



TOIMINTAKERTOMUS 2021

1. YLEISTÄ

Toimintavuosi 1.1.- 31.12.2021 oli voimistelu- ja urheiluseura Kiimingin Urheilijat ry:n 83. kausi. Koronapandemia vaikutti jo toista vuotta KiimUn toimintaan. Toimintaa oli vähemmän ja tästä seurasi vaikutuksia seuran talouteen. Seurassa toimivat urheilumuodot ovat hiihto, lentopallo, terveysliikunta, pesäpallo, suunnistus, voimailu ja yleisurheilu.

Hiihtojaoston toiminta painottui harrastus- ja seurakilpailutoiminnan tarjoamiseen lapsille ja nuorille.

Terveysliikuntajaosto järjesti monipuolista ryhmäliikuntaa, joskin vuoden 2021 koronarajoitukset rajoittivat toimintaa merkittävästi vuoden alussa. Tammi-helmikuussa kokoontumisrajoitusten vuoksi tarjontaa oli supistettu ja myös ryhmien koko oli rajoitettu 10 henkilöön. Huhtikuussa jaosto uusi Olympiakomitea Tähtiseuratuksen sekä aikuisten että lastenkin liikuntaan. Elokuun alussa jaosto järjesti tilauskoulutuksen lasten liikuntakerhojen ohjaajille ja jaosto aloitti FreeGym lajin 7-9 -vuotiaille.

Toukokuussa 2021 järjestettiin Pompi ja punnerra -koko perheen ulkoliikuntatapahtuma. Ehkä syynä oli korona ja kylmä ilma, sillä tapahtuman osanottajamäärä jäi vähäiseksi.

Pesäpallojaoston toimintaan sisältyi harrastejoukkueen toimintaa. Lentopallojaostossa harjoitteli osan vuotta naisten joukkue. Yli 12 -vuotiaiden lentiskerho käynnistyi syksyllä.

Suunnistusjaosto mahdollisti jäsenistölle harrastus- ja kilpailutoiminnan. Kesäkuussa jaosto järjesti kansalliset suunnistuskilpailut Hannuksessa yhdessä Koskelankylän Riennon kanssa.

Yleisurheilujaosto mahdollisti harrastus- ja kilpailutoiminnan juniori-ikäisistä lapsista aikuisurheilijoihin. Vuoden 2020 joulukuussa jaoston lasten ja nuorten toiminnalle myönnetty Olympiakomitea tähtiseuratuksen julkistettiin tammikuussa 2021 ja SUL:n pohjoisen alueen päällikkö Yrjö Kelhä luovutti tunnuksen yleisurheilukerhon harjoitusten yhteydessä. Ohjattuja yleisurheilukerhoja pidettiin kesäkuussa Ponnonmäen ja Laivakankaan kentällä. Näistä Laivakangas oli uusi paikka. Yleisurheilujaoston omatoimitreenit pyörivät koko kesän.



Kesäkuussa järjestettiin nelipäiväiset sporttileirit Kiiminkipuiston kentällä ja Laivakankaan kentällä. Leirejä järjestettiin yhteensä 3. Jalkapallokerhoa oli kesäkuussa Ponnonmäen kentällä.

Perinteinen 8-sivuinen KiimU-sanomat ilmestyi elokuun alussa. Lehti jaettiin kiiminkiläisiin kotitalouksiin ja lehdessä esiteltiin seuran toimintaa. Liikuntaneuvojana työskenteli koko kertomusvuoden Emilia Nousiainen, joka ohjasi KiimUn matalankynnyksen lasten liikuntakerhoja, loppuvuodesta myös yhtä kaupungin harrastamisen aarrearkkuliikuntaryhmää ja 60+ -vuotiaiden kuntosaliryhmiä.

Elokuun 28.päivä järjestettiin Kiiminki-maraton juoksutapahtuma yhteistyössä Kiimingin Riennon kanssa. Tapahtumaan osallistui 198 juoksijaa.

Kimmokkeen jouluvalot sytytettiin marraskuun kolmannella viikolla.

KiimU järjesti virtuaalisen uudenvuodenaaton tapahtuman, jonka ohjelmana oli tulishow-esitys. Esityksen kustannukset katettiin KiimUlle myönnetyllä alueellisella toimintarahalla. Kiiminki-Seura osallistui myös kustannuksiin 200 eurolla.

Seura työllisti kesätyösetelillä 10 nuorta ja PoPLin (OKM) työllistämistuella tuella kaksi nuorta. KiimU oli mukana puolivuotta PoPLin työtä hyvässä -seurassa hankkeessa, jossa oli mukana kolme muuta seuraa. Hankkeen kautta KiimU sai media-assistentti Perttu Vedenojan työpanosta käyttöönsä jonkin verran.

Seuran jäsenmäärä oli vuoden 2021 lopussa 700. Alle 18-vuotiaita nuoria on ollut toiminnassa aktiivisesti mukana yhteensä noin 260.

Kiimingin Urheilijat ry:n toiminnanjohtajana työskenteli Päivi Mikkonen. Kuntosalivalvojana ja siistijänä on toiminut Raija Väänänen ja hänen palkkaukseen on saatu palkkatukea.

Kiimingin Urheilijat ry sai Oulun kaupungilta toiminta-avustusta 3160 euroa. (Vuonna 2020 toiminta-avustus oli 3684 euroa.) Jäsenmaksut olivat kertomusvuonna seuraavat: 18-vuotta täyttäneet 27 euroa, alle 18-vuotiaat 22 euroa, perhejäsenmaksu 47 euroa, ainaisjäsenmaksu 150 euroa, kannatusjäsenmaksu 150 euroa.

Seuran kirjanpitoa hoiti kertomusvuonna toiminnanjohtaja ja Pohjois-Pohjanmaan Liikunta ry:n talousosasto. Toiminnantarkastajina kertomusvuonna olivat Martti Väänänen ja Hannu Pohjanen. Seuran toimitalo Kimmoke oli vakuutettu laajalla turvatasolla.

Alle 18-vuotiaiden harjoitussuoritteet:

Hallinto 1239 parkour, palloilukerhot, kesän sporttileirit (vuonna 2020 luku oli 1051)

Hiihto 215 (vuonna 2020 luku oli 230)

Lentopallo 98 (vuonna 2020 luku oli 400)

Yleisurheilu 1012 (vuonna 2020 luku oli 684)

Terveysliikunta 2428 (vuonna 2020 luku 1532)

2.HALLINTO

KEVÄTKOKOUS

Kevätkokous pidettiin 18.4.2021 Kimmokkeessa. Kokouksessa käsiteltiin ja hyväksyttiin vuosikertomus vuodelta 2020 sekä tuloslaskelma ja tase sekä toiminnantarkastajien lausunto. Tilinpäätös vuodelta 2020 vahvistettiin ja tili- ja vastuuvapaus myönnettiin asianosaisille. Tilaisuudessa oli läsnä 8 jäsentä.

SYYSKOKOUS

Syyskokous pidettiin 21.11.2021 Kimmokkeessa. Kokouksessa hyväksyttiin seuralle urheilumuodot vuodelle 2022. Jaostojen esittämät toimintasuunnitelmat hyväksyttiin sekä vahvistettiin jäsenmaksut vuodelle 2022. Syyskokous hyväksyi toimintasuunnitelman vuodelle 2022. Kokouksessa hyväksytty talousarvio sisälsi tuloja ja menoja yhteensä 226300 euroa. Johtokuntaan valittiin Riitta Suorsa, Tanja Erkkilä ja Mika Jurvakainen. Niina Juuso, Minna Heikkilä ja Petri Taskinen jatkavat johtokunnassa. Tilaisuudessa oli paikalla 9 henkilöä.

3. JOHTOKUNTA JA SEN KOKOUKSET

Puheenjohtaja:	Kaisuleena Joenvaara
Varapuheenjohtaja:	Minna Heikkilä
Johtokunnan jäsenet:	Tanja Erkkilä, Niina Juuso, Minna Heikkilä, Riitta Lehtola ja Petri Taskinen.
Sihteeri/toiminnanjohtaja:	Päivi Mikkonen

Johtokunta kokoontui kertomusvuoden aikana kaksitoista (12) kertaa.

LÄSNÄOLO KOKOUKSISSA

lukumäärä

Kaisuleena Joenväärä	10
Mika Jurvakainen	10
Niina Juuso	12
Riitta Suorsa	11
Tanja Erkkilä	12
Minna Heikkilä	11
Petri Taskinen	9
Päivi Mikkonen	12

4. JAOSTOT

IIIHTO

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



Toiminnan tavoite

Tavoitteena hiihtojaostolla on tarjota matalan kynnyksen toimintaa hiihdosta innostuneille ja kiinnostuneille. Hiihtoharjoitukset niin syksyisin sulan kelin aikaan kuin talvellakin hiihtäen ovat kenties näkyvin osa jaoston toimintaa.

Talvella jaosto pyrkii järjestämään kaikille avoimia hiihtokilpailuja, joissa kaikki osallistujat palkitaan ja näin kannustamaan mahdollisimman monta lasta ja nuorta hiihdon pariin.

Mahdollistetaan kansallisiin kilpailuihin osallistuminen Kiimingin Urheilijoiden ”väreissä”

Toteutus ja menetelmät

Hiihtojaoston toiminta pysyi varsin suppeana koronapandemian vuoksi myös vuonna 2021. Jaosto on kuitenkin tarjonnut edelleen lapsille ja nuorille mahdollisuuden harrastaa hiihtoa, osallistua kilpailuihin ja kannustanut monipuoliseen liikuntaan mm. hiihtokerhotoiminnalla.

Perinteistä hiihtoleiriä ei järjestetty koronarajoitusten vuoksi.

Hiihtojaosto oli suunnitellut pidettäväksi vähintään kahdet matalan kynnyksen hiihtokilpailut helmikuussa, mutta tapahtumien järjestäminen ei ollut mahdollista koko talvikauden aikana pandemian aiheuttamien rajoitusten vuoksi.

Aikuiset

Pääsiäisen aikaan hiihtojaosto järjesti someen haasteen, jossa kannustettiin nuoria (alle 20v) hiihtämään keväthangilla ja osallistumaan näin palkintojen arvontaan.

Kouluikäiset ja sitä nuoremmat

Lasten hiihtoharjoitukset pidettiin Honkimaalla niin keväällä kuin syksylläkin tiistai-iltaisina. Harjoituksia pidettiin kahdessa eri ryhmässä. Nuorempien ryhmässä hiihtokerholaisten ikäjakauma oli 5-7 vuotta ja toisessa ryhmässä kävi säännöllisesti harjoituksissa 8-12 -vuotiaita. Ohjaajana toimi Tanja Erkkilä.

Ikäryhmässä 5-12 -vuotiaat suoritteita tuli seuraavasti: Kevään aikana harjoitussuorituksia tuli: 98 kpl, koronasulku viivästytti kauden aloitusta Syksyn aikana harjoitussuorituksia tuli: 117 kpl

Suoritteiden määrä oli yhteensä 215 kpl vuonna 2021

Muuta

Jaoston varainhankinta tapahtui omalla talkootyöllä (Kiiminki-maraton). Kansallisten/piirikunnallisten hiihtokilpailuiden osallistumismaksut ovat olleet suurimmat menoerät vuonna 2021.

LENTOPALLO

Jaoston jäsenet: Pj Kati Rytinki, Meeri Tuomaala, Katja Heikkinen, Kaisuleena Joenväärä, Mimosa Joenväärä.



Toiminnan tavoite

Tarjota liikuntaa ja mukavaa yhdessäoloa lentopallon parissa. Antaa halukkaille mahdollisuus osallistua paikallisarjaan. Sekä tarjota mahdollisuuksia nuorille tutustua lajiin ilman kilpailuvelvoitetta.

Toteutus ja menetelmät

Aikuiset

Naistenjoukkueessa on 15 naista, joista 10 naista pelaa paikallissarjaa. Treenit 2x viikossa, tiistaisin Kiiminkipuiston koululla ja torstaisin Kiiminkijoen koululla. Covid-19 epidemian vuoksi kausi loppunut kevät 2021 osalta heti alkuvuodesta. Syksyllä 2021 aloiteltu sarjaa ja treenaamista uudelleen. Paikallissarjan kotipelit pelattiin Kiiminkipuiston koululla. Naisten valmentajana toiminut Kati Rytinki.

Salivuorot maksettiin talkoorahoilla. Sarjaa pelaavat maksoivat 15€ kausimaksun, jolla maksettiin palkkiot tuomarille ja kirjurille. Sponsorirahoituksella maksettiin uusille pelaajille pelipaidat ja verkkatakit.

Naiset: 23 treenikertaa syksyllä 2021. Covid-19 vuoksi keväällä 2021 ei treenejä. Treeneihin osallistujia keskimäärin 8hlö. **Suoritteiden määrä 184**

Kouluikäiset

Lentiskerhoa on pidetty yli 12-vuotiaille yläkouluikäisille, mutta myös ala-asteikäiset ovat päässeet lajiin tutustumaan. Kerhoa on pidetty kerran viikossa, torstaisin Kiiminkijoen koululla. Lajista kiinnostuneita ja innostuneita kouluikäisiä on löytynyt alueeltamme mukavasti.

Syksyllä lentiskerhoa pidettiin 15 kertaa ja osallistujia treeneissä kävi 5-13 kouluikäistä.

Suoritteiden määrä 98.

Muuta

Naiset osallistuivat Kiiminki maraton talkoisiin. Harjoituspelejä pelattiin Oulunsalon Vasaman A-tyttöjä vastaan.

PESÄPALLO

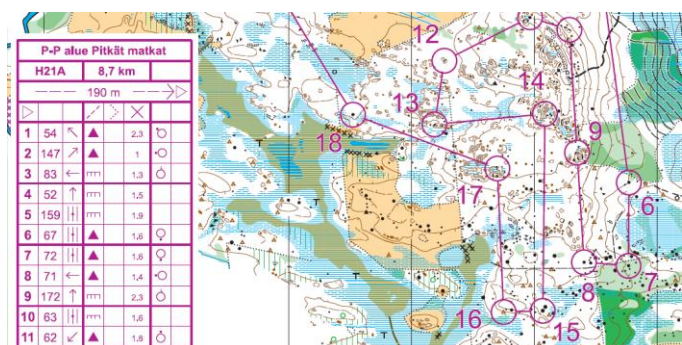
Jaosto: Kari Lampinen pj, Kiimingin Urheilijoiden pesäpallojaostoon kuului kaudella 2021 harrastepesistointia. Harrastepesiksen treenit olivat salibändiä talvikaudella ja kesällä pesäpalloa. Harrastepesiksen toiminnassa on ollut mukana noin 20 aikuista.



SUUNNISTUS

Kunto- ja kilpasuunnistusta

Jaoston jäsenet: Kari Räisänen, Jarmo Pääkkönen, Esko Takkinen, Mika Jurvakainen (pj). Kokouksia pidettiin vuoden aikana 2.



Rukavaaran haastavaa suunnistusmaastoa.



Vaativa rastipiste Rukavaaran kalliomaastossa.



Kisakeskus Hannuksessa



Sunnuntain viestien lähtö.

Aluemestaruuskilpailut Hannuksen Rukavaarassa

Kiimingin Urheilijat ja Koskelankylän Riento järjestivät Hannuksen Rukavaarassa suunnistuksen aluemestaruuskilpailut 19.-20.6.2021. Lauantaina suunnistettiin pitkänmatkan kilpailu ja sunnuntaina olivat viestit. Rukavaaran maasto on todellinen suunnistuksen helmi Oulun seudulla. Maastossa ei ole polkuja auttamassa suunnistajaa. Metsä on paikoitellen mahtavaa ikikuusikkoa ja maastossa on runsaasti pienipiirteisiä avokallioalueita. Maasto ja radat saivatkin runsaasti kehuja. Yhteistyö KoskRin kanssa sujui loistavasti, kuten myös Hannuksen kyläyhdistyksen kanssa, joka järjesti Halkolan Karin talon pihapiiriin kahvion kisojen ajaksi. Karille iso kiitos kisojen mahdollistamisesta. Ilman Karin suostumusta ei kisoja voi järjestää Hannuksesta. Lauantaina pitkällä matkalla kilpailijoita oli 150 ja sunnuntaina viesteissä 78. Haastava koronatilanne vähensi kilpailijoiden määrää huomattavasti.

Oulu-rastit

Kesällä 2021 Kiimingin Urheilijat järjestivät 2 Oulurastit. Kesäkuussa suunnistettiin Hannuksen

Rukavaarassa aluemestaruuskisamaastossa. Juhannusviikon maanantaille osui kesän pahin ukkosmyrsky, joka irrotti kattoja ja kaatoi puita Oulun seudulla. Tiistaille, eli meidän Oulurastipäivälle, ennustettiin samanlaista myrskyä, joten siirsimme suosiolla rastit järjestettäväksi seuraavalle päivälle keskiviikolle. Tiistain myrsky oli Oulunseudulla vaarattomampi kuin edellisenä päivänä, mutta idempänä Rokualla ja

Koillismaalla myrsky kaatoi metsää 3 miljoonaan kuutioita. Rukavaaran maastossa tuli muutamia tuulenkaatoja. Keskiviikon Oulurasteilla sää oli kesäisen aurinkoinen.

Elokuun alussa suunnistettiin Kiimingin Honkimaalla. Kisakeskus pystytettiin tällä kertaa Näätämonentielle, entisen Eräkontion parkkipaikoille. Sää suosi tällä kertaa KiimUn Oulurasteja ja suunnistajia tuli mukavasti 225.

Kartat

Kesälle 2021 KiimUn suunnistajat laajensivat ja täydensivät Honkimaan karttaa Oulurasteja varten. Lisäksi ajantasaistettiin Kurkiselän kartta. Karttaa käytettiin seuranmestaruuskilpailuissa, jotka järjestettiin 4.9.2021.

Päivämäärä	Paikka	RTM	Osallistujia, joista lapsia	Radat
23.6	Hannus, Rukavaara	Lasse Qvist / KoskRi	137 / 10	A,B,C,D
30.7	Honkima, Kiiminki	Kari Räisänen	225 / 20	A,B,C,D

Taulukko: Kiimingin Urheilijoiden järjestämät Oulurastit vuonna 2021

Yhteensä 362 / 30

TERVEYSLIIKUNTA

Jaoston jäsenet: Minna Heikkilä pj, Arja Aula-Matila, Tuija Hepo-oja-Ylitolva, Päivi Mikkonen

Toiminnan tavoite

Terveysliikunta jaoston tavoitteena on tarjota eri-ikäisille kiiminkiläisille monipuolista harraste- ja hyvinvointiliikuntaa.

Tämän lisäksi 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

Aikuiset

Kevätkausi huhtikuu 2021						
MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
				9.30-10.30 Kahvakuula Emilia, Päivi		
		10.00-11.00 Kehonhuolto Emilia				
					11.00-12.00 Pilates Katja K	
18.00-19.00 Pump Tanja	18.00-19.00 Kahvakuula Päivi	17.30-18.20 Vatsa-peppu-reisi Päivi	17.30-18.30 FitCross Päivi	18.00-19.00 Step + core Päivi		
19.10-20.05 Kiinteytys Tanja	19.30-20.30 Slowjooga Tiia	18.30-19.30 Pump Sanni	19.00-20.00 FitJooga Katja K			17.50-18.45 Zumba Laura

Kuva: Aikuisten ryhmäliikuntakalenteri helmikuu 2021

Aikuisille on tarjottu läpi vuoden monipuolisia liikkumismahdollisuuksia. Kimmokkeen ryhmäliikuntatunnit ovat mahdollistaneet monipuolisen liikkumisen ryhmässä. Viikoittaiset tunnit ovat sisältäneet sekä aerobisia tunteja että lihaskuntotunteja, joissa on hyödynnetty seuran hankkimia erilaisia välineitä. Olemme huomioineet myös kehoa palauttavan liikunnan ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tarjoamalla kehonhuoltotunteja ja joogaa.

Koronapandemian aiheuttamat kokoontumisrajoitukset haastoivat aikuisten ryhmäliikunnan järjestämistä erityisesti alkuvuonna. Toimintaa rajoitettiin ryhmäkoon osalta, mikä vaikutti tuntien monipuolisuuteen ja määrään. Tammikuun kolmena ensimmäisenä viikkona ryhmäliikuntaa oli 2–4 tuntia viikossa. Ryhmäkoko oli enintään 10 henkilöä ja asiakkaat varasivat paikan jumpalta etukäteen. 25.1.2021 alkaen rajoituksia kevennettiin ja ryhmäliikuntakalenteriin lisättiin tunteja.

Pandemia on vaikuttanut koko vuoden ajan kävijämääriin alentavasti. Sairauspoissaoloihin liittyvät tarkat säädökset ovat tuoneet oman haasteensa ohjaajien saatavuuteen. Kevätlukukaudella 2021 kuukausipalkkaa saavat työntekijät eli Emilia Olsbo ja Päivi Mikkonen ohjasivat paljon tunteja, minkä avulla kustannukset pystyttiin pitämään kohtuullisina. Syksyllä 2021 ryhmäliikunnan viikkotunteja nostettiin kevään kolmestatoista kahdeksaantoista ja ohjausvastuuta siirrettiin enemmän tuntipalkkaisille ohjaajille.

Ryhmäliikuntasuoritteita oli 5477 (vuonna 2020 suoritteita oli 8007, vuonna 2019 suoritteita oli 12 925 ja 2018 suoritteita oli 12 185).

Alle kouluikäiset:

Liikuntaleikkiryhmässä harjoiteltiin motoristen taitojen lisäksi aistimusten käsittelyä, ryhmässä toimimista, aktiivisuustason säätelyä sekä kehon hallintaa ja -hahmottamista. Tuntemalla kehonsa lapsi sai rohkeutta käyttää luovuutta ja olla oma itsensä.

Haimme salivuoroja esimerkiksi Jäälän koululle enemmän kuin edellisenä vuonna, että olisimme voineet tarjota myös siellä alle kouluikäisille oman ryhmän, mutta emme saaneet vuoroja.

Suoritteiden määrä 156

Kouluikäiset

Kouluikäisille oli tarjolla keväällä 2021 Kiimingissä Ylikylän ja Kiiminkijoen koululla voimistelukoulua, telinevoimistelukoulua ja liikkaria. Jäälän koululla oli kaksi voimistelukouluryhmää. Syksyllä 2021 näiden lisäksi Ylikylän koululle perustettiin Freegym.

Voimistelu- ja telinevoimisteluissa noudatettiin jaoston yhteisesti laatimia vuosi- ja tuntisuunnitelmia. Voimistelukoulut olivat lähinnä aloittelijoille ja telinevoimistelussa oli ryhmiä sekä aloittelijoille että jo vähän enemmän harrastaneille. Ryhmissä oli mukana sekä uusia että jo seurassamme pitkään harrastaneita. Tunneilla harjoiteltiin voimistelun perustekniikoita, kehon hallintaa sekä musiikkiin tekemistä.

Suoritteiden määrä 2272



Jaakko Harju kouluttaa terveystoimintajäsenien lasten liikunnan ohjaajia.

Muuta

Huhtikuussa jaosto uusi Olympiakomitean tähtiseuratuksen aikuisten sekä lasten ja nuorten voimistelussa.

Auditoinnin yhteydessä jaosto asetti toiminnalleen kehittämiskohteita johtamiseen ja hallintoon, viestintään ja markkinointiin sekä urheilutoimintaan.

Elokuussa 2021 järjestimme Voimisteluliiton kanssa yhteistyössä koulutuspäivän terveystoimintajäsenien lasten ryhmien ohjaajille. Aiheena koulutuspäivässä oli freegym ja avusta oikein. Kouluttajana toimi Jarkko Harju. Ohjaajat saivat päivän aikana paljon vinkkejä tuntien sisältöihin ja tärkeää tietoa liikkeen turvallisuuden varmistamisesta.

Lokakuussa 2021 aikuisten ryhmäliikuntaohjaajilla oli mahdollisuus osallistua etänä Kimmokkeella Voimisteluliiton Convention-tapahtumaan. Tapahtumassa oli tarjolla esimerkkitunteja, muun muassa kestävyys-, lihaskunto- ja kehonhuoltotunteja.

Marraskuussa 2021 järjestimme aikuisten ryhmäliikuntaohjaajille virkistytymispäivän, jossa oli Raimo Korpelan ohjaama fitcross tunti ja Sanna Virtasen ohjaama lempeä tanssitunti. Tämän jälkeen istuimme yhteisen pöydän ääreen ruokailemaan sekä arvioimaan kulunutta vuotta ja suunnittelemaan tulevaa.

VOIMANOSTO

Jaoston jäsenet: Jouko Piri (Puheenjohtaja), Timo Salminen (Rahastonhoitaja), Miika Lehtikangas, Ville Vahtola, Tomi Kurkela, Kimmo Röppänen, Markus Vilppola, Jani Pöykiö, Mari Kukkonen, Pauliina Saxlund, Tomi Wickström, Aki Koskela ja Simo Järvinen.



Kilpailutoiminta

Vuonna 2021 jaoston jäsenet eivät osallistuneet Suomen Voimanostoliiton alaisiin kilpailuihin loukkaantumisien eikä koronan vuoksi.

Timo Salminen ja Tomi Kurkela olivat tuomareina OPT:n (Oulun Power Team) järjestämissä voimanoston kansallisissa kilpailuissa Oulussa 12 Kesäkuuta ja 9 Lokakuuta.

Muu toiminta

Jaosto on tehnyt tarvittavat päätökset ja hoitanut tiedotustoiminnan pääasiallisesti jaoston oman keskusteluryhmän kautta sekä sähköpostien välityksellä.

TALOUS

Voimanostajaoston tulot ovat muodostuneet talkootuloista.

YLEISURHEILU

Jaoston jäsenet: Niina Juuso (pj), Antti-Pekka Rönkkö, Johanna Leppäniemi, Anna Pasuri, Janne Juuso, Ilmari Hyvärinen



Kesäkuussa 2021 pidettiin yleisurheiluharjoituksia myös Laivakankaan kentällä.

Toiminnan tavoite

Yleisurheilujaoston tavoitteena on tarjota lähinnä lapsille ja nuorille mahdollisuus yleisurheilun harrastamiseen ja kilpailemiseen. 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

Vuonna 2021 Kiimingin Urheilijat tarjosivat lasten ja nuorten yleisurheilukerhoja neljälle eri ikäryhmälle 5-6v, 7-9v, 10-13v ja yli 13v. Lasten ja nuorten yleisurheilukerhoja ohjasi Emilia Nousiainen, Richard Ebrahim ja Merja Perätalo. Lasten kerhoissa apuohjaajina lisäksi toimivat Jenna Kamula ja Anna-Erika Riihiäho

Vuosi 2021 oli vielä poikkeuksellinen koronapandemian vuoksi. Suomessa vallitsi edelleen maailmanlaajuinen koronaepidemia aiheuttama poikkeusaika, joka koitteli myös yleisurheilutoimintaa. Aikuisten harrastustoiminta oli keskeytettyä kevään 2021, mutta lasten kerhotoiminnat saivat jatkua. Syksystä kevääseen kerhot pidettiin uudella Kiiminkipuiston koululla ja kesän aikana kokoonnuttiin Ponnnonmäen kentälle harjoittelemaan ja kilpailemaan. Lisenssiurheilijoiden lukumäärä:

Aikuisten lisenssejä: 2 lapset: 5

5-6 – vuotiaat

YU/Sporttikerhossa harjoiteltiin motorisia perustaitoja ja yleisurheilun alkeita. Kerho aloitti uutena kerhona syksyllä 2021. Kerhon ohjaajana toimi Emilia Nousiainen.

Suoritteiden määrä: syyskaudella 153

7-9 -vuotiaat

7-9 -vuotiaiden kerhossa tavoitteena oli motorisia perustaitojen sekä erilaisten yleisurheilutaitojen harjoittelu, pääpainona juokseminen, hyppääminen ja heittäminen. Toiminta rakentui paljon myös erilaisten pelien ja leikkien muotoon mahdollistaen lapsille leikinomaista ja vaihtelevaa liikuntaa. Kerhon ohjaajana toimi Emilia Nousiainen (kevät 2021) Richard Ebrahim (syksy 2021).

Suoritteiden määrä: kevätkaudella 193 ja syyskaudella 175

10-13 -vuotiaat

10-13 -vuotiaille toiminta oli pääosin kuten 7-9 vuotiaille. Kerhossa harjoiteltiin liikunnallisia perustaitoja yleisurheilun eri lajien merkeissä, kohotettiin kestävyys- ja lihaskuntoa omalla kehonpainolla sekä pelattiin erilaisia pelejä.

Kerhon ohjaajana toimi Emilia Nousiainen (kevät 2021) ja Merja Perätalo (syksy 2021).

Suoritteiden määrä: Kevätkaudella 103 ja syyskaudella 131

Yli 13 -vuotiaat

Yli 13-vuotiaiden harjoitukset keskittyivät enemmän lajikohtaiseen harjoitteluun ja fyysisten ominaisuuksien kehittämiseen. Kerhon ohjaajana toimi Richard Ebrahim

Suoritteiden määrä: kevätkaudella 76 ja syyskaudella 67

KESÄKUUN suoritteet: Ponnonmäen kenttä (2 ryhmää) 68 ja Laivakankaan kenttä (1 ryhmä) 23

Näiden lasten ja nuorten ohjattujen ryhmien lisäksi yleisurheilujaosto pyöritti läpi vuoden omatoimista sali- ja kenttävuoroa, joka mahdollisti halukkaille itsenäistä yleisurheilua lajiharjoittelua ohjattujen harjoitusten lisäksi.

Syksyllä 2021 KiimUn yleisurheilujaosto järjesti myös erillisen keihäänheittolajikurssin. Kurssi oli kolmen kerran kurssi, jossa harjoiteltiin keihäänheittoperusteita, hiottiin lajitekniikkaa ja opeteltiin keihäänheittoon sopivia oheisharjoitteita. Kursin ohjaajana toimi Merja Perätalo. Kurssille osallistui niin aikuisia kuin lapsia, yhteensä 12 henkilöä.

Kilpailutoiminta

Kiimingin Urheilijoiden yleisurheilijoista parhaiten menestyi Antti-Pekka Rönkkö. Kaudella 2021

Antti-Pekan Kalevan kisoissa sijalle 12, mutta kauden parhaan tuloksen 15,97m Antti-Pekka työnsi Limingan Laidunkauden avaus - avoimissa kilpailuissa.

KiimUn lapset ja nuoret kilpailivat pääosin lähialueen aluekisoissa. Piirimestaruuskilpailuihin KiimUn junioriyleisurheilijat osallistuivat viiden urheilijan voimin. Noissa piirimestaruuskilpailuissa he voittivat kaikkiaan 7 mitalia: 3 kultaa, 3 hopeaa ja 1 pronssia:

T14 Iina Pasuri: 2. kuulantönnössä ja 2. keihäänheitossa

P13: Joonas Juuso 1. kiekonheitto ja 1. keihäänheitto

P9: Pietu Pasuri 3. kuulantöytä

T9: Seela Juuso 1. keihäänheitto ja 2. kiekonheitto

Kiimulaisista kilpailuihin osallistui myös Hilla Mattila T9 sarjaan. Parhaiten hän sijoittui korkeushypyssä, jossa sijoittui 5:ksi.

Kesän 2021 aikana KiimUn yleisurheilujaosto järjesti vain yhden seurakisat elokuussa 2021. Kesäkuun seurakilpailut jouduttiin perumaan myrskyn vuoksi.

Elokuun seurakilpailuihin osallistui kaikkiaan 20 lasta. Seurakilpailuissa jokainen lapsi palkittiin ottelunomaisesti pisteittäen. Näin lapsia kannustettiin osallistumaan monipuolisesti kaikkiin kilpailuviin lajeihin.

Elokuussa 2021 Kiimun yleisurheilujaosto järjesti myös perinteiset Kiiminki -Ylikiiminki- Yli-II Pitäjäottelut. Tapahtuma järjestettiin Ponnonmäen kentällä ja se keräsi runsasmääräisen osallistujamäärän. Lajit olivat perinteisesti P15: 100m ja kuula, T15 100m ja pituus, N 100m, pituus, kuula ja 800m. M 100m, kuula, pituus, keihäs ja 1500m sekä M50 100m, 1000m ja kuula. Näiden lisäksi kilpailut päättyivät perinteisesti ruotsalaisviestiin.

Aikuisurheilijat

Toinen koronavuosi rajoitti vielä jonkin verran aikuisurheilijoidenkin toimintaa. Talviharjoittelua hankaloitti liikuntatilojen rajoitukset, kesällä ulkona päästiin onneksi treenaamaan normaalisti. Aikuisurheilijoiden harjoittelu oli pääosin omatoimista.

Kotimaassa kilpailuja voitiin jo järjestää, kansainväliset kisat siirtyivät vuodella eteenpäin. Kilpailumenestys oli edelleen hyvällä tasolla vaikkakin SM-kisoihin osallistui vain kaksi kiimulaista.

SM-kisoissa Mikkelissä Markku Hanhela voitti pronssia moukarissa M50-sarjassa.

Keijo Aaltonen voitti M65-sarjassa kultamitalin kiekossa ja kaksi hopeaa, lajit moukari ja painonheitto sekä lisäksi SM-kultaa heitto-ottelusta Lahdessa.

Lisäksi Timo Kopakkala heitti M75-sarjassa erinomaisia tuloksia kansallisissa kisoissa mutta ei tällä kertaa osallistunut SM-kisoihin.

Muuta

Yleisurheilujaoston varainhankinta perustui vuonna 2021 talkootyöhön. Jaosto oli mukana Kiiminki-maratonin järjestelyissä.

5. KIMMOKE



Kimmokkeen kuntosali oli avoinna lähes koko vuoden. Vuoden viimeinen viikko toimi ajanvarauksella, koska AVI kielsi kuntosalien avoinna pitämisen yleisölle, mutta yksityiskäyttöön vuokrattuna ja ammattiurheilijoille kuntosaliharjoittelu oli mahdollista. Koronapandemia vaikutti asiakasmäärään koko vuoden ajan. Vähiten asiakkaita kävi alkuvuodesta 2021. Kesän jälkeen syyskuusta lähtien asiakasmäärät ovat lisääntyneet, mutta ei ihan samoihin lukuihin kuin ennen koronaa. Kuntosalin asiakaspalvelu- ja siistijän, Raija Väänäsen, palkkauskuluihin saatiin palkkatukea. Yksilöllisestä kuntosaliohjauksesta asiakkaille ovat vastanneet liikuntaneuvoja Emilia Nousiainen ja toiminnanjohtaja. Kimmoke-talon kuntosali mahdollisti kaikille +65 vuotiaille OuluCardin hankkineille ilmaisen kuntosaliharjoittelun kolmena arkiaamuna (ma,ke,pe) kello 8-10. Syyskuun alusta kaupunki lisäsi vuoroja +65-vuotiaille lauantaille ja sunnuntaille (10-12). Kaupunki maksoi tästä palvelusta Kiimingin Urheilijoille.

Kuntosalin aukioloajat olivat pääsääntöisesti seuraavat: ma-to klo 13 - 19, pe 12-18 sekä la 11-14 ja su klo 15-18.

Kuntosalilla tilastoitiin vuonna 2021 elokuu-joulukuu ajalla yhteensä 12012 käyntiä. Tammi-heinäkuun tilastointi lukuja ei saa, koska tietokoneen ohjelma on kaatunut elokuun alussa ja lukuja on poistunut ohjelman päivityksen vuoksi. Todennäköisesti käyntimäärät ovat vähintään vuoden 2020 tasoa (vuonna 2020 oli 25 885, vuonna 2019 oli yhteensä 35 207 käyntiä, vuonna 2018 oli 34 638 ja vuonna 2017 käyntejä oli 32046)

Kaupungin liikuntapalvelut osti Kimmokkeelta yhden vuoron viikossa nuorille kevätkaudella ja syyskaudella.

Loka-marraskuussa Rovaniemen Urheiluopiston Niklas Määttä suoritti liikuntaneuvoja tutkintoon kuuluvan kuuden viikon työharjoittelun Kiimingin Urheilijoissa keskittyen aikuisten ryhmäliikunnan ohjaamiseen.

Kuntosalilla järjestettiin ohjattua kuntopiiriharjoittelua, jossa perehdytettiin kuntosaliharjoitteluun ja opastettiin käyttämään Kimmokkeen kuntosalilaitteita. Kuntosali kursseja järjestettiin useita ja niiden kesto oli 5-8 kertaa.

Inbody-kehonkoostumusmittauksia Kimmokkeella järjestettiin vuoden 2021 aikana kahdesti.

Kimmokkeen kuntosalille luotiin markkinointisuunnitelma marraskuussa 2021. Oulun Seudun Leader Yritysinvestointituen hakemista varten toiminnanjohtaja laati liiketoimintasuunnitelman sekä rahoituslaskelman Kimmokkeen sisäisen laajennuksen toteuttamiseksi.

Kimmokkeen hierontatilassa on toiminut vuokralaisena Fysiobar koko toimintavuoden 2021 ajan. PoP Up Jooga on vuokrannut jumppasalin viikonlopun ajaksi omaan koulutuskäyttönsä yhteensä 10 viikonloppua vuoden 2021 aikana.

TOIMINTAKERTOMUKSEN LIITTEET

KiimU Lastenliikunta syksy 2021



Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
YU/Sportti 10-13v (Me,A) Kiiminkijoen koulu 17:00-18:00	Voimistelu 6-8v (E) Kiiminkijoen koulu 17:00-18:00	Parkour 10-15v (Elli) Kiiminkijoen koulu 17:00-18:00	Sähly/Palloilu 10-15v (R) Kiiminkipuiston koulu 17:00-18:00	Voimistelu 9-12v (T,F) Jäälän monitoimitalo 17:00-18:00
Sportti 5-6v (E) Kiiminkipuiston koulu 17:15-18:00	Voimistelu 9-11v (V,Ta) Kiiminkijoen koulu 18:00-19:00	Liike&leikki 5-6v (Elli) Kiiminkijoen koulu 18:00-19:00	Palloilu 7-9v (R) Kiiminkipuiston koulu 18:00-19:00	Voimistelu 6-8v (T,F) Jäälän monitoimitalo 18:00-19:00
YU/Sportti 7-9v (R, J) Kiiminkipuisto 18:00-19:00	Telinevoimistelu 6-8v (T,E) Ylikylä 17:30-18:30	Telinevoimistelu 10-13v (T) Ylikylä 17:00-18:00	Lentopallo 12v->(M) Kiiminkijoen koulu 18:00-19:30	E = Emilia R = Richard T = Tuija F = Fanni M = Mimosa
Sportti 13v-> (R) Kiiminkipuiston koulu 19:00-20:00	Telinevoimistelu 9-10v (T) Ylikylä 18:30-19:30	FreeGym 6-9v (T) Ylikylän koulu 18:00-19:00		V = Venla Me = Merja E = Eeva Ta = Tara A = Anna-Erika J = Jenna
	Hiihto Kimmo (Tan) 5-7v. Klo 18:00-18:45 8-12v. 18:45-19:30			Tan = Tanja

LIIKUNNAN ILDA, HYVÄÄ ILDA JA VASTUULLISUUTTA

Kevätkausi huhtikuu 2021						
MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
				9.30-10.30 Kahvakuula Emilia, Päivi		
		10.00-11.00 Kehonhuolto Emilia				
					11.00-12.00 Pilates Katja K	
18.00-19.00 Pump Tanja	18.00-19.00 Kahvakuula Päivi	17.30-18.20 Vatsa-peppu-reisi Päivi	17.30-18.30 FitCross Päivi	18.00-19.00 Step + core Päivi		
19.10-20.05 Kiinteytys Tanja	19.30 -20.30 Slowjooga Tiia	18.30-19.30 Pump Sanni	19.00 -20.00 FitJooga Katja K			17.50-18.45 Zumba Laura

kesä.21						
MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
		8.15-9.10 Fitcross Emilia		9.30-10.30 Kahvakuula Emilia		
		10.00 -11.00 Kehonhuolto Päivi				
		17.10-18.00 Aikuinen-lapsi kuntopiiri				
18.00-19.00 Step+core Tanja	17.50-18.50 Fitcross Anniina	18.10-19.10 VPR Katja K	18.00-19.00 Pump Sanni			
19.10-20.10 Pump Tanja	19.00-20.00 Kehonhuolto Anniina					17.50-18.45 Zumba 20.6.saakka Laura

elo.21						
MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
		8.15-9.10 Fitcross Emilia		9.30-10.30 Kahvakuula Emilia		
		10.00 -11.00 Kehonhuolto Emilia				
18.00-19.00 Step+core Tanja	18.00-19.00 Toiminnallinen tunti Anniina	18.00-19.00 VPR Katja K	18.00-19.00 Pump Sanni			
19.10-20.10 Pump Tanja	19.10-20.10 Kehonhuolto Anniina					

Syyskausi 30.8.- 19.12.2021						
MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
		08.15-9.10 FitCross Emilia				
	09.30-10.30 Lavis Päivi	09.30-10.30 Kuntojumppa Emilia		9.30-10.25 Kahvakuula Emilia		
		10.40-11.40 Äiti-lapsijumppa Päivi K		10.30-11.30 Kehonhuolto Emilia	11.00-12.00 Pump Katja K	
12.00-13.00 Circuit Emilia					12.05-13.05 Pilates Katja K	
18.00-19.00 VPR Tanja	18.00-18.55 Zumba Satu	18.00-19.00 Fitmove Katja	18.00-19.00 Pump Sanni			
19.10-20.10 PUMP Tanja	19.10 -20.10 Fitjooga Katja	19.10-20.10 Kahvakuula Elli	19.20 -20.20 SlowJooga Tiia			18.00-18.55 Zumba Laura