



TAMPEREEN
NAISVOIMISTELIJAT RY

**TAMPEREEN NAISVOIMISTELIJAT TNV RY
TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2021**



1 SEURA

Tampereen Naisvoimistelijat ry (TNV) on perustettu vuonna 1898 ja se on Tampereen vanhin ja Suomen toiseksi vanhin suomenkielinen yhä toimiva naisvoimisteluseura.

1.1 Toiminta-ajatus

TNV edistää harrastajien ja kilpailijoiden suosimaa ja arvostamaa voimisteluliikuntaa. TNV tarjoaa terveyttä edistävää liikuntaa, elämyksiä, voimistelun iloa sekä mahdollisuuksia onnistua ja toimia yhdessä niin seuratyössä kuin voimisteluliikunnassakin elämänkaaren kaikissa vaiheissa.

1.2 Arvot

Erilaisuus voimavarana, talkoohenki, ihmisläheisyys, muutosvalmius, vapaaehtoisuus, sosiaalisuus

2 JÄSENET

TNV:n toiminta on tarkoitettu kaikille, ikään tai sukupuoleen katsomatta.

3 OHJAAJAT

TNV:n toiminnassa on mukana noin 35 ohjaajaa, jotka saavat työstään ohjauspalkkion. Tai he tekevät työtään vapaaehtoistyöntekijöinä, jolloin heille maksetaan ohjaustyöstään kulukorvauksia.

4 HALLINTO

TNV:n toiminnasta vastaa noin 15 aktiivia, toimi-, luottamus-, vastuu- ja yhdyshenkilöä. Nämä henkilöt tekevät vapaaehtoistyötä ja heille voidaan maksaa kulukorvauksia. Johtokunta päättää heidän eduistaan, mm. alennuksista jäsenmaksuissa. Kokouspalkkioita ei makseta.

Lisäksi erilaisissa TNV:n tapahtumissa tekee vapaaehtoistyötä merkittävä määrä muita talkoolaisia.



4.1 Kokoukset

TNV:lla on kaksi varsinaista sääntöjen määräämää kokousta kaikille jäsenille: kevätkokous helmi-huhtikuussa ja syyskokous loka-joulukuussa.

4.2 Johtokunta

Johtokunta vastaa seuran kokousten päätösten toteuttamisesta, toiminnan johtamisesta ja kehittämisestä, talouden hoitamisesta, tiedotuksesta, toiminnan ja talouden suunnittelusta ja seurannasta, toiminnan arvioinnista ja resursoinnista.

Johtokuntaan kuuluu puheenjohtaja ja neljä jäsentä, joiden toimiaika on kaksi vuotta. Varajäseniä on kaksi.

Johtokunta kokoontuu joka kuun toisella viikolla klo 17.00 heinäkuuta lukuun ottamatta. Kokouspäivä päätetään tammikuun 2021 johtokunnan kokouksen yhteydessä. TNV:n toimistolla osoitteessa Tiiliruukinkatu 12 A 21. Ohjaajilla, työryhmien puheenjohtajilla ja jäsenillä sekä muilla seuran vastuu- ja yhdyshenkilöillä on läsnäolo- ja puheoikeus muttei äänioikeutta johtokunnan kokouksissa. Johtokunnan kokouksien asialistalle voi esittää asioita, ja osallistua kokouksiin ko. asian käsittelyn osalta.

4.3 Työryhmät

TNV:n voimistelutoiminnan kehittämisestä ja suunnittelusta yhdessä johtokunnan kanssa vastaavat työryhmät. Vuoden 2021 johtokunta valitsee vuoden työryhmät ja näiden puheenjohtajat, jotka toimivat vastuuhenkilöinä.

4.4 Toimihenkilöt

TNV:llä on sihteeri ja rahastonhoitaja, jotka tekevät vapaaehtoistyötä. Heille voidaan maksaa kulukorvauksia. Vuoden 2021 johtokunta valitsee sihteerin ja rahastonhoitajan, kun on järjestäytynyt.

4.5 Vastuu- ja yhdyshenkilöt

Johtokunta valitsee tiettyihin työtehtäviin, ryhmiin ja liikuntamuotoihin omat vastuu- tai yhdyshenkilönsä.

4.6 Kirjanpito ja palkkahallinto

TNV:n palkkahallinnosta ja kirjanpidosta vastaa kirjanpitäjä Sari Wasström, jolta



palvelut ostetaan.

5 USKOLLISUUDEN KILTA

Tampereen Naisvoimistelijoiden Uskollisuuden Kilta, U-Kilta, on perustettu vuonna 1980 ja se on tilastonumeroltaan 56. Tuolloin jäseniä oli 25. Kiltaan kutsutaan vuosittain kauan voimistelleita seuran jäseniä. Svolin Kiltatyöryhmän ohjeiden mukaan jäsenistö muodostuu yli 10 vuotta voimistelleista, mutta TNV:n mukaan myös vain yli 50-vuotiaista henkilöistä.

TNV:n U-Killan toiminta-ajatuksena on antaa liikunnallista, henkistä, kulturellista ja mukavaa yhdessäoloa kauan voimisteluseurassa olleille jäsenilleen.

Uskollisuuden Kilta tekee oman toimintasuunnitelmansa tämän toimintasuunnitelman liitteeksi. (liite 1)

6 JÄSENYYS MUISSA JÄRJESTÖISSÄ JA YHTEISÖISSÄ

TNV on jäsenenä Suomen Voimisteluliitossa, Hämeen Liikunta ja Urheilu ry:ssä (HLU) sekä Tampereen Urheilun Edistämisseurassa (TUES, seuran edustajana on Riitta Silas).

7 VOIMISTELU- JA LIIKUNTATOIMINTA

Vuonna 2021 seuran toiminnan lähtökohtana on turvallinen harjoittelu, tunteja toteutetaan koronatilanteen sallimissa puitteissa. TNVn johtokunta seuraa koronatilannetta, ja noudatamme viranomaisten, Terveystieteiden tutkimuskeskuksen (THL), sosiaali- ja terveysministeriön (STM), aluehallintoviraston (AVI) sekä Voimisteluliiton ohjeistuksia ja suosituksia asiaan liittyen. Tarvittaessa teemme tiivistä yhteistyötä paikallisten terveystieteiden kanssa, ja toimimme annettujen ohjeiden mukaan.

Terveenä harjoitukseen tuleminen ja hyvän käsihygienian noudattaminen ovat etusijalla. Johtokunta seuraa, toimii ja tiedottaa.

2021 TNVn järjestämät liikuntamuodot:

Lasten ja nuorten liikunta: monipuolinen liikunta

Aikuisliikunta: monipuolinen terveyttä edistävä liikunta

Tanssillinen voimistelu: harrasteliikunta lapsille, nuorille ja aikuisille sekä kilpatoiminta lapsille, nuorille ja aikuisille

Lisäksi tarjoamme perheliikuntaa ja vauvajumppaa kysynnän mukaan.



7.1 Harrasteliikunta ja -voimistelu

TNV:n liikuntamuodot kilpailevia joukkueita lukuun ottamatta ovat harrasteliikuntaa ja -voimistelua. Viikoittaisia harrasteryhmien harjoituskertoja järjestetään yli 20.

Viikoittainen harrasteryhmien ohjelma kevätkaudella 2021, 7.1.2021-9.5.2021, on esitetty tämän toimintasuunnitelman liitteessä. Syyskauden 2021 viikoittain toteutuva ohjelma: lapset ja nuoret 23.8.2021-12.12.2021, aikuiset 30.8.2021-12.12.2021. Syyskauden ohjelma ja ajankohdat tarkistetaan ja vahvistetaan kesän aikana.

Kesäkaudella 2021: 18.5.2021-26.8.2021. TNV järjestää kaikille avointa maksullista kesäjumppaa viikoittain tiistaisin ja torstaisin iltaisin. Muut mahdollisesti järjestettävät kesäjummat järjestetään kysynnän mukaan.

TNV järjestää vuoden aikana ylimääräisiä harjoituskertoja tapahtumia, näytöksiä, esiintymisiä ja kilpailuja varten.

7.2 Kilpavoimistelu

Tanssillinen voimistelu on Voimisteluliiton virallinen laji. TNV:n tanssillisen voimistelun kilpajoukkueet vuonna 2021 Vega (9-10 v.), Lumo (16-19v.) ja Iris (yli 20-vuotiaat). Perustetaan uusi lasten voimistelujoukkue. Minimivoimistelijamäärä on 6 voimistelijaa/joukkue.

Joukkueet kilpailevat säännöllisesti Voimisteluliiton valtakunnallisissa tanssillisen voimistelun kilpailuissa, tanssillisen voimistelun Cup-kilpailuissa, erillisissä seurakilpailuissa sekä valtakunnallisessa Voimistelun ja tanssin Lumo -kilpailuissa.

Seuran toimintasuunnitelman liitteeksi on laadittu kunkin joukkueen oma toimintasuunnitelma. Joukkueen toimintasuunnitelma pitää sisällään alustavat harjoituskerrat ja kilpailut kevääksi 2021. Kesän ja syksyn 2021 harjoitusajat sekä syksyn 2021 kilpailut päätetään joukkuekohtaisesti joukkuekokoonpanon sekä kilpailukalenterin mukaan. (liitteet 2-5)

7.3 Muu liikuntatoiminta

7.3.1 Näytös- ja esiintymistoiminta

Tavoitteena on, että TNV järjestää 2021 näytöksen ja/tai pienemmän esiintymistilaisuuden. Näytöksissä esiintyvät niin eri-ikäiset harrastajat kuin esiintyvät ryhmät ja kilpajoukkueetkin.



7.3.2 Leirit

TNV kannustaa ja tukee mahdollisuuksien mukaan lasten, nuorten sekä aikuisten osallistumista lajileireille.

7.3.3 Suurtapahtumat

TNVn voimistelijat osallistuvat Golden Age -voimistelufestivaaleille 3. - 8.10.2021, Kreetta, Kreikka. Ennen tapahtumaa järjestetään ohjelmaharjoituksia.

TNV osallistuu Suomi Gymnaestradaan 2022 Tampereella. Harjoitukset ja muu suunnittelu aloitetaan vuonna 2021.



8 KESKEISIMMÄT TOIMINTA-ALUEET JA NIIDEN TAVOITTEET VUONNA 2021

TNV:n toiminnan painopistealueet vuonna 2021 ovat:

- seuran jäsenten takaisinhanke (koronan vuoksi poisjääneet)
- harkittu, kysyntään perustuva jumppa- ja voimistelupalvelujen tarjonta
- tanssillisen voimistelun toiminnan kehittäminen sekä harraste- että kilpatasolla
- Vetovoimaa lasten voimisteluun, voimistelun tulevaisuus 2021-2024
- laatutyön jatkaminen/käynnistäminen, Tähtiseuraprojekti (aili ja lanu)

8.1 Ohjaajahuolto

TNV ylläpitää ja kehittää motivoivaa ja palkitsevaa ohjaajahuoltoa.

TNV:n ohjaajat solmivat ohjaajasopimuksen ennen työn aloittamista. Ohjaajasopimus sitoo ohjaajaa ja seuraa puolin ja toisin. Ohjaaja sitoutuu ohjaamaan sopimansa ajan seurassa. TNV:n ohjaajat hankkivat itse ensisijaisesti sijaisen tunnilleen, mikäli ovat estyneitä. Sijaisen hankinnassa ohjaajien Fb- ja WhatsApp -ryhmät ovat hyvänä apuna.

TNV tukee ohjaajien ja valmentajien kouluttautumista vuonna 2021. TNV:n tavoitteena on, että kaikki ohjaajat ovat koulutettuja ja seuran toiminta ja sen tarjoamat tunnit kehittyvät ohjaajien jatkuvan kouluttautumisen myötä. TNV pyrkii varmistamaan ohjaajiensa koulutuksen suunnitelmallisuuden tavoitteidensa saavuttamiseksi. Voimisteluliiton ja Hämeen Liikunta ja Urheilun koulutusportaitot antavat perustan koulutuksen suunnittelulle.

Johtokunta päättää tuesta tapauskohtaisesti ohjaajan anomuksen perusteella. Saadakseen taloudellista tukea, ohjaaja allekirjoittaa sopimuksen koulutuksen taloudellisesta tuesta, sekä sitoutuu ohjaamaan seurassa erillisen sopimuksen mukaisesti.

TNV anoo ohjaajilleen vuosittain haettavaksi tulevia Voimisteluliiton ja Tampereen Urheilun Edistämissäätiön stipendejä ja apurahoja.

TNV järjestää ohjaajille yhteisiä ohjaajapalavereja, joissa keskustellaan ja päätetään ohjaajille tärkeistä asioista ja muodostetaan esityksiä ja ehdotuksia johtokunnalle. Johtokunnan päätöksistä, jotka koskevat ohjaajia, tiedotetaan heille tehokkaasti ja avoimesti. Ohjaajien ja valmentajien asiantuntemus voimistelutoiminnassa otetaan käyttöön työryhmien työskentelyssä ja kehitystyössä. TNV kohtelee kaikkia tasa-arvoisesti ja pitää yhteydenottokynnyksen ohjaajien ja johtokunnan välillä matalana ja välit avoimina. TNV välittää jäsenten antaman positiivisen palautteen ohjaajille henkilökohtaisesti ja negatiivisen palautteen kaikille yhteisesti.



8.2 Markkinointi ja viestintä

TNV markkinoi ja tiedottaa sisäisesti ja ulkoisesti suunnitelmallisesti, tehokkaasti ja avoimesti. TNV:n viestinnän tavoitteena on luoda seuralle yhtenäinen ja tunnettu imago. Lisäksi tavoitteena on, että TNV:ssä toteutetaan markkinointia entistä suunnitelmallisemmin ja pitkäjänteisemmin.

Kotisivut ja Facebook ovat TNV:n ensisijaiset tiedotuskanavat. Jäsentiedotteita ja sähköpostia lähetetään tarpeen mukaan.

TNV tiedottaa jäseniään ja markkinoi seuran toimintaa sosiaalisessa mediassa Facebookissa ja Instagramissa. Facebookissa jäsenet ja seuran toiminnasta kiinnostuneet voivat "tykätä" TNV:n sivusta ja siten saada tiedotteita suoraan itselleen nopeasti ja vaivattomasti. Instagramissa jäsenet ja seuran toiminnasta kiinnostuneet voivat seurata TNV:n toimintaa. Lisäksi TNV:n tanssillisen voimistelun joukkueilla on omat Instagram-käyttäjätilit, joissa jaetaan tietoa ja kuvia joukkueiden harjoittelusta ja toiminnasta.

Paperisia tiedotteita tarvitaan edelleen esimerkiksi erilaisissa tapahtumissa ja Ikivireiden ryhmässä. Lisäksi jumppapaikkojen ilmoitustauluille viedään jumppakalenterit.

TNV tiedottaa ohjaajia ja työryhmiä heitä koskevista johtokunnan ja seuran kokousten päätöksistä erikseen sähköpostilla. Lisäksi TNV pyrkii sitouttamaan ohjaajiaan aktiiviseen tiedottamiseen siten, että ohjaajia pyydetään jakamaan tietoa jumppareille teemalla "TNV tiedottaa – tiedotathan sinäkin".

TNV viestii ja ilmoittaa toiminnastaan ja tiedottaa kokouksistaan, ohjelmastaan sekä ilmoittautumisesta paikallisiin lehtiin.

TNV hyödyntää näkyvät valtakunnalliset, kaupungin ja omat tapahtumansa, jotta tietoisuus seuran toiminnasta sekä lajin ja seuran kiinnostavuus lisääntyisi.

8.3 Lasten ja nuorten liikunta

TNV järjestää suunnitelmallista lasten ja nuorten liikuntatoimintaa. TNV on tunnettu lasten liikuttaja – seura, jossa kaikenikäiset lapset voivat harrastaa monipuolista liikuntaa sekä voimistelua harraste- tai kilparyhmissä. TNV:ssä on käytössä oma Voimistelijan polku -kaavio, joka auttaa hahmottamaan voimistelijan harrastus- ja etenemismahdollisuuksia tähdäten tanssilliseen voimisteluun.

TNV tarjoaa jokaiselle lapselle liikunnalliseen lahjakkuuteen tai taloudellisiin seikkoihin katsomatta mahdollisuuden harrastaa, kilpailla ja esiintyä niin halutessaan ja yhteisiä sääntöjä noudattaessaan. TNV tarjoaa toimintaa kaiken ikäisille lapsille ja luo selkeän polun harrastuksen jatkamiselle seurassa eri ikäkausina ja eri tavoitteilla.

TNV kehittää yhteistyötä koulujen, päiväkotien ja esikoulujen kanssa harrastajien



hankkimiseksi.

Liikunnallisen toiminnan lisäksi TNV:n lasten ja nuorten toiminnan tavoitteet ovat kasvatuksellisia. TNV antaa liikunnan lisäksi lapsille ja nuorille mahdollisuuden tavata toisiaan ja oppia yhdessä pelisääntöjä sekä luoda uusia ystävyysuhteita. Lasten ja nuorten tanssillisen voimistelun toimintasuunnitelma (liite 6).

8.4 Aikuisliikunta

TNV tarjoaa jokaiselle aikuiselle sopivaa, kiinnostavaa ja kilpailukykyistä voimisteluliikuntaa. TNV tekee tunneille tutustumisen helpoksi kaikille maksuttomalla tutustumisviikolla syksyisin ja keväisin sekä kertamaksuilla.

TNV varmistaa, että sen toiminta on laadullisesti ja kustannuksiltaan kilpailukykyistä, tuntee jäsenten tarpeet ja vastaa niihin tarjonnallaan.

Tavoitteena on toiminta- ja työkyvyn ylläpito, hyvä olo ja virkistys sekä ilo ja yhteiset elämykset.

TNV kehittää ikäihmisten liikuntaa ja monipuolista kiltatoimintaa. TNV järjestää erityisiä matalan kynnyksen ryhmiä esim. liikuntaharrastusta aloitteleville. Aikuisliikunnan toimintasuunnitelma (liite 7).

8.5 Kilpailu- ja esiintymistoiminta

TNV varmistaa kilpavoimisteliijoille ja esiintyville ryhmille suunnitelmalliset ja taloudellisesti kestävät sekä tasapuoliset harjoittelu-, esiintymis- ja kilpailumahdollisuudet.

TNV tukee rahallisesti harjoittelu-, kilpailu- ja esiintymistoimintaa sekä valmentajien kouluttautumista. TNV maksaa ryhmien osallistumismaksut kilpailuihin, tapahtumiin, näytöksiin ja muihin esiintymistilaisuuksiin.



9 JÄSEN- JA KAUSIMAKSUT

Vuoden 2021 jäsenmaksun ja kannattajamaksun suuruus on 10 euroa. Liittymismaksua seuraan ei ole.

Kausimaksut vuonna 2021

	Kausimaksu	Kertamaksu
Aikuiset yli 15-vuotiaat	75,00 €	7,00 € + jäsenmaksu 10 euroa, kolmen osallistumiskerran jälkeen
Lapset alle 15-vuotiaat	60,00 €	ei mahdollista

Liikuntaryhmät

	Kausimaksu	Kertamaksu
Perheliikunta/ vauvajumppa		Kauden alussa kertamaksu on 7 euroa/perhe. Mikäli osallistujia tulee tarpeeksi ja ryhmä muodostuu, aikuiset maksavat kausimaksun 75 euroa ja jäsenmaksun 10 euroa. Maksetut kertamaksut vähennetään kausimaksusta.
Akrobaatiaryhmä (lapset)	90,00 €	ei mahdollista
Vesiliikunta	100,00 € (sis. jumppamaksu 65 €)	ei mahdollista
Ikivireät (mikäli ei osallistu muuhun jumppaan)	40,00 €	5,00 €
Tanssillisen voimistelun valmennusmaksu (kilpaileville joukkueille)	Maksun suuruus riippuu joukkueen harjoitusmäärästä	ei mahdollista
Suomi Gymnaestradaan 2022 osallistujat; maksut tapahtumaa ennen 2021 (ja jälkeen)		ei mahdollista



TAMPEREEN
NAISVOIMISTELIJAT RY

vuonna 2022)

Yhdessä on ilo liikkua. Tule mukaan!
Tampereen Naisvoimistelijat ry **14.11.2020**