



TNV

Toimintasuunnitelma 1.1.-31.12.2025
Tampereen Naisvoimistelijat ry



TAMPEREEN
NAISVOIMISTELIJAT RY

Sisällys

1. Yleistä	3
2. Seuran hallinto ja jäsenistö	3
2.1. Johtokunta	3
2.2. Kokoukset	3
2.3. Jäsenistö	4
2.4. Toimihenkilöt	4
2.5. Työryhmät ja niiden vastuuhenkilöt	4
2.6. Ohjaajat	4
2.7. Kirjanpito ja palkkahallinto	4
3. Voimistelu- ja liikuntatoiminta	5
3.1 Lasten ja nuorten harrasteliikunta	5
3.2 Aikuisliikunta	5
3.3 Valmennustoiminta	5
4. Seuratoiminta	6
4.1 Toiminnan suunnittelu, arviointi ja kehittäminen	6
4.2 Jäsenyydet	6
4.3 Edustaminen	6
4.4 Näytökset	6
5. Koulutus	7
6. Viestintä ja markkinointi	7
6.1 Ulkoinen viestintä	7
6.2 Sisäinen viestintä	7
7. Talous	8
8. Uskollisuuden kiltä	8
9. Jäsen- ja kausimaksut vuonna 2025	9



1 YLEISTÄ

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

Toiminta-ajatus

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

Arvot

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

Visio

Laadukkaan toiminnan ylläpitäminen, kehittäminen ja siitä viestiminen sekä kysyntään perustuvan liikunta- ja voimistelutarjonnan toteuttaminen. Painopisteinä vuodelle 2025 ovat:

- Seuran elinvoimaisuuden säilyttäminen ja toiminnan jatkuminen
- Lasten liikunnan harrastetoiminnan kehittäminen
- Tanssillisen voimistelun harraste- ja kilpatoiminnan kehittäminen

2 SEURAN HALLINTO JA JÄSENISTÖ

2.1 Johtokunta

Johtokuntaan kuuluu puheenjohtaja ja neljä varsinaista jäsentä, joiden toimiaika on kaksi vuotta. Varajäseniä on kaksi. Johtokunnassa on tarvittaessa nimetyt asiantuntijajäsenet.

Johtokunta vastaa:

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

Johtokunta kokoontuu vuoden aikana kuukausittain paitsi ei heinäkuussa. Työryhmien vastuuhenkilöillä ja jäsenillä sekä muilla seuran vastuu- ja yhdyshenkilöillä on kutsuttaessa läsnäolo- ja puheoikeus, mutta ei äänioikeutta johtokunnan kokouksissa. Johtokunnan kokousten asialistalle voi esittää asioita ja osallistua kokouksiin ko. asian käsittelyn osalta. Kevät- tai syyskokous päättää mahdollisista kokouspalkkioista tai vuosikorvauksista.

2.2 Kokoukset

Seuralla on kaksi varsinaista sääntöjen määräämää kokousta kaikille jäsenille: kevätkokous helmikuussa ja syyskokous loka-joulukuussa.



2.3 Jäsenistö

Jäsenluettelo on Hoika-jäsenrekisterissä, jonka kautta tapahtuu ilmoittautuminen, jäsenten tiedottaminen ja laskuttaminen. TNV:n toiminta on tarkoitettu kaikenikäisille. Jäsenillä on mahdollisuus osallistua seuran vapaaehtoistoimintaan.

2.4 Toimihenkilöt

TNV:n toiminnasta vastaa 10-15 toimi-, luottamus-, vastuu- ja yhdyshenkilöä. Nämä henkilöt tekevät vapaaehtoistyötä ja heille voidaan maksaa kulukorvauksia. Johtokunta päättää heidän eduistaan, mm. alennuksista jäsenmaksuissa. Vuonna 2025 johtokunta valitsee sihteerin ja taloudenhoitajan uuden toimintakauden alkaessa.

2.5 Työryhmät ja niiden vastuuhenkilöt

Työryhmät vastaavat johtokunnan kanssa seuran toiminnan kehittämisestä ja suunnittelusta. Johtokunta valitsee uuden toimintakauden alussa vuoden työryhmät ja näiden vastuuhenkilöt. Työryhmien toimintasuunnitelmat ovat tämän toimintasuunnitelman liitteinä.

Työryhmiä vuonna 2025 ovat:

- Lasten ja nuorten liikunnan työryhmä (LaNu)
- Aikuisliikunnan työryhmä (AiLi)
- Tanssillisen voimistelun ja valmennustoiminnan työryhmä (TanVo)

2.6 Ohjaajat

TNV:n toiminnassa on mukana noin 15 ohjaajaa, jotka saavat työstään ohjauspalkkion. Ohjaajat voivat osallistua seuran vapaaehtoistoimintaan.

TNV:n ohjaajat solmivat ohjaajasopimuksen. 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 viestintäkanavat toimivat apuna.

TNV ylläpitää ja kehittää ohjaajahuoltoa. 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 työkaluna on käytettävissä ohjaajan käsikirja.

Ohjaajien ja valmentajien asiantuntemus liikuntatoiminnassa otetaan käyttöön työryhmien työskentelyssä ja kehitystyössä. TNV kohtelee kaikkia tasa-arvoisesti ja pitää yhteydenottokynnyksen ohjaajien ja johtokunnan välillä matalana. TNV välittää jäsenten antaman positiivisen palautteen ohjaajille henkilökohtaisesti ja negatiivisen palautteen kaikille yhteisesti.

2.7 Kirjanpito ja palkkahallinto

TNV:n palkkahallinnosta ja kirjanpidosta vastaa kirjanpitäjä Sari Neste (Tilisane Oy), jolta palvelut ostetaan.



3 VOIMISTELU- JA LIIKUNTATOIMINTA

Vuonna 2025 TNV:n järjestämät liikuntamuodot ovat:

- Lasten ja nuorten liikunta: voimistelukoulu, tanssillinen voimistelu
- Aikuisliikunta: monipuolinen terveyttä edistävä liikunta ja vesiliikunta
- Tanssillinen voimistelu: harrasteliikunta lapsille, nuorille ja aikuisille sekä kilpatoiminta lapsille, nuorille ja aikuisille

Kevätkausi on 7.1.-4.5.2025, ja sen tarkempi ohjelma hyväksytään johtokunnan kokouksessa. Syyskausi on 25.8.-7.12.2025. Syyskauden ohjelma ja ajankohdat tarkistetaan ja vahvistetaan kesän aikana. Kesäkaudella 2025 TNV järjestää kaikille avointa, maksullista jumppaa. Kesäkauden tuntien ajankohdat suunnitellaan ja vahvistetaan kevätkauden aikana.

Viikoittaisia harrasteliikuntaryhmien harjoituskertoja järjestetään noin 20-25. Ylimääräisiä harjoituskertoja voidaan järjestää tapahtumia, näytöksiä ja esiintymisiä varten.

3.1 Lasten ja nuorten harrasteliikunta

TNV järjestää suunnitelmallista lasten ja nuorten liikuntaa ja voimistelua tarjoten jokaiselle lapselle liikunnalliseen lahjakkuuteen tai taloudellisiin seikkoihin katsomatta mahdollisuuden harrastaa, kilpailla ja esiintyä niin halutessaan ja yhteisiä sääntöjä noudattaessaan. Lasten ja nuorten tunneilla on mahdollista käydä tutustumassa kerran maksutta syys- ja kevätkausien aikana ennen sitoutumista ilmoittautumiseen. TNV antaa liikunnan lisäksi lapsille ja nuorille mahdollisuuden tavata toisiaan ja oppia yhdessä pelisääntöjä sekä luoda uusia ystävyysuhteita.

TNV:llä on käytössä selkeä polku harrastuksen jatkamiselle seurassa eri ikäkausina ja eri tavoitteilla (esim. Voimistelijan polku).

3.2 Aikuisliikunta

TNV tarjoaa aikuisille sopivaa liikuntaa, voimistelua ja vesiliikuntaa. TNV kehittää myös ikäihmisten liikuntaa. Tunneille tutustuminen on mahdollista maksuttomalla tutustumisviikolla syksyisin ja keväisin sekä kertamaksuilla.

Tavoitteena on toiminta- ja työkyvyn ylläpito, hyvä olo ja virkistys sekä ilo ja yhteiset elämykset. TNV varmistaa, että sen toiminta on laadullisesti ja kustannuksiltaan kilpailukykyistä, tuntee jäsenten tarpeet ja vastaa niihin tarjonnallaan.

3.3 Valmennustoiminta

Tanssillinen voimistelu on Voimisteluliiton virallinen laji. TNV:n tanssillisen voimistelun kilpajoukkueet vuonna 2025 ovat Vega (nuoret) ja liris (yli 20v.). Toimintaa arvioidaan ja kehitetään kausittain sekä pyritään lisäämään harrastajamäärää sekä perustamaan uusien ikäryhmien joukkueita toiminnan jatkumoksi.



Joukkueet kilpailevat säännöllisesti Voimisteluliiton valtakunnallisissa tanssillisen voimistelun kilpailuissa, tanssillisen voimistelun Cup-kilpailuissa tai erillisissä seurakilpailuissa tai valtakunnallisissa kilpailuissa.

TNV varmistaa kilpavoimistelijoille ja esiintyville ryhmille suunnitelmalliset ja tasapuoliset harjoittelu-, esiintymis- ja kilpailumahdollisuudet. TNV tukee rahallisesti kilpailu- ja esiintymistoimintaa sekä valmentajien kouluttautumista ja maksaa sovitusti ryhmien osallistumismaksut kilpailuihin, tapahtumiin, näytöksiin ja muihin esiintymistilaisuuksiin.

Vuonna 2025 Voimisteluliiton kilpailumaksujen muuttuessa pyrimme järjestämään voimistelijoille kohtuulliset kulut kilpailuihin osallistumiseksi. Johtokunta on linjannut, että kevätkaudella 2025 tanssillisen voimistelun joukkueiden voimistelijoiden valmennusmaksuun sisältyy 40 euron mestaruuskilpailujen osallistujamaksu (40 euroa/voimistelija). Seura maksaa Cup-kisoihin osallistumisen, joka on 25 euroa/voimistelija. Syyskauden maksuista päätetään ennen syyskauden alkamista.

Kilpajoukkueiden toimintasuunnitelmat ovat liitteinä.

4 SEURATOIMINTA

4.1 Toiminnan suunnittelu, arviointi ja kehittäminen

Johtokunta seuraa toimintasuunnitelman ja talousarvion toteutumista. Johtokunta arvioi seuran toimintaa ja sen toteutumista sekä noudattaa vastuullisuusohjelmaa. Johtokunta voi järjestää erillisiä kokouksia tavoitteiden saavuttamiseksi erikseen tai yhdessä työryhmien vastuuhenkilöiden kanssa.

Jäsenistöllä on mahdollisuus antaa palautetta ja vastata palautekyselyyn kevätkauden 2025 päätteeksi. Saadusta palautteesta viestitään jäsenistöä, ja palautteen perusteella kehitetään toimintaa.

Elo-syyskuussa toimihenkilöt, ohjaajat ja vapaaehtoiset kutsutaan seurapäivään, jossa valmistaudutaan alkavaan syyskauteen ja toteutetaan seuran kehittämistyötä sekä arvioidaan toteutunutta toimintaa.

4.2 Jäsenyydet ja edustaminen

TNV on jäsenenä Suomen Voimisteluliitossa, Hämeen Liikunta ja Urheilu ry:ssä (HLU) sekä Tampereen Urheilun Edistämissätiössä (TUES). Vuonna 2025 Tampereen Urheilun Edistämissätiössä seuran edustajana on Riitta Silas ja varajäsenenä Leena Salminen.

4.3 Näytökset ja suur tapahtumat sekä osallistuminen tapahtumiin

TNV:n jäsenistön on mahdollista osallistua näytöksiin, suur tapahtumiin ja muihin esiintymisiin.



5 KOULUTUS

TNV tukee ohjaajien ja valmentajien kouluttautumista. 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 koulutusportaikot antavat perustan koulutuksen suunnittelulle.

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

TNV:n on mahdollista hakea ohjaajille ja vapaaehtoisille Voimisteluliiton ja Tampereen Urheilun Edistämissäätiön stipendejä ja apurahoja.

6 VIESTINTÄ JA MARKKINOINTI

TNV markkinoi ja tiedottaa sisäisesti ja ulkoisesti. Vuonna 2025 TNV:n viestinnän tavoitteena on kehittää tunnettua imagoa sekä vahvistaa markkinointia suunnitelmallisemmaksi.

6.1 Ulkoinen viestintä

Nettisivut ja sosiaalinen media (Instagram ja Facebook) ovat TNV:n ensisijaiset ulkoiset tiedotuskanavat. Näissä sekä paikallisissa medioissa TNV viestii ja ilmoittaa toiminnastaan ja tiedottaa kokouksistaan.

Lisäksi TNV:n tanssillisen voimistelun joukkueilla on omat Instagram-tilit, joissa jaetaan tietoa ja kuvia joukkueiden toiminnasta.

6.2 Sisäinen viestintä

Sisäisen viestinnän tavoitteena on avoin, kattava ja nopea tiedotus jäsenistölle, ohjaajille ja toimijoille. TNV tiedottaa jäsenistöä Hoika-jäsenpalvelun kautta. Entistä nopeampi viestintä jäsenistölle on kehityksen alla – esim. Whatsapp-ryhmä tiedotuskanavana jäsenistölle. Jäsentiedotteita lähetetään sähköpostitse vähintään neljä kertaa vuodessa. Tarvittaessa tiedotteita voidaan jakaa tunneilla paperisina.

Ohjaajia ja työryhmiä heitä koskevista johtokunnan ja seuran kokousten päätöksistä erikseen sähköpostilla.



7 TALOUS

Seuran varsinaiset tulot muodostuvat pääasiassa jäsenmaksuista ja kausi- ja valmennusmaksuista. Menot muodostuvat pääasiassa ohjaaja-/valmentajapalkkioista ja salivuokrista. Taloudenhoitaja seuraa taloutta vuoden aikana ja tiedottaa puheenjohtajaa sen kehittymisestä. Johtokunnalle esitetään talouskatsauksen puolen vuoden välein, tarvittaessa useammin. Talousarvio ja tilinpäätös tehdään vuosittain.

TNV anoo vuosittain kaupungin avustusta. Lisäksi varainhankintaa on mahdollista toteuttaa.

8 USKOLLISUUDEN KILTA

Tampereen Naisvoimistelijoiden Uskollisuuden Kilta, U-Kilta, on perustettu vuonna 1980 ja se on tilastonumeroltaan 56. Kiltaan kutsutaan vuosittain kauan voimistelleita seuran jäseniä. Voimisteluliiton 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.

TNV:n U-Killan toimintasuunnitelma vuodelle 2025 on seuran toimintasuunnitelman liitteenä.



TAMPEREEN
NAISVOIMISTELIJAT RY

9 JÄSEN- JA KAUSIMAKSUT VUONNA 2025

Vuoden 2025 jäsenmaksun ja kannattajamaksun suuruus on 10 euroa. Liittymismaksua seuraan ei ole.

Kausimaksut vuonna 2025:

	Kausimaksu	Kertamaksu
Aikuiset (yli 15-vuotiaat)	80,00 €	10,00 € Ikkivireät ja aktiivivenyttely 5,00 €
Lapset (alle 15-vuotiaat)	60,00 €	Ei mahdollista

Liikuntaryhmät:

	Kausimaksu	Kertamaksu
Perheliikunta/ vauvajumppa (jos toteutuu)	60,00 € (Lapsen maksu, aikuinen osallistuu maksutta.) Ei sisällä jäsenmaksua.	Ei mahdollista
Vesiliikuntaryhmät	120,00 €/ryhmä. Ei sisällä jäsenmaksua.	Ei mahdollista
Ikkivireät	50,00 € (Osallistuminen kausimaksulla mahdollista lisäksi vain aktiivivenyttelyyn.)	5,00 €
Tanssillisen voimistelun valmennusmaksu (kilpaileville joukkueille)	Maksun suuruus riippuu joukkueen harjoitusmäärästä ja jäsenmäärästä. 40 euroa sisältyy valmennusmaksuun.	Ei mahdollista

Muut kausi-/valmennusmaksuissa huomioitavat maksut:

Sisarusalennus (vain alle 15v. harrastetoiminnassa)	-10 euroa kausimaksusta (Ensimmäisenä toimintaan ilmoitettu maksaa koko kausimaksun hinnan.)
Alennus valmennustoiminnan lisäksi harrastetunnilla käyvälle (alle 15v. ja aikuiset)	-50 % harrasteliikunnan kausimaksusta, jos osallistuu valmennuksen lisäksi harrasteryhmään. Valmennusmaksusta maksetaan koko summa.
Muut osallistumismaksut (esim. suurtahtumat)	Määrittyvät tapahtuman mukaan

Tampereen Naisvoimistelijat ry

Syyskokous 20.11.2024