



Haukiputaan Heitto

Toimintasuunnitelma



Olet hyvässä seurassa!

VISIO JA TOIMINTA-AJATUS

Haukiputaan Heitto on monilajiseura, joka tarjoaa harrastamisen mahdollisuuksia ja liikkumisen iloa kaiken ikäisille. Kaikki ovat avoimesti tervetulleita seuraamme. Meille voi tulla harrastamaan tai kilpailemaan. Monilajiseuramme tarjoaa monia eri lajivaihtoehtoja ja tarjontamme on aidosti kaiken ikäisille, vauvasta senioreihin. Meillä voit kokea liikunnan ilon. Lisäksi pidämme huolta toisistamme, olemme paikallinen ja turvallinen toimija. Tasa-arvo ja yhdenvertaisuus on meille tärkeää.

ARVOT

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.

Johtokunta 2024

Puheenjohtaja	Ilkka Ukkola
Varapuheenjohtaja	Taneli Ojala / Painijaosto
	Painijaoston varajäsenet: Katja Erkkilä ja Riitta Mäki-Korpela
Sihteeri	Maarit Kleemola / Uintijaosto
	Jari Kinnunen / Lentopallojaosto
	Kari Laurila / Mailapeli- jaosto
	Mika Naumanen / Salibandyjaosto
	Riitta Päkkilä / Suunnistusjaosto
	Kari Myllymäki / Triathlon jaosto
	Meeri Alatalo / Voimistelujaosto. Voimistelujaoston varajäsen: Pia Hurmelinna- Laukkanen
	Sirpa Ervasti / Vierivät Kivet
	Sanna Haahtikari / Uintijaosto
	Jukka Ukkola

Johtokunta 2025

Puheenjohtaja	Maarit Kleemola
	Taneli Ojala / painijaosto
	Juha Vähä / lentopallojaosto
	Kari Laurila / mailapeli- jaosto
	Mika Naumanen / salibandyjaosto
	Riitta Päkkilä/ suunnistusjaosto
	Meeri Alatalo / voimistelujaosto
	Sirpa Ervasti / vierivät kivet
	Piritta Pietilä -Litendahl / uintijaosto
	Kari Myllymäki / Triathlon jaosto
	Jukka Ukkola

YLEISTÄ

Seuran jaostojen ja johtokunnan laatiman suunnitelman pohjalta on laadittu talousarvio ja toimintasuunnitelma vuodelle 2025. Seuran toimeenpanevana elimenä on seuran johtokunta, joka kokoontuu noin kerran kuukaudessa. Seuran vuosikokouksia järjestetään kaksi kertaa vuodessa. Kevätkokouksessa käsitellään jaostojen ja johtokunnan laatimat toimintakertomukset sekä myönnetään tili- ja vastuuvapaus. Syyskokouksessa puolestaan vahvistetaan mm. seuravan kauden toimintasuunnitelma, talousarvio sekä johtokunnan kokoonpano.

Seuran lajeihin kuuluvat lentopallo, paini, pöytätennis, salibandy, sulkapallo, suunnistus, triathlon, sähköpyörätuolisalibandy, uinti ja voimistelu. Seurassa toimii myös aktiivinen veteraanijaosto Vierivät Kivet, jotka muun muassa järjestävät säännöllisesti kuntotansseja Heiton talolla. Vierivien Kivien alla toimii myös Kantritanssijat -ryhmä.

JÄSENHANKINTA

Jäsenmäärällään ja lajikirjoltaan Heitto on yksi Oulun ja koko Pohjois-Suomen suurimmista ja monipuolisimmista seuroista. Vuosittain seuran jäsenistössä tapahtuu edelleen n. 500 jäsenen vaihdos, kun suunnilleen tuo määrä jäseniä jättää seuran, mutta toisaalta samainen määrä uusia jäseniä liittyy seuraan. Tämä kierto johtuu suureksi osaksi uimakouluista, jotka ovat kausiluonteisia. Tavoitteena on saada lisää jäseniä harrastamaan ja toimimaan yhteisen seuran ja edun vuoksi.

TOIMINTAVUODEN PAINOPISTELALUEET

Toimintavuoden keskeisenä tavoitteena on toimintojen kehittäminen vastaamaan entistä paremmin jäsenistön, yhteiskunnan ja liikuntajärjestöjen seuratoiminnalle asettamiin vaatimuksiin.

Tämä tarkoittaa entistä monipuolisempaa ja kattavampaa yhteistyötä seuran eri lajien ja lajivalmentajien kesken sekä yhteistyötä lajien sisällä. Yhteistyö muiden seurojen kanssa on tärkeää.

Vastuullisuusohjelma julkistettiin kevään 2024 aikana. Toimintavuoden aikana kehitetään edelleen vastuullisuuteen liittyviä asioita mm. Hyvä hallinnon osuutta sekä muiden vastuullisuusosioon liittyvien asioiden kehittäminen.

Tähtiseura-kehitystoiminnan jatkamisella on tavoitteena kehittää lajien omaa toimintaa sekä lisätä yhteistyötä eri lajien kanssa sekä uudistaa laji- ja seuratoimintoja. Tähtiseura status on Haukiputaan Heiton jaostoista uinnilla ja voimistelulla. Muitakin jaostoja kannustetaan hakemaan tähtiseurastatusta.

Painopistealueet:

- Yhteistyö seuran sisällä, muiden seurojen sekä toimijoiden kanssa.
- Vastuullisuusohjelman kehittäminen
- Seura-aktiivien jaksamiseen on kiinnitettävä edelleen erityistä huomioita ja edelleen etsittävä keinoja helpottaa heidän työkuormaansa ja parantaa motivaatiota.
- Talouden tasapainon säilyttäminen sekä varainkeruu.
- Monilajiharrastamisen tuen jatkaminen.

TOIMINTAVUODEN TAVOITTEET JA MITTARIT

Jaostot asettavat itse omalle toiminnalleen määrälliset ja laadulliset tavoitteet. Tavoitteena on mm. parantaa seuran ohjaajien ja valmentajien osaamistasoa. Valmentajista laadittavat tilastoinnit toimivat hyvinä mittareina valmentajamäärän ja koulutustason mittaamiseksi. Viikoittaisen ohjatun toiminnan piirissä olevien yksittäisten harrastajien ja harjoitussuoritteiden määrän tilastoinnista saadaan hyvät ja kattavat mittarit seuratoimintojen määrän ja laadun mittaamiseksi. Seuratoiminnan laatua kuvaa myös menestyminen eri lajeissa.

KOULUTUSTOIMINTA

Jaostot osallistuvat aktiivisesti omien lajiliittojensa tai liikunnan aluejärjestöjen järjestämiin koulutuksiin. Tulevan toimintakauden suunnittelu ja seuratoiminnan kehittäminen seura- ja jaostotasolla ovat myös tulevan vuoden koulutustoimintaa. Koulutuksiin pyritään saamaan mahdollisuuksien mukaan seuran edustus.

TAPAHTUMAT

Jaostot järjestävät vuosittain lukuisia kilpailuja, turnauksia ja harrastustapahtumia, esimerkiksi Eero Tapio -painiturnauksen, Hauki-uinnit ja voimistelun Oulun TUL:n piirin kilpailut. Seura palkitsee seuran jäseniä ja jakaa menestyneille urheilijoille stipendejä joulukuussa. Vuosittainen Heiton Päivä – tai seuran jaoston järjestämä kaikille avoin tapahtuma on koko perheen yhteinen hetki

VARAINHANKINTA

Jaostot vastaavat oman toimintansa osalta varainhankinnasta. Johtokunnan / Seuran merkittävimpiä varainhankinnan muotoja ovat jäsenistöltä perittävät jäsenmaksut, sekä Heiton talon vuokratulot.

HEITON TALO

Heiton talon markkinointia lisätään ja sen toiminta-astetta pyritään monipuolistaman ja lisäämään entisestään.

SEURAN KEHITTÄMINEN

Pyritään vakiinnuttamaan erilaisten työllistämismahdollisuuksien hyödyntäminen. Lisäksi tehdään yhteistyötä oppilaitosten kanssa. Erityisliikuntaa (sähköpyörätuoli salibandya) jatketaan, muiden erityisliikunnan eri muotojen osalta ohjataan kääntymään näitä tarjoavien seurojen puoleen. Seuraamme aktiivisesti yhteiskunnallista kehitystä mm. seuratoiminnan, liikunnan ja

urheilun saralla ja tarvittaessa reagoimme uusiin, esille nouseviin asioihin. Osallistumme aktiivisesti yhteisiin, erityisesti alueellisiin tapahtumiin ja koulutuksiin. Teemme tiivistä yhteistyötä TUL:n kanssa.

EDUSTUS- JA YHTEISTYÖ

Seuralla on edustus mm. seuraavissa organisaatioissa:

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

VIESTINTÄ

Seuran tärkeimmät tiedotuskanavat ovat MyClub, Heiton nettisivut, Facebook ja Instagram. Niiden käyttöä kehitetään edelleen. Myös muita mahdollisia sosiaalisen median kanavien käyttöönottoa pohditaan esim. TikTok.

Seuran sisäiseen viestintään panostetaan entisestään.

Lentopallojaosto



Toimi- ja vastuuhenkilöt

Puheenjohtaja	Juha Vähä
Rahastonhoitaja	Pirkko Vahtola
Muut jäsenet	Marketta Kristo, Tarja Vuorma, Elisa Ojalehto, Teemu Peltola Esko Jutila, Jaana Soronen, Jari Kinnunen, Elina Pulkkinen

Edustaja johtokunnassa Juha Vähä (varajäsen Jaana Soronen)

Jaosto täydentää itseään vuoden aikana, mikäli on tarvetta.

Toiminta-ajatus

Tarjoamme mahdollisuuden oppia ja pitää yllä lentopallon jaloa taitoa.

Lentopallotaitojen ohella toiminnassamme korostuvat liikkumisen ilo, suvaitsevaisuus ja yhdessä tekeminen.

Toimintavuoden tavoitteet

Junioritoiminta

Haukiputaan Heiton joukkueisiin mahtuu mukaan uusia harrastajia D-A -ikäisiin junioreihin. Uudet junioripelaajat pääsevät kokeilemaan lajia ensin harrasteryhmän mukana ja sieltä on mahdollista jatkaa osaamisen karttuessa muihin ryhmiin.

B-tyttöjen joukkue pelaa valtakunnallista B-tyttöjen sarjaa sekä pohjoissuomen nuorten harrastesekasarjaa. A-tyttöjen joukkue pelaa valtakunnallista A-tyttöjen sarjaa sekä osallistuu Oulun alueen harrasteturnauksiin. A ja B tyttöjen joukkueet harjoittelevat kolme kertaa viikossa. Harrasteryhmä harjoittelee kaksi kertaa viikossa.

A ja B -tyttöjen joukkueet osallistuvat kesällä 2025 maailman suurimpaan lasten ja nuorten lentopalloturnaukseen Power Cupiin, joka järjestetään Loimaalla.

Kuntolentopallo: sekaryhmä

Harjoittelevat Aseman koululla maanantaisin ja torstaisin. Harjoitusajat löytyvät seuran nettisivuilta.

Ryhmässä on pelaajia vaihtelevasti 10–15 välillä, miehiä ja naisia.

Ryhmän pelaajia osallistuu eri joukkueiden kautta myös alueen turnauksiin. Toiminta jatkuu samalla tavalla kevään ja syksyn.

Miehet

Aseman koululla lauantaisin.

Turnaustoiminta

Haukiputaan Heitto järjestää A ja B -ikäisille turnauksia nuorten valtakunnallisessa sekä sekaharrastesarjassa.

Koulutustoiminta

Osallistutaan seuran omiin, sekä lajiliiton järjestämiin koulutuksiin.

Varainhankinta

Lentopallotoiminta rahoitetaan kuukausi/kausimaksuilla, erilaisilla talkootempauksilla ja sponsorointisopimuksilla.

Tiedotus

Toiminnasta tiedotetaan seuran nettisivuilla, Facebook sivuilla ja Instagramissa. Lisäksi käytössä nimenhuuto. MyClub ja WhatsApp-ryhmät.

Mailapeliyaosto

Jaoston kokoonpano

Harri Pesonen

Kari Laurila

Markus Vahtola



Toiminta-ajatus

Mailapeliyaosto järjestää harraste ja -kilpatoimintaa pöytätenniksessä ja sulkapallossa aikuisille ja junioreille. Tavoitteena on saada koko perhe liikkeelle.

Yleistä

Pöytätenniksen ja sulkapallon harrastajamäärä on pysynyt viime vuodet vakaana. Ohjaajamäärään suhteutettuna harrastajia on sopivasti eikä merkittävää kasvua tavoitella.

Pöytätenniksen osalta kilpapelaaajien harjoitusvuorot pidetään Jatulin liikuntakeskuksessa. Heiton talolla pelataan yksi viikoittainen harjoitusvuoro. Kilparyhmän valmentajana toimii Markus Vahtola ja harrasteryhmää vetää Tero Haataja.

Sulkapallotoiminta keskittyy Lukion salille. Sekä junioreille että aikuisille on omat harjoitusvuoronsa. Juniorivuoroilla valmentajana toimii Kari Laurila ja apuvalmentajana Joona Nieminen.

Kilpailutoiminta

Heitto osallistuu Suomen Pöytätennisliiton sarjatoimintaan yhdellä joukkueella. Heiton joukkue pelaa 2. divisioonan D-lohkossa. Pöytätennispelaajat osallistuvat lisäksi aktiivisesti kansallisiin kilpailuihin sekä ikäluokkien SM-kilpailuihin. Junioripelaajat käyvät myös aktiivisesti leireillä. Keväällä 2025 Heiton pöytätennis on edustettuna Barents Winter Games 2025 -tapahtumassa Altassa Norjassa. Suomen pöytätennisjoukkueen valmentajana toimii Heiton Markus Vahtola ja yksi kolmihenkeisen poikajoukkueen pelaajista on Heiton Otso Vahtola.

Sulkapallon osalta kilpailutoimintaa on seuran sisäisissä kilpailuissa ja lisäksi jaoston pelaajat osallistuvat oululaisen Tervasulan avoimiin juniorikilpailuihin. Lähiseudulla järjestettäviin sulkapallokilpailuihin on tarkoitus osallistua junioriluokissa. Aikuiset kisailevat C-luokissa.

Tulevan toimintavuoden tavoitteet

Tulevan vuoden päätavoite on jatkaa panostamista juniori-ikäisten pelaajien harjoitteluun sekä pöytätenniksen että sulkapallon osalta.

Kilpailullisesti tavoitteena on säilyttää sarjapaikka pöytätenniksen 2. divisioonassa. Näin kehittyville junioreille voitaisiin tarjota mahdollisuus tasokkaisiin sarjapeleihin oman kylän joukkueessa. Lisäksi junioreiden SM-kilpailuissa tavoitellaan mitalisijoja.

Suunnistusjaosto



Jaoston kokoonpano

Puheenjohtaja: Suvi Päckilä

Sihteeri: Milja Jaatinen

Rahastonhoitaja: Tanja Aatsinki

Muut jäsenet: Riitta Päckilä

Edustaja johtokunnassa: Riitta Päckilä

Edustukset: Milja Jaatinen, TUL:n valtuuston jäsen, TUL:n Oulun piirin piirihallituksen jäsen

Toiminta-ajatus

Kehittää ja tarjota suunnistustoimintaa kaiken ikäisille ja tasoisille suunnistajille. Mahdollistaa suunnistuksessa kilpaileminen sekä harrastaminen seurassa.

Toimintavuoden tavoitteet

- Jaoston 50-vuotis juhlakilpailun järjestäminen.
- Aktiivinen toiminta Oulun alueen harrastesuunnistustapahtumissa; Oulurastit, Yö-cup ja Talvisarja.
- Tavoitteena järjestää kahdet Oulurastit 2025 sekä järjestää suunnistuskoulu keväällä/kesällä 2025.
- Pyritään löytämään uusia ratamestareita ja mahdollistetaan heidän kouluttautumisensa.
- Aikuisten suunnistuskoulun järjestäminen.

Kilpailutoiminta

- Suunnistuskilpailut:
 - Jaoston jäsenet osallistuvat halutessaan eri tasoisiin suunnistuskilpailuihin sekä osallistutaan
 - Jukolan ja Venlojen viestiin. Järjestämme AM-kilpailut vuorollamme.
- Hiihtokilpailut:
 - Haukipudashiihtojen järjestelyissä olemme tarvittaessa mukana talkoolaisina. Lasten Haukipudashiihtojen järjestelyissä toimiminen.

Kartoitus

Kartoitus tapahtuu pääasiassa ulkopuolisen kartoittajan toimesta.

Tiedottaminen

Tiedottamista kehitetään edelleen tulevan kauden aikana. Pääasiallinen tiedotuskanava on jaoston

sähköpostilista, sekä Facebook ja tarvittaessa myös muut tiedotuskanavat.

Varainhankinta

Varainhankinnan rungon muodostavat Oulurastit, muut suunnistustapahtumat ja mahdolliset kilpailut. Muita tuloja ovat ryhmien kausimaksut ja mahdolliset muut talkootulot, kaupungin kartta-avustus ja myyntikampanjat tapahtumissa sekä mahdolliset sponsoritulot.

Voimistelujaosto



1. Jaoston toimi- ja vastuuhenkilöt

Vuonna 2025 jaostossa toimivat seuraavat henkilöt:

Puheenjohtaja: Pia Hurmelinna-Laukkanen (voimistelu.pj@haukiputaanhe

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, tehtävä täytetään viimeistään 01.02.2025) (voimistelu.toimisto@haukiputaanheitto.fi)

Joukkueenjohtajat:

Pia Hurmelinna-Laukkanen (Lexia), Satu Vesa & Hannele Koivukangas (Kidella Vivia), Niina Ervasti & Terhi Kumpula (Lilian), Lasse Leinonen & Henna Shnorro (Diane Opal), Meeri Alatalo (Diane Safire), Jenni Kaisto (Decir), Tiina Ojala (Dafina), Katja Kansanniva & Laura Rössli (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. voimistelujaoston 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

Voimistelujaosto 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.

Voimistelujaosto 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.

3.1. Harrasteryhmät

Voimistelujaoston 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 alkuja 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 joukkueuuteen 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 voimisteliijoilla 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: Safire (10–12-vuotiaiden sarja) (synt. 2013–2014)
- Diane-ikäkausi: Zirkonia (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 (yli 35-vuotiaiden sarja)

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

Vastuuvalmentaja: Diane Opal

Suorittaa jv-valmentajan 1 tasoa

Toiminut valmentajana vuodesta 2016

Jutta Hekkanen

Vastuuohjaaja: 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

Vastuuohjaaja: Harrasteryhmät (li) sekä Hileet (Haukipudas)

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

Vastuuvalmentaja: Diane Safire

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

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 kaudelle 2024–2025 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 kisamatkojen 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.

Painijaosto

Jaoston kokoonpano v. 2025

Puheenjohtaja: Taneli Ojala

Varapuheenjohtaja: -

Sihteeri: Katja Erkkilä

Rahastonhoitaja: Katja Suhonen

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

Varajäsenet: Matti Pahikainen, Janne Kärkkäinen, Einari Ukkola, Leevi Ukkola,
Petteri Kukkola

Edustaja johtokunnassa: Taneli Ojala, varajäsenet Katja Erkkilä ja Riitta Mäki-Korpela



Yleistä

- Haukiputaan Heitto jatkaa menestyneenä painiseurana.
- Urheilijat lapsista, aikuisiin. Kaikilla halukkailla on mahdollisuus harrastaa lajia.
- SM-, PM- sekä kansainvälisiin arvokisoihin asetetaan edustuspaikka- ja mitalitavoitteita.

Jäsenhankinta

- Kaikki halukkaat pyritään ottamaan mukaan toimintaan.
- Alkuvuonna ryhmien kävijät vakiintuvat ja tarvittaessa ryhmien kokoja voidaan muokata.
- Jaostokokous pidetään kerran kuussa.
- Harrastajien vanhempia pyritään aktivoimaan jaoston toimintaan.

Toimintavuoden painopistealue

- Toimintaa kehitetään suunnitelmallisemmaksi, ja toimivammaksi huomioiden urheilijat, valmentajat, ohjaajat, tukiryhmät sekä talouden realiteetit.
- Seuransisäisen yhteistyön kehittämisen lisäksi, tiivistetään yhteistyötä Pohjoisen alueen seurojen kesken.

Toimintavuoden tavoitteet

Lapset

Nallepaini: Tavoite on saada ryhmä pyörimään kauden aikana.

Nassikkapaini: Tavoite on treenata aktiivisesti ja saada intoa painiharrastukseen.

Painikoulu: Tekniikan perusteita tullaan harjoittamaan entistä enemmän. Harrastajia kannustetaan osallistumaan lähialueiden kilpailuihin, sekä KLL-kisoihin.

Väliryhmä: Valmentajat suunnittelevat harjoitusohjelman kauden kilpailujen mukaan. Poikien ja tyttöjen vastuvalmentajat pitävät yllä kausisuunnitelmaa.

Kuntopaini: Tavoite on perustaa painiryhmä aikuisille kuntoilijoille.

Nuoret

Säilytetään nykyinen taso ja pidetään heidät edelleen painin piirissä. Tytöt treenaavat pääasiassa vapaapainia. Pojat treenaavat kevätkauden kreikkalaisroomalaista. Syyskaudella harjoitellaan myös vapaapainia.

Kilpailullinen päätavoite on nuorilla menestyminen KLL-mestaruuskisoissa, sekä oman ikäluokan SM-kilpailuissa.

Aikuiset

Pyritään tukemaan urheilijoita tarjoamalla tarvittavat harjoitusmahdollisuudet, laadukkaan valmennuksen sekä tuen kilpailuihin. Jaosto pyrkii tukemaan huippu-urheilusta aiheutuvia kuluja mahdollisuuksien mukaan noudattaen edustusurheilukuluohjeistusta.

Aikuisten päätavoite on menestyä SM-kilpailuissa ja sitä kautta päästä edustamaan kansainvälisissä kisoissa.

Kilpailutoiminta

Alkukevääällä järjestetään perinteinen Eero Tapio-turnaus Haukiputaan koululla.

Arvokisoihin osallistutaan näyttöjen perusteella. Näihin kilpailuihin Painiliitto valitsee edustajat.

Valmentajat valitsevat ennalta kauden sopivimmat kilpailut kuten aiemminkin.

Kilpailumatkojen järjestelyt pyritään hoitamaan hyvissä ajoin, jotta säästetään kuluissa sekä selkeytetään kisareissujen kulkua.

Pyrimme tulevalla kaudella löytämään seuran jäseniä osallistumaan painin tuomaritoimintaan.

Varainhankinta

Varainhankintakeinot; varat hankitaan kausimaksuilla, talkoilla ja kilpailuilla sekä sponsorituilla.

Huippu-urheilijoiden tukea on kehitettävä ja löydettävä lisää varoja/tukimuotoja.

Koulutustoiminta

Valmentajat ja ohjaajat

Osallistutaan vuoden aikana sopiviin valmentaja- ja ohjaajakoulutuksiin.

Toimintaa parannetaan lisäämällä nykyisten valmentajien/ohjaajien taitoja.

Varmistetaan riittävä ohjaajien määrä; etsitään uusia toimintatapoja ja sopivia henkilöitä ohjaustoimintaan.

Tapahtumat

- Painijaosto järjestää vuoden päätapahtumana Eero Tapio-turnauksen Haukiputaalla.
- Keväällä ja syksyllä pidetään päättäjäiset.

Edustus ja yhteistyö

- Painijaoston tärkeimmät yhteistyötahot ovat; Heiton johtokunta, Oulun kaupunki, TUL ja Pohjoinen alue, Painiliitto, Kuortaneen Urheiluopisto sekä lähialueen painiseurat.
- Painijaoston edustajina toimivat jaoston jäsenet.

Tiedotustoiminta

- Tiedottaminen tapahtuu sähköisten tiedotusvälineiden kautta. Jaosto ja valmentajat tiedottavat tarvittaessa muita tahoja kuten omaa ja muita seuroja, sekä Painiliittoa.
- Eero Tapio -turnaus tiedotukset tiedotetaan Painiliiton sivujen kautta.
- Lehtijutuista vastaavat valmentaja (Heiton nettisivut, Rantapohja, Kaleva, Heiton uutiset, muu media kuten esimerkiksi Facebook).
- Jaoston yhdyshenkilö Painiliittoon on Taneli Ojala.

Haukiputaan Heitto

Uintijaosto



TOIMINTASUUNNITELMA 2025

Jaoston kokoonpano

Puheenjohtaja	Maarit Kleemola
Sihteeri	Marjo Niskakangas
Jäsenet	Sami Kotijärvi
	Pia Hurmelinna-Laukkanen
	Maisa Hyyppä
	Jouko Malo
	Piritta Pietilä-Litendahl
Toiminnanjohtaja, talous, esittelijä	Katri Ukkola
Edustaja johtokuntaan	Maarit Kleemola
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 painopistealueita 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.

Raksilan uimahallissa on vuosittain uitu noin 13 kilpailua. Uimahallin sulkemisen takia tulee haasteelliseksi järjestää kilpailuja Oulussa ja tämä lisää kilpailukustannuksia huomattavasti.

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 uimakoulu 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 pyöriivät 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. Päättäjäisenä on Ikkäkausimestaruus- 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 ryhmää 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.

Veteraanijaosto - Vierivät Kivet

Toimi- ja vastuuhenkilöt

Puheenjohtaja: Sirpa Ervasti

Varapuheenjohtaja: Sirkku Hietala

Sihteeri: Paula Mäenalanen

Rahastonhoitaja: Sirkka Kurkela ja Hannu Saikanmäki

Tanssivastaava: Leila Uitto

Kulttuurivastaava: Sirkka Kurkela

Edustaja seuran johtokunnassa: Sirpa Ervasti



Toiminta-ajatus

Veteraanijaoston toiminta-ajatuksena on edistää ikääntyneiden liikunta- ja kulttuuritoimintaa, sekä tukea kokemuksellaan ja käytännössä seuran ja sen jaostojen toimintaa.

Jaosto käyttää toimintanimeä Vierivät Kivet ja lyhennettä Vi-Ki.

Toimintavuoden tavoitteet

- Kuntotanssien jatkaminen.
- Matkojen ja teatterivierailujen järjestäminen jäsenistölle.
- Seuran nuorten urheilijoiden kannustamiseen annetaan vuotuinen avustus.
- Huomionosoitukset: Vierivien Kivien syntymäpäiväsankareita (tasavuodet 0 ja 5) muistetaan merkkipäivänä

Varainhankinta

- Keinot: Varoja hankitaan kuntotansseilla ja buffetilla.
- Vastuunjako: Kuntotanssien lipunmyynnistä, tarjoilusta ja parkkeerauksesta ovat vastuussa jaoston kokouksessa sovitulla työvuorolistalla olevat henkilöt.
- Kuntotansseissa toimii myös tilaisuuteen nimetty järjestyksenvälvoija.
- Kokouskahvien keitosta ja tarjoilusta vastaavat työvuorokokouksessa sovitulla vuorolistalla olevat henkilöt.

Tiedotustoiminta

- Tansseista ilmoitetaan Rantapohjassa ja ToimintaForumissa.
- Tanssi.netissä, Facebookin Tanssipurukassa, Avoimessa tanssipurukassa,
- P.-Pohjanmaan ja ympäristön Tanssimenoissa on myös mainos tansseistamme.
- Vierivien Kivien nettisivuilla on päivitetty toiminta- ja tanssikalenteri.
- Jäsenille tiedotetaan sähköpostilla ja tarvittaessa tekstiviesteillä ja puhelimitse.

Haukiputaan Heitto 2025

Triathlon- ja Elämysurheilujaosto

Toimi- ja vastuuhenkilöt

Puheenjohtaja: Veli-Matti Nieminen

Sihteeri: Kari Myllymäki

Rahastonhoitaja: Sanna Kreku

Jäsen: Mervi Hillukkala

Edustajat johtokunnassa: vaihdellen Kari Myllymäki, Sanna Kreku tai Mervi Hillukkala



Toiminta-ajatus

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

Yleistä

Jaosto järjestää talvi-kevätkaudella viikoittaisen kuntopiiriharjoituksen Heiton Talolla sekä satunnaisesti uinti- ja sisäpyöräilyharjoituksia. Mahdollisuuksien mukaan järjestetään myös yhteisiä hiihtoretkeä ja -koulu sekä perinteinen helatorstain juoksu&pyörä-duathlon tapahtuma Heiton Talolla.

Kesäkausi on triathlon-kilpailujen kulta-aikaa ja niihin osallistutaan jäsenten kiinnostuksen mukaan. Finntriathlon/Joroisten puolimatkan triathlonkisan paluu kesälle 2025 on saanut monet vakavasti harkitsemaan osallistumista. Isomman ryhmän innostuessa yksittäisestä kilpailusta ko. osallistujat pyrkivät mahdollisuuksien mukaan järjestämään yhteisen majoituksen ryhmälle.

Kesäkaudella avovesiuinti, maantiepyöräily, melonta ja rogain-tapahtumat saavat jaostosta osallistujansa.

Syyskausi 2025 jatkuu pitkälti kevään aktiviteettien hengessä hiihdon korvautuessa sauvakävelyllä. Jaosto järjestää perinteeksi tulleen viikonlopun kestoisen syysleirin, jossa valmentajan johdolla urheillaan monipuolisesti, tyypillisesti ottaen myös ensipuraisun ensilumenladulla.

Tiedottaminen

Jaosto tiedottaa jäseniään nimenhuudon, seuran kotisivujen ja sosiaalisen median kautta.

Varainhankinta

Jaoston toiminta rahoitetaan jäsenten kausimaksuilla jäseniltään ja juniorijäseniltään (v. 2024 60€/30€) sekä perimällä erillisen osallistumismaksun tapahtumista/kisoista.

Kilpailut

Aktiivisimmat jäsenemme osallistuvat toimintakauden aikana triathlon-, uinti-, pyöräily-, juoksu- ja hiihtokilpailuihin kiinnostuksensa mukaan.

Koulutustoiminta

Jaosto järjestää mahdollisuuksien mukaan erityyppisiä liikuntaan ja hyvinvointiin liittyviä koulutuksia ja tapahtumia jäsenilleen sekä tukee jäseniään osallistumaan alueellisiin ja valtakunnallisiin koulutuksiin.

Jäsenet

Jaoston jäsenluvun arvioidaan pysyvän noin 20 henkilössä.

SALIBANDY JAOSTO

Jaoston puheenjohtaja (päättösvälta)

Toimistovastaava, Salibandyliitto, kaupunki, vuorot

Talousvastaava

Valmennusvastaavat (Miehet ja Naiset)

Juniorivastaavat (Pojat ja tytöt)

Harrastevastaava (Aikuisten harrasteet ja kerhot)

Somevastaava

(Mahdollisuus "ulkopuoliseen" työntekijään)



Päätavoite

"Jäsenkasvu tavoittelemme uusia pelaajia alueellamme tehokkaan markkinoinnin avulla."

"Laadukas valmennus tarjoamme korkealaatuista valmennusta pelaajien henkilökohtaiseen ja urheilulliseen kehittymiseen.

Unohtamatta harrastustoimintaa"

"Yhteisöllisyys rakennamme vahvan ja tukevan Hahe salibandy yhteisön johon jokainen tuntee kuuluvansa ja voi osallistua."

"Osallistaminen kehitämme ohjelmia ja tapahtumia, jotka innostavat pelaajia, valmentajia ja vanhempia osallistumaan intohimoisesti salibandyyn."

"Näkyvyys ja brändi lisäämme Hahe salibandyn näkyvyyttä alueella ja vahvistamme brändiä tavoitteiden mukaisesti sekä teemme toiminnan kiinnostavaksi"

Joukkuerakenne

☐ Kausi 2024-2025, jäsenmäärä 300 kpl

- *HaHe salibandy edustusjoukkueet*
 - Naiset Divari
- *HaHe salibandy aikuisjoukkueet*
 - HaHe N III (Suomisarja) ja HaHe N II (2.div)
 - Miehet ei joukkueita
- *HaHe salibandy juniorijoukkueet*
 - Pojat
 - HaHe Lions P8
 - HaHe Panthers P10
 - HaHe Knights P12
 - HaHe Giant P14
 - Tytöt, (T14 ja T16)
 - Perhesähly
 - Kuntosähly
 - Naisten Harraste

KEVÄTKAUSI

1. Yhteisen tahtotilan päättäminen
2. Yhteisen toimintamallin hyväksyminen
3. Toimintakäsikirjan päivittäminen (säännöt miten toimitaan)
4. Joukkuekohtainen tiedottaminen→uusi brändi
5. Toimihenkilöiden palaveri
6. Päättäjäiset / 20 v juhlat
7. Kesäharjoittelu
8. Kauden 24-25 joukkueet, taustahenkilöt
9. Markkinointi uudesta.
10. Muu mikä?

KESÄ- JA SYYSKAUSI

1. Jaoston Budjetti kaudelle 24-25

2. Joukkueiden muodostus/varmistus

- Toimihenkilöt
- Pelaajat

3. Valmentajien ja jojojen palaverit

4. Valmentajien/pelaajien sopimukset

5. Muut mikä?

Markkinointi

Hahe salibandy brändin rakentaminen

- Kilpailuetu à pelaajien kiinnostus suhteessa muihin seuroihin
- Sidosryhmien kiinnostuksen lisääminen ja arvon tuotto à parempi sponsorituki
- Juniorijoukkuiden nimi ja tarinaà esim Hahe Lions tai vastaava
- Yhteisöllisyys ja yhteenkuuluvuus à pelaajien sitoutuminen
- Fanikuluttuurin kehittäminen à brändiarvon kasvaminen ja kaupallinen yhteistyö
- Tiedotus joukkueille. Värit: Musta, Punainen ja valkoinen

Bränditavoite: ”**Hahelaisuus**”



Toimintasuunnitelma hyväksytty seuran syyskokouksessa 7.11.2024