



TOIMINTASUUNNITELMA 2025

Jaoston kokoonpano

Puheenjohtaja	Hannu Saikanmäki
Sihteeri	Marjo Niskakangas
Jäsenet	Maarit Klemola Pia Hurmelinna-Laukkanen Maisa Hyypä Sami Kotijärvi

Toiminnanjohtaja, talous, esittelijä Katri Ukkola

Edustaja johtokuntaan

Edustukset Hannu Saikanmäki
TUL:n uimajaoston puheenjohtaja

Jaoston toiminta

Jaoston tehtävä on huolehtia olemassa olevasta toiminnasta ja kehittää uintitoimintaa tarpeen mukaan, taata kaikille harrastajille tasapuoliset toimintaolosuhteet sekä lisätä yhteistoimintaa TUL:n Uintijaoston sekä muiden uimaseurojen kanssa. Yhteistoiminta tapahtuu lähinnä kilpailu- ja koulutustoiminnassa. Tavoitteena on osallistua TUL:n pohjoisen alueen uimaleireille. Lisäksi jatketaan työtä Heiton uimajaoston kansainvälisen tunnettavuuden lisäämiseksi. CSIT kisat otetaan osaksi jokavuotista toimintaa. Vuonna 2025 tavoitteena on Kreikassa järjestettävien CSIT kisojen lisäksi osallistua Pohjoismaissa tapahtuviin kisoihin mm. Barents Winter Games 2025. Jaoston tehtävänä on myös saadun Tähtiseura statuksen kehittäminen ja valmistautua vuoden 2026 auditointiin.

Toiminnanjohtajana jatkaa Katri Ukkola. Koordinaattorin päätehtävään palkattiin Marleena Potila, jonka tehtävänä on lasten ja nuorten liikunnan ohjaus- ja valmennustoiminta, sen tukitoimintojen organisoiminen sekä varainhankinnan kehittäminen.

Jaoston alkuvuoden painopiste alueita ovat strategian laatiminen seuraaville vuosille ja vastuullisuusohjelman ja hyvänhallinnon jalkauttaminen jaostoon.

Raksilan pääuimahallin sulkeminen helmikuussa 2025 tulee haastamaan uimaseurojen toimintaa muun muassa rata- ja viikonloppuvuorojen saatavuuteen liittyvän epävarmuuden vuoksi. Asiaan liittyvää suunnittelutyötä ja edunvalvontaa jatketaan muiden uimaseurojen kanssa vuonna 2025.

Kehittämistoiminnan pääpaino on edelleen kehittyvien nuorten menestyksen tukemisessa. Nuoria otetaan entistä enemmän mukaan toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen.

Ostopalveluna tarjotaan edellisen vuoden tapaan liikuntakerhotoimintaa, sekä Vikkelille Vekaroille suunnattua uinti- ja liikuntasalitoimintaa. Lisäksi uintiopettajat käyvät ohjaamassa koulujen uintiopetusta aina tarvittaessa.

Arkiuimakoulujen pyörittäminen aloitettiin viime vuoden lopulla. Tavoitteena on jatkaa toimintaa koko kalenterivuoden ajan.

Jaosto kouluttaa tarpeen mukaan uusia toimijoita vuoden 2025 aikana, sekä takaa nykyisille ohjaajille ja valmentajille mahdollisuuksia lisäkoulutuksiin. Uimarista valmentajaksi polkua kehitetään.

Jaosto keskittää tiedotus- ja markkinointitoiminnan seuran nettisivustolle ja sosiaaliseen mediaan. Tärkeitä tiedotuskanavia ovat myös erilaiset liikuntatapahtumat ja messut, mm. LiikukkoNää-tapahtuma, johon olemme osallistuneet jo useamman kerran. Heiton-päivillä ja vanhempain palaverissa tuodaan Heiton uintitoimintaa tutuksi myös uimareiden vanhemmille ja uinnista kiinnostuneille.

Varainhankinta

Toiminnan varainhankinta tapahtuu edelleen suurelta osin uimakoulujen tuotoilla, lisäksi varoja kertyy kaupungin ostopalveluista saaduista tuloista sekä talkootoiminnasta. Varainhankintaa kehitetään vuoden 2025 aikana.

Uimakoulut Kirput ja Delfiinit

Suosittu lasten uimakoulut järjestetään edelleen viikonloppuisin. Vuoden aikana tullaan järjestämään kuusi Kirppu- ja Delfiini uimakoulujaksoa, jotka kaikki sisältävät kymmenen harjoituskertaa. Uimakoulut kokoontuvat aiempien vuosien tapaan lauantaisin ja sunnuntaisin. Nämä uimakoulut on tarkoitettu 4–10-vuotiaille lapsille. Ilmoittautuminen tapahtuu seuran nettisivujen kautta. Erityistä tukea tarvitseville lapsille ei ole järjestetty erillisiä ryhmiä, vaan heitä voidaan ohjata samoissa ryhmissä oman avustajan turvin.

Kirppu- ja Delfiini uimakouluja tullaan myös järjestämään arki-iltoina. Arkiuimakoulut pyörivät kahden viikon jaksoissa, kahdeksan harjoitus kertaa.

Molempiin uimakouluihin tulee vuoden aikana osallistumaan yhteensä noin 650 lasta.

Haukiryhmä

Haukiryhmä on tarkoitettu uimareille, jotka pystyvät uimaan 25 metriä. Ryhmässä harjoitellaan eri uintitekniikoiden hallintaa. Ryhmä kokoontuu lauantaisin kerran viikossa. Haukiryhmässä ui vuoden aikana noin 160 uimaria. Haukiryhmässä uivat lapset ovat noin 7–11-vuotiaita. Laadukkaan harjoittelun näissä ryhmissä takaavat hyvin koulutetut uimaopettajat.

Alkeistekniikkaryhmä

Haukiryhmän jälkeen uimarin polku jatkuu Alkeistekniikkaryhmiin. Näissä ryhmissä harjoittelee tulevan vuoden aikana yhteensä noin 80 lasta. Valmennuksessa ja ohjauksessa näissä ryhmissä ovat Heiton omat entiset kilpauimarit.

Jatkotekniikkaryhmä

Jatkotekniikkaryhmissä harjoittelee tulevan vuoden aikana yhteensä noin 40 lasta. Jatkotekniikkaryhmä ovat hyvä ponnahduslauta kilpauimarin uralle tai siirtyä jatkamaan uintia nuorten harrasteryhmään. Ryhmässä syvennetään uintitekniikoiden hallintaa.

Kilparyhmät

Kilparyhmät on jaettu neljään ryhmää. Nuorimmat uimarit uivat Kilpa III ryhmässä ja osallistuvat kaupungin sisällä tapahtuviin kisoihin. Ryhmä harjoittelee kolme kertaa viikossa. Kilpa-ryhmässä ui keskimäärin 18-20 uimaria, jotka eivät tähtää uintiurallaan ns. isoihin kisoihin mutta osallistuvat säännöllisesti Oulun alueella tapahtuviin kisoihin.

Rollo-ryhmässä on keskimäärin 16-20 uimaria, joilla on mahdollisuus osallistua Oulun lähistöllä oleviin kilpailuihin. Ryhmä harjoittelee neljä kertaa viikossa. Tähtäimenä ovat oman ikäluokkansa SM-kisat eli Rollo-uinnit.

Edustusryhmässä on 14-18 uimaria, jotka kilpailevat pääsääntöisesti Pohjois-Suomen alueella. Ryhmä harjoittelee altaalla viisi kertaa viikossa, lisäksi heillä on ns. kuivaharjoitukset aina ennen uintiharjoituksia. Päätähtäimenä on Ikäkausimestaruus- ja SM-kilpailut. Valmentajat vastaavat ryhmien toiminnasta ja valmennuksesta ja suunnittelevat uimareille kannustavan ja omalle tasolle sopivan kilpailukalenterin.

Kilparyhmille pyritään järjestämään kaksi leiriä vuoden aikana.

Kilpailutoiminta

6.1.2025 järjestetään omat Hauki – uinnit Oulun uimahallissa Raksilassa. Lisäksi järjestetään Kempeleen Pyrinnön ja Oulun Lohien kanssa yhteinen LHP-cup 3–5 kertaa vuodessa.

Edellisten vuosien tapaan kannustetaan uimareita osallistumaan muihinkin kilpailuihin, lisäksi nuorimmille uimareille järjestetään kaudenpäättäjäiset, Vesipetouinnit keväisin ja joulun alla.

Nuorten harrasteryhmä

Nuorten tyhmää ei tällä hetkellä ole. Nuorille annetaan kuitenkin mahdollisuus osallistua muiden ryhmien harjoituksiin heidän ei tarvitse hankkia lisenssiä eikä tarvitse osallistua uimakilpailuihin.

Aikuisten harrasteryhmä

Ryhmä kokoontuu kerran viikossa, aina maanantaisin. Ryhmä koostuu vanhemmista uimareista, jotka haluavat harrastaa uintitoimintaa ja näin pitää kuntoa yllä. Ryhmässä harjoittelee 14 aikuista.

Masters-ryhmä

Ryhmä kokoontuu kaksi kertaa viikossa, aina lauantaisin ja sunnuntaisin uinnin perhevuorolla. Tässä ryhmässä on mahdollista saada ohjausta omaehtoiseen uintiharrastukseen ja vinkkejä kunnonkohotukseen vesiliikunnan keinoin. Pääpaino on uintitekniikoiden parantaminen. Masters-ryhmäläiset osallistuvat lähialueella tapahtuviin kilpailuihin sekä SM-kilpailuihin. Ryhmässä harjoittelee 10 aikuista.