



# TOIMINTASUUNNITELMA 1.8.2020- 31.7.2021



# 1. Painopisteet 2020-2021

Toimintavuoden 2019-2020 lopun koronapandemia aiheutti merkittäviä haasteita seuran toimintaan niin taloudellisesti kuin toiminnallisestikin. Tästä syystä tulevan toimintavuoden päätavoitteena on saada toiminta jälleen raiteilleen varmistamalla laadukkaat ja monipuoliset harrastusmahdollisuudet niin harraste- kuin kilparyhmissä sekä järjestämällä vetovoimaisia tapahtumia ja kilpailuja.

Jäsenmäärä nousi edellisellä kaudella yli 550 jäseneseen, joten seura jatkaa edelleen 600 jäsenen tavoitteeseen pääsyä. Kasvua tulee saada erityisesti aikuisten ryhmäliikuntaan. Aktiivista markkinointia jatketaan niin paikallislehdissä kuin sosiaalisessa mediassa. Monipuolinen tarjonta varmistetaan aiemman liikuntatoiminnan kehittämismallilla, jossa ylläpidetään voimistelun, tanssin ja temppuilun linjat alakouluikäisille. Kilpajoukkueita seuralla on joukkuevoimistelussa, tanssillisessa voimistelussa ja tanssissa.

Muina toimintavuoden tärkeimpinä toimenpiteinä ovat tapahtumien toteuttaminen, joihin kuuluvat joulu- ja kevätinäytökset, Mustan Kissan Cup -kilpailu ja Stara-tapahtuma, kesäleiri sekä muut seuran markkinointitapahtumat. Tapahtumien toteuttaminen vaatii paljon aktiivisia talkoolaisia, innostuneita vanhempia apujoukkoihin sekä tapahtumatiimin aktiivista ja pitkäjänteistä toimintaa.

Kilpa- ja huippu-urheilutoimintaa toteutetaan HJM-seurayhteistyön kautta, jossa Mäntsälän lisäksi mukana ovat Järvenpään Voimistelijat sekä Hyvinkään Voimistelu ja Liikunta. Yhteistyötä tehdään jo pienten voimistelijoiden kanssa yhteisleirien ja taitokisojen kautta sekä valmentajien tiiviillä yhteistyöllä. Freyat-edustusjoukkueita kaudella 2020-2021 on 8-10. Uutena pilottihankkeena kokeillaan nuoremman ikäluokan (Mini-Freyat) ottamista mukaan edustusjoukkue-toimintaan.

Ohjaajien ja valmentajien hyvinvointi ja osaamisen tukeminen on seuran elinehto. Syyskaudella toteutetaan Voimisteluliiton tutor-hanke, joka siirtyi koronaviruksen takia keväältä syksyyn. Joukkuevoimistelussa ja tanssissa kehitetään valmentajatiimien toimintaa. HJM-seurojen kanssa yhteistyössä toteutetaan ohjaajien ja valmentajien yhteinen koulutusilta keväällä 2021 Järvenpäässä. Lisäksi HJM-valmentajat käynnistävät säännölliset joukkuevoimistelun valmennuksen kehittämispäivät kahdesti vuodessa. Vastuullisen valmennuskulttuurin jalkauttamista jatketaan kaikkien ohjaajien ja valmentajien kanssa Voimisteluliiton aineiston tuella.

Seuran tulevaisuuden strategiaa on työstetty ja sen konkretisoiminen jatkuu tulevana toimintavuotena. Mäntsälän Voimistelijat on Olympiakomitean ja lajiliittojen yhteisen laatuseuratoiminnan lasten, nuorten ja aikuisten liikunnan Tähtiseura. Tähtiseurana oleminen vaatii jatkuvaa kehittymistä ja kehittämistä. Tähtiseura-auditointi on tulossa syksyllä 2020.

## Tavoitteet 2020-2021

- Toiminnan jatkuminen vakaana koronaviruspandemian jälkeen
- Vetovoimaiset ja taloudellisesti onnistuneet tapahtumat
- Tähtiseura-auditointi ja jatkuva kehittyminen

## 2. Mäntsälän Voimistelijat liikuttaa – strategia 2025

Mäntsälän Voimistelijoiden strategia 2025 luo pohjan seuran toiminnan toteuttamiselle ja kehittämistyölle. Kuva tulevaisuudesta päivitettiin keväällä 2020.

### Mikä on ydintoimintamme?

Ydintoimintamme voimistelu, sen monissa muodoissaan, liikuttaa sekä tuottaa iloa ja hyvinvointia seuran jäsenille. Seura tarjoaa positiivisia elämyksiä niin liikkumisen kuin osallistumisen kautta.

### Millaista toimintamme on nyt ja tulevaisuudessa?

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.

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, ja 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.



Kuva 1. Yhteisöllisyys ja ilo näkyvät seuran toiminnassa joka päivä.

### 3. Voimistelu- ja tanssitoiminta 2020-2021

Kauden 2019-2020 liikuntatoiminnan uudistamisen tavoitteena oli yhdenmukaistaa ikäryhmät eri poluilla, helpottaa harrastamisen löytämistä sekä ottaa paremmin käyttöön Suomen Voimisteluliiton tarjoamat tuntisisällöt, markkinoinnin tukimateriaalit ja ohjaajakoulutukset. Tulevana toimintavuotena jatketaan pääosin samalla toimintamallilla kehittämällä ryhmien toimintaa saadun palautteen perusteella.

## Harraste- ja kilpatoiminta (\*uusi)

	Voimistelu	Voimistelu	Dance 4 Fun	FreeGym/ Ninjabgym	Stara & Kilpa/JV	Stara & Kilpa/tanssi	Kilpa/TanVo	Oheisvalmennus
0-4v	Perheiliikunta (ilkkunnallisen elämäntavan oppiminen, vanhemmuuden tukeminen, yhteisöllisyys, mukaan seuran toimintaan) 3-4 ryhmää							
4-6v	VoimistelukouluA	VoimistelukouluB	Dance 4 Fun	NinjaGym 1 Ninja Gym 2				
6-9v	VoimistelukouluA	VoimistelukouluB	Dance 4 Fun	NinjaGym 1 NinjaGym 2	Minivalmennus 5-6v, 2x/vko Minivalmennus 7-9v, 2x/vko Minivalmennus 7-9v, 3x/vko			
9-12v	Tanssillinen voimistelu, treenitunti		Dance 4 Fun	FreeGym	Joukkue 8-10, 2x/vko Joukkue 10-12, 2x/vko Joukkue 10-12, 3x/vko	Joukkue 2x/vko + treenitunti	Joukkue 2x/vko + treenitunti	
12-16v	Tanssillinen voimistelu, treenitunti		Dance 4 Fun*	FreeGym*	Joukkue 12-14*, 3x/vko (harraste) Joukkue 14-16 3x/vko (harraste)	Joukkue 2x/vko + treenitunti	Joukkue 2x/vko + treenitunti	Oheisvalmennuksen toimintatapaa suunnitellaan
Yli 16v	Tanssillinen voimistelu, treenitunti*		Aikuisien ryhmäliikunta tunnit	Yli 16 v ja aikuiset, tempputunti*	Joukkue 16-20 1x/vko (harraste)	Joukkue 2x/vko + treenitunti	Joukkue* 2x/vko + treenitunti	
Yli 18v	Tanssillinen voimistelu, treenitunti alkeet* treenitunti jatko (1,5h)							

Kuva 2. Liikuntatoiminnan malli kokonaisuudessaan.

Ohjaajia, valmentajia ja apuohjaajia kausittain tarvitaan noin 50. Kaikki ohjaajat koulutetaan Voimisteluliiton peruskoulutuksissa, jonka lisäksi voi halutessaan jatkaa osaamisen kehittämistä erilaisilla taso- tai tuotekoulutuksilla. Seura maksaa pääsääntöisesti kaiken ohjaajakoulutuksen, ja Mäntsälän kunta korvaa avustuksena koulutukseen käytetyn summan takautuvasti.

Vastuullisen valmennuskulttuurin kehittämistä jatketaan toteuttamalla Voimisteluliiton materiaalin pohjalta sisäistä koulutusta eri toimijoille. Lisäksi seuran toimintamallit uusitaan siten, että vastuullisuusasioiden käsittelyyn on selvä toimintamalli niin ohjaajille, valmentajille kuin seuratoimijoillekin. Lisäksi nimetään erillinen vastuullisuusyhteyshenkilö, joka tukee tarvittaessa eri osapuolia toiminnan kehittämisessä.

Harrasteryhmillä toimintaviikkoja on 33 (15/18). Kilpailevilla joukkueilla kausi alkaa aiemmin ja päättyy myöhemmin riippuen myös kilpailukauden pituudesta, joka saattaa vuodesta toiseen vaihdella Voimisteluliiton tapahtumien mukaan. Viikkotunteja ei korvata, jos salivuoro on peruttu. Tunteja eikä harjoituksia pääsääntöisesti pidetä pyhäpäivinä eikä niiden aattona. Mahdollisuuksien mukaan peruutetut tunnit siirretään toiseen liikuntatilaan.

Salivuorot pysyvät toimintavuonna samana kuin edellisellä kaudella koronaviruksen aiheuttaman myllerryksen takia. Vuoroja seuralla on käytössään monitoimitalolla, Riihenmäen liikuntahallissa, lukiolla, Kaunismäen päiväkodissa sekä Myllymäen, Kirkonkylän ja Hepolan kouluilla.

Palautekyselyt kaikille harrastajaryhmille ja lasten huoltajille tehdään huhtikuussa, ja ne käsitellään seuran hallituksessa ja viestitään jäsenistölle. Joukkuevoimistelussa voimistelijoiden ja huoltajien palautekyselyt tehdään yhdessä HJM-seurojen kanssa kahdesti vuodessa kilpailukausien jälkeen.

### **Harrasteryhmät: Perheliikunta, lasten ja nuorten liikunta**

Harrastetoiminta jakautuu voimisteluun, tanssiin ja temppuiluun. Harrasteryhmiä järjestetään erityisesti alle kouluikäisille sekä alakoululaisille.

#### **Perheliikunta**

- 0-4 -vuotiaille, 3-4 ryhmää
- Liikutaan yhdessä aikuisen kanssa
- Perheen kannustaminen liikunnalliseen elämäntapaan

#### **Voimistelu ja tanssillinen voimistelu**

- 4-vuotiaasta alkaen, **4-5 ryhmää**
- Voimistelukoulussa opitaan voimistelun ja liikunnan perustaitoja monipuolisesti, kaksi eri painopisteellä olevaa tuntia 4-6- ja 6-9 -vuotiaille, 9-vuotiasta alkaen tanssillinen voimistelu
- Siirrytään haluttaessa kilpaileviin ryhmiin (jv, tanvo)
- Tavoitteena saada suuria ryhmiä pienten ikäryhmiin, jotta jatkossa kilpaileviin joukkueisiin eri lajeissa riittää harrastajia
- Käytössä Voimisteluliiton Voimistelukoulumateriaali

#### **Dance 4 Fun**

- 4-vuotiaasta alkaen, 3-4 ryhmää
- Lapsille ja nuorille suunnattu monipuolinen tanssiharrastus
- Harrasteryhmä, josta mahdollisuus siirtyä myös kilpaileviin tanssijoukkueisiin
- Käytössä Voimisteluliiton Dance 4 Fun -materiaali

#### **Ninja-/FreeGym**

- 4-vuotiaasta alkaen NinjaGym, 9v alkaen FreeGym, yhteensä 4-5 ryhmää
- Lapsille ja nuorille suunnattu harrastus, joka yhdistää voimistelun, voimaharjoittelun, temput ja parkourin
- Käytössä Voimisteluliiton FreeGym-materiaalit



Kuva 3. Suomen Voimisteluliiton tanssi-, temppu- ja voimistelutuotteet ovat käytössä seurassa laajasti.



## Stara- ja kilpailevat joukkueet: joukkuevoimistelu, tanssi, tanssillinen voimistelu

Stara- ja kilpailevien joukkueiden osalta toimintavuonna keskitytään pitkäjänteiseen ja laadukkaaseen valmennukseen. Tavoitteena on edelleen kehittää ratkaisuja omatoimisen harjoittelun ja liikkumisen lisäämiseen. HJM-seurayhteistyön kautta toteutetaan kahdesti vuodessa liikkumisviikot kilpaileville ryhmille. Kilpailevat ryhmät osallistuvat Suomen Voimisteluliiton alaiseen kilpailutoimintaan. Kaikkien lajien yhteinen kisakatselmus järjestetään maaliskuussa 2021.

### Joukkuevoimistelu

- 5-vuotiaasta alkaen, 7-8 joukkuetta (Stara, 8-10, 10-12, H 12-14, H 14-16, H 16-20)
- Harjoituksia ikäryhmän mukaan 2-3 kertaa viikossa 75 min-2,5 h kerrallaan
- Voimisteluliiton Stara-tapahtumat ja kilpailut
- 2 seuraleiriä syksyllä ja 2 seuraleiriä keväällä, pienimmillä 1 + 1 leiriä
- Kausi elokuun alku-kesäkuu, valmennusmaksut laskutetaan 10 kuukaudelta (elokuu-toukokuu)
- HJM-joukkueiden kanssa tehdään yhteistyötä mm. taitokisojen, HJM-leirien ja salivuorojen jakamisen kautta, HJM-joukkueissa myös seuran voimistelijoita mukana

### Tanssi

- 9-vuotiaasta alkaen, 3 joukkuetta (Stara, 12-15, 16-19)
- Harjoituksia 2 kertaa viikossa 1,5-2h kerrallaan ikäryhmän mukaan
- Voimisteluliiton Lumo-kilpailut sekä mahdolliset muut tanssikilpailut
- 1 seuraleiri syksyllä ja 1 seuraleiri keväällä
- Kausi elokuun puoliväli-toukokuu

### Tanssillinen voimistelu

- 9-vuotiaasta alkaen, 3-5 joukkuetta (9-11, 12-15, 16-19, yli 40)
- Harjoituksia 2 kertaa viikossa 1,5-2h kerrallaan ikäryhmän mukaan
- Voimisteluliiton tanssillisen voimistelun kilpailut ja mahdollisesti Lumo-kilpailut
- 1 seuraleiri syksyllä ja 1 seuraleiri keväällä
- Kausi elokuun puoliväli-toukokuu



Kuva 4. Kilpailevien joukkueiden toiminnassa tärkeää on aktiivinen ja avoin viestintä sekä osaavat valmentajat.

## Aikuisten ryhmäliikunta ja harrasteryhmät

Aikuisten ryhmäliikunnan toiminta jatkuu pääosin aiemman vuoden mukaisesti. Ryhmäliikunnan hinnoittelu jatkuu samalla tavalla kuin aiemmalla kaudella eli harrastajat ostavat Rajaton-treenikortin tai 10/30 kerran treenikortin, joilla saa käydä haluamillaan tunneilla vapaasti. Jooga-tunnit ovat lisämaksullisia.

Kesäjumppat jatkuvat heti normaalikauden jälkeen kahdesti viikossa. Kesäjumppakausi kestää touko- ja kesäkuun, jonka jälkeen seuraavalla toimintakaudella kesäjumppat jatkuvat taas elokuussa.

Aikuisten harrastetunti tanssillisessa voimistelussa jatkuu, mutta sen rinnalle yritetään perustaa myös aloittelijoiden tunti. Lisäksi tavoitteena on perustaa aikuisille oma tempuilutunti.

Aikuisten ryhmäliikunnassa on viisi ohjaajaa. Tarvittaessa sijaisina käytetään seurassa aiemmin ohjanneita tai muita Mäntsälässä ryhmäliikuntaa ohjaavia. Voimisteluliiton ohjaajakoulutukset sekä ideapäivät takaavat jatkuvan osaamisen kehittämisen. Myös uusia aikuisten ryhmäliikunnan ohjaajia rekrytoidaan jatkuvasti nuoremmista seuraharrastajista.

Alustava tuntitarjonta:

- Maanantai: Ikiliike 60, Lavis 45, Coretreeni 45
- Tiistai: Step & Voima 60
- Keskiviikko: Zumba 60, kehonhuolto ja venyttely 45
- Torstai: Jooga alkeet 90, jooga jatko 90
- Sunnuntai: Teematunti 60
- Lisäksi uudet harrasteryhmät: tanssillisen voimistelun alkeet 60 sekä aikuisten tempputunti 60



Kuva 5. Suosittu Lavis jatkuu myös tulevalla kaudella, samoin kesäjumppat touko-kesä- ja elokuussa.

## 4. Toimintakalenteri 2020-2021

1.8.2020	Uusi toimintavuosi alkaa (ilmoittautuminen käynnistyy 5/2020)
3.8.	Joukkuevoimistelijoiden kesätreenit ja kesäjummat jatkuvat
17.8.	Normaalit harjoitusvuorot; tanssi ja tanvo-joukkueiden harjoitukset käynnistyvät
18.8.	Ohjaajatreffit, kauden käynnistäminen yhdessä
19.8.	Starttitapahtuma monitoimitalolla ja seurakuntakeskuksen nurmikolla 17.30-20.00
24.8.	Kausi alkaa
24.-30.8.	Voimisteluviikko – avoimet ovet
20.9.	MäV-seurapäivä
14.11.	Voimisteluliiton syyskokous, Helsinki
12.12.	Liikuntanäytös klo 13:00 Riihenmäki

\*\*\*\*\*

4.1.2021	<i>Kevätkausi alkaa</i>
Vko 1/2	<i>Voimisteluviikko – avoimet ovet</i>
xx	<i>Voimisteluliiton kevätkokous</i>
xx	<i>Kisakatselmus</i>
20.-21.3.	<i>Mustan Kissan Cup (hakemus Voimisteluliitolle)</i>
17.5.	<i>Kevätnäytös klo 14:00 Monitoimitalo/Riihenmäki</i>
19.5.	<i>Joukkuevoimistelijoiden kesätreenit ja kesäjummat alkavat</i>
8.-10.6.	<i>Mustan Kissan kesäleiri</i>



Kuva 6. Tapahtumat ja avoimet ovet avaavat mahdollisuuden tutustua seuran toimintaan.



## 5. Viestintä ja markkinointi

Markkinointi- ja viestintätoimenpiteitä jatketaan edellisen kauden tapaan. Markkinointikanavina käytetään entistä enemmän sosiaalisen median kanavia: Facebookia ja Instagramia. Lisäksi käytetään paikallislehtien maksettua mainontaa kauden markkinoinnissa. Sosiaalisesta mediasta ostetaan tarvittaessa maksettua mainontaa eri toiminnoille ja tapahtumille. Viestintätiimi koordinoi seuran viestintä- ja markkinointitoimenpiteitä.

Seura on mukana aktiivisesti eri tapahtumissa ja teemaviikoilla; kausi käynnistetään 19.8. pidettävällä starttitapahtumalla ja ensimmäisellä toimintaviikolla Voimisteluviikko mahdollistaa tutustumisen seuran toimintaan. Lisäksi vuoden aikana seura on mukana markkinoimassa toimintaansa lukuisissa muissa tilaisuuksissa ja tapahtumissa Mäntsälässä.

Lehdistötiedotteet kertovat seuran toiminnasta sekä kilpailevien joukkueiden saavutuksista. Kilpailujen osalta tehdään viestintäsunnitelma lehdistötiedotteiden kirjoittamisesta. Tiedotteet toimitetaan paikallislehteen heti kilpailuviikonlopun jälkeisenä maanantaina. Lisäksi kilpailuista sekä seuran tapahtumista kirjoitetaan uutisia seuran verkkosivuille ja sitä kautta levitetään sosiaaliseen mediaan.

Seuran jäsenrekisteriohjelma Hoika toimii kaiken tiedottamisen pohjana. Hoikan kautta lähetetään jäsentiedotteita säännöllisesti sekä tiedotetaan ryhmien muutoksista suoraan jäsenten sähköposteihin.

Seuran jäsenten henkilötietojen hallinnassa ja käsittelyssä otetaan huomioon EU:n tietosuoja-asetus GDPR. Asetuksen mukaiset käytänteet ja toimintatavat ohjeistetaan kauden alussa ohjaajille, valmentajille ja jojoille.

Sisäistä viestintää tehdään aktiivisesti sähköpostin ja whatsapp-ryhmien välityksellä. Ohjaaja- ja valmentajatiedotteita lähetetään säännöllisesti, ja valmentajat ja jojat viestittävät joukkueiden ja ryhmien vanhemmille ja jäsenille suoraan tietoa ajankohtaisista asioista. Avoin ja säännöllinen viestintä on seuran toiminnan kulmakivenä. Ohjaajille ja valmentajille sekä muille seuratoimijoille järjestetään toimintavuoden aikana myös yhteisiä tapaamisia ja illanviettoja.

Uusien seuravaatteiden hankinta on käynnistetty kuluvana ilmeuudistuksen pohjalta. Tavoitteena on luoda kattava seuramallisto jäsenistön käyttöön luotettavan toimittajan kanssa.



Kuva 7. Seuran uusi ilme näkyy tulevalla kaudella vahvasti markkinoinnissa ja viestinnässä.

## 6. Hallinto ja talous

Seuran tärkeimpiä toimijoita ovat jäsenet, ohjaajat, valmentajat, toiminnanjohtaja, hallitus, tiimit ja joukkueenjohtajat. Lisäksi seuratoiminnassa on mukana muita aktiivisia vapaaehtoisia, joita ilman seura ei pystyisi toteuttamaan tehtäväänsä eikä toteuttamaan laadukkaita tapahtumia ja kilpailuja.

### Hallinto

Mäntsälän Voimistelijoiden toiminnasta vastaa hallitus. Hallituksen tehtävänä on kehittää, linjata, suunnitella ja organisoida seuran toimintaa sekä vastata seuran taloudesta. Hallituksen tehtävänä on myös valvoa Tähtiseura-kriteereiden toteutumista koko seuran toiminnassa. Hallitus koostuu puheenjohtajasta ja seitsemästä jäsenestä sekä kahdesta varajäsenestä. Kokouksia on noin kymmenen kertaa vuodessa ja lisäksi järjestetään kaksi pidempää toiminnansuunnittelupäivää. Tarvittaessa pidetään myös sähköposti- tai puhelinkokouksia. Hallituksen jäsenet osallistuvat Voimisteluliiton ja ESLU:n seurakoulutuksiin, Voimisteluliiton seurajohdon seminaareihin ja vuosikokouksiin sekä laatuseuratapaamisiin.

Hallituksen alla toimivat Tapahtumatiimi ja Viestintätiimi. Tapahtumatiimi vastaa seuran tapahtumien koordinoinnista ja kehittämisestä. Viestintätiimi toteuttaa ja suunnittelee viestintää ja markkinointia. Lisäksi jokaiselle hallituksen jäsenelle on nimetty oma vastuutehtävänsä.

Seuralla on päätoiminen toiminnanjohtaja, jonka tehtävänä on toimeenpanna hallituksen päätökset sekä kehittää seuran toimintaa strategian suuntaisesti. Toiminnanjohtaja toimii ohjaajien ja valmentajien esimiehenä. Toiminnanjohtajan esimies on hallituksen puheenjohtaja.

### Talous

Seuran kokonaiskustannukset toimintavuodelle 2020-2021 ovat yhteensä 243 000 euroa. Tilikaudella tavoitellaan 0-tulosta. Tarkistebudjetti tehdään syyskuun aikana, kun toteutetut ryhmät ja joukkueet ovat selvillä. Tärkeimpinä varainhankinnan tuottoina ovat tapahtumien tuotot eli Mustan Kissan Cup, näytökset ja kesäleiri. Avustuksia toimintaansa seura saa kunnalta. Muita avustuksia voidaan hakea OKM:ltä tai Voimisteluliitolta erillisiin hankkeisiin.

Seuran talousohje on päivitetty keväällä 2020, jossa on kuvattu kokonaisuudessaan seuran talouden prosessit ja toimintatavat. Tilintarkastajana toimii Timo Packalén ja kirjanpito toimistona Rantalainen Oy.

*Liitteet:*

*Liite 1. Mäntsälän Voimistelijoiden budjetti 2020-2021*

*Liite 2. HJM-toimintasuunnitelma 2020-2021*

*Liite 3. HJM-talousarvio 2020-2021*

**Mäntsälän Voimistelijat ry**

**BUDJETTI 2020-2021**

**Varsinaisen toiminnan tuotot**

Muut tuotot	10000
Toimintamaksut	120000
Joukkueiden kisamatkat/leirit	25000
<b>Varsinaisen toiminnan tuotot yhteensä</b>	<b><u>155000</u></b>

**Varsinaisen toiminnan kulut**

*Palkka- ja kulukorvaukset vakinaiset ja tuntityöntekijät*

Palkat, palkkiot, ostetut palvelut, muut henkilöstökulut	-105000
Matka- ja kulukorvaukset	-5000
<b>Palkka- ja kulukorvaukset vakinaiset ja tuntityöntekijät yhteensä</b>	<b><u>-110000</u></b>

*Varsinaisen toiminnan muut kulut*

Toimitilavuokrat	-3500
Salivuokrat	-25000
Välineet/seuran omat	-3000
Joukkueiden kisamatkat/leirit	-25000
Omat tarjoilut	-2000
Mainoskulut	-5000
Koulutuskulut	-4000
Puhelinkulut	-400
Toimistotarvikkeet	-600
Jäsenmaksut	-1800
Vakuutukset	-500
ATK-kulut	-500
Pankkikulut	-700
HJM/seuratuki	-10000
Muut kulut	-20000
<b>Varsinaisen toiminnan muut kulut yhteensä</b>	<b><u>-102000</u></b>

**Varainhankinnan tuotot**

Jäsenmaksut	10000
Sponsori- ja muut tuotot	2000
Kilpailut	50000
Näytökset	9000
Kesäleiri	10000
<b>Varainhankinnan tuotot yhteensä</b>	<b><u>81000</u></b>

## Varainhankinnan menot

Sponsori- ja muut tuotot	0
Kilpailut	-20000
Näytökset	-4000
Kesäleirin menot	-7000
<b>Varainhankinnan menot yhteensä</b>	<b>-31000</b>

## Yleisavustukset

Kunnan avustus	7000
Muut avustukset	0
<b>Avustukset yhteensä</b>	<b>7000</b>

<b>Kaikki tuotot yhteensä</b>	<b>243000</b>
<b>Kaikki menot yhteensä</b>	<b>-243000</b>
<b>Ylijäämä/alijäämä</b>	<b>0</b>

## Liite 2. HJM-toimintasuunnitelma 2020-2021

### HJM-seurayhteistyön toimintasuunnitelma 2020 – 2021

Hyvinkään Voimistelu ja Liikunta ry:n (Hyvoli), Järvenpään Voimistelijat ry:n (JäV) ja Mäntsälän Voimistelijat ry:n (MäV) seurayhteistyön päätavoitteina on mahdollistaa:

- joukkuevoimistelun harrastusmahdollisuudet eri taito- ja tavoitetasoilla 11-vuotiaista naisten sarjoihin
- alueellinen huippuvoimistelutoiminta
- seurojen yhteistoiminta eri toimintatasoilla

### Hallinto ja talous

HJM-seurayhteistyön toimintaa määrittelevät emoseurojen hyväksymät toimintalinjat, talousohje ja valmennussopimus.

### Seurojen yhteistoiminta

Seurayhteistyön puitteissa jaetaan osaamista niin seurojen hallitusten, valmentajien, seuratyöntekijöiden kuin vapaaehtoisten kesken. Seurayhteistyötä toteutetaan mm. koulutusten, taitokilpailuiden, kutsuleirien sekä tapahtumien järjestämisen kautta. Seurayhteistyössä luodut voimistelijan polut, taitotavoitteet ja kausisuunnitelmepohjat ohjaavat joukkuevoimistelun valmennusryhmien toimintaa jo seuratasolla.

### HJM-taitokilpailut

Taitokilpailuja järjestetään neljä kertaa syys- ja neljä kertaa kevätkaudella. Taitokilpailuissa HJM-seurojen voimistelijat esittävät yksilöinä valmiin taito-ohjelman, josta he saavat kirjallisen arvion ja pisteet tuomareilta. Taitokilpailuiden osallistumismaksut veloitetaan osallistujilta. Uudet taito-ohjelmat ja niihin liittyvät materiaalit julkaistaan vuoden vaihteessa.

### HJM-kutsuleirit

Kutsuleirit ovat HJM-seurojen joukkuevoimistelijoiden ja heidän valmentajiensa yhteisiä valmennuspäiviä, joiden tavoitteena on jakaa osaamista seurojen välillä sekä tarjota voimistelijoille lisäharjoittelumahdollisuuksia. Kutsuleirejä järjestetään kolmesti vuoden aikana: syksyllä, talvella ja keväällä.

### Tapahtumat

Joukkuevoimistelukilpailut ja Stara-tapahtumat ovat keskeisiä varainhankinnan keinoja ja lisäävät HJM-seurayhteistyön näkyvyyttä. Kaudelle 2020-2021 Suomen Voimisteluliitolta haettavat kilpailut ovat:

- HJM Stara, syksy 2020 (mahdollinen haku)
- HJM Cup, kevät 2021

## **Freyat -edustusjoukkueiden toiminta**

HJM-edustusjoukkueitoimintaa on sekä SM-sarjassa että kilpasarjassa. Joukkueiden yhteinen nimi on Freyat. Edustusjoukkueiden ja niiden kokoonpanot arvioidaan uudelleen kausittain. Joukkueiden kokoonpanot muodostavat HJM-tiimin valmentajat yhdessä HJM-valmennuspäällikön kanssa.

Uudet voimistelijat hakevat joukkueisiin yksilöinä, ja heidät valitaan mukaan arvostaen fyysisiä ominaisuuksia sekä lajitaitoja. Haku joukkueisiin tapahtuu freyat.fi -nettisivujen kautta. Kevätkaudella 2020 hakevat mukaan 2009- ja 2010 -syntyneet voimistelijat.

Tavoitteena toimintavuodelle 2020-2021 on muodostaa seuraavat edustusjoukkueet:

### SM-sarja

- 10 – 12 v. SM-sarjan joukkue, harjoittelu 4 – 5 krt/vko, 1-2 rinnakkaista joukkuetta
- 12 – 14 v. SM-sarjan joukkue, harjoittelu 5 – 6 krt/vko, 2 rinnakkaista joukkuetta
- 14 – 16 v. SM-sarjan joukkue, harjoittelu 5 – 6 krt/vko, 1-2 rinnakkaista joukkuetta

### Kilpasarja

- 12 – 14 v. kilpasarjan joukkue, harjoittelu 4 krt/vko
- 14 – 16 v. kilpasarjan joukkue, harjoittelu 4 krt/vko
- 16 – 20 v. kilpasarjan joukkue, harjoittelu 3 – 4 krt/vko

SM-sarjan joukkueet harjoittelevat kausisuunnitelman mukaisesti. Joukkueet osallistuvat 4-8 kilpailuun kaudessa. Tämän lisäksi joukkueet osallistuvat myös kansainvälisiin kilpailuihin. SM-sarjan joukkueet hakevat mukaan Suomen Voimisteluliiton valmennusrinkeihin.

Kilpasarjan joukkueet harjoittelevat kausisuunnitelman mukaisesti. Kilpasarjan joukkueet kilpailevat poikkeuksellisesti koronaepidemian aiheuttamien muutosten takia sekä syys- että kevätkaudella vapaaohjelmalla. Joukkueet osallistuvat 4-6 kilpailuun kaudessa.

Voimistelijoiden perheillä on merkittävä asema HJM-seurayhteistyössä. Kannustamisen lisäksi vanhemmat osallistuvat varainkeruuseen esim. olemalla mukana tiimien toiminnassa ja talkootöillä. Varainkeruu kohtuullistaa voimistelijoiden valmennusmaksuja ja muita kustannuksia.

### SM-polun kehittäminen

Tulevaisuuden tavoitteena on kehittää SM-voimistelijapolun valmennusjärjestelmä vastaamaan lajin vaatimustasoa. Seuraavien kausien erityistavoitteena on SM-voimistelijapolun kehittäminen; mm. emoseurojen toiminnan vahvistaminen ja tukeminen, valmennusosaamisen lisääminen ja jakaminen, olosuhteiden parantaminen sekä lasten valmennuksen rakentuminen seurayhteistyöhön. Toimintavuonna 2020-2021 pilotoidaan Mini-Freyat -hanke.

Mini-Freyat pilottihanke:

- Valmennustiimi: Janita Honkavaara, Emilia Rantsi ja Julianna Korjus
- Joukkue 10-12 tyttöä
- Joukkue harjoittelee 4-5x vko: 1x vko Hyvinkää, 1-2x vko Järvenpää, 1x vko Mäntsälä + baletti/ taitovalmennus omalla paikkakunnalla

Lisäksi joukkuevoimistelutoiminnan lasten ja nuorten laatutekijät -kartoituksen raportista valitut kehittämistoimet HJM-seurayhteistyöseuroille ovat:

- Yhteiset JV-palautekyselyt 2020-2021
- Yhteinen ohjaajien ja valmentajien koulutusilta, kevät 2021
- HJM:n JV-valmentajien yhteiset koulutuspäivät



### Liite 3. HJM-talousarvio 2020-2021

#### HJM-TALOUSARVIO 2020- 2021

##### TUOTOT

Valmennusmaksut	210000
Leiri ja koulutus tuotot	15000
Emoseurojen tuet	30000
Tapahtumat	38250

**TUOTOT YHTEENSÄ** 293250

##### HENKILÖSTÖKULUT

Palkat sivukuluineen HJM	180000
Koulutuskulut ja niihin liittyvät matkakulut	1000
Saadut palkkakorvaukset	10000

**VAPAAEHTOISET HENKILÖSIVUKULUT** 171000

##### MUUT KULUT

Valmennusryhmien kulut	60000
Puvusto, Välineet, Muut	6000
Ulkopuoliset kulut (tmi nimi laskutus))	0
Ostetut valmennuspalvelut	0
Leiri ja koulutuskulut	2000

##### VUOKRAT

Salivuokrat	40000
-------------	-------

##### MATKAKULUT

Muut matkakulut	1000
Puhelin, tietoliikenne ja ATK kulut	1000
Toimistotarvikkeet	500
Rahaliikenteenkulut	250
Taloushallintopalvelut	1500
Tapahtumakulut	10000

**KULUT YHTEENSÄ** 293250

**TULOS** 0