



Haukiputaan Heiton TOIMINTAKERTOMUS 2023

Monipuolista toimintaa vuonna 2023

Haukiputaan Heitto on monilajiseura, jossa toimii 9 eri jaostoa. Lajeina seurassa oli vuonna 2023; salibandy, sähköpyörätuolisalibandy, uinti, voimistelu, pöytätennis, sulkapallo, paini, lentopallo, suunnistus, kantritantsi ja triathlon. Seurassa toimii aktiivinen seniorijaosto, joka järjestää säännöllisesti mm. kuntotansseja.

Seuran toiminta-ajatuksena on tarjota niin harrastus-, kuin kilpatoimintaa matalan kynnyksen toimintaperiaatteella. Vuoden 2023 aikana laajennettiin toimintamalleja, joilla madallettiin harrastajien kynnystä kokeilla uusia lajeja. Vuonna 2022 syksyllä alkanut OKM:n rahoittama lajinvaihtohanke jatkui vuoden 2023 ajan. Aluksi hankkeessa oli mukana voimistelu-, uinti- ja salibandyjaostot. Vuoden 2023 aikana lajinvaihtoa laajennettiin seuran sisällä muihinkin jaostoihin. Lajinvaihto on saanut positiivisen vastaanoton ja toimintaa kehitetään ja vakiinnutetaan. OKM myös myönsi vuonna 2023 seuratuon uintijaostolle lajikoordinaattorin palkkaamiseen. Hanke alkoi 1.8.2023 ja se kestää kaksi vuotta. Vuonna 2023 jatkettiin myös jo pitkään seurassa noudatettua käytäntöä, jonka mukaisesti seura myöntää taloudellisesta tukea alaikäisten useamman lajin harrastamiseen.

Vuoden 2023 aikana Heitto järjesti ja osallistui aktiivisesti erilaisten kilpailuiden ja tapahtumien järjestämiseen. Esimerkiksi voimistelujaosto vastasi TUL avointen piirinmestaruuskisojen järjestämisestä ja järjesti Stara-tapahtuman. Painijaosto puolestaan järjesti Eero Tapio -turnauksen. Vierivät Kivet järjestivät Oulun Päivien Kuntotanssit. Uintijaosto järjesti juhlaa. Suunnistusjaosto järjesti Heiton 90 v. Oulurastit.

Kisarintamalla tuli kansallista menestystä. Esimerkiksi salibandyssä edustusnaiset nousivat Naisten divariin. Naiset 3 nousi puolestaan Suomi-sarjaan. Toukokuussa 2023 Heiton pelaaja voitti pöytätenniksen alle 12-vuotiaissa pojissa SM-pronssia. Ikäkausimestaruusuinneista tuli vuoden mittaan kaksi SM-pronssia. Painissa puolestaan tuli Miesten Suomen mestaruus. Lisäksi paini sai myös Suomen mestaruudet 17-vuotiaiden, että 20-vuotiaiden sarjoissa.

Myös kansainvälisiin kisoihin osallistuttiin, esimerkiksi uintijaosto osallistui syyskuussa Italiassa pidettyihin CSIT-maailmankisoihin. Heitosta kisoihin osallistui 45 henkilöä ja mitalisaalis oli peräti 62 mitalia.

Yhteiskunnallinen merkitys ja näkyvyys

Seurassa tehtiin vuoden aikana myös yhteiskunnallisesti vaikuttavaa työtä. Esimerkiksi uintijaosto järjesti yhdessä voimistelujaoston kanssa kesäkuun ajan Kesätoimintaa Lapsille -tapahtuman. Kyseessä oli ns. arkipäiväleiri. Tuo tapahtuma työllisti seuran jaostoista kaikkiaan 19 nuorta.

Seura niitti mainetta Pohjois-Pohjanmaan Urheilugaalassa, kun Suomen Olympiakomitea myönsi Heiton uinti- ja voimistelujaostoille Lasten ja Nuorten Vuoden Tähtiseura -palkinnon 2023.

Heitossa viestintää kehitettiin muun muassa perustamalla seuralle oma Instagram tili.

Vuonna 2023 Haukiputaan Heitto juhlisti 90-vuotista toimintaansa

Seuran 90-vuotistaivalta juhlistettiin muun muassa järjestämällä kaikille avoin tapahtuma Heiton Päivä 16.9.2023 Jatulissa. Tilaisuudessa oli tarjolla niin lajikokeiluja kuin lajinäytöksiäkin. Tapahtuman live musiikkista vastasi mm. The Southgates.

Seuran virallista 90-vuotisjuhlaa vietettiin 14.10.2023 Heiton talolla teemalla Historiallinen Heitto. Tapahtumassa kuultiin mm. puheita ja juhlassa esiintyi sekä Heiton omia urheilijoita ja toimijoita että myös Haukiputaan Mieskuoro. Tilaisuudessa jaettiin kunniamerkkejä seura-aktiiveille. Myös osassa jaostoissa tuli tasavuotista täyteen. Vuonna 2023 Uintijaosto juhli 20-vuotista taivaltaan juhlauintien ja juhlagalaan merkeissä, ja Triathlonjaosto juhli 10-vuotista toimintaansa järjestämällä 90+10 km pyöräilytapahtuman.

Arvot ja visio

Seuran arvot ja visio päivitettiin vuonna 2023.

Visio

Haukiputaan Heitto on monilajiseura, joka tarjoaa harrastamisen mahdollisuuksia ja liikkumisen iloa kaiken ikäisille.

Kaikilla on mahdollisuus osallistua

Kaikki ovat avoimesti tervetulleita seuraamme. Meille voit tulla harrastamaan tai kilpailemaan. Monilajiseuramme tarjoaa monia eri lajivaihtoehtoja ja tarjontamme on aidosti kaiken ikäisille, vauvasta senioreihin.

Koe liikunnan ilo

Meillä voit kokea liikunnan ilon. Pidämme huolta toisistamme, olemme paikallinen ja turvallinen toimija. Tasa-arvo ja yhdenvertaisuus on meille tärkeää.

Arvot

Kaikki ovat tervetulleita mukaan seuran toimintaan

Olemme turvallinen paikallinen toimija, jonka toimintaan ovat kaikki tervetulleita. Meille monimuotoisuus on rikkaus.

Kaikkia kohdellaan yhdenvertaisesti ja tasa-arvoisesti

Seuran toimintaan on helppo tulla mukaan yksin tai yhdessä kaverin kanssa. Kannustava ilmapiiri, yhteiset pelisäännöt sekä ikätason ja taitotason mukaiset, ohjatut ryhmätoiminnot takaa turvallisen ympäristön harrastamiselle sekä lasten ja nuorten kasvulle ja kehitykselle. Harrastaminen ei saa olla kenellekään rahasta kiinni.

Kehitämme seuratoimintaa vastaamaan tämän päivän tarpeisiin

Kehitämme toimintaa seuraamalla yhteiskunnan tapahtumia ja muutoksia sekä kuulemalla jäsenten, harrastajien, lasten, nuorten, vanhempien, ohjaajien, valmentajien ja toimijoiden ajatuksia, kokemuksia, ideoita ja toiveita. Pienennämme hiilijalanjälkeä mm. kierrättämällä ja järjestämällä kimppakyytejä.

Seuran vuosikokoukset

Seuran kevätkuukokous pidettiin 23.5.2023 Heiton talolla. Tuossa kokouksessa hyväksyttiin seuran toiminta- ja tilikertomukset vuodelta 2022. Samalla vahvistettiin vuoden 2022 tilinpäätös ja myönnettiin tili- ja vastuuvapaus johtokunnalle.

Seuran syysvuosikokous pidettiin 21.11.2023 Heiton talolla, tuossa kokouksessa hyväksyttiin Heiton toiminta- ja budjettisuunnitelmat vuodelle 2024, sekä valittiin seuralle uusi puheenjohtaja ja johtokunta. Samassa kokouksessa vahvistettiin Triathlonjaoston muutos Triathlon- ja Elämysurheilujaostoksi.

Johtokunta 21.11.2023 alkaen:

Ilkka Ukkola (puheenjohtaja)

Maarit Kleemola

Taneli Ojala

Mika Naumanen

Kari Laurila

Sanna Haahtikari

Kari Myllymäki

Meeri Alatalo

Jari Kinnunen

Riitta Päckilä

Sirpa Ervasti

Jukka Ukkola

Johtokunta aiemmin vuonna 2023:

Marjo Niskakangas (puheenjohtaja)

Mika Lukkarila (varapuheenjohtaja)

Pia Hurmelinna-Laukkanen

Kari Laurila

Jari Kinnunen

Sirpa Ervasti

Riitta Päckilä

Jukka Ukkola

Sami Kotijärvi

Pasi Soronen, alkuvuodesta lähtien salibandyjaostosta osallistui Mika Naumanen

Katja Erkkilä, loppukesästä lähtien painijaostosta osallistui Taneli Ojala

Heiton edustukset vuonna 2023:

- Milja Jaatinen, TUL:n valtuuston jäsen, TUL:n Oulun piirin piirihallituksen jäsen
- Hannu Saikanmäki Uimaliiton vaalivalmistelutoimikunta jäsen
- Hannu Saikanmäki TUL:n uimajaoston puheenjohtaja

Lentopallojaosto

Toimi- ja vastuuhenkilöt

Puheenjohtaja: Juha Vähä
Rahastonhoitaja/sihteeri: Pirkko Vahtola



Jäsenet: Esko Jutila, Sari Maunu, Lassi Soronen, Taina Kaikkonen,
Marketta Kristo, Jari Kinnunen, Jaana Soronen, Tarja Vuorma

Juniorilentopallo

C/B- tytöt

C/B-Tytöt harjoittelivat keväällä kolme kertaa viikossa, Haukiputaan lukiolla ja Länsituulen koululla.

Alkukaudesta joukkue oli mukana Naisten paikallissarjassa, mutta pelaajamäärän vähäisyyden vuoksi jouduttiin sarja jättämään kesken. C/B-Tyttöjen joukkue osallistui keväällä Pohjois-Suomen lentopallon järjestämään Nuorten harrastesekasarjaan, joka pelattiin turnausmuotoisena. Joukkueita sarjaan osallistui viisi kappaletta.

Kevään jälkeen harjoittelua jatkettiin kesävuoroilla, jotka järjestettiin Jatulin liikuntasalissa, kaksi kertaa viikossa. Harjoitukset järjestettiin yhdessä liVolleyn pelaajien kanssa.

Kesällä C/B-tytöt osallistuivat myös PowerCup-turnaukseen, joka järjestettiin Imatralla. Joukkue pelasi B-tyttöjen Tsemppisarjassa.

Valmentajana toimi Jari Kinnunen ja Jaana Soronen apuvalmentajana Marketta Kristo ja joukkueenjohtajana Sari Maunu.

Syksyllä perustettiin lentopalloon kaksi ryhmää, toisessa B-ikäisten joukkueessa pelaavat vähemmän aikaa harrastaneet (B1) ja toisessa pitempään harrastaneet. (B2)

B1-Tytöt

Syksyllä harjoituksia jatkettiin Länsituulen koululla, kolme kertaa viikossa.

B1-Tytöt osallistuivat syksyllä Nuorten Sekaharrastesarjaan, johon osallistui joukkueita yhteensä kuusi kappaletta. Sarjassa pelattiin turnauksia Haukiputaalla, Iissä ja Kalajoella. Sarjaa jatketaan keväällä. Valmentajana toimi Jari Kinnunen ja joukkueenjohtajana/apuvalmentajana Marketta Kristo.

B2-tytöt

B2-tyttöjen joukkue kasattiin syksyllä 2023. Joukkueeseen siirtyi 6 tyttöä li Volleystä, yksi Torniosista, italialainen vaihto-opiskelija sekä kaksi A-ikäistä tyttöä, jotka pelasivat joukkueessa yli-ikäisinä. B2-joukkue pelasi syksyn liiton nuorten sarjaa, joka jatkuu keväällä 2024. Lisäksi tytöt osallistuivat mahdollisuuksien mukaan Oulun alueella järjestettäviin naisten turnauksiin.

B2-tytöt harjoittelevat 3 kertaa viikossa Länsituulen koululla. Valmentajina toimivat Jaana Soronen ja Juha Vähä.

Erotuomarikoulutus

Tuomarikoulutusta suunnitellaan jatkossa Jussi Mäkisen kanssa. Tarkoitus järjestää oma koulutus tai osallistua yhteiskoulutukseen toisien seurojen kanssa. B2-Tytöt toimivat tuomareina ja toimitsijoina Naisten paikallissarjaotteluissa, nuorten sekaharrastesarjan turnauksissa sekä li Volleyn järjestämissä naisten turnauksissa. Lisäksi PowerCupissa B1/B2-junioreille kuuluu tuomarointi ja toimitsijan velvollisuus otteluissa.

Uudet juniorit

Syksyllä 2023 haettiin ilmoituksella uusia junioreita lentopallon pariin. Tämän lisäksi myös Asemakylän koululla käytiin vetämässä kokeilutreenit kiinnostuneille. Kiinnostuneita junioreita löytyi 4 hlö, joille vedettiin treenejä Länsituulen koululla 6 kertaa. Vetäjänä toimi Juha Vähä.

N2

Keväällä A- ja B-ikäiset juniorit vahvistettuna Kempeleen lentopallon junioreilla pelasivat naisten 2-sarjaa. Joukkue selvitti tiensä ylempää loppusarjaan, jonka osalta pelit loppuivat helmikuussa. Valmentajina toimivat Taina Kaikkonen, Juha Vähä.

B1 ja B2

Kesällä 2023 joukkueet harjoittelivat yhdessä kaksi kertaa viikossa, pääasiassa Jatulin salissa, mutta myös ulkona urheilukentällä sekä Virpiniemessä.

Kuntolentopallo

Kuntolentopallossa oli kaksi ryhmää.

- **Miesten** kuntolentopalloilijat Aseman koululla lauantaisin klo 16.30. Ryhmään kuuluu noin 15 pelaajaa ja harjoituksissa pyörii 8–12 kaveria kerrallaan. Ryhmä koostuu entisistä sarjatason pelaajista.
- Toinen kuntoryhmä oli **sekajoukkue**, jonka painopiste oli enemmän kuntoilussa ja hauskanpidossa. Harjoittelusalina toimi Asemakylän koulu ma klo 19.00–20.30 ja to klo 18.30–20.00.

Lentopalloleirit

TUL liittojoukkue leiritys järjestettiin kolme kertaa vuoden aikana ja sen lisäksi turnaus Viron Vöruussa. Tällä kertaa osallistuttiin ainoastaan valmennuksen osalta tapahtumiin.

6.–8.1.2023 Liikuntakeskus Pajulahti

7.–9.4.2023 Liikuntakeskus Pajulahti

23.–28.7.2023 Urheilupuisto Kisakeskus Raasepori

23.–25.8.2023 Peliturnaus Vöru Viro

Alueparlamentti

Juha Vähä osallistui alueparlamentin kokoukseen 14.11.2023

Varainhankinta

Lentopallon varainhankinta hoitui pääasiallisesti kausimaksuilla. Juniorit järjestivät turnauksia, josta saatiin tuloja kanttiinilla.

Mailapelijaosto

Jaoston kokoonpano

Harri Pesonen

Kari Laurila

Markus Vahtola



Yleistä

Mailapelijaosto järjesti säännöllistä toimintaa pöytätenniksessä ja sulkapallossa perheille, junioreille ja aikuisille. Jaoston harrastajamäärät pysyivät vakaana. Ohjaajamäärään suhteutettuna harrastajia oli sopivasti eikä merkittävää kasvua tavoitella.

Sulkapalloa pelattiin Haukiputaan lukion salissa viidellä vuorolla viikossa. Ilahduttavaa oli erityisesti junioreiden aktiivinen osallistuminen harjoituksiin. Sulkapallovuoroilla valmentajana toimi Kari Laurila.

Pöytätennistä pelattiin Osiksella ja Jatulin liikuntasalissa. Osiksella harjoitteli kaikenikäisille avoin harrastevuoro, jota valmensi Tero Haataja. Jatulin liikuntasalissa pidettiin junioreiden yhdistetyt kilpa- ja harrastevuorot. Jatulin vuoroilla valmensi Markus Vahtola.

Kilpailutoiminta

Sulkapallon osalta kilpailutoimintaa oli seuran sisäisissä kilpailuissa ja oululaisen Tervasulan avoimissa juniorikilpailuissa. Myös sulkapalloliiton alaisiin kansallisiin kilpailuihin osallistui jaoston pelaajia.

Pöytätenniksessä jaoston pelaajat osallistuivat pöytätennisliiton alaisiin kansallisiin kilpailuihin aktiivisesti. Lisäksi jaostolla oli sarjajoukkueet sekä 3. divisioonassa että 4. divisioonassa. Kilpailemisen ohella juniorit osallistuivat ahkerasti Oulussa paikallisen OPT-86:n järjestämille leireille. Viikon mittaisesta kesäleiristä Koskella on tullut jo perinne.

Kilpailullisesti kauden kohokohta oli toukokuussa 2023 pelattu pöytätenniksen alle 12- ja 18-vuotiaiden SM-kilpailu. Jaoston pelaajista Otso Vahtola pelasi alle 12-vuotiaissa pojissa SM-pronssia ja Sisu Vahtola sijoittui alle 18-vuotiaiden poikien kaksinpelissä ja nelinpelissä sijoille 5–8.

Varainhankinta

Jaoston toimintaa rahoitettiin kausimaksuilla ja viime vuosilta säästyneillä varoilla.

Painijaosto

Painijaoston kokoonpano vuonna 2023

Puheenjohtaja:	Taneli Ojala
Sihteeri:	Katja Erkkilä
Rahastonhoitaja:	Katja Suhonen
Edustaja johtokunnassa:	Taneli Ojala



Jäsenet: Antti Erkkilä, Heikki Suhonen, Riitta Mäki-Korpela,
Jonne Ukkola, Juuso Ukkola, Sirpa Isokoski, Irina Seppänen

Varajäsenet: Matti Pahikainen, Janne Kärkkäinen

Yleistä

Painiryhmät pyörineet normaaliin tapaan. Etenkin painikouluryhmään tullut mukaan muutamia uusiakin harrastajia. Syksyllä panostettiin nuorten painijoiden valmiuksiin osallistua painikisoihin ja muutama uusi painija saatiin mukaan kilpailemaan. Syksyllä jatkettiin panostusta tyttöjen painiin. 5 tyttöä osallistui aktiivisesti useisiin painikilpailuihin syyskauden aikana.

Painiliiton ylläpitämällä seuratoimintapistelistalla olimme sijalla 26. Toimintapisteisiin vaikuttavat seuran järjestämien kilpailujen sekä tuomari- ja lisenssien määrien lisäksi menestys SM-kilpailuissa.

Edustuspainijat pääsivät kisailemaan kotimaassa, sekä ulkomailla käytävissä kansainvälisissä kisoissa. Nuorten kilpailuissa saimme useamman mitalisijan sekä tyttöissä että pojissa.

Miesten Suomen Mestaruuden paini Petteri Kukkola. Atte Suhosen painivuosi oli erittäin vakuuttava nuorelta mieheltä Suomen mestaruus tuli 17-vuotiaiden kuin 20-vuotiaiden sarjoista. Atte voitti myös Koululiikuntaliiton mestaruuden, sekä Pohjoismaiden mestaruuden.

Koululiikuntaliiton kisoissa Heiton juniorit painivat hienosti kolme kultamitalia ja neljä hopeamitalia.

Heittolaisten saavutuksia vuonna 2023

Aikuiset:

Petteri Kukkola	SM Kulta, miehet kr
-----------------	---------------------

Juniorit ja Nuoret, pojat/tytöt:

Atte Suhonen	SM Kulta, (U20), kr SM Kulta, (U17), kr PM Kulta, (U17), kr KLL Kulta, pojat 17–20 v. 60 kg, vp
Alisa Suhonen	KLL Kulta, tytöt 11–14 v. 30 kg, vp KLL Hopea, tytöt 11–14 v. 30 kg, kr
Vinja Kukkola	KLL Hopea, tytöt 7–10 v. 42 kg, vp KLL Kulta, tytöt 7–10 v. 42 kg, kr
Jasu Kenttälä	KLL Hopea, pojat 11–13 v. 36 kg, vp
Janna Pahikainen	KLL Hopea, tytöt 15–20 v. 80 kg, kr

Toimintavuoden tavoitteet

Vuoden 2023 tavoite oli jatkaa toimintaa edellisten vuosien tavoin. Tarkoitus oli myös lisätä pienten ryhmiä, sekä valmennuskapasiteettia. Silti ryhmiä oli tarjolla eri-ikäisille ja eritasoisille harjoittelijoille, näin saatiin kaikki halukkaat mukaan lajin pariin. Painotimme myös vanhempien aktivoimista ja kannustamista jaoston toimintaan ja talkoilemaan esim. kisajärjestelyissä.

Varainhankinta/talous

Varainhankinta koostui kausimaksuista, kuntosalinlaitteitten huolto- ja korjaustoimista sekä muutamista talkoista.

Tapahtumat

Eero Tapio-turnaus järjestettiin 25.3. ja 2.12. käytiin isolla porukalla ja oikein onnikalla Rovaniemellä Joulumaapaineissa.

Tiedotustoiminta

Pää tiedotuskanava painin sisällä on WhatsApp-ryhmät. Muille seuran internet-sivut ja Facebook ovat olleet aktiivisesti käytössä. Jaoston Instagram - ja Tiktok -tileille on myös tuotettu sisältöä.

Salibandynjaosto

Jaoston kokoonpano Kevät 2023

Jaoston puheenjohtaja: Pasi Soronen
Yhdyshenkilö: Ari-Pekka Häyrynen/ Tero Jumisko
Talousvastaava: Katja Soronen, Hannu Saikanmäki
Sihteeri: Kati Järvitalo



Jäsenet (Kevät 2023): Kati Järvitalo (pelaajasiirroista vastaava)
Juha-Matti Alatalo
Mika Naumanen
Katja Soronen
Ilkka Ukkola
Ari-Pekka Häyrynen
Jarkko Vilppola
Tero Jumisko
Jari Orava

Edustajana johtokunnassa Pasi Soronen, varalla Ari-Pekka Häyrynen ja Kati Järvitalo.
Salibandyjaosto kokoontui kevään 2023 aikana 5 kertaa ja jokaisesta kokouksesta laadittiin pöytäkirja.

Jaoston kokoonpano Syksy 2023

Jaoston puheenjohtaja: Mika Naumanen
Talousvastaava: Ari-Pekka Häyrynen
Toimistovastaava: Ari-Pekka Häyrynen

Jäsenet (Syksy 2023): Jarkko Hiltunen
Juha-Matti Alatalo
Mika Naumanen
Tommi Vilola
Ilkka Ukkola
Ari-Pekka Häyrynen
Jarkko Vilppola
Jari Orava

Edustajana johtokunnassa Mika Naumanen. Salibandyjaosto kokoontui syksyn 2023 aikana 3 kertaa ja jokaisesta kokouksesta laadittiin pöytäkirja.

Salibandyjaosto keskittyi syksyn 2023 aikana seuraaviin asioihin:

- Missio
- Strategia 3 vuodelle
- Visio
- Brändi

Varainhankinta

Kauden kustannukset katettiin harrastajilta kerätyillä kausimaksuilla joukkueittain. Lisäksi joukkueet keräsivät varoja omissa turnauksissa pitämällä buffetteja ja tekemällä talkoita. Joukkueet hankkivat itselleen myös yhteistyösopimuksia.

Jäsenhankinta

Mainontaa pelaajahauista sekä joukkueiden tapahtumista toteutettiin pääosin sosiaalista mediaa hyödyntäen. Tiedottaminen niin seuran omien nettisivujen kuin Facebook - ja Instagram tilien kautta on ollut aktiivista. Salibandyjaostolle perustettiin oma Instagram-tili ja some julkaisujen määrää lisättiin.

Toiminta

Talvikauden harjoittelu on keskittynyt Haukiputaan lukiolle, Haukiputaan koululle, Liikuntakeskus Jatuliin, Värtön liikuntahalliin ja Kastellin monitoimitalolle. Liikuntavuorot juniori-ikäisille ovat Oulussa toistaiseksi pysyneet maksuttomina, aikuisille harjoitusvuorot ovat maksullisia. Talvikauden harjoitukset kestävät elokuun lopulta toukokuun loppupuolelle. Kilpailukausi sijoittuu syyskuun ja huhtikuun välille.

Joukkueet

Syksyllä 2023 joukkuemäärä aikuisissa on yhdeksän ja junioreissa kahdeksan. Kilpailutoimintaa osallistui 14/17 joukkueista. Harrastetoimintaa on tarjolla niin aikuisille kuin aivan pienillekin pelaajille.

Kevään 2023 joukkueet

Aikuisjoukkueet (8)

Sähköpyörätuolisalibandy

Miehet Edustus

Miehet 5-div

Naiset Edustus

Naiset 2-div. III

Naiset 3-div. II

Naisten harrastesähly

Kuntosähly

Juniorijoukkueet (8)

Tytöt T16 (2007–2008)

Tytöt T12 (2010–2013)

Pojat P16 (2007–2008)

Pojat 09

Pojat 11

Kirppusäpä

Sählykerho Pojat

Sählykerho Tytöt

Syksyn 2023 joukkueet

Aikuisjoukkueet (9)

Sähköpyörätuolisalibandy

Miehet I

Miehet II

Naiset Edustus

Naiset III

Naiset II

Naiset IV

Naisten harrastesähly

Kuntosähly

SPT-Finlandiasarja

4-divisioona

5-divisioona

Naisten divari (Salibandyliiton pääsarja)

Suomisarja

2-divisioona

3-divisioona

Juniorijoukkueet (8)

Tytöt T14

Tytöt T12

Pojat P13

Pojat P11

Pojat P9

Pojat P8

Sählykerho Pojat

Sählykerho Tytöt

Suunnistusjaosto

Jaoston kokoonpano

Puheenjohtaja: Suvi Päckilä

Sihteeri: Milja Jaatinen

Rahastonhoitaja: Tanja Aatsinki

Jäsenet: Riitta Päckilä

Edustaja johtokunnassa: Riitta Päckilä



Jaosto kokoontui vuoden aikana 6 kertaa

Suunnistus

Toiminnan pyörittämiseen hankimme varoja järjestämällä kolmet Oulurastit, yhdet omatoimirastit sekä kahdet Talvisarjan rastit.

Lasten ja nuorten toiminta

Kaudella 2023 järjestettiin Hipposuunnistuskoulu, johon osallistui 11 lasta. Lisäksi osallistuttiin Nuorten Jukolaan.

Leirit toiminta

Leimaus-leirille osallistui Heitosta 1 osallistujaa.

Kartat

Karttapäivitykset vuonna 2023

Palokangas

Simppulanpelto

Heitontalo

Rytiselkä, uusi alue 0,44 km²

Suunnistustapahtumat

- **Omatoimiset Oulurastit**
4.6.–31.8. Juurikkakangas, Onkamontie 349, noin 40 kävijää.
- **Heiton 90.v. Oulurastit**
31.8. 126 osallistujaa.
- **Oulurastit**
Palokangas 20.6. 206 osallistujaa
Hiidenvaara 3.8. 154 osallistujaa
Parkumäki 31.8. 126 osallistujaa
- **Talvisarjan rastit**
Haapakankaat 7.1. 30 osallistujaa
Heitontalo 4.2. 38 osallistujaa

- **Kilpailut**

Henkilökohtaisiin kilpailuihin osallistui 4 henkilöä.

- **Jukolan viesti**

Jukolan viestissä Heitolla oli yksi joukkue. Venlojen viestissä oli 2 joukkuetta.

Ratamestaritoiminta

Ratamestarit:

1-luokka	Jukka Tienhaara	voimassa 2026
1-luokka	Jari Lehtosaari	voimassa 2020
1-luokka	Juha Sundelin	voimassa 2020

(1-luokka on korkein mahdollinen)

Oulurastien ratamestareina: Mauno Hanhela, Jukka Tienhaara, Jouko Tienhaara ja Milja Jaatinen

Triathlonjaosto

Toimi- ja vastuuhenkilöt

Puheenjohtaja: Mika Lukkarila

Sihteeri: Tanja Ylisirniö

Rahastonhoitaja: Simo Tammela

Jäsen: Veli-Matti Nieminen

Edustajat johtokunnassa: Mika Lukkarila



Toiminta-ajatus

Triathlonjaosto tarjoaa jäsenilleen tuen monipuoliseen kestävyysurheiluun ja triathlonharrastukseen; myös kilpailemiseen jaoston kuuluessa Triathlonliittoon. Jaosto edesauttaa triathlonharrastuksen tunnettuutta sekä mahdollistaa ja tukea alueella aktiivista harrastustoimintaa.

Yleistä

Jaosto järjesti talven ja kevään 2023 aikana yhteisiä viikoittaisia kuntopiiriharjoituksia sekä satunnaisesti uinti- ja sisäpyöräilyharjoituksia. Näiden lisäksi ohjelmassa yksittäisiä tapahtumia kuten yhteisiä hiihtoretkeä sekä helatorstain juoksu-pyörä-duathlon tapahtuma Heiton Talolla. Kesäkaudella maantiepyöräilyä joko jaoston kesken tai osallistumalla lähiseudun ryhmäajotapahtumiin.

Syksy 2023 jatkui pitkälti kevään aktiviteettien hengessä ja järjestimme jo perinteeksi tulleen syysleirin, jossa tyypillisesti urheillaan monipuolisesti, mutta myös otetaan ensipuraisu ensilumenladulla.

Lisäksi jaoston sisäinen WhatsApp-ryhmä tarjosi / tarjoaa viestikanavan treeniseuranhakuun ja urheiluun liittyvään konsultaatioon ja ajatustenvaihtoon.

Varainhankinta

Jaoston toiminta rahoitettiin jäsenten kausimaksuilla.

Kilpailut

Aktiivisimmat jäsenemme osallistuivat triathlon- ja uintikilpailuihin eri puolella Suomea kesän aikana.

Jäsenet

Vuoden aikana jäseniä oli yhteensä 20.

Veteraanijaosto Vierivät Kivet

Jaoston kokoonpano:

Puheenjohtaja: Sirpa Ervasti

Varapuheenjohtaja: Liisa Ervasti

Sihteeri: Liisa Nurminen

Rahastonhoitaja: Sirkka Kurkela

Tanssivastaava: Leila Uitto

Kulttuuri- ja ohjelmavastaava: Maija Hekkala

Edustaja seuran johtokunnassa: Sirpa Ervasti



Yleistä

- Vierivät Kivet ovat pitäneet kokouksia vuoden aikana 16 kertaa. Osallistujia on ollut keskimäärin 18 henkilöä.
- Kuntotansseja järjestettiin 18 kertaa. Tanssijoita oli 78–190 henkilöä, keskimäärin 120.
- Kantritanssiryhmä kokoontui treenaamaan 30 kertaa.
- Seuralle annettiin avustus kultaisten ansiomerkkien hankintaan,
- Uimajaostolle annettiin stipendiavustus 20 v-juhlassa.
- Painijaostolle annettiin avustus kisamatkoihin.

Tapahtumat ja toimintaa

- Retki Rokua Spa 25.–26.2.
- Teatterikuopassa senioriteatteri esitti näytelmän Hoivakoti Hiirenhilja 13.4.
- Voimistelijoiden kisoihin paistettiin munkkeja 30.4.
- Syntymäpäiväruokailu Nyymanissa 9.5.
- Senioreiden kesäpäivä Kemissä 6.6. Käytiin porukalla bussilla.
- Oulun Päivien kuntotanssit su 3.9. Saatiin kaupungilta avustus. Ei pääsymaksua.
- Heitonpäivä Jatulissa 16.9. Myytiin kahvia, pullaa ja makkaraa. Kantritanssijat esittivät pari tanssia.
- Teatteriretki Kajaaniin 12.10.
- Heiton 90 v-juhlassa 14.10. meiltä esitys: Neljä meitä on neitoa.
- Aloe Vera esittely Heitolla 24.10.
- Vierailu vanhusten päivätoiminnassa 27.11.
- Pikkujoulu Martinhovissa 11.12.

Voimistelujaosto

Jaoston toimi- ja vastuuhenkilöt

Vuonna 2023 jaostossa toimivat seuraavat henkilöt
(vahvistettu jaoston kokouksessa 17.10.22)

- Puheenjohtaja: Pia Hurmelinna-Laukkanen;
jaoston yhteyshenkilö, edustus johtokunnassa syyskok. 2023 asti, minkä jälkeen Meeri Alatalo
- Varapuheenjohtaja: Heidi Saarenpää syyskok. 2023 asti, minkä jälkeen Meeri Alatalo
- Sihteeri: Sanna Viinamäki
- Rahastonhoitaja: Heli Inkala
- Valmennuspäällikkö: Elina Puranen ja perhevapaiden sijaisena Juulia Kangas



Joukkueenjohtajina vuoden aikana toimivat: Terhi Reinikka, Susanna Holtinkoski, Mari Heinikoski, Tiina Rautio, Outi Kuusiniemi, Hannele Koivukangas, Satu Vesa, Pia Hurmelinna-Laukkanen, Jenni Häkkinä, Katja Juopperi, Suvi Ellala, Elina Heiskari, Mirja Juntunen, Terhi Huurre, Mari Lopina, Petra Tolonen, Taru Paakkola, Meeri Alatalo. Lisäksi Filista- joukkueen joukkueenjohtajan tehtävissä toimivat poikkeuksellisesti valmentajat Maria Skarevik ja Lotta Isomäki.

Hoika-vastaavana Eija Saranpää. Kisojen tuomarivastaava päätetty erikseen kisaakohtaisesti.

Keskeiset tapahtumat ja toiminnot

Vuonna 2023 juhlittiin Heiton 90-vuotisjuhlavuotta, mikä näkyi myös voimistelujaoston toiminnassa. Merkittävin juhlavuonna järjestetty tapahtuma oli TUL avointen piirinmestaruuskisojen järjestäminen Voimistelun juhlakisana huhtikuussa 2023, mikä samalla elvytti pitkästä ajasta näiden kisojen järjestämistä. Lisäksi marraskuussa 2023 järjestettiin Stara-tapahtuma. Jaosto järjesti myös kevät- ja joulunäytökset, joissa huomioitiin voimistelijoiden ja valmentajien suorituksia, sekä kiitettiin jaoston toiminnassa mukana olleita. Jaosto osallistui myös seuran yhteisiin juhliin ottamalla järjestämisvastuuta Jatulissa järjestetystä Heiton päivästä (16.9.), sekä olemalla mukana Heiton talolla 14.10. järjestetyssä 90-vuotisjuhlassa (jäsen järjestelytoimikunnassa, voimistelijat edustamassa sekä esiintymässä juhlassa).

Merkittävin huomionosoitus vuoden 2023 osalta oli, että Voimistelujaosto valittiin vuoden 2023 Tähtiseuraksi yhdessä uintijaoston kanssa. Valtakunnallinen palkinto julkistettiin 26.1.2024 Pohjois-Pohjanmaan Urheilugaalassa.

Vuonna 2023 jatkettiin kilpajoukkueiden ja harrasteryhmien (Haukipudas ja Ii) toimintaa edellisen vuoden pohjalta, ja lisäksi osallistuttiin Haukiputaan koululla järjestettävään kerhotoimintaan (voimistelujaoston järjestämä kepparikerho). Yli 18 v ryhmän toiminta havaittiin toimimattomaksi, eikä ryhmää pidetty enää yllä. Sen sijaan kauden aikana annettiin valmentajille muutamia tilaisuuksia treenata keskenään ja siten pitää yllä yhteisöllisyyttä. Valmentajille ja aktiiveille järjestettiin myös yhteinen virkistystapahtuma Oulu Beach Volley:lla.

Voimistelujaosto jatkoi OKM-lajivaihtohankkeen mukaista toimintaa, ja sen myötä voimisteluryhmät kävivät mm. uimassa, painitreeneissä, sekä pelaamassa pingistä. Voimistelusta puolestaan valmentajat tarjosivat ohjausta salibandyn ja uinnin harrastajille. Voimistelujaosto oli

myös aktiivisena osallisena lasten kesätoiminnassa, jossa neljän viikon ajan tarjottiin lapsille päivisin toimintaa Heiton talolla ja sen lähiympäristössä.

Jaosto koulutti vuoden 2023 aikana valmentajiaan tarjoamalla yksittäisille valmentajille mahdollisuuden osallistua liiton lajivalmentaja- ja tuomarikoulutuksiin. Lisäksi jaoston toimijat ovat osallistuneet mm. vastuullisuusklubin koulutuksiin sekä seuran hallinnon koulutuksiin. Voimistelujaostosta osallistuttiin myös kaupungin johdolla käytyyn ”Voimistelun olosuhteet” keskusteluun alueen kokonaistilanteen kartoittamiseksi.

Vuoden aikana päivitettiin verkkosivuille mm. uusi versio toimintasuunnitelmasta ja toimintakäsikirjasta, sekä päivitettiin joukkueenjohtajien ohjetta. Jaoston arvot ja visio päivitettiin seuran arvojen ja vision päivittämisen myötä.

Vuonna 2023 tehtiin päätös uudistaa jaoston edustusasuja; uudet takit valittiin voimistelijoiden, valmentajien, ja vanhempien yhteistyössä. Takin valintaperusteina olivat mm. käytettävyys (voimistelijat kokivat, että uutta mallia voi käyttää useammassa tilanteissa) sekä hinta, joka oli aikaisempaa takkia edullisempi.

Jaostolle tehtiin myös muita hankintoja, kuten kisapaikoilla ja näytöksissä ym. käytettävät seinäkkeet; jaosto voi myöntää näitä muiden käyttöön pientä korvausta vastaan.

Harrastustoiminta

Harrastustoimintaa järjestettiin sekä voimistelukouluissa sekä aikuisten ryhmissä. Voimistelukouluryhmille tarjottiin mahdollisuus esiintyä jaoston kevät- ja joulunäytöksissä, sekä osallistua Stara-tapahtumiin. Harrasteryhmille järjestettiin myös leiripäivä, josta voimistelijoille ei tullut lisäkustannuksia. Lasten harrasteryhmillä oli käytössä Voimisteluliiton Voimistelupassit, joihin harrastajat keräävät merkkejä taitojen kertyessä.

Haukiputaalla:

- Hiput 3–4 vuotta
- Hileet 5–7 vuotta
- Hiutaleet 8–12 vuotta

lissä:

- Hohde 5–8 vuotta
- Halla 8–12 vuotta

Lisäksi aikuisten harrasteryhmä:

- Adelite, joukkuevoimistelu yli 30 vuotta

Aikuisten ryhmissä valmistellaan myös esityksiä/kilpailuohjelmia, joihin ryhmissä harrastavat voivat halutessaan osallistua. Adelite osallistui näytöksiin.

Ohjaajina ryhmissä toimivat Jutta Hekkanen, Maria Skarevik, Henna Raappana, Saana Taivaloja, Elena Virta ja Aada Sipola.

Kilpailutoiminta

Joukkuevoimistelijat osallistuivat voimisteluliiton ja TULn järjestämiin kisoihin.

Alle 12-vuotiaat voimistelupassin omaavat saivat osallistua Voimisteluliiton alueellisiin Stara-kilpailuihin.

Joukkueet harjoittelivat 1–5 kertaa viikossa Jatulissa, Haukiputaan koululla, Aseman koululla, Kiviniemen koululla sekä Heiton talolla sekä tarvittaessa muualla Oulun alueella. Joukkueet järjestivät harjoitukset, joiden aikana uusilla voimistelijoiden oli mahdollisuus näyttää taitonsa ja pyrkiä joukkueisiin tai joukkueesta toiseen. Lisäksi kausien välillä pidettiin katsastusharjoitukset harrasteryhmille, joiden kautta on mahdollisuus pyrkiä kilpapuolelle.

Kaikki joukkueet osallistuivat jaoston omille valmennusleireille (syksyllä ja keväällä). Lisäksi joukkueita osallistui voimisteluliiton leiritykseen Oulun alueella ja Kisakalliossa.

2023 joukkueet:

- Filista (yli 16-vuotiaiden harraste- ja kilpasarja) (2005 syntyneet-) Joukkue kisasi viimeistä kertaa keväällä 2023, syyskaudella 2023 joukkueen toiminta päättyi.
- Kidella Vivia (12–14-vuotiaiden harrastesarja) (synt. 2008–2010)
- Kidella Lexia (12–14-vuotiaiden kilpasarja) (synt. 2008–2010)
- Lilian (10–12-vuotiaiden sarja) (synt. 2011–2012)
- Diane Axolina (8–10-vuotiaiden sarja) (synt. 2013–2014) Joukkue yhdistyi syksyksi 2023 Diane Axoniten kanssa ja joukkueen nimeksi vaihtui Diane Opal.
- Diane Axonite (8–10-vuotiaiden sarja) (synt. 2013–2014) Joukkueen nimi vaihtui syksyille 2023 Diane Opaliksi.
- Diane Axolite (8–10-vuotiaiden sarja) (synt. 2013–2014) Joukkueen nimi vaihtui syksyille 2023 Diane Safireksi.
- Decir (Stara-sarja) (synt. 2015–2016)
- Lisäksi perustettiin uusi 2017–2018 syntyneiden ikäkausi, Falona.

Joukkueiden tilanne tarkistetaan kausittain, ja näihin tehdään tarpeen mukaan muutoksia osallistujamäärien mukaan.

Vastuuvallmentajina joukkueissa toimivat Linnea Holmroos, Janette Korhonen, Aada Roininen (syksystä 2023 alkaen), Elina Puranen (jäi äitiyslomalle helmikuussa 2023), Pihla Haanela, Julia Tenno, Emma Hannuniemi, Juuli Saarinen (keväällä 2023), Lotta Isomäki (syksystä 2023 alkaen), ja Maria Skarevik.

Muissa valmennustehtävissä joukkueissa toimivat Laura Pirttilahti, Saana Taivaloja, Siiri Nyman, Elli Peltomaa, Elena Lautala, Sara Pesonen ja Aada Sipola.

Tapahtumat

Joukkueet ja ryhmät osallistuivat eri tapahtumiin kauden aikana (kursiivilla osoitettu jaoston järjestämät tapahtumat)

1.4.2023 Ylivoli Stara: Diane Opal (Stara)

1.4.2023 Mustan Kissan Cup: Filista (16–20 v. harrastesarja)

15.4.2023 Kalakukko Cup: Diane Zirconia (8–10 v.), Lilian (10–12 v.)

15.4.2023 Elastic Cup & Stara: Diane Safire (8–10 v.), Kidella Lexia (12–14 v. kilpasarja)

16.4.2023 Isku100 JV Cup & Stara: Kidella Vivia (12–14 v. harrastesarja), Filista (16–20 v. harrastesarja)

23.4.2023 PNV Cup: Kidella Lexia (12–14 v. kilpasarja)

29.4.2023 Kello Cup: Filista (16–20 v. harrastesarja), Kidella Vivia (12–14 v. harrastesarja), Lilian (10–12 v.), Kidella Lexia (12–14 v. kilpasarja)

30.4.2023 *TUL Oulun Piirin kilpailut*: Decir, Diane Opal, Diane Zirconia, Diane Safire, Lilian, Kidella Vivia, Kidella Lexia, Filista. Lisäksi esiintymässä: Hiutaleet, Hileet, Falona.

13.5.2023 Revontuli Cup ja Stara: Diane Zirconia (8–10 v.), Diane Safire (8–10 v.), Filista (16–20 v. harrastesarja), Kidella Vivia (12–14 v. harrastesarja), Lilian (10–12 v.)

19.–21.5. Kilpasarjan mestaruuskilpailut: Kidella Lexia (12–14 v. kilpasarja)

27.5. *Kevätnäytös Jatulissa*: Decir, Diane Opal, Diane Zirconia, Diane Safire, Lilian, Kidella Vivia, Kidella Lexia, Filista. Lisäksi esiintymässä: Hiutaleet, Hileet, Falona.

9.-11.6.2023 Voimistelupäivät 2023: Filista (16–20 v. harrastesarja), Decir (Stara)

16.9.2023 *Heiton päivä*; valmentajat pitämässä mm. kepparirataa sekä kasvomaalausta. Onnenpyörä; voimisteliijoita esiintymässä

14.10.2023 *Heiton 90-vuotisjuhla*; Lexian esitys

4.11.2023 TUL:n Oulun piirin välinsarjojen kilpailut: Decir (taitosarja), Helmet (taitosarja), Kidella Vivia (12–14 v. harrastesarja), Diane Safire (8–10 v.), Diane Opal (8–10 v.), Lilian (10–12 v.)

11.11.2023 Kalakukko Cup: Diane Safire (8–10 v.), Diane Opal (8–10 v.), Kidella Vivia (12–14 v. harrastesarja), Lilian (10–12 v.)

25.11.2023 *HaHe Stara*: Decir, Opal, Helmet

2.-3.12.2023 TUL:n välinsarjojen mestaruuskilpailut: Diane Safire (8–10 v.), Lilian (10–12 v.), Kidella Vivia (12–14 v. harrastesarja)

15.12. *Joulunäytös Jatulissa* Decir, Diane Opal, Diane Zirconia, Diane Safire, Lilian, Kidella Vivia, Kidella Lexia. Lisäksi esiintymässä: Helmet, Hiutaleet, Hileet, Falona.

Uintijaosto



Jaosto

Uintijaosto on kokoontunut vuoden 2023 aikana kymmenen kertaa.

Jaoston kokoonpano 2023

Puheenjohtaja	Sami Kotijärvi
Sihteeri	Marjo Niskakangas

Jäsenet	Katri Ukkola
	Pia Hurmelinna-Laukkanen
	Maisa Hyyppä

Toiminnanjohtaja/talous Hannu Saikanmäki

Edustukset

Hannu Saikanmäki Uimaliiton vaalivalmistelutoimikunta jäsen
Hannu Saikanmäki TUL:n uimajaoston puheenjohtaja

Yleistä

Uintijaoston toiminta alkoi 20-vuotisjuhlavuonna ripeästi. Oulun Lohien kanssa järjestettiin Uimaliiton toimitsijakoulutus heti vuoden alussa, johon osallistui parisen kymmentä uutta toimitsijaa. Koulutuksilla jatkettiin vielä tammikuussa, jolloin järjestettiin oma Tekniikkarallikoulutus omille uimakouluvetäjille. Kaksipäiväiseen koulutukseen osallistui 19 vetäjää. Toinen kaksipäiväinen jakso pidettiin elokuun alussa.

Maaliskuun alussa Uimaliitto kävi auditoimassa Tähtiseuratoiminnan. Auditoinnista saimme kiitettävän arvioinnin ja jaosto sai pitää kaksi tähteään, Lasten ja nuorten sekä Aikuisten tähdet.

Maaliskuun puolivälissä pidettiin jo perinteisiksi tulleet Hauki-uinnit, jotka uintiin Juhlauintien nimellä. Kisoihin osallistui ympäri Pohjois-Suomea 11 seuraa ja startteja oli noin 950.

Masters mestaruusuinnit lyhyellä radalla uitiin maaliskuun lopussa Lappeenrannassa, Heitosta uivat Ilkka Alavaikko, Jussi Kanste, Arto Katajamäki, Leena Rahko ja Liisa Rantatulkkila.

Koulutuksen tiimoilla jatkettiin pitkin kevättä, jolloin järjestettiin nuorille vetäjille EA-koulutus yhdessä Oulun Lohien kanssa sekä ajanotto- ohjelmistokoulutus yhdessä Uimaliiton kanssa.

Barents Winter Games järjestettiin 31.3.–2.4. Norjan Narvikissa johon Heiton uimareita osallistui Auroora Kurttila ja Iina Pasuri. Kaikkiaan Suomesta osallistui eri talvilajeihin yli 200 urheilijaa.



Uimareiden kevätkauden päättäjaiset uitiin 21.5. Vesipetouintien merkeissä. Leikkimieliseen kilpailuun osallistuivat kaikki ryhmät. Palkinnot jaettiin Heiton talolla kaudenpäättäjais tilaisuudessa sunnuntaina 21.5. makkaroiden kera.

Uintijaosto järjesti yhdessä voimistelujaoston kanssa kesäkuun kestävän Kesätoimintaa Lapsille tapahtuman. Toiminta työllisti seuran jaostoista kaikkiaan 19 nuorta.

Rollo-Uinnit kisattiin Turussa Impivaaran uimahallissa kesäkuun alussa. Heitosta kisoihin osallistuivat Patric Laukkanen, Matti Leinonen, Joonas Malo, Johannes Salo, Oona Rautio, Pietu Pasuri, Minttu Saukko ja Hilma Tiri.

Pitkän radan SM-uinnit uitiin Porissa 16.6.–18.6. Heittoa kisoissa edustivat Sara Laukkanen, Iina Pasuri, Auroora Kurttila sekä Luna Sivonen.



Ikäkausi Suomen mestaruusuinnit järjestettiin Vaasassa 30.6.–1.7. Kisoihin Heitosta osallistuivat Sara Laukkanen ja Auroora Kurttila. Sara sai kisasta pronssia 200 metrin perhosuinnista.

Syyskuu aloitettiin heti räväkästi CSIT:n maailmankisojen merkeissä. Kisat järjestettiin Italian Riccionessa 4.9.–10.9. Heitosta kisoihin osallistui 45 henkilöä. Mitalisaalis oli huikea 62 mitalia. Uinnin puolelta kisoihin osallistui 16 maata, kaukaisimmat Meksikosta.



Pitkän radan Masters mestaruusuinnit uitiin lokakuun puolivälissä Vantaalla Tikkurilan uimahallissa, kisoihin Heitosta osallistuivat Mervi Hillukkala, Tomi Hillukkala, Arto Katajamäki, Leena Rahko ja Liisa Rantatulkila.

Jani Sievinen kävi pitämässä uintileirin 26.10–28.10. Leirille osallistuivat kaikkien uintiryhmien uimarit. Samalla valmentajat saivat maailmanmestarilta vinkkejä valmennuksen kehittämiseen.

28.10. Uintijaosto piti 20-vuotisjuhlat Heiton talolla. Juhliin kutsuttiin edustajia jaostoista, eri uimaseuroista, yhteistyökumppaneista, Uimaliitosta sekä Oulun kaupungilta. Lapsille ja nuorille oli oma juhla, jonka järjestelyistä vastasivat Edustusryhmän uimarit.

Marraskuussa järjestettiin Oulun Lohien ja Haukiputaan Heiton yhteiset Tuisku-uinnit, joihin osallistui seuroja ympäri Suomea.

25 metrin radan Ikäkausimestaruusuinnit uitiin joulukuun alussa Jyväskylässä. Heitosta kisoissa uivat Sara Laukkanen ja Auroora Kurttila. Sara nappasi 100 metrin selkäuinnista pronssia, tämä oli Saran toinen SM-mitali tänä vuonna.

Oulussa uitiin lyhyen radan SM-kilpailut joulukuussa, joihin Heitosta osallistuivat Iina Pasuri, Auroora Kurttila, Sara Laukkanen ja Luna Sivonen.

TUL:n piirinmestaruusuinnit järjestettiin yhdessä Oulun Lohien ja Kempeleen Pyrinnön kanssa joulukuussa Raksilassa. Yhdessä järjestettiin myös vuoden aikana kolmet LHP-Cup nimeä kantavat uimakisat.

Syyskausi päätettiin hienosti 17.12. omilla Vesipetouinneilla, joihin osallistui noin 90 uimaria kaikista meidän omista uintiryhmistämme.

Päättäjäiset pidettiin Heiton talolla, jossa palkittiin menestyneitä uimareita ja toimijoita.

Uimajaosto haki OKM:n seuratukea uuden Lajikoordinaattorin palkkaamiseen. Hanke on kaksi vuotinen ja alkoi 1.8.2023 ja päättyy 31.7.2025. Hankkeen aikana palkattiin uimajaostolle päätoiminen henkilö (valmentaja), jonka työsopimus on toistaiseksi voimassa oleva. Tehtävään valittiin Marleena Potila.

Uintijaosto oli mukana OKM-lajivaihtohankkeen mukaisessa toiminnassa. Sen myötä uintiryhmät kävivät voimistelujaoston ohjaajien ohjaamissa kuivaverryttelyissä kevään aikana ja uimaan kutsuttiin muiden lajien ryhmiä.

Hannu Saikanmäki jatkoi toiminnanjohtajana/valmentajana, jonka tehtäviin kuuluu uintitoiminnan kehittäminen, toiminnan pitkäjänteinen suunnittelu ja valmennus. Hannu jäi toiminnanjohtajan paikalta eläkkeelle vuoden 2023 lopussa.

Katri Ukkola on ollut mukaan uinnin valmennus- ja ohjaustehtävissä. Katri suoritti Valmennuksen ammattitutkinnon Virpiniemen liikuntaopistolla (OSAO) ja valmistui valmentajaksi 15.12.2023.



Vuosi ei voinut päättyä mukavammin, Suomen Olympiakomitea myönsi uinti- ja voimistelujaostoille Tähtiseura palkinnon vuodelle 2023. Palkinto luovutettiin Pohjois-Pohjanmaan urheilugaalassa.

Tiivistimme edelleen yhteistyötä Oulun Lohien sekä Oulun Uinti 1906 ry:n kanssa Oulun uimahallien ja erityisesti Raksilan uimahallin uudisrakennushankkeen takia. Tapasimme useasti myös Oulun kaupungin tila- ja liikuntapalveluiden virkamiehiä rakennushankkeen merkeissä.

Oulussa toimii useampi uimaseura ja olemme nähneet tärkeäksi seurojen välisen yhteistyön ja vuoropuhelun varsinkin Oulun kaupungin tilavarausten ja kilpailujen järjestämisen osalta.

Toimintaa lukuina 2023

Uintijaoston eri ryhmissä saavutettiin vuoden 2023 aikana harjoitussuoritteita seuraavasti:

Kirppu- Delfiini- ja Hauki-ryhmät 3753 suoritetta
Tekniikka-, jatko-, harraste-, Masters - ja kilparyhmät 11457 suoritetta
Kirppu- Delfiini- ja Hauki-ryhmien 1232 ohjaussuoritetta
Valmennussuoritteita kertyi 3338
Kilpailusuoritteita kertyi 1901

Perheuintivuoro:

Eläkeläiset 30
Aikuiset 974
Lapset 516
Ohjaajat ja valvojasuoritteet 994

Uimakoulut

Kirppu- ja Delfiini-uimakoulujen kävijämäärät palasivat omalle tasolleen alkuvuoden aikana. Haukiryhmä on tarkoitettu näiden ryhmien jatkoksi uinnista kiinnostuneille lapsille. Haukiryhmiä järjestettiin yhteensä kuusi. Hauki-ryhmän suosio on jatkuvassa kasvussa.

Alkeistekniikka-, Tekniikkaryhmät

Kilpauinnista kiinnostuneille lapsille jaosto on tarjonnut toimintaa alkeistekniikka- ja tekniikkaryhmien muodossa. Vuoden 2023 aikana ryhmien harrastajamäärät lisääntyivät, joka asettaa paineita ratavuorojen suhteen. Osa alkeistekniikka- ja Jatkoryhmistä siirrettiin ratapulan vuoksi lauantaille.

Kilparyhmät

Ryhmiä on neljä. Kilpa-ryhmä III on tarkoitettu nuorille noin kymmenen vuotta vanhoille uimareille, jotka ovat hankkineet kilpalienssin ja haluavat harrastaa uintia kilpailumielessä. Nämä uimarit kilpailevat Oulussa järjestettävissä pienempimuotoisissa kisoissa.

Kilparyhmä on jo kokeneemmille uimareille tarkoitettu ryhmä, joka niin ikään kilpailee Oulun ympäristössä järjestetyissä kilpailuissa.

Rollo-ryhmä tähtää oman ikäluokkansa SM-kilpailuihin jonne osallistumiseksi on saavutettava Uimaliiton asettamat aikarajat.

Edustusryhmässä uivat vanhemmat uimarit, jotka tähtäävät Ikäkausi SM-, Nuorten SM- ja Aikuisten SM-kisoihin.

Masters-ryhmä

Masters-ryhmä on tarkoitettu hyvän uintitaidon omaaville aikuisille uimareille.

Ryhmässä saadaan ohjausta ja vinkkejä oikeaan uintitekniikkaan sekä kuntoa kohottavaan suoritukseen. Mastersit osallistuvat SM-kisoihin, joita järjestetään kahdesti vuosittain.

Aikuisten harrasteryhmä

Aikuisille uinnista ja uintitekniikan kehittämisestä kiinnostuneille on järjestetty oma harrasteryhmä. Ryhmä on kokoontunut kerran viikossa maanantaisin.

Uinnin perhevuoro

Uinnin perhevuorot lauantaisin ja sunnuntaisin tarjosivat tuttuun tapaan perheille mahdollisuuden yhteiseen uintiharrastukseen.

Valvonta ja vastaanotto perheuintivuorolla tapahtui edelleen uintijaoston omien uimareiden vanhempien talkoovoimin. Kävijämäärät ovat olleet laskusuunnassa, mikä aiheuttaa ongelmia kustannuksissa.

Varainhankinta

Suurin osa tuloista tulee edelleen uimakoulutuotoista, jolla kompensoidaan eri harrastajaryhmien kausimaksuja. Lisäksi jatkettiin ostopalveluna toteutettuja Vikkelät Vekarat ja uinnin iltapäiväkerhotoimintoja. Uintijaosto keräsi varoja toimintaansa osallistumalla heinäkuussa Suomi POP -tapahtuman järjestelyihin.

Kehittämistoiminta, koulutus ja palkitsemiset

Toiminnassa mukana olevien uimareiden uimarinpolkua kehitettiin vuoden aikana systemaattisesti. Tarkoituksena on, että jokainen uimari ui ryhmässä, jonka taso parhaiten tukee hänen kehitystään.

Tähtiseura-statusen saamisen myötä itsearviointia jatkettiin osa-alue kerrallaan ja valmistauduttiin kevään 2023 auditointiin. Tähän liittyen uimajaoston kaikki valmennus- ja ohjaustoiminnassa mukana olevat henkilöt ovat suorittaneet Olympiakomitean Vastuullinen Valmentaja koulutuksen.

Uimaliiton vuoden seurasydämeiksi valittiin Teemu Sivonen. Palkinto luovutettiin Teemulle Tuisku-uintien yhteydessä.

Tiedottaminen

Uintijaosto on lisännyt tiedottamistaan netissä, Facebookissa, Instagramissa ja TIKTOK:ssa. Päivityksiä tehdään muutamien päivittäjien kanssa muutamia kertoja viikossa ja aina kun jutun aiheita tulee.

Uintijaosto

