



Valkeakosken
VOIMISTELIJAT

TOIMINTASUUNNITELMA 2020

1 SEURAN KUVAUS

Valkeakosken Voimistelijat ry on Valkeakoskella toimiva voimisteluseura, joka kuuluu jäsen seurana Suomen Voimisteluliittoon. Vuoden 2020 alusta seura liittyy lisäksi Hämeen Liikunta ja Urheilu ry:hyn (HLU) sekä Suomen Cheerleadingliittoon (SCL).

Seuran jäsenistö, noin 1 100 jäsentä, koostuu aikuisista, nuorista ja lapsista kaikissa ikäryhmissä.

Seuran ylintä päätäntävaltaa käyttää seuran kokous. Sääntömääräisiä kokouksia pidetään vuodessa kaksi; kevät- ja syyskokous. Ne ovat yhdistyksen tärkeimpiä kokouksia, joissa muun muassa käsitellään toimintakertomus, vahvistetaan tilinpäätös, myönnetään tili- ja vastuuvapaus tilivelvollisille, päätetään jäsenmaksujen suuruudet, toimintasuunnitelma, tulo- ja menoarvio, valitaan hallituksen jäsenet sekä valitaan tarvittavat toiminnan- tai tilintarkastajat. Seuran kevätkokous pidetään 14. huhtikuuta ja syyskokous 25. marraskuuta.

Seuran toimintaa ja taloutta suunnittelee, kehittää ja ylläpitää vuosikokouksen valitsema hallitus. Seuran perustoimintaa tukee seuran hallintoon kuuluvat toiminnot kuten taloushallinto, viestintä ja markkinointi, henkilöstöhallinto sekä toimistopalvelut.

Seurassa toimii yhteensä noin 130 ohjaajaa, valmentajaa ja/tai valmennuksen avustajaa sekä vapaaehtoisia.

Valkeakosken Voimistelijat ry:n perustamista koskevat neuvottelut aloitettiin keväällä 2018 ja asiaa työstettiin sen jälkeen aktiivisesti eteenpäin syksystä 2018 lähtien. Suunnitteluun osallistettiin suuri joukko seuratoimijoita. Uusi seura perustettiin 27.2.2019 tarjoamaan Valkeakosken seudulla entistä laadukkaampia voimistelun ja liikunnan palveluita jäsenistölleen niin kuntourheilun kuin kilpaurheilun parissa.

Uudella seuralla on erinomaiset mahdollisuudet vahvistaa entisestään Valkeakosken seudun voimistelu- ja liikuntatoimintaa, sillä seurassa yhdistyivät kahden Valkeakoskella merkittävän seuran pitkät perinteet ja osaaminen. Valkeakosken Voimistelijat ry tarjoaa jäsenistölleen muun muassa monipuolista kuntoliikuntaa aikuisille, tempu- ja perusvoimisteluryhmiä lapsille, showtanssia ja cheerleadingia nuorille sekä perheliikuntaa koko perheelle. Kilpalajeista ja kilpailemisesta kiinnostuneille lapsille ja nuorille on tarjolla valmennustoimintaa sekä kilpa-aerobicin että joukkuevoimistelun parissa. Vuoden 2020 aikana tavoitteena on aloittaa kilpailutoiminta näiden lisäksi myös cheerleadingin parissa.

Kilpa-aerobicin valmennustoimintaa ja urheilijan polkua on kehitetty vuosia ja seuran voimistelijat tavoittelevat kansallista ja kansainvälistä menestystä. Lajin toiminta on kokonaisuudessaan tavoitteellista ja suunnitelmallista kaikkien toimintojen osalta ja siitä syystä se on valittu seuran painopistelajiksi. Kilpa-aerobicin tuoma näkyvyys seuralle on paikallista, alueellista sekä valtakunnallista. Muun muassa näistä syistä lajin kehittämiseen ohjataan enemmän sekä taloudellisia että henkilöresursseja suhteessa muuhun toimintaan seurassa.

2 SEURAN TOIMINNAN TARKOITUS

Valkeakosken Voimistelijat ry:n tarkoituksena on edistää eri-ikäisten jäsentensä monipuolista voimistelun ja liikunnan harrastamista yksilöllisten edellytysten ja tarpeiden mukaisesti. Lisäksi seuran tarkoituksena on mahdollistaa osallistuminen edellä mainittua harrastamista tukevaan yhdistystoimintaan sekä edistää yhteisöllisyyttä ja liikuntakasvatusta.

Tavoitteena on tarjota seuran jäsenille mahdollisuus harrastaa voimistelua ja liikuntaa tasa-arvoisessa ja turvallisessa toimintaympäristössä monipuolisesti kuntoillen, kilpaillen tai huipulla urheillen ja terveitä elämäntapoja noudattaen. Lisäksi seuran toiminnan perustana ovat liikunnan ja urheilun eettiset periaatteet.

2.1 Arvot

Seuran arvoja on työstetty seuran perustamiseen tähtäävissä toimijoiden kokoontumisissa. Seura toimii urheilun ja liikunnan eettisten periaatteiden lisäksi arvojensa mukaisesti. Arvot ohjaavat

jokapäiväistä toimintaa ja päätökset tehdään arvojen mukaisesti pyrittäessä kohti vision toteuttamista.

ETEENPÄIN: kehittyminen, uudistuminen, kehittyvä seura

YHDESSÄ: yhteisöllisyys, yhdessä tekeminen, innostus, kunnioitus, avoimuus

ILO: liikunnan ilo; elämyksellisyys; tyytyväiset toimijat, jäsenet ja liikkujat; voimistelu elämäntapa

LAATU: organisoitu, ammattimaisuus, tavoitteellisuus, menestys, resurssit, vastuullisuus, positiivinen maine, osaavat tekijät (ohjaajat, valmentajat, hallinto)

2.2 Visio

Perustana jokapäiväiselle toiminnalle on seuran visio. Se halutaan saavuttaa seuratoiminnassa ja visio antaa seuran toiminnalle suunnan. Valkeakosken Voimistelijat ry:n visiona on, että Valkeakoskella voimistelu sen eri muodoissaan on kaupungin innostavin ja liikuttavin liikuntaharrastus, joka pitää kunnossa kaiken ikää sekä tarjoaa elämyksiä, onnistumisia, yhteisöllisyyttä, iloa ja menestystä. Valkeakosken Voimistelijat ry on laadukas ja turvallinen liikuttaja paikkakunnalla ja kansallisesti arvostettu voimisteluseura.

2.3 Painopistealueet

2.3.1 Toimintakulttuuri

Tavoitteena on luoda kiittämisen ja arvostamisen kulttuuri näkyväksi läpi organisaation tavalla, jossa kiittäminen ja muiden arvostus näkyy arjessa päivittäin.

2.3.2 Tehtävät ja vastuut

Tavoitteena on seuran kaikissa toiminnoissa tehtäväkuvien ja vastuiden selkeyttäminen. Tiedonkulkuun ja raportointiin suunnitellaan selkeyttä.

2.3.3 Jäsenhankinta

Tavoitteena on olla jäsenmäärään perustuen suurin valkeakoskelainen liikunnan ja urheilun yhdistystoimija. Jäsenistö koostuu naisista, miehistä, nuorista ja lapsista kaikissa ikäryhmissä.

Laadukas ja hyvin johdettu sekä aktiivinen tiedotustoiminta houkuttelevat jäseniä toimintaan mukaan. Myös hyvät yhteistyökumppanit vaikuttavat seuran imagoon ja uskottavuuteen.

Perustoiminnan lisäksi muun muassa erilaiset tilaisuudet ja tempaukset sopivat hyvin toiminnan esittelyyn ja uusien jäsenten rekrytointiin. Hyvät jäsenedut kuten esimerkiksi edullisemmat kurssihinnat tai jäsenille kuuluvat kesäjumput tai yhteistyökumppaneiden tarjoamat edut jäsenistölle houkuttelevat seuran jäseneksi.

3 HALLITUS

Vuoden 2020 tavoitteena on kehittää hallitustyöskentelyä ja hallitusjäsenten vastuita ja velvoitteita tukemaan koko seuran toimintaa. Lisäksi suunnitelmana on kehittää raportointia ja tiedonkulkua siten, että varmistetaan tiedonkulku sekä hallitukselta työntekijöille ja tiimeille että toisinpäin. Hallitus kokoontuu vuoden aikana 13 kertaa.

Työntekijöiden tehtävänkuvia selkeytetään, tuetaan ja parannetaan työntekijöiden viihtyvyyttä ja työilmapiiriä lisäämällä yhteistä aikaa ja vuorovaikutusta työtiimin kesken. Kunkin työntekijän työkuormaa tarkastellaan ja tehtäväkokonaisuuksia muokataan. Työntekijämäärä pidetään nykyistä vastaavana, noin 4,7 henkilötyövuotena.

Olosuhteiden osalta panostetaan VaVo-salin turvallisuuteen ja terveellisyteen sekä urheilijoiden että työntekijöiden näkökulmasta.

3.1 Talouden tasapainottaminen

Yksi seuran suurimmista haasteista on talouden tasapainoinen toteutus suhteessa tavoitteisiin. Hyvä taloudellinen tilanne on edellytys laadukkaan toiminnan järjestämiseksi ja kehittämiseksi edelleen.

Yhdistyksen tuotot tulevat pääasiassa koostumaan jäsenmaksuista, jäsenten maksamista harraste- ja valmennusmaksuista, avustuksista sekä omatoimisesta varainhankinnasta ja seuran tarjoamista liikuntapalveluista. Tavoitteena on tarjota muun muassa kaupungille liikunnallista kerhotoimintaa, muille yhdistyksille tai yrityksille terveysliikuntaa tai työkykyä ylläpitäviä liikuntapalveluja

3.2 Raportointi

Yksi keskeisimmistä tavoitteista on varmistaa sujuva tiedonkulku hallituksen ja muiden seuratoimijoiden kesken. Tämän toteuttamiseksi tullaan määrittelemään ja kuvaamaan raportoinnin prosessit ja työkalut kaikkien toimijoiden käyttöön.

3.3 Hallitustyön kehittäminen

Tavoitteena vuodelle 2020 on selkeyttää hallitustoimijoiden tehtäväkuvat ja vastuut siten, että päällekkäisyyksiä tai puutteita ei ole. Pidemmän tähtäimen tavoitteena on kehittää koko seuran päätöksentekoprosesseja ja operatiivista toimintaa sellaiseen suuntaan, että hallitus voi ottaa strategisemmän roolin seuran toiminnassa.

Hallituksen strategiapäivä pidetään 16. helmikuuta ja toimintasuunnitelmapäivä 25. lokakuuta.

4 TÄHTISEURA

Olympiakomitea, lajiliitot ja liikunnan aluejärjestöt ovat yhdessä luoneet kansallisen Tähtiseura-laatuohjelman. Ohjelman tavoitteena on suomalaisen urheiluseuratoiminnan kokonaisvaltainen kehittäminen. Seura voi saada tunnuksena toiminnastaan Tähtimerkin, joka viestii siitä, että seura täyttää kohderyhmäkohtaiset (lapset & nuoret, aikuiset sekä huippu-urheilijat) sisältövaatimukset ja kaikille yhteiset johtamisen laatutekijät.

Seuran tavoitteena on, että Olympiakomitean Tähtimerkki-tunnus sekä aikuisten että lasten- ja nuorten harrastetoiminnasta myönnetään Valkeakosken Voimistelijat ry:lle vuoden 2020 kuluessa. Tähtimerkki-tunnus on lupaus laadusta. Seura varmistaa, että valmentajat ja ohjaajat ovat koulutettuja ja ohjauksen laatu on korkealla tasolla, lasten ja nuorten toiminnassa myös kasvatuksellisesti. Jatkuvaa toiminnan laadun seurantaa tullaan toteuttamaan tutortoiminnan avulla säännöllisesti eri ryhmien toimintaa arvioiden.

Ohjaaja-, valmentaja ja seuratoimijakoulutuksissa hyödynnetään useita eri koulutuksen järjestäjiä, muun muassa Suomen Voimisteluliittoa, Suomen Cheerleadingliittoa, Hämeen Liikuntaa ja Urheilua sekä Olympiakomiteaa omien osaajien lisäksi.

5 HARRASTELIIKUNTA

Harrasteliikunnan kehittämisestä vastaa päätoiminen voimistelun tuottaja sekä harrastetoiminnasta vastaava hallituksen jäsen. Harrasteliikuntaa kehittää ja ideoi myös harrastetiimi, jonka harrastevastaava kokoaa seuran ohjaajista.

Seura tarjoaa monipuolista harrasteliikuntaa kaikille. Seuran tuntitarjonta tukee koko eliniän jatkuvaa liikuntaharrastusta. Tavoitteena on Valkeakosken Voimistelijat ry:n harrasteliikunnan jatkuvuuden ja tuntien laadukkuuden varmistaminen.

5.1 Lasten ja nuorten harrasteliikunta

Seuran tavoitteena on tarjota monipuolisesti ryhmiä eri-ikäisille lapsille ja nuorille. Lasten ja nuorten liikunnallisen ja terveellisen elämäntavan luominen on seuralle tärkeää. Lasten ryhmissä keskitytään

perusvoimistelutaitojen opettelemiseen leikinomaisesti lapsen ikä- ja taitotaso huomioiden. Nuorille tarjoamme erilaisia tanssiryhmiä myös ikä- ja taitotaso huomioiden.

Lasten ja nuorten ryhmät esiintyvät seuran järjestämissä kevät- ja joulunäytöksissä. Harrasteryhmät voivat lisäksi käydä esiintymässä erilaisissa tapahtumissa seuran ulkopuolella. Joukkuevoimistelun ja kilpa-aerobicin harrasteryhmät esiintyvät Voimisteluliiton Stara-tapahtumissa ja halutessaan osallistuvat myös liiton kilpailuihin.

Lasten- ja nuorten ryhmien vastuuhjaajat ovat 18 vuotta täyttäneitä ja kaikki ohjaajat käyvät vähintään Voimisteluliiton peruskoulutuksen tai vastaavan koulutuksen.

Tavoitteena on kasvattaa jäsenmäärää muokkaamalla tuntitarjontaa kysynnän mukaiseksi, järjestämällä innostavaa kerhotoimintaa loma-aikaan ja kohdistamalla markkinointia uusiin lapsiperheisiin.

5.1.1 Perheliikunta

Perheliikuntaryhmissä alle kouluikäiset lapset vanhempineen pääsevät yhdessä liikkumaan ohjautusti. Perheliikuntatunnit antavat myös ideoita ja virikkeitä perheen arkiliikuntaan ja parhaimmillaan johdattavat lapset jo pienestä pitäen liikunnalliseen elämäntapaan.

Tavoitteena on kasvattaa perheiden määrää ryhmissä tuomalla tarjontaa esille järjestämällä erilaisia maksuttomia ja kaikille avoimia tapahtumia. Esimerkiksi VaVon 1-vuotissyntymäpäivät helmikuussa ja koko perheen ulkojumppa Valkeakoski-päivänä.

5.1.2 Tempputunnit

Tempputunnit kehittävät lasten liikuntataitoja monipuolisesti. Telineillä temppuilla kehittyvät niin kehonhallinta kuin voimaominaisuudetkin. Lisäksi tunnit lisäävät lasten liikkuvuus- ja tasapainotaitoja.

Tempputunnit ovat suosittuja ja tavoitteena on muokata tuntitarjontaa kysynnän mukaiseksi. Tarjonnan mukauttaminen kysyntään vaatii ohjaajaresurssien lisäämistä ja ohjaajien osaamisen kehittämistä.

5.1.3 Voimistelukoulu

Voimistelukoulu on iloista voimistelua ja monipuolista harrastamista. Tavoitteena on kehittää lasten koordinaatiota, tasapainoa, liikkuvuutta ja perusvoimaa. Harjoittelu on monipuolista ja antaa erinomaiset taidot sekä voimistelu-uralle että muihin lajeihin.

Voimistelukoulu toimii hyvänä väylänä aloittaa kilpa-aerobicin tai joukkuevoimistelun valmennustoiminta. Lajeihin erikoistuneista ryhmistä on mahdollisuus edetä valmennusryhmiin. Lajien harrasteryhmien tuntitarjontaa muokataan kysynnän mukaiseksi.

5.1.4 Tanssi

Seuramme tarjoaa eri tanssityylejä laidasta laitaan ja erilaisin tavoittein. Tunneilla kehitetään rytmikkäitä, peruskuntoa, liikkuvuutta ja pidetään hauskaa liikkuen.

Tanssia voi harrastaa myös ryhmissä, jotka harjoittelevat kaksi kertaa viikossa ja pidempään kuin tunti kerrallaan. Nämä tunnit ovatkin olleet suosittuja ja tavoitteena on kehittää tavoitteellisempaa tanssitoimintaa. Cheerleading-ryhmien määrää pyritään kasvattamaan niin, että joka ikäluokasta (8-16 vuotta) löytyisi oma ryhmä. Cheerleadingtoiminnan kehittämistyötä seurassa tehdään yhdessä Cheerleadingliiton kanssa ja vuoden 2020 tavoitteena on aloittaa kilpailutoiminta lajin parissa.

5.1.5 Kerhotoiminta

Kesäkuussa, viikolla 23, 24 ja 25, järjestetään 7-12 -vuotiaille suunnattu liikunnallinen kesäkerho. Kerhoa ohjaavat seuratyöntekijämme ja mahdollisesti nuori kesätyöntekijä. Ohjelmaan kuuluvat muun muassa erilaiset kesän pelit ja leikit, liikennepuistokäynti, uiminen ja retkipäivät.

Kesällä kesätarjontaan kuuluu myös rantauimakouluja heinäkuulle.

Koulujen loma-aikoina järjestetään 6-12 -vuotiaille suunnattuja liikunnallisia kerhoja. Kerhotoimintana suunnitellaan kokeiltavaksi tiiviskursseja kuten parkour-, flikki-, akrobatia-, ja käsilläseisontakurssi.

5.1.6 Kouluyhteistyö

Tavoitteena on kouluyhteistyön lisääminen useammalle koululle. Järjestetään Liiksa-välkkiä tai koulun jälkeistä toimintaa muun muassa Freegym-tunnin järjestäminen koulun iltapäiväkerhona. Yläkouluilla käydään pitämässä liikuntatunneilla tanssitunteja.

5.1.7 Liikuntasynttärät

Liikuntasynttäreitä kehitetään suunnittelemalla erilaisia teemoja muun muassa parkour-, keiju-, ja Halloween -synttärät. Synttäreistä tehdään myös erisuuruisia paketteja valittavaksi. Minimipaketti sisältäisi salin ja tilojen vuokran ja maksimipaketti sisältäisi kaikki herkut, teeman, salin, tarjoilun sekä ohjaajat.

5.2 Aikuisten ryhmäliikunta

Valkeakosken Voimistelijat ry:n tuntitarjonnalla pyritään tukemaan koko eliniän jatkuvaa liikuntaharrastusta. Seura tarjoaa aikuisille monenlaisia kunto- ja terveysliikuntaryhmiä. Ryhmäliikuntatunnit on jaettu neljään osa-alueeseen (Tehotreeni, Tanssi, Kehonhuolto ja Ikiliike), joista kukin liikkuja voi valita tunnin oman kuntonsa, ikänsä ja kiinnostuksensa mukaan. Tavoitteena on saada yhä useampia aikuisia mukaan seuran harrastetoimintaan.

5.2.1 Perustarjonta

Vuoden 2020 tuntitarjonnan pohjana jatkavat perustunnit: muokkaukset, tanssitunnit, erilaiset välinetunnit, kehonhuoltotunnit ja miesten omat tunnit. Tavoitteena on muokata tuntitarjontaa kysynnän mukaiseksi.

5.2.2 Ikiliike

Ikääntyvien (60+) liikuntatoiminta on seurassa aktiivista. Ikiliike jumpissa pidetään huolta, että jokainen seniori voi vahvistaa lihasvoimaa, tasapainoa ja kestävyyttä omien voimiensa mukaan. Ikiliike-ryhmät ovat aina ohjattuja ja jumppatarjonta on monipuolista.

Kaupungin väestö ikääntyy ja tavoitteena onkin vastata tähän kysyntään tarjoamalla ikääntyville liikunnan lisäksi myös yhdessäolon ja toimimisen mahdollisuuksia.

5.2.3 Kurssitoiminta

Kursseja tullaan järjestämään aktiivisesti koko vuoden aikana, noin 3-4 / kausi. Kurssien teemat valitaan vallitsevien trendien mukaisesti, jotain sellaista mitä perustarjonnasta ei löydy. Kurssit hinnoitellaan niin että toiminta on kannattavaa.

Tammikuussa järjestetään pariakrobatiakurssi, helmikuulle on suunnitteilla vesijumppakurssia. Suunnitelmissa vuodelle 2020 on lisäksi Foamroller- sekä aikuisten telinevoimistelukurssi.

5.2.4 Yritysyhteistyö ja palvelutarjonta

Seura tekee osana varainhankintaa yhteistyötä yritysten ja kolmannen sektorin toimijoiden kanssa. Kumppanuuksiin kuuluu osana sponsorointisopimuksia myös liikunnanohjauspalveluita, jotka toimivat markkinointikeinona uusien jäsenten hankkimiseksi. Näitä kumppanuuksia pyritään talouden tasapainottamiseksi lisäämään vuoden 2020 aikana.

5.3 Osaamisen kehittäminen

Harrasteliikunnan ohjaajien joukossa sekä seuratoimijoilla laajemminkin on runsaasti ammattiosaamista liittyen harrasteliikunnan ohjaustyöhön. Toteutetaan tiedonsiirtoa seuran sisäisten koulutusten muodossa. Seuran sisäisten koulutusten lisäksi ohjaajille tarjotaan mahdollisuus osallistua Suomen Voimisteluliiton, Cheerleadingliiton, Hämeen Liikunta ja Urheilun tai muiden tahojen järjestämiin koulutuksiin ja tapahtumiin kuten Supertreenit Naantalissa.

Seurassa kannustetaan myös aktiiviseen tutortoimintaan. Tutortoiminnan kautta pyritään vastaamaan tarpeeseen siirtää koulutuksissa saatu oppi osaksi ohjauksen arkea sekä jakamaan vinkkejä tunneille ja ohjaukseen. Tutortoiminnalla voidaan myös sitouttaa, innostaa ja kohottaa koko seuran yhteishenkeä. Seuralla on tutoroinnin avulla hyvä mahdollisuus ohjaajiensa osaamisen tukemisessa ja kehittämisessä.

6 LAJITOIMINTA

6.1 Kilpa-aerobic

Seuran tavoitteena kilpa-aerobicissa on valmentaa pitkäjänteisesti voimistelijoita, joilla on mahdollisuus nousta lajin kansainväliselle huipulle, sekä kehittää seuraa laadukkaana kilpa-aerobicin osajana ja vahvistaa seuran asemaa kilpa-aerobicin huippuseurana koko Suomessa.

Valmennuksen perustana on valmennusjärjestelmä, jonka tavoitteena on voimistelijoiden eteneminen voimistelu-uralla joustavasti oman motivaatio- ja taitotasonsa mukaisessa ryhmässä.

Valmennusryhmien tavoitteet asetetaan ikäluokka- ja ryhmäkohtaisesti. Lapsuusvaiheen tavoitteena on lajirakkauden synnyttäminen, valintavaiheessa tavoite on säilyttää suosikkilajin asema sekä olla edelleen haluttu harrastus myös nuorille ja huippuvaiheessa taata tarvittavat resurssit huippuvoimistelijan polulle.

Lisätään lajin näkyvyyttä paikallisesti ja alueellisesti, ollaan aktiivisesti mukana mm. esiintymisissä ja tapahtumissa. Järjestetään päiväkodeille ja alakouluille näytöksiä ja lajikokeiluja jäsenhankinnan varmistamiseksi.

Vuoden 2020 tavoitteena on vahvistaa yhdessä tekemisen kulttuuria seurassa, lisätään kohtaamisen paikkoja eri ryhmien voimistelijoille, valmentajille, tuomareille ja joukkueenjohtajille. Osallistutaan aktiivisesti niin seura kuin valtakunnallisellakin tasolla lajikulttuurin muutostyöhön, toimitaan vastuullisesti ja tarjotaan turvallinen toimintaympäristö harrastaa ja kilpailla.

6.1.1 Valmennus

Harjoittelu on monipuolista ja määrätietoista sisältäen lajiharjoittelun lisäksi myös muita tukitoimia. Painopisteenä on palauttavan harjoittelun lisääminen arkiharjoitteluun ja huomioida harjoittelun monipuolisuus rasitusvammojen ennaltaehkäisyn osalta. Varmistetaan balettiharjoittelu vähintään AG 1- ja AG 2 -ikäisille. Järjestetään psyykkistä valmennusta workshopien muodossa erityisesti huippuryhmien voimistelijoille. Mahdollistetaan yhteistyössä paikallisen kouluorganisaation kanssa aamuharjoittelu. Seuraava Try Out -tilaisuus järjestetään toukokuussa 2020.

Järjestetään arkiharjoittelun lisäksi seuran sisäistä leiritystä sekä omien että kv-valmentajien valmennuksessa, tehopäiviä MM-projektin osalta, osallistutaan liiton Elite ja Talenttirinkien leireille suunnitelman mukaisesti. Järjestetään kesäleiri, johon kutsutaan kv-valmentaja, kutsutaan leirille osallistujia myös muista seuroista.

Tavoitteena on käynnistää voimistelijoiden vaihto tai leiritys esimerkiksi Iso-Britanniaan. Tavoitteena on elämysten hankkiminen lajista myös muun kuin kilpailujen osalta. Tutustutaan toisen maan voimistelijoiden harjoitteluun ja harjoitellaan yhdessä, ystävyyttä ja kehitetään englannin kielen käytännön taitoa. Vaihdon tavoitteena on lisäksi valmentajakoulutuksen ja voimistelijoiden harjoittelun yhdistäminen mielekkäällä ja uudella tavalla.

Tarkennetaan vastuvalmentajien, valmentajien, projektivastaavien, joukkueenjohtajien ja työntekijöiden toimenkuvia ja varmistetaan toimiva viestintä kaikkien lajin toiminnassa toimivien välillä. Otetaan käyttöön esimerkiksi valmentajien infokirje kaksi kertaa vuodessa, jotta saadaan vähennettyä tiedottamista WhatsAppissa.

Kehitetään kaikkien valmennusryhmien valmennussuunnitelmien yhtenäistämistä ja varmistetaan yhtenäinen harjoittelu ikäkausien osalta.

6.1.2 Kilpailu

Tavoitteena on osallistua kaikissa ikä- ja tasoryhmissä kilpailutoimintaan niin kansallisesti kuin kansainvälisesti, Stara-sarjoista MM-kilpailuihin saakka. Kilpailuissa on tavoitteena saavuttaa Suomen mestaruudet, mitaleita ja hyviä sijoituksia AG 1- ja AG 2 -sarjoissa sekä liiton mestaruuskilpailuissa sijoitukset 1.-5. joukkoon. Huippuvoimistelun osalta tavoitteena on saavuttaa MM-paikkoja vuoden 2020 MM-kilpailuun niin AG 1- kuin AG 2-sarjoissa sekä saada sijoitukset MM-tasolla AG 1 -finaaliin ja AG 2 -sarjassa 15 parhaan joukkoon. Osallistutaan sekä keväällä että syksyllä kv-kilpailuun ja tavoitteena on hyvä menestys myös kansainvälisesti.

Vuoden aikana seura järjestää kontrollikilpailuja, kisakatselmuksia ja harkkakisan ennen virallisen kilpailukauden alkua. Marraskuussa järjestetään Aerobic Cup 6 -kilpailu ja huhtikuussa kansainvälinen Valkeakoski Open -kilpailu.

Varmistetaan, että kaikki voimistelijat kilpailevat omaa taitotasoaan vastaavassa sarjassa. Käydään läpi suunnitelmat viimeistään vastuvalmentajien elokuun kokouksessa.

Seuran tavoitteena kilpa-aerobicissa on saavuttaa menestystä myös kansainvälisellä tasolla. Tämän tavoitteen saavuttamiseksi seuran tulee lähettää ulkomailla käytäviin kilpailuihin tuomari kilpailijoiden lisäksi. Seuran tavoitteena on olla Suomessa kilpa-aerobicin huippuseura, mikä edellyttää panostusta kansainvälisiin kilpailuihin. Seura tulee tukemaan mahdollisuuksien mukaan myös kilpa-aerobicin ulkomaan matkoja.

6.1.3 Osaamisen kehittäminen

Tehdään kilpa-aerobicille oma koulutuskalenteri, joka mahdollistaa ulkoisten ja sisäisten koulutusten monipuolisen toteutumisen. Seuran sisäisten koulutusten lisäksi valmentajille tarjotaan mahdollisuus osallistua Suomen Voimisteluliiton valmentajakoulutuksiin ja Workshopeihin. Myös kansainvälisten valmentajien leirit toimivat osaltaan samalla koulutuksena valmentajille. Valmennuspäällikkö ja mahdollisesti muitakin valmentajia osallistuu mm. liiton Valmentajapäiviin tuoden terveiset kaikille seuran valmentajille. Toteutetaan tiedonsiirtoa seuran sisäisten koulutusten muodossa, seuran omat valmentajat jakavat tietoa workshopien muodossa (ensimmäinen sovittu 6.1.2020, jatketaan vähintään puolivuositain).

Tuomarikoulutusten osalta varmistetaan riittävä määrä riittävän taseisia tuomareita koulutukseen uudelle olympiadille. Järjestetään sääntökoulutusta jo kesällä uuden sääntökirjan sisällön osalta valmistautuen uuteen olympiadiin 2021-2024.

6.2 Joukkuevoimistelu

Joukkuevoimistelun valmennusta ohjaa ikäkausivalmennusjärjestelmä, johon kuuluu alle 7-vuotiaat, 8-10 -vuotiaat, 10-12 -vuotiaat sekä 12-14 -vuotiaat. Joukkuevoimistelutoiminnan tavoitteena on laajentaa harrastajapohjaa jokaisessa ikäkaudessa, jotta tulevaisuudessa saadaan jokaiseen ikäkauteen harraste- ja kilpaharrasteryhmä sekä tavoitteellisesti harjoitteleva kilparyhmä.

6.2.1 Valmennus

Valmennuksen perustana on valmennusjärjestelmä, jonka tavoitteena on voimistelijoiden eteneminen voimistelu-uralla joustavasti oman motivaatio- ja taitotasonsa mukaisesti

Tavoitteena on kehittää seuran joukkuevoimistelun valmennusjärjestelmää sekä voimistelijan polkua kohti edelleen parempia suorituksia ja sijoituksia. Tulevaisuudessa jokaiseen ikäluokkaan pyritään saamaan vähintään yksi valmennusryhmä, joka seuraa kilpaile huipulle –polkua ja vähintään yksi valmennusryhmä, joka seuraa harrasta kilpaillen -polkua. Tärkeimpinä lähitulevaisuuden tavoitteina on yhdenmukaistaa valmennusryhmien toimintamalleja sekä kehittää voimistelijoiden perusvoimistelutaitoja niin, että kilpaileminen ja menestyminen SM-sarjoissa on lasten ikäryhmissä mahdollista.

Valmennustoiminnassa painotetaan voimistelijoiden yhdenvertaisuutta, valmennustoiminnan kasvatuksellisuutta sekä voimisteluharrastuksen turvallisuutta. Seura perustaa uusia valmennusryhmiä vähintään joka toinen vuosi.

6.2.2 Kilpailu

Joukkuevoimistelun kisakatselmus järjestetään syksyisin ja keväisin ennen kilpailukauden alkua. Lokakuussa seura järjestää joukkuevoimistelun välinesarjojen kilpailun.

Kilpailullisina tavoitteina joukkuevoimistelujoukkueilla on yleinen tasonnosto edelliseen kauteen verrattuna. Yksittäisten joukkueiden tavoitteiden asetelusta vastaa kunkin joukkueen valmennustiimi yhdessä lajivalmentajan kanssa.

6.2.3 Osaamisen kehittäminen

Joukkuevoimistelu seuraa Voimisteluliiton koulutusjärjestelmää (Lasten ja nuorten ohjaaja ja Lajivalmentajat). Pääsääntöisesti joukkuevoimisteluvalmentajilla tulee olla vähintään lajitaidon peruskurssi käytynä tai vastaavat tiedot hankittuna. Ennen kauden alkua tarkistetaan koulutustarpeet ja suunnitellaan täydennyskoulutukset.

Tuomareita koulutetaan riittävä määrä oikeille tasoille, jotta seura välttyy tuomarisakoilta. Suunnitelmana on pitää sisäinen tuomarikoulutus yhteistyössä Tampereen Voimistelijoiden kanssa, jonka kaikki valmentajat käyvät, ilman tenttivelvoitetta.

Kauden aikana pyritään järjestämään ulkopuolisten valmentajien käyntejä joukkueiden luona – tavoitteena on kehittää niin junioreiden kuin valmentajienkin lajiosaamista. Joukkuevoimisteluvalmentajat osallistuvat myös muiden asiantuntijoiden koulutuksiin seuran sisällä, joita seura vuoden aikana järjestää koulutuskalenterin mukaisesti.

7 TAPAHTUMAT

Seuran toimintaan kuuluvat vuosittain erilaiset tapahtumat sekä järjestäjän että osallistujan näkökulmasta. Näytösten ja kilpailujen järjestäminen ovat oleellinen osa seuran varainhankintaa. Lisäksi seurassa järjestetään koulutus- ja virkistystapahtumia ohjaajille, valmentajille, muille seuratoimijoille sekä jäsenistölle.

Seura kannustaa jäseniään osallistumaan myös erilaisiin voimistelutapahtumiin ja -matkoihin. Joukkueet ja ryhmät käyvät tapahtumissa ja kilpailuissa, sekä Suomessa että ulkomailla. Seura osallistuu tiettyjen, ennalta määriteltyjen tapahtumien tukemiseen myös taloudellisesti. Tällaisia ovat esimerkiksi Gymnaestrada-tapahtumat Suomessa ja ulkomailla. Muiden matkojen ja tapahtumien osalta lähtijöiden tulee huolehtia kustannuksista pääasiassa omatoimisesti.

Seuran järjestämät, vuoden 2020 tapahtumat, on suunniteltu siten, että osallistumismahdollisuuksia löytyy nuorille, lapsille ja aikuisille niin kilpa- kuin harrastetoiminnan parissa. Varainhankinnan lisäksi tapahtumien tavoitteena on markkinoida seuran toimintaa ja toteuttaa jäsenhankintaa. Lajien kilpailutapahtumilla lisätään niin kilpa-aerobicin kuin joukkuevoimistelunkin tunnettua Valkeakoskella, tehdään yritys yhteistyötä ja tavoitellaan tätä kautta lisää voimistelijointa valmennus- ja harrasteryhmiin.

Tapahtumat toteutetaan suurelta osin talkoovoimin vapaaehtoisten kanssa, työntekijöiden rooli on mahdollistaa vapaaehtoisten sujuva ja mielekäs talkoilu tapahtumissa. Talkootyön rooli seuran

tapahtumajärjestelyissä on merkittävä ja sen arvostusta halutaan seuran viestinnässä korostaa en-
tisestään.

Seuran kevätkausi, 7.1.-17.5, käynnistyy 6.1. VaVo-jumppapäivällä ja syyskausi jumpataan käyntiin
Koko Koskin Jumppapäivässä 23.8. Seuraavana päivänä 24.8. aloitetaan syyskausi maksuttomalla
kokeiluviikolla (viikko 35).

7.1 Näytökset

Seuran kevätnäytökset pidetään 17.5. ja joulunäytökset 12.12. Sekä kevät- että joulunäytöksiä on
kaksi kappaletta, jotta kaikki esiintymistä haluavat ryhmät pääsevät esittelemään opittuja taitoja ja
myös, jotta näytöksiin saapuva yleisö mahtuu nauttimaan voimistelun elämyksellisyydestä katso-
moon.

7.2 Kilpailut

24.-26.4. seura järjestää kilpa-aerobicin kansainvälisen kilpailun Valkeakoski Openin. Syksylle on lu-
vassa paljon upeaa voimistelua kaupunkiin, kun seura järjestää sekä joukkuevoimistelun VaVo Cup
ja Stara-tapahtuman 18.10. sekä Aerobic Cup 6 -kilpailun 21.-22.11.

7.3 Esiintymiset

Seuran ryhmiä kannustetaan esiintymään erilaisissa tilaisuuksissa kuten esimerkiksi kaupungin eri
tilaisuuksissa tai FC Hakan kotipeleissä. Seura saa näin näkyvyyttä ja voimistelijat arvokasta esiinty-
miskokemusta. Samalla seura näkyy esimerkkinä lapsille ja nuorille sekä heidän vanhemmilleen hy-
vänä harrastepaikkana.

Yksityiset, yritykset tai muut yhteisöt voivat myös tilata voimistelu- ja tanssiryhmiä esiintymään ti-
laisuuksiinsa maksua vastaan. Tämä on yksi varainhankinnan muoto.

7.4 Muut tapahtumat

Koulujen hiihtolomien aikaan, viikolla 9, järjestetään muutaman päivän hiihtolomakerho. Mikäli ker-
holle riittää kysyntää, järjestetään syksyllä myös syyslomakerho.

Seura toiminee vastuullisena järjestäjänä Valkeakosken ankanuitto -tapahtumassa. Tapahtuman
luonne pysyy edelleen aiemman kaltaisena eli useat kaupungin urheiluseurat tulevat järjestämään
tapahtuman yhteistyössä kerätäkseen varoja lasten ja nuorten liikunnan tukemiseen.

Kesäkuun alussa (viikot 23, 24 ja 25) järjestetään maksullinen VaVon liikunnallinen kesäkerho, jossa
ala-asteikäisille lapsille on arkipäivien aikana liikunnallista ohjattua toimintaa. Heinäkuussa järjeste-
tään rantauimakoulut.

Golden Age Gym Festival -tapahtuma järjestetään 4.-9.10. Kreetalla. Suomesta on lähdössä tapah-
tumaan suuri ryhmä, ainakin 200 esiintyjää - tässä joukossa lähtee valkeakoskelaista voimistelua
edustamaan 16 seuran jäsentä.

Seuran ohjaajien ja valmentajien kauden aloitus- ja koulutustilaisuus, VaVo-startti, järjestetään 22.8.

Rakettimyynnit ovat osa seuran varainhankintaa. 27.-29.8. järjestetään Venetsialaisten raketti-
myynti ja 27.-31.12. vuoden vaihteen rakettimyynni.

8 VIESTINTÄ

Seuran viestintätoiminnan yhtenä päätavoitteena on seuran nimen, logon ja toiminnan tutuksi te-
keminen niin Valkeakoskella kuin voimistelun parissa kansallisesti. Seuralle on tärkeää, että visuaa-
lisen ilmeen kautta seura ja sen jäsenet tunnistetaan helposti. Tavoite on, että seura koetaan kiin-
nostavaksi yhteistyökumppaniksi eri sidosryhmien keskuudessa heti ensimmäisinä toimintavuosina.
Visuaalista ilmettä toteutetaan graafisen ohjeistuksen kautta, johon kaikki toimijat ovat sitoutuneet.

Nettisivut ja digitaalinen viestintä toimivat yhdistyksen pääasiallisina viestintäkanavina. Nettisivustolta löytyvät yhteystiedot, tuntitarjonta, toimintakalenteri sekä ajankohtaiset uutiset. Sivustolla on tärkeä rooli muun muassa tapahtumien ja ryhmien markkinoinnissa.

Seura tulee olemaan aktiivinen myös sosiaalisessa mediassa - virallisen Facebook-sivun ja Instagram-tilin lisäksi kilpa-aerobicilla, joukkuevoimistelulla, showtanssilla ja cheerleadingilla ovat omat lajikohtaiset Instagram-tilit. Viestintäkanavien päivityksessä noudatetaan laadittavaa viestintäsuunnitelmaa. Eri kanavien päivittämisestä ovat pääasiassa vastuussa seuran työntekijät, viestintätiimi sekä lajivalmentajat.

Paikallislehteä, Valkeakosken Sanomia, hyödynnetään osaltaan viestinnässä ja markkinoinnissa ja seuran toimintaa tuodaan esiin lehdessä mahdollisimman monipuolisesti. Seura hoitaa valmennusryhmien mediayhteyksiä mahdollisuuksien mukaan niiden kilpailujen osalta, joihin voimistelijat osallistuvat. Kansainvälisistä kilpailuista tiedottamisessa tehdään yhteistyötä Suomen Voimisteluliiton kanssa.

Sisäisen viestinnän keinona sähköinen jäsenrekisteri, Hoika. Sisäisessä viestinnässä tärkeitä ovat myös sähköposti sekä WhatsApp-ryhmät. Tavoitteena on lähettää jäsenistölle jäsentiedote vähintään kerran kuukaudessa ja ohjaajatiedote seuran ohjaajille ja valmentajille samoin kerran kuukaudessa. Tiedotteilla varmistetaan tiedonkulku uudessa seurassa niin seuratoimijoille kuin jäsenistöllekin. Valmennusryhmien viestinnässä tärkeässä roolissa ovat vastuuvallmentajat ja joukkueenjohdajat, joiden välityksellä suurin osa tiedosta kulkee sähköpostien ja WhatsApp-ryhmien välityksellä.

Valmennusjoukkueissa urheilevien vanhemmille järjestetään tarpeen mukaan informaatiotilaisuuksia, joissa käsitellään ajankohtaisia aiheita sekä pyritään osaltaan vahvistamaan meidän seurahenkeämme ja seuran yhteisten hyvien toimintatapojen toteutumista kaikessa toiminnassa. Yhteistyö seuran ja vanhempien kanssa edesauttaa kasvatustavoitteen toteutumista sekä lasten ja nuorten terveiden elämäntapojen noudattamista. Seura haluaa omalla toiminnallaan olla varmistamassa lasten ja nuorten kasvamista iloisiksi, vastuullisiksi ja tasapainoisiksi tulevaisuuden rakentajiksi.

9 KILTATOIMINTA

Seuran seniorijäsenet toimivat Uskollisuuden Killassa. Killan toiminnan avulla saadaan heidän kokemuksensa ja tietotaitonsa seuran käyttöön. Kiltatoiminta on osa Voimisteluliiton toiminnan periaatteita.

Killan tarkoituksena on koota seuran jäsenet ystävyttä ja henkistä vireyttä ylläpitäväksi ryhmäksi. Uskollisuuden Killassa toteutetaan perinteistä kiltajärjestystä sovellettu Voimisteluliiton arvoin ja toimintaan. Killan toimintamuotoja ovat esim. liikunta, tapaamiset, retket ja esitelmät. Kiltalaisille järjestetään toimintaa Voimisteluliiton toimesta myös alueellisesti ja valtakunnallisesti.

Kiltalaisten toiminnan kulmakivi on ystävyys. Kiltalaisilla on paljon yhteisiä kokemuksia ja muistoja muun muassa seurasta, kisamatkoilta ja kurseilta. Nämä kokemukset ovat muovanneet kiltalaisten välille elinikäisiä ystävyysuhteita. Kiltalaisten tapaamisissa kaikuu aina iloinen puheensorina ja nauru raikaa.

Killan jäsenistö kokoontuu säännöllisesti erilaisten aktiviteettien parissa. Vuoden 2020 suunnitelmiin kuuluu kokoontua kerran kuukaudessa erilaisten teemojen äärellä. Tapaamisissa mm. Tanssitaan, ulkoillaan, kuntoillaan, hemmotellaan ja kahvitellaan. Lisäksi kiltalaiset osallistuvat Voimisteluliiton Sydän-Suomen alueen kiltapäivään huhtikuussa ja tekevät yhteistyötä Valkeakosken seurakunnan kanssa.

10 TOIMISTO JA HALLINTO

Seuran toimisto sijaitsee Valkeakosken Lumikorven alueella osoitteessa Mottitie 2. Toimistolla työskentelee toiminnanjohtaja, valmennuspäällikkö ja voimistelun tuottaja sekä toimistotyön osalta muut työntekijät.

Samoissa tiloissa sijaitsee myös VaVo ry:n käytössä oleva VaVo-sali, jossa järjestetään osa valmennustunneista sekä joitakin harrasteliikunnan tunteja. Suuri osa tunneista tullaan pitämään

Valkeakosken kouluilla sekä muissa kaupungin vuokratiloissa kaupungin salivuorojakoja noudattaen. Tavoitteena on pitää joustoparketti salilla kilpa-aerobicin käytössä, sillä huipulla kilpaileminen edellyttää joustoparketin käyttöä harjoiteltaessa.

11 YHTEISTYÖKUMPPANIT

Seura tekee aktiivisesti yhteistyötä Valkeakosken muiden liikuntaseurojen kanssa. Seuran tavoitteena on olla vastuullisena järjestäjänä mukana paikkakunnan urheiluseurojen järjestämän arpajais-tapahtuman, Valkeakosken Ankanuiton, järjestelyissä sekä yhtenä seurana mukana Valkeakosken kesäteatterin liikenteenohjaus -ryhmässä. Muiden liikuntaseurojen ja yhdistysten kanssa kartoitetaan resurssien salliessa muita yhteistyön mahdollisuuksia.

Muiden liikunta-alan tahojen kuten Valkeakosken kaupungin liikuntatoimen, Suomen Voimisteluliiton ja Suomen Cheerleadingliiton kanssa ollaan tiiviissä yhteydessä. Seuran tavoitteena on tehdä monipuolista ja pitkäjänteistä yhteistyötä Valkeakosken kaupungin kanssa. Tavoitteena on, että Valkeakosken kaupunki voisi olla ylpeä valkeakoskelaisesta voimisteluseurastaan ja seurasta löytyisi useita erilaisia esikuvia, jotka kannustaisivat liikkumaan ikään katsomatta. Kaupungin ainoana voimistelun parissa toimivana seurana seuralla on myös tärkeä rooli olla rakentamassa yhteisöllisyyttä ja voimistelun tunnettuutta Valkeakoskella.

Seuran järjestämiin näytöksiin ja kilpailutapahtumiin kutsutaan kaupungin ja voimisteluliiton edustajat, alueen koulujen rehtorit, median edustajat sekä muut seuran yhteistyökumppanit.

12 TOIMINNAN KEHITTÄMINEN JA TULEVAISUUDEN NÄKYMÄT

Seuran toiminnan vakiinnuttua toimintaa kehitetään suunnitelmallisesti hallituksen strategisten linjausten mukaisesti. Seura on ainoa Valkeakosken alueella voimistelun parissa toimiva yhdistys ja näin ollen voidaan vakaasti uskoa siihen, että jäsenistöä riittää jatkossakin.

Harrasteliikunnan tarjontaa kehitetään sääntöjen, jäsenistön toiveiden sekä Olympiakomitean Tähtiseura-toimintaperiaatteiden mukaisesti. Harrasteliikunnan toimintamuotoja kehitetään vastaamaan kysyntää ja niin, että resurssit riittävät toimintojen ylläpitämiseen ja kehittämiseen. Uuden seuran yhtenä tavoitteena on lisätä kiinnostusta voimisteluseuran ryhmäliikuntaa kohtaan ja näin edistetään paikkakuntalaisten hyvinvointia ja terveitä elämäntapoja.

Seuran tavoitteena kilpa-aerobicissa on valmentaa pitkäjänteisesti voimistelijoita, joilla on mahdollisuus nousta lajin huipulle kansallisella ja kansainvälisellä tasolla. Lisäksi tavoitteena on kehittää seuraa laadukkaana kilpa-aerobicin osaajana ja vahvistaa seuran asemaa Suomessa kilpa-aerobicin huippuseurana.

Joukkuevoimistelun lajivalmennuksen laadukkaana kehitysprosessin pitkän tähtäimen tavoitteena on muun muassa 10-12 -vuotiaiden sarjassa voimistelevan joukkueen sijoittuminen kategorioihin 1-2 niin, että nousu 12-14 -vuotiaiden SM -sarjaan on mahdollista.

Cheerleading halutaan nostaa tulevaisuudessa yhdeksi kilpailulajiksi seurassa ja ainakin osa cheerleadingtoiminnasta siirtää valmennustoiminnan piiriin.

Tavoitteena on jatkossa, että seura järjestää joka vuosi vähintään yhden kilpa-aerobicin ja yhden joukkuevoimistelun kansalliset kilpailut.