



**Kaipolan Vire Ry**

**Yleisurheilujaosto**

## **TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2023**

Kaipolan Vireen yleisurheilu tarjoaa vireässä hengessä mielekkäitä liikunnan harrastamisen mahdollisuuksia perheille sekä järjestää laadukasta ohjaus-, valmennus- ja kilpailutoimintaa.

### **JAOSTON KOKOONPANO**

---

Seuran yleisurheilutoimintaa suunnittelee ja organisoii yleisurheilujaosto. Jaosto toimii seuran hallituksen alaisuudessa ja pitää kokouksiaan noin kerran kuukaudessa. Jaostoon nimetään 7 - 10 jäsentä syys-marraskuussa, vuodeksi kerrallaan, ja he ovat pääasiassa seuran toiminnassa mukana olevien lasten vanhempia.

Jaoston jäsenistä valitaan seuraavat vastuuhenkilöt:

- puheenjohtaja
- varapuheenjohtaja
- sihteeri
- tiedotusvastaava
- kilpailuvastaava
- olosuhdevastaava
- nettisivuvastaava
- nuorisopäällikkö
- valmennuspäällikkö
- kioskivastaava
- seura-asuvastaava

Toimintansa tehostamiseksi ja organisoimiseksi jaosto muodostaa seuraavat tiimit (noin 3 - 5 henkilöä / tiimi): katso liite 1.

- kioskitiimi
- kilpailutiimi
- tulospalvelutiimi
- tiedotustiimi
- Hippoharkkatiimi
- harkkavetäjätiimit
- talkootiimi
- aikuisurheilutiimi

Tiimivastaava kuuluu jaostoon tai pitää yhteyttä jaostoon.

Lisäksi ulkopuoliset henkilöt voivat toimia myös yksittäisissä jaostoon liittyvissä vastuutehtävissä, esim. leirivastaavina, seura-asuvastaavana ja tilastojen ylläpitäjänä.

## KILPAILUTOIMINTA

---

Seura järjestää / anoo seuraavat kilpailut:

- kansalliset Kestävyysjuoksu- ja kilpakävelykarnevaalit
- 56. Auloksen kesäolympialaiset
- Paunu Gamesit, maastajuoksut, syysheitot ja seurakisat
- 1 - 2 KeSY:n kisatapahtumaa, esim. Sisulisäottelut ja/tai sisulisäviestit

## KILPAILULLISET TAVOITTEET

---

Yleisurheilujaosto pyrkii edesauttamaan seuran kilpailumenestyksen jatkumista. Vuodelle 2022 asetetaan seuraavat kilpailulliset tavoitteet:

|                                       | Tavoite | Toteutunut                         | Toteutunut                             | Toteutunut                         | Toteutunut                         | Toteutunut                             |
|---------------------------------------|---------|------------------------------------|--|------------------------------------|------------------------------------|--|
|                                       | 2023    | 2022                               | 2021                                   | 2020                               | 2019                               | 2018                                   |
| Kalevan malja -pisteet                | 15      | 10                                 | 11                                     | 16                                 | 31                                 | 10                                     |
| Luokkaurheilijat<br>(= tulospisteet)  | 50      | 49<br>henk.koht<br>40<br>viestit 9 | 48<br>henk.koht<br>37<br>viestit 11    | 37<br>henk.koht<br>34<br>viestit 3 | 66<br>henk.koht<br>66<br>viestit 0 | 63<br>henk.koht.<br>50<br>viestit 13   |
| SM14/15                               | 10      | 7                                  | 2                                      | 0                                  | 3                                  | 8                                      |
| Yleisurheilulisenssit                 | 70      | 58<br>14+v: 18<br>alle 14-v:<br>40 | 63,5<br>14+v: 22<br>alle 14-v:<br>41,5 | 75<br>14+v: 22<br>alle14-v:<br>53  | 68<br>14+v: 26<br>alle 14-v:<br>42 | 98,5<br>14+v: 27<br>alle 14-v:<br>71,5 |
| Seuraliigapisteet                     | 90      | 84                                 | 83                                     | 75                                 | 126                                | 108                                    |
| Liigasijoitus Suomi/KeSY              | 70/3    | 72/4                               | 75/4                                   | 89/4                               | 55/2                               | 65/3                                   |
| Liigaluokittelu                       | 1.liiga | 2.liiga                            | 2.liiga                                | 2.liiga                            | 1. liiga                           | 1.liiga                                |
| Nuorisotoimintapisteet                | 150     | 114                                | 134,5                                  | 236                                | 136                                | 202,5                                  |
| Nuorisotoimintasijoitus<br>Suomi/KeSY | 80/3    | 96/4                               | 97/4                                   | 47/2                               | 110/3                              | 79/2                                   |
| Aikuisurheilumaljasijoitus/pisteet    | 160/10  | 164/7                              | 167/6                                  | 183/8                              | 191/8                              | 202/7                                  |

Seuran urheilijoita kannustetaan kilpailemaan seuraliiga- ja nuorisotoimintapisteitä kartuttavissa kilpailuissa.

## KARNEVAALIT

---

Kestävyysjuoksu- ja kilpakävelykarnevaalit on haettu ja myönnetty vuodelle 2023. Karnevaalien järjestämistä ja organisoimista varten muodostetaan oma järjestelytoimikunta. Tapahtuman laajuudesta johtuen karnevaaleilla on myös oma erillinen talousarvio ja kustannus seuranta.

## HARJOITUS-, VALMENNUS- JA URHEILUKOULUTOIMINTA

---

Seura järjestää ohjattuja yhteisharjoituksia 3 - 4:lle harjoitusryhmälle toukokuusta syyskuuhun Paunun urheilukentällä, 2 - 3 kertaa viikossa. Lokakuusta huhtikuuhun ohjatut yhteisharjoitukset pidetään Vitikkalan koululla ja ulkona.

Lisäksi talvella käydään harjoittelemassa Hipposhallissa, Jyväskylässä. Seuran urheilijoita kannustetaan osallistumaan myös KeSY:n järjestämiin lajikouluihin. Nuoriso- ja valmennusryhmäläisille tarjotaan mahdollisuus ohjattuun voima- ja kuntosaliharjoitteluun kuntosali Keskikeholla.

Jaosto kutsuu SM-kisaikäiset urheilijat kilpailukauden päätyttyä urheilijakeskusteluun, jossa allekirjoitetaan urheilija- tai valmennustukisopimus seuraavaa kautta varten. Samalla kartoitetaan urheilijan tavoitteisiin ja valmentautumiseen liittyvät tarpeet ja mahdollisuuksien mukaan avustetaan urheilijaa niiden saavuttamisessa.

Seura tukee ja antaa mahdollisuuden aktiivisesti, tavoitteellisesti harjoitteleville + kilpaileville urheilijoille osallistua ikänsä ja tasonsa mukaisiin Keski-Suomen yleisurheilupiiriin ja Suomen Urheiluliiton valmennusryhmiin, edellä mainittujen tahojen asettamien kriteerien mukaisesti. Talvikauden 2022 - 2023 leiritysryhmät löytyvät liitteestä 2.

Kesäkauden alussa järjestetään Jämsän Seudun Osuuspankin kanssa yhteistyönä alle 10-vuotiaille tarkoitetut avoimet Hippoharkat. Uusille lapsille ja nuorille tarjotaan kesä-heinäkuussa Urheilukoulu, jossa on mahdollisuus tutustua eri yleisurheilulajeihin.

Huhtikuussa toteutetaan viikonlopun mittainen seuraleiri Pajulahden liikuntakeskuksessa. SM-ikäisille järjestetään kolme viikonloppuleiriä talvikauden aikana, myös Pajulahden liikuntakeskuksessa.

Tavoitteellisesti harjoitteleville seuran urheilijoille annetaan mahdollisuus omien leirien toteuttamiseen, esim. ulkomailla.

## KOULUTUS- JA VIRKISTYSTOIMINTA

---

Hyvän seuratoiminnan perustana ovat osaavat ohjaajat, valmentajat, toimitsijat, tuomarit ja muut toimijat. Osaamisen kehittämisessä oleellisessa osassa on uuden toimijan perehdyttäminen kokeneen toimijan avustuksella.

Tavoitteena on kouluttaa uusia yleisurheiluohjaajia, nuorisovalmentajia ja liikuntakouluohjaajia. Nuorisovalmentajia kannustetaan valmentajatutkinnon suorittamiseen. Ohjaajille ja valmentajille annetaan mahdollisuus osallistua myös lyhytkoulutuksiin.

Lasten vanhempia pyydetään avustajiksi harjoitusten ohjaustoimintaan.

Tulevana vuonna pyritään järjestämään kilpailujen toimitsijakoulutusta tarpeen mukaisesti.

Syyskuussa tehdään Ruotsi-Suomi –maaottelumatka Tukholmaan.

Loppuvuodesta yleisurheilujaosto käy yhdessä ruokailemassa.

## TALOUS

---

Virallisina kilpailuina anotaan Kestävyysjuoksu- ja kilpakävelykarnevaalit, Paunu Games -kilpailut, 1-2 KeSY:n sisulisäkilpailua, syysheitot sekä Auliksen olympialaiset, joiden ilmoittautumismaksut ja kioskituotot kartuttavat seuran tuloja.

Yleisurheilutoiminnassa mukana olevilta laskutetaan seuran hallituksen vahvistamat toimintamaksut.

Seuran varojen kartuttamiseksi tehdään myös tarjolla olevia, erilaisia talkootehtäviä, esim. rallitalkoot.

Liitteessä 3 on talousarvio vuodelle 2023.

## TIEDOTUSTOIMINTA

---

Pääasiallisena tiedotuskanavana toimivat seuran internetsivut ja some-kanavat. Tietoa välitetään myös sähköposti- ja WhatsApp-viestien avulla. Seuran tapahtumista laitetaan ilmoitukset paikallislehteen sekä kauppojen, Paunun huoltorakennuksen ja lähiseudun urheilukenttien ilmoitustauluille. Toiminnasta tiedotetaan myös Jämsän kaupungin tapahtumakalenterissa. Uusia jäseniä pyritään houkuttelemaan seuran toimintaan mm. Jämsän kaupungin internet-sivuilla olevassa harrastusvalikossa.

Seuran toimintaa tehdään näkyväksi puffikirjoitusten sekä kilpailujuttujen ja -tulosten avulla paikallislehdessä ja sen verkkosivuilla. Seuralla on käytössä omat Facebook- ja Instagram -sivut.

Yleisurheilujaoston puolesta

---

Miia Keskinen  
yu-jaoston puheenjohtaja

---

Jussi Sinisalo  
yu-jaoston varapuheenjohtaja

## Liite 1

### Kaipolan Vireen yleisurheilujaoston tiimit 2023:

- **kioskitiimi:**
  - kioskitarjoilun suunnittelu ja organisointi Vireen kilpailuissa ja tapahtumissa
  - kioskitoimintaan liittyvien ruoka-aineiden ja välineiden hankinta ja säilytys
  - toimistolla olevien kioskitavaroiden huolto (vanhat pois, puhdistaminen)
- **kilpailutiimi:**
  - kilpailujen suunnittelu (Paunu Games, maastojuoksut, syysheitot, Auloksen Olympialaiset, seurakisat) ja virallisten kilpailujen anominen KeSY:ltä
  - kilpailuista tiedottaminen
  - toimitsijoiden hankkiminen kilpailuihin
  - kilpailuolosuhteiden varmistus (kilpailupaikat, tiedotus kaupungin kenttämestareille)
- **tulospalvelutiimi:**
  - kilpailupöytäkirjojen tekeminen [www.kilpailukalenteri.fi](http://www.kilpailukalenteri.fi):stä
  - tulospalvelun toteuttaminen
  - kilpailutulosten lähettäminen lehdistölle ja seuran nettisivuille
- **tiedotustiimi:**
  - seuran nettisivujen ylläpito
  - Vireen urheilijoiden kilpailutulosten lähettäminen lehdistölle ja seuran nettisivuille
  - seuran toimintaa koskevien puffijuttujen kirjoittaminen Jämsän Seutuun
  - toiminnasta kertovien mainosten suunnittelu
- **Hippoharkkatiimi:**
  - Hippoharkkojen suunnittelu ja organisointi
- **Harkkavetäjätiimit:**
  - Junnu-, Treeni- ja Nuorisoryhmien harkkojen, leirien ym. toiminnan suunnittelu, tiedostus (nettisivut, sähköposti, WhatsApp), toteutus ja harkkoihin osallistumisen seuranta
- **talkootiimi:**
  - Auloksen Olympialaisten, karnevaalien ym. isompien kilpailujen tai tapahtumien talkoiden organisointi
  - uusien varainhankintatalkoiden ideoiminen
- **aikuisurheilutiimi:**
  - seuran aikuisille liikunta-aktiiviteettien suunnittelu ja organisointi

## **Liite 2**

### **Leiritysryhmät 2022 - 2023**

#### **ANMJ, läntinen alue**

Kerttu Rantakangas, kolmiloikka

Nelli Flyktman, kolmiloikka

#### **Piirileiri**

Iida Tamminen

Lydia Aho

Konsta Hämelehto

Elina Ketonen

Fanni Jokela

#### **Power-leiri**

Elviira Blomback

Natalia Nikoskinen