

# TANSSI

Turun Naisvoimistelijoiden tanssisektorilla harrastaa lasten ja nuorten sekä aikuisten ryhmiä. Tanssiryhmiä on yhteensä neljä. Team Evelia, Evelia, Elodie ja Siskåt.

Lasten ja nuorten tanssiryhmät treenaavat aktiivisesti viikottain, esiintyvät erilaisissa näytöksissä ja osallistuvat kilpailuihin.

Siskåt on esiintymishaluinen ja kilpailuihin tähtäävä aikuisten naisten tanssiryhmä. Tärkeintä on tanssin ilo, heittäytyminen ja hauskanpito.

## ARVOT

TNV:n tanssisektorin tavoitteena on

- liikunnan ilon välittäminen jokaiselle,
- jokaisen tanssijan yksilöllinen kehittäminen vahvuuksien kautta,
- terveellisen ja turvallisen valmennustoiminnan tarjoaminen,
- yhteisöllisyyden kehittäminen.

## TAVOITTEET

TNV:n tanssisektorin tavoitteena on

- tarjota monipuolista ja laadukasta tanssivalmennusta myös vuonna 2022,
- kehittää tanssijoiden osaamista niin teknisten taitojen, kuin ilmaisun ja esiintymistaitojen osalta,
- opettaa ryhmässä ja joukkueessa toimimisen ja yhteisöllisyyden taitoja,
- sitouttaa olemassa olevat tanssiharrastajat toimintaan,
- kouluttaa valmentajia (edellyttää myös valmentajien omaa aktiivisuutta asiaan),
- kasvattaa tanssiharrastajien lukumäärää perustamalla syksyllä uusi joukkue.



## VIESTINTÄ

- Evelia- ja Team Evelia -joukkueilla on yhteinen Instagram -tili, johon päivitetään sisältöä.
- Elodie -joukkueelle perustetaan Instagram alkuvuodesta.
- Siskåt -tanssiryhmällä on oma Instagram -tili.
- Valmentajat viestivät vanhemmille joukkueen tapahtumista ja asioista aktiivisesti kasvokkain ja WhatsApp-ryhmissä.
- Muu viestintä hoituu TNV:n sosiaalisten medioiden ja nettisivujen kautta.

## TANSSIN VUOSIKALENTERI

Tammikuu	Show Your Dance by Cailap -kilpailu (28.-29.1. /Salohalli)
Helmikuu	Ystävä mukaan treeneihin -kerta
Maalis-toukokuu	Tanssin Pyörteissä / MagicMove -kilpailujen jokavuotuiset ajankohdat
Toukokuu	Seuran kevätnäytös, huoltaja mukaan treeneihin -kerta
Kesäkuu	Kesätreenit
Heinäkuu	Loma
Elokuu	Rekrytointipäivät ja uuden tanssijoukkueen perustaminen (nimiehdotuksena Emerie)
Syys-marraskuu	Uuden kilpailuohjelman teko ja viimeistely, huoltaja mukaan treeneihin -kerta
Joulukuu	Seuran joulunäytökseen osallistuminen (kaikki tanssijoukkueet), XMagicMove -kilpailuun osallistuminen Evelian ja Elodien osalta (mikäli kyseinen kilpailu järjestetään)



4

tanssijoukkuetta toimii  
TNVn alla

# JOUKKUEVOIMISTELU

Turun Naisvoimistelijoilla on kilpailulliseen menestykseen tähtääviä joukkuevoimistelun joukkueita. Tarjoamme lajissa menestymisen ja tavoittellisen kehittymisen mahdollisuuden kaikille harrastajille taitotasosta riippumatta.

## ARVOT

Joukkuevoimisteluvalmennuksen arvot TNV:ssä:

- Ilo ja yhteishenki, yhteisöllisyys
- Tavoitteellisuus
- Pitkäjänteisyys
- Turvallisuus ja terveys
- Jokainen tulee kohdatuksi

## TAVOITTEET

Joukkuevoimistelussa on motivoiva, hyvä ja innostava ilmapiiri sektorin sisällä sekä mutkaton ja toimiva yhteistyö joukkueiden välillä.

- Sitoutunut, pitkäjänteinen toiminta
- Voimistelijoiden määrän kasvattaminen kausi kaudelta
- Valmentajien sitouttaminen tarjoamalla tukea ja koulutusta. Pidämme valmentajapalaverit kevät- ja syyskauden alussa. Seura kannustaa valmentajia kouluttautumaan osallistumalla kustannuksiin.
- Tuomaritoiminnan kehittäminen (huolehditaan, että omassa seurassa on koulutettuja tuomareita)
- Yhteistyö ja verkostoituminen alueellisesti ja valtakunnallisesti omassa lajissa sekä sen ulkopuolella. Ylläpidämme aktiivista seurayhteistyö mm. järjestämällä yhteisiä katselmustapahtumia ennen kisakautta.



# JOUKKUEET

Turun naisvoimistelijoiden voimistelujoukkueet harjoittelevat viikottain ja osallistuvat esityksiin ja kilpailuihin.

## MINIVALMENNUSRYHMÄ (2016-2017 SYNTYNEET)

Tavoitellaan voimistelijoiden määrän kasvua kaksinkertaiseksi – tavoite 18-20 tyttöä.

Uusia voimistelijoita rekrytoidaan aktiivisesti.

Tunneilla järjestetään ystäväkerrat tammikuussa ja elokuussa, uusien harrastajien tutustuttamiseksi lajin pariin.

Vuoden tavoitteena on kasvaa minivalmennusryhmästä joukkueeksi. Joukkueelle ideoidaan nimi.

Vuoden 2022 syksyllä treenikertoja lisätään noin 1,5-2 kertaa viikossa.

## TIERA (2014-2015 SYNTYNEET)

Tieralla vuoden 2022 tavoitteena on voimistelijoiden määrän kasvattaminen siten, että ryhmästä saadaan kaksi joukkuetta (tavoite 16-20 tyttöä). Joukkueen tavoitteena on voimistelun ilosta nauttiminen ja uusien lajitaitojen kehittäminen.

Vuoden 2022 aikana järjestetään joukkueen oma leiripäivä kaksi kertaa kaudessa, jonka lisäksi pidetään vielä valmennuksen (jv ja tanssi) kesäleiri kesäkuussa (3-5 päivää).

## ESTETICAL NUPUT JA ESTETICAL JR

Voimistelukoulu Estetical Nuput on 5-7-vuotiaiden harrasteryhmä ja voimistelukoulu Estetical jr on 8-18-vuotiaiden harrasteryhmä. Voimistelukoulut harjoittelevat kerran viikossa ja siten tutustuvat voimisteluun lajina. Voimistelukouluista pyritään kasvattamaan harrastajia joukkueisiin.



## VIESTINTÄ JA YHTEISTYÖ HUOLTAJIEN KANSSA

Joukkuevoimistelun valmentajat viestivät huoltajille joukkueen tapahtumista aktiivisesti kasvokkain, valmentajien ja/tai jojon ja vanhempien Whatsapp-ryhmässä sekä sähköpostilla.

Vanhempainilta järjestetään kerran kaudessa. Vanhempainilloissa kannustetaan ja innostetaan vanhempia yhteisölliseen toimintaan, kuten talkootyöhön seurassa, mm. näytöksissä ja muissa seuran tapahtumissa.

Tieralla on oma Instagram-tili ja harkintaan TikTok-tili. Minivalmennukselle Instagram -tili syksyllä 2022.

Koko seuraa koskevista tapahtumista viestitään seuran some-kanavissa, nettisivuilla ja sähköpostilla.

## VOIMISTELUN VUOSIKALENTERI

Tammikuu	Uusien voimistelijoiden rekrytointi ja ystäväkerta
Helmi-maaliskuukuu	Joukkueen omat leiripäivät, maaliskuussa katselmus
Huhti-toukokuu	Stara-tapahtumat (Tiera), toukokuussa seuran kevätnäytös
Kesäkuu	Valmennuksen kesäleiri
Heinäkuu	Loma
Elokuu	Uusien voimistelijoiden rekry ja ystäväkerta
Syys-lokakuu	Joukkueen omat leiripäivät, lokakuussa katselmus
Marras-joulukuu	Stara-tapahtumat, joulukuussa seuran joulunäytös



# 2

voimistelujoukkuetta toimii TNVn alla

# USKOLLISUUDEN KILTA

Turun Naisvoimistelijoiden Killan tarkoituksena on koota seuran pitkäaikaiset jäsenet ystävyyttä ja henkistä vireyttä ylläpitäväksi ryhmäksi. Liikunta on kiltalaisten yhteinen asia, siitä löytyy iloa, terveyttä ja turvallisuutta tuottavia muotoja, on kunto mikä tahansa.

## TAVOITTEET

1. Monipuolistaa Killan kuukausitapahtumia ja lisätä näin osallistujamääriä
2. Miettiä keinoja saada uusia jäseniä
3. Kehittää yhteistyötä alueen muiden kiltojen kanssa
4. Antaa tukea pääseuralle

Killan tiedottamista kehitetään lähettämällä jäsenille tapahtumatiedote kuukausittain sähköisesti. Hyödynnetään edelleen, niin ts-ilmoitussivua kuin seuran jäsenlehteä. Yhteistyötä muiden kiltojen kanssa lisätään osallistumalla alueen ja liiton kiltatilaisuuksiin.

Tuetaan pyydetessä pääseuraa osallistumalla talkootöihin näytöksissä, tapahtumissa jne. Kaikissa tapahtumissa noudatetaan koronatilanteen vuoksi annettuja ohjeita ja suosituksia.



# TAPAHTUMAKALENTERI

Kilta toimii aktiivisesti jäsentensä hyväksi ja järjestää toimintaa ympäri vuoden.

## KEVÄT

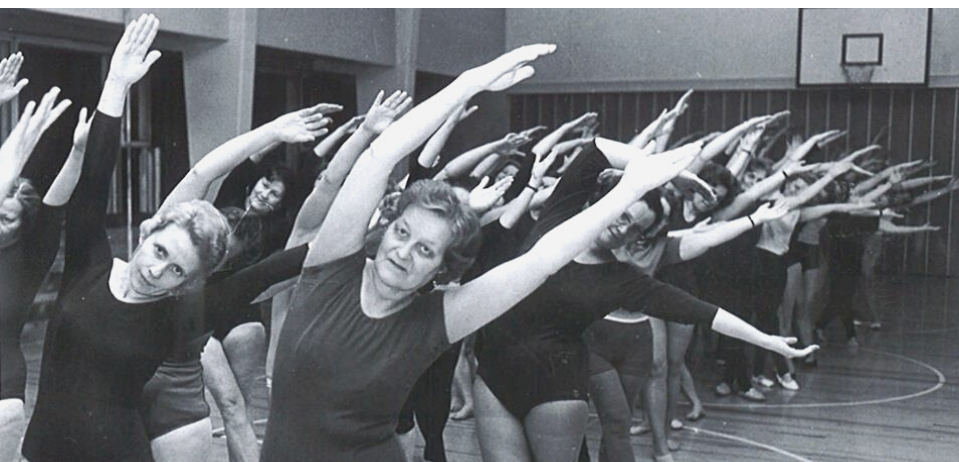
tammikuu 19 ke	Päiväkahvit Cafe Art klo 13.00
helmikuu 17 to	Lounas Wiklund Trattoria klo 13.00
maaliskuu 19 la	Baletti "Sibelius" Helsinki klo 14.00
huhtikuu 22 pe	Vuosikokous/kevätjuhla klo 16.00 Taimi II
toukokuu 14 la	L-Suomen alueen kiltatreffit, Ulvila
toukokuu 24 ti	Ulkoilupäivä Kupittaaan Puisto klo 11.00 (Paviljonki)

## KESÄ

kesäkuu 9-12 to-su	Gymnaestrada Tampere
kesäkuu 10 pe	Kesäretki Kiltapäiville Tampereelle
elokuu 17 ke	Hyvinvointipäivä Energym klo 10.15-15.30

## SYKSY

syyskuu 14 ke	Ulkoilupäivä Ruissalon Telakka klo 11
Virkistysviikko - Suomen	Voimisteluliitto / Kiltatyöryhmä
lokakuu 2-7.10.	Golden Age Gym Festival, Madeira
lokakuu 28 pe	Kynttiläjuhla Suomalainen Pohja klo 16.00
marraskuu	Kiltapäivä Hki
marrask 29 ti	Joulupuuro Lounaskahvila Lahtinen klo 16.00



79

Kiltalaisten jäsenmäärä

# YHTEISTYÖ

Turun Naisvoimistelijat pyrkii tekemään avoimesti yhteistyötä useiden eri tahojen kanssa niin liikuntapalveluiden tuottamisen kuin lajin kehittämisen saralla.

## TURUN KAUPUNKI

Turun kaupungin kanssa tehdään aktiivisesti yhteistyötä liikuntamahdollisuuksia tarjoten ja liikuntapaikkoja kehittäen niin lasten ja nuorten, kuin aikuistenkin osalta.

Turun Naisvoimistelijoiden edustajat osallistuvat aktiivisesti kaupungin järjestämiin kehitystyöryhmiin: lapset ja nuoret, aikuisliikunta, seniorit ja kilpaurheilu.

Täytämme kaupungin tuottamia liikuntapaikka / liikuntaharrastuskyselyitä ja välitämme niitä tarvittaessa myös jäsenistölle.

Järjestämme kaupungin yhteistyöryhmien kautta liikuntamahdollisuuksia kaikenikäisille ryhmäliikuntaan. Pyritään lisäämään yhteistyötunteja vuodelle 2022.

Mietitään mahdollista LIIKEkerhon / iltapäiväkerhopalveluiden tuottamista Turun kaupungin alakoululaisille lukuvuodelle 2022-2023..

## AMMATTIOPISTO SPESIA / BRAHESKOLAN

Pyritään tarjoamaan erityisliikunnan ohjausta ja tiloja Ammattiopisto Spesian liikuntaryhmille.

Jatketaan tilavuokrausta Braheskolanin oppilaille talvikaudella.





# OHJELMAPALVELUT

Liikuntapalveluiden lisäksi Turun Naisvoimistelijat tuottaa myös erilaisia ohjelmasisällöllisiä tapahtumia Energymillä sekä vuokraa tiloja tapahtumajärjestäjille.

## SYNTTÄRIT

Turun Naisvoimistelijoiden tiloissa voi järjestää synttäreitä kaikenikäisille. Synttäriaika on 1,5h ja se sisältää leikkien ohjauksen sekä jätski ja mehutarjoilun max 15. vieraille.

Vuodelle 2022 koulutamme uudet synttariohjaajat ja synttärimahdollisuutta markkinoidaan aktiivisemmin.

## POLTTARIT / PIKKUJOULUT / TYKY-TUNTI

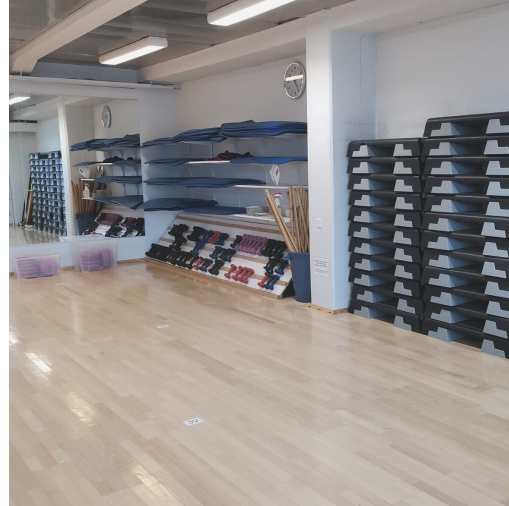
Turun Naisvoimisteloiden tiloissa voi järjestää liikunnalliset polttarit, pikkujoulut tms. vastaavan ryhmätapahtuman. Ohjelma-aika 1,5-2 tuntia sisältää valitsemasi liikuntalajin ohjauksen laajasta lajitarjonnastamme. Ammattitaitoiset ohjaajamme pitävät zumbaa, tehotreeniä pilatesta tai vaikka äänimaljarentoutusta. Lajista riippuen max henkilömäärä on noin 15-20 henk.

## KOULUTUKSET JA KURSSIT

Energymillä voi järjestää viikonloppusin erilaisia koulutuksia ja kursseja muutamien tuntien kurseista tapahtumapäivään. Kurssin lisäksi tapahtumapäivään voi yhdistää vaikka hyvinvointimessut, jolloin aulatiloissa on tuote-esittelijöitä, pienemmissä saleissa luentoja ja isossa salissa lajikursseja. Pyrimme järjestämään 2-4 kurssia vuodessa.

## LEIRIT

Järjestämme koulujen loma-aikoina päiväleirejä koululaisille. Hiihtis-, kesäleirit 1-2 kpl sekä syystis-päiväleirit. Myös joukkueet järjestävät omia leirejä harrastajille sekä valmentajille.



# TILAVUOKRAUS

Energymin tilat taipuvat moneen ja vuonna 2022 pyritään kasvattamaan tilojen käyttöastetta. Tilat ovat enimmäkseen tyhjiillään päiväaikaan ja viikonloppuisin. Näihin aikoihin pyritään kehittämään ja ideoimaan erilaista käyttötarvetta ja siten täyttämään tyhjiä tiloja.

Tiloja vuokratessa käytössä on pukutilat, vessat, suihkut sekä monipuolinen välineistö. Energymillä on käytössä myös tuoleja, pöytiä, kopiokone, projektori ja langaton netti. Ruokailua varten löytyy jääkaappi-pakastin, mikro ja kahvin- sekä vedenkeitin.

Vuonna 2022 pyritään aktivoimaan tilavuokrausta entistä enemmän lisäämällä tilat mm. erilaisiin toimitila-vuokrauspalveluihin esille.

## ENERGIALÄHDE

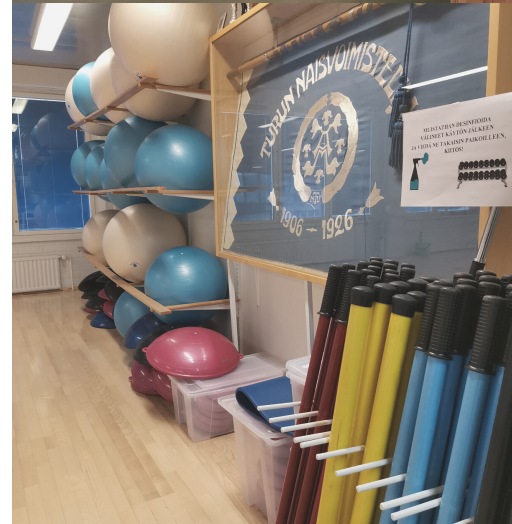
Energymin suurin sali vetää maksimissaan 100 jumpparia. Salissa on peilit, runsaasti valoa ja parkettilattia.

## SATUMAA

Satumaahan mahtuu noin 40 henkilöä jumppaamaan. Satumaasta löytyy tanssimatto ja puolapuut sekä patjoja.

## JOUTSENLAMPI

Joutsenlampeen mahtuu noin 40 tanssijaa. Joutsenlammessa on peilit kahdella sivulla sekä runsaasti valoa. Lattialla on tanssimatto ja salista löytyy baletista tutut tangot.





2022

Turun Naisvoimistelijat ry

