



TAMPEREEN
NAISVOIMISTELIJAT RY

TAMPEREEN NAISVOIMISTELIJAT TNV RY
TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2024



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 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.

1.2 Arvot

Erilaisuus voimavarana, talkoohenki, ihmissläheisyys, muutosvalmius, vapaaehtoisuus, sosiaalisuus

2 JÄSENET

TNV:n toiminta on tarkoitettu kaikenikäisille. Jäsenillä on mahdollisuus osallistua seuran vapaaehtoistoimintaan.

3 OHJAAJAT

TNV:n toiminnassa on mukana noin 20 ohjaajaa, jotka saavat työstään ohjauspalkkion. Ohjaajat voivat osallistua seuran vapaaehtoistoimintaan.

4 HALLINTO

TNV:n toiminnasta vastaa 10-15 toimi-, luottamus-, vastuu- ja yhdysenkilöä. Nämä henkilöt tekevät vapaaehtoistyötä ja heille voidaan maksaa kulukorvauksia. Johtokunta päättää heidän eduistaan, mm. alennuksista jäsenmaksuissa. Kokouspalkkioita ei makseta.



4.1 Kokoukset

Seuralla 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, kehittämisestä ja resursoinnista,
- talouden suunnittelusta, seurannasta ja hoitamisesta
- tiedotuksesta.

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

Johtokunta kokoontuu vuoden aikana kuukausittain paitsi ei heinäkuussa. Työryhmien puheenjohtajilla ja jäsenillä sekä muilla seuran vastuu- ja yhdysenkilöillä on kutsuttaessa läsnäolo- ja puheoikeus, mutta ei äänioikeutta johtokunnan kokouksissa. Johtokunnan kokousten asialistalle voi esittää asioita ja osallistua kokouksiin ko. asian käsittelyn osalta.

4.3 Työryhmät

Työryhmät vastaavat johtokunnan kanssa toiminnan kehittämisestä ja suunnittelusta. Johtokunta valitsee uuden toimintakauden alussa vuoden työryhmät ja näiden vastuuhenkilöt.

4.4 Toimihenkilöt

TNV:llä on sihteeri ja taloudenhoitaja, jotka tekevät vapaaehtoistyötä. Heille voidaan maksaa kulukorvauksia. Vuoden 2024 johtokunta valitsee sihteerin ja taloudenhoitajan uuden toimintakauden alkaessa.

4.5 Vastuu- ja yhdysenkilöt

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



4.6 Kirjanpito ja palkkahallinto

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

5 JÄSENYYS MUISSA JÄRJESTÖISSÄ JA YHTEISÖISSÄ

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

6 VOIMISTELU- JA LIIKUNTATOIMINTA

Vuonna 2024 TNV:n järjestämät liikuntamuodot:

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

6.1 Harrasteliikunta ja -voimistelu

TNV:n liikuntamuodot ovat kilpailevia joukkueita lukuun ottamatta harrasteliikuntaa ja -voimistelua. Viikoittaisia harrasteliikuntaryhmien harjoituskertoja järjestetään noin 25.

Kevätkausi on 8.1.-12.5.2024, ja sen tarkempi ohjelma hyväksytään johtokunnan kokouksessa. Syyskausi on 26.8.-8.12.2024. Syyskauden ohjelma ja ajankohdat tarkistetaan ja vahvistetaan kesän aikana.

Kesäkaudella 2024 TNV järjestää kaikille avointa maksullista kesäjumppaa. Kesäjumpan ajankohdat suunnitellaan ja vahvistetaan kevätkauden aikana.

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

6.2 Kilpavoimistelu

Tanssillinen voimistelu on Voimisteluliiton virallinen laji. TNV:n tanssillisen voimistelun kilpajoukkueet vuonna 2024 ovat Vega (12-15v.), Lumo (19-25v.) ja Iris (yli 20v.). Toimintaa arvioidaan ja kehitetään kausittain sekä pyritään perustamaan uusien ikäryhmien joukkueita toiminnan jatkumoksi.

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



6.3 Muu liikuntatoiminta

6.3.1 Näytös- ja esiintymistoiminta

TNV järjestää juhlanäytöksen seuran vuoden 2023 125-vuotis juhluvuoden kunniaksi 10.2.2024 Hällä-näyttämöllä. Lisäksi seuralla on kevät- ja joulunäytökset. Näytöksissä esiintyvät niin eri-ikäiset harrastajat kuin esiintyvät ryhmät ja kilpajoukkueet.

6.3.2 Leirit

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

6.3.3 Suurtapahtumat

Vuonna 2024 TNV:n ryhmien ja joukkueiden on mahdollista osallistua suur tapahtumiin (esim. Golden Age Gym Festival 9/2024 tai Gym for Life 7/2024)

7 KESKEISIMMÄT TOIMINTA-ALUEET JA NIIDEN TAVOITTEET VUONNA 2024

TNV:n toiminnan painopistealueet vuonna 2024 ovat:

1. Seuran jäsenmäärän kasvattaminen
2. Kysyntään perustuvien liikunta- ja voimistelupalvelujen tarjonnan toteuttaminen
3. Laatutyön jatkaminen, Tähtiseura-projekti (aikuiset, lapset ja nuoret)
4. Seuran sääntöjen päivittäminen
5. Ohjaajien palkkiojärjestelmän päivittäminen
6. Tanssillisen voimistelun toiminnan kehittäminen sekä harraste- että kilpatasolla
7. Vetovoimaa lasten voimisteluun - voimistelun tulevaisuus 2021-2024

7.1 Ohjaajahuolto

TNV ylläpitää ja kehittää motivoivaa ja palkitsevaa ohjaajahuoltoa.

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 Facebook- ja WhatsApp-ryhmät ovat hyvänä apuna.

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. TNV välittää jäsenten antaman positiivisen palautteen ohjaajille henkilökohtaisesti ja negatiivisen palautteen kaikille yhteisesti.

TNV tukee ohjaajien ja valmentajien kouluttautumista vuonna 2024. TNV:n tavoitteena on, että kaikki ohjaajat ovat koulutettuja ja seuran toiminta ja sen tarjoamat tunnukset 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. Saadaksesen 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 Edistämissätiön stipendejä ja apurahoja.

7.2 Markkinointi ja viestintä

TNV markkinoi ja tiedottaa suunnitelmallisesti sisäisesti ja ulkoisesti. TNV:n viestinnän tavoitteena on vuonna 2024 ylläpitää seuralla yhtenäinen ja tunnettu imago sekä kehittää markkinointia suunnitelmallisemmin ja pitkäjänteisemmin.

Nettisivut, Instagram ja Facebook ovat TNV:n ensisijaiset tiedotuskanavat. Jäsentiedotteita lähetetään sähköpostitse vähintään neljä kertaa vuodessa. Tarvittaessa tiedotteita jaetaan tunneilla paperisina. TNV viestii ja ilmoittaa toiminnastaan ja tiedottaa kokouksistaan, ohjelmastaan sekä ilmoittautumisesta paikallisiin medioihin.

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 jäsenille.

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

7.3 Lasten ja nuorten liikunta

TNV järjestää suunnitelmallista lasten ja nuorten liikuntaa ja voimistelua. 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 (esim. Voimistelijan polku -kaavio).

Lasten ja nuorten tunneilla on mahdollista käydä tutustumassa kerran maksutta syys-



ja kevätkausien aikana ennen sitoutumista ilmoittautumiseen.

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 ystävyys-suhteita.

7.4 Aikuisliikunta

TNV tarjoaa aikuisille sopivaa, kiinnostavaa ja kilpailukykyistä liikuntaa, voimistelua ja vesiliikuntaa. TNV kehittää myös ikäihmisten liikuntaa. TNV tekee tunneille tutustumisen helpoksi maksuttomalla tutustumisviikolla syksyisin ja keväisin sekä kertamaksuilla. Aikuisliikunnan työryhmän toimintasuunnitelma on liitteenä.

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.

7.5 Kilpailu- ja esiintymistoiminta

TNV varmistaa kilpavoimistelijoille ja esiintyville ryhmille suunnitelmalliset ja tasapuoliset harjoittelu-, esiintymis- ja kilpailumahdollisuudet.

TNV tukee rahallisesti harjoittelu-, kilpailu- ja esiintymistoimintaa sekä valmentajien koulutustautumista. TNV maksaa ryhmien osallistumismaksut kilpailuihin, tapahtumiin, näytöksiin ja muihin esiintymistilaisuuksiin. Kilpajoukkueiden toimintasuunnitelmat ovat liitteinä.

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 2024 on seuran toimintasuunnitelman liitteenä.



TAMPEREEN
NAISVOIMISTELIJAT RY

9 JÄSEN- JA KAUSIMAKSUT

Vuoden 2024 jäsenmaksun ja kannattajamaksun suuruus on 10 euroa. Liittymismaksua seuraan ei ole.

Kausimaksut vuonna 2024:

	Kausimaksu	Kertamaksu
Aikuiset (yli 15-vuotiaat)	80,00 €	10,00 €
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	Kevät 2024: 120,00 €/ryhmä. Sisältää kausimaksun 80,00 €. Ei sisällä jäsenmaksua. Syksy 2024: 120,00 €/ryhmä. Ei sisällä aikuisliikunnan kausimaksua 80,00 €. Ei sisällä jäsenmaksua. <i>(Syksystä 2024 alkaen ilmoittauduttava erikseen aikuisliikuntaan, jos käy muillakin tunneilla.)</i>	Ei mahdollista
Ikivireät (mikäli ei osallistu muuhun jumppaan)	50,00 €	10,00 €
Tanssillisen voimistelun valmennusmaksu (kilpaileville joukkueille)	Maksun suuruus riippuu joukkueen harjoitusmäärästä ja jäsenmäärästä.	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	-50 % harrasteliikunnan kausimaksusta, jos osallistuu valmennuksen	



TAMPEREEN
NAISVOIMISTELIJAT RY

(alle 15v. ja aikuiset)	lisäksi harrasteryhmään. Valmennusmaksusta maksetaan koko summa.	
Muut osallistumismaksut (esim. suur tapahtumat)	Määrittyvät tapahtuman mukaan	Kertamaksu ei mahdollista.

Tampereen Naisvoimistelijat ry 15.11.2023