

**Savitaipaleen Liikuntaseura ry**

**Toimintakäsikirja**

**Päivitetty 17.9.2017**

## Sisällys

1	Toiminta-ajatus.....	3
2	Savitaipaleen Liikuntaseura ry:n historiasta.....	3
3	Seuran hallinto.....	4
3.1	Johtokunta.....	4
3.2	Johtokunnan vastualueet.....	4
4	Seuran toimintalinjat .....	5
4.1.	Perheliikunta sekä lasten ja nuorten voimistelu .....	5
4.2.	Aikuisten kunto- ja terveysliikunta.....	5
5	Toiminnan periaatteita .....	6
6	Tiedottaminen .....	6
7	Toiminnan maksut .....	6

## 1 Toiminta-ajatus

Seuran tarkoituksena on edistää jäsenistönsä liikuntamahdollisuuksia ja tarjota eri-ikäisille liikkujille mahdollisuus harrastaa monipuolista terveyttä edistävää voimistelua ja liikuntaa harrastajien edellytysten ja tarpeiden mukaan.

Seuran toiminnan perustana ovat liikunnan eettiset arvot ja urheilun reilun pelin periaatteet. Toiminnan tavoitteena on laaja-alaisen ja tasa-arvoisen liikuntakulttuurin edistäminen.

## 2 Savitaipaleen Liikuntaseura ry:n historiasta

Seura on perustettu vuonna 1952. Seura oli nimeltään Savitaipaleen Naisvoimistelijat ry. Perustava kokous pidettiin 15. tammikuuta Honkalassa. Ensimmäinen puheenjohtaja oli Kerttu Kivisalo.

Toiminnan alussa painottuivat osallistuminen vuosittaisiin Suurkisoihin ja muihin voimistelutapahtumiin. Näihin harjoiteltiin suurella joukolla. Mukana oli lapsia, nuoria, aikuisia sekä miehiä että naisia. Tämä toiminta jatkuu myös nykyisin. Seuran toimijat ovat osallistuneet Sun-tapahtumiin vuosina 2006 ja 2013. Kansainvälinen voimistelutapahtuma Gymnaestrada, joka järjestetään neljän vuoden välein, on ollut seuran ohjelmassa useana kertana. Seuraavaksi ollaan menossa Itävallan Dornbirniin vuonna 2019.

1960 – ja 1970 –luvulla toiminta painottui retkeilyyn ja erilaisiin kuntotapahtumiin. Joukolla tehtiin hiihtoretkeä, saunaretkeä, Eevan lenkkejä, polkuretkiä sekä lähikaupungeissa uimahalli- ja teatteriretkiä. Vuonna 1971 Naisvoimistelijat haastoivat kaikki kunnan alueella toimivat yhteisöt, yritykset ja yksityiset Ruotsi-Suomi kuntomaaotteluun kävele-hölkää-juokse, Olkkolasta Säkniemeen ja takaisin.

1980 –luvulla maailmanlaajuisesti alkaa voimisteluun kehittyä erilaisia tuotteita, joista ensimmäisenä Aerobic. Tämä näkyy myös Savitaipaleella, jossa perustettiin aerobic-ryhmä. Tästä eteenpäin seura seuraa aikaa ja toiminta on muuttunut kehitettyjen tuotteiden mukaisesti nykyisen laiseksi.

Toiminnassa on vahvasti painottunut terveystoiminnan edistäminen. Ensimmäinen askel oli KiintoNainen –laihutusryhmä, joka järjestettiin yhdessä Savitaipaleen terveyskeskuksen kanssa. Yhteistyö terveyskeskuksen kanssa jatkui Diabetes Savitaipaleella -projektilla. Tästä urauurtavasta yhteistyöstä seura sai yhdessä Savitaipaleen terveyskeskuksen kanssa KKI (Kunnossa Kaiken Ikää) innovaatiopalkinnon vuonna 2000.

Seuran toimintaa on kehitetty jatkuvasti. Kehitystoiminta alkoi vahvemmin Voimisteluliiton ProSeurat (2007 – 2010) kehittämishankkeessa ja jatkui vuonna 2008 alkaneessa Priima aikuisliikunnan laatuseura kehittämishankkeessa. Seuralla onkin Aikuisliikunnan Priimaseura sertifikaatti, johon kuuluu säännölliset seura-auditoinnit. Vuonna 2017 on seuraava auditointi.

## 3 Seuran hallinto

### 3.1 Johtokunta

Johtokunta vastaa Savitaipaleen Liikuntaseuran strategiatyöstä ja strategisesta johtamisesta, toiminnan ja talouden suunnittelusta sekä seurannasta, toiminnan resursoinnista sekä toiminnan jatkuvasta arvioinnista. Johtokuntaan kuuluu puheenjohtaja ja 7 jäsentä.

#### JOHTOKUNTA

Puheenjohtaja	Maarit Hiltunen-Toura
Varapuheenjohtaja	Rauni Inkinen
Rahastonhoitaja	Milla Turku
Sihteeri	Mari Korhonen
Jäsenet	Arja Pylkkö
	Kirsi Sinkko
	Sirpa Hyrkkänen
	Satu Kauppi

### 3.2 Johtokunnan vastualueet

Puheenjohtaja: johtaminen, yhteistyö sidosryhmiin, palkitseminen, välineet ja varusteet, suhteet kuntaan, nettisivut, avustukset, varainhankinta, ohjaajien hankinta, sisäinen tiedotus

Varapuheenjohtaja: varainhankinta, suhdetoiminta kuntaan, ohjaajien hankinta

Rahastonhoitaja: rahaliikenne, tiliöinti, jäsenrekisteri ja –maksut, välineet ja varusteet, tilitoimiston kanssa asiointi, nettisivut, ohjaajien hankinta

Sihteeri: pöytäkirjat/arkistointi, jäsenrekisterin hallinta, sisäinen tiedotus, lainsäädäntö, välineet ja varusteet, nettisivut, koulu yhteistyö, ohjaajien hankinta

Aikuisliikunnan vastaava (AILI), Arja Pylkkö: aikuisliikunnan koordinointi, ohjaajien hankinta, yhteistyö sidosryhmiin, välineet ja varusteet, materiaalin tuotto, nettisivujen päivitys, ulkoinen tiedotus

Lastenliikunnan vastaava Kirsi Sinkko: lasten/nuorten harrasteliikunta, mahdollinen kilpailutoiminnan koordinointi, nettisivut, välineet ja varusteet, koulu yhteistyö, ohjaajien hankinta, koulutuskoordinointi, Voimistelukoulun vastuuhenkilö

Sirpa Hyrkkänen: ulkoinen tiedotus, jäsenrekisteri ja -maksut, seuran salivuorot, avustukset, suhdetoiminta kuntaan, nettisivut, ohjaajien hankinta

Tapahtumavastaava, Satu Kauppi: retket ja talkoot, jäsenrekisteri ja -maksut, ohjaajien hankinta

## 4 Seuran toimintalinjat

### 4.1. Perheliikunta sekä lasten ja nuorten voimistelu

Lasten voimistelu sisältää Voimistelukoulu- ja Liikuntamaa toiminnan.

Voimistelukoulussa painottuu kaikkien lapsien tasavertainen mahdollisuus osallistua ja harrastaa. Tavoitteena on, että lapsi oppii voimistelun ja tanssin perustaitoja leikkien ja iloiten. Toiminta on suunnattu 6-9-vuotiaille tytöille ja pojille.

Liikuntamaa on aikuisten ja alle kouluikäisten lasten yhteinen harrastus. Liikuntamaan tarkoitus on luoda perheille mahdollisuus yhteiseen liikkumiseen lasten ehdoin. Liikuntamaa koostuu erilaisista tempuradoista ja pisteistä, joissa omalla tunteella ja taitotasolla voi liikkua omalla tavallaan. Lapsi voi osallistua liikkumiseen vanhempien, mummin tai vaikka kummin kanssa. Liikuntaa ei erityisesti ohjata, vaan liikkumiselle annetaan tilaa oman aikuisen ohjauksessa.

Kouluikäisten toimintaa tehdään yhteistyössä koulutoimen kanssa. Voimistelukoulu-ryhmä luokitellaan koululaisten iltapäivätoiminnaksi.

Lasten mahdollisuuksia liikkua tuetaan kesätoiminnan tuotoilla mm. välinehankinnoilla ja järjestämällä kaikille avoimia liikuntatapahtumia.

### 4.2. Aikuisten kunto- ja terveystoiminta

Aikuisten voimisteluliikunnan toimintamuodot ovat: venytysjumppa, kuntosalicircuit, Lavis, core, kahvakuula, Seasonal yoga, itämainen vatsatanssi, kesäjumppa, kesäLavis sekä kesäyoga.

Näiden ryhmien toiminnassa painottuu aikuisten voimistelun ohella terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen. Toimintaa pyritään suuntaamaan voimistelijoilta kahden-kolmen vuoden välein koottavan palautteen mukaisesti. Palautteen pohjalta ovat syntyneet mm. nykyisin toiminnassa olevat kesäLavis- ja kahvakuulatunnit.

## 5 Toiminnan periaatteita

Seuran toiminta painottuu harrasteliikuntaan. Seuralla ei ole kilpailutoimintaa. Toiminnan tärkein periaate on tarjota osallistumismahdollisuus liikkumiseen kaikille liikkujille/liikkujiksi aikoville matalalla kynnyksellä kohtuulliseen hintaan.

Seura on Suomen Voimisteluliiton jäsen. Tämä mahdollistaa sen, että seuran kaikki ohjaajat ovat koulutettuja. He ovat käyneet voimistelun peruskoulutuksen ja lisäksi oman kiinnostuksensa mukaisesti lisäkouluttautuneet.

Suomen Voimisteluliiton jäsenyys mahdollistaa seuran ja sen jäsenten osallistumisen Suomessa ja ulkomailla voimistelun suurtahtumiin. Toimintakaudella 2017 - 2018 valmistaudumme Voimistelun Suomi Gymnaestrada tapahtumaan, joka on Turussa 7. – 10.6.2018.

Seuran toiminnassa on huomioitu turvallisuustekijät. Kolmen vuoden välein ohjaajat päivittävät ensiaputaitonsa. Ryhmissä kiinnitetään huomioita yleiseen turvallisuuteen, välineiden ja varusteiden kuntoon sekä toiminnan turvallisuuteen. Ohjaajien perehdytysohje sisältää myös turvallisuuskäytänteet.

## 6 Tiedottaminen

Seuralla on internet-sivut osoitteessa [www.salise.fi](http://www.salise.fi). Täältä löytyy tietoa seuran toiminnasta, joka sisältää viikko-ohjelman, tuntikuvaukset ja muuta tietoa seurasta. Aloitussivulta löydät ajankohtaiset asiat: tuntien muutokset, mahdolliset peruutukset yms.

Seura on myös facebookissa: sieltä löytyy nopeasti ajankohtaiset tiedotteet ja pääsee tykkäämään sivuista ja julkaisuista sekä kommentoimaan.

Seuralla on kauden toimintailmoitukset paikallislehdessä (Länsi-Saimaan Sanomat). Viikko-ohjelma on näkyvissä Savitaipaleen keskeisimmillä julkisilla ilmoitustauluilla mm. kirjasto, hyvinvointiasema, kaupat ja liikuntatalo. Seura tiedottaa toiminnastaan myös julkisessa facebook-ryhmässä Savitaipale liikuttaa ja suljetussa facebook ryhmässä Grande Sabota.

Seura löytyy myös Kaakkois-Suomen yhdistysinfosta, jota kautta asukkaat, yhdistykset ja viranomaiset löytävät paikallisen toiminnan ja voivat kertoa toiminnastaan.

## 7 Toiminnan maksut

Jäsenmaksukausi on toimintavuosi 1.9.2017 – 31.7.2018.

Seuran toimintakaudet: syksy: 4.9. - 17.12.2017, kevät 11.1. - 13.5.2018

**Hinnat:**

Aikuiset: 50 euroa/ toimintavuosi, josta jäsenmaksun osuus on 10 euroa ja toimintamaksu 40 euroa.

Lapset ja nuoret alle 19-v: 30 euroa/toimintavuosi, josta jäsenmaksua 5 euroa ja toimintamaksua 25

Voimistelukoulumaksu yhteensä: 45 euroa (sisältää jäsenmaksun, toimintamaksun, jumppaturvavakuutuksen ja voimistelukoulupassin)

Sisaralennus 5 euroa/sisarus alle 19-vuotiaille

**Jäsenmaksu sisältää:** jäsenyyden Savitaipaleen Liikuntaseura ry:ssä

**Toimintamaksu sisältää:**

- lasten ja nuorten kohdalla osallistumisen kaikkiin lasten ja nuorten ryhmiin
- lasten ja nuorten kohdalla jumppaturvavakuutuksen
- aikuisten kohdalla osallistumisen kaikkiin seuran järjestämiin tunteihin
- aikuisten ryhmissä lisämaksut:
  - kuntosalicircuit, johon tarvitset voimassa olevan kuntosalikortin tai maksat 4 euroa/kerta
  - Itämainen Vatsatanssi, jossa on erillinen kurssimaksu 35 euroa
- aikuisten jäsenmaksu ei sisällä jumppaturvavakuutusta
- halutessasi voit ottaa [Jumppaturvavakuutuksen](#) 4 euroa/toimintavuosi

**Maksaminen:** Saat ryhmän ohjaajalta maksukuitin, jolla voit suorittaa maksun. Toimintamaksun tai osan toimintamaksusta voit maksaa myös Sporttipassi-liikuntasetelillä. Numeron saat ryhmän ohjaajalta.

**Voit käydä kerran kokeilemassa tuntejamme sitoutumatta jäsenyyteen!**