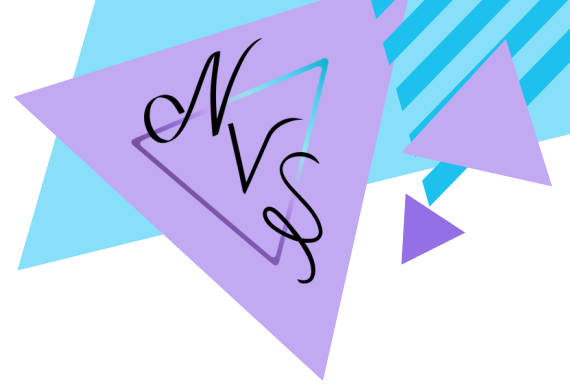


Toimintasuunnitelma 2025

Nokian Voimisteluseura ry



Johdanto

Seuran toimintasuunnitelma on laadittu vahvistamaan seuran pitkän aikavälin tavoitteita ja varmistamaan sen kestävä kehitys. Pää tavoitteena on jatkaa talouden kehittämistä hankkimalla taloushallintajärjestelmä ja ratkaisemalla treenihalli tilanne, sekä selkiyttää toimintaa ja tuoda kaikki toimintatavat tiettäväksi niin seuratoimijoille kuin harrastajillekin. Erityisesti joukkuevoimistelutoimintaa kehitetään ja kasvatetaan.

Talouden kehittäminen

Talouden tasapainottamiseksi jatketaan jo aiemmillä kausilla käyttöön otettuja toimintatapoja. Varainhankintaa tehdään pääasiassa erilaisten tapahtumien, kuten discojen ja näytösten kautta. Keväällä 2025 seura järjestää joukkuevoimistelun kilpailut, ja ne ovat yksi keskeisimmistä kauden varainkeruumenetelmistä. Varainkeruuta toteutetaan myös esimerkiksi simamyynnillä, lakritsimyynnillä ja Nokian Pepperin sponsoriaamiaisilla.

Seura sitoutuu edelleen tarkkaan budjetin laadintaan ja tiukkaan talouden seurantaan. Kiinteät kulut pyritään pitämään mahdollisimman pienenä. Tätä toteutetaan erityisesti miettimällä kilpapuolen treeniolosuhteita ja niiden mahdollisia muutoksia. Kauden tavoitteena on joko vaihtaa kilpapuolen treenitiloja tai neuvotella nykyisen treenihallin vuokrahinta sellaiseksi, jonka seuran talous kestää.

Suurena tavoitteena talouden hallinnan kannalta on hankkia seuralle toimiva taloushallintajärjestelmä. Sen avulla talouden seuraamisesta tulee oikea-aikaista, ja näin kaikkien toimijoiden on helpompaa pysyä kartalla taloudesta. Taloushallintajärjestelmän avulla saadaan myös tehostettua eri toimijoiden välistä viestintää sekä palkanlaskennan ja laskutuksen työtä.

Toiminnan selkiyttäminen

Seuratoimintaan on luotu aiemmillä kausilla monenlaisia ohjeita ja dokumentteja, kuten seuran toimintakäsikirja ja talousohjesääntö. Kaikki uudet dokumentit hyväksytään kauden 2025 aikana yhdistyksen kokouksissa. Sen lisäksi tavoitteena on käydä sekä seuratoimijoiden että harrastajien kanssa läpi kaikki toimintatavat, jotta ne tulevat oikeasti käyttöön. Toimintatapojen jalkauttaminen on keskeinen kauden tavoite.

Harrasteliikunta

Harrasteliikunnan päätavoitteet vuodelle 2025 ovat harrastajamäärän kasvu, toiminnan selkeyttäminen sekä laadun tasapainottaminen. Tarkoituksena on rakentaa harrastajille pitkäaikainen harrastuspolku, jolloin jo toiminnassa mukana olevat harrastajat voivat siirtyä halutessaan seuraavaan ikä/taitoryhmään. Tämän tavoitteen saavuttamiseksi ei harrasteliikunnan tunteja ainakaan vielä kevätkaudella 2025 lisätä radikaalisti, vaan ensisijaisesti pyrimme täyttämään olemassa olevia ryhmiä sekä pääsemään lähemmäs harrastajia ja lisäämään tietoisuutta toiminnastamme.

Tavoitteena on myös yhdistää ohjaajatiimiä pitämällä useamman kerran vuodessa ohjaajapalavereita, tutoroimalla ohjaajia, sekä luomalla selkeä ohjaajatoiminta-dokumentti, jotta toiminta olisi tasapainossa vastaisi tavoitteita.

Vuonna 2025 jatketaan pitkäjänteistä työtä tuntien laadun parantamiseen sitouttamalla koulutettuja ohjaajia mukaan harrasteliikunnan toimintaan. Vuonna 2025 jatketaan yhteistyötä BC Nokian kanssa monilajisuuden puolesta BasketJump-toiminnan sekä kesäleirien merkeissä. Jo vuonna 2024 asetettu tavoite harrastajamäärän radikaalista kasvusta pidetään edelleen isoimpana tavoitteena ja 200 harrasteliikunnan harrastajan rajaa pidetään tavoitteena.

Joukkuevoimistelu

Valmennus

Seuramme joukkuevoimistelun valmennuksen painopisteinä vuonna 2025 ovat uusien taitojen opettelu, harjoittelun ja kehityksen kokonaisvaltainen seuranta sekä liikkeiden virtaavuus. Joukkuevoimistelun harrastajamäärää kasvatetaan aktivoitumalla sosiaalisessa mediassa sekä järjestämällä kaveritreenejä. Uusia joukkueita pyritään perustamaan mahdollisuuksien mukaan 4, ja joukkuejaot tehdään ikä- ja taitotason perusteella selkeästi. Joukkuevoimistelun kesäleiri toteutetaan, ja siitä tehdään osa joukkueiden kausisuunnitelmaa niin, että voimistelijat saadaan myös osallistumaan leirille.

Osaamisen kehittäminen

Valmennuksen laatu varmistetaan kouluttamalla valmentajia sekä sisäisesti että mahdollisuuksien mukaan myös Voimisteluliiton, TUL:n ja HLU:n koulutuksilla. Haluamme panostaa pitkäjänteiseen työhön, jotta seuramme joukkueita voidaan nähdä tulevaisuudessa taas kilpasarjoissakin.

Osallistaminen

Tavoitteena on myös osallistaa vanhempia enemmän seuratoimintaan, esimerkiksi johtokuntaan ja joukkueiden sisäisiin tehtäviin. Kaikille alle 15-vuotiaiden joukkueille hankitaan joukkueenjohtajat kevätkaudelle 2025. Myös vanhempien tietämystä joukkuevoimistelusta lajina ja harrastuksena on tavoitteena lisätä erilaisilla vanhempainilloilla ja esimerkiksi nutturantekokursseilla. Yritetään myös saada vanhemmat ymmärtämään kilpaurheilun peruspilareiden tärkeys harjoitusten ulkopuolellakin.

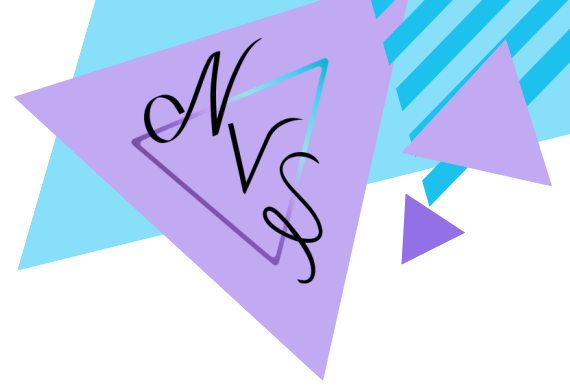
Kilpa-aerobic

Lajitoiminnan kehittäminen

Seuran tavoitteena kilpa-aerobicissa on valmentaa pitkäjänteisesti ja tavoitteellisesti sekä kehittää seuraa monipuolisena kilpa-aerobicin osaajana. Valmennuksen perustana on valmennusjärjestelmä, jonka tavoitteena on voimistelijoiden eteneminen voimistelu-uralla joustavasti oman motivaatio- ja taitotasonsa mukaisessa ryhmässä. Valmennusryhmien tavoitteet asetetaan ikäluokka- ja ryhmäkohtaisesti.

Tavoitteena on lisätä lajin näkyvyyttä paikallisesti ja alueellisesti sekä olla aktiivisesti mukana mm. esiintymisissä ja tapahtumissa, jotta olemme tulevaisuudessa näkyvä ja haluttu harrastus myös lähipaikkakuntien lapsille ja nuorille.

Tavoitteenamme on, että harrastajia on kevään 2025 jälkeen yli 60. Teemme aktiivisesti yhteistyötä muiden seurojen kanssa, toimimme vastuullisesti ja tarjoamme turvallisen toimintaympäristön harrastaa ja kilpailla.



Valmennus

Kilpa-aerobicin harjoittelu on tulevalla kaudella monipuolista ja määrätietoista, sisältäen lajiharjoittelun lisäksi myös muita tukitoimia. Fysioterapeutin treeniä oheisharjoitteluna jatketaan vanhempien voimistelijoiden ryhmissä kerran viikossa. Tavoitteena on saada myös nuoremmille harrastajille oheisharjoittelua kerran viikossa, mutta vähintään kerran kuussa. Lisäksi seuran vanhemmille kilpa-aerobicin harrastajille pyritään järjestämään saliharjoittelua kerran viikossa mahdollisesti aamutreenien yhteydessä.

Valmennuksessa keskitytään edelleen erityisesti treenien ohjaamiseen niin, että omatoiminen osuus treeneistä vähenee. Näin treenien laatu paranee, ja voimistelijat kehittyvät paremmin myös esimerkiksi lämmittelyjen aikana. Pidämme huolen, että myös jatkossa voimisteliijoilla on oman taitotason sekä sääntöjen mukaiset kilpailuohjelmat. Tarvittaessa pyydämme apua kansainvälisiltä valmentajilta erityisesti huippu-urheilijoidemme koreografioihin. Treeniryhmien treenikausissa noudatetaan yhteistä linjaa treeni- ja lomamäärissä niin, että harrastaminen on kaikille yhdenvertaisempaa. Treenaamisen laatua parannetaan kausittaisilla kehityskeskusteluilla voimistelijoiden sekä vanhempien kanssa. Tällä taataan paitsi henkilökohtaisempaa valmennusta, myös voimistelijoiden sekä vanhempien sitoutumista seuratoimintaan.

Jatkamme jo perinteeksi muodostunutta kesän lajileiriä. Lisäksi osallistumme Voimisteluliiton Elite-, Talentti-, Kilpatalentti- ja Minitalenttirinkien leireille sekä avoimille leireille suunnitelman mukaisesti.

Osaamisen kehittäminen

Kilpa-aerobicin toiminnan laadusta huolehditaan kouluttamalla valmentajia sekä sisäisesti että mahdollisuuksien mukaan myös Voimisteluliiton, TUL:n ja HLU:n koulutuksissa. Valmentajia lähetetään mahdollisimman monipuolisesti myös Liiton rinkileireille seura-valmentajaksi osaamisen kehittämiseksi sekä huippu- että kilparyhmistä. Tuomarikoulutusten osalta varmistetaan riittävä määrä riittävän tasoisia tuomareita. Tuomarit osallistuvat kausittaisiin tuomariseminaareihin aktiivisesti. Hankitaan tuomareita uudelle olympiadille 2025-2028 ja perehdytään uuteen sääntökirjaan yhdessä valmentajien ja tuomareiden kanssa.

VUOSIKALENTERI 2025

Tammikuu 2025

- Seuran harrasteryhmien kevätkausi alkaa
- Valmennusryhmien kausi jatkuu ryhmästä riippuen läpi joululoman
- Kisatalkoiden ensimmäinen palaveri

Helmikuu 2025

- Nokian kaupungin seurojen perustoiminnan tuen hakemiseen valmistautuminen
- Ystävänpäivädisco alakouluikäisille
- Talvirieha

Maaliskuu 2025

- Lajien kisakatselmukset seuran kilpailijoille ja vanhemmille
- Nokian kaupungin seurojen perustuen haku
- OP-kesäduunituen haku nuoren palkkaamiseksi kesätyöhön seuraan

Huhtikuu 2025

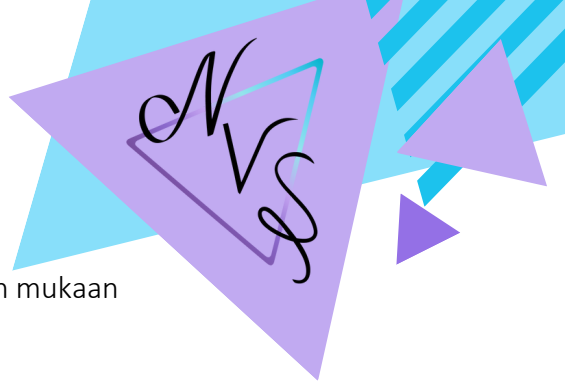
- Seuran kevätkokous
- Salivuorojen hakeminen toimintakaudelle 2024-2025
- Joukkuevoimistelun ja kilpa-aerobicin kilpailut alkavat
- Vappu-disco alakouluikäisille
- Stara-tapahtuma

Toukokuu 2025

- Joukkuevoimistelun kilpailut 25.5.
- Kevätnäytös
- Seuran kevätkausi päättyy
- Syyskauden harraste- ja kilparyhmien valmistelu alkaa
- Syyskauden tapahtumien suunnittelu alkaa

Kesäkuu 2025

- Mitalikahvit kilpalajien menestyneille
- Seuratoimijoiden kesätapahtuma
- Seura järjestää lajivalmennusryhmien voimistelijoille kesäleirin
- Seura järjestää avoimen liikuntaleirin kesäkuun alussa
- Kilpapuolen ilmoittautumiset alkavat



Heinäkuu 2025

- Lajivalmennuksen kesätreenit toteutuvat valmentajien ilmoituksen mukaan
- Harrasteryhmien syyskauden ilmoittautumiset alkavat

Elokuu 2025

- Lajivalmennuksen ja harrasteryhmien syyskausi alkaa
- Syyskauden tapahtumien toteutus alkaa
- Valmentajien ja ohjaajien kauden KICK-OFF -päivä
- Back to school – disco alakouluikäisille
- Syysrieha

Syyskuu 2025

- Vanhempainilta
- Seurapaitapäivä
- Valmentajan päivä #kiittikoutsi
- Joukkuevoimistelun ja kilpa-aerobicin kisakatselmukset

Lokakuu 2025

- Joukkuevoimistelun ja kilpa-aerobicin kilpailut alkavat
- Syyskokouksen ja joulunäytöksen suunnittelu ja valmistelut alkavat
- Halloween – disco alakouluikäisille

Marraskuu 2025

- Suomen Voimisteluliiton syyskokous
- Opetus- ja kulttuuriministeriön (OKM) seuratuon haku seuraverkossa
- Seuran syyskokous
- Stara-tapahtuma

Joulukuu 2025

- NVS:n joulunäytös
- Kevätkauden 2026 harrasteryhmien ilmoittautumiset alkavat
- Kilpapuolen ilmoittautuminen alkaa
- Joulukuun disco alakouluikäisille
- 31.12.2025 seuran toimintakausi päättyy