

TOIMINTASUUNNITELMA 2021



1. JOHDANTO

Kiimingin Urheilijat ry:n toiminnan perustana ovat arvot Hyvä olo, Ilo liikkua ja Vastuullisuutta. KiimU jatkaa seuratoiminnan kehittämistä, kehitystyötä tehdään osittain vuonna 2020 myönnettyllä opetusministeriön seuraturkihankerahalla ja uudelle hankkeelle haetaan myös OKM:n seuratukea. Hankkeen tavoitteena on edistää kokemuksellista liikuntaa ja hankkeessa pyritään lisäämään nuorten liikuntaa seurassa. KiimU hakee seuratukea uudelle hankkeelle, jolla pyritään järjestämään ohjattua liikuntaa samanaikaisesti sekä lapselle että häntä harjoituksiin tuovalle vanhemmalle. Lisäksi seurassa kehitetään ohjattua ja omatoimista luontoliikkumisen -mallia. Ohjaajien kouluttamisessa tehdään yhteistyötä muun muassa Oulun alueen liikuntaseurojen kanssa.

Vuoden 2021 toimintasuunnitelman päätavoitteena on nuorten harrastustoiminnan kehittäminen seurassa ja yhteisöllisyyden lisääminen.

Vuonna 2021 on tavoitteena aloittaa ”Kummiurheilija”-toiminta. Sen ajatuksena on löytää seuran juniorurheilijoille ”Kummiurheilijoita”, jotka käyvät vierailmassa lasten yleisurheiluharjoituksissa muutamia kertoja vuoden aikana. Tämän toiminnan tavoitteena on innostaa lapsia harjoittelemaan ja oppimaan uutta sekä innostaa heitä seuraamaan Oulun alueen yleisurheilijoita ja heidän menestystään.

KiimU hakee yhdessä Koskelankylän Riennon kanssa järjestettäväksi Pohjois-Pohjanmaan piirin suunnistuksen pitkän matkan ja viestien aluemestaruuskilpailuja kesälle 2021. Kilpailumaastoksi on suunniteltu Kiimingin Reposelkää.

Kesällä järjestetään Pudasjärven Urheilijoiden kanssa yhteistyössä kolmen päivän voimisteluleiri. Leiri on suunnattu aloitteleville voimistelijoille, mutta leirillä tarjotaan opetusta taitotason mukaan, joten myös pidempään harrastaneet voivat osallistua

Talvikauden aikana on tarkoitus pyrkiä järjestämään 2-4 matalan kynnyksen hiihtokilpailua (Tupla-hiihdot tai sarjahiihdot) sekä Hippon hiihdot yhteistyössä Oulun Osuuspankin kanssa.

KiimUn lentopallon tavoitteena on tarjota lentopalloilijoille tasokasta ohjausta ja neuvontaa lentopalloharjoitteluun niin lapsille, nuorille kuin aikuisillekin hyvissä lentopalloilu- ja harjoitteluolosuhteissa.

Pesäpallojaostossa toimintaa on harrastepesiksessä ja naisten joukkueella. Kauden kilpailulliset tavoitteet ovat rennolla tasolla: tarkoituksena ei ole sarjanousu, vaan keskittyä lajista nauttimiseen ja yhteiseen tekemiseen.

Voimanoitojaosto pyrkii saavuttamaan lisää kansallisen II-tason tuomaripätevyyksiä. Nykyisiä tuomarikorttien haltijoita kannustetaan aktiivisuuteen ja luokkakorotusten tekemiseen.

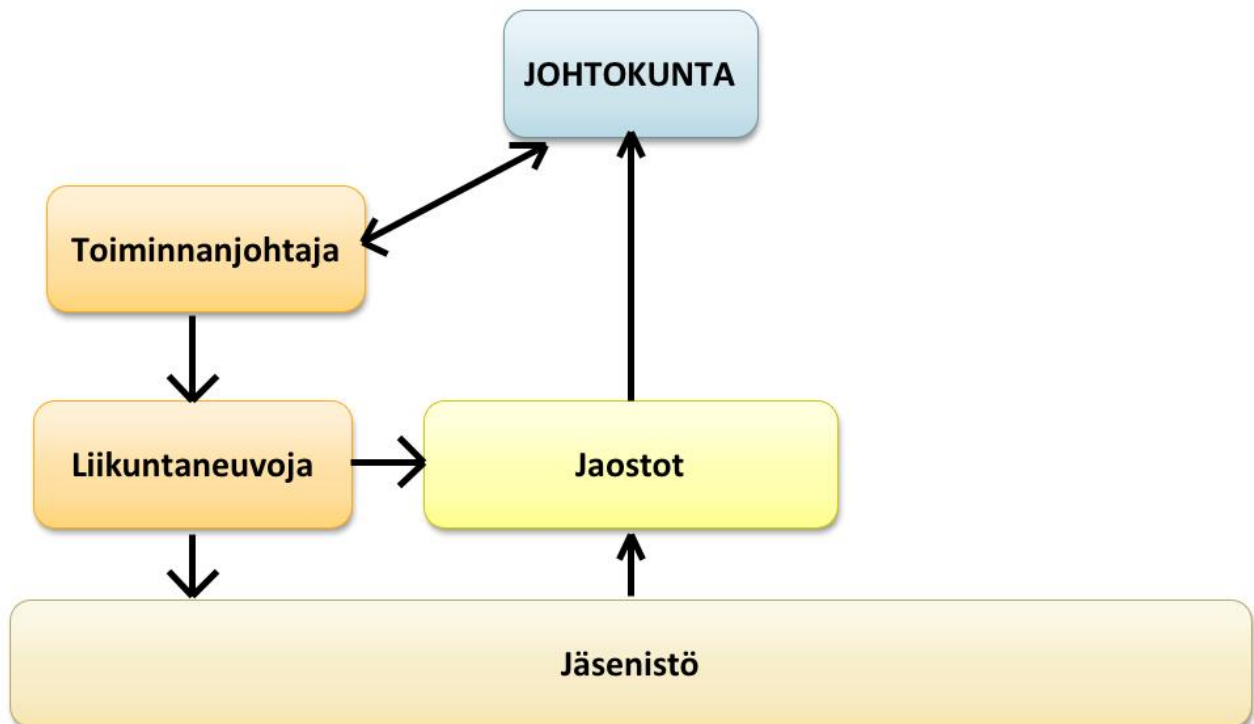
KiimU-sanomat julkaistaan elokuussa. Vuoden 2021 aikana kehitetään seuran somemarkkinointia ja viestintää.

Kiimingin Urheilijat järjestää 16. Kiiminki-maratonin 28.8.2021 yhteistyössä Kiimingin Riennon kanssa.

Mikäli seuran taloudellinen tilanne mahdollistaa, niin seura toteuttaa kokousteraan rakentamisen nykyisen toimistohuoneeseen. Uusi kokousteraan rakennetaan 2 kerrokseen sisäisenä laajennustyönä.

Kaiken kaikkiaan vuosi 2021 tulee olemaan kuntosalitoiminnan markkinointiin panostamista, hyvinvointiliikunnan kehittämistä ja laadukkaan monipuolista junioriliikunnan tarjoamista harrastajille.

2. HALLINTO



PUHEENJOHTAJA:

Kaisuleena Joenväärä, kaisuleena@kiimu.fi

JOHTOKUNTA:

Mika Jurvakainen

mika.jurvakainen@simulone.com

Riitta Suorsa

suorsa.riitta@gmail.com

Tanja Erkkilä

tanja.erkkila@outlook.com

Niina Juuso

niina.juuso@gmail.com

Minna Heikkilä

minna@kiimu.fi

Petri Taskinen

p.taskinen@hotmail.com

Sihteeri/rahaston-

hoitaja/toiminnanjohtaja:

Päivi Mikkonen 0405881308 paivi.mikkonen@kiimu.fi

Johtokunnan kokousten ajasta ja paikasta ilmoitetaan kirjeellä, puhelimella tai sähköpostilla. Kokouksiin kutsutaan tarvittaessa jaostojen puheenjohtajat.

Hiihtojaosto:

Tanja Erkkilä, tanja.erkkila@outlook.com

Lentopallojaosto:

Kati Rytinki, kati.rytinki@helpmix.fi

Pesäpallojaosto:

Kari Lampinen, kari.tapani.lampinen@gmail.com

Suunnistusjaosto:

Mika Jurvakainen, mika.jurvakainen@simulone.com

Terveysliikuntajaosto:

Minna Heikkilä, minna@kiimu.fi

Voimannostajaosto:

Jouko Piri, joukopiri76@gmail.com

Yleisurheilujaosto:

Niina Juuso, niina.juuso@gmail.com

Seuran kotisivu löytyy osoitteesta www.kiimu.fi ja Facebook –sivut.

3. EDUSTUS JA VASTUU

Johtokunta valitsee edustajat Pohjois-Pohjanmaan Liikunta ry:n kokouksiin ja jaostot valitsevat edustajat jäsenliittojen vuosi- ym. kokouksiin.

Vastuu seuran kokonaistoiminnan valvomisesta kuuluu johtokunnalle. Jaostot toimivat itsenäisesti, vahvistetun toimintasuunnitelman ja talousarvion puitteissa. Jaostojen puheenjohtajalla on vastuu jaoston toiminnasta ja valvonnasta. Puheenjohtajan tehtävänä on lisäksi huolehtia siitä, että seuran yhtenäisyys säilyy jaostojen itsenäisyydestä huolimatta. Jaostojen puheenjohtajan on pyrittävä ilmoittamaan jaoston toiminnasta niin, että kaikki asiasta kiinnostuneet jäsenet saavat siitä tietoa.

Rahastonhoitaja maksaa laskut. Jaoston laskujen tulee olla jaostojen puheenjohtajan tai jonkun muun jaoston nimeämän henkilön hyväksymiä. Muut kuin jaostojen laskut hyväksyy toiminnanjohtaja. Seurassa toimitaan talous- ja toimintaohjeen mukaan, joka ohjeistaa jaostojen talouden hoitoa ja rahaliikennettä.

Jaostojen tulee tarkasti seurata omia tulojaan ja menojaan talousarvion toteuttamiseksi sekä noudattaa säästäväisyyttä.

KiimUn tili OP KIIMINKI FI86 5741 5340 0006 47

1.1.2019 lähtien palkka- ja ansiotulot/palkkiot ilmoitetaan tulorekisteriin. Tiedot tulee ilmoittaa tulorekisteriin jokaisen maksutapahtuman jälkeen viiden kalenteripäivän kuluessa ja ilmoitus tehdään myös alaikäisille maksetuista palkkioista.

Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että seurassa kaikki palkat, palkkiot ja km-korvaukset, päivärahat maksetaan palkkaohjelman kautta seuran päätililtä. Jaostojen rahastonhoitajat lähettävät / välittävät kaikki matkalaskut ja palkkiolaskut seuran rahastonhoitajalle, joka maksaa palkkiot. Jaostot siirtävät maksettavat summat seuran päätilille ennen maksun suorittamista. Maksupäivät tulevat yhdenmukaistumaan ja palkkoja/matkalaskuja maksetaan pääasiallisesti kerran kuukaudessa sovittujen päivämäärien mukaan.

4. JAOSTOJEN TOIMINTA

HIIHTOJAOSTO

Jaosto

Tanja Erkkilä (pj), Eeva-Liisa Honkaniemi, Jukka Takkinen, Esko Takkinen, Hanne Talvensaari, Petri Talvensaari

Tavoitteet

Jaoston tavoitteena on tarjota lapsille ja nuorille mahdollisuus harrastaa hiihtoa, kehittää suksitaituruutta sekä osallistua kilpailuihin. Pyrimme opastamaan nuoria välineiden hankinnassa sekä antamaan tietoa hiihtoon liittyvistä uusista asioista. Tavoitteena on myös kehittää lasten/nuorten taitoja niin, että monipuolisesta liikunnasta tulisi päivittäinen elämäntapa.

Talvikauden aikana on tarkoitus pyrkiä järjestämään 2-4 matalan kynnyksen hiihtokilpailua (Tupla-hiihdot tai sarjahiihdot) sekä Hippo-hiihdot yhteistyössä Oulun Osuuspankin kanssa. Vallitsevan pandemian aiheuttaman erikoistilanteen vuoksi järjestelyissä otetaan huomioon tarvittavat turvallisuustoimet. Kehitysvammaisten hiihdot järjestetään myös, mikäli pyyntöä tästä tulee.

Tavoitteena on pystyä järjestämään talvikauden aikana yhden kerran viikonloppuleiri hiihtokerholaisille. Mahdollisuudet kartoitetaan pandemian tuomin reunaehdoin, kun sen aika on. Kevätkauden lopussa pyrimme järjestämään yhdessä muiden jaostojen kanssa lapsille yhteiset kauden päättäjaiset, jotta seuran sisäinen yhteishenki vankistuisi ja lapset saisivat kokemuksen myös suurempaan yhteisöön kuulumisesta.

Harjoitukset

Lapsille järjestetään hiihtoharjoitukset Honkimaalla tiistai-iltaisoin klo 18.00 -19.30. Harjoitukset on tarkoitettu 5-12 -vuotiaille hiihdon harrastamisesta kiinnostuneille.

Alle kouluikäiset

Leikinomaista harjoittelua syksyllä kävellen, juosten, sauvakävellen ja talvisin hiihtotekniikkaa sekä rohkeutta suksilla opetellen. Mukana harjoittelussa pidetään myös monipuoliset leikit ja kisailut.

Kouluikäiset

Kouluikäisten harjoittelu painottuu syksyllä juoksulenkkeihin, sauvakävelyyn sekä näitä tukeviin harjoitteisiin. Talvisin harjoittelu suuntautuu hiihtotyyliden hallintaan ja harjoittelun pitkäjänteisyyteen. Myös vanhempien lasten harjoittelua piristetään erinäisin leikein sekä kisailuin.

Kilpailutoiminta

Talven 2021 mittaan hiihtojaostolla on tavoitteena järjestää muutamat hiihtokilpailut Honkimaan laduilla (tilanne pandemian tuomista rajoituksista kartoitetaan talven aikana):

- Oulun Osuuspankin kanssa yhteistyössä lasten Hippon hiihdot
- mahdollisesti perinteiset Kehitysvammaisten Hiihdot
- 2-4 matalan kynnyksen Tupla-hiihdot/sarjahiihdot kaikille halukkaille, palkinnot lapsille ja nuorille

Mahdollistamme myös osallistumisen kansallisiin sekä piirikunnallisiin hiihtokilpailuihin.

Talous

Jaoston varainhankinta tapahtuu pääasiallisesti omalla talkootyöllä sekä hiihtotoiminnasta saaduilla osallistumis- ja leirimaksuilla.

LENTOPALLOJAOSTO

Jaosto

Kati Rytinki puheenjohtaja, (naisten valmentaja), Elina Mikkola (D/C valmentaja), Merja Holappa, joukkuejohtaja. Katja Heikkinen, naisten edustaja

Kiimingin Urheilijoiden Lentopallojaoston tarkoitus on toiminnallaan tarjota seuran lentopalloilijoille ja lentopallosta kiinnostuneille mahdollisuudet harrastaa sekä seurata lentopalloa entisen Kiimingin alueella Oulun kaupungissa. Lentopallojaosto pyrkii myös johdonmukaisesti kehittämään mahdollisuuksia lentopallotoiminnan edistämiseksi sekä pyrkii harrastajamäärän kasvattamiseen. Jaoston jäsenet pyrkivät parantamaan lentopallotoimintaa alueella kehittämällä junioritoimintaa, joukkueiden valmennusta ja myös mahdollistamaan lentopallon seurantaa niin lentopallokilpailutapahtumissa kuin kunto- ja harrastelentopalloilun osalta.

Jaoston tarkoitus on tukea lentopalloiluun liittyvää muuta toimintaa mahdollisuuksien mukaan. Jaosto pyrkii selvittämään mahdollisuudet sekä voi järjestää tarpeen vaatiessa lentopalloiluun liittyvää koulutusta, ja mm. valmentajakoulutukset ja tuomaritoiminnan tukeminen voivat olla tällaisia tilaisuuksia.

Lentopallojaoston jäsenten tulee toimia myös rajapintana lentopalloon liittyvissä seuran asioissa seuran ulkopuolisten tahojen suuntaan. Jaoston jäsenet pyrkivät edistämään alueenlentopallotoimintaa aktiivisesti ja tunnollisesti, sekä toimivat yhdessä toimimisen myötä, liikunnan merkitystä korostaen.

Toiminta-ajatus

KiimUn lentopallon tavoitteena on tarjota lentopalloilijoille tasokasta ohjausta ja neuvontaa lentopalloharjoitteluun niin lapsille, nuorille kuin aikuisillekin hyvissä lentopalloilu- ja

harjoitteluolosuhteissa. Harjoittelun tulee hyödyntää uuden Oulun alueen saleja sekä Kimmokkeen toimintakeskuksen toimitiloja. Harjoittelu voi tarpeen mukaan tapahtua myös ulkona mm. lenkkeilyä maastossa ja kesäaikana hyödynnetään ulkokenttiä harjoittelussa tarvittaessa. Pitkän tähtäimen tavoitteena on vakiinnuttaa KiimUn juniorilentopallon toiminta ja mahdollistaa lajin harrastaminen hyvällä tasolla F-ikäluokasta ylöspäin. Näin nuorilla on nähtävissä selkeä polku kohti aikuisten pelejä. Harrastuksen alusta D-ikäisiin (12v) tavoitteena on saada mahdollisimman paljon nuoria mukaan Kaikki pelaa –ajatuksella. Turnauksissa peliaikaa pyritään jakamaan mahdollisimman tasaisesti ja harjoitukset suunnitellaan enemmistön ehdoilla.

C-ikäisistä ylöspäin toiminnan luonne muuttuu kilpailullisemmaksi. Tarkoituksena on tarjota lajiin panostaville laadukas valmennus ja kilpailukykyinen joukkue. Avainsanoja ovat tavoitteellinen harjoittelu ja kilpaurheilun omainen sarjapelaaminen. Yksi tavoitteista on saada lahjakkaat junioripelaajat pysymään seuran toiminnassa mahdollisimman pitkään.

Kukin joukkue hoitaa oman harjoittelun valmentajan ohjeiden mukaan. Harjoittelun tulee hyödyntää Lentopalloliiton ohjeistusta valmennuksessa, sekä valmentajien tulee seurata mahdollisuuksien mukaan lentopalloliiton aluejoukkueiden valmennuslinjausta harjoittelussa ja lentopallotaitojenkehittämisessä. Yhteisen valmennuslinjauksen varmistamiseksi valmentajat ovat laatineet yhteisen pelikirjan. Eräs pelikirjan tärkeimmistä tavoitteista on helpottaa pelaajien siirtymistä ikäluokasta toiseen pelisysteemien ollessa jo tuttuja, vaikka valmentajat vaihtuisivatkin. Tavoitteena on jatkuvuus lentopallon osalta, jota edistetään seurojen välisen yhteistoiminnankautta. Tasokkaan harjoittelun turvaamiseksi on järjestettävä omaa koulutusta sekä hyödynnettävä alueella tapahtuvaa valmennuskoulutusta. Lisäksi tarvitaan uusia valmentajia nuorten ja lasten joukkueille joukkuemäärien kasvua ajatellen. Lasten vanhemmat avustavat valmennuksessa tarpeen mukaan, jotta turnaukset saadaan pelattua kunnialla läpi.

Joukkueet

Aktiiviharrastajia on n. 26 yhteensä. Aktiiviharrastaja määrä on pienentynyt edellisvuodesta.

7 - 12 -vuotiaat:

D-tyttöjen joukkueen harjoitusvahvuus on 11 tyttöä. Harjoituksissa on käynyt noin 5 tyttöä. Haemme lisää junnuja joukkueeseen. Harjoituksia on kaksi kertaa viikossa. Syyskaudelle 20/21 KiimUsta ei ilmoitettu joukkuetta tiikeri- tai aluesarjaan, sarjaan lähtemistä mietitään kevätkaudelle. Joukkueen valmentajana toimii Elina Mikkola.

Aikuiset

Naisten joukkueessa on 15 aktiivista harrastajaa. Joukkue harjoittelee kerran viikossa. Naisten joukkue pelaa paikallissarjassa ja osallistuu mahdollisuuksien mukaan Oulun alueen turnauksiin.

Toiminta ja kauden tapahtumat

Lentopallon harrastajamäärä on selvästi vähentynyt parin vuoden takaisesta määrästä. Osanuorista on poistunut pelivahvuudesta (paikkakunnalta muutto, siirtyminen toiseen seuraan, harrastuksen lopettaminen).

Kiiminki-maraton on perinteinen yhteinen talkootapahtuma. Lentopalloilijat(naiset) hoitavat Kiiminki-maratonilla huoltopisteen ylläpidon ja toiminnan. Muitakin talkoomahdollisuuksia hyödynnetään mahdollisuuksien mukaan.

Talous

Lentopalloilijoiden talous katetaan pääsääntöisesti kausimaksun ja talkoiden avulla. Lisäksi rahoitusta on saatu peliasuissa ja verryttelyasuissa olevilla mainoksilla, ja tätä suositaan jatkossakin. Avustuksia haetaan ja varainhankintaa sekä talkootoimintaa edistetään toiminnan turvaamiseksi.

Muu toiminta

Yhteistyö muiden lentopallotahojen kanssa edistää lentopallotoimintaa ja mm. harjoitusottelut seurojen ja eri joukkueiden välillä ovat hyväksi. Lisäksi tehdään yhteistyötä sekä valmennuksessa että harjoittelussa.

Koulutustoiminnan osalta lentopallossa ollaan uuden edessä. Lentopalloliiton toimintoja järjestellään uudelleen siten että koulutusvastuu siirtynee liitolta alueen suurseuroille. Tämä asettaa Kiimingin Urheilijoiden kaltaiset pienet seurat uuteen tilanteeseen. Koulutusten sisällöt, ajankohdat ja käytännön järjestelyt tulevat todennäköisesti olemaan suurten naapuriseurojen ehdoilla tapahtuvaa toimintaa.

Edellä mainitulla taustoituksella alueen koulutustarjontaa on seurattava entistä valppaammin. Osallistutaan koulutustoimintaan, jossa hyödynnetään alueen lentopallokoulutustarjontaa mahdollisimman hyvin, sekä pyritään järjestämään uusille valmentajille ja vanhemmille sekä muille toimijoille koulutusta, joka edistää lentopallotoimintaa Kiimingin alueella. Jaostojen välistä yhteistyötä pyritään edistämään osallistumalla seuran yhteisiin tapahtumiin kauden aikana.

PESÄPALLOJAOSTO

Kari Lampinen Puheenjohtaja, harrastepesis, Veera Wiman ja Riina Luttinen Naisjoukkueen edustaja

Pesäpallojaostossa toimintaa on harrastepesiksessä ja naisten joukkueella. Harrastepesiksessä talvikaudella harrastajat pelaavat viikoittaisella vuorollaan sählyä ja kesällä harrastepesiksessä pelataan pesistä ilman kilpailullista tavoitetta.

Naisten joukkue

Joukkueemme tavoitteena kaudelle 2020-2021 on pelata innolla mukavaa pesistä. Yhteisiä harjoituksia pidetään talvikaudella kerran viikkoon Kiiminkijoen koululla. Kun keväällä lumet sulavat tieltä pois, siirrymme ulkokentille treenaamaan ja valmistautumaan tulevaan kauteen muita naisten maakuntasarjan pohjoislohkon joukkueita vastaan. Kauden kilpailulliset tavoitteet pidetään rennolla tasolla: tarkoituksena ei ole suoraan nousta ylempään sarjaan, vaan enemmänkin keskittyä lajista nauttimiseen ja yhteiseen tekemiseen, samalla ohessa omaa osaamista kehittämällä ja itseään haastaen.

Joukkueessa on tällä hetkellä mukana noin 14 pelaajaa. Valmentajina toimivat Sauli Jussila ja Antti Jussila. Laskutuksesta ja taloudesta vastaavat Riina Luttinen ja Veera Wiman. Tuomarivastuuhenkilöinä toimivat Jenna Siira ja Annika Laurila. Joukkueenjohtajana on Anna Wiman.

SUUNNISTUSJAOSTO

Jaosto

Mika Jurvakainen puheenjohtaja, Esko Takkinen talkoot, Kari Räisänen kartat

Tavoitteet

Jaoksen tavoitteena on tarjota suunnistuksen harrastamismahdollisuudet Kiimingissä koko perheelle, kaikenikäisille ja -taitoisille kuntoilijoille ja aktiivisuunnistajille. Jaosto tarjoaa mahdollisuuden osallistua suunnistuksen kilpailutoimintaan.

Kilpailut

KiimU hakee yhdessä Koskelankylän Riennon kanssa järjestettäväksi Pohjois-Pohjanmaan piirin suunnistuksen pitkän matkan ja viestien aluemestaruuskilpailuja kesälle 2021. Kilpailumaastoksi on suunniteltu Kiimingin Reposelkää.

Lasten toiminta

Keväällä tavoitteena on järjestää koulujen kanssa yhteistyössä suunnistuksellinen liikuntatunti tai liikuntakerho, jossa tutustuttaisiin koulujen lähimaastoissa suunnistuksen saloihin. Samalla markkinoidaan KiimUn suunnistuskoulua, joka pidetään keväällä. Tavoitteena on innostaa lisää lapsia ja nuoria mukaan suunnistuksen pariin.

Aikuisten ja veteraanitoiminta

Muille suunnistajille tarjotaan mahdollisuus osallistua harrastus- ja kilpailutoimintaan. KiimU hakee järjestettäväkseen 3-4 Oulurastit kesälle 2021. Oulurastien yhteydessä opastetaan vasta-alkajia suunnistuksen saloihin. Jukolan ja Venlojen viestiin osallistutaan usealla joukkueella.

Vuoden aikana järjestetään koko seuran yhteisiä matalan kynnyksen liikuntatapahtumia. Suunnistajat järjestävät tapahtumiin aloittelijoille ohjausta suunnistukseen ja helppoja suunnistusratoja.

Kartoitus

Keväällä 2021 on tavoitteena kartoittaa Ylikylän koulun / Korkiamaan aluetta Oulurastien pitämistä varten. Lisäksi on tavoitteena tehdä sprinttikartta Kiimingin Lukion alueelta. Laurinaution karttaa laajennetaan länteen päin sähkölinjoja kohti.

TERVEYSLIIKUNTA

Jaosto

Minna Heikkilä pj, Arja Aula-Matila, Tuija Hepo-Oja-Ylitolva, Päivi Mikkonen

Toiminnan tavoite

Terveysliikunta pyrkii tarjoamaan eri-ikäisille kiiminkiläisille monipuolista harraste- ja hyvinvointiliikuntaa.

Tavoitteena on saada uusia jäseniä ja koko perheitä osallistumaan jaoston sekä seuran toimintaan. Uusia ohjaajia pyritään saamaan toimintaan mukaan sekä jaostoon mukaan uusia aktiivisia jäseniä kehittämään jaoston toimintaa ja jakamaan vastuuta.

Toteutus ja menetelmät

Alle kouluikäiset

3-4 -vuotiaille järjestetään vanhempi-lapsi liikuntakerhoa.

5-6 -vuotiaille järjestetään liikuntaleikkikoulutoimintaa ja voimisteluliikkaria.

Liikuntakerhoissa lapsi oppii kehon hallintaa, perusliikkeitä, yhdessäoloa sekä kokee oivaltamisen

iloa ja onnistumisen elämyksiä. Liikuntakerhot kehittävät lasten perusliikuntataitoja ennen varsinaisten lajitaitojen opettelua sekä innostavat lapsia ja perheitä omatoimiseen liikkumiseen kotona.

Yritetään saada ensi vuoden syksyille Jääliin ja Kiiminkiin enemmän salivuoroja, jotta alle kouluikäisten liikuntatarjontaa voidaan laajentaa Jääliin ja monipuolistaa Kiimingissä. Kiimingin päässä esimerkiksi Ylikylän koulun salia voisi hyödyntää perheliikuntaan.

Kouluikäiset

6–15-vuotiaille tarjotaan erilaisia voimistelukerhoja. Voimistelukoulut ja telinevoimistelukerho kehittävät lapsen toiminta- ja liikuntakykyä monipuolisesti ja luo lapsille ja nuorille mahdollisuuksia saada uusia kavereita.

Toiminnassa huomioidaan lasten yksilölliset eroavaisuudet. Voimistelukoulut ja telinevoimistelukerhot eivät ryhmänä osallistu sarja- tai kilpailutoimintaan. Kerhossa kannustetaan jokaista omaehtoiseen liikuntaan. Ryhmät toimivat pääsääntöisesti koulujen liikuntasaleissa.

Kesällä järjestetään Pudasjärven Urheilijoiden kanssa yhteistyössä kolmen päivän voimisteluleiri. Leiri on suunnattu aloitteleville voimistelijoille, mutta leirillä tarjotaan opetusta taitotason mukaan, joten myös pidempään harrastaneet voivat osallistua. Leiri on 7-15-vuotiaille lapsille. Leirillä tarjotaan sekä telinevoimistelun että tanssillisen voimistelun opetusta.

Syksyllä 2021 tarjoamme tanssillisen voimistelun ryhmää lapsille/nuorille.

Aikuiset

Aikuisille tarjotaan monipuolisia liikkumismahdollisuuksia. Kimmokkeen ryhmäliikuntatunnit mahdollistavat monipuolisen liikkumisen ryhmässä. Viikoittaiset tunnit sisältävät sekä aerobisia tunteja että lihaskuntotunteja, joissa hyödynnetään seuran hankkimia erilaisia välineitä.

Huomioimme myös kehoa palauttavan liikunnan ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tarjoamalla kehonhuoltotunteja ja joogaa. Kesällä tarjotaan ulkoliikuntaa esimerkiksi kahvakuulaa Jäälissä ja/tai Kimmokkeella. Uutena kokeilemme hyvän olon tanssia aikuisille kevään aikana.

Erityisryhmät

Seniори-ikäisille (60+) tarjotaan kevennettyä kuntojumppaa, lavista ja kahvakuulaa.

Muuta

Erilaisten jumpparyhmien lisäksi järjestetään lajiesittelyitä ja lyhyitä liikuntakursseja sekä liikuntatapahtumia. Aikuisten ryhmäliikuntapalvelujen pääpaino Kimmokkeessa. Ryhmäliikuntaa tarjotaan ympäri vuoden. Lasten ryhmiä pyöritetään pääosin koulujen liikuntasaleissa mahdollisesti myös kimmokkeella.

Ohjaajia kannustetaan osallistumaan kursseille ohjaustaitojen ja terveysliikuntajaoston toiminnan laadun kehittämiseksi.

Mahdollisuuksien mukaan jaosto on esillä kiiminkiläisissä tapahtumissa ja esittelee toimintaansa. Muiden jaostojen kanssa järjestetään yhteinen kevätjuhla tai muu tapahtuma yhteisöllisyyden lisäämiseksi.

Seuran arvot ilo liikkua, hyvää oloa ja vastuullisuutta luovat perustan kaikelle jaoston toiminnalle.

VOIMANOSTO

Jaosto

Jouko Piri (puheenjohtaja), Timo Salminen (rahastonhoitaja, sihteeri), Miika Lehtikangas, Tomi Kurkela, Kimmo Röppänen, Ville Vahtola, Markus Vilppola, Jani Pöykiö, Mari Kukkonen, Tomi Wikström, Pauliina Pääkkönen ja Aki Koskela.

Tehtävät, hallinto, talous

Voimanostajaosto vastaa voimanostourheiluun liittyvän harraste- ja kilpailutoiminnan kehittämisestä sekä järjestämisestä.

Jaoston varainhankinta koostuu mainosmyynnistä, sponsorituloista, talkoista sekä kilpailujen järjestämisestä tulevasta tuotosta.

Tiedotustoiminta

Jaoston välitöntä tiedottamista hoidetaan seuran kotisivujen kautta sekä sähköpostilla niille, jotka ovat ilmoittaneet sähköpostiosoitteensa jaoston sihteerille.

Jaoston kokoustoimintaan osallistuvat saavat tietoa kokouksissa. Jaosto on säännöllisesti yhteydessä paikallislehtiin toimintaansa ja kilpailuihin liittyvissä uutisoinneissa.

Valmennus- ja koulutustoiminta

Jaosto tarjoaa jäsenilleen harraste- ja kilpailutoimintaan tähtääviä harjoitteluoohjelmia.

Huolto- ja toimitsijatehtäviin pyritään antamaan lisäkoulutusta ja kouluttamaan tarpeen tullen lisähenkilöitä.

Jaosto pyrkii saavuttamaan lisää kansallisen II-tason tuomaripätevyyksiä. Nykyisiä tuomarikorttien haltijoita kannustetaan aktiivisuuteen ja luokkakorotusten tekemiseen.

Kilpailutoiminta

Jaosto pyrkii kustantamaan kilpaurheilijoiden kilpailulisenssin sekä kisojen kustannukset täysimääräisinä.

Jaosto osallistuu kansainvälisten kisojen kustannuksiin taloudellisen tilanteen salliessa ja siitä päätetään tapauskohtaisesti.

Suomen mestaruuskilpailuihin lähetetään ne halukkaat urheilijat, jotka ovat saavuttaneet SVNL:n asettaman tulosrajan määräaikaana.

Arvokisoihin lähtevät ne urheilijat, jotka ovat saavuttaneet SVNL:n asettamat kv. tulosrajat.

Erillisiä tulosrajoja ei jaoston puitteissa aseteta.

Jaosto pyrkii järjestämään ainakin seuraavat kilpailut:

Klassisen penkkipunnerruksen Pohjois-Suomen mestaruus, kevät/kesä/syysy 2021.

SM-kilpailut 2021

Klassinen voimanosto, nuoret, 30. – 31.1.2021, Sotkamo

Klassinen penkkipunnerrus, kaikki ikäluokat, 26. – 28.2.2021, Tammela

Klassinen voimanosto, avoin, 19. – 21.3.2021, Ylitornio

Klassinen voimanosto, masters, 19. – 21.11.2021, Pornainen

Kansalliset kilpailut

Jaoston jäsenet osallistuvat kansallisiin penkkipunnerrus ja voimanostokilpailuihin mahdollisuuksien mukaan – keskimäärin 2-3 kilpailut/nostaja

Antidoping

Jaosto noudattaa ADT:n ylläpitämää Suomen antidoping -säännöstöä ja Kansainvälisen Voimanostoliiton (IPF) ja Suomen Voimanostoliiton (SVNL)sääntöjä.

"Kielletyt lääkeaineet ja menetelmät urheilussa" – julkaisu on nähtävillä ADT:n verkkosivuilla. Julkaisua päivitetään jatkuvasti.

Jaoston maksaman lisenssin mukana nostajat saavat ilmaiseksi Voimanostaja-lehden, jossa SVNL ja ADT julkaisevat antidoping -työtä koskevia artikkeleita.

Jaosto vaatii jäsenistöltään sitoutumista puhtaasti urheilun ja reilun pelin periaatteiden noudattamiseen. Uusien jäsenten hyväksymisessä jaostoon periaatteet tuodaan selkeästi julki, eikä täysin tuntemattomia henkilöitä hyväksytä mukaan jaoston toimintaan ilman tarkempia selvityksiä.

YLEISURHEILUJAOSTO

Jaosto

Niina Juuso, Antti-Pekka Rönkkö, Johanna Leppäniemi, Ilmari Hyvärinen, Anna Pasuri, Janne Juuso.

Tavoite

Yleisurheilujaoston tavoitteena on tarjota lähinnä lapsille ja nuorille mahdollisuus yleisurheilun harrastamiseen ja kilpailamiseen. Lasten ja nuorten yleisurheilutaitoja pyritään kehittämään monipuolisesti ja myös muita urheilulajeja palvelevasti. Jaoston tavoitteena on pitää toiminta matalankynnyksen toimintana, jossa pyritään järjestämään tapahtumat ja toiminta mahdollisimman helposti lähestyttävänä.

Toteutus ja menetelmät

Yleisurheilujaoston toiminta on ympärivuotista. Talviaikainen harjoittelu tapahtuu kerhotoimintana Kiimingin Jokirannan koululla. Kesällä harjoittelu tapahtuu Ponnonmäen urheilukentällä. Kesällä toiminta pyritään järjestämään sekä kerhotoimintana että järjestäen Ponnonmäen kentällä avoimia omatoimisia yleisurheiluvuoroja.

Ohjattuja yleisurheiluharjoituksia järjestetään kerhotoimintana kolmessa eri ikäluokan kerhossa: 7-9v, 10-13v sekä yli 13v. Harjoituksia pidetään 1-2 kertaa viikossa ympäri vuoden.

7-9-vuotiaat

Yleisurheilukerhossa lapsi pääsee tutustumaan monipuolisesti eri yleisurheilulajeihin. Kerhossa leikitään, kisaillaan ja tutustutaan monipuolisesti niin juoksu-, heitto- kuin hyppylajeihinkin. Lapsia kannustamalla ja ilon kautta toimimalla pyritään toimintaan saamaan mukaan myös sellaisia lapsia jotka eivät vielä harrasta liikuntaa tai liikkuvat liian vähän. Toiminnassa huomioidaan lasten yksilölliset eroavaisuudet. Kerho kokoontuu kerran viikossa. Liikuntakerho ei ryhmänä osallistu kilpailutoimintaan, mutta halukkailla on siihen mahdollisuus. Ohjaaja Emilia Nousiainen.

10-13-vuotiaat

Toiminta on saman tyyppistä kuin 7-9-vuotiailla, mutta iän karttuessa lisätään kehonhallinnan- ja motoriikan harjoitteita. Kerho kokoontuu kerran viikossa. Pidemmälle ehtineet voivat osallistua kilpailutoimintaan. Toiminta pyritään pitämään edelleen hyvin matalankynnyksen toimintana, johon lapset ja nuoret voivat helposti tulla mukaan, vaikka aiempaa yleisurheilukokemusta ei olisikaan. Ohjaaja Emilia Nousiainen

Yli 13-vuotiaat

Yli 13-vuotiaiden kerhossa on pääpainona harjoitella ja kehittää monipuolisesti yleisurheilun lajitaitoja. Kerhossa kehitetään monipuolisesti nuorten nopeus-, voima-, kestävyys- ja liikkuvuus ominaisuuksia. Kerho pyritään pitämään monipuolisena urheilukerhona, joka liikuttaa lapsia monipuolisesti. Kerhon tavoitteena on tukea niin harrasteena kuin tavoitteellisemmin yleisurheilua

harrastavia nuoria. Ryhmän jäsenillä on mahdollisuus osallistua kilpailutoimintaan. Ohjaaja: Richard Ebrahim

Aikuisurheilijat

Aikuisurheilijat harjoittelevat itsenäisesti, mutta välillä myös yhteisesti jaoston avoimilla omatoimivuoroilla. Osa aikuisurheilijoista harjoittelee myös Ouluhallissa ja Heinäpään heittopaikalla.

Kummiurheilija-toiminta

Vuonna 2021 yleisurheilujaostolla on tavoitteena aloittaa ns ”Kummiurheilija”-toiminta. Sen ajatuksena on löytää seuran juniorurheilijoille ”Kummiurheilijoita”, jotka käyvät vierailemassa lasten harjoituksissa muutamia kertoja vuoden aikana. Tämän toiminnan tavoitteena on innostaa lapsia harjoittelemaan ja oppimaan uutta sekä innostaa heitä seuraamaan Oulun alueen yleisurheilijoita ja heidän menestystään.

Kilpailut

Vuonna 2021 yleisurheilujaostolla on ajatuksena järjestää yleisurheilun seurakilpailuja sekä Yli-li, Kiiminki, Ylikiiminki yleisurheilun pitäjäottelu.

- Seurakisoja tullaan järjestämään kolmet kesän 2021 aikana. Niihin lapset ja nuoret voivat osallistua vapaasti ilman lisenssi- ja osallistumismaksuja. Seurakisat ovat matalankynnyksen kisat, joissa pyritään palkitsemaan lapset ottelun omaisesti kannustaen näin lapsia osallistumaan mahdollisimman moniin lajeihin.

- Yli-li – Kiiminki - Ylikiiminki Pitäjäottelu on perinteinen vuosittainen yleisurheilukilpailu, jonka järjestelyvastuu on kiertävänä vuosittain vaihtuvana vastuuna. Vuonna 2021 järjestelyvastuu on Kiimingillä, joten kilpailu tullaan järjestämään KiimU yleisurheilujaoston toimesta Ponnnonmäen kentällä elokuussa 2021.

Jaoston urheilijat osallistuvat omien kilpailujen lisäksi muiden seurojen järjestämiin yleisurheilukilpailuihin, aluemestaruuskilpailuihin, sisulisäkisoihin sekä mahdollisesti myös SM-kilpailuihin, mikäli tulokset ylittyvät.

Talous

Jaoston varainhankinta tapahtuu pääosin omalla talkootyöllä, lahjoituksilla sekä kilpailujen aikana myydyistä elintarvikkeista saaduilla varoilla.

5.TALOUS

Seuran talousarvio päättyy tuottojen osalta 242 590,00 euroa ja kulujen osalta summaan 241 790,00 euroa. Kaupungin liikuntaviraston toiminta-avustukseksi talousarvioon on merkitty 3500,00 euroa.

Jaostojen puheenjohtajat vastaavat siitä, että oman jaoston kustannukset pysyvät vuosikokouksessa vahvistetun talousarvion puitteissa. Ylityksistä tulee neuvotella johtokunnan kanssa.

Yhdessä seuran toiminnantarkastajina toimivat Martti Väänänen (toiminnantarkastaja) ja Hannu Pohjanen (varatoiminnantarkastajana).

Jäsenmaksut vuodelle 2021 ovat seuraavat

- alle 18-vuotiaat 22 €
- yli 18-vuotiaat 27 €
- perhejäsenmaksu 47 €
- ainaisjäsenmaksu 150 €
- kannatusjäsenmaksu 150 €

6.MUUTA

Seuran kaikista harjoituksista ja kilpailumatkoista pidetään tilastoa, koska toiminnan määrä on yksi kriteeri toiminta-avustusten myöntämisessä.

Toimintasuunnitelma hyväksytty seuran syyskokouksessa 15.11.2020