

# Voimistelijaosto



## 1. Jaoston toimi- ja vastuuhenkilöt

Vuonna 2025 jaostossa toimivat seuraavat henkilöt:

*Puheenjohtaja:* Pia Hurmelinna-Laukkanen (voimistelu.pj@haukiputaanheitto.fi)

*Varapuheenjohtaja:* Meeri Alatalo, edustus johtokunnassa (varalla Pia Hurmelinna-Laukkanen)

*Sihteeri:* Sanna Viinamäki

*Rahastonhoitaja:* Heli Inkala (voimistelu.laskutus@haukiputaanheitto.fi)

*Harrastevastaava:* Maria Skarevik

*JV-vastaava:* Lotta Isomäki

*Lajikoordinaattori:* Emma Hannuniemi (31.01.25 asti), Linnea Holmroos (voimistelu.toimisto@haukiputaanheitto.fi)

Joukkueenjohtajat:

Pia Hurmelinna-Laukkanen (Lexia), Satu Vesa & Hannele Koivukangas (Kidella Vivia), Niina Ervasti & Terhi Kumpula (Lilian), Lasse Leinonen & Henna Shnoro (Diane Opal), Meeri Alatalo (Diane Safire), Jenni Kaisto (Decir), Tiina Ojala (Dafina), Katja Kansanniva & Laura Rösssi (Falona). Harrasteryhmistä Helmet- ryhmällä on myös joukkueenjohtaja, sillä ryhmä osallistuu Stara-tapahtumiin. Ryhmän johtajana toimii Petra Tolonen.

Lisäksi Hoika-vastaavana toimii Eija Saranpää.

Kisojen tuomarivastaava sovitaan aina erikseen tapahtumakohtaisesti.

Jaosto voi täydentää kokoonpanoaan vuoden aikana. (Harkitaan joukkueenjohtajille omaa yhteys henkilöä)

## 2. Jaoston toiminta

Jaoston tehtävä on huolehtia voimistelutoiminnasta suunnittelemalla ja ohjaamalla toimintaa. Suunnitteluja ohjaustoiminta käsittää mm. harrasteryhmien ja joukkueiden toimintaedellytyksistä huolehtimisen, ohjaajien ja valmentajien kouluttamisen, sekä mm. voimisteluliiton ja jaoston toiminnasta ja tapahtumista tiedottamisen tehtäviä. Jaosto huolehtii ohjaajien, ryhmien ja joukkueiden hyvinvoinnista laatimalla yhteisiä toimintamalleja näiden tueksi. Jaosto huolehtii varainhankinnasta järjestämällä näytös- ja kilpailutapahtumia, ja koordinoimalla joukkueiden varainhankintatoimintaa.

Jaosto tiedottaa ohjaajia ja harrastajia jaoston sisäisistä asioista sekä toimii linkkinä emoseuraan ja lajiliittoon. Jaostolle voi antaa myös palautetta ja kehitysehdotuksia verkkosivujen välityksellä. Palautteet käsitellään jaoston kokouksissa ja niihin vastataan mahdollisimman pian. Jaosto tiedottaa jäsenilleen ja sidosryhmilleen toiminnastaan ja muista asioista verkkosivuillaan, jonne on koottu sekä pysyvämpiä ohjeita (ks. esim.

voimistelijaoston toimintakäsikirja) että ajankohtaisia asioita. Käytössä on lisäksi Myclub- viestintä, Whatsapp-ryhmät eri tarkoituksiin, sekä Facebook ja Instagram -tilit. Toimintakäsikirjaa päivitetään tarpeen mukaan, ja kerran vuodessa laadittava toimintasuunnitelmaa päivitetään kausikohtaisesti tietojen tarkentuessa.

### **3. Toimintavuoden tavoitteet ja suunnitelmat**

Voimistelijaosto tarjoaa osallistumismahdollisuuksia matalan kynnyksen harrastustoiminnasta kilpailutoimintaan ja mahdollisesti edelleen ohjaus- ja valmennuspoluille. Tavoitteena on, että jokainen voimistelusta kiinnostunut voi löytää itselleen sopivan ryhmän ja että ryhmien välillä siirtyminen onnistuu oman tilanteen kehityksen mukaisesti. Voimistelu ymmärretään laajasti lähtien liikkuvuus-, tasapaino-, ym. harjoitteista ja edeten teknisempään ja vaativampaan lajinmukaiseen liikuntaan.

Voimistelutoimintaa halutaan tarjota alueellisesti niin, että erityisesti voimistelusta kiinnostuneet lapset, mutta myös aikuiset voivat osallistua toimintaan omiin lähtökohtiinsa sopivalla tavalla, samalla jaoston muodostamaan yhteisöön kytkeytyen. Pyrimme myös tekemään välinehankintoja siten, että harrastamisen aloitus on helpompaa eikä vaadi suuria investointeja.

Voimistelijaosto tekee yhteistyötä Haukiputaan Heiton muiden jaostojen kanssa. Tarkoitus on, että eri jaostojen harrastajille aukeaa mahdollisuus harrastaa liikuntaa monipuolisesti myös oman lajinmukaisen harjoittelun ulkopuolella. Lisäksi teemme yhteistyötä muiden lähialueen voimisteluseurojen sekä koulujen kanssa. Toimintaa pyritään kehittämään ja jalostamaan eri tavoilla kauden aikana.

Voimistelijaosto on valittu Voimisteluliiton Veto- ja pitohankkeeseen yhdeksi pilottiseuraksi. Tämän hankkeen puitteissa vuoden 2025 aikana kehitetään matalan kynnyksen toimintaa.

#### **3.1. Harrasteryhmät**

Voimistelijaoston pohja perustuu harrasteryhmiin, jotka pohjautuvat voimisteluliiton voimistelukoulu konseptiin sekä perheliikuntaan. Kaikissa ryhmissä käytetään voimisteluliiton voimistelukoulupasseja. Perheliikunnassa lähdetään tutustumaan voimisteluun sekä liikunnan iloon ja riemuun yhdessä vanhemman kanssa leikkien ja välineiden kautta. Voimistelukoulut ovat matalan kynnyksen toimintaa, jossa perusajatus on sama ryhmän ikäluokasta riippumatta. Leikin kautta tapahtuvaa harjoittelua vaikeutetaan valmiuksien edetessä ja tavoitteena on innostaa ja rohkaista asiasta kiinnostuneita pieniä voimistelijan alkua myös kilparyhmiin. Stara-ryhmä toimii ponnistuslautana kilpajoukkueeseen, minkä vuoksi se sisältää enemmän esiintymisiä sekä enemmän kilpailutoiminnan mukaista harjoittelua unohtamatta leikkiä ja esiintymisen iloa. Ryhmät liikuttavat iältään 2-12-vuotiaita lapsia sekä lissä että Haukiputaalla.

Tavoitteena on vuoden 2025 aikana laajentaa myös aikuisten harrastamisen ryhmiä.

Harrastevastaava huolehtii kaikkien ryhmien tasaisesta laadusta, yhtenäisestä sisällöstä sekä tavoitteiden asettamisesta. Harrasteryhmien ohjaajille järjestetään vähintään kerran kaudessa oma koulutustilaisuus, jossa valmistaudutaan kauteen.

Viime syksynä aloitettu jaoston oma pukupankki-projekti jatkuu ja tilaamme uusien Stara-ryhmien mukaan lisää pukuja. Pukupankki mahdollistaa pukujen vuokrauksen edullisesti ja näin ollen madaltaa kynnystä päästä osallistumaan joukkueuutyyppiseen toimintaan sekä kokemaan esiintymisen iloa.

Harrasteryhmien markkinointia jatketaan koulujen kerhotoiminnan avulla. Osallistumme Unelmien liikuntapäivään sekä muihin tempauksiin ja tapahtumiin.

Jaostolla on Haukiputaalla viisi harrasteryhmää:

- Perheliikunta Hiukkaset 2-3 vuotta
- Hiput 3-4 vuotta
- Hiutaleet 5-7 vuotta
- Hileet 8-12 vuotta
- Helmet yli 10 vuotta

Lisäksi tarkoituksena on avata ilmoittautuminen yli 12 v ryhmälle, joka ei kilpaile.

lin puolella toimii kaksi harrasteryhmää:

- Hohde (Temppukoulu) 4-7 vuotta
- Halla (Voimistelukoulu) 8-12 vuotta

Aikuisten harrasteryhmiä on Haukiputaalla yksi, mutta lisää ryhmiä perustetaan, mikäli niille tulee kysyntää:

- Adelite, joukkuevoimistelu yli 30 vuotta

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

Harrasteryhmien kausimaksut vaihtelevat 65 – 135 € välillä riippuen treenimäärästä ja -paikoista

### **3.2. Kilpailutoiminta**

Joukkuevoimistelijat osallistuvat keväällä ja syksyllä voimisteluliiton ja TULn järjestämiin kisoihin. Alle 12-vuotiaat voimistelupassin omaavat voivat osallistua Voimisteluliiton alueellisiin Stara-kilpailuihin.

Joukkueet harjoittelevat 1-4 kertaa viikossa Jatulissa, Haukiputaan koululla, Aseman koululla, Kiviniemen koululla sekä Heiton talolla sekä tarvittaessa muualla Oulun alueella. Harjoitusmäärissä huomioidaan mm. ikä, palautuminen, koulutyö, ja muiden lajien harrastaminen.

Joukkueet pitävät noin kaksi kertaa vuodessa harjoitukset, joiden aikana uusilla voimistelijoilla on mahdollisuus hakea joukkueisiin tai joukkueesta toiseen. Lisäksi kausien välillä pidetään katsastusharjoitukset harrasteryhmille, joiden kautta on mahdollisuus pyrkiä kilpapuolelle. Kilparyhmistä voi myös siirtyä harrasteryhmiin voimistelijan polkujen mukaisesti. Kilparyhmiin voi liittyä myös kesken kauden, mutta tällöin voimistelija ei

välttämättä pääse mukaan kyseisen kauden kilpailukokoonpanoon. Harjoituksiin voi kuitenkin osallistua normaalisti sekä lähteä kisamatkoille mukaan, ja joukkueen mukana voi olla esiintymässä esim. jaoston omissa näytöksissä ja tapahtumissa.

Kaikki joukkueet osallistuvat jaoston omalle leirille. Leirejä järjestetään mahdollisuuksien mukaan keväällä ja syksyllä. Valmentajat miettivät työryhmässään leirien sisällöt.

Kevään 2025 joukkueet ovat:

- Kidella-ikäkausi: Vivia (14–16-vuotiaiden harrastesarja) (synt. 2008–2010)
- Kidella-ikäkausi: Lexia (14–16-vuotiaiden kilpasarja) (synt. 2008–2010)
- Lilian (12–14- vuotiaiden harrastesarja) (synt. 2011–2012)
- Diane-ikäkausi: Opal (10–12-vuotiaiden sarja) (synt. 2013–2014)
- Diane-ikäkausi: Zirkonja (10–12-vuotiaiden sarja) (synt. 2013–2014)
- D-ikäkausi: Decir (8–10-vuotiaiden sarja) (synt. 2015–2016)
- D-ikäkausi: Dafina (8–10-vuotiaiden sarja) (synt. 2015–2016)
- F-ikäkausi: Falona (Stara-sarja) (synt. 2017–2018) (mahdollisesti jako useampaan)
- Adelite (osallistuu yli 35-vuotiaiden sarjaan)

Joukkueiden tilanne tarkistetaan kausittain, ja näihin tehdään tarpeen mukaan muutoksia osallistujamäärien mukaan. Tähän kuuluu myös seurayhteistyön muotojen tarkastelu. Uusia ikäkausia perustetaan jaoston päätöksellä tilanteen mukaan.

Kilpajoukkueiden kausimaksut määräytyvät treenikertojen mukaan; kevään 2025 kausimaksut päätetään joulukuussa 2024, ja syksyn 2025 kausimaksut touko-kesäkuussa.

### **3.3. Valmentajat ja ohjaajat, tuomarit**

Vuonna 2025 voimistelujaostossa ohjausta tarjoaa n. 20 valmentajaa ja ohjaajaa. Lisäksi muita toimijoita on hoitamassa mm. tuomareiden, joukkueenjohtajien ja jaoston tehtäviä. Voimistelujaoston valmentajien ja ohjaajien koulutustasot sekä ohjattavat ryhmät ovat syksyllä 2024 seuraavat, ja näiden mukaisesti, sekä mm. uusien apuvalmentajien liittyessä mukaan 2025 (ikäraja jaostossa 15 v apuvalmentajana toimimiselle) jatketaan vuodelle 2025:

#### **Maria Skarevik**

Valmentaja: Adelite, Lexia  
2-tason valmentajakoulutus, jv-tuomari  
Toiminut valmentajana vuodesta 2007

#### **Janette Korhonen**

Vastuvalmentaja: Diane Zirkonja  
Suorittaa jv-valmentajan 1 tasoa  
Toiminut valmentajana vuodesta 2016

#### **Jutta Hekkanen**

Vastuuhjaaja: Adelite  
Suorittaa valmentajan 1 tasoa

Toiminut valmentajana vuodesta 2020

**Siiri Nyman**

Vastuuvalmentaja: Kidella Vivia  
Kasvatus- ja ohjausalan perustutkinto  
Suorittaa JV-valmentajan 1 tasoa  
Toiminut valmentajana vuodesta 2016

**Linnea Holmroos**

Vastuuvalmentaja: Lexia  
Toiminut vuodesta 2019  
2KH. luokan tuomari, liikunnanohjaajan perustutkinto

**Henna Raappana**

Vastuuhjaaja: Harrasteryhmät (li) sekä Hileet (Haukipudas)  
Vastuuvalmentaja: Diane Opal  
Toiminut vuodesta 2022

**Elli Peltomaa**

Valmentaja: Lexia  
Lääketieteen lisensiaatti

**Pihla Haanela**

Vastuuvalmentaja Lilian  
Suorittaa jv-valmentajan 1 tasoa

**Julia Tenno**

Vastuuvalmentaja Lilian  
Suorittaa jv-valmentajan 1 tasoa

**Aada Sipola**

Valmentaja: Decir, Falona  
Apuohjaaja: Hileet

**Saana Taivaloja**

Valmentaja: Diane  
Voimistelu-ohjaajan start  
Toiminut vuodesta 2018

**Aada Roininen**

Vastuuvalmentaja: Decir  
Valmentaja: Diane Opal, Feelia  
Suorittaa 1 tason valmentajakoulutusta  
Toiminut valmentajana vuodesta 2017 lähtien

Fiona Pohjola

Vastuuvalmentaja: Falona

Toiminut valmentajana vuodesta 2024 alkaen

Aino Arvola

Valmentaja: Falona

Toiminut valmentajana vuodesta 2024 alkaen

Ella Holappa

Apuvalmentaja

Starttikoulutus

Janika Oksanen

Apuvalmentaja

Starttikoulutus

Nenna Niemelä

Apuvalmentaja

Jaoston tuomarit:

Emma Nyman, Hanna Poijula, Linnea Holmroos, Maria Skarevik, Emma Hannuniemi, Vera Kenttälä, Heidi Saarenpää, Sallamari Matinmikko, Juulia Kangas & Laura Pirttilahti

### **3.4. Harjoitusvuorot**

Voimisteluryhmien harjoitusvuorot löytyvät verkkosivuilta ja MyClubista niiden vahvistamisen jälkeen.

Vuonna 2025 harjoitusohjelmassa huomioidaan edelleen keväällä 2024 päättynyt OKM-hanke, jonka puitteissa seuran sisällä pyritään tukemaan harrastamisen monipuolisuutta. Hankkeen pohjalta on mm. käynnistetty Fysiikkatunnit, joiden toteutusta kehitetään kokemusten pohjalta edelleen.

## **4. Talous**

Jaoston budjetti vuodelle 2025 on laadittu erilliseen dokumenttiin. Jaoston tuotot koostuvat kausimaksuista, jaoston järjestämien kisojen ja muiden tapahtumien tuotoista, sekä jaoston hakemista tuista ja mahdollisen muun varainhankinnan tuotosta - näistä viimeinen tapahtuu pääsääntöisesti joukkueetasolla. Omien kisojen ja tapahtumien järjestämisessä voimistelijoiden huoltajien ym. toimijoiden apu sekä yhteistyökumppanien tuki on erityisen keskeinen.

Alla on kuvattu keskeisimmät harrastajille kohdistuvat kustannukset.

### **4.1. Kausimaksut**

Kausimaksun suuruus määritetään vähän ennen kauden alkua tai sen alussa kaksi kertaa vuodessa (kevä- ja syyskauden alussa). Kausimaksuilla katetaan jaoston toiminnan kannalta välttämättömät kulut (valmennus, koulutukset, liiton jäsenmaksut, kirjanpito ym.), ja ne

pyritään pitämään mahdollisimman alhaisina harrastamisen mahdollistamiseksi eri tilanteissa oleville.

## 4.2. Kuukausimaksut

Kuukausimaksut määräytyvät joukkueiden päättämien hankintojen ja kisamatkojen mukaan - nämä laskutetaan harrastajilta toteutuneiden kustannusten mukaisesti. Hankintojen ja kisa- matkojen osalta kaudella 2025 noudatetaan edelleen käytänteitä, joilla kuluja pyritään hillitsemään, huomioiden esim. Voimisteluliiton suositukset lasten kisa-asuista, sekä huolehditaan laskutuksen läpinäkyvyydestä ja oikeudenmukaisuudesta.

## 5. Tapahtumat

Joukkueet päättävät kauden alussa, mihin kilpailuihin osallistuvat, ja vastaavasti harrasteryhmissä keskustellaan tulevista tapahtumista joihin ryhmät osallistuvat.

Tavoitteena on, että useampi joukkue osallistuu aina samaan kilpailutapahtumaan, jolloin paitsi joukkueiden sisäinen, myös niiden välinen yhteishenki tiivistyy, ja mm. matkustaminen ja tuomaritoiminta on helpompaa toteuttaa kustannustehokkaasti. Samoja periaatteita noudatetaan myös muissa tapahtumissa.

Vuonna 2025 järjestämme kaksi kilpailua. Keväällä 2025 jaostomme järjestää Oulun TUL:n piirin kilpailut (27.4.2025). Syksyllä 2025 järjestämme Voimisteluliiton myöntämän JV Cupin ja Staran (22.11.2025). Joukkueiden muut kilpailut määrittyvät myöhemmin liiton ja TULin kisatarjonnan mukaan.

Jaosto järjestää myös Oulun seudun seurojen kisakatselmuksen syksyllä 2025.

Jaosto järjestää myös kevät- ja joulujuhlat ja mahdollisesti osallistuu muiden tapahtumien järjestämiseen. Uutena avauksena pyritään järjestämään Oulun alueelle aikuisryhmien leiripäivä yhteistyössä muiden seurojen kanssa.