



Toimintasuunnitelma 1.8.2024-31.7.2025
Viipurin Reipas ry

Sisällys

Viipurin Reipas	3
Hallinto	3
Seuran työntekijät	3
Toiminta	4
Harrastevoimistelu	4
Aikuisliikunta	5
Kilpavoimistelu	5
TeamGym	6
Naisten ja miesten telinevoimistelu	6
Kerhotoiminta	7
Tapahtumat ja projektit	9
Taloudellinen toiminta	10
Jäsenmaksut	10
Harrastemaksut	10
Strategiset linjaukset 2019-2022	12
Toiminnan tarkoitus, arvot ja visio	12
Strategiset painopisteet	13
Seuran muu sisäinen toiminta ja sen kehittäminen	14
Viestintä	15

1. Viipurin Reipas

Viipurin Reippaan juuret yltävät aina vuoteen 1891, jolloin seura perustettiin Viipurissa. Seura on siirtynyt sotaevakkona syvemmälle sisämaahan ja vakiintunut Lahteen 1950-luvun taitteessa. 1900-luvun ajan seura viihtyi yleisseurana, mutta 2000-luvun taitteeseen mennessä kaikki seuran jaostot olivat jakautuneet omiksi seuroikseen ja alkuperäisen seuran toiminnassa oli mukana enää voimistelu. 2000-luvun alun seura toimi telinevoimistelun erikoisseurana. Sittemmin mukaan lajivalikoimaan on tullut joukkuelaji TeamGym ja uusimpana FreeGym.

Viipurin Reipas toimii Lahdessa ja tarjoaa harrastusmahdollisuuden telinevoimistelun, TeamGymin ja FreeGymin parissa. Pääasiallisena harjoituspaikkana toimii Mustankallion väestönsuojan voimistelusal, jonka lisäksi kilparyhmät käyttävät Vierumäen Volttiareenaa harjoitteluun. Seura liikuttaa viikossa noin 650 pääjät-hämäläistä lasta, nuorta ja aikuista. Ryhmiä on tarjolla taaperoista ikääntyneisiin, mutta valtaosa jäsenistä on lapsia. Vaikka seura on harrastepainotteinen, se tarjoaa myös mahdollisuuden kilpavoimisteluun. Valmennusta kilpavoimisteluun saa naisten ja miesten telinevoimistelussa sekä TeamGymissä.

2. Hallinto

Seuran toimintaa ja taloutta johtaa sääntömääräisen vuosikokouksen (kevätkokous) valitsema johtokunta, joka kokoontuu puheenjohtajan, tai hänen ollessaan estynyt varapuheenjohtajan, kutsusta tarpeen vaatiessa.

Johtokunta on laatinut Hallinto- ja talousohjeen, joka otettiin käyttöön 2018 vuosikokouksen jälkeen. Ohjeen tavoitteena on edesauttaa hyvän hallintotavan muodostumista ja helpottaa toiminnanjohtajan tekemää seuran päivittäisjohtamista. Ohjeen tarkoitus on toimia myös uusien johtokunnan jäsenten apuna ja olla johtokunnan työkaluna seuran johtamisessa.

2.1. Seuran työntekijät

Seurassa on toiminut kokopäiväisenä kolme työntekijää; toiminnanjohtaja, valmennuspäällikkö ja nuorisopäällikkö.

Toiminnanjohtaja johtaa seuran operatiivista toimintaa johtokunnan alaisuudessa. Esimiehenä toimii johtokunnan puheenjohtaja. Toiminnanjohtajan työ koostuu suurelta osin seuran toiminnan päivittäisestä pyörittämisestä. Valmennuspäällikön ja harrastekoordinaattorin työ koostuu valmennuksesta/ohjauksesta ja seuran hallinnollisista töistä.

Syksyksi on palkattu uusi valmennuspäällikkö.

Lisäksi seuran harrasteryhmiä ohjaa yli 30 tuntiohjaajaa. Suurin osa ohjaajista on seuran omia entisiä tai nykyisiä voimistelijoita. Useampi seuran ohjaaja lähtee Lahdesta jatko-opintoihin, jonka vuoksi kaudelle 2024-2025 seura hakee uusia valmentajia. Haku toteutetaan mol.fi-sivuston kautta sekä Vierumäen liikunta-alan opiskelijoiden rekry-Facebook ryhmässä.

3. Toiminta

Pääsemme aloittamaan uuden harjoituskauden Mustankallion väestönsuojassa, toisin kuin viime vuonna ilmastointi remontin ollessa käynnissä. Uusittu salimme mahdollistaa entistä laadukkaamman harjoittelun; uusi permanto, puomi, miesten nojapuut sekä voltitiran päällisen uusiminen toivat saliin kaikille lajeille optimaaliset harjoitusolosuhteet.

Voimistelukaudet

Syyskausi 1.8.2024-31.12.2024

Kevätkausi 1.1.-31.5.2025

Kesäkausi 1.6.-31.7.2025

- Harrastekauden pituus on 14 viikkoa syksyisin ja 18 viikkoa keväisin. Koulujen syys- ja talvilomilla ei pidetä harrasteryhmien harjoituksia, mutta tarjotaan ylimääräistä toimintaa leirien ja tapahtumien muodossa.
- Kesäkaudella harrastajille tarjotaan ylimääräistä harraste- ja leiritoimintaa.
- Kilparyhmillä kausi on koko toimintakauden mittainen. Kunkin ryhmän valmentajat määrittelevät itse ryhmänsä syys-, kevät- ja kesäkauden harjoitusaikataulut ja lomat. Kilparyhmien kausi on yhteensä 47 viikkoa.

3.1. Harrastevoimistelu

Viipurin Reipas on jo pitkään ollut harrastepainotteinen seura. Edelleen enemmistö seuran jäsenistä onkin mukana nimenomaan harrastetoiminnassa, vaikka kilpavoimistelun osuus on ollut kovassa kasvussa. Syyskaudelle pyritään avaamaan noin 40 harrasteryhmää. Seuran tavoitteena on löytää keino lisätä harrastuspaikkoja, jotta voimme luoda monipuolisesti ryhmiä tulevalle kaudelle.

Harrasteryhmissä vaalitaan voimistelun matalaa lähtökynnystä ja tarkoituksena on luoda lapsille vahva perustaitopohja, joka antaa hyvät eväät tulevaisuuteen jatkaa liikuntaa monipuolisesti. Tavoitteena on luoda selkeä jatkumo harrasteryhmissä, joissa jokainen harrastaja voi edetä omien taitojensa mukaan ja saada sopivasti haasteita kehittyäkseen.

Suurin osa ohjaajista on seuran omia kasvatteja. Jokaista yli 10 hengen ryhmää ohjaa kaksi ohjaajaa. Kaikki harrasteryhmien ohjaajat suorittavat liiton *Voimisteluohjaajan startti* -koulutuksen. Tämän jälkeen suositellaan jatkamaan kouluttautumista lajiliiton 1-tason koulutuksissa (Esim. *voimistelukoulu*, *monipuolista harjoittelua*, *lajitaidon peruskoulutus*, jne.).

Tutor-toiminta

Kokeneemmat valmentajat käyvät vuoden aikana kaikkien ohjaajien tunneilla seuraamassa ohjaajan toimintaa. Tunnin jälkeen ohjaaja saa rakentavaa palautetta ohjaamisestaan, tunnin tavoitteiden

täyttymisestä sekä toiminnan organisoinnista. Tutoroinnin apuna on valmiiksi suunniteltu lomakepohja, joka helpottaa palautteen antoa. Toiminta on osa seuran sisäistä koulutusta ja laadunvarmistusta.

- Tutor-toimintaa jatketaan ja kehitetään toimintakauden aikana. Tutor-toimintaan tehdään selkeä kaava ja aikataulus. Lisäksi jokaiselle tutorille jaetaan materiaalit, joiden pohjalta tutorointia toteutetaan.

3.2. Aikuisliikunta

Omalla voimistelusalilla tapahtuvan aikuistoiminnan kilpailukykyä on telinevoimistelu. Lahden alueella ei ole muita tahoja, jotka tarjoaisivat telinevoimistelua aikuisille. Telinevoimistelua mainostetaan sosiaalisena, monipuolisena ja innostavana harrastuksena myös aikuisille. Seuran aikuisliikunnan tarjontaa halutaan kasvattaa.

- Aikuistoimintaa halutaan kehittää ja lisätä. Syksyille pyritään aloittamaan aikuisten vapaavuoroja.

3.3. Kilpavoimistelu

Seurassa on valmennustoimintaa TeamGymissä sekä naisten- ja miesten telinevoimistelussa. Kilpavoimistelijoiden osuus seuran jäsenistä on noin 15 prosenttia. Kilparyhmät harjoittelevat Mustankallion tunnelin voimistelusalilla ja Vierumäen Volttiareenalla.

Kilparyhmässä voimistelijat pyrkivät omien taitojen kehittämiseen ja kilpailuissa menestymiseen. Kilpaluokasta seuraavaan siirtymisestä päättää valmentajat. Jokainen etenee omien taitojen kehittymisen mukaan ja saa näin aina tarvittaessa mahdollisuuden uusiin haasteisiin mutta samalla myös kokemaan onnistumisia.

Tavoitteena on luoda kilparyhmiin jatkumoa ja madaltaa kynnystä hakea harrastusryhmistä kilparyhmiin.

3.3.1. TeamGym

TeamGymissä kilpaillaan kolmella telineellä: trampetti, volttirata ja tanssillinen vapaaohjelma. Jokaisella telineellä keskeistä on joukkuevoima. Voltteja on tehtävä tasaisesti virrassa, toinen toisensa jälkeen. Vapaaohjelmassa vaaditaan yhteistyökykyä. TeamGymissä käytetään joitakin telinevoimistelusta tuttuja liikkeitä. Tässä lajissa kilpaillaan yleensä pitkälle aikuisikään asti. TeamGymissä voi kilpailla miesten ja naisten sarjojen lisäksi myös sekajoukkueella.

Kyseessä on vahvasti pohjoismainen laji ja se on kaikkein suosituin voimistelulaji Ruotsissa ja Tanskassa. TeamGym on peräisin Tanskasta, jossa se kehittyi viralliseksi kilpailulajiksi 1980-luvulla. Tämä laji levisi nopeasti Suomeen ja myöhemmin myös muualle Eurooppaan. Suomessa TeamGym tunnettiin pitkään näytösvoimisteluna. TeamGym ei ole maailmanlaajuisesti tunnettu laji. Virallisia EM-kilpailuja on järjestetty vuodesta 1996 lähtien parillisina vuosina. TeamGymissä kilpaillaan 1-6. luokassa, joista 1. luokka on helpoin ja 6. luokka on vaikein. Eri luokissa on erilaiset liikevaatimukset kaikilla telineillä. Se, missä luokassa joukkue on, riippuu joukkueen tasosta.

TeamGym-joukkueita kaudella 2024-2025 on kolme; Diamante, Tiara ja esikilparyhmä. Diamante siirtyy 5.luokkaan ja Tiara siirtyy 3.luokkaan kilpailemaan syksyllä 2024. Esikilparyhmä aloittaa samaan aikaan kilpailu-uransa 1.luokasta. Diamanten vastuuvallmentajana toimii Suvi Laulainen. Diamante treenaa 9,5 h viikossa, Tiara 9 h ja esikilparyhmä 4 h.

Kilpaharrastelinja

Tässä sarjassa saavat kilpailla kaiken tasoiset ja ikäiset voimisteluryhmät. Ryhmät harjoittelevat ja kilpailevat TeamGymin telineillä (vapaaohjelma, trampetti ja vottirata). Säännöt ovat normaaleja lievemmit ja antavat suuremmalle määrälle harrastajia mahdollisuuden kilpailla lajissa. Tämä on toimiva ja motivoiva harrastus heille, jotka haluavat voimistella kilpailevassa joukkueessa ilman liiallisia tavoitteita.

Seurassa on kolme kilpaharrastejoukkuetta; Lumiga, Falchetto ja Amare. Kaudelle 2022-2023 tytöt jaetaan kahteen joukkueeseen.

3.3.2. Naisten ja miesten telinevoimistelu

Naisten telinevoimistelu

Naisten telinevoimistelussa (NTV) kilpaillaan neljällä telineellä: hyppy, nojapuut, puomi ja permanto. Jokaisella telineellä suoritetaan liikesarjoja, joissa erilaiset telinekohtaiset liikkeet ovat yhdistettyinä sujuvasti ja esteettisesti. Sarjat tulee aina suorittaa mahdollisimman virheettömästi. Liikeryhmiä ovat esimerkiksi akrobatia, voimistelulliset hyppyt ja käännökset, tasapainot ja alastulot. Kilpailusuorituksen lopullinen pistemäärä muodostuu suoritettujen liikesarjojen vaikeudesta ja suorituspuhtaudesta.

Naisten telinevoimistelun kansallinen kilpailujärjestelmä perustuu luokkakilpailuihin. Kilpailla voi kahdella eri linjalla: kilpalinjalla luokissa B-G ja maajoukkuelinjalla luokissa 1-3 + FIG. Ennen luokkakilpailuita on osallistuttava Stara-tapahtumaan, josta saa kokemusta kilpailutilanteeseen. Kilpailemisen luokkakilpailuissa saa aloittaa sinä syksynä, kun täyttää 7-vuotta. Staran jälkeen kaikille pakollisina tulevat luokat C ja D. D-luokan jälkeen voimistelija voi siirtyä maajoukkuelinjalle aloittaen luokasta 1 tai jatkaa kilpalinjalla E-luokasta eteenpäin. Siirtyminen luokasta toiseen vaatii tietyn kilpailutuloksen ja/tai suoritusmerkin saavuttamista. B-D-luokissa (ja MJ1-luokassa) kilpaillaan neliottelussa, eli kaikilla telineillä. Tämän jälkeen tulee mahdollisuus kilpailla telinekohtaisissa kilpailuissa.

Voimisteluliiton tasomerkkien avulla seurataan kehitystä (kupari-, pronssi-, hopea-, kulta-, smaragdi- ja timanttimerkki). Kupari-, pronssi- ja hopeamerkit suoritetaan jo ennen luokkakilpailuihin osallistumista. Timanttimerkki vaaditaan maajoukkuelinjalle siirryttäessä tai minorileireille hakeutuessa.

Tyttöjen kilparyhmiä kaudelle 2024-2025 on neljä:

- K4: 6-8-vuotiaat, 10 Tyttöä; 5,5 viikkotuntia
- K3: 9-11-vuotiaat, 13 tyttöä; 8 viikkotuntia
- K2: 11-14-vuotiaat, 10 tyttöä; 10 viikkotuntia
- K1: 10-15-vuotiaat 9 tyttöä; 9,5 viikkotuntia

Seuran voimistelijat kilpailevat 2024-2025 kilpalinjan B-, C-, D-, E-, ja F-luokissa sekä Starassa.

Suoritusmerkkejä suoritetaan ryhmissä seuraavasti:

- K1: yritetään tehdä timanttimerkkiä osan tyttöjen kanssa, muiden kanssa mahdollisesti smaragdimerkki
- K2: kaikilla on kultamerkki, lähdetään suorittamaan smaragdimerkkiä
- K3: kultamerkki
- K4: hopeamerkki

Ryhmien vastuuvallmentajat ovat: K1 - Natalia Kuismanen, K2 - Maria Halttunen, K3 ja K4 - Minttu Mäenpää. Konstantin Antonov ja Emmaleena Hietamies valmentavat kilparyhmiä useammin kuin kerran viikossa. Lisäksi valmennuksessa on mukana apuvallmentajia niin, että jokaisella ryhmällä on aina kaksi valmentajaa.

Osa tytöistä osallistuu Voimisteluliiton alueminorileireille kolme kertaa vuodessa. Syyskauden 24- leireille vaadittavat kategoriat on neljällä tytöllä. Tavoitteena on osallistua vuoden 2025 leirityksiin mahdollisimman monen vaadittavan kategorian saaneen voimistelijan kanssa.

Miesten telinevoimistelu

Miesten telinevoimistelussa (MTV) kilpaillaan kuudella telineellä: permannolla, nojapuilla, hypyssä, hevosella, renkailla ja rekillä. Kilpailusuoritus vaatii voimistelijalta paitsi taitoa ja uskallusta, myös voimaa nopeutta, liikkuvuutta, kestävyyttä, koordinaatiota ja kehonhallintaa.

Miesten telinevoimistelu on maailman vanhin voimistelulaji, jota harjoitettiin jo Antiikin Kreikassa 2000 vuotta sitten. Sitä on käytetty mm. lääketieteellisiin tarkoituksiin ja sotilaiden kouluttamiseen. Miesten telinevoimistelu on ollut mukana olympialaisissa vuodesta 1896 lähtien. Lajin kansainvälisistä säännöistä vastaa vuonna 1881 perustettu Kansainvälinen Voimisteluliitto FIG (Federation Internationale de Gymnastique).

Miesten telinevoimistelussa kilpaillaan sekä kansallisella että kansainvälisellä tasolla. Kansallisissa kilpailuissa on useimmiten käytössä taitotason mukainen luokkajärjestelmä, kun taas kansainvälisesti kilpaillaan ikäsarjoissa. Kilpailusta riippuen voivat kilpailumuotoina mukana olla kuusiottelu, telinekohtainen kilpailu ja joukkuekilpailu.

Miesten telinevoimistelun kansallinen kilpailujärjestelmä perustuu luokkakilpailuihin, joissa ei ole käytössä ikärajoituksia. Ikäsarjoittain kilpailtavissa SM-kilpailuissa ratkotaan mestaruus sekä kuusiottelussa että telinekohtaisessa kilpailussa. Lisäksi kansallisesti kilpaillaan JunnuGym- sarjassa ja Voimistelupäivillä. Luokkakilpailujärjestelmässä kilpailu aloitetaan voimistelun Starasta, jonka jälkeen kilpaillaan luokissa 1-6 sekä ylimmällä tasolla junioreiden ja miesten yleisissä sarjoissa. 1-4 luokassa kilpaillaan erikseen kilpa- ja eliittisarjoissa. Seuran kilparyhmät kilpailevat tällä hetkellä kilpasarjassa.

3.4. Kerhotoiminta

Seura on ollut mukana koulujen kerhotoiminnassa palveluntarjoajana. Koulut valitsevat palveluntarjoajilta haluamansa kerhot ja niitä voidaan järjestää yhteisesti sovittuina aikoina kouluilla aamuisin, koulupäivän aikana ja iltapäivisin. Rahoitus on opetus- ja kulttuuriministeriön myöntämästä avustuksesta.

Voimistelukerhoilla tarjotaan voimistelua myös niille lapsille, joilla ei ole mahdollisuutta harrastaa seuran jäsenenä, esimerkiksi taloudellisista syistä. Kerhot järjestetään koulujen saleissa, joten lasten on helppo tulla paikalle. Kerhoihin voi osallistua kuka tahansa lapsi, mistä tahansa koulusta.

- Kerhotoiminnan jatkaminen ja kasvattaminen vaatii seuralta työntekijää/valmentajaa, jolla on mahdollisuus ohjata kerhoja arkisin aamulla ja päivällä.
- Kerhot ovat kannattavaa toimintaa seuralle ja niiden järjestämistä aiotaan jatkaa myös lukuvuonna 2024-2025, mikäli koulut ovat halukkaita yhteistyöhön ja kerhoihin löydetään seuran puolesta ohjaajia.

3.5. Tapahtumat ja projektit

SYYSKAUSI

Elokuu

- Valmentajien ja hallituksen kauden aloitus
- Avoimet ovet voimistelusalissa

Syyskuu

- Harrasteryhmien syyskauden aloitus
- Tutortoiminnan aloitus

Lokakuu

- Syyslomaleiri
- Halloween-tapahtuma
- NTV, MTV, TG -kilpailukausi alkaa

Marraskuu

Joulukuu

- Joulunäytös
- Seuran pikkujoulut
- Harrasteryhmien syyskausi päättyy

KEVÄTKAUSI

Tammikuu

- Harrasteryhmien kevätkauden aloitus

Helmikuu

- Talvilomaleiri

Maaliskuu

- TeamGym kilpailut Vierumäki

Huhtikuu

-

Toukokuu

- Harrasteryhmien kevätkausi loppuu
- Harrastevoimistelijoiden kilpailut

KESÄKAUSI

Kesäkuu

- Kesäleiri
- Gymnaestra

- Voimistelupäivät
- **Heinäkuu**
-

4. Taloudellinen toiminta

Tulevalla toimintakaudella tavoitteena on vakauttaa seuran talous ja saada jäsenmäärä ennalleen. Johtokunta laatii talousarvion, joka vahvistetaan vuosikokouksessa (kevätkokous), ja seuraa talousarvion toteutumista. Kevätkokouksessa vahvistetaan myös jäsenmaksujen suuruus. Toimintamaksut päättää johtokunta. Seura ei tavoittele taloudellista voittoa. Tilanteessa, jossa seuran tulot ylittävät menot, käytetään ylimääräiset tulot seuran kehittämiseen ja toiminnan jatkuvuuden turvaamiseen. Seuran toiminnan tuotot tulevat pääasiassa jäsen- ja toimintamaksuista sekä tapahtumien järjestämisestä ja avustuksista. Kustannukset muodostuvat enimmäkseen palkkakuluista ja ohjaajille maksettavista kulukorvauksista sekä tila- ja salivuokrista. Kirjanpidosta vastaa seuran taloudenhoitaja yhdessä tilitoimiston kanssa.

Aikaisempien vuosien tapaan haetaan Lahden kaupungilta vuosiavustusta sekä haetaan muita haettavissa olevia avustuksia mm. Voimistelusäätiöltä ja SVUL:n Lahden piirin tukiyhdistykseltä.

Seuran varainhankinta toteutetaan verottajan hyväksymillä tavoilla. Varainhankintaa ovat mm. tuotemyynti seuran jäsenille sekä näytöksistä ja kilpailuista saatavat lipputulot. Ryhmät voivat järjestää arpajais- ja kahvilatoimintaa tapahtumissa.

4.1. Jäsenmaksut

Viipurin Reippaan jäsenmaksu on 30 €/vuosi. Jäsenmaksu laskutetaan kokonaisuudessaan syyskauden maksun yhteydessä.

Kannatusjäsenmaksu on 50 €/vuosi. Liittymismaksua ei ole.

4.2. Harrastemaksut

Kuperkeikka- ja harrastevoimistelu sekä FreeGym 1h/vk: 135 €/syyskausi ja 175 €/kevätkausi (kevätkausi pitempi)

Harrastevoimistelu ja aikuisvoimistelu 1,5h/vk: 165 €/215€ (syys/kevät)

Harrastevoimistelu 2h/vk: 180€/ 235€

Harrastevoimistelu 3h/vk: 270€/350€

Seniorivoimistelu: 45 €/kausi (syys/kevät)

Perhealennus: 20 €/kausi. Alennus annetaan toiselle, kolmannelle jne. saman perheen jäsenelle.

Kilparyhmien maksut

Kilparyhmien harjoituskaudet ovat:

Syyskausi 1.8 – 31.12 & Kevät-kesäkausi 1.1. - 31.7.

Kilparyhmissä on käytössä vuosimaksu, joka kattaa koko vuoden harjoitukset, elokuusta heinäkuun loppuun. Aktiivisia harjoitusviikkoja on 47. Kesäharjoitukset kuuluvat kilpavoimistelijan kauteen ja vuosimaksuun. Valmentajat päättävät kesäajan harjoitusten aikatauluista ja lomista ryhmäkohtaisesti ja tiedottavat niistä erikseen.

Kilparyhmien harjoitusmaksut laskutetaan kahdessa erässä syyskauden ja kevätkauden alussa. Vuosimaksun ensimmäinen osa on maksettava lokakuun loppuun mennessä ja toinen osa maaliskuun loppuun mennessä. Maksuja palautetaan vain lääkärintodistusta vastaan pidemmistä poissaoloista. Seura ei hyvitä maksuissa "omia lomia" ja poissaoloja. Mikäli voimistelija lopettaa ryhmässä kesken kauden, maksettuja maksuja ei palauteta ja jo saatu lasku on maksettava täysimääräisenä.

Harjoitusmaksujen lisäksi voimistelijoilla syntyy kuluja mahdollisista leireistä ja kilpailuista sekä matkoista ja majoituksesta. Kulut laskutetaan erikseen aina toteuman mukaisesti.

Seuran johtokunta päättää vuosittain kilparyhmien "seuratuesta", joka määräytyy seuran taloustilanteen pohjalta. Tästä johtuen voimistelijan omavastuu valmennuskuluista voi vaihdella vuosittain. Tuki on sitä suurempi, mitä enemmän voimistelijalla on harjoitustunteja viikossa.

Seuratuki on enimmillään 50 prosenttia todellisista valmennuskuluista. Tuki on jo huomioitu vuosimaksussa.

Kilparyhmien vuosimaksuja nostetaan 10% kaudelle 2024-2025. Vuosimaksu ei sisällä 30€:n jäsenmaksua, joka laskutetaan syyskauden maksun yhteydessä.

Harjoitustunnit /vk	Vuosimaksu € 2024-2025	Vuosimaksu € 2023-2024
3	715	650
4	880	800
5	1045	950
6	1210	1100
7	1320	1200
8	1474	1340
9	1562	1420
10	1639	1490
11	1760	1600

5. Strategiset linjaukset 2019 - 2022

5.1. Toiminnan tarkoitus, arvot ja visio

Toiminnan tarkoitus

Seuran tarkoituksena on edistää jäsenten liikuntaharrastusta tarjoamalla lapsille ja aikuisille harrastuksen voimistelun parissa. Tarjoamme monipuolista ja laadukasta voimistelun ohjausta ja valmennusta. Toimintamme on voittoa tavoittelematonta ja harrastaminen sopuhintaista.

Arvot

- ◆ Laadukas toiminta - Innokkaat ja innostavat ohjaajat ja valmentajat,
- ◆ Innostuneet voimistelijat – Pyritään pitämään kaikki jäsenet, lapset ja aikuiset, innostuneina voimisteluun, jotta harrastus jatkuisi mahdollisimman kauan ja tukisi heidän fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia. Innostuneet voimistelijat ovat myös motivoituneempia ja näin myös kilpavoimistelussa päästään parempiin tuloksiin.
- ◆ Jatkuva kehittyminen – ohjaajien, valmentajien ja seuratyöntekijöiden jatkuva kouluttautuminen, seuran toiminnan kasvattaminen ja pitäminen ajan tasalla.

Visio

Tahdomme olla nykyaikainen ja ajan hermolla pysyvä, näkyvä ja vetovoimainen voimisteluseura.

Pystymme tarjoamaan laadukkaan ja monipuolisen, jatkuvan harrastuksen yhä useammalle lapselle, nuorelle, aikuiselle ja seniorille.

Olemme yksi Lahden alueen suurimmista lasten ja nuorten liikuttajista ja näin omalta osaltamme tuemme Lahden alueen lasten ja nuorten hyvinvointia.



5.2. Strategiset painopisteet

Harjoitustilojen uusiminen/lisääminen

Viipurin Reippaan vuosien 2019-2022 strategiaan on kirjattu tavoite toiminnan kasvattamisesta sekä laadukkaiden harjoitusolosuhteiden tarjoamisesta kaikille seuran voimistelijoille. Kumpaakin edellä mainittua rajoittavat tällä hetkellä harjoittelutilat Mustankallion väestönsuojassa. Jäsenmäärän kasvun myötä tilat ovat käyneet pieniksi ja toimintaan on jatkuvasti enemmän tulijoita kuin mitä tilojen puolesta on mahdollista järjestää. Seuran jäsenmäärän edelleen kasvaessa vuosittain, harjoitteluun sopivia olosuhteita ei ole enää riittävästi. Myös kulkeminen Mustankallion voimistelusaliiin koetaan vaaralliseksi. Kulkeminen voimistelusaliiin tapahtuu turvattomaksi koetun tunnelin kautta, jossa on vilkas liikenne. Lisäksi ulko-ovi avautuu suoraan jalkakäytävälle, jossa kovaa vauhtia kulkevat pyöräilijät aiheuttavat vaaratilanteita. Myös ahtaat parkkipaikat ovat osa ongelmaa.

Voimistelun harrastajien voimakkaan kasvun myötä seuralla on tarvetta suuremmalle tilalle ja turvallisemmalle harjoitusympäristölle. Vierumäen Volttiareena on pystytty osittain hyödyntämään kilparyhmien harjoitteluun, mutta se ei ole toimiva ratkaisu harrasteryhmien kohdalla. Vierumäen Volttiareena on liian kaukana ja liian kallis seuran toiminnan sinne laajentamiseksi. Lisäksi seuran varaamat vuorot saattavat peruuntua Vierumäen oman käytön, mm. leiritysten, vuoksi. Näin ollen edes kilparyhmien harjoittelua ei voida laskea Vierumäen volttiareenan varaan.

Viipurin Reipas on toiminut jo pitkään Lahden kaupungilta vuokratuissa tiloissa. Seuralla on kannattava ja toimiva vuokrasopimus Mustankallion väestönsuojan voimistelusalista Lahden kaupungin kanssa. Tila on kuitenkin käynyt pieneksi jäsenmäärän kasvaessa. Seura toivookin saavansa vastaavanlaisen sopimuksen suuremmasta tilasta.

Toiminnan laajentaminen

→ Aikuisten aktivointi seuraan

Seura tarvitsee lisää aktiivisia aikuisia toimintaansa. Aikuisten ryhmän lisäksi pyrimme kevästä 2022 lähtien tarjoamaan heille kurssimuotoista toimintaa viikonloppuisin. Aikuisten voimistelua mainostetaan sosiaalisen median kanavissa kuvin sekä videoin.

→ Toimintaa laajennetaan alueille, joista lasten kuljettaminen harrastuksiin Lahteen on hankalaa

Jatkamme Freegym -toimintaa Pajulahdessa. Mahdollisuuksien mukaan pyrimme myös lisäämään ryhmiä suuren kysynnän vuoksi.

→ Kerhot

Kouluissa järjestettävän kerhotoiminnan jatkaminen aamu- ja iltapäivisin.

Yhteistyö Lahden alueen urheiluseurojen kanssa

- Yhteistyön lisäämistä Lahden urheiluseurojen kanssa varsinkin kilpavoimistelun ja -urheilun puolella. Yhteistyöllä tuetaan lasten ja nuorten monipuolista liikkumista.

Valmennus- ja kilpatoiminnan vakauttaminen ja kehittäminen

- Valmennustoiminta pyritään vakauttamaan ja saada vuosittaista jatkumoa.

Seura kehittää oman kilpavoimistelijan polun, jonka avulla tarjotaan useammille lapsille mahdollisuus kokeilla ja hakea kilpavoimisteluun mukaan ja edetä siinä oman tason mukaisesti.

Tähtiseuraksi!

Tähtiseura-merkki on Olympiakomitean ja lajiliiton myöntämä tunnus, jonka seura saa täyttäessään vaaditut toiminnan laatukriteerit. Tähtimerkin voi saada lasten ja nuorten liikunnasta, aikuisten liikunnasta ja huippu-urheilusta.

Seura on viime vuosina alkanut voimakkaasti kehittää toimintaansa ja tahtoo tehdä siitä laadukasta. Tähtimerkin tavoittelu on luontainen askel seuran kehittämisessä. Laatuohjelmasta seura saa lisää tukea kehittymiseen ja tuo mukanaan seuralle positiivista mainosta, joka parantaa imagoa.

Seura aloittaa tähtimerkki jahdin keväällä 2019 lasten ja nuorten urheilun merkistä.

Tähtimerkin saavuttaminen takaa laadukkaan toiminnan nyt ja tulevaisuudessa.

5.3. Seuran muu sisäinen toiminta ja sen kehittäminen

Ohjaajien ja henkilökunnan koulutus

Seura panostaa ohjaajien ja valmentajien koulutukseen, jotta voidaan taata ohjaus- ja valmennustoiminnan laadukkuus. Koulutetut valmentajat pyritään pitämään seurassa tarjoamalla heille riittävästi valmennustehtäviä. Päätös koulutukseen käytettävästä budjetin osuudesta tehdään johtokunnan kokouksessa. Seuran valmennuspäällikkö ja toiminnanjohtaja päättävät koulutuksiin lähtevät ohjaajat. Seuratyöntekijät käyvät Voimisteluliiton järjestämässä koulutuksissa ja seurojen kehittämispäivissä.

Seura tukee ja kustantaa ohjaajien henkilökohtaisia koulutuspolkuja. Seura kuuntelee ohjaajien omia koulutustoiveita, ja pyrkii auttamaan ohjaajia saamaan tarvittavaa/haluttua koulutusta sekä tarjoamaan koulutusta vastaavaa työtä.

Tarkoituksena on toteuttaa myös seuran sisäistä koulutusta. Koulutukset ovat suunnattu harrasteryhmien ohjaajille. Koulutuksissa käydään läpi mm. lasten ohjaamisen perusteita, tunti- ja kausisuunnitelmien tekoa, monipuolisen tunnin järjestämistä, avustamista ja telinevoimistelu harjoitteiden jakoa.

Seuran valmentajat kokoontuvat keväisin ja syksyisin jakamaan valmennustietojaan ja kehittämään seuran valmennustoimintaa. Lisäksi järjestetään tutortoimintaa, jota järjestetään valmentajien välille. Kokeneemmat valmentajat tarkkailevat ohjaajien toimintaa ja antavat rakentavaa palautetta.

Pidempiaikainen toimintasuunnitelma

Osana kehittämistyötä luodaan Viipurin Reippaan neljän vuoden toimintasuunnitelma yhdessä työntekijöiden ja hallituksen kanssa.

Varainkeruun parantaminen

Hallituksen toiminnan kehittäminen. mm. johtoryhmä, aktivointi

Viestinnän kehittäminen

Työnkuvat palkatuille työntekijöille selkeämmäksi

Laitehankinnat ja korjaukset

Permanto

Puomi

Volttirata

6. Viestintä

Seuran viestinnässä seuraamme vuosikelloa, jonka mukaan toteutetaan seuran viestintää, markkinointia ja sosiaalisen median ylläpitämistä. Vuosikello päivittyy sitä mukaa kun uusia tapahtumia ja toimintaa kehitetään. SoMe:a pidetään aktiivisena ja pyritään tasaiseen, sekä ajankohtaiseen julkaisu tahtiin seuran eri kanavissa. Instagram on seuramme ensisijainen markkinoinnin kanava.

Vuosikello liitteenä.

Tiedottaminen

Seuran sisäinen tiedottaminen on tapahtunut pääasiassa sähköpostilla. Jatkossa tiedottamista siirretään enenevässä määrin seuran nettisivuille sekä sosiaalisen median kanaville. Nettisivuilla tiedotetaan mm. lomista, seuran tapahtumista, harjoitusajoista, harjoitusmaksuista, vuosikokouksista, yms. seuran toimintaan kiinteästi liittyvistä asioista. Vain kiireelliset, tiettyä ryhmää koskevat tai henkilökohtaiset ilmoitukset hoidetaan sähköpostitse.

Ilmoittautuminen voimisteluryhmiin tapahtuu kokonaan jäsenrekisteripalvelun kautta, mihin ohjataan seuran nettisivujen kautta.

Näkyvyys

Seuramme markkinointia jatketaan myös tulevalla kaudella. Seuran on pidettävä huolta sen kehittymisestä ja positiivisen imagon ylläpitämisestä. Haluamme olla nykyaikainen, monipuolinen sekä tunnettu laadukkaasta voimistelusta Lahdessa ja sen lähialueilla. Seuran toiminnan laajentuessa, myös markkinointiin tulee näin ollen panostaa. Markkinointi tapahtuu pääsääntöisesti sosiaalisen median kautta. Pyrimme olemaan näkyvillä myös internetissä, harrastelahti.fi-sivustolla, paikallislehdissä sekä erinäisissä urheilu tapahtumissa. Tapahtumien mainoksia jaetaan yleisillä ilmoitustauluilla sekä Facebookin Lahden alueen -ryhmissä.

Nettisivut, sosiaalinen media

Seuramme nettisivujen päivitystä ja uudistamista selkeämpään ulkoasuun jatketaan. Facebookin ja Instagramin seuraajamäärät ovat uudistuksen jälkeen kasvaneet. Tiedotamme näissä kanavissa seuran ajankohtaisista asioista ja tapahtumista. SoMe-kanavissa julkaistaan mm. monipuolisesti eri ryhmien treeneistä kuvia ja videoita, jaetaan voimistelijoiden kilpailutuloksia sekä painotetaan hyviä, terveellisiä elämäntapoja. Facebookin viestintä kohdistuu pääsääntöisesti aikuisille ja Instagramin viestintä lapsille ja nuorille sekä seuramme jäsenille.

Nuorten Nuvo-tiimi

Seurassamme on kokeiltu SoMe-tiimiä, jossa on ollut mukana seuran omia nuoria harrastajia. SoMe-tiimi on sittemmin korvattu Nuvo-tiimillä, jonka tarkoituksena on aktivoida nuoria mukaan seuran toimintaan ja tuoda monipuolisuutta seuran omiin sosiaalisen median kanaviin.