

TURUN  
NAISVOIMISTELIJAT RY

# TOIMINTA- SUUNNI- TELMA 2023



LIIKUNNAN ILOA  
VUODESTA 1906



# MEISTÄ

## OLEMME PERINTEINEN TURKULAINEN VOIMISTELUSEURA

Olemme perinteikäs turkulainen voimisteluseura, joka on liikuttanut turkulaisia ja lähikuntien asukkaita vuodesta 1906 lähtien. Meillä liikkuvat kaikki: tytöt, pojat, naiset ja miehet – ikään ja kuntoon katsomatta. Harrastajille tarjoamme noin sata viikkotuntia monipuolista ryhmäliikuntaa, jota koulutetut ohjaajamme vetävät omassa Liikuntakeskuksessamme Energymissä ja turkulaisten koulujen liikuntasaleilla. Aikuisten ja lasten & nuorten harrastustoiminnan lisäksi TNV:ssä voi valmennuksen puolella harrastaa tavoitteellisemmin voimistelua ja tanssia. Liikkuminen TNV:ssä on monipuolista, helppoa ja edullista.



# TOIMINTA



## VUONNA 2023

Olemme toimineet voimistelun edelläkävijöinä ja trendiluojiina niin Turussa kuin valtakunnallisestikin ja jatkamme samaa linjaa myös vuonna 2023. Mahdollisuuksien mukaan osallistumme myös kansainvälisiin voimistelutapahtumiin.

Turun Naisvoimistelijat haluavat tarjota jäsenilleen mahdollisimman turvallisen harrastamisen ympäristön. Toimintamme perustuu vallitseviin tietoihin terveydestä, sen kehittämisestä ja ylläpitämisestä. Takaamme jokaiselle liikkujalle turvalliset tuntisisällöt ja olosuhteet.



# TIEDOTUS

VUONNA 2023



Turun Naisvoimistelijat viestii monikanavaisesti jäsenistölleen ja markkinoi toimintaansa aktiivisesti. Tiedotamme jäsenistöä niin sähköisillä, kuin painetuilla viestintäkanavilla. Sisäiseen viestintään hyödynnetään sähköisiä kanavia. Johtokunnalla on käytössä oma Intra, josta löytyy mm. tiedostot, tapahtumat, palautteet ja ajankohtaista uutiskanava. Ohjaajilla ja valmentajilla on sektoreittain omat ryhmänsä WhatsApissa, jossa käydään keskusteluja päivittäin ja tiedotetaan ajankohtaisista asioista, tulevista tapahtumista ja koulutuksista. Ohjaajille jaetaan kausi-info/ohjaajaopas ennen kauden alkua.

## JÄSENLEHTI

TNV:n jäsenlehti ilmestyy kahdesti vuodessa kevätkauden ja syyskauden alkupuolella. Lehdessä esitellään lasten ja aikuisten tunnit sekä voimistelu- ja tanssiryhmät. Lisäksi kerrotaan ajankohtaisista tapahtumista ja yhteistyökumppanuuksista.

## UUTISKIRJE

Jäsenistölle lähtee sähköinen uutiskirje noin neljä kertaa vuodessa kausien alussa, sekä ennen näytöksiä. Uutiskirjeissä tiedotetaan ajankohtaisista asioista ja tulevista tapahtumista.

## WHATSAPP

Jäsenryhmä WhatsApissa on nopeasti muuttuvien tilanteiden infoamista varten. Siellä ilmoitetaan äkillisistä tunti- ja ohjaamuutoksista sekä mahdollisista peruutuksista. Siellä kerrotaan myös ajankohtaisista asioista. Vain ylläpitäjät voivat kirjoittaa ryhmään.

## HOIKA

Jäsentietojärjestelmän kautta voi ilmoittautua kausille, kursseille ja ryhmiin ja maksut hoituvat samalla. Satunnaisesti Hoikan kautta lähtee myös jäsenviestintää / muistutusviestejä ajankohtaisista asioista.

## ILMOITUSTAULUT

Energymmin ilmoitustauluilla kerrotaan ajankohtaisista asioista. Energymillä on jaossa jäsenlehdet ja flyerit ja kausittainen tuntilukujärjestys. Ilmoitustauluilla ilmoitetaan myös tunti- ja ohjaajamuutoksista sekä peruutuksista.

## SOME

Seura näkyy aktiivisesti Instagramissa ja Facebookissa, joissa kerrotaan ajankohtaisista asioista niin jäsenistölle kuin muulle yleisölle.

# MARKKINOINTI



VUONNA 2023

Turun Naisvoimistelijat viestii monikanavaisesti jäsenistölleen ja markkinoi toimintaansa aktiivisesti. Ulkoiseen viestintään ja mainontaan hyödynnetään somekanavia ja panostetaan lehtimainontaan. Osallistumme aktiivisesti eri tapahtumiin, messuihin ja koulutuksiin, joissa voi markkinoida toimintaa sekä hyödynnäme yhteistyökumppanuuksia. Verkostoidumme aktiivisesti alueen toimijoiden kesken ja olemme näkyvä toimija turkulaisten liikuttajana. Liikuntapaikkojen lähialueille jaetaan myös ihan perinteistä printtimainontaa ja tutustumiskupongeja tunneille.

## WWW-SIVUT

TNV:n nettisivut ovat yksi tärkeimmistä ulkoisista viestintäkanavistamme. Nettisivuilta löytyy ajantasainen tieto ihan kaikesta seuran toimintaan ja toimintavuoteen / kauteen liittyen. Seuran nettisivuja päivitetään lähes päivittäin.

## FACEBOOK

Facebookissa kerrotaan ajankohtaisista asioista sinne linkitetään uutiset www-sivujen ajankohtaisista uutisvirrasta. Sinne voidaan myös kertoa tulevista tapahtumista ja linkittää tapahtumiin. Facebookin puolella toimii myös TNVläisten oma kirpputorisivusto, jossa voi ostaa - myydä ja vaihtaa urheiluvälineitä. Facebookissa käytetään maksettua mainontaa valituille kohderyhmille.

## PRINTTIMAINONTA JA TAPAHTUMAT

Kausittain jaetaan painettuja liikuntakalentereita liikuntapaikkojen lähialueiden postilaatikoihin. Flyerit ovat jaossa myös eri tapahtumissa, joissa markkinoidaan TNVn toimintaa. Tapahtumissa jaetaan myös kokeilulipukkeita Energymin ryhmäliikuntatunneille.

## INSTAGRAM

Seuran instagtram on näköalaikkuna seuran toimintaan. Instagramissa pyörii aktiivisesti tarinoissa ajankohtaisia ja tulevia asioita. Instagramissa kerrotaan tapahtumista ja päivittäisestä arjesta. Joukkueilla on omat tilit käytössä ja julkaisuihin merkitään myös seura. Instagramissa käytetään maksettua mainontaa valituille kohderyhmille.

# AIKUISLIIKUNTA



VUONNA 2023

Vuoteen 2023 aikuisten liikuntasektori (AiLi) suuntaa seuran suurimpana sektorina. Tavoitteena on kasvattaa seuran jäsenmäärää tasaisesti. Todetaan, että koronavuosien jälkeen monet jäsenet ovat kiitettävästi palanneet tunneille takaisin. Tuntitarjonnassa keskitytään tarjoamaan helposti tavoitettavaa ryhmäliikuntaa kaikenikäisille naisille ja miehille Turun alueella niin Energygym liikuntakeskuksessa kuin lähikouluilla. Tuntitarjonnan tavoitteena on olla monipuolista, jotta jokainen jumppaaja löytäisi tarjonnasta itselleen sopivan ryhmäliikuntatunnin tai kaksi.

## TUNTITARJONTA

Vuonna 2023 jatketaan Ailin uusien tuulien etsimistä ja kehittelyä, jotta voimme tarjota aikuisliikkuville yhä monipuolisempia tuntivaihtoehtoja ja olla näin kilpailukykyisiä toimijoita yksityissektorin kanssa. Tarjontaa monipuolistetaan seuraamalla aktiivisesti uusien tuntien mukaantuloa niin Suomessa kuin maailmallakin. Ideoita otetaan vastaan seuran omilta koulutetuilta ohjaajilta ja pyritään vastaamaan jäsenistön esittämiin toiveisiin. Tuntien rakenne soveltuu niin naisille kuin miehille. Myös lyhyet workshop-tyyliset viikonloput tai useamman kerran lisämaksulliset kurssit sisältyvät ohjelmatarjontaan. Vuodeksi 2023 on suunniteltu äänimaljarentoutus, spiraalistabilaatio sekä Fascia method -kehonhuolto maksullisina lisäkursseina.

Lisätään asiakkaille ja ohjaajille jaettavan informaation määrää, hyödyntäen sosiaalista mediaa, sähköpostituslistaa sekä Whatsupp-ryhmää Ailin ohjaajille.

TNV:n omat konseptitunnit TNV-pumppi ja TNV-Body, jatkavat ohjelmassa, mikä takaa asiakkaille tietyn laadun ja tuntirakenteen näillä tunneilla. Uusien ohjaajien tarve jatkuu. Seura kannustaa edelleen ohjaajia hakeutumaan ohjaajakoulutuksiin osallistumalla koulutuksen kustannuksiin. Myös 2023 pidetään uusien ohjaajien kohdalla kiinni ns. näytetunneissa, vaikka ohjaustyötä hakevalla ohjaajalla olisikin entuudestaan ohjaajakokemusta.

## YHTEISTYÖ

Vuonna 2023 Aili jatkaa yhteistyötä Kaupungin Liikuntaviraston kanssa. Järjestämme Kunnan äijät ja Leidit liikkeellä yhteistyötunteja Energygymillä ja kouluilla. Lisäksi ohjaajamme ohjaavat KuntoVoiTas, VoitasTeho ja Senioriranneke -tunteja. Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymän kanssa yhteistyössä toteutettu Hannuniitun tuolijumppa jatkuu. Lisäksi vuoden aikana tehdään mahdollisesti pienempiä yhteistyöprojekteja muiden yhdistysten kanssa.

# LAPSET JA NUORET



VUONNA 2023

TNV:n lasten ja nuorten (LaNu) sektori liikuttaa viikoittain yli 200 lasta ja nuorta vauvasta teini-ikäisiin. Meille tärkeitä arvoja ovat seuran yhteisten arvojen lisäksi positiivisuus ja yhdenvertaisuus.

LaNu-sektorin tapahtumista ja tiedotteista viestitään jäsenrekisteri Hoikan kautta, uutiskirjeessä sekä seuran sosiaalisessa mediassa (Instagram ja Facebook). LaNu-ohjaajilla ja LaNu-vastaavilla on yhteinen WhatsApp-ryhmä, jolloin viestintä on nopeaa, läpinäkyvää ja reaaliaikaista.

## TAVOITTEET

LaNun tavoitteena säilyä edelleen vuonna 2023 mahdollistaa tanssillisten ja voimistelullisten perusliikuntatuntien tarjoaminen kaikille lapsille ja nuorille. Tavoitteena on säilyttää laadukas ohjaustoiminta palkkaamalla ammattitaitoisia ohjaajia ja mahdollistamalla heidän lisäkouluttautuminen. Lapsista ja nuorista kasvatetaan innokkaita, terveellisiä elämäntapoja noudattavia, aktiivisia seuran jäseniä. Positiivisen minäkuvan kehittäminen ja vahvuuksien kautta ohjaaminen ovat tärkeitä työvälineitä jokaisen ohjaajan tunnilla.

Lisäksi tavoitteena on vahvistaa harrastesektorin ja valmennusektorin välistä yhteistyötä, jolloin lapset ja nuoret voivat siirtyä harrasteryhmistä tavoitteellisemman harrastamisen pariin seuran sisällä - tai toisinpäin. Tämän tavoitteen toteutumiseksi LaNu- sekä valmennustyöryhmä toimivat yhteistyössä. Vuonna 2023 jatketaan LaNu-miittien, eli ohjaajien keskeisten tapaamisten järjestämistä, jolloin ohjaajien yhteistyötä saadaan lisättyä

## TUNTITARJONTA

TNV:n LaNu-sektori tarjoaa monipuolisesti tunteja eri ikäisille lapsille. Tuntitarjonnassa on esimerkiksi balettia, voimistelua, lasten tanssitunteja, perusliikuntataitoja vahvistavia tunteja sekä aikuinen-lapsiliikuntaa. Tuntitarjonta on tanssipainotteinen ja tunnit ovat arki-iltaisain, jolloin vanhemmat voivat harrastaa AiLi-tunneilla samaan aikaan lasten harrastusten kanssa.

Vuonna 2023 tavoitteina on perheliikunnan vetovoimaisuuden lisääminen ja tuntitarjonnan laajentaminen. Toiveissa on esimerkiksi nuorten ryhmäliikuntatuntin perustaminen. Lisäksi jokainen lasten ja nuorten ryhmä halutaan täyteen, jolloin harrastajien määrää saadaan kasvatettua.

# LAPSET JA NUORET



VUONNA 2023

## AKTIIVISTA TOIMINTAA YMPÄRI VUODEN

Lasten ja nuorten kausi noudattaa koulujen lukuvuosien mallia. Ryhmiin ilmoittaudutaan syksyllä ja lasten kausi on elokuulta toukokuulle. Tammikuussa voi ilmoittautua kevääksi niihin ryhmiin, joissa on vielä tilaa.

Mahdollisuuksien mukaan pyritään järjestämään toimintaa myös koulujen loma-aikoina leirien merkeissä.

## KALENTERI

tammikuu - LaNu-kausi jatkuu, ei uutta ilmoittautumista ryhmiin

helmikuu - perustaitojen harjoittelu, Hiihtis-leiri

maalis-toukokuu - kevätnäytösohjelman harjoittelu, kevätnäytökseen osallistuminen

kesäkuu - kesäleiri

heinäkuu - loma

elokuu - ryhmiin ilmoittautuminen aukeaa, kausi alkaa

syys-lokakuu - perustaitojen harjoittelu, syyslomaleiri

marras-joulukuu - joulunäytösohjelmien harjoittelu, joulunäytökseen osallistuminen





# JOUKKUEVOIMISTELU

VUONNA 2023



Turun Naisvoimistelijoilla on kilpailulliseen menestykseen tähtääviä ja säännöllisesti harjoittelevia joukkuevoimistelujoukkueita. Tarjoamme lajissa menestymisen ja tavoitteellisen kehittymisen mahdollisuuden kaikille harrastajille taitotasosta riippumatta.

## ARVOT OVAT:

- 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 seurayhteistyötä mm. järjestämällä yhteisiä katselmustapahtumia ennen kisakautta.



# JOUKKUEET

VUONNA 2023



Turun Naisvoimistelijoiden joukkueet harjoittelevat säännöllisesti ja osallistuvat staratapahtumiin, katselmuksiin, kilpailuihin ja näytöksiin joukkueiden oman kausisuunnitelman mukaisesti.



## **MINIVALMENNUSRYHMÄ (2018-2019 SYNTYNEET)**

Tammikuussa perustetaan uusi minivalmennusryhmä. Ryhmä harjoittelee kerran viikossa. Tavoitteena on saada voimistelijoiden määräksi vuoden aikana 15 tyttöä. Uusia voimisteliijoita rekrytoidaan koko vuosi ja järjestetään esimerkiksi "tuo kaveri jumppaan" -päiviä.

## **TUIKE (2016-2017 SYNTYNEET)**

Tavoitteena on, että joukkueessa harjoittelee koko vuoden 16-20 tyttöä. Vuonna 2023 treenikertoja on 1,5-2 viikossa. Joukkueen tavoitteena on osallistua ensimmäisiin Staratapahtumiin. Joukkue on mukana seuran katselmuksissa. Tavoitteena on osallistua myös valmennuksen kesäleirille ensimmäistä kertaa.

## **TIERA (2013-2015 SYNTYNEET)**

Tieralla vuoden 2023 tavoitteena on voimistelijoiden määrän kasvattaminen siten, että ryhmästä saadaan kaksi joukkuetta (tavoite 16-20 tyttöä). Joukkue harjoittelee kolme kertaa viikossa. Tavoitteena on voimistelun ilo ja uusien lajitaitojen kehittäminen. Tiera nousee keväällä 8-10-vuotiaiden kilpailusarjaan. Lisäksi joukkue esiintyy seuran katselmuksissa ja näytöksissä. Vuonna 2023 muita tavoitteita ovat joukkueen omat leiripäivät kaksi kertaa kaudessa, sekä valmennuksen kesäleirille osallistuminen kesäkuussa.

## **TIXIA (yli 18-VUOTIAIDEN HARRASTESARJA)**

Tixia on valmennusryhmä yli 18-vuotiaille voimistelijoille. Joukkue kokosi rivinsä uudestaan syksyllä 2022 ja kilpailee nyt harrastesarjassa. Tixia harjoittelee määrätietoisesti, mutta rennolla otteella kaksi kertaa viikossa. Tämä upea aikuisten voimistelijoiden joukko nauttii esiintymisestä ja ilmaisusta ja kilpailemisen lisäksi esiintyy seuran näytöksissä keväällä ja syksyllä.

# JV KALENTERI

VUONNA 2023



- TAMMIKUU** joukkuevoimistelun kokeilukerta
- HELMIKUU** kaveritreeneit / ota ystävä mukaan -treeneihin kerta
- MAALISKUU** kilpailuohjelmat kuntoon  
TNV:n valmennussektorin katselmus
- HUHTIKUU** osallistuminen kilpailuihin
- TOUKOKUU** seuran kevätnäytös  
osallistuminen alueelliseen kilpailuun
- KESÄKUU** kesätreenit  
valmennuksen leiri  
kauden päättäjäiset
- HEINÄKUU** loma
- ELOKUU** joukkuevoimistelun kokeilukerta
- SYYS-LOKAKUU** uusien kilpailuohjelmien teko
- MARRASKUU** osallistuminen kilpailuihin
- JOULUKUU** seuran joulunäytös  
kauden päättäjäiset



# TANSSI

VUONNA 2023

## ARVOT

Laadukkaan liikunnan ilon välittäminen jokaiselle tanssijoiden yksilöllinen, vahvuusperustainen kehittäminen, terveellisen ja turvallisen valmennustoiminnan tarjoaminen, yhteisöllisyyden kehittäminen.

## TAVOITTEET

Tarjota monipuolista ja laadukasta tanssivalmennusta, kehittää tanssijoiden osaamista tanssin eri osa-alueilla, opettaa ryhmässä toimimisen taitoja, sitouttaa tanssiharrastajat toimintaan ja laajentaa harrastajamäärää, kouluttaa valmentajia.



### VIESTINTÄ

Evelia- ja Team Evelia-joukkueilla on yhteinen Instagram-tili (tnvdanceevelia)

Elodie-joukkueella on oma Instagram-tili (tnvdanceelodie)

Instagram-tiliille päivitetään joukkueiden kuulumisia treeni- ja tapahtumista

valmentajat viestivät joukkueensa asioista huoltajille aktiivisesti WhatsApp-ryhmässä ja kasvokkain uudet harrastajat ottavat yhteyttä sähköpostitse

joukkueiden kuulumisia ja tapahtumia päivitetään ajoittain myös TNV:n Facebookiin ja Instagramiin

<b>TAMMIKUU</b>	tanssin kokeilukerta
<b>HELMIKUU</b>	ystävä mukaan -treeneihin kerta
<b>MAALISKUU</b>	kilpailuohjelman hiomista TNV:n valmennussektorin katselmus
<b>HUHTIKUU</b>	osallistuminen alueelliseen kilpailuun
<b>TOUKOKUU</b>	seuran kevätnäytös osallistuminen alueelliseen kilpailuun
<b>KESÄKUU</b>	kesätreenit valmennuksen leiri kauden päättäjäiset
<b>HEINÄKUU</b>	loma
<b>ELOKUU</b>	tanssin kokeilukerta uusi 6-8-vuotiaiden joukkue
<b>SYYS-LOKAKUU</b>	uusien kilpailuohjelmien teko
<b>MARRASKUU</b>	osallistuminen alueelliseen kilpailuun
<b>JOULUKUU</b>	seuran joulunäytös kauden päättäjäiset



# SISKÄT JA PIKKUSISKÄT



VUONNA 2023

Siskät- ja PikkuSiskät ovat tavoitteellisia, esiintymishaluisia ja eri tanssikilpailuihinkin tähtääviä aikuisten naisten tanssiryhmiä. Tärkeintä tässä hultvottomassa porukassa on tanssista nauttiminen, heittäytyminen, hauskanpito ja siinä samassa uusien asioiden opettelu.

## TANSSIA

Aikuisten Siskät-tanssiryhmissä aloittaa kevätkaudella 2023 kaksi joukkuetta, Siskät ja PikkuSiskät. Tarvittaessa perustetaan myös kolmas joukkue, jos tulijoita on monia. Ryhmät koostuvat yli 30-vuotiaista naisista, ykääkärajaa ei ole. Joillakin on vuosien tanssi- ja esiintymiskokemus, toisilla ei niin pitkä. Tanssilajit vaihtelevat showtanssista lattareihin, tangosta jazz-tanssiin.

## TANSSIA

Valmentajana ja koreografina jatkaa Veera Salokangas. Valmennuksessa hän korostaa jokaisen omaa kehittymistä, yhteishenkeä ja kannustamista. Keväällä joukkueet aloittavat uudet kisakoreografiat, joilla kisataan Svolin tanssin LUMO, Dance&Show, Show your dance by Cailap ja Estradi-kilpailuissa. Lisäksi luvassa on esiintymisiä mm. TNV:n kevätnäytöksessä toukokuussa.

Loppukesästä Siskät-tanssijoukkueiden jäseniä osallistuu World Gymnaestrada suurtahtumaan Amsterdamissa 30.7.-5.8.2023 seuran yhteisellä halliohjelmalla.

Syksyllä 2023 on suunnitteilla 2-3 kilpailua ja viimeistään tällöin kolmannen joukkueen perustaminen. Lisäksi kaikille Siskät-tanssijoille järjestetään viikonlopun mittainen tanssileiri, johon kutsutaan myös muita joukkueita mukaan Suomesta.



# KILTA



## VUONNA 2023

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.

### Tavoitteena vuonna 2023 on

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

### VIESTINTÄ

Killan tiedottaminen tapahtuu lähettämällä kaksi kertaa vuodessa jäsenkirje. Lisäksi pyritään sähköisesti muistuttamaan kuukausittain tulevista tapahtumista. Hyödynnetään edelleen myös ts-yhdistyspalstasivua. Yhteistyötä muiden kiltojen kanssa lisätään osallistamalla alueen ja liiton kiltatilaisuuksiin. Tuetaan pyydetessä pääseuraa osallistamalla talkootöihin näytöksissä, tapahtumissa jne.

### TAPAHTUMAKALENTERI VUODELLE 2023

#### Kevät

tammikuu 26 to	Tutustuminen partiomuseoon, päiväkahvit
helmikuu 14 ti	Lounas ravintola OOBU, Läntinen rantakatu 9 klo 13.00
maaliskuu 16 to	Päiväkahvit, Kosken leipomo, Yliopistonkatu 15, klo 13.00
huhtikuu 21 pe	Vuosikokous/keväjuhla klo 16.00 Taimi II, klo 16-18
toukokuu 23 ti	Ulkoilupäivä, lähtö Ruissalon telakalta klo 11

#### Kesä

kesäkuu 13 ti	Kesäretki Paraisille klo 11-15
heinä-elo 30.7- 5.8.	Gymnastrada Amsterdam
elokuu 16 ke	Hyvinvointipäivä Energym klo 10.15-15.30

#### Syksy

syyskuu 12 ke	Ulkoilupäivä Hautausmaa klo 11
lokakuu 27 pe	Kynttiläjuhla Suomalainen Pohja klo 16.00
marraskuu 28 ti	Joulupuurot, Lounaskahvila Lahtinen

# GYMNAESTRADA



VUONNA 2023

WORLD GYMNAESTRADA AMSTERDAM 30.7.-5.8.2023

World Gymnaestrada on maailmanlaajuinen, ei-kilpailullinen, joka neljäs vuosi järjestettävä tapahtuma ihan jokaiselle taitotasosta riippumatta. Gymnaestrada pulppuaa iloisia kohtaamisia, rentoa fiilistä, huikeaa elämystä. Gymnaestrada-viikko käynnistyy avajaisilla sunnuntaina 30.7. ja päättyy päätösjuhlaan lauantaina 5.8. Viikon aikana on hallinäytöksiä, kenttänäytöksiä, iltanäytöksiä, FIG Gaala, esiintymisiä ulkolavoilla sekä paljon muutakin nähtävää ja koettavaa. Keskeisiä tapahtumapaikkoja ovat RAI-Messukeskus ja Olympiastadion.

## TURUN NAISVOIMISTELIJOIDEN HALLIKOKONAIKUUS

Turun Naisvoimistelijat ry osallistuu World Gymnaestradaan omalla hallikokonaisuudella **Colours of Movement**

Hallikokonaisuuden kesto on 10 min ja siinä esiintyvät:

- Gym Ladies: neljä eri väriä, 2 eri ryhmää, helpompi ja haastavampi esitys, molempien esitysten kesto 2 min
- Siskåt - keltainen/oranssi, kesto 3 min
- Yhteinen lopetusesitys, kesto 3 min



## KUKA VOI OSALLISTUA

World Gymnaestradaan voivat osallistua Voimisteluliiton jäsenseurojen jäsenet: voimistelijat, tanssijat, harrastajat, ryhmäliikkuajat, kilpailijat ja huiput. Kaikilla tulee olla Voimisteluliiton lisenssi, vähintään harrastelisenssi. Lisäksi kaikkien osallistujien tulee huolehtia vakuutuksensa kuntoon.

Kokonaisuudessaan tapahtumamatka kustantaa noin 1000€ (sis. lennot, majoitukset ja osallistujapassin). Lisäksi tulee kustannuksia mm. esiintymisasusta ja ruokailuista.

# TURUN NAISVOIMISTELIJAT RY



VUONNA 2023

Teemme toimintaamme suurella sydämellä. Kehitämme yhteistyötä eri toimijoiden kanssa, joiden kanssa meillä on jo yhteistyötä. Pyrimme myös luomaan uusia kumppanuuksia sekä laajentamaan verkostoamme muiden seurojen keskuudessa.

Yhteistyö Turun kaupungin, Ruusukorttelin, Hannunniitun seurakunnan, Braheskolanin ja Terveystalon kanssa jatkuu. Yritysyhteistyötä Lidlin sekä Leipomo Salosen kanssa ylläpidetään.

