

Toimintasuunnitelma 2026-2027



Ydintoimintaamme on...



Seuran jäsenten
liikuttaminen

Voimistelu ja tanssi
monissa
muodoissaan

Ilon ja
hyvinvoinnin
tuottaminen
seuran jäsenille

Positiivisten elämysten
tarjoaminen niin
liikkumisen kuin
osallistumisen kautta

Millainen seura olemme

Harrastaminen on kivaa, palkitsevaa ja harrastaa voi turvallisin mielin

- Harjoituksissa, näytöksissä, kilpailuissa, yhdessä tehden, harjoittelu kehittää.

Voimistelu yhdessä on elämys ja yhdessä olemme enemmän

- Ryhmä, joukkue, ilo, huumori, yhteenkuuluvuus ovat läsnä toiminnan kaikilla tasoilla lajista ja ryhmästä riippumatta.

Seurahenki elää vahvana

- Olemme ylpeitä kuulumisesta Mäntsälän Voimistelijoiden yhteisöön.

Seuramme on näkyvä toimija kunnassa ja alueen luottoseura, jolla on perusasiat kunnossa.

- Olemme auditoitu Tähtiseura, ja kehitämme toimintaamme jatkuvasti.

Seuramme tarjoaa ja kehittää monipuolista liikuntaa eri-ikäisille ja eritasoisille liikkujille.

- Mahdollistamme osallistumisen paikallisiin, kansallisiin ja kansainvälisiin voimistelutapahtumiin.



Näiden arvojen pohjalta toimimme

Vastuullisuus

Minun vastuu - meidän vastuu – seuran vastuu

Jokaisella on turvallinen, positiivinen ja oppimista tukeva ympäristö.

Voimistelutoimintamme on laadukasta ja yhteiskuntavastuullisesti toteutettua.

Yhteisöllisyys

Seuraamme tullaan liikkumaan ja osallistumaan luottavaisin mielin.

Jäsenet, vapaaehtoiset, ohjaajat, valmentajat ja toimihenkilöt nauttivat toimimisesta seurassamme.

Kaikilla on hyvä ja positiivinen asenne seuramme toimintaan.

Ilo

Seuran toiminta tarjoaa vaihtelua, virikkeitä, uusia kokemuksia ja ystäviä sekä uusia mahdollisuuksia.

Osallistuminen yksin ja ryhmässä tuottaa myönteisiä elämyksiä niin onnistumisen kuin itsensä ylittämisen kokemuksina.



Toimintavuoden 2026-2027 painopisteet

- Perustoiminnan varmistaminen voimistelussa, tanssissa ja harrasteliikunnassa
- Cheerleading toiminnan vakauttaminen
- Vakaa talous
- Ohjaajien ja valmentajien toiminnan tukeminen ja osaamisen kehittäminen
- World Gymnaestrada – tapahtuma Lissabonissa heinäkuussa 2027



Voimistelu- ja tanssitoiminta

Cheerleading

Ryhmäliikunta



Voimistelutoiminnan malli

	Harrasteliikunta		Kilparyhmät		
Ikäluokka	Voimistelu	Tanssi ja Cheerleading	Joukkuevoimistelu	Tanssi ja Cheerleading	TanVo
VOIMISTELUKOULU – LEIKKIEN JA LIIKKUEN					
0-6v	1-4v Perheliikunta 45 min				
4-6v	Voimistelu 1h 1-2 viikkotuntia Vauhti-voimistelukoulu 4x 4 h lyhytkurssi	Tanssimuksut 1h			
6-9v	Voimistelu 1h 1-2 viikkotuntia Vauhti-voimistelukoulu 4x 4 h lyhytkurssi	Dance 4 Fun 1h Cheerleading 7-10v 1,5h	Felina Stara 6-8v 2 x 1,5 h Adelle Lila H8-12v 3x/vko á 2 h	Cheerleading Stage-ryhmä 1.5 h Tanssi: Solot, duot, triot 2 h	
9-12v	Voimistelu 1h 1-2 viikkotuntia Dance 4 Fun 1h	Dance 4 Fun 1h Cheerleading 10-12v 1,5h			
MONIPUOLISTA LIIKUNTA, URHEILUA JA YHTEISÖLLISYYTTÄ					
12-16v			Adelle Rosa HK 12-14v 3x/vko á 2,5 h Iris H 14-16v 2 x 2,5 h, 1 x 1,5 – 2 h	Tanssi: Meteorit 13-15v 2 x 1-2 h Tanssi: Solot, duot, triot 2 h	
Yli 16v	Aikuisten ryhmäliikuntatunnit			Tanssi: Galaxit 16-19v 2 x 1-2 h Tanssi: Solot, duot, trio 2 h	Hengettäret yli 40v 1 x 2 h (+ 1x/kk ohjelmaleiri á 4h)
Yli 18 v					

Voimistelutoiminnan malli / ryhmäliikunta ja aikuisten harrastetunnit

Lisäksi kesäjummat elokuussa, touko- ja kesäkuussa ulkona kahdesti viikossa

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Tanssitreeni 45 / uusi ohjaaja	Vaihtuva teematunti / Eerika	Zumba 45 / Anne J	Tunti G/Jooga A 90* / Tiina			Universum tanssi
Tehotreeni 45 / uusi ohjaaja		PumppiCircuit 45 / Anne J	Tunti H/Jooga J 90* / Tiina			



Ohjaajan ja valmentajan toimintaperiaatteet

- Varmistan ilon ja innostuksen ilmapiiriin
- Suunnittelen harjoitukset laadukkaasti huomioiden ikä- ja taitotason
- Vastuuvalmentajana huomioin myös apuohjaajan kauden ja tuntien ohjaamisen suunnittelussa
- Huomioin harrastajat yksilöllisesti ja teen parhaani
- Sitoudun seuran käytäntöihin ja toimintamalleihin sekä edistän omalta osaltani seurahenkeä
- Kehitän itseäni ohjaajana/valmentajana jatkuvasti
- Sitoudun noudattamaan Suomen Voimisteluliiton eettisiä periaatteita sekä urheilun yhteisiä Reilun pelin periaatteita.

Ohjaajien ja valmentajien osaamisen tukeminen

- Ohjaajatapaamiset 4 x vuodessa
- Vaaditut verkkokoulutukset: Vastuullinen valmentaja, Et ole yksin, tietosuoja seurassa
- Avoin viestintä huoltajien kanssa
- Voimisteluliiton koulutukset
- Terve Voimistelija –sisältöjen hyödyntäminen
- Seuran valmennus- ja ohjauslinjan periaatteet kaikkien toimintaan
- Ohjaajien ja valmentajien tukimuodot:
 - sisäiset verkkosivut, ohjaajan vuosikello, perehdytystapaamiset, ohjaajien tapaamiset ja sisäiset koulutukset



Tapahtumat

Viestintä ja markkinointi

Hallinto ja talous



Liikuntatilat

- Toiminta toteutetaan Mäntsälän kunnan tiloissa
- Aikuisten (yli 18v) toiminnasta maksetaan salivuorot, maksuttomat vuorot alle 18v
- Normaalit salivuorot 17.8.2026-16.5.2027
- Kesävuorot 3.8.-16.8.2026 ja 17.5. -13.6.2027
- Lisävuoroja haetaan kunnalta seuraleireihin ja tapahtumiin sekä Gymnaestradaharjoitukseen
- Turvallisuussuunnitelma päivitetään vuosittain elokuussa ennen kauden alkua
- Salien ensiapuvälineitä täydennetään säännöllisesti

Toiminta-ajat

- Kilpailevien ryhmien kausi 3.8.2026-13.6.2027
- Harrasteryhmien kausi 17.8.2026-16.5.2027

Syyskausi 2026:

- Kilpailevat ryhmät: kesätreenit 3.-16.8.2026
- Harrasteryhmien syyskausi alkaa 17.8.2026 ja päättyy 5.12.2026
- Kilpailevien ryhmien syyskausi päättyy 13.12.2026
- Syyskauden näytös 28. / 29.11.2026
- Vko 42 syysloma

Kevätkausi 2027:

- Kevätkausi alkaa kaikilla 4.1.2027
- Harrasteryhmien kevätkausi päättyy 16.5.2027
- Kevätnäytös avoin (4-5/2027)
- Kilpailevien ryhmien kevätkausi päättyy 13.6.2027 (kesätreenit 17.5. - 13.6.2027)
- Vko 8 talviloma
- Kesäjummat ja kesätreenit alkavat 17.5.2027
- World Gymnaestrada 11.-17.7.2027 Lissabon

Tapahtumat

- Merkittävin omavarainhankinnan keino seuran toiminnan varmistamiseksi
- Tuetaan erityisesti kilpailuryhmien toimintaa
- Tapahtumien kehittäminen: tavoitteena kiinnostavat tapahtumat ja katsojamäärien lisääminen seuranäytöksissä
- World Gymnaestrada 11.-17.7.2027 Lissabon
- Järjestettävät tapahtumat:
 - Syyskauden näytös 28. tai 29.11.2026
 - 4/2027 Mustan Kissan Kilpailu (mikäli liitto myöntää kilpailun, ei mukana budjetissa)
 - 4-5/2027 Kevätnäytös

Viestintä ja markkinointi

- Viestintä- ja markkinointikanavat:
 - Verkkosivut www.mantsalanvoimistelijat.fi
 - Sosiaalinen media: Facebook, Instagram
 - Lehtimainokset
- Jäsentiedotus virallisesti myClubin kautta
- Joukkueiden ja seuratoimijoiden whatsapp-ryhmät
- Tapahtumat, kilpailut ja kampanjat:
 - Harrastemessut
 - Voimisteluviikko kahdesti vuodessa
 - Kaveriviikot lokakuussa
 - Kilpailut ja näytökset
 - Muut toimintavuoden aikana toteutettavat viestintäkampanjat ja yhteistapahtumat kunnan eri toimijoiden kanssa

Hallinto

- Seuran hallitus: puheenjohtaja ja 5-7 jäsentä
- Hallinto toteutetaan vapaaehtoisvoimin, osa-aikainen seurasihteerit (5h/vko)
- Seuran toimisto: Osuustie 1 A, Mäntsälä
- Taloushallinto: TiliLaine Oy
- Kirjanpito-ohjelma: Fivaldi
- Jäsenrekisteri: myClub
- Jäsenyydet: Suomen Voimisteluliitto ry , Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, SVUL:n Uudenmaan piiri
- Sääntömääräiset kevät- ja syyskokoukset
- Uuden strategian työstö

Talous

- Kokonaisbudjetti 130 595 euroa
- Toimintamaksuja 82 000 euroa
- Varainhankinnan tuottoja 11 000 euroa (vain jäsenmaksut ja näytökset); kilpailua ei olla myönnetty vielä
- Tavoitteena 0-tulos
- Joukkueiden ja ryhmien koot tulee olla riittävän suuria, resurssien hyödyntäminen mahdollisimman kustannustehokkaasti
- Kesäleiriä ei ole budjetissa
- World Gymnaestrada 11.-17.7.2027 Lissabon: läpilaskutus, Gympin kulut
- Taloudenseuranta tehdään kuukausitasolla
- Budjetissa 280 maksavaa jäsentä

Mäntsälän Voimistelijat liikuttaa!

