



Liikuntaseura Vihti-Gym Ry



Toimintalinja

Vihti-Gymin toimintalinjan on koonnut Anni Teivastenaho syksyllä 2014.

Päivittänyt:

Anne Kempas kevät 2017

Kristiina Järvinen syksy 2020

Roosa Järventausta syksy 2021 ja 2022

Sini Koppanen 15.1.2024

Sisälllys

1	Mikä on Toimintalinja?.....	4
2	Seuran esittely ja strategia	4
2.1	Seuratoiminnan arvot	6
2.2	Seuratoiminnan visio	6
2.3	Seuran eettiset linjaukset	7
2.4	Seuran toiminnan tavoitteet.....	7
3	Seuran toimintaperiaatteet	8
3.1	Jäsenmaksut.....	8
3.2	Jäsenedut	9
3.3	Ryhmiin ilmoittautuminen	10
4	Seuran tapahtumat.....	10
4.1	Seuran ohjaajille järjestettävät yhteistapaamiset	10
4.2	Joulujuhla.....	11
4.3	Kevätkimara	11
4.4	Kilpailut	12
4.5	Lasten kesäleiri	12
4.6	Voimisteluliiton suur tapahtumat.....	13
5	Viestintä	13
5.1	Yhteystiedot	13
5.2	Sisäinen viestintä	14
5.3	Sosiaalisen median kanavat.....	14
5.4	Muut mediat	14
5.5	Kuntayhteistyö.....	14
5.6	Rekrytointi.....	15
6	Johtokunta.....	15
	Johtokunta 1.9.2023 alkaen:.....	15
7	Talous	16
7.1	Seuran syyskokouksessa päätettävät talousasiat.....	17
7.2	Seuran kevätkokouksessa päätettävät asiat.....	17
8	Ryhmien ja joukkueiden pelisäännöt	17
8.1	Liikuntaseura Vihti-Gymin seuran pelisäännöt.....	18
8.2	Huoltajien pelisäännöt.....	18
8.3	Ongelmanratkaisupolku.....	18
9	Osaamisen kehittäminen	19

10 Toimintamuodot.....	20
10.1 Urheilijapolku	20
10.2 Lasten ja nuorten harrasteliikunta.....	21
10.3 Aikuisten harrasteliikunta	22
10.4 Valmennusryhmät (kaikki ikäryhmät).....	22

1 Mikä on Toimintalinja?

Liikuntaseura Vihti-Gym Ry:n toimintalinja on laadittu selkeyttämään seuran toimintaa. Toimintalinjan tavoitteena on selvittää jäsenille, ohjaajille ja muille seuran toiminnasta kiinnostuneille, miksi seura on olemassa ja minkälaisille arvoille sen toiminta perustuu. Toimintalinja selvittää, miten seurassa hoidetaan käytännön asioita ja mitä palveluja seura tarjoaa. Toimintalinja toimii erityisen hyvin tietopakettina uusille seuran toimintaan tutustuville henkilöille.

Toimintalinja on laadittu alun perin Valon urheiluseuran toimintalinja – ohjeistusten mukaisesti, ja päivitetty vastaamaan Tähtiseurun laatukriteereitä. Vihti-Gym on saanut ensimmäisten seurojen joukossa voimistelun Tähtimerkin lasten ja nuorten liikunnasta ja aikuisten liikunnasta vuonna 2018. Tähtimerkki on lupaus laadusta nykyisille ja uusille seuran jäsenille sekä heidän lähipiirilleen. Tähtimerkin saaneessa seurassa toimitaan inhimillisesti, modernisti ja ketterästi. Tähtiseurassa jokainen voi urheilla ja liikkua omalla tasollaan ja kohti omia tavoitteitaan yhä suuremman taustatuen avulla. Tämän laajemman tuen avulla on mahdollista säilyttää liikunta osana eri elämänvaiheita ja myös kehittyä huippu-urheilijaksi asti. (Suomen Olympiakomitea, 2020).



2 Seuran esittely ja strategia

Liikuntaseura Vihti-Gym ry perustettiin nimellä Vihdin Naisvoimistelijat vuonna 1976 Varpu Joenrinteen toimesta. Ensimmäisenä vuonna toimintaan osallistui 400 jäsentä, vuosittainen jäsenmaksu oli tuolloin vain muutaman markan ja kaikki ohjaajat ohjasivat palkatta. Vihti-Gymin 45 toimintavuoden aikana seura on kasvanut jopa 800 jäsenen seuraksi. Tosin koronavuodet laskivat jäsenmääriä lähemmäksi 500. Tällä hetkellä jäsenmäärää on saatu kasvatettua koronavuosien jäljiltä noin 600 jäsenen tasolle. Seuran alkuperäisenä tarkoituksena oli tarjota voimistelukerhoja tytöille ja naisille Vihdin alueella, vuonna 1994 tapahtuneen nimenmuutoksen seurauksena Vihdin Naisvoimistelijoista tuli Liikuntaseura Vihti-Gym ry ja tarjontaa laajennettiin myös miehille ja pojille. Liikuntamuotojen kehittyminen ja liikunnan muoti-ilmiöt ovat muokanneet ja laajentaneet Vihti-Gymin jumppatarjontaa vuosien varrella. Seuran tavoitteena

on vastata ajan haasteisiin ja tarjota monipuolista liikuntaa vihtiläisille, periaatteella vauvasta vaariin ja jokaiselle jotakin.

Vihti-Gym on sekä Suomen Voimisteluliiton että Suomen Cheerleading -liiton jäsenseura.

Seuran aiemmat tunnustukset ja palkinnot:

1993, 1998, 2004, 2010, 2014 ja 2017 Nuoren Suomen Sinettiseura

1997 Svolin historian ensimmäinen Tähtiseura -palkinto

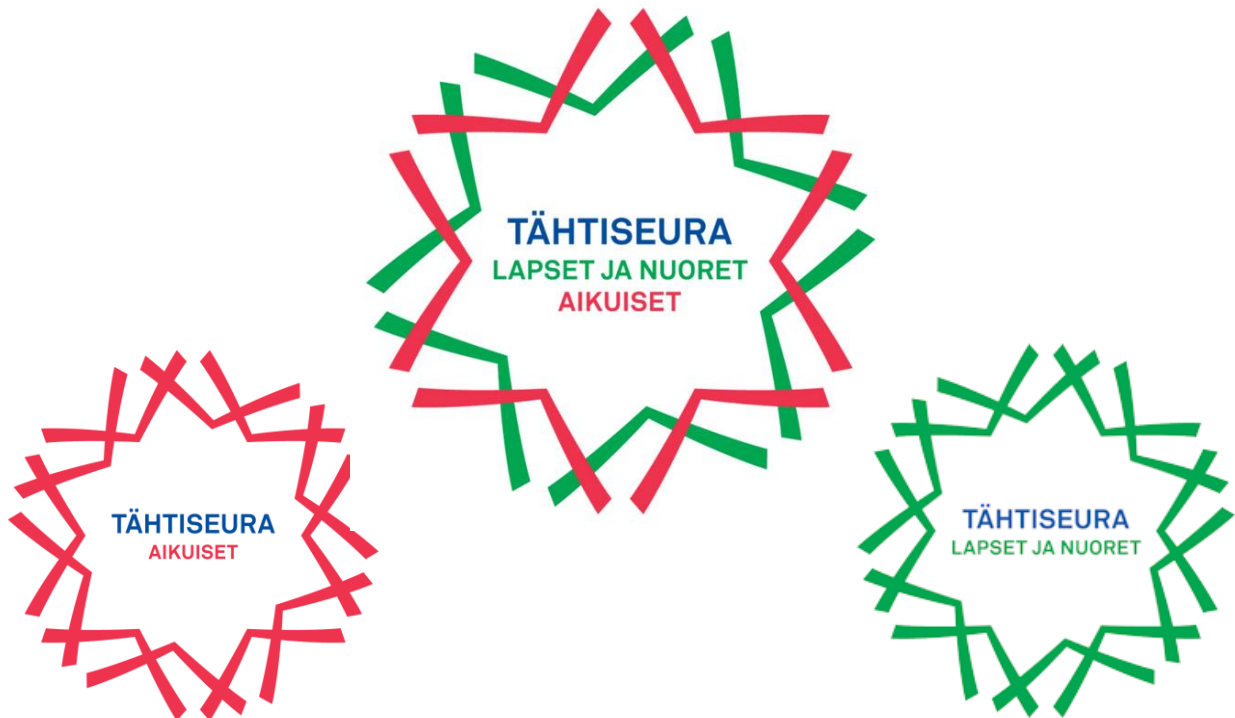
2008, 2011, 2014 ja 2017 PRIIMA -aikuisliikunnan laatusseura -sertifikaatti

2015 Active Cheer -seura

2018 Voimisteluliiton Tähtiseura, aikuiset & lapset ja nuoret

2021 Voimisteluliiton Tähtiseura, aikuiset & lapset ja nuoret sekä Cheerleading -liiton

Tähtiseura aikuiset & lapset ja nuoret



2.1 Seuratoiminnan arvot



2.2 Seuratoiminnan visio

Vihti-Gym on halunnut ottaa visiossaan huomioon tärkeimpiä tavoitteitaan sekä liikunnan ilon tuomisen kaikille harrastajille. Liikuntaseura Vihti-Gym haluaa viestittää visiollaan seuraavia asioita seuran toiminnasta:

- Monipuolisuus
Tarjoamme monipuolisesti harrasteliikuntaa kaikille ikäryhmille, sukupuolesta riippumatta. Kilpaharrastusta tarjoamme voimistelussa ja cheerleadingissä monessa ikäryhmässä ja sarjassa. Tanssin puolella tarjomme yhden lasten kilparyhmän.
- Terveys
Toimintamme on terveyttä edistävää ja hyvinvointia lisäävää. Kilpavoimistelussa huomioimme Terve Voimistelija -maailman tavoitteet ja periaatteet.
- Liikuntaan innostaminen
Haluamme tarjota uusia ryhmäliikuntatunteja, ja myös pitää vanhat ikisuosikit tuntivalikoimissamme. Lapsille tarjoamme lisähaasteita kilpaharrastusten parissa, mutta huomioimme myös, että lapset voivat seurassamme vain harrastaa kaikenikäisinä ilman kilpailua.

2.3 Seuran eettiset linjaukset

Seuran eettiset linjaukset noudattavat Reilun pelin periaatteita sekä Voimistelun eettisiä periaatteita.

- Kaikilla on yhtäläiset mahdollisuudet harrastaa liikuntaa
- Kaikkia kannustetaan, innostetaan ja kohdellaan tasa-arvoisesti
- Valinnat ovat ekologisia ja kierrätykseen kannustetaan
- Avoin, positiivinen ja kannustava ilmapiiri harrastaa ja toimia
- Hyvän esimerkin näyttäminen lapsille ja nuorille



2.4 Seuran toiminnan tavoitteet

"Liikkuva, terve ja hyvinvoiva vihtiläinen!"

1. Monipuolisen harraste- ja kilpailutoiminnan tarjoaminen
 - Vihti-Gym tarjoaa niin harraste- ja kuntoliikuntaa kuin kilpailu- ja valmennustoimintaa kaikenikäisille vihtiläisille.
 - Tarjolla on monimuotoista voimistelu- ja liikuntatoimintaa kaikille halukkaille sekä muita seuratoiminnan muotoja.
2. Seuratoimijat toimivat vapaaehtoisina
 - Johtokunta toimii vapaaehtoisvoimin suurella seurasydämellä.
 - Seuran toimijoita muistetaan ja kiitetään tarkoituksenmukaisella tavalla.

3. Hyvässä hengessä on mukava liikkua
 - Seurassa on avoin ja myönteinen ilmapiiri uusille tuulille niin voimistelun kuin yhdistystoiminnankin parissa

4. Aktiivinen tiedottaminen
 - Seuran johtokunta pitää ohjaajat ja valmentajat sekä jäsenet ajan tasalla
 - Uusien tiedottamiskanavien käyttöönotto, jotta tieto on jokaiselle ominaista lukea ja helppo saavuttaa (Facebook, Instagram, Messenger, sähköposti, Whatsapp -ryhmät.)

5. Ohjaajien ja valmentajien laadukas työote
 - Ohjaajia ja valmentajia koulutetaan aktiivisesti.
 - Uusia ohjaajia ja valmentajia rekrytoidaan koko ajan.

6. Eettiset linjaukset ohjaavat toimintaa
 - Seuran eettiset linjaukset ovat lueteltuna luvussa 2.3
 - Eettisen linjauksen lisäksi kasvatukselliset näkökulmat ovat mukana seuran toiminnassa kaikilla tasoilla. Laadukas lasten ohjaus ja valmennus on seuralle ehdottoman tärkeää ja näitä teemoja koulutetaan alle 18-vuotiaita ohjaaville sekä valmentaville.

7. Pelisäännöt luovat toiminnalle raamit
 - Kaikissa lasten- ja nuorten ryhmissä on sovittu pelisäännöistä ryhmäkohtaisesti, lisäksi alle 16-vuotiaiden ryhmissä on sovittu pelisäännöistä myös vanhempien kanssa.

8. Tähtiseura vaatimusten ylläpitäminen
 - Seuran johtokunta arvioi toimintaa säännöllisesti ja kerää palautetta seuran toiminnasta
 - Seura kehittyy ja muuttuu maailman ja yhteiskunnan mukana

3 Seuran toimintaperiaatteet

3.1 Jäsenmaksut

Vihti-Gymin jäsenmaksu koostuu jäsen- ja kausimaksusta sekä ryhmäliikuntamaksusta.

Jäsenmaksu kattaa seuran hallinnolliset kuut kuten toimistopalvelut. Kausimaksu kattaa ohjaajien koulutuksen, matkakulut, palkat sekä salivuokrat. Jäsen- ja kausimaksut pidettiin kaudelle 2023-2024 edellisvuoden tasolla. Jäsenmaksu maksetaan vain kerran, ilmoittautumisen yhteydessä. Kausimaksu maksetaan syksyllä sekä keväällä.

Vihti-Gymin kausimaksu oikeuttaa käymään yhdellä jumppatunnilla viikossa ilmoittaudutulla kaudella, johon jäsen on onnistuneesti ilmoittautunut. Mikäli jäsen haluaa käydä useammassa jumpassa, lisätään hintaan 10€ ryhmäliikuntamaksu per ilmoittauduttu jumppa. Lasku muodostuu ilmoittautumisen yhteydessä, mutta ryhmää voi kokeilla 2 krt ennen laskun maksamista. Maksettuaan jäsen- ja kausimaksun sekä mahdolliset erillismaksut, jäsen saa jäsenkortin. Jäsenkortilla jäsen saa yhteistyökumppaneilta etuja sekä todistaa olevansa Vihti-Gymin jäsen.

Ikäryhmä	Syntymävuosi	Jäsenmaksu	Kausimaksu syksy	Kausimaksu kevät	Yht.
0-6-vuotiaat	2016 ja sen jälkeen	35€	40€	40€	115€ (+10€/ryhmä)
7-19-vuotiaat	2003-2015	35€	50€	50€	135€ (+10€/ryhmä)
Aikuiset	2002 ja sitä ennen	35€	70€	70€	175€ (+10€ ryhmä)
Eläkeläiset		35€	20€	20€	75€

Ikivireidin tuoli- ja kuntojumppilla ei ole erillistä ryhmäliikuntamaksua, mutta muista ryhmistä kyllä

HUOM!

- Perheliikunnan maksut: Aikuinen maksaa jäsenmaksun (35 €) ja lapsi jäsen- sekä kausimaksun.
- Hydrobiccissa on lisäksi erillismaksu, joka maksetaan kahdessa erässä (syksy 70 € ja kevät 70 €).

Seura hoitaa Perheliikunnan aikuisen ilmoittautumisen ja laskuttaa jäsenmaksun.

Jos aikuisen kanssa ryhmään tulee useampi lapsi, tulee jokaisesta lapsesta maksaa oma jäsen- ja kausimaksu. Lapsen kanssa perheliikunnan ryhmässä voi käydä perheen tilanteesta riippuen eri aikuinen eri kerroilla. Jos perheestä useampi lapsi käy ryhmässä ja myös aikuisia on useampi kerrallaan, kaikki aikuiset maksavat jäsenmaksunsa. Jos aikuinen haluaa osallistua lisäksi muihin ryhmiin kuin perheliikuntaryhmään, tulee hänen maksaa aikuisen kausimaksu.

Valmennusmaksulla katetaan joukkuiden kilpailu- ja valmennuskustannukset. Valmentajat laativat budjetin talousvastaavan ohjeiden mukaisesti. Valmennusmaksujen osalta seuralla on erillinen tiedote/dokumentti, jossa kuvataan maksujen muodostuminen sekä niiden maksuaikataulu.

3.2 Jäsenedut

Kauden alussa ohjaajat jakavat uusille jäsenille jäsenkortit ja kaikille jäsenille jäsentarran. Jäsenkortti toimii avaimena jumppiin, joihin jäsen on onnistuneesti ilmoittautunut. Jäsenkortilla saa

myös etuja seuran yhteistyökumppaneilta jäsenkorttia näyttämällä. Kortissa tulee olla oikean värinen tarra.

Seuralla on useita yhteistyökumppaneita, jotka myöntävät alennuksia jäsenille. Kumppanien tiedot päivitetään aina nettisivuille. Pysyvien jäsenetujen lisäksi, Vihti-Gym neuvottelee yhteistyökumppanien kanssa kampanjajäsenetuja. Lisäksi kaikki Suomen Voimisteluliiton neuvottelemat jäsenedut ovat myös Vihti-Gymin jäsenten käytettävissä. Lisätietoa näistä eduista löytyy osoitteesta www.voimistelu.fi.

3.3 Ryhmiin ilmoittautuminen

Kaikkiin harrasteryhmiin ilmoitaudutaan seuran nettisivujen kautta (Ikivireiden ryhmän jäsenille tarjoamme muitakin tapoja halutessaan). Voidakseen ilmoittautua, tulee jumpparin olla seuran rekisteröitynyt jäsen, tällöin hänellä on käytössään tunnukset, joilla kirjautua sisään. Käyttäjätunnus on aina oma sähköpostiosoite ja unohtuneen salasanan voi pyytää uudelleen jäsenrekisteriohjelmassa.

Uuden jäsenen tulee rekisteröityä käyttäjäksi ennen ilmoittautumista. Rekisteröityminen tapahtuu täyttämällä henkilötietonsa internetissä olevaan lomakkeeseen. Vanhemmat voivat rekisteröidä omien tietojensa alle omat tiedot -sivulla alakäyttäjiksi omat lapsensa, jolloin he voivat ilmoittaa myös lapsensa ryhmiin valitsemalla ilmoittautumissivulla. Ilmoittautumispalvelu neuvoo miten edetä ilmoittautumisessa ja ohjeita tulee seurata tarkasti, jotta ilmoittautuminen onnistuisi.

Kaikkiin harrasteryhmiin ilmoitaudutaan uudelleen kevätkaudelle. Syksyn jäsenillä on ennakkoilmoittautumisoikeus ja sen jälkeen ilmoittautuminen avataan myös uusille jäsenille. Poikkeuksia tästä saattavat olla hyvin suositut ryhmät (esim. cheerleadingin lasten harrasteryhmät), joiden osalta ilmoittautuminen kevätkaudelle voidaan suorittaa seuran toimesta. Seura viestii poikkeuksista aktiivisesti jäsenistölle, jotta jokaisella on riittävä tieto ilmoittautumisten osalta.

4 Seuran tapahtumat

4.1 Seuran ohjaajille järjestettävät yhteistapaamiset

Ohjaajille järjestetään erilaisia yhteisiä tilaisuuksia kauden aikana. Kauden aluksi järjestetään kauden avaus, jossa käydään läpi yleiset ohjeet, seuran toimintatavat sekä liikuntapaikkoihin ja

avaimiin liittyvät asiat. Ohjaajilla on tilaisuudessa mahdollisuus esittää mieltään askarruttavia kysymyksiä käytännön asioista ja toiveista. Kauden käänös on syyskauden loppuun järjestettävä tilaisuus, jonka pääasiallisena tarkoituksena on yhteisen ajan viettäminen ja ryhmäytyminen, tilaisuudessa tiedotetaan myös ajankohtaisista asioista, mikäli niitä on. Kauden loppuun järjestetään kauden päätös, jossa paketoitaan kausi yhdessä. Tilaisuus on kiitos menneestä kaudesta kaikille toimijoille. Valmentajilla on lisäksi omat palaverinsa.



4.2 Joulujuhla

Syyskauden päätteeksi Vihti-Gym järjestää joulunäytöksen, joka tarjoaa erityisesti lastenryhmille mahdollisuuden esittää syksyn aikana oppimaansa. Joulujuhlan esitykset edustavat kaikkia Vihti-Gymin kilpailulajeja. Ennen joulujuhlaa järjestetään kenraaliharjoitukset ja varsinaisessa Joulujuhlissa on yleensä kaksi näytöstä, joista ryhmät voivat esiintyä joko toisessa tai molemmissa. Joulujuhlissa on myös buffet ja mahdolliset arpajaiset.

4.3 Kevätkimara

Vihti-Gymin kausi huipentuu toukokuussa järjestettävään keväänäytökseen eli Kevätkimaraan. Jokainen ryhmä saa halutessaan esiintyä näytöksessä, lasten harrasteryhmät esittävät ohjelman, joka koostuu kauden aikana opituista liikkeistä ja valmennusryhmät esittävät yleensä kilpailuohjelmansa. Ennen Kevätkimaraa järjestetään kenraaliharjoitukset ja varsinaisessa Kevätkimarassa on yleensä kaksi näytöstä, joista ryhmät voivat esiintyä joko toisessa tai molemmissa. Kevätkimarassa on myös buffet ja mahdollisesti arpajaiset.

Valmennusjoukkueet esiintyvät aina molemmissa näytöksissä, elleivät ole estyneitä esimerkiksi kilpailuosallistumisen vuoksi.



Impulssi Kevätkimarassa (Kuva: Anne Kempas)

4.4 Kilpailut

Vihti-Gym järjestää satunnaisesti voimistelukilpailuja. Ahtaat tilat ovat aktiivisen kilpailuiden järjestämisen esteenä.



Hiiden Asema (Kuva: Katja Hakala)

4.5 Lasten kesäleiri

Vihti-Gym on järjestänyt kesäleirejä useana vuotena peräkkäin. Leirejä on järjestetty niin voimistelu kuin cheerleading painiotteisia. Leirit järjestetään arkipäivisin ja päiväaikaan. Ohjelmassa on monipuolista liikuntaa ja syventävää treeniä oman lajin parissa. Leirillä ohjaavat kokeneet valmentajat ja tarjoamme myös tätä kautta kesätyötä aloitteleville nuorille ohjaajille.



4.6 Voimisteluliiton suurtapahtumat

Vihti-Gym osallistuu innokkaasti Voimisteluliiton järjestämiin suurtapahtumiin ja organisoii jäsentensä osallistumisen. Kesällä 2013 Vihti-Gymistä osallistui 95 henkilöä Sun Lahti – tapahtumaan ja kesällä 2015 puolestaan 91 henkilöä kansainväliseen Gymnaestrada-tapahtumaan Helsingissä. Vihti-Gymistä on osallistuttu Gymnaestrada-tapahtumiin ulkomailla jo vuodesta 1982 lähtien. Kesällä 2017 Vihti-Gymistä osallistui 24 henkilöä Turnfest-tapahtumaan Berliinissä. Edellinen kansainvälinen Gymnaestrada järjestettiin vuonna 2019 Itävallassa Dornbirnissä, ja mukana oli 30 vihtigymiläistä eri-ikäistä voimistelijaa. Vuonna 2022 Suomi Gymnaestradaan Tampereelle osallistui vihtigymiläisiä noin 50. World Gymnaestradaan Amsterdamissa kesällä 2023 osallistui myös noin 50 vihtigymiläistä.

5 Viestintä

Seurana ohjaamme jäseniä seuraamaan nettisivujamme säännöllisesti. Sivujen päivittäminen on pääsääntöisesti seuran puheenjohtajan vastuulla. Kilpailujoukkueiden sivujen päivittäminen on vastaavien ja joukkueiden valmentajien vastuulla. Viestinnän eri keinoilla pyrimme saavuttamaan kaikki jäsenemme, ja löytämään uusia sekä lisäämään seuran tunnettuutta Vihdin kunnan alueella.

5.1 Yhteystiedot

Osoite:

Liikuntaseura Vihti-Gym, As Oy Nummelan Kisarinne, Enäjärventie 3, 03100 Nummela

Nettisivut:

www.vihti-gym.fi

Sähköposti:

toimisto@vihti-gym.fi

Instagram:

@liikuntaseura_vihti_gym

Facebook:
Liikuntaseura Vihti-Gym

5.2 Sisäinen viestintä

Seuran johtokunta on linjannut, että jäsentien ja seuran välinen yhteydenpito toteutetaan sähköpostitse. Seuran sähköpostiosoitteeseen, toimisto@vihti-gym.fi, jäsenet lähettävätkin aktiivisesti kysymyksiään. Sähköposteihin vastataan lyhyellä viiveellä toimistotyöntekijän toimesta.

Johtokunnan ja ohjaajien väliset viestit käydään WhatsApp-ryhmissä, jolloin viestintä on nopeaa ja vastavuoroista.

Kaikki ohjaajat pitävät oman ryhmänsä ajan tasalla tärkeistä asioista pääsääntöisesti sähköpostilla, tai jokaiselle ohjaajalle muulla luontevalla tavalla. Jäsentien tulee pitää yhteystietonsa jäsenrekisterissä ajan tasalla, jotta ohjaajien viestit heidät myös tavoittavat.

5.3 Sosiaalisen median kanavat

Vihti-Gym päivittää ahkerasti myös Facebook- ja Instagram-tiliään. Molempien kanavien ylläpito-oikeudet ovat pääasiallisesti puheenjohtajalla, mutta myös muilla johtokunnan jäsenillä on päivitysoikeudet. Valmennusryhmillä on lisäksi omia sivuja, joilla he tiedottavat omia ja seuraajiaan ryhmäänsä koskevista asioista. Johtokuntalaiset linkkaavat joukkueiden omien kanavien julkaisuja koko seuran some-kanaviin. Ohjeistamme ohjaajat ja valmentajat käyttämään some-kanavia tarkoituksenmukaisesti ja turvallisesti. Seuralle on tehty erillinen Someopas.

5.4 Muut mediat

Vihti-Gym tiedottaa jäseniään toiminnastaan myös lehti-ilmoituksilla paikallislehdissä, mm. tulossa olevista kampanjoista sekä tapahtumista.

5.5 Kuntayhteistyö

Seuran johtokuntalaiset valitsevat edustajat kunnan järjestötapaamisiin. Toimimme aktiivisesti ja hyvässä yhteistyössä kunnan päättäjien ja koulujen henkilökunnan kanssa. Kannamme vastuuta kuntalaisten hyvinvoinnista ja tavoitteemme on vastata osaltamme kunnan tavoitteisiin kuntalaisten terveyden edistämiseksi.

5.6 Rekrytointi

Seuran johtokunta toimii vapaaehtoisvoimin. Uusia halukkaita seuratoimijoita kartoitetaan kaiken aikaa ja heitä houkutellessaan mukaan seuran toimintaan. Johtokuntaan etsitään yleensä tietyntyyppistä henkilöä ja sopivan henkilön löydyttyä häntä pyydetään mukaan.

Seuran ohjaajia ja valmentajia muistetaan vuosittain sovittavalla tavalla.

Valmennus- ja ohjauspuolella maksamme tunneista palkkaa työsuhteisille ja ammatinharjoittajat puolestaan laskuttavat seuraa. Seuralla on käytössään palkkaluokitukset sekä selkeät linjaukset palkkojen maksusta ja niiden kehittymisestä.

Talkoolaisia tarvitaan tapahtumien järjestämisessä paljon. Kilparyhmäläisten vanhemmilla onkin velvollisuus osallistua talkoisiin. Johtokunnan Jojo-vastaava organisoii tapahtumien talkoolaisten toimintaa, ja tapahtumien järjestämisen vastuu on jaettu Joulujuhlan (cheerleading) ja Kevätkimaran (voimistelu) osalta. Näin saamme jaettua työmäärää useammalle, eikä samat henkilöt ole aina talkootöissä tapahtumissa.

6 Johtokunta

Vihti-Gymin ylin päättävä elin on johtokunta. Johtokuntaan kuuluu puheenjohtajan lisäksi 8-10 jäsentä ja sen tehtävänä on huolehtia, että yhdistyksen kirjanpito on lainmukainen ja varainhoito hoidetaan luotettavasti. Johtokunta kokoontuu kuukausittain päättämään seuran asioista ja huolehtii sääntömääräisten kokousten järjestämisestä.

Myöhemmin esitettävään johtokunnan vastuunjakoon on päädytty pääasiassa henkilöiden oman osaamisen ja omien resurssien perusteella. Kaikkien ryhmien ohjaajille on nimetty oma johtokunnan vastuhenkilö.

Johtokunta 1.9.2023 alkaen:

Sini Koppanen

- Puheenjohtaja: viestintä, nettisivut, sääntömääräiset asiat, kunnan anomukset, vastuullisuus

Anna Niinistö-Räsänen

- Talousvastaava: kaikki seuran taloushallinnon asiat, seuran sähköpostin ja MS-Office ohjelman pääkäyttäjä, vuosikokoussihteeri ja tietoturvavastaava

Minna Laapas

- jojo-vastaava, talkootyön organisointi, Tähtiseura-vastaava yhdessä Elinan kanssa

Sue Haaksi

- Turvallisuusvastaava: jäsenkortit, tarrat, koulujen avaimet.
- Cheerleadingryhmien talousvastaava, cheerpuolen jäsenrekisterin päivittäjä
- Varainhankkija ja sponsorivastaava

Pauli Pöyhä

- Turvallisuusvastaava
- Cheerleading-vastaava yhdessä Suen kanssa

Helen Haapala

- Joukkuevoimistelun ja somistuksen vastaava

Sanna Nurmesniemi

- Tanssillisen voimistelun ja tanssin vastaava

Elina Lindholm

- Tähtiseura-vastaava yhdessä Minnan kanssa, aikuisliikunnan ja perheliikunnan vastaava

Sanni Oksanen

- Kokoussihteeri, salivuorovastaava

Hallinto:**Seuratyöntekijä Tiia Karonen**

- Asiakaspalvelu sekä taloushallinnon avustavat tehtävät

7 Talous

Seuran taloudellinen tilanne on tasaantumassa haastavien koronavirusvuosien jäljiltä. Talous kärsi koronaviruksesta ja sen tuomista rajoituksista. Taloudenhoito on hyvin organisoitu ja jokainen johtokuntalainen tietää vastuunsa. Talousvastaava huolehtii kaikesta seuran maksuliikenteestä ja vastaa kirjanpidosta. Seuralla on kaksi erillistä tiliä, emoseuran ja kilpailu/valmennustoiminnan tili, ja molempien tilien hoito kuuluu talousvastaavan tehtäviin. Valmennusvastaava laskee kilpajoukkueille valmennusbudjetit, joiden pohjalta muodostuu valmennusmaksu. Kilpailubudjetin kilpajoukkueille tekee joukkueen valmentaja ja hyväksyttää sen valmennusvastaavalla. Kaikki budjetit käyvät myös puheenjohtajan ja talousvastaavan kautta. Joukkueet voivat omilla varainkeruuhankkeillaan pienentää valmennusmaksua. Kaikista joukkueiden omista varainkeruu- ja sponsorointihankkeista tulee tiedottaa johtokunnan edustajaa / kyseisen lajin valmennusvastaavaa.

Vihti-Gymin tuotot koostuvat jäsenmaksuista, jäsenten maksamista kausimaksuista, Vihdin kunnan avustuksista sekä varainhankinnasta. Jäsenten maksut on eritelty kappaleessa Seuran toimintaperiaatteet. Suurimpina menoina on koulujen salivuokrat ja ohjaajien palkkiot tai kulukorvaukset. Johtokunta toimii vapaaehtoisvoimin, eikä kokouspalkkioita yms. makseta, ainoastaan muodostuneet kulut korvataan.

7.1 Seuran syyskokouksessa päätettävät talousasiat

- Käsitellään johtokunnan laatima toimintakertomus, tilinpäätös ja toiminnantarkastajan lausunto edelliseltä kaudelta.
- Päätetään tilinpäätöksen vahvistamisesta ja vastuuvapauden myöntämisestä asianosaisille
- Käsitellään muut johtokunnan ja seuran jäsenten johtokunnalle esittämät asiat (sääntömuutokset yms.)

7.2 Seuran kevätkokouksessa päätettävät asiat

- Valitaan seuralle puheenjohtaja seuraavaksi kaudeksi
- Valitaan uudet jäsenet johtokunnan erovuoroisten tilalle (puolet johtokunnasta)
- Valitaan toiminnan- ja varatoiminnantarkastaja seuraavalle kaudelle
- Käsitellään jäsenmaksun suuruus seuraavalle kaudelle
- Valitaan edustajat Voimisteluliiton varsinaisiin kokouksiin
- Käsitellään muut johtokunnan esittämät asiat (sääntömuutokset yms.)

8 Ryhmien ja joukkueiden pelisäännöt

Kaikissa lasten- ja nuortenryhmissä sovitaan ryhmäkohtaisista pelisäännöistä, lisäksi alle 16-vuotiaiden ryhmissä sovitaan pelisäännöistä myös vanhempien kanssa. Syyskauden alussa lasten ja nuorten ryhmien ohjaajat järjestävät omalle ryhmälleen vanhempainillan, jossa käydään läpi ryhmän kausisuunnitelma sekä tehdään tai hyväksytään ryhmän pelisäännöt. Ohjaajille jaettavasta ohjaajan käsikirjasta löytyy esimerkki pelisäännöistä ja kausisuunnitelmasta.

Ryhmä- ja joukkuekohtaisten pelisääntöjen lisäksi seurassa on sovittu myös Liikuntaseura Vihti-Gymin seuran pelisäännöistä sekä huoltajien pelisäännöistä, nämä molemmat pelisäännöt ovat nähtävillä myös seuran internet-sivuilla.

8.1 Liikuntaseura Vihti-Gymin seuran pelisäännöt

1. Seura tukee ohjaajien ohjaamista tarjoamalla uusille ohjaajille tutorointia ja ohjaamalla ohjaajia aktiivisesti koulutukseen.
2. Ohjaajat pidetään ajan tasalla seuran asioista ohjaajatiedotteilla sähköpostiviestein ja tekstiviestein.
3. Seura noudattaa toiminnassaan Tähtiseuran toimintaperiaatteita
4. Seura huomio ohjauksessa jumppaajan taitotason ja tukee tämän kehittymistä tarvittaessa henkilökohtaisesti
5. Pyritään myönteisessä hengessä juurruttamaan elinikäinen liikuntatottumus jumppareihin ja nauttimaan liikunnan ilosta

8.2 Huoltajien pelisäännöt

1. Autot pysäköidään niille merkityille paikoille.
2. Kengät jätetään kenkätelineisiin hyvään järjestykseen.
3. Lapsella/nuorella on asiaankuuluvat liikuntavarusteet.
4. Lasten/nuorten vaatteissa ja tarvikkeissa on nimi.
5. Lapsi/nuori saapuu ajoissa harjoituksiin.
6. Pidempiaikaisesta poissaolosta tai lapsen/nuoren harrastuksen keskeyttämisestä tulee ilmoittaa ohjaajalle/valmentajalle.
7. Lapset/nuoret ovat liikuntatunnin ajan ohjaajan/valmentajan kanssa salissa.
8. Huoltaja on vastuussa lapsen/nuoren kulkemisesta harjoituksiin.
9. Mikäli lapsella/nuorella on jokin liikkumiseen vaikuttava tekijä (astma tms.), tulee siitä ilmoittaa ohjaajalle/ valmentajalle.
10. Huoltaja tutustuu lapsen/nuoren kanssa yhdessä jumppakoulupassiin/jumppavihkoon sekä muihin tiedotteisiin joita lapsi/nuori kotiin tuo.
11. Huoltaja arvostaa ja tukee lapsen/nuoren harrastusta.
12. Huoltaja muistaa, että harrastustoiminta on lapselle/nuorelle vapaaehtoista

8.3 Ongelmanratkaisupolku

Mahdollisia ryhmänsisäisiä tai vanhempien kanssa syntyviä ongelmatilanteita varten Vihti-Gymissä on käytössä ongelmanratkaisupolku. Kaikkiin ongelmatilanteisiin puututaan nopeasti ja ne pyritään hoitamaan seuran sisäisesti. Ongelmanratkaisupolusta informoidaan jokaisen ryhmän vanhempia, ja se on nähtävillä myös seuran internet-sivuilla.

Ongelmanratkaisupolku on syntynyt käytännön kokemusten ja sille olleen tarpeen pohjalta. Erityisesti nuoremmat ohjaajat ovat kokeneet sen hyödylliseksi, vaikeista tilanteista selviytymiseen on hyvä olla olemassa jokin ohje. Ongelmanratkaisupolun syntyminen johti myös siihen, että alle 18-vuotiaille ei anneta enää täysin yksin ohjattavaksi ryhmää, samassa salissa on oltava vähintään yksi täysi-ikäinen ongelmatilanteiden varalta, jaetussa salissa riittää, että täysi-ikäinen ohjaaja on verhon toisella puolella.

1. Ongelmat pyritään ratkaisemaan ohjaajan ja ryhmän jäsenten kesken.
2. Ohjaaja informoi vastaavaa johtokunnan jäsentä sekä puheenjohtajalle välittömästi ongelmatilanteista
3. Ohjaaja ottaa yhteyttä vanhempiin
4. Tarvittaessa vanhemmat kutsutaan yhteiseen tapaamiseen
5. Vanhempia kannustetaan ensisijaisesti ongelmatilanteet ohjaajan kanssa. Tarvittaessa vanhemmat voivat olla yhteydessä seuran puheenjohtajaan.

9 Osaamisen kehittäminen

Vihti-Gymin ohjaajat ja valmentajat etsivät erittäin aktiivisesti itse itselleen sopivia koulutuksia. Lisäksi seura tiedottaa säännöllisesti koulutustarjonnasta ja tarvittaessa ehdottaa sopivia koulutusmuotoja. Seura kustantaa ohjaajan tai valmentajan peruskoulutuksen sekä minimissään yhden vapaavalintaisen kurssin vuodessa. Johtokunta vastaa ohjaajien ja valmentajien toiminnasta, jokaisella ikäryhmällä on oma vastaavansa, johon ohjaaja voi olla yhteydessä ongelmatilanteissa.

Vihti-Gym järjestää ohjaajilleen myös liittojen tarjoamia räätälöityjä tilauskoulutuksia, kuten voimistelun STARTTI-koulutus ja ensiapukoulutus. Valmennusryhmäläisten vanhemmille järjestetään myös kiinnostuksen mukaan koulutusta, esim. urheilijan terveellisistä ruokatottumuksista.

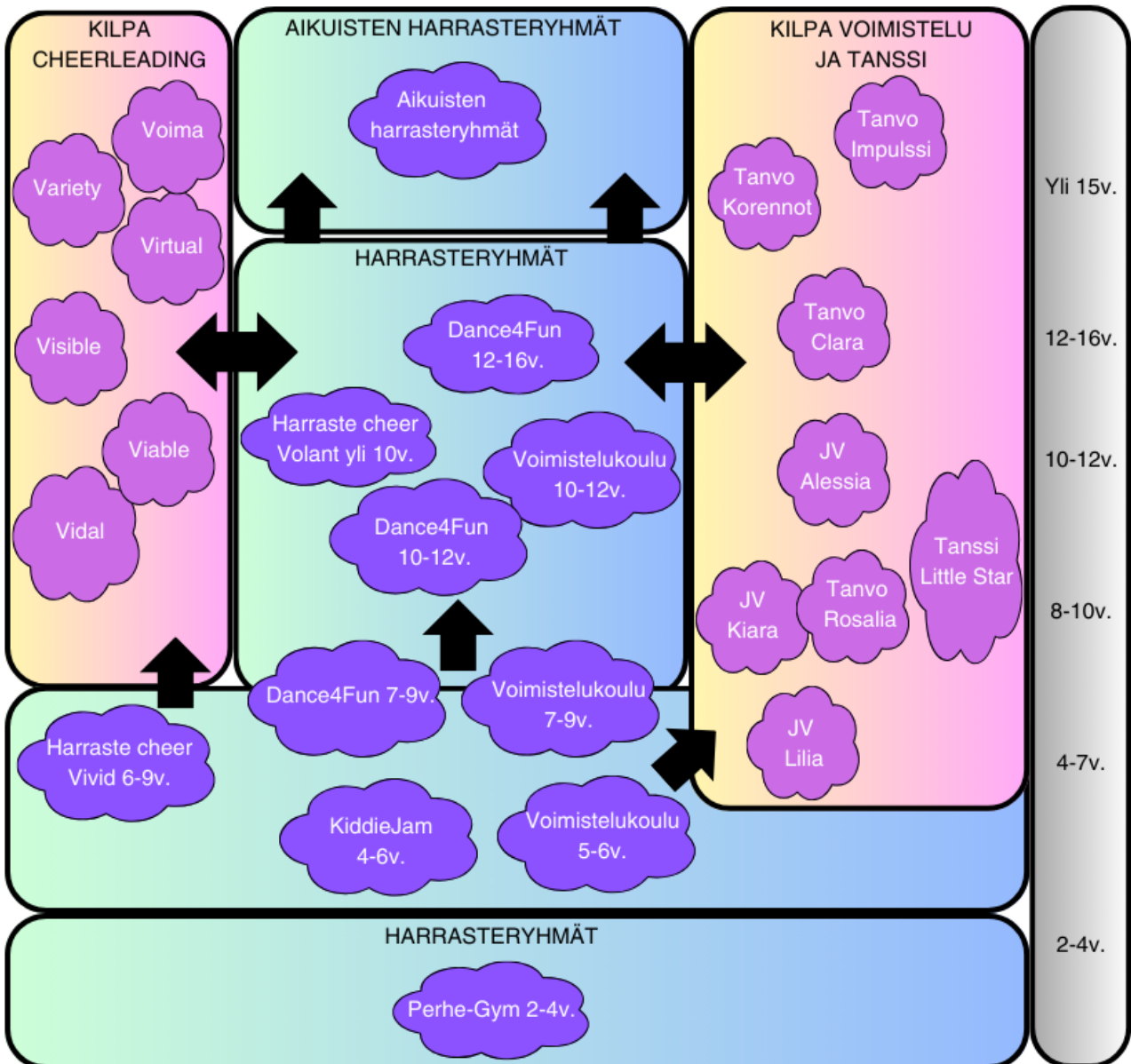
Uudet ohjaajat perehdytetään seuran toimintaan ja esitellään käytännöt. Kauden avauksessa ohjaajille jaetaan tarvittavat materiaalit ja perehdytetään seuraan. Turvallisuusvastaava on ohjaajiin yhteydessä avaimiin liittyvissä asioissa ja palkalliset ohjaajat ovat lisäksi yhteydessä talousvastaavaan. Joka kevät ikäryhmävastaavat käyvät ohjaajien kanssa kevätkeskustelut, joissa keskustellaan menneestä kaudesta ja ohjaajan halusta jatkaa ohjaajana sekä tulevaisuuden toiveista.

10 Toimintamuodot

Vihti-Gym kehittää ja muokkaa jumppatarjontaansa kausittain. Tarkka ja ajantasainen viikko-ohjelma, ohjaajien tiedot sekä tiedot kellonajoista ja jumppapaikoista löytyy seuran internet-sivuilta www.vihti-gym.fi kohdasta "viikko-ohjelma", sivuilla on lisäksi tarkat tuntikuvaukset kaikista ryhmistä.

10.1 Urheilijapolku

Urheilijapolku mallintaa jäsenen mahdollisuuksia osallistua seuran toimintaan. Polku lähtee liikkeelle lasten harrasteryhmistä. Harrasteryhmistä polku eriytyy kolmeksi poluksi: Kilpavoimistelu- ja tanssi, Harrasteliikunta ja Kilpacheerleading.



10.2 Lasten ja nuorten harrasteliikunta

Perheliikunta

Vihti-Gym päivitti perheliikunnan ryhmän voimisteluliiton konseptitunniksi ja se kulkee nykyään nimellä PerheGym.

Lasten harrasteliikunta

4 - 7- vuotiaiden ja 8 - 12 – vuotiaiden ryhmät, joissa lapsi oppii voimistelun perustaidot leikkien ja iloiten koulutettujen ohjaajien opastuksella. Vihti-Gym tarjoaa lähes kymmenen erilaista 4-12 – vuotiaiden ryhmää, josta löytyy jokaiselle jotakin taitotasosta riippumatta, niin tytöille kuin pojillekin.

- KiddieJam 4-6v.
- Voimistelukoulu 5-6v.
- Voimistelukoulu 7-9v.
- Dance4Fun 7-9v.
- Voimistelukoulu 10-12v.
- Dance4Fun 10-12v.
- Voimistelukoulu 10-12v.
- Cheerleading harrasteryhmä Vivid 6-9v.
- Cheerleading harrasteryhmä Volant yli 10v.

Nuorten harrasteliikunta

Vihti-Gym harrastusmahdollisuudet 13-19 -vuotiaille nuorille tanssin ja cheerleadingin parissa. 15v. täyttäneet nuoret voivat osallistua aikuisten ryhmäliikuntatunneille. Nuorille Vihti-Gymin tarjonnasta löytyy:

- . Dance4Fun 12-16v.
- Cheerleadingin harrasteryhmä Volant yli 10v.



10.3 Aikuisten harrasteliikunta

Kaudella 2023-2024 aikuisten valikoimasta löytyy seuraavat ryhmät:

- Ikivireät
- Kiinteytysjumppa
- Bailatino ®
- Syvälihasjumppa
- Tanssillinen voimistelu
- Kehonhuolto
- Äijätreeni
- DanceMix
- Zumba ®
- Lihaskuntojumppa
- HydroBic
- DanceParty
- Jooga

10.4 Valmennusryhmät (kaikki ikäryhmät)

Cheerleadingissä:

- Vidal, level 1, 2012-2016
- Viable, level 1, 2012-2014
- Visible, level 2-3, 2009-2012
- Virtual, level 3, 2005-2010
- Variety, level 4, 2007-
- Voima, level 2, yli 18v.



Kuva: Taru Salonen

Joukkuevoimistelussa:

- Lilia, esivalmennus 6-7v.
- Kiara, 8-10v. sarja
- Alessia 10-12v. sarja

Tanssillisessa voimistelussa:

- Rosalia 8-10v sarja
- Clara 12-15v sarja
- Korennot 16-19v sarja
- Impulssi yli 20v sarja



Alegria, Voimistelupäivät 2019 (Kuva: Milla Vahtila)