**LAPPEEN RIENTO**

**Hiihtojaosto**

**Toimintakertomus 2024**

**Jaoston toimihenkilöt ja tehtävänjako**

Janne Aumakallio, voitelukoppi

Eveliina Nykänen, valmennus

Juha Turunen, talous

Karoliina Koskela

Tomi Rinta-Jaskari

Johanna Turunen, seuratyöntekijä, hiihtokoulu ja valmennus

Päivi Rissanen, kahviovastaava

Juha Roni

Hiihtojaostolla oli kokouksia tarpeen mukaan. Vuonna 2024 kahdeksan kertaa.

**Hiihtokausi**

Keväällä 2024 harjoituksia pidettiin maaliskuun loppuun asti. Talvi oli haastava kovien pakkasten ja vesisateiden vuoksi.

Ravitsemusluento järjestettiin 16.4.2024 junioreille ja heidän huoltajilleen. Luentotila vuokrattiin yliopistolta ja luennoitsijaksi pyydettiin Anne Peuhkuri.

Uusi kausi aloitettiin 6.5. juoksutreeneillä.

Huoltajille pidettiin kausi-info 19.5.2024 Kiukkaan Laavulla Joutsenossa, johon yhdistettiin junioreiden juoksutreeni ja yhteinen eväs- ja kisailuhetki.

Kilpailukauden harjoitteluinfo HS-ikäisille ja heidän huoltajille pidettiin Huhtarissa 20.11.2024.

Syksyllä päästiin hiihtämään Imatralla lokakuussa ja Lappeenrannan ensilumenladulla marraskuun lopulla.

**Valmennus/ohjaus**

Juniorit ja nuoret: yhteisharjoituksia oli kesällä 4 kertaa viikossa. Keväällä ja syksyllä 2 kertaa viikossa. Satunnaisesti tarjottiin extratreenejä. Lisäksi keväällä ja syksyllä oli tarjolla koko seuran salivuoro kerran viikossa. Valmennusryhmien valmennuksesta vastasivat pääasiassa Johanna Turunen ja Eveliina Nykänen, ja mukana tarpeen mukaan muita ohjaajia.

Valmennustoiminnan palaveri pidettiin 24.4.2024 Urheilutalolla.

Valmennusryhmiä oli kolme; Pronssiryhmä, Hopeasomparyhmä ja Tehoryhmä. Ryhmiin kuuluu vuoden lopussa 45 urheilijaa.

Hiihtoliiton valmentajakoulutuksen 1 tason suorittivat keväällä 2024: Karoliina Koskela, Jasmin Turunen, Jemina Turunen, Linnea Kosonen, Juha Roni, Eveliina Vesterinen ja Villiina Tarvainen.

**Hiihtokoulu**

Talven 2022-2023 lasten hiihtokoulu harjoitteli Huhtiniemessä. Ensilumenladulta varattiin hiihtokoululle oma harjoitusaika. Hiihtokoululaisia oli keväällä noin 35. Syksyllä 16. Nuoria ohjaajia oli keväällä seitsemän ja syksyllä 11. Kauden 2024-2025 alussa hiihtokoululaisia siirtyi harjoittelemaan pronssiryhmään. Kesällä järjestettiin lyhyt neljän kerran kesähiihtokoulu, jossa harjoitteli seitsemän lasta. Syksyllä 2024 hiihtokoulu aloitettiin lokakuun alussa. Hiihtokoulun toiminnasta on vastannut Johanna Turunen.

**Aikuishiihto ja nuorten sarjat**

Nuorten sm-hiihtoihin osallistui 4 hiihtäjää.

Aikuisille järjestettiin hiihtokoulua kahdeksan opetuskerran verran tammi-helmikuussa.

Hiihdon yksityistunteja pidettiin viisi kertaa.

Aikuisille perustettiin oma ryhmä joka harjoitteli 25.3.-27.5.2024 kerran viikossa. Harjoituksia jatkettiin 17.6. alkaen 1-2 kertaa viikossa 10 euron kertamaksulla. Osallistujia on ollut vaihtelevasti 1-5/kerta.

Helmikuussa miesten joukkue osallistui monen vuoden tauon jälkeen Suomen Cupin viestiin Kuopiossa.

Marraskuussa Vuokatin Suomen Cupissa Riennolta oli mukana joukkue miesten ja naisten sarjassa, mahdollisesti ensimmäisen kerran seurahistoriassa.

Seurasiirtojen myötä seuraan saatiin kaksi uutta edustushiihtäjää; Kerttu Seppänen ja Karri Korhonen.

**Sopimusurheilijat**

Keväällä Hiihdon urheilijasopimus kaudelle 2024-2025 kirjoitettiin seuraavien urheilijoiden kanssa:

Kerttu Seppänen, Jami Rinta-Jaskari, Eveliina Vesterinen, Kasperi Rinta-Jaskari, Karri Korhonen ja Kristiina Rinta-Jaskari.

**Leirit**

VRUA yläkoululeiritykseen Vuokatissa keväällä osallistui Kasperi Rinta-Jaskari ja Kristiina Rinta-Jaskari.

Kauden 2024 päätteeksi nuorten maajoukkueeseen valittiin Eveliina Vesterinen ja Kasperi Rinta-Jaskari. Lisäksi Jami Rinta-Jaskari valittiin U20-haastajaryhmään ja seuran uusi hiihtäjä Karri Korhonen valittiin U18-haastajaryhmään. VRUA yläkoululeiritykseen valittiin jatkamaan Kristiina Rinta-Jaskari.

Hiihtäjiä osallistui E-K Hiihdon piirileirille 13.-16.6.2024 Tanhuvaarassa.

Seuran oma leiriviikonloppu järjestettiin 22.-24.11.2024 Imatran ensilumenladulla. Majoittuminen oli Saimaa Light rivitalohuoneistoissa. Valmentajina leirillä toimivat Johanna Turunen, Linnea Kosonen, Jemina Turunen ja Tomi Rinta-Jaskari. Lisäksi huoltajina toimivat Jari Tähkä ja Mari Tuominen. Leiriläisiä osallistui 17.

**Muu toiminta**

Hiihtojaosto palkkasi 2.1.2024 alkaen työntekijäksi Johanna Turusen vastaamaan hiihdon toiminnasta. Työsopimus tehtiin vuoden loppuun 20h/viikko. Vuoden lopussa sopimusta päätettiin jatkaa maaliskuun 2025 loppuun 15h/viikko.

Hiihtoryhmien harjoituksista tiedottaminen siirrettiin kevään aikana SuomiSport palveluun. Nimenhuuto-palvelusta luovuttiin.

Osallistuttiin 13.4.2024 seurapäivätapahtumaan Lappeenrannan Prismalla. Tapahtumassa jaettiin tietoa seuran hiihto- ja suunnistustoiminnasta lapsiperheille. Lisäksi pidettiin liikkuvuustesti-toimintapistettä. Esittelemässä olivat Johanna Turunen, Jasmin Turunen ja Linnea Kosonen.

Osallistuttiin 14.8.2024 Lappeenrannan liikuntatoimen järjestämään Liikuntapiknik-tapahtumaan Kimpisen urheilukentällä. Hiihtotoimintaa esittelivät ja juoksurataa lapsille pitivät Jemina Turunen ja Linnea Kosonen.

Elokuussa järjestettiin hiihdon seura-asujen sovitustilaisuudet seuran vaatevaraston myynnin yhteydessä. Asut tilattiin Nonamelta syyskuun alussa ja toimitus saapui marraskuun alussa.

Syyskuussa hiihdolla aloitti työharjoittelijana Emmi Rantakallio. Harjoittelu liittyy Emmin AMK-opintoihin, aiheena on järjestötyön kehitys ja harjoittelu jatkuu maaliskuun loppuun 2025. Emmin työnkuvaan kuuluu seuran nettisivujen uudistaminen ja Tähtiseura-hanke hiihdon osalta. Lisäksi Emmi on auttanut hiihdon markkinoinnin kanssa.

**Kilpailutoiminta**

Sarjahiihtoja järjestettiin tammi-helmikuussa Huhtiniemessä kaksi kertaa ja Joutsenossa yhden kerran. Seuramestaruushiihdot järjestettiin maaliskuussa. Lappeenrannan alakoulujen koulujenväliset hiihtokilpailut järjestettiin 21.2.2024 Huhtiniemessä.

**Voitelukoppi**

Toimintaa on pyörittänyt hiihtojaosto ja V. Pusan organisoima osasto. Yhteistyökumppanina 2023-2024 voitelukopilla toimi Vauhti Ski Wax. Voitelukopilla järjestettiin voitelukoulutus huoltajille 9.1.2024 tarkoituksena madaltaa talkookynnystä. Tilaisuus ei kerännyt suurta kiinnostusta. Koulutuksen toteuttivat Janne Aumakallio ja Antti Vesterinen.

Kevät 2024 oli voitelukopilla kiireinen ja kausi jatkui 21.3.2024 asti.

Yhteistyökumppanina kaudella 2024-2025 toimii REX. Kopille on hankittu uusia voiteita ja välineitä yhteistyösopimuksella.

Voitelukoppi avattiin taas joulukuussa.

**Talkoot**

Leijonahiihto 17.2.2024 Huhtiniemessä yhteistyössä Lions Club Rakuuna.

Hippo-hiihdot 21.2.2024 Huhtiniemessä yhteistyössä OP Etelä-Karjala.

Hippo-kisat 11.6.2024 Kimpisessä seuran muiden jaostojen kanssa ja yhteistyössä OP Etelä-Karjala.

Saimaa Roller Skimarathon 18.8.2024 Imatran Urheilijoiden ja EK hiihdon kanssa.

Lappeenranta Half juoksutapahtuma 24.8.2024 Lappeenrannan Urheilu-Miehet kanssa.

Joulukuusimyynti joulukuussa Myllykeskuksen pihalla yhdessä seuran muiden jaostojen kanssa.

**Menestys ja palkitut**

Hiihtokauden päättäjäiset järjestettiin 18.4.2024 paikkana Tirilän työväentalo.

Sarjahiihdoista jaettiin palkinnot yhteistulosten perusteella.

Hiihtokoululaisille jaettiin todistukset, sekä palkinnot;

Tsempparit: Aada Partanen ja Leino Kivelä.

Ilopilleri: Selma Jauho.

Ahkerat harjoittelijat: Olivia Pettinen, Viljami Tuominen ja Amanda Haikala.

Hiihtokouluohjaajien muistaminen kukalla: Jemina Turunen, Jasmin Turunen, Justus Turunen, Linnea Kosonen, Eveliina Vesterinen, Pauliina Vesterinen, Villiina Tarvainen ja Elsa Hakolahti.

Valmennusryhmien palkitut;

Kehittyjä: Jesper Tuominen, Niklas Nurmela ja Enni Tirronen.

Ahkerat harjoittelijat: Tanja Rissanen, Ella Kääriäinen, Helmi Kääriäinen ja Villiina Tarvainen.

Vuoden pronssiryhmäläinen: Martta Kärmeniemi.

Vuoden juniori: Kristiina ja Kasperi Rinta-Jaskari.

Vuoden nuori: Eveliina Vesterinen.

Hopeasompa-viestin hiihtäjien muistaminen: Kristiina Rinta-Jaskari, Tanja Rissanen, Emmi Kaipia, Amanda Siitonen, Fanni Kiljunen ja Sanna Roni.

Lisäksi jaettiin hiihtomenestyksestä muistamiset (top10 sijoitukset): Kristiina Rinta-Jaskari (N14 Hopeasompa 5. ja 5., N14 KLL-sm 7., 2. ja 2.), Jami Rinta-Jaskari (M20 nuorten-sm pariviesti 9.), Kasperi Rinta-Jaskari (M16 Hopeasompa 5. ja 7., KLL-sm M16 2., 6. ja 8. ja M20 nuorten-sm pariviesti 9.) ja Eveliina Vesterinen (N17 nuorten-sm 9. ja 8.).