleen, etniseen taustaan tai varallisuuteen katsomatta olisi mahdollisuus harrastaa liikuntaa hyvässä seurassa omassa asuinympäristössään. Työväen Urheiluliiton voimistelu- ja tanssijaosto järjestää vuosittain

yhteistyössä TUL:n jäsenseurojen kanssa joukkuevoimistelun TUL:n mestaruuskilpailut, TUL:n piirien joukkuevoimistelukilpailuita sekä TUL:n ryhmätanssin mestaruuskilpailut.

Suomen Voimisteluliitto on suomalainen voimistelun lajiliitto, joka järjestää kilpailutoimintaa eri voimistelulajeissa kuten joukkuevoimistelussa, tanssillisessa voimistelussa, kilpa-aerobicissa, miesten ja naisten telinevoimistelussa, TeamGymissä, rytmisessä voimistelussa, akrobatiavoimistelussa ja trampoliinivoimistelussa. Suomen Voimisteluliitto on yksi Suomen suurimmista lajiliitoista, ja suurin tyttöjen ja naisten liikuttaja. Lisäksi se tarjoaa koulutusta ohjaajille, valmentajille ja seurajohtajille.

Voimisteluliitto järjestää joukkuevoimistelussa yhdessä seurojen kanssa kausittain cup-kilpailuita, Voimistelun Stara-tapahtumia, SM-kilpailut sekä kilpasarjojen mestaruuskilpailut. Tanssillisen voimistelun joukkueille on tarjolla Cup-kilpailuja ja mestaruuskilpailut. Tanssiryhmille on tarjolla Lumo-tapahtumia. Lisäksi voimistelijoilla on mahdollisuus osallistua liiton järjestämille leireille ja erilaisiin ideapäiviin. Voimisteluliitto tarjoaa ohjaajille, valmentajille ja tuomareille laajan ja kattavan koulutuskokonaisuuden.

Visio ja arvot

Visio

Haluamme tarjota laadukasta ja monipuolista harrastus- ja kilpaurheilutoimintaa, elämyksiä ja yhteisöllisyyttä unohtamatta.

Tulevaisuuden visiona on olla paikallisesti kiinnostavin ja arvostetuin sekä valtakunnallisesti tunnettu ja menestynyt toimija.

Arvot

Vastuullisuus

Jaoston toiminta on avointa ja noudatamme toiminnassamme Voimisteluliiton vastuullisuusohjelmaa. Toiminnassa huomioidaan tasa-arvo ja yhdenvertaisuus sekä lasten ja nuorten erilaiset kasvu- ja kehitysvaiheet. Jokaisella ryhmällä on täysi-ikäinen koulutettu valmentaja ja tai ohjaaja. Voimistelujaoston toiminnassa on nollatoleranssi syrjinnälle ja kiusaamiselle.

Laadukkuus

Hymy tarkoittaa laatua. Tarjoamme laadukasta toimintaa kaikille harrastajille. Seurassamme ohjaajat ja valmentajat ovat koulutettuja. Harjoituksissa on aina paikalla täysi-ikäinen ohjaaja tai valmentaja. Kaikki toiminta on suunniteltua ja suunnittelua seurataan. Pyrimme koko ajan kehittämään toimintaamme niin jaostona kuin myös valmennuksessa ja ohjauksessa.

Yhteisöllisyys

Kaikki seurassa toimijat luovat yhdessä turvallisen, iloisen ja kannustavan ilmapiirin. Seurassa toimijoita ohjataan kunnioittamaan toisia ja toimimaan erilaisten ihmisten kanssa. Kaikki seurassa toimijat ovat arvokkaita omana itsenään ja tasavertaisia ikään, alkuperään, kansalaisuuteen, kieleen, vakaumukseen, mielipiteisiin, perhesuhteisiin, terveydentilaan, vammaisuuteen sekä seksuaaliseen suuntautumiseen liittyen.

Yhteisöllisyyttä ylläpidetään yhteisillä tilaisuuksilla, seura-asuilla, yhteisillä pelisäännöillä ja toimintatavoilla. Vanhemmat voimistelijat toimivat esimerkkeinä ja idoleina pienemmille voimistelijoille.

Liikunnan ilo

Tavoitteena on, että harjoituksista lähtee iloisia ja tyytyväisiä harrastajia. Tarjoamme seurassa toimijoille elämyksellisiä kokemuksia, niin harjoittelussa kuin muissa tapahtumissa. Samalla vahvistetaan harrastajien itsetuntoa ja psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista hyvinvointia. Ohjaajat, valmentajat ja muut seuratoimijat toimivat esimerkkeinä sekä tukena lapsille ja nuorille.

Tähtiseura

Tähtiseuraohjelma on Suomen Olympiakomitean seuratoiminnan laatuohjelma, minkä avulla seurat voivat kehittää toimintaansa. Voimistelujaostolle Tähtiseura (aiemmin Sinettiseura) tunnustus lasten ja nuorten liikunnan laadukkaasta työstä on myönnetty keväällä 2009 ja viimeisin auditointi on tehty keväällä 2021.

Tähtiseuran tunnusmerkkejä ovat:

- Jokaisesta lapsesta ja nuoresta pidetään hyvää huolta.

- Toiminta on monipuolista ja kannustavaa.
- Ohjaajat ovat hyvin koulutettuja ja asiansa osaavia.
- Seura pitää hyvää huolta ohjaajista ja valmentajista.
- Seurassa on sovittu pelisäännöistä kaikissa alle 13-vuotiaiden ryhmissä. Pelisäännöt on sovittu sekä lasten että lasten vanhempien kanssa.
- Seuralla on kirjallinen toimintalinja.
- Seuran nuorisotoiminnan organisoijina toimivat asiansa osaavat henkilöt.

Voimistelijaoston hallituksen tehtävät

Voimistelijaostoon hallitukseen kuuluu puheenjohtajan, varapuheenjohtajan, sihteerin ja rahastonhoitajan lisäksi 4-6 jäsentä. Hallituksen jäsenille on jaettu selkeät vastualueet ja roolit. Jaosto kokoontuu keskimäärin kerran kuukaudessa. Lisäksi touko-kesäkuussa pidetään kehittämispäivä, jossa suunnitellaan tulevan kauden toiminta. Voimistelijaoston hallituksen jäseniä koskee vaitiolovelvollisuus.

Voimistelijaoston hallituksen tehtävät

- vastaa toiminnasta, taloudesta ja omaisuudesta
- laatii vuositilastot, toiminta- ja taloussuunnitelmat ja toimintakertomuksen
- markkinoi ja mainostaa toimintaa
- järjestää erilaisia talkoita, tapahtumia, esiintymisiä, kilpailuja sekä koulutuksia
- ideoi ja kehittää toimintaa sekä toimii kaikkien joukkueiden puolesta tasapuolisesti
- toimii ohjaajien, valmentajien ja voimistelijoiden tukijoukkona
- valvoo ohjaajien ja valmentajien työskentelyä lasten ja nuorten parissa
- huolehtii harjoitusolosuhteista ja salivuoroista
- hankkii ja kouluttaa ohjaajia, valmentajia ja seuratoimijoita
- hankkii yhteistyökumppaneita ja pitää heihin yhteyttä säännöllisesti
- tekee yhteistyötä pääseuran ja muiden jaostojen sekä muiden sidosryhmien kanssa
- tuntee jaoston toimintaperiaatteet, joukkueet, ohjaajat, valmentajat ja muut seuratoimijat
- valvoo sääntöjen noudattamisia ja puuttuu tarvittaessa sääntörikkomuksiin
- jaoston jäsenet kouluttavat seuraajansa tehtävään, mikäli jää pois hoitamastaan tehtävästä

Puheenjohtaja

- johtaa jaoston toimintaa
- valmistele ja vetää jaoston kokoukset, tarkistaa kokousten pöytäkirjat

- hyväksyy laskut Procountorissa
- edustaa mahdollisuuksien mukaan jaostoa erilaisissa palavereissa ja tilaisuuksissa sekä on yhteydessä eri sidosryhmien kanssa
- ideoi ja kehittää jaoston toimintaa
- laatii toimintasuunnitelman, toimintakertomuksen, hakemukset sekä tarvittavat asiakirjat/lomakkeet yhdessä varapuheenjohtajan/sihteerin/tiedottajan kanssa
- Vastaa työnantajakäytänteiden kehittämistä (esim. huolehtii, että henkilöstökäsikirja on ajan tasalla, haastattelee työnhakijat, osallistuu päätoimisten työntekijöiden kehityskeskusteluihin)
- osallistuu tarvittaessa ongelmanratkaisukeskusteluihin
- ohjeistaa/tiedottaa seuratoimijoita ja huoltajia harjoitusten/tapahtumien kriisi- tai erityisjärjestelyissä yhdessä tiedottajan kanssa

Varapuheenjohtaja

- toimii puheenjohtajan sijaisena puheenjohtajan estyessä
- laatii toimintasuunnitelman, toimintakertomuksen, hakemukset sekä tarvittavat asiakirjat/lomakkeet yhdessä puheenjohtajan/sihteerin/tiedottajan kanssa
- vastaa vastuullisuusasioista
- Koordinoi seuratoimijoiden hyvinvointia ja yhteisöllisyyttä tukevia toimintoja
- ideoi ja kehittää jaoston toimintaa

Sihtööri

- kirjoittaa jaoston hallituksen kokousten pöytäkirjat ja arkistoi ne
- toimittaa jaoston hallituksen pöytäkirjat voimistelijaoston hallitukselle, jojoille ja valmentajille
- tallentaa ja päivittää tarvittavat materiaalit jaoston toiminnasta Google Driveen
- avustaa tarvittaessa toimintasuunnitelman, toimintakertomuksen, hakemusten sekä tarvittavien asiakirjojen/lomakkeiden laadinnassa
- tilaa tyytyväisyyskyselyn ja lähettää sen huoltajille sekä seuratoimijoille

Rahastonhoitaja

- rahastonhoitajalla on tilinkäyttöoikeus voimistelijaoston tiliin
- hoitaa jaoston hallituksen yleistä rahaliikennettä (ostolaskut, myyntilaskut, kulu- ja matkalaskut)
- jaoston hallituksen tulojen ja menojen seuranta
- hoitaa tilitoimistolle kuukausittaisen kirjanpitoaineiston
- hallinnoi jaoston hallituksen pankkikorttia

- kulukorvausohjeistusten tekeminen ja tiedottaminen
- jojojen ohjeistaminen yhteistyössä jojovastaavan kanssa talouden seuraamisen ja varainhankinnan osalta
- taloustilanteen läpikäynti kuukausittain jaoston hallituksen kokouksessa
- vastaa vähävaraisten perheiden avustusten seurannasta yhdessä jäsenrekisterivastaavan kanssa
- SumUp käyttäjätunnusten hallinta
- huolehtii erilaisten tukien (mm. seuratoiminnan kehittämistuki) seurannasta ja loppuraportoinnista

Tiedotus- ja markkinointivastaava

- tiedotustiimin vetäjä
- ylläpitää yhdessä tiedotustiimin kanssa jaoston some-kanavia (nettisivut, Facebook, Instagram) yhteistyössä NUVO-tiimin kanssa
- huolehtii sisäisestä ja ulkoisesta tiedottamisesta
- on yhteydessä mediaan (kisat, tapahtumat, mainokset)
- laatii mainokset ja tiedotteet (mm. näytöksistä, kilpailuista, harrastustarjonnasta)
- kokoaa kuukausikirjeen yhdessä tiedotustiimin kanssa
- avustaa tarvittaessa hakemusten ym. laatimisessa
- laatii tiedotussuunnitelman ja tiedotuksen vuosikellon toimintakaudeksi

Jäsenrekisterivastaava

- toimii myClubin pääkäyttäjänä
- hoitaa ryhmiin ilmoittautumisen avaamisen ja toimittaa kilparyhmien ilmoittautumislinkit eteenpäin jaettavaksi
- avaa uuden kauden ja päivittää ryhmien kokoonpanot ajantasalle
- auttaa jäseniä rekisteröitymis- ja ilmoittautumisongelmissa
- huolehtii vuositilaston lähettämisestä Voimisteluliittoon
- laskuttaa kausi- ja jäsenmaksut
- tekee maksusuunnitelmat perheiden kanssa tarvittaessa

Järjestelmävastaava

- vastaa Voimistelujaoston dokumentaatioarkiston (Google drive) pääsyoikeuksista
- vastaa ktu.fi-osoitteiden ja postituslistojen ylläpidosta
- vastaa Kisanet -oikeuksien ylläpidosta
- auttaa käyttäjiä järjestelmiin liittyvissä ongelmissa ja kysymyksissä

- huolehtii vuosikellon mukaisesti pääsyoikeudet ajan tasalle edellä mainituissa järjestelmissä kauden vaihtuessa
- GDPR-vastaava
- luovuttaa jaoston toimitilan avaimen sitä tarvitsevalle ja huolehtii tarvittaessa avaimen pois

Matkavastaava

- kerää jojoilta tiedon kauden kilpailuista ja suunnittelee kuljetukset sen perusteella
- informoi jojoja kilpailuista, joiden matkajärjestelyt joukkueet hoitavat itse
- järjestää yhteiskuljetukset kilpailuihin, joihin seurasta lähtee useampi joukkue
- tekee tarjouspyynnöt ja varaukset liikennöitsijöiltä (kauden alussa koko kaudeksi)
- toimittaa matkustajalistan sekä liikennöitsijän yhteystiedot matkanjohtajalle sekä matkanjohtajan yhteystiedot liikennöitsijälle
- suunnittelee liikennöitsijän kanssa ajoaikataulut sekä ilmoittaa majoitus- ja kisapaikan osoitteet
- ilmoittaa hotelliin huonejaot (hotellin ilmoittamaan päivään mennessä), matkanjohtajan yhteystiedot, saapumisajan hotellille ja ohjeistaa pienten voimistelijoiden huoneessa majoittuvan toisen joukkueen aikuisen.
- hoitaa mahdolliset ruokatilaukset hotelliin
- ilmoittaa lähtöajan joukkueenjohtajille
- hoitaa kilpailumatkojen peruutukset
- ilmoittaa kisamatkakulut jojoille sekä valmentajien ja matkanjohtajien kisamatkakulut rahastonhoitajalle

Seuratuotevastaava

- kehittää jaoston seuratuotevalikoimaa yhdessä jaoston kanssa
- pitää yhteyttä vaatetoimittajien kanssa ja huolehtii, että hinnat ovat kilpailukykyiset
- ylläpitää Piruetin (verkkotilaus) seuratuotesivuja
- huolehtii, että seuran kotisivut ovat seura-asujen osalta ajan tasalla
- ilmoittaa kuukausikirjeeseen tulevat päivitykset tiedotusvastaavalle
- informoi jojoja tilausajankohdista ja laskutuksesta
- tekee tilaukset toimittajille sekä toimittaa tilaukset joukkueen jojoille
- ylläpitää tuotevarastoa
- hoitaa kisojen ja tapahtumien seuratuotemyynnin

Tähtiseuravastaava

- huolehtii, että Tähtiseura logo on esillä jaoston eri tapahtumissa

- tarkistaa vuosittain ikäkausivastaavilta, että jokainen joukkue on tehnyt harjoitussuunnitelmat
- valvoo, että jaostossa noudatetaan Tähtiseuran kriteerejä
- on mukana jaoston Tähtiseura-auditoinneissa

Jojo-vastaava

- kokoaa jojat kauden alussa yhteiseen palaveriin
- toimii apuna joukkueenjohtajille
- koordinoi uusien jojojen perehdytyksen
- tiedottaa joukkueenjohtajia ja ylläpitää whatsapp ryhmää, vastaa jojojen kysymyksiin
- toimii linkkinä jojojen ja jaoston välillä
- ohjeistaa toimintatavoista uusia ja vanhoja jojoja

Tiimit

Lisäksi hallitus voi hyödyntää apunaan tilanteisiin sopivia tiimejä, joista jokaisen vuoden jaosto linjaa erikseen vuoden järjestäytymiskokouksessa.

- Laskutustiimi (pj, rahastonhoitaja, jäsenrekisterivastaava)
 - valmistelee raha-asiat, sponsorit, hankkeet, tukijat
- Tiedotus- ja markkinointitiimi (tiedotusvastaava + 3 jäsentä)
 - sisäinen ja ulkoinen tiedotus, brändi
- Nuvotiimi: (Nuvo vastaava, yli 14v voimistelijoita tai nuoria)
 - vastaa voimistelujaoston some mainonnasta (ig)
- Valmennustiimi: (vastuuvalmentajat)
 - vastaa ja kehittää valmennus-, leiri- ja kilpailutoimintaa

Työntekijät

Valmennuspäällikkö

- toimii kilparyhmien valmentajien esihenkilönä
- suunnittelee, kehittää, seuraa ja arvioi jaoston valmennustoimintaa yhdessä valmennustiimin kanssa
- tekee yhteistyötä ikäkausivastaavien ja vastuuvalmentajien kanssa
- suunnittelee jaoston voimisteluleirin sisällön yhdessä valmennustiimin kanssa
- suunnittelee ikäkausien yhteistoimintaa yhdessä valmennustiimin kanssa

- kutsuu koolle valmennustiimin ja ikäkausivastaavat
- kokoaa valmennuksen vuosikelloon yhdessä valmennustiimin kanssa
- tiedottaa valmentajia jaoston hallituksen kokousten asioista
- valmistelee ja ehdottaa ikäkausivastaavien kanssa jaoston vuosittain palkittavan joukkueen ja valmentajan
- suunnittelee välinehankinnat yhdessä harrastevastaavan kanssa
- kerää joukkueiden ja harrasteryhmien salivuorotoiveet (kesä- ja talviaikojen salivuorot) ja kokoaa ne yhteen
- toimittaa salivuorotoiveet pääseuran yhdyshenkilölle
- osallistuu mahdollisiin kaupungin ja seuran/jaoston järjestämiin salivuoropalaveriin
- ilmoittaa valmentajille /ohjaajille ja voimistelijaoston hallitukselle toteutuneet salivuorot
- tarkistaa koulujen rehtoreilta salivuorojen alkamis- ja päättymisajankohdan (sekä informoi valmentajia niistä)
- vakiovuorojen peruuntuessa hankkii tilalle tilapäiset vuorot
- hankkii koulujen ja varustekaappien avaimet ja jakaa ne valmentajille ja ohjaajille
- tiedottaa jaostoa sekä valmentajia ja ohjaajia koulujen salien säännöistä
- toimii yhdyshenkilönä salivuorojen vaihdoissa (oma seura/muut seurat)
- nettisivut (kilparyhmät)

Harrastevastaava (seurakoordinaattori)

- suunnittelee ja kehittää lasten, nuorten ja aikuisten harrasteliikuntaa
- nettisivut (harrasteryhmät ja yleiset osiot)
- suunnittelee seuraavalle kaudelle harrasteryhmien tarjonnan ja seuraa harrasteryhmien kannattavuutta
- vastaa koulujen kerhoista
- kerää harrasteryhmien salivuorotoiveet (kesä- ja talviaikojen salivuorot) ja kokoaa ne yhteen
- laatii harrasteryhmien seuraavan vuoden toimintasuunnitelmat (lokakuu) sekä edellisen vuoden toimintakertomukset (tammikuu)
- tilaa passit harrastajille (voimistelukoulut ja muut harrasteryhmät)
- seuraa Voimisteluliiton uusia harraste mahdollisuuksia/koulutuksia
- tiedottaa harrasteryhmien huoltajia ja harrastajia
- kutsuu koolle harrastetiimin kerran kaudessa ja huolehtii harrasteohjaajien työsuhteista ja toimii heille esihenkilönä
- tekee yhteistyötä kaupungin, koulujen ja päiväkotien ym. yhteistyötahojen kanssa
- suunnittelee välinehankinnat yhdessä valmennuspäällikön kanssa.
- harjoituspaikkojen ensiapulaukkujen tarkistaminen, huolto ja täydennys

- turvallisuus- ja pelastussuunnitelman laatiminen ja huolehtiminen harjoitustiloihin
- on yhteydessä vuokranantajaan tilaa koskevista asioista

Muut vastualueet

Tuomarivastaava

- kokoaa kilpailuihin lähtevät tuomarit
- ilmoittaa kauden kisojen tuomarit rahastonhoitajalle
- järjestää seuran tuomarivierailut
- tiedottaa seuran tuomareille sääntöpäivityksistä
- ilmoittaa matkavastaavalle sekä jojoille kilpailuihin lähtevät tuomarit
- hoitaa tuomarointiin liittyvät järjestelyt seuran omissa kilpailuissa

Koulutusvastaava

- pitää kirjaa valmentajien ja ohjaajien koulutuksista ja ilmoittaa toteutuneet koulutukset toimintakertomukseen
- seuraa Voimisteluliiton koulutuskalenteria ja infoaa valmentajia ja ohjaajia sopivista koulutuksista.
- suunnittelee vuoden koulutussuunnitelman jaoston hallituksen antaman budjetin mukaisesti valmennustiimin kanssa
- järjestää sisäisiä koulutuksia yhdessä ikäkausivastaavien ja jaoston hallituksen kanssa
- on tarvittaessa yhteydessä Voimisteluliiton koulutuspäällikön kanssa ja huolehtii yhdessä jaoston hallituksen kanssa tarvittavien koulutuslisenssien hankinnan.

Talous

Jäsenmaksut

- jäsenmaksujen tuotto menee pääseuralle
- jäsenmaksu on alle 15v 15€, yli 15v 20€
- jäseneksi voi liittyä MyClubin kautta
- jäsenmaksut laskutetaan vuosittain, jäsenmaksukausi tammikuu-joulukuu
- opiskelevat valmentajat saavat vapautuksen jäsenmaksusta

Kausimaksut

- kausimaksut laskutetaan MyClubin kautta

- harrastetoiminnan kausimaksu lähtee automaattisesti ilmoittautuessa ryhmään. Eräpäivä muodostuu automaattisesti laskun lähtiessä.
- valmennustoiminnan kausimaksut lähtevät kahdessa osassa kauden (syys- ja kevät) alussa. Kausimaksu on tuntiperusteinen ja lasketaan kauden alussa harjoitustuntien mukaan.

Harrasteliikunta kausi

30 min	80€
45 min	90€
60 min	100€

Valmennustoiminta tuntihinta

60 min alle 25v sarjojen joukkueet	2,7€/h
60 min yli 25v sarjojen joukkueet	3€/h

Varainhankinta

Jaoston järjestämä varainkeruu

- Voimistelujaoston hallitus pyrkii vuosittain solmimaan yhteistyö- ja sponsorisopimuksia eri toimijoiden kanssa. Voimistelujaoston hallituksen solmimien sopimusten kautta tulleet avustukset hyödynnetään laaja-alaisesti koko voimistelujaoston toiminnan edistämiseksi.
- Yhteistyökumppanit ja sponsorit pyritään saamaan yhteisesti jaoston kaikille joukkueille
- Jaosto järjestää kausittain myyntitempauksen, jossa kaikki joukkueet myyvät tiettyä tuotetta. Tästä tuotto joukkueille sekä seuralle.

Joukkueiden järjestämä varainkeruu

- Joukkueet voivat hankkia myös omia yhteistyökumppaneita. Yhteistyökumppaneiden antamista yli 1000 euron avustuksista jää koko voimistelujaostolle 5 % ja loput joukkueelle. Yhteisistä talkoista menevä tuotto menee voimistelujaostolle tai joukkueelle – ei koskaan yksittäiselle voimistelijalle
- Lahjoitetut stipendit joukkue saa kokonaisuudessaan itselleen.
- Joukkueet voivat järjestää joukkuekohtaisia varainhankintatempauksia, jolloin niistä tuleva voitto/tappiot tulee kokonaisuudessaan joukkueelle.
- Pienimuotoisen varainhankinnan on vakiintuneessa verotuskäytännössä katsottu jäävän verotuksen ulkopuolelle silloin, kun:
 - varoja kerätään joukkueen yhdessä toteutettavaan toimintaa varten;
 - varainhankinnan tuottoja ei kohdisteta varainhankintaan osallistumisen suhteessa, vaan kerätyt varat käytetään kokonaisuudessaan tasaisesti koko ryhmän hyväksi
 - keräystoiminta on laajuudeltaan pienimuotoista
- Mikäli voimistelija lopettaa, ei talkoilla kerättyjä rahoja palauteta, vaan raha jää joukkueen käyttöön

Jaoston järjestämät talkoot

- jaosto järjestää säännöllisesti kilpailuja, joihin odotetaan jokaisesta perheestä vähintään yhden aikuisen osallistuvan talkoisiin
- omien kisojen järjestämisen hyötynä on mm. ettei kilpailuista aiheutuvia kuluja (esim. majoitus, matka) tarvitse maksaa
- lisäksi omien kilpailujen järjestämisistä saadaan rahaa toiminnan pyörittämiseen, jolloin kausimaksut voidaan pitää kohtuullisina

Joukkueiden talkoot ja esiintymispalkkiot

- Voimistelujaoston hallitus suosittelee, että joukkuekohtaisen varainhankinnan yhteydessä joukkueen huoltajat ja valmennus sopivat rahan käytöstä etukäteen yhdessä. Rahan käytössä tulee noudattaa muun muassa yhteistyökumppanin/stipendin myöntäjän asettamia ehtoja. Mikäli joukkueet tekevät voimistelujaoston hallituksen koordinoiman varainhankinnan lisäksi myös joukkuekohtaista varainhankintaa, niin joukkueiden tulle ilmoittaa mahdollisista tulevista tuloista laskutustiimiä (laskutus@ktu.fi), jotta rahat saadaan kohdennettua oikean joukkueen hyväksi.
- Joukkuekohtaisten varainhankintojen yhteydessä tulee myös huomioida, että joukkueet eivät voi solmia sopimuksia, joissa sovitaan voimistelujaoston yhteisten sosiaalisen median kanavien tai nettisivujen toimintaan liittyen.

- Joukkueiden omasta varainhankinnasta Voimistelijaoston hallituksen koordinoimien tapahtumien yhteydessä (kilpailut, näytökset, katselmukset ym.) tulee aina sopia Voimistelijaoston hallituksen kanssa erikseen.

Sponsorit

- Seuran kilpailuihin pyritään kausittain saamaan sponsoreita
- Joukkueet voivat hankkia myös omia sponsoreita. Yhteistyökumppaneiden antamista yli 1000 euron avustuksista jää koko voimistelijaostolle 5 % ja loput joukkueelle. Yhteisistä talkoista menevä tuotto menee voimistelijaostolle tai joukkueelle – ei koskaan yksittäiselle voimistelijalle

Tukea harrastusmaksuihin

Tukirahasto

Voimistelijaostomme haluaa tarjota mahdollisuuden monenlaisissa elämäntilanteissa oleville harrastajille. Yksittäiset henkilöt ja yritykset voivat halutessaan lahjoittaa pienen tukisumman kausittain Voimistelijaostolle ja voimistelijaoston hallitus jakaa avustukset alle kirjatuin perustein tukea hakeneille harrastajille.

Tukea harrastustoiminnan kustannuksiin voi hakea vapaamuotoisella hakemuksella, josta tulee selvittää vähintään seuraavat asiat:

- huoltajan/vanhemman tai täysi-ikäisen hakijan nimi ja yhteystiedot
- puolison/avopuolison nimi
- haettavan tuen suuruus
- haettavan tuen kohde (kenelle tukea haetaan ja mihin kustannuksiin)
- kotitalouden nettotulot kuukaudessa
- lyhyt perustelu tuen tarpeesta (miksi tukea haetaan, esim. työttömyydestä, sairauksista tai muusta toimeentuloon äkillisesti tai tilapäisesti vaikuttavista syistä)
- hakemuksen loppuun "vakuutan edellä mainitut tiedot oikeiksi" -teksti sekä päiväys, allekirjoitus ja nimenselvennys

Hakemukset lähetetään tukirahaston sähköpostiosoitteeseen tukirahasto@ktu.fi, joka ilmoitetaan Voimistelijaoston nettisivuilla. Hakemukset käsitellään luottamuksellisesti ja päätöksestä ilmoitetaan hakijalle sähköpostitse. Tukea voi hakea kaksi kertaa vuodessa. Tarkemmat aikataulut ilmoitetaan Voimistelijaoston nettisivuilla.

Kuka voi hakea tukea? Tukea voi hakea kuka tahansa Kellon Työväen Urheilijat ry:n jäsenmaksun suorittanut jäsen tai alaikäisen jäsenen puolesta jäsenen huoltaja.

Millaista tukea on mahdollista saada? Tukea voi hakea harrastamisen peruskustannuksiin, eli kausimaksuun tai muihin harrastamisen kustannuksiin. Jäsenmaksut eivät kuulu tuen piiriin. Myönnetty tuki käytetään suoraan harrastajan avoimiin tai tuleviin laskuihin. Tukea ei makseta rahana suoraan urheilijalle itselleen tai hänen huoltajalleen.

Miten hakemus käsitellään? Seurassa vain nimetty salassapitovelvollinen henkilö vastaanottaa hakemukset, käsittelee ne yllä määriteltyjen hakukriteerien puitteissa sekä esittelee hakemukset voimistelijaoston hallitukselle anonyymisti. Ainoat, joilla on näkyvyys avunsaajan henkilötietoihin ovat avustusten käsittelijä sekä rahastonhoitaja, joka maksaa avustuksen.

Kuinka paljon tukea on mahdollista saada? Kulloinkin jaettava jäsenkohtainen tukisumma määräytyy todennetun tuen tarpeen, hakemusten määrän sekä jaettavissa olevien varojen mukaan. Tukea voi hakea harrastajakohtaisesti maksimissaan 300 €/kausi. Haettava summa tulee merkitä hakemukseen.

Tilanteen niin vaatiessa Voimistelijaoston hallitus voi muuttaa tukikäytänteitään, esimerkiksi tuen myöntöperusteita tai tukisummia koskevia linjauksia.

Muita taloudellisen tuen lähteitä

<https://www.ktu.fi/voimistelu/vanhemmille/mista-apua-kausimaksuihin/>

<https://www.kela.fi/toimeentulotuki>

<https://tukikummit.fi/avustuksen-hakeminen/>

https://www.odl.fi/fi/diakonia/hae_avustusta/

<https://hopeyhdistys.fi/kaipa-an-apu/>

Palkat ja palkkiot

Valmentajat ja ohjaajat

Seuramme kaikki yli 15-vuotiaat ohjaajat ja valmentajat ovat palkattuja. Alle 15-vuotiaat voivat toimia demovoimistelijoina ilman korvausta. Harrasteliikunnan ohjaajat saavat kaikki samaa palkkaa. Valmennustoiminnan palkka muodostuu kokemuksen ja koulutuksen mukaan ja palkkaa maksetaan tehdyistä tunneista. Palkka lasketaan ilman lomakorvausta ja lomakorvaus lisätään palkkaan aina maksettaessa.

Palkan muodostuminen valmennustoiminnassa

Palkka muodostuu pohjapalkasta, joka on kaikille sama 4€/h. Palkka nousee kokemuksen ja koulutuksen mukaan. Taulukosta näkee omien ohjaus/valmennus kokemuksetn kohdalta montako euroa saa lisää tuntipalkkaan ja samalla kaavalla katsotaan myös koulutus. Tuntipalkka muodostuu pohjapalkka+kokemuslisä+koulutuslisä+ muut lisät.

Palkkaus		€/h
Pohjapalkka		4€
Valmennus-/ohjauskokemus	1-3 vuotta	+ 1€
	4-6 vuotta	+ 2€
	7-10 vuotta	+ 3€
	yli 10 vuotta	+ 4€
Koulutustaso	1 taso	+ 2€
	2 taso	+ 4€
	3 taso	+ 6€
Lisät	VAT, opetusala, fysioterapia, liikunta	lisänä aina +1€

Palkkaus harrasteliikunnassa

Palkkaus	Vastuuhjaaja	Apuhjaaja
60 min	20€	8€
45 min	15€	6€
30 min	10€	4€

Palkkaukseen liittyvät ohjeet linkistä:

https://docs.google.com/presentation/d/13FM3EE9mBoCFzfuvhZEv5t7LgsKAty5_wlQLtZ7YH9k/edit

Tuomarit

Jaosto maksaa tuomarikorvauksen kilpailujen tuomarointipäivästä Voimisteluliiton ohjeistuksen mukaisesti: 10€/h, minimissään 40€/päivä. Kilpailupäivän keston katsotaan alkavan tuomarikokouksesta ja päättyvän oman tuomaroinnin loppumiseen. Mahdollisen korvauksen lisäksi suositellaan korvattavaksi mahdolliset matka- ja majoituskulut seuran matkustussäännön mukaisesti.

(<https://www.voimistelu.fi/kilpavoimistelu/kilpailun-jarjestajalle/kilpailujen-jarjestaminen/talous-ja-maksut/>). Tuomari ilmoittaa kuluista kululaskupohjalla osoitteeseen laskutus@ktu.fi

Seuratoimijat

Voimistelujaostossa toimivat jäsenet saavat kerran kaudessa palkkion jaostossa toimimisesta. Puheenjohtaja sekä rahastonhoitaja saavat kausikorvauksen 400€, varapuheenjohtaja, sihteeri ja jäsenrekisterivastaava 300 euroa ja muut jaoston jäsenet 150 euroa.

Jäsenrekisteri

Voimistelujaostossa käytetään ilmoittautumiseen ja laskutukseen myClub-järjestelmää, jonka kautta laskutus hoidetaan. MyClubiin on rekisteröidyttävä käyttäjäksi, jotta voit ilmoittautua

ryhmiin, yhteystiedot välittyvät ryhmän vastuuhenkilölle ja voit saada laskusi ja ajankohtaista tietoa suoraan sähköpostiisi. MyClub ongelmassa ole yhteydessä järjestelmät@ktu.fi

Tiedotus ja markkinointi

Jaoston pöytäkirjat, toimintaohjeet ym. asiakirjat ovat seuratoimijoiden luettavissa jaoston nettisivuilla sekä Google Drivessa. Tunnukset Google Driveen saa järjestelmävaastavalta. Vanhempia ja voimistelijoita tiedotetaan pääsääntöisesti sähköpostilla jojojen kautta sekä kaksi kertaa vuodessa sähköisesti jaettavalla kausitiedotteella. Joukkuekohtaiset infot menevät myclubin tai joukkueiden omien tiedotuskanavien (WhatsApp) kautta jojon tai valmentajan toimesta.

Viestintä

Sisäinen viestintä hoidetaan MyClubin, sähköpostin (jojot, valmentajat, voimistelujaosto), whatsapp -ryhmien (pääpaino Jojojen wa-ryhmällä, jonka kautta viestit joukkueille) sekä kuukausikirjeen kautta.

Ulkoisen viestinnän kanavat ovat Instagram, Facebook sekä seuran kotisivut. Tarvittaessa hyödynnetään myös muita alustoja, kuten esim. paikallislehdet ja radiot. Viestintää hoitavat tiedotustiimi, Nuvo-tiimi sekä seuran kaksi työntekijää. Valmentaja vastaavat joukkueiden omista sosiaalisen median tileistä. Myös voimistelujaoston toimijat hoitavat omien vastuualueidensa viestinnän jojojen wa-ryhmän kautta.

Tietosuoja (tietosuojaseloste)

Seuran tietosuoja infoja <https://www.ktu.fi/voimistelu/rekisteriseloste/>

Kuukausikirje

Lähetämme kuukausittain MyClubin kautta seuran jäsenille kuukausikirjeen. Kuukausikirjeessä käymme läpi ajankohtaisia asioita ja nostamme esille tärkeitä kuukauden asioita tai ilmiöitä.

Sosiaalinen media

Kellon TU:n voimistelujaostolla on FB-sivu ja Instagram-tili, joita päivitetään säännöllisesti. Some-kanavia käytetään tiedonvälitykseen ja toimintamme mainostamiseen.

Facebook: <https://www.facebook.com/kellontu/>

Instagram: ktu_voimistelu

Somesäännöt:

- Toisen henkilön kuvien julkaisemiseen pitää olla lupa (alaikäisillä vanhempien lupa)
- Muista! Edustat seuraasi myös netissä!
- Alle 13-vuotiaiden joukkueiden some-tilit ovat kokonaan valmentajien ylläpitämiä.
- Valmentajat vastaavat joukkueiden sometileistä.

Kuvausluvat

Voimistelijakorteissa kysytään kausittain huoltajilta harrastajan kuvauslupa sekä lupa kuvien käyttämiseen some-kanavilla. Yksittäisten voimistelijoiden nimiä ei koskaan mainita, jollei siitä ole huoltajan kanssa erikseen sovittu

Vastuullisuus

Hyvä hallinto

Voimistelujaoston toimintaohjeet ovat kunnossa ja ajantasaiset, seura ylläpitää jäsenluetteloa ja seuran taloushallinto on hoidettu lainmukaisesti. Yhdistysrekisterin tiedot ovat ajantasaiset.

Voimistelujaoston hallituksen työntekijöillä on lainmukaiset työsopimukset, jotka tehdään lukuvuosittain. Usealle työntekijälle seura on ensimmäinen työpaikka, joten heitä pyritään tukemaan työuran alkutaipaleella. Voimistelujaoston hallituksella on kriisiviestintäsuunnitelma. Voimistelujaoston hallitus kerää säännöllisesti palautetta toiminnastaan sekä kehittää toimintaa jatkuvasti.

Voimistelujaoston hallitus tutustuu ja sitoutuu yhteisiin reilunpelin periaatteisiin:

<https://bin.yhdistysavain.fi/1590274/ZfyaqUhyqbHIPV0zn4uN0ZMSGt/a49b971c-reilu-peli-2021.pdf> , voimistelun eettisiin periaatteisiin:

<https://www.voimistelu.fi/materiaalipankki/voimistelun-eettiset-periaatteet/> sekä voimistelu.fi sivujen vastuullisuusosioon: <https://www.voimistelu.fi/voimisteluliitto/vastuullisuus/> . Jokainen

voimistelujaoston hallituksen jäsen suorittaa Seuran hallinto - verkkokurssin (Olympiakomitea):

[Seuran hallinto](#)

Vastuullisuus ja tasa-arvo

Vastuullisuus on yksi Kellon TU:n voimistelujaoston arvoista. Voimistelujaoston toiminta on avointa ja noudatamme toiminnassamme Voimisteluliiton vastuullisuusohjelmaa. Toiminnassa huomioidaan tasa-arvo ja yhdenvertaisuus sekä lasten ja nuorten erilaiset kasvu- ja kehitysvaiheet. Jokaisella ryhmällä on täysi-ikäinen koulutettu valmentaja tai ohjaaja. Ohjaajilta ja valmentajilta kerätään rikosrekisteriotteet työsuhteen alkaessa. Voimistelujaoston toiminnassa on nollatoleranssi syrjinnälle, kiusaamiselle, häirinnälle ja epäasialliselle käytökselle.

Vastuullisuutta ohjaa seuran vastuullisuusohjelma:

https://docs.google.com/document/d/1WWpdXRvF2S0zZuAoEYdu_9cL9odFzCV3GsUx_sH_Tpg/edit?tab=t.0

Turvallinen toimintaympäristö

Työsuhteen alkaessa alaikäisten kanssa työskenteleviltä uusilta työntekijöiltä tarkistetaan rikosrekisteriotteet. Toimintaohjeista ja nettisivuilta löytyvät säännöt voimistelijoille, harrastajille ja huoltajille. Noudatamme yhteisiä somesääntöjä ja sitoudumme katsomon pelisääntöihin. Voimistelujaoston hallitus, valmentajat ja ohjaajat tutustuvat Lasten voimistelun linjauksiin: [Lasten voimistelun linjaus - Suomen Voimisteluliitto](#) ja Lasten laadukkaan voimistelun materiaaleihin ja periaatteisiin: <https://sway.cloud.microsoft/UzA72Hg7rSFWvI7u?ref=Link> .

Voimistelujaoston hallitus, valmentajat ja ohjaajat tutustuvat Turvallisesti voimistelussa – materiaaliin:

https://suomenvoimisteluliitto.sharepoint.com/:w:/g/hallinto-ja-yhteiset/ESZU5_eQ_jBluay-QfmpZFYBz-7agtXnfCBpiFnoeqRYVQ?rttime=ZqoTEbzN3Eg

Voimistelujaostolla on ohjeet epäasiallisen käytöksen tilanteisiin puuttumiseen, ja ne ovat nähtävillä seuran nettisivuilla. Nettisivuilla löytyy linkki Et ole yksin -palveluun. Voimistelujaoston

hallitus, valmentajat ja ohjaajat tutustuvat lapsen oikeuksiin, turvataitoihin sekä valmentajan vastuuseen. Yli 12-vuotiaiden joukkueissa voimistelevat voimistelijat tutustuvat Et ole yksin -palveluun. Sekä Yli 12-vuotiaat voimistelijat huoltajineen ohjeistetaan suorittamaan joko "Tunnetko rajasi" -testin: [Nuori: Testaa tietosi rajoista! | Hyväksymys.fi](#) tai "Häirintä urheilussa -kurssin nuorille": [Häirintä urheilussa -kurssi nuorille | Hyväksymys.fi](#)

Kaikissa toimipaikoissamme on ensiaputarvikkeet sekä hätäpoistumissuunnitelmat. Koulujen saleissa käytettäviä välineitä tarkistamme kuukausittain ja poistamme käytöstä vahingoittuneet. Kilpailutapahtumiin teemme turvallisuussuunnitelmat, jotka toimitamme poliisin hyväksyttäväksi.

Seuran toimijat, valmentajat ja ohjaajat suorittavat Et ole yksin -koulutuksen: [Et ole yksin -verkkokoulutukset](#). Voimistelujaoston hallitus käy läpi turvallisen seuran tarkistuslistan vuosittain voimistelujaoston kehittämispäivillä: [TURVALLISEN SEURAN TARKISTUSLISTA](#) . Voimistelujaoston hallitus tukee ja kannustaa valmentajien ja ohjaajien kouluttautumista. Voimistelujaoston hallitus järjestää säännöllisesti ensiapukoulutuksen toimijoille.. Jokaisella joukkueella ja ryhmällä on täysi-ikäinen vastuualmentaja tai -ohjaaja. Jokaisessa harjoituksessa on mukana täysi-ikäinen valmentaja/ohjaaja.

Ongelmanratkaisupolku

Joukkueissa ilmenevissä ongelmatilanteissa otetaan ensisijaisesti yhteys vastuualmentajaan ja/tai joukkueenjohtajaan muissa asioissa. Joukkueenjohtaja ja vastuualmentaja toimii tiiminä. Suositellaan keskustelua ensisijaisesti kasvotusten. Tarvittaessa ongelmatilanteissa apuna on myös ongelmanratkaisupolku. Mikäli asia ei ratkea tai tilanne jatkuu, viedään asia jaoston käsiteltäväksi, jolloin on mahdollista tarvittaessa ottaa keskusteluun mukaan ulkopuolinen henkilö (esim. Voimisteluliitosta, TUL:sta tai Pohjois-Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu ry.).

Ongelmaratkaisupolku:

1. Ongelmatilanteessa otetaan asiasta riippuen yhteys voimistelijan vastuualmentajaan, joukkueenjohtajaan, valmennuspäällikköön tai voimistelujaoston vastuullisuusvastaavaan.

2. Kuuntelija kirjaa ylös huolen ja yhdessä sovitaan, kuinka ja millä aikataululla asia viedään eteenpäin. Seuran edustaja voi tarvittaessa pyytää apua tilanteen ratkaisemiseksi voimistelujaoston vastuullisuusvastaavalta sekä puheenjohtajalta.
3. Tilanne käsitellään asianosaisten kesken. Mikäli asia ei ratkea seuran sisäisesti, kysytään apua Voimisteluliitolta tai PoPLilta.
4. Asian käsittelystä tehdään kirjallinen yhteenveto. Jatkossa varmistetaan, ettei mahdollinen epäasiallinen tapaus toistu. Kirjallinen yhteenveto lähetetään vastuullisuusvastaavalle, joka arkistoi sen.

Voimisteluliiton ongelmanratkaisupolku:

<https://www.voimistelu.fi/blog/uutinen/miten-voimisteluliitto-puuttuu-epaasialliseen-kaytokseen>

/

Mikäli haluaa keskusteluapua anonyymisti, voi olla yhteydessä Et ole yksin palveluun:

<https://www.etoleyksin.fi/>

Ympäristö- ja ilmasto

Voimistelujaosto pyrkii kaikessa toiminnassaan huomioimaan ja toteuttamaan kestävän kehityksen periaatteita.

- tarjotaan harrastusmahdollisuus lähialueen lapsille ja nuorille
- järjestetään kilpailumatkat yhteiskuljetuksilla mahdollisuuksien mukaan
- suositellaan lasten liikkumista harjoituksiin jalkaisin, pyörällä tai kimppekyydeillä
- samat edustusasumallit sekä treenivaatteet käytössä useamman vuoden
- varustepörssi seura-asujen ja treenivaatteiden kierrätykseen
- kilpailupukuja voidaan käyttää useana kilpailukautena tai niitä voidaan vuokrata toiselle joukkueelle
- seuralla oma esiintymisasuvarasto
- joukkueilla yhteisiä liikuntavälineitä
- palkitsemiset pyritään pitämään aineettomina
- järjestetään yhteiskoulutusta ja yhteisiä tapahtumia
- opastetaan harrastajia kierrättämään jätteet oikein

- kilpailuissa ja tapahtumissa pyritään lajittelemaan jätteet

Antidoping (päihdetoimintamalli)

Voimistelijaoston hallitus tutustuu Voimisteluliiton antidoping-ohjelmaan: [Antidoping ja kilpailumanipulaation torjunta - Suomen Voimisteluliitto](#) sekä arvioi sen roolia toiminnassaan.

Valmentajia ohjeistetaan käymään "Puhtaasti paras" -verkkokoulutus: [Puhtaasti paras -verkkokoulutus - Suek](#). Antidoping asiat tuodaan esille iänmukaisesti kausittain

kilpavoimistelijoille perheineen. Voimistelijoita ja huoltajia tiedotetaan aina kauden alussa Suekin KAMU-lääkehakupalvelusta. Linkki palveluun löytyy myös voimistelijaoston nettisivulta: [KAMU-lääkehaku](#)

Vakuutus/lisenssit

Kaikki harrasteryhmien jumppailijat ja liikkujat on vakuutettu Jumppaturvalla, joka on Pohjola vakuutuksen harrastevoimistelijoille tarkoitettu tapaturmavakuutus. Vakuutus korvaa esim. ryhmäliikuntatunneilla, voimistelu-esiintymisissä ja näytöksissä sattuneet tapaturmat kotimaassa. Vakuutuksessa ei ole omavastuuta eikä ikärajaa. Lisätietoa vakuutuksesta löydät [täältä](#).

Miten toimin vahingon sattuessa

Vahingon sattuessa on vakuutetulla käytössä Pohjolan terveystestari palvelu. [Terveystestarin](#) tavoittaa numerosta 0100 5225 tai Pohjola Sairaala -sovelluksesta.

Lisenssimaksut

Jokaisella kilpailevalla voimistelijalla tulee olla Voimisteluliiton lisenssi. Voimistelujaosto hankkii harrasteliikkujille voimisteluliiton lisenssit.

- lisenssi tulee hankkia heti lisenssikauden alkaessa (Huom! lisenssin voi ostaa vakuutuksella tai ilman vakuutusta). <https://www.voimistelu.fi/kilpavoimistelu/lisenssit-vakuutukset/>

Voimisteluliiton kilpailulisenssi

SM- sarjat	Kilpa A
8-10v, 10-12v ja kilpasarjat	Kilpa B
harrastesarjat yli 12v	Harraste
stara	Stara

Seuratuotteet

Seurassamme käytetään kilpapuolella yhtenäisiä edustus- sekä harjoitusasuja. Asut tilataan kausittain seuran järjestämän yhteistilauksen kautta. Harrasteliikunnan ryhmillä on myös mahdollisuus tilata seuratuotteita.

<https://www.ktu.fi/voimistelujasto/nain-toimimme/seuratuotteet2/seura-asut/>

Palkitsemiset ja muistamiset

Valmentajat

- jos jonkun joukkueen valmentaja halutaan palkita joukkueen menestyksen perusteella, palkitaan silloin kaikki ko. joukkueen valmentajat
- vuoden lopussa luovutetaan Nuori Suomen "Vuoden Juniorivalmentaja" -kiertopalkinto valmentajalle, joka on innostava, osaava ja valmentaa alle 18-vuotiaita
- vuoden aikana valmentajia ja ohjaajia palkitaan/muistetaan seuratuotteilla yms. yhteisesti kaikille jaettavalla palkkiolla
- valmentaja/ohjaaja, joka on kauden aikana hoitanut jonkin ylimääräisen vastuutehtävän, palkitaan seuran sukilla
- juhlavuosina valmentajia palkitaan Voimisteluliiton ohjaajamerkein (väh. 5 vuotta valmennusta) sekä TUL:n ansiomerkein.

Joukkueet

Vuoden päätteeksi pääseura palkitsee menestyneimmän joukkueen alla mainittujen kriteerien pohjalta. Palkitsemisiin vaikuttaa koko vuoden kilpailujen menestymiset. Kansainvälisissä kilpailuissa menestyminen huomioidaan erikseen.

Joukkuevoimistelu:

- Voim.liiton SM-sarjojen mestaruuskilpailujen mitali (kulta 30p, hopea 29p, pronssi 28p)
- Voim.liiton kilpasarjojen mestaruuskilpailuiden mitali (kulta 20p, hopea 19p, pronssi 18p)
- Voim.liiton SM-sarjojen mestaruuskilpailujen loppukilpailupaikka (jos kaikki ei pääse finaaliin) (30p)
- Voim.liiton kilpasarjojen mestaruuskilpailujen loppukilpailupaikka (jos kaikki ei pääse finaaliin) (20p)
- TUL:n mest.kilpailujen mitali SM-sarjat (kulta 10p, hopea 9p, pronssi 8p)
- TUL:n mest.kilpailujen mitali kilpasarjat (kulta 10p, hopea 9p, pronssi 8p)

- TUL:n mest.kilpailujen mitali harrastesarjat (kulta 10p, hopea 9p, pronssi 8p)
- TUL:n mest.kilpailujen loppukilpailupaikka (jos kaikki ei pääse finaaliin) (5p)
- Voim.liiton 10-12v timantti joukkue (10p)

Edellisten lisäksi: voimistelijaoston hallitus palkitsee vuosittain jollakin osa-alueella ”ryhdistäytyneen” joukkueen esim. ”positiivinen yllättäjä” joukkue

Seuratoimijat

- seuratoimijoiden/huoltajien joukosta palkitaan vuoden lopussa ”Vuoden Venyjä”, joka on vuoden aikana innokkaasti ja esimerkillisesti toiminut voimisteluväen hyväksi
- vuoden talkoolainen, joka on vuoden aikana ollut esimerkillinen talkoolainen
- jaosto muistaa valmentajia sekä pitkäaikaisia (toiminnassa yli 3 v) jaoston jäseniä seuraavasti:
 - Ensimmäinen valmistuminen: pieni, kirkas Aalto-maljako (95mm)
 - Ensimmäinen naimisiinmeno: kirkas mariskooli
 - Ensimmäisen lapsen syntymä: Plaston taaperokärryt (muovinen punainen tai vihreä)
 - 50-vuotisjuhla: iso, kirkas Aalto-maljako (160mm)

Harraste- ja valmennustoiminta

Voimistelijaosto tarjoaa harrastajilleen kilpaurheilua sekä harrasteliikuntaa lapsille ja aikuisille. Tällä hetkellä jaoston valmennustoiminta painottuu joukkuevoimisteluun ja harrasteliikunta lasten- ja nuorten liikuntaryhmiin, mutta toiminnassamme on useita aikuisliikuntaryhmiä. Liikutamme viikoittain yhteensä yli 200 lasta, nuorta ja aikuista. Voimistelijaoston tavoitteena on tarjota jäsenistölleen liikunnan iloa ja elämyksiä. Jaoston toiminta jakaantuu harrastetoimintaan ja valmennustoimintaan.

Kello Kilpa Senior (yli 18v)		yli 45v harrastesarjat	
Kello Kilpa Team (16-18v)		yli 35v harrastesarjat	
Kello Kilpa Junior (14-16v)		yli 25v harrastesarjat	Aikuisten harrasteliikunta yli 18v
Kello Pre Junior (12-14v)	K- joukkueet (yli 12v)	H- joukkueet (yli 12v)	Nuorten harrasteliikunta yli 12v
Team (8-12v)	Talent (8-12v)	Taito (8-12v)	Lasten harrasteliikunta 8- 12v
Esivalmennus Kukkaset 5-7v			Lasten harrasteliikunta 6-8v
Lasten harrasteliikunta 3-6v			
Perheliikunta 1-4 v			

Harrastetoiminta

Tarjoamme harrastetoimintaa kaiken ikäisille liikkujille. Harrasteliikuntaryhmissämme pääasiassa on liikunnan ilo ja riemu. Tunneilla liikutaan positiivisessa ja kannustavassa ilmapiirissä oppien perusliikuntataitoja sekä ryhmässä toimimisen taitoja. Ryhmissä harjoitellaan monipuolisesti liikuntataitoja huomioiden ikä- ja taitotekijät.

Lasten voimistelutunnit antavat hyvän pohjan myös tulevaisuuden muulle harrastamiselle.

Näissä ryhmissä harjoitellaan ilman kilpailullisia tavoitteita. Harrasteliikunta tunneille ei tarvita aiempaa kokemusta - mukaan voivat tulla ihan kaikki! Voimistelun, Freegymin ja tanssin harrastetunnit ovat hyviä vaihtoehtoja myös oheislajeiksi.

Harrasteryhmän osallistujan säännöt

- pukeutuu harjoitusvaatteisiin ja laittaa hiukset kiinni
- huolehtii vaatteiden vaihdon, wc:ssä käynnin ja vesipullon täytön ennen harjoituksen alkua
- keskittyy harjoittelemaan tunnollisesti
- kuuntelee ohjaajia
- ottaa huomioon ryhmän muut harrastajat
- ilmoittaa poissaolostaan ohjaajalle puhelimitse (vanhemmat ilmoittavat alle 18v)
- huolehtii riittävästä ravinnon ja unen saannista
- internetiä käyttäessään noudattaa seuran somesääntöjä

Harrasteryhmän osallistujan huoltajan säännöt

- ilmoittaa vastuuhjaajalle, jos voimistelija (alle 18v) on pois harjoituksista
- huolehtii, että voimistelija on paikalla ajoissa (Huom! koulujen ovet lukossa). Jos voimistelija myöhästyy, ilmoittaa siitä ohjaajalle
- huolehtii, että voimistelija haetaan ajoissa harjoitusten loputtua
- ilmoittaa voimistelijan tiedot jäsentietorekisteriin ja vastaa siitä että tiedot ovat ajan tasalla
- huolehtii maksuista ajallaan (tarvittaessa neuvottelee maksuaikatauluista laskutustiimin kanssa)
- huolehtii voimistelijan riittävästä ravinnon ja unen saannista
- ei tuo lasta harjoituksiin sairaana/toipilaana
- ottaa esille vaikeatkin asiat vastuuhjaajan kanssa, mikäli ne vaikuttavat lapsen harrastukseen sitoutumiseen
- valvoo lapsen/nuoren nettikäyttäytymistä esim. kuvien ja juttujen julkaiseminen ilman suostumusta

- kannustaa – kustantaa – kuljettaa
- Mikäli vanhemmilla on kysyttävää lapsensa harjoittelusta, hän voi suoraan olla yhteydessä ryhmän vastuuhjaajaan tai jaoston harrastevastaavaan. Epäselvissä asioissa vanhemmat voivat ottaa yhteyttä myös jaoston edustajiin.

Harrasteryhmän kausimaksu

- Voimistelujaostossa käytetään ilmoittautumiseen ja laskutukseen myClub-järjestelmää. Ilmoittautumisen jälkeen kausimaksu tulee suoraan sähköpostiin.
- harrastajat maksavat seuran jäsenmaksun kerran kalenterivuodessa sekä kausimaksun (syyskausi/kevätkausi)
- kaksi ensimmäistä harjoituskertaa ovat ilmaisia kokeilukertoja
- mikäli harrastaja lopettaa, ei kausimaksua palauteta
- mikäli harjoitukset joudutaan perumaan jaostosta riippumattomista syistä (force majeure), ei kausimaksuja palauteta. Harjoittelu pyritään hoitamaan muilla keinoin
- mikäli voimistelijan maksuja ei makseta huomautuksista huolimatta, lasku menee perintään

Harrastetoiminnan vastuuhenkilöt

Vastuuhjaaja

- ottaa vastuun ryhmänsä ohjauksesta koko kaudeksi
- ohjaa harjoitukset sovitusti ja on paikalla ajoissa.
- Mikäli on itse estynyt, hankkii sijaisen tai viimeisenä vaihtoehtona ilmoittaa harjoitusten peruuntumisesta puhelimitse harrastajille (alaikäisten vanhemmille) hyvissä ajoin
- täyttää viikoittain harjoituspäiväkirjaa
- tekee joukkueelle mahdolliset esiintymisohjelmat
- huomioi jokaisen harrastajan antamalla positiivista ja innostavaa palautetta harjoituksen aikana
- huolehtii, että harjoituksissa on kaikilla turvallista olla ja että kaikki tullaan hakemaan tai poistuvat harjoituspaikalta
- on esimerkkinä lapsille ja nuorille; näyttää esimerkillistä käyttäytymistä niin salilla, esiintymisissä ja netissä.
- huolehtii, että kaikki tieto kulkeutuu myös alaikäisten vanhemmille
- osallistuu harrastetiimin sekä valmentaja- ja ohjaajatiimin palaveriin
- huolehtii osaamisestaan kouluttautumalla omien sekä jaoston resurssien puitteissa

- vastaa harjoitusten aikana käyttämästään tilasta ja välineistä. Jättää tilat ja käyttämänsä välineet samanlaiseen kuntoon/paikkaan kuin ne olivat ennen harjoituksen alkua. Ilmoittaa rikkoutuneista seuran välineistä lasten ja nuorten vastaavalle ja koulun irtaimiston rikkoontumisesta salivuorovastaavalle
- noudattaa seuran ja lajiliiton sääntöjä, jaoston toimintaohjeita sekä toimii jaoston arvojen mukaan
- tuo esille ryhmänsä kuulumiset harrastetiimissä. Mikäli ryhmän asioissa on epäselvyyttä, käsitellään asiat ensin harrastetiimissä. Mikäli asiat eivät ratkea, viedään asiat jaoston päätettäväksi
- ohjaajakoulutuksen käytyään sitoutuu ohjaamaan omassa seurassa vuoden ajan. Mikäli vaihtaa seuraa vuoden sisällä, maksaa itse/uusi seura puolet viimeisestä kurssista

Apuvalmentaja/- ohjaaja

- vastuvalmentajan ja valmentajien avustaminen tunnin järjestelyissä ja tunnin aikana
- harjoituksessa aktiivisesti mukana. Tunnilla näyttää esimerkkiä ja avustaa harrastajia
- ohjaa harjoitukset sovitusti ja on paikalla ajoissa. Mikäli on itse estynyt, ilmoittaa poissaolostaan vastuvalmentajalle/-ohjaajalle hyvissä ajoin
- huolehtii, että harjoituksissa on kaikilla turvallista olla
- pyrkii huomioimaan jokaisen harrastajan antamalla positiivista ja innostavaa palautetta harjoituksen aikana
- puhuu ja käyttäytyy asiallisesti ja reippaasti
- on esimerkkinä lapsille ja nuorille; näyttää esimerkillistä käyttäytymistä niin salilla, kilpailuissa, matkoilla, esiintymisissä ja netissä
- huolehtii osaamisestaan kouluttautumalla omien sekä jaoston resurssien puitteissa
- huolehtii harjoitusten aikana käyttämästään tilasta ja välineistä. Jättää tilat ja käyttämänsä välineet samanlaiseen kuntoon/paikkaan kuin ne olivat ennen harjoituksen alkua. Ilmoittaa rikkoutuneista seuran/koulun välineistä vastuvalmentajalle
- noudattaa seuran ja lajiliiton sääntöjä, jaoston toimintaohjeita sekä toimii jaoston arvojen mukaan
- koulutuksen käytyään valmentaja/ohjaaja sitoutuu valmentamaan/ohjaamaan omassa seurassa vuoden ajan. Mikäli vaihtaa seuraa vuoden sisällä, maksaa itse/uusi seura puolet viimeisestä kurssista

Valmennustoiminta

Joukkuevoimistelu

Pääpaino voimistelijaoston kilpatoiminnassa on joukkuevoimistelussa. Lisäksi tarjotaan tanssillista voimistelua ja ryhmätanssia. Kellon TU:n voimistelijat osallistuvat Voimisteluliiton sekä TUL:n kilpailuihin.

Kilpajoukkueiden kokoonpanojen muodostaminen

Joukkuevoimistelussa kahden eri ikävuoden voimistelijat muodostavat ikäkauden. Jokaisella ikäkaudella on oma nimi. Ikäkauden voimistelijat jaetaan joukkueisiin kaudeksi kerrallaan. Ikäkauden sisällä voi olla useita joukkueita riippuen voimistelijoiden määrästä, kilpailullisista tavoitteista ja harjoitusmäärästä. Alle 12-vuotiaiden ikäkaudet jaetaan Team, Talent, Taito -joukkueisiin ja yli 12-vuotiaat Team, Kilpa, Harraste -joukkueisiin. Yli 18-vuotiaiden joukkueet ovat pelkällä omalla ikäkauden nimellä. Ikäkausitoiminnalla pyritään taitotasoltaan ja kaikilta ominaisuuksiltaan mahdollisimman yhtenäisten joukkueiden muodostamiseen. Näin jokainen voimistelija saa omaa kasvua ja kehitystään tukevaa sekä omaa taitotasoansa vastaavaa harjoitusta. Jokainen voimistelija etenee omien taitojen ja tavoitteiden mukaisesti.

Vuoden 2023 alussa perustetut Kello-linjan joukkueet ovat ikäkautensa edustusjoukkueita, (näissä joukkueissa voi olla voimisteliijoita useammasta ikäkaudesta):

- 12-14 -vuotiaat - Kello Pre Junior
- 14-16 -vuotiaat - Kello Kilpa Junior
- 16-18 -vuotiaat - Kello Kilpa Team
- Yli 18-vuotiaat - Kello Kilpa Senior

Joukkueen kokoonpanon muodostumiseen vaikuttavia tekijöitä

Joukkueen muodostumiseen vaikuttavia tekijöitä ovat mm. voimistelijan sitoutuminen, motivaatio, voimistelutaidot ja fyysiset ominaisuudet. Voimistelijoiden on harjoitettava määrätietoisesti pysyäkseen joukkueen taitotasolla tai saavuttaakseen ylemmän taitotason. Mitä korkeammalle tasolle joukkue tähtää, sitä korkeammat vaatimukset voimisteliijoilla on.

- SITOUTUMINEN: voimistelijan ja perheen on sitouduttava harjoitteluun, aikatauluihin, joukkueen yhteisiin tavoitteisiin, hankintoihin ja maksuihin sekä terveellisiin elämäntapoihin.

- MOTIVAATIO: motivaatio ilmenee treeniasenteesta, treenikäyttäytymisestä sekä pitkäjännitteisyydestä niin harjoituksissa, kotiharjoitteissa kuin kilpailuissa.
- VOIMISTELUTAIDOT: voimistelijan taito-ominaisuudet tulee olla ikäkauden mukaiset mm. motoriikka, koordinaatio, reaktio, ilmaisu ja perusvoimistelutaidot (ikäkauden lajitaidot). Lisäksi tarkkailtavia asioita lihastasapaino, ryhti, lantion asento, kannatus ja jalkojen linjaus.
- FYYSISET OMINAISUUDET: voimistelijan fyysiset ominaisuudet tulee olla ikäkauden mukaiset liikkuvuudessa, voimassa, nopeudessa sekä kestävydessä. Hyvä peruskunto auttaa voimistelijaa harjoittelemaan treenin turvallisesti sekä tehokkaasti alusta loppuun ja suorittamaan lajiliikkeet vaivattomasti.

Valmentajat muodostavat joukkueet edellä mainittujen tekijöiden mukaan ennen seuraavan kauden alkua. Tällöin järjestetään avoimia hakutreenejä, jolloin halukkaat uudet voimistelijat voivat hakea mukaan joukkueisiin. Seuramme sisällä olevien voimistelijoiden sitoutumista, motivaatiota, voimistelutaitoja ja fyysisiä ominaisuuksia seurataan läpi kauden. Ikäkauden valmentajat tekevät ehdotukset kaikista ikäkauden kokoonpanoista, jonka jälkeen he konsultoivat valmennustiimiä (kaikki ikäkausivastaavat ja vastuupalmentajat).

Joukkueiden sarjavalinnat

(SM, kilpa, harraste) tehdään jokaisen joukkueen kohdalla kaudeksi kerrallaan ja ne perustuvat

Voimisteluliiton voimassa olevaan kilpailujärjestelmään. Ikäkauden joukkueille pyritään järjestämään vähintään yksi yhteinen harjoituskerta viikossa.

- lähtökohtaisesti alle 12-vuotiaiden joukkueet kootaan ikäryhmittäin siten, että kaksi ikävuotta on samassa ryhmässä (tarvittaessa voidaan siirtää 2 voimistelijaa ylöspäin tai alaspäin toiseen ikäryhmään)
- tarvittaessa joukkueita voidaan muodostaa myös ikäryhmien yli jaoston päätöksellä. Mikäli joukkueeseen on koottu voimistelijoita kahdesta eri ikäsarjan joukkueesta, on mahdollista, että kaikki eivät voi osallistua kaikkiin kauden kilpailuihin joukkueen epätasaisen ikärakenteen vuoksi Tarvittaessa/mikäli joukkueissa on liian vähän voimistelijoita, voidaan yhdistää kaksi eri ikäkauden joukkuetta. Tällöin voi olla mahdollista, että kaikki eivät voi osallistua kaikkiin kauden kilpailuihin joukkueen epätasaisen ikärakenteen vuoksi
- mikäli joukkueeseen tulee uusi voimistelija, on mahdollista, että hän ei pääse kilpailemaan ennen kuin on harjoitellut joukkueen mukana puoli vuotta
- kaikki kilpasarjan joukkueeseen kuuluvat voimistelijat saavat halutessaan osallistua kilpailuohjelmaan. Tämä edellyttää harjoituksiin osallistumista ja joukkueeseen sitoutumista

- alle 14-vuotiaiden joukkueissa ei saa olla varatyttöjä, mikäli kaikki voimistelijat ovat saman ikäisiä
- yli 12-14-vuotiaiden SM-joukkueissa voidaan kilpailla eri kokoonpanoilla eri kilpailuissa kauden aikana
- joukkuevoimistelussa on tärkeää, että kaikki voimistelijat ovat aina harjoituksissa

Joukkuevoimistelun urapolku:

<https://www.voimistelu.fi/urapolut/#/career-paths&disciplines=joukkuevoimistelu>

Harjoitusmäärät ja kilpailut ikäkausittain

Joukkue	Harjoitukset viikossa (tuntia/kerta)	Esiintymiset ja kilpailut
Esivalmennus Nuppuset	2 (1-1,5h)	esiintymiset
Esivalmennus Kukkaset	2-3 (1-1,5h)	Stara
8-10v Team	3-4 (1,5-2,5h)	2-3 kilpailua + esiintymiset
8-10v Talent	2-3 (1,5-2,5h)	2-3 kilpailua + esiintymiset
8-10v Taito	2 (1,5-2h)	1-2 kilpailua + esiintymiset
10-12v Team	3-4 (1,5-2,5h)	3-5 kilpailua + esiintymiset
10-12v Talent	3-4 (2-3h)	3-4 kilpailua + esiintymiset
10-12v Taito	2-3 (1,5-2h)	2-3 kilpailua + esiintymiset

12-14 Kello Pre Junior	4-5 (2-3,5h)	3-5 kilpailua + esiintymiset
12-14 K	3-4 (2-3h)	3-4 kilpailua + esiintymiset
12-14 H	2-3 (2-2,5h)	2-3 kilpailua + esiintymiset
14-16 Kello Kilpa Junior	4-5 (2-4h)	4-6 kilpailua + esiintymiset
14-16 K	3-4 (2-3h)	3-4 kilpailua + esiintymiset
14-16 H	2-3 (2-2,5h)	2-4 kilpailua + esiintymiset
16-18 Kello Kilpa Team	3-5 (2-4h)	4-6 kilpailua + esiintymiset
16-18 K	3-4 (2-3h)	3-4 kilpailua + esiintymiset
16-18 H	2-3 (2-2,5h)	2-4 kilpailua + esiintymiset
yli 18 Kello Kilpa Senior	3-5 (2-4h)	4-6 kilpailua + esiintymiset
yli 18 K	3-4 (2-3h)	3-4 kilpailua + esiintymiset
yli 18 H	2-3 (2-2,5h)	2-4 kilpailua + esiintymiset
yli 25, yli 35, yli 45	1-2 (1,5-2,5)	1-3 kilpailua + esiintymiset

Kausimaksu

- voimistelijat maksavat seuran jäsenmaksun, kausimaksut (2x/vuosi), kilpailumatkat ja -ruokailut, leirimaksut, kilpailu- ja harjoitusasut ja kilpailuvälineet
- kausimaksu laskutetaan kahdessa osassa
- kausimaksuilla katetaan mm. valmentajien palkka- ja kulukorvaukset, valmentajien kilpailumatkojen ja leirien ruokailut ja majoitukset, valmentajien koulutukset, salivuoromaksut, musiikkien miksauspalkkiot, Gramex- ja teostomaksut, lajiliiton jäsenmaksun ja mahdollisen kesäharjoittelun
- mikäli voimistelija lopettaa, ei kausimaksua palauteta
- mikäli harjoitukset joudutaan perumaan jaostosta riippumattomista syistä (force majeure), ei kausimaksuja palauteta. Harjoittelu pyritään hoitamaan muilla keinoin
- mikäli voimistelijan maksuja ei makseta huomautuksista huolimatta, lasku menee perintään

Kilpailu- ja leirimaksut

- mikäli voimistelija sairastuu tai itse peruu lähdön, maksaa hän kaikki aiheutuneet kulut peruutusehtojen mukaisesti
- mikäli voimistelija sairastuu, voi hän hakea korvausta omasta vakuutusyhtiöstä
- mikäli voimistelija sairastuu, vanhemmat toimittavat lääkärintodistuksen kilpailun/leirin järjestäjille (HUOM! järjestäjät eivät välttämättä palauta rahoja takaisin). Bussimatkaa ei tarvitse maksaa, jos on lääkärintodistus
- mikäli voimistelijan kilpailu-/leirimaksuja ei makseta huomautuksista huolimatta, lasku menee perintään
- poikkeustilanteissa, esim. jos kilpailut perutaan jaostosta riippumattomista syistä, ei maksuja palauteta, mikäli varausten peruutukset eivät onnistu kuluitta

Kilpajoukkueen voimistelijan säännöt

- saapuu ajoissa ja asianmukaisesti varustautuneena harjoitukseen (harjoitusvaatteet ja -välineet, hiukset kiinni)
- keskittyy harjoittelemaan tunnollisesti ja sitoutuu joukkueen tavoitteisiin
- sitoutuu joukkueeseen koko kaudeksi (syksy tai kevät)
- huolehtii varusteistaan
- ilmoittaa poissaolostaan valmentajalle viestitse (vanhemmat ilmoittaa alle 18v)
- kuuntelee valmentajia, huoltajia sekä joukkueenjohtajaa
- kannustaa ja ottaa huomioon joukkuekaverit
- huolehtii riittävästä ravinnon ja unen saannista

- edustaa ja kannustaa asiallisesti käyttäytyen myös muita joukkueita ja seuroja
- noudattaa sosiaalisessa mediassa nettietikettiä.
- jos kohtaa epäasiallista käytöstä, ota heti yhteyttä huoltajaasi tai valmentajaasi. Apua saat myös www.etoleyksin.fi-sivustolta

Kilpajoukkueen voimistelijan huoltajan säännöt

- huolehtii, että voimistelija käy harjoituksissa säännöllisesti. Poissaoloista ilmoitettava valmentajalle hyvissä ajoin. Pidemmät poissaolot (esim.perheiden lomat) on sovittava valmentajan kanssa kauden alussa.
- ilmoittaa kauden alussa valmentajalle, mikäli voimistelija ei pysty osallistumaan kauden kilpailuihin tai leireille. Kun voimistelija valitaan tiettyyn kokoonpanoon, oletus on, että voimistelija osallistuu joukkueen kaikkiin kilpailuihin ja leireihin
- huolehtii, että voimistelija on paikalla ajoissa (Huom! koulujen ovet lukossa). Jos voimistelija myöhästyy, ilmoittaa siitä valmentajalle
- huolehtii, että voimistelija haetaan ajoissa harjoitusten loputtua
- täyttää voimistelijakortin kauden alussa ja ilmoittaa muutoksista joukkueenjohtajalle ja valmentajalle (esim. muutokset terveydentilassa tai perhetilanteissa)
- ilmoittaa voimistelijan tiedot MyClub:iin
- osallistuu jaoston ja joukkueen talkoisiin ja vanhempien palavereihin
- huolehtii maksuista ajallaan (tarvittaessa neuvottelee maksuaikatauluista rahastonhoitajan kanssa)
- huolehtii voimistelijan riittävästä ravinnon ja unen saannista sekä palautumisesta
- huolehtii, ettei voimistelija tule harjoituksiin sairaana/toipilaana
- huolehtii voimistelijan ”kipuilla”/loukkaantuessa viipymättä tutkimuksiin
- tuo esiin avoimesti voimistelijan harjoitteluun vaikuttavat tekijät
- valvoo voimistelijan nettikäyttäytymistä
- tukee valmentajia valmennustyössä
- viestii positiivisesti ja rakentavasti
- kannustaa – kustantaa - kuljettaa

Mikäli vanhemmilla on kysyttävää lapsensa harjoittelusta, hän voi suoraan olla yhteydessä joukkueen vastuvalmentajaan. Joukkuetta koskeviin muihin kysymyksiin vastaa joukkueenjohtaja. Epäselvissä asioissa vanhemmat voivat ottaa yhteyttä myös jaoston edustajiin.

Kilpailumatkat

- Kilpailumatkojen ruokailut, majoituksen ja linja-auton varaa jaoston matkavastaava sovitun käytännön mukaisesti. 1-2 joukkueen matkajärjestelyistä vastaa joukkueenjohtaja
- jaosto nimeää matkanjohtajan yli kahden joukkueen kilpailumatkoille, jotka kuljetaan busseilla. Matkanjohtajana toimii joku matkalla mukana oleva joukkueenjohtaja/huoltaja/tai muu voimistelijaoston hallituksen hyväksymä henkilö. Matkanjohtajan matkat maksaa jaosto.
- joukkueet nimeävät jokaiselle kilpailu/leirimatkalle huoltajat

Matkanjohtajan tehtävät

- hoitaa yhteydenotot bussinkuljettajaan
- päättää aikataulut valmentajien ja kuskiensa kanssa
- järjestää ruokailut matkalla
- tarkastaa matkustajalistan (kaikki paikalla) jokaisen pysähdyksen jälkeen
- selvittää jojoilta hotellihuoneiden majoittujalistat ja toimittaa ne hotelliin
- matkanjohtaja saa käyttää matkan aikana matkanjohtajan edut (mm. ilmainen ruokailu huoltoasemilla)

Kilpailumatkojen/leirien huoltajat

- kilpailumatkoilla valmentaja keskittyy valmentamiseen, eikä voi toimia huoltajana samaan aikaan. Tämän vuoksi myös yli 18 -vuotiaille suositellaan kilpailu- ja leirimatkoille yhtä huoltajaa
- huoltajan tulee voida olla koko kilpailu-/leirimatkan ajan joukkueen kanssa. (esim. huoltaja ei voi toimia samassa tapahtumassa kilpailijana tai tuomarina)
- huoltajat sovitaan kauden alussa vanhempien palaverissa kilpailuihin/esiintymisiin ja leireihin. Huoltajan matka-, ruokailu- ja majoituskustannukset maksaa joukkueen voimistelijat
- Kilpailumatkoilla ja leireillä tulee joukkueella olla huoltajia mukana seuraavasti:
 - 8-10v: kaksi huoltajaa (jos joukkueessa on yli 10 tyttöä, kolme huoltajaa)
 - 10-12v: kaksi huoltajaa
 - 12-14v: yksi huoltaja
 - yli 14v: yksi huoltaja

- yli 18v: yksi huoltaja (suositus)
- Oulussa olevissa kisoissa ja leireillä riittää vähempi huoltajamäärä, koska ei ole pitkiä siirtymiä.

Huoltajan tehtävät

- on vastuussa kaikista joukkueen voimistelijoista ja huolehtii heistä tasapuolisesti koko matkan ajan
- toimii valmentajien apuna
- toimii matkanjohtajan ja valmentajien päättämien aikataulujen ja sääntöjen mukaisesti
- huolehtii juna-/linja-auto aikatauluista ja lipuista
- huolehtii joukkueen ilmoittautumisen kisapaikalla
- hotellimajoituksessa ottaa alaikäisten voimistelijoiden huoneen vara-avaimen ja tietää majoittujat huoneittain
- huolehtii joukkueen mahdollisen banderollin esille laittamisesta ja pois ottamisesta
- laskee linja-autossa voimistelijat jokaisen pysähdyksen jälkeen ennen lähtöä ja huolehtii myös linja-autossa voimistelijoiden hyvinvoinnista (huonovointiset) ja turvallisuudesta (turvavyöpakko)
- vie joukkueen syömään ja huolehtii ruokailusta
- huolehtii joukkueesta kisapaikalla/leirillä silloin, kun voimistelijat eivät ole valmentajan kanssa
- pitää huolta voimistelijoiden arvotavaroista kilpailusuorituksen ajan
- hoitaa sairasta voimistelijaa, mikäli tämä ei pysty kilpailemaan
- huolehtii, että kaikki voimistelijat noudetaan matkan päätepisteestä

Kannustusjoukot

- mikäli kilpailumatkoille on lähdössä vanhempia kannustusjoukkoihin, joukkueenjohtaja tilaa heille majoituksen ja ruokailut mikäli he majoittuvat joukkueen mukana. Tieto mukaan lähtevistä vanhemmista tulee olla sitova jo silloin kun joukkueet ilmoitetaan. Jälki-ilmoittautumisia ja tilauksia ei tehdä
- kannustajaksi voi lähteä, jos linja-autossa on tilaa (otetaan mukaan ilmoittautumisjärjestyksessä)
- kilpailuihin mukaan lähtevät vanhemmat toimivat matkanjohtajan ja valmentajien päättämien aikataulujen ja sääntöjen mukaisesti

- kilpailumatkoilla paluumatkan lähtöaikataulu suunnitellaan edellisenä iltana, kun tiedetään seuran joukkueiden mahdollinen loppukilpailupaikka
- kilpailumatkat ovat myös ”koulutusmatkoja”, jossa kannustetaan samalla seuran muita joukkueita
- kannustajat muistavat myös terveelliset ja hyvät käytöstavat sekä ovat esimerkkinä voimistelijoille

Kilpailumatkasäännöt

- valmentajat suunnittelevat kilpailuviikonlopun aikataulun ja ohjelman oman joukkueensa osalta. Mukana olevat huoltajat auttavat valmentajia, jotta kaikki sujuisi joustavasti
- kilpailuissa kannustetaan kaikkia joukkueita ja varsinkin oman seuran joukkueiden kilpailusuorituksia tullaan katsomaan ja kannustamaan (mikäli joukkueen aikataulu sen sallii).
- joukkueet toimivat kilpailuissa REILUN PELIN -hengessä
- myös katsomossa noudatetaan katsomon pelisääntöjä
- jokainen edustaa joukkueensa lisäksi myös omaa seuraansa eli kilpailuissa tulee käyttää seuran/jaoston edustusasiaa ja kiinnittää huomiota asialliseen käyttäytymiseen ja kielenkäyttöön
- koska kyseessä on joukkuelaji, tulee jokaisen mukanaolijan huolehtia omalta osaltaan tunnelman säilymisestä. Joukkueetoverit pitää ottaa huomioon, eikä sooloiluja sallita
- kilpailumatkalla ei herkutella. Kotiin saa siis jättää kaikki sokeriset ja suolaiset herkut ja naposteltavat. kilpailusuorituksen jälkeen voidaan oman valmentajan johdolla sopia, mitä pientä herkkua voidaan syödä
- kilpailumatkoilla (matkat ja majoitus) kuljetaan yhdessä joukkueena. Myös kilpailupaikalla liikutaan joukkueen ja valmentajan mukana. Kilpailumatkat eivät ole perheen lomamatkoja!
- kilpailuihin lähtöpäivänä kouluun mennään aamulla normaalisti ja lähdetään max.2 tuntia ennen kilpailuihin lähtö aikaa. Poikkeusajoista huoltaja neuvottelee opettajan/rehtorin kanssa
- voimistelujaoston hallitus suosittelee, että kilpailujen jälkeisenä koulupäivänä kouluun mennään lukujärjestyksen mukaisesti

Valmennustoiminnan vastuuhenkilöt

Valmennuspäällikkö

- toimii kilparyhmien ohjaajien esihenkilönä
- suunnittelee, kehittää, seuraa ja arvioi jaoston valmennustoimintaa yhdessä valmennustiimin kanssa
- tekee yhteistyötä ikäkausivastaavien ja vastuvalmentajien kanssa
- suunnittelee jaoston voimisteluleirin sisällön yhdessä valmennustiimin kanssa
- suunnittelee ikäkausien yhteistoimintaa yhdessä valmennustiimin kanssa
- kutsuu koolle valmennustiimin ja ikäkausivastaavat
- kokoaa valmennuksen vuosikelloon yhdessä valmennustiimin kanssa
- tiedottaa valmentajia jaoston hallituksen kokousten asioista
- valmistelee ja ehdottaa ikäkausivastaavien kanssa jaoston vuosittain palkittavan joukkueen ja valmentajan
- suunnittelee välinehankinnat yhdessä harrastevastaavan kanssa
- kerää joukkueiden ja harrasteryhmien salivuorotoiveet (kesä- ja talviaikojen salivuorot) ja kokoaa ne yhteen
- toimittaa salivuorotoiveet pääseuran yhdyshenkilölle
- osallistuu mahdollisiin kaupungin ja seuran/jaoston järjestämiin salivuoropalaveriin
- ilmoittaa valmentajille /ohjaajille ja voimistelujaoston hallitukselle toteutuneet salivuorot
- tarkistaa koulujen rehtoreilta salivuorojen alkamis- ja päättymisajankohdan (sekä informoi valmentajia niistä)
- vakiovuorojen peruuntuessa hankkii tilalle tilapäiset vuorot
- hankkii koulujen ja varustekaappien avaimet ja jakaa ne valmentajille ja ohjaajille
- tiedottaa jaostoa sekä valmentajia ja ohjaajia koulujen salien säännöistä
- toimii yhdyshenkilönä salivuorojen vaihdoissa (oma seura/muut seurat)
- nettisivut (kilparyhmät)

Ikäkausivastaava

- vastaa ikäkauden joukkueista
- ikäkauden joukkueiden kausi- ja harjoitussuunnitelmien läpikäynti ja niiden kehittäminen sekä seuranta valmentajien kanssa

- vastaa ikäkauden joukkueiden kokoonpanojen muodostamisesta ja koordinoi tiedottamisen jojoille
- pitää ikäkauden valmentajien yhteiset palaverit, vähintään 1/kausi
- yhteistyön kehittäminen eri ikäkausien ja ikäkauden joukkueiden välillä
- pitää ikäkauden yhteistreenejä säännöllisesti
- tukee ja valvoo ikäkauden valmentajien työtä
- toimii linkkinä jaoston, valmennustiimin ja ikäkauden valmentajien välillä

Valmentaja

- allekirjoittaa työsopimuksen vuosittain (elokuun alku)
- noudattaa seuran ja voimisteluliiton sääntöjä, jaoston toimintaohjeita sekä toimii jaoston arvojen mukaisesti
- sitoutuu joukkueen valmennukseen koko kaudeksi
- on paikalla ajoissa ja ohjaa harjoitukset sovitusti
- toimii yhteistyössä muiden valmentajien kanssa
- osallistuu joukkueen kauden suunnitteluun
- huolehtii, että harjoituksissa on kaikilla turvallista harrastaa ja kohtelee kaikkia tasapuolisesti.
- huomioi jokaisen voimistelijan ikätason ja antaa positiivista sekä rakentavaa palautetta tasapuolisesti harjoituksen aikana
- vastaa harjoitusten aikana käyttämästään tilasta ja välineistä. Jättää tilat ja käyttämänsä välineet samaan kuntoon/paikkaan kuin ne olivat ennen harjoitusten alkua. Ilmoittaa rikkoutuneista välineistä valmennuspäällikölle.
- huolehtii, että kaikki voimistelijat tullaan hakemaan harjoitusten päätyttyä
- valmennustilanteissa pukeudu urheiluasusteisiin
- kilpailuissa, leireillä, yhteisissä tapahtumissa yms. käytä seuran edustusasua
- toimii esimerkkinä voimistelijoille (harjoituksissa, kilpailuissa, esiintymisissä, sosiaalisessa mediassa)
- huomiothan, että edustat sosiaalisen median tileillä myös seuraa
- huolehtii osaamisestaan kouluttautumalla omien sekä jaoston resurssien puitteissa
- koulutuksen käytyään valmentaja sitoutuu valmentamaan seurassa vuoden ajan. Mikäli vaihtaa seuraa vuoden sisällä, maksaa itse puolet viimeisimmästä kurssista

- osallistuu valmentajien yhteisiin palaveriin sekä jaoston ja valmentajien yhteisiin palaveriin ja kehityskeskusteluihin
- mikäli on estynyt tulemaan harjoituksiin, ilmoittaa siitä hyvissä ajoin sekä hoitaa sijaisjärjestelyt
- mikäli valmentaja lopettaa valmentamisen, tulee hänen ilmoittaa hyvissä ajoin, mielellään edellisen kauden lopussa

Vastuuvalmentaja

- yllä olevat valmentajan tehtävät sisältyvät myös vastuupalmentajalle
- ottaa päävastuun joukkueen valmennuksesta koko kaudeksi (kauden aikataulutus, harjoitussuunnitelmat, kilpailuohjelmat)
- tekee yhdessä joukkueen kanssa kauden tavoitteet sekä pelisäännöt
- käy kausikeskustelut voimistelijoiden kanssa
- käy läpi ikäkausivastaavan kanssa seuraavan kauden suunnitelmat
- pitää yhteyttä huoltajiin ja osallistuu huoltajien palaveriin
- merkitsee läsnäolot myClubiin
- ilmoittaa jojolle sekä jaoston kisakalenteriin joukkueen kauden kilpailut
- huolehtii joukkueen kilpailumusiikin lähettämisestä jojolle
- huolehtii tiedotuksesta yhdessä jojon kanssa
- laatii yhdessä jojon kanssa joukkueen kauden budjetin
- tekee yhdessä jojon kanssa joukkueen seuraavan vuoden toimintasuunnitelman (lokakuu) sekä edellisen vuoden toimintakertomuksen (tammikuu)
- osallistuu valmennustiimin palaveriin ja yhteiseen päätöksentekoon
- ei lakkauta joukkueensa toimintaa keskustelematta ikäkausivastaavien kanssa

Valmentajia ja ohjaajia koskevat erityisohjeet

- valmentajat ja ohjaajat maksavat seuran jäsenmaksun.
- kauden alussa kaikki valmentajat/ohjaajat tekevät kirjallisen työsopimuksen jaoston kanssa.
- kaikilta alaikäisten kanssa toimivilta valmentajilta ja ohjaajilta pyydetään nähtäväksi rikosrekisteriotte. Seura maksaa rikosrekisteriotteen kulut kululaskua vastaan.

- valmentajan ja ohjaajan tulee käydä kehityskeskustelu valmennuspäällikön kanssa kerran vuodessa.
- Majoitus- ruokailukulut: Voimistelujaosto maksaa yhden valmentajan majoitus- ja ruokailukulut per kilpailu per joukkue. Mikäli joukkueen mukaan kilpailuihin lähtee useampi valmentaja, niin näistä aiheutuvat kulut maksaa joukkue. Mikäli valmentaja valmentaa useampaa joukkuetta kisaviikonlopun/päivän aikana, niin hänen kulunsa jaetaan joukkueiden kesken. Erityisesti pienemmillä joukkueilla on kisoissa usein tarve useammalle valmentajalle, siksi suositellaan, että kauden alussa huoltajat, valmentajat sekä jojo sopivat yhdessä mikäli useampi valmentaja lähtee kilpailuihin joukkueen mukaan.
- Muut matkakulut: valmentajan matkakulut (juna/bussiliput) maksaa joukkue, kun valmentajalla osallistuu oma valmennettava joukkue kilpailuihin. Mikäli valmentaja valmentaa useampaa joukkuetta kisaviikonlopun/päivän aikana, niin hänen kulunsa jaetaan hänen valmentavien joukkueiden kesken.
- mikäli valmentaja lähtee katsomaan kilpailuja ilman joukkuettaan, maksaa hän kaikki kulut itse.
- valmentaja, joka itse kilpailee, ja hänellä ei ole valmennettavaa joukkuetta mukana kisoissa, maksaa hän kilpailumaksuista samalla tavalla kuin kaikki muutkin voimistelijat
- Jos valmentaja lähtee valmennettavan joukkueen valmentajaksi ja osallistuu myös itse voimistelijana oman joukkueensa kilpailusuoritukseen, kulut jaetaan puoliksi valmennettavan ja oman kilpailujoukkueen kesken.
 - Mikäli voimisteleva valmentaja on joukkueen ainoa joukkueen mukaan lähtevä valmentaja, niin tällöin valmentaja maksaa puolet omista majoitus- ja ruokailukuluistaan sekä muista matkakuluistaan (juna/bussiliput), jaosto maksaa puolet ruuasta ja majoituksesta (eli ns. valmentajan osuuden). Valmennettava joukkue maksaa puolet muista matkakaluista (juna/bussiliput).
 - Muissa tapauksissa: Voimisteleva valmentaja maksaa puolet omista majoitus- ja ruokailukuluistaan sekä muista matkakuluistaan (juna/bussiliput), ja valmennettava joukkue maksaa toisen puolen majoitus- ja ruokailukuluista sekä muista matkakaluista (juna/bussiliput).
 - mikäli valmentaja lähtee kilpailuihin toisen valmentajan sijaiseksi, noudatetaan yllä olevia korvauskäytänteitä. Tämä vain silloin, jos joukkueen vakituinen valmentaja on estynyt lähtemään kisoihin ja joukkueella ei ole muita valmentajia.

- mikäli joukkue lähtee kilpailuihin muulla kuin seuran tarjoamalla kyydillä, jaetaan valmentajien matkakulut joukkueen voimistelijoiden kesken. Mikäli kilpailuihin ei ole menossa muita joukkueita sovelletaan yllä olevia ohjeistuksia kustannusten jaosta.
- joukkueet voivat osallistua halutessaan kilpailuihin, joita ei ole ilmoitettu toimintasuunnitelmassa. Tällöin joukkue maksaa itse kaikki kilpailusta ja matkoista aiheutuvat kulut (myös joukkueensa valmentajan/valmentajien kulut). Mikäli joukkue on ilmoittanut osallistumisensa toimintasuunnitelmassaan, sovelletaan yllä olevia ohjeistuksia

Joukkueenjohtaja

- hoitaa joukkueen ja jaoston välistä tiedottamista ja raha-asioita
- huolehtii oman joukkueen laskutuksesta (tuotetilaukset, kisa- ja leirimatkat). HUOM! Kaikkiin joukkueen tilauksiin ja esim. ylimääräisiin salivuokrauksiin ilmoitetaan jaoston laskutusosoite (verkkolaskutiedot tai laskutus@ktu.fi) ja viitteeksi joukkueen nimi ja tilaaja.
- toimii yhteistyössä valmentajan kanssa ja huolehtii, että valmentajalla on valmennusrauha
- huolehtii, että kilparyhmien vanhemmat hankkivat lapsilleen kilpailulisenssit. Lisenssit tulee olla hankittuna syksyllä syyskuun loppuun mennessä ja keväisin tammikuun loppuun mennessä.
- huolehtii voimistelijakortit huoltajille täyttämistä/ päivittämistä varten kausittain
- huolehtii, että jäsenrekisterivastaavalla on ajan tasalla oleva lista joukkueen jäsenistä (ilmoittaa uusista tai lopettaneista voimistelijoista). Ilmoitukset osoitteeseen laskutus@ktu.fi.
- kutsuu koolle joukkueen vanhempien palaverit tarvittaessa, vähintään kerran kaudessa (kauden alussa) ja kertaa käytännöt
- hoitaa joukkueen juoksevat asiat (mm. esiintymiset, talkoot, ilmoittautumiset leireille ja kilpailuihin, kilpailujen ruokailut, hankinnat, yms.)
- pitää kirjaa joukkueen tuloista ja menoista sekä ilmoittaa muutoksista rahatilanteessa laskutustiimille (laskutus@ktu.fi)
- laatii yhdessä vastuovalmentajan kanssa joukkueelle kauden budjetin ja ilmoittaa sen huoltajille
- laatii yhdessä vastuovalmentajien kanssa seuraavan vuoden toimintasuunnitelman (lokakuu) sekä joukkueen edellisen vuoden toimintakertomuksen (tammikuu)

- tarvittaessa huolehtii myös matkojen, majoitusten ja ruokailujen varaamisesta (käytäntö sovitaan kauden alussa jaoston kokouksessa). Ilmoittaa matkavastaavalle kaikki (voimistelijat, valmentajat, huoltajat, kannustusjoukot) kilpailuihin lähtevät
- ennen kilpailuihin/leirille lähtemistä ohjeistaa huoltajille huoltajan tehtävät sekä kannustajille kannustajien roolit
- kouluttaa seuraajan tehtävään jojon vaihtuessa

Koulutus

- voimistelujaoston hallitus määrittelee vuosittain koulutusbudjetin, jonka puitteissa koulutusvastaava suunnittelee koulutukset
- valmentajan/ohjaajan tulee käydä vähintään Voimisteluliiton Voimistelukoulu-koulutus sekä 1-tason koulutukset
- koulutusmaksut maksaa jaosto. Koulutuksen valintaan vaikuttaa kurssin sopivuus valmentajan tasolle, ajankohtaisuus ja tarpeellisuus. Koulutukseen ilmoittautumisesta tehdään ilmoitus jaoston koulutusvastaavalle. Koulutukseen ilmoittautumisen hoitaa hyväksynnän jälkeen valmentaja itse ja koulutuksen toteutumisen jälkeen ilmoitus koulutusvastaavalle minkä koulutuksen on käynyt
- valmentajat voivat osallistua kauden aikana yhteen koulutukseen jaoston kustannuksella. Mikäli kiinnostusta ja tarvetta on useampaan koulutukseen kauden aikana, päättää jaosto siitä erikseen rahatilanteen mukaan
- matkakulut koulutuksiin maksaa jaosto halvimman kulkuneuvon mukaan
- mikäli valmentaja peruu koulutukseen menonsa Voimisteluliiton eräpäivän jälkeen, maksaa hän itse koulutuksesta aiheutuneet kulut. Lääkärintodistusta vastaan jaosto maksaa peruutuskulut

Joukkuevoimisteluvalmentajan koulutuspolku



<https://www.voimistelu.fi/ohjaajille-ja-valmentajille/koulutuspolku/lajiivalmentaja/>

Valmentajien koulutuspolku

	koulutus	tavoite suoritusvuosi aloituksesta
1-TASO	Voimisteluohjaajan startti	ensimmäinen vuosi
	Voimistelukoulukoulutus	ensimmäinen vuosi
	Laatua lapsuusvaiheen ohjaukseen	ensimmäinen vuosi
	Lajitaidon peruskoulutus	toinen vuosi
	Fyysisen valmennuksen peruskoulutus	toinen vuosi
	Valmennuksen suunnittelu ja seuranta	kolmas vuosi
2-TASO	Tuomarikoulutus 3-taso (kurssi 1 ja 2)	
	Lajikohtainen lisäpäivä	neljäs vuosi

	Voimisteluvälmentäjän jatkokoulutus	viides vuosi
3-TASO	Tuomarikoulutus 2-taso (kurssi 3)	
	Tuomarikoulutus 1-taso (kurssi 4)	kuudes vuosi
	Valmentajan ammattitutkinto Lajitaito (+VAT)	kahdeksas vuosi

Harrasteryhmien ohjaajien koulutus

Lasten ja nuorten harrasteryhmien (ei kilpailevat ryhmät) ohjaajilla tulee olla käytynä vähintään Voimistelukoulu koulutus (32h). Tämän lisäksi tanssillisen voimistelun ohjaajat voivat halutessaan käydä tanssillisen voimistelun lajitaidon peruskoulutuksen (22h). Aikuisten ryhmien ohjaajilla voi halutessaan käydä ryhmäliikunnan ohjaajan peruskoulutuksen (8h). Sen lisäksi ohjaajat voivat lisätä osaamistaan erilaisissa teemakoulutuksissa.

Tuomarit

- liiton ohjeistuksen mukaan kaikki tuomarit tuomaroivat vuodessa vähintään kaksi kertaa sekä päivittävät osaamistaan liiton järjestämässä tuomarikokeissa ja seminaareissa
- uuden tuomarikurssin käytyään, tuomari sitoutuu tuomaroimaan vähintään neljässä kilpailuissa Kellon TU:n nimissä
- tuomarit sitoutuvat antamaan pyydettyä tuomaripalautetta seuran kilpajoukkueille sekä toimimaan tuomarina katselmuksessa
- jaosto hankkii tuomarilisenssit kauden alussa
- Voimisteluliiton mestaruuskilpailuista liitto maksaa tuomarille kisapäiviltä päivärahat, järjestävä seura maksaa majoituksen, ruokailut ja matkat
- TUL:n mestaruuskilpailuista liitto maksaa tuomarille kisapäiviltä päivärahat, järjestävä seura maksaa majoituksen, ruokailut ja matkat
- Voimisteluliiton Cup kilpailuista oma seura maksaa tuomarin kaikki kulut

- jaosto maksaa tuomarikorvauksen kilpailujen tuomarointipäivästä Voimisteluliiton ohjeistuksen mukaisesti: 10€/h, minimissään 40€/päivä. Kilpailupäivän keston katsotaan alkavan tuomarikokouksesta ja päättyvän oman tuomaroinnin loppumiseen. Mahdollisen korvauksen lisäksi suositellaan korvattavaksi mahdolliset matka- ja majoituskulut seuran matkustussäännön mukaisesti.

<https://www.voimistelu.fi/kilpavoimistelu/kilpailun-jarjestajalle/kilpailujen-jarjestaminen/talous-ja-maksut/>.

- Tuomari ilmoittaa kuluista kululaskupohjalla osoitteeseen laskutus@ktu.fi

Yhteistyökumppanit

<https://urheiluhierojaoulu.com>

<https://www.facebook.com/Hannanhierontapalvelu/>

https://www.ktu.fi/seuran_esittely/jasenedut/

Voimistelujaoston vuosikello

Tammikuu

- Suomen Voimisteluliiton vuositilasto (viim. 15. pv)
- kauden harjoitussuunnitelmat valmentajilta (viim. 15. pv)
- kilpailu- ja liikuntatoimintaan osallistuneiden määrät TUL:n (viim. 31. pv)
- kevään toimintamaksut
- vanhempien palaverit
- edellisen vuoden toimintakertomus (31. pv)
- 10.pvä palkat (marras-joulu)
- jaoston ja valmentajien/ohjaajien kauden aloituspalaveri
- Tunnusten siivous (päättäneiden poistaminen ja uusien luominen)
- Tukirahaston viimeinen hakupäivä 31.1

Helmikuu

- Tukirahaston päätösten ilmoittaminen 15.2 mennessä
- seura-asutilaukset
- koko jaoston yhteinen varainhankinta (Gutz, Sukkatukku, yms.)
- kesän salivuorohakemukset

Maaliskuu

- pääseuran kevätkokous
- lähiseurojen kisakatselmus
- syksyn salivuorohakemukset
- 10.pvä palkat (tammi-helmikuu)
- järjestettävien kilpailujen haku

Huhtikuu

- seuran kisakatselmus
- joukkueisiin haku
- syksyn ryhmien perustaminen
- kilpailut

- kesätyöntekijöiden haku
- kesätoiminnan mainonta (kesäjummat, lasten päiväleiri)

Toukokuu

- kilpailut
- kevätnäytös
- tyytyväisyyskyselyt
- valmentajien kehityskeskustelut
- syksyn ryhmien mainostaminen
- 10.pvä palkat (maalis-huhti)
- kevään tyytyväisyyskyselyjen tulokset julki

Kesäkuu

- jaoston suunnittelu- ja kehittämispäivä
- jaoston toimintaohjeiden päivitys
- valmennuksen vuosikellon päivitys
- tiedotuksen vuosikellon päivitys
- salivuorojen jako
- kesäleirit lapsille
- matka- ja kulukorvausten haku
- ryhmiin ilmoittautuminen netissä
- ikäkausien treeni- ja testausillat
- mainokset syksyn harrastetarjonnasta

Heinäkuu

- lomakuukausi
- 10.pvä palkat (touko-kesä)

Elokuu

- mainokset harrastetarjonnasta
- kilpailulisenssien ja vakuutusten hankinta
- voimistelukoulupassien hankinta
- voimistelijoiden viikonloppuleiri

- jaoston ja valmentajien/ohjaajien kauden aloituspalaveri
- vanhempien palaverit
- koko jaoston yhteinen varainhankinta (Gutz, Sukkatukku, yms.)
- Tunnusten siivous (päätyneiden poistaminen ja uusien luominen)
- Tukirahaston viimeinen hakupäivä 31.8

Syyskuu

- Tukirahaston päätösten ilmoittaminen 15.9 mennessä
- syyskauden harjoitus suunnitelmat valmentajilta/ohjaajilta (viim. 15. pv)
- seura-asutilaukset
- seurapaita-päivä (ulkoilutapahtuma perheille)

Lokakuu

- toimintasuunnitelmat joukkueilta seuraavalle vuodelle (15. pv)
- lähiseurojen kisakatselmus

Marraskuu

- jaoston toimintasuunnitelma, talousarvio ja kokoonpano seuraavalle vuodelle
- seuran kisakatselmus
- kilpailut
- mainokset kevään harrastetarjonnasta
- 10.pvä palkat (elo-loka)
- joukkueisiin haku

Joulukuu

- seuran joulujuhla
- kevään harrasteryhmien ilmoittautumisen avautuminen
- palkittavien valinta
- matkalaskut

Valmennuksen vuosikello

Tammikuu

- valmentaja- ja ohjaajatiimin kauden aloituspalaveri
- kevätkauden harjoitussuunnitelmat tehtynä
- joukkueiden valokuvaus ja nettisivujen päivitys
- vanhempien palaverit
- pukusuunnitelmat tilaukseen

Helmikuu

- valmennustiimin palaveri
- ystävänpäivä-treeni
- oman seuran tuomarikatselmuspäivä
- kesän salivuorohakemukset

Maaliskuu

- lähiseurojen kisakatselmus
- yhteiset liikkuvuustestit
- syksyn salivuorohakemukset

Huhtikuu

- valmennustiimin palaveri
- seuran kisakatselmus
- Voimisteluliiton leirien haku
- seuraavan kauden suunnittelu valmentajatiimillä (menneen kauden arviointi), vuosikello, painopisteet, kisat, palautekeskustelut, kauden teema)
- kilpailut
- seuraavan kauden kilparyhmiin haku

Toukokuu

- kilpailut
- kevätnäytös

Kesäkuu

- valmennustiimin palaveri
- voimistelijoiden palautekeskustelut/kyselyt pidettynä
- ikäkausien testaus (liikkuvuus ja Kasva Urheilijaksi)
- salivuorojen jako

Heinäkuu

- lomakuukausi

Elokuu

- valmennustiimin palaveri
- valmentaja- ja ohjaajatiimin kauden aloituspalaveri (jaosto ja jojat mukana!) - voimistelijoiden viikonloppuleiri
- ikäkausien testaus (liikkuvuus ja Kasva Urheilijaksi)
- joukkueen valokuvaus ja nettisivujen päivitys
- syyskauden harjoitussuunnitelmat tehtynä

Syyskuu

- vanhempien palaverit pidettynä
- oman seuran tuomarikatselmuspäivä

Lokakuu

- valmennustiimin palaveri
- lähiseurojen kisakatselmus
- kilpailut

Marraskuu

- seuran kisakatselmus
- kilpailut
- seuraavan kauden kilparyhmiin haku
- seuraavan kauden suunnittelu valmennustiimillä (menneen kauden arviointi), katsaus kevääseen: vuosikello, painopisteet, kisat, palautekeskustelut, kauden teema)

Joulukuu

- kilpailut

- seuran joulujuhla
- yhteiset liikkuvuustestit

Viestinnän vuosikello

Helmikuu

- Kello Cupiin ilmoittautuminen alkaa
- Nuvo-tiimin esittely ja uusien rekry
- 14.2. Ystävänäpäivä
- Kello Cup -mainos
- Joukkuekuvaukset / Laura, Jukka

Maaliskuu

- Kello Cupin ilmoittautumistilanne
- 8.3. Naisten päivä
- Viikko 10 Hiihtolomakuulumisia
- Oulun seudun kisakatselmus
- Treeni- ja kisakuulumisia

Huhtikuu

- Pääsiäinen
- x.4. Kello Cup lipunmyynti
- Livestreamin mainonta
- Behind the scenes -tarinoita kalustosta ja talkoolaisista
- Mainostetaan valittuja yhteistyökumppaneita (esim. striimialusta)
- 27.4. Kello Cup
- Kisakuulumisia

Toukokuu

- Kesäleirimainos

- Äitienpäivä
- Kisakuulumisia
- Kevätnäytösmainos
- Kevätnäytös

Kesäkuu

- Kevätnäytöskooste
- Koulut päättyy
- Valmistuvien muistaminen
- x.6. Kesäleiri 1
- x.6. Kesäleiri 2
- Joukkueiden kesätreenit
- Joukkueiden päättärit
- Juhannus (loma alkaa)
- Yhteistyökumppaneiden mainonta
- Syksyn harrastetarjonta

Heinäkuu

- Ryhmiin ilmoittautuminen
- Joukkueiden lomakuulumisia

Elokuu

- Seuran oma leiri
- 12.8. kansainvälinen nuorisopäivä

Syyskuu

- Joukkueiden kuulumisia
- xx Valmentajien teemaviikon aloitus
- 25.9. Valmentajan päivä
- 27.9. Seurapaitapäiväinfo
- x.9. Seurapaitapäiväkuvat

- Koulujen kerhot

Lokakuu

- 1.10. Valtakunnallinen heijastinpäivä
- 11.10. Tyttöjen päivä
- xx.10. Syyslomatiedote
- Vko 43 Syyslomakuulumisia
- xx Kisakatselmus
- Harrasteryhmien kuulumisia
- Seurasydän

Marraskuu

- 2.11. TUL Oulun piiri -kilpailut - KTUn järjestämä
- Marraskuun toinen sunnuntai on isänpäivä
- 20.11. Lasten oikeuksien päivä
- Seurasydän

Joulukuu

- 3.12. Kansainvälinen vapaaehtoisten päivä
- Harrasteryhmiin ilmoittautuminen
- Palkitsemiset
- Joulutauko
- Uusi vuosi
- Kooste kuluneesta vuodesta
- Ohjelmien teemat
- Harrasteryhmien kuulumiset
- Joukkueiden kuulumisia
- Seurasydän