



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, 9/2024, 11/2025

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).



CHEERLEADING



VOIMISTELU

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 kohta jo 50 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.

Vihti-Gymmin toiminnan tarkoituksena on tarjota monipuolisia mahdollisuuksia niin harraste- ja kuntoliikuntaan kuin kilpailu- ja valmennustoimintaan – olemme mukana edistämässä liikkuvaa, tervettä ja hyvinvoivaa elämää kaikille vihtiläisille!

Vihti-Gym on sekä Suomen Voimisteluliiton että Suomen Cheerleading -liiton jäsenseura. Seura on saanut joulukuussa 2024 uusittua kaikki neljä tähtiseuramerkkiänsä eli Voimisteluliiton Tähtiseura niin aikuisten kuin lasten ja nuorten toiminnan osalta sekä Cheerleading -liiton Tähtiseura niin aikuisten kuin lasten ja nuorten toiminnan osalta.



2.1 Seuratoiminnan arvot



Ilo ja elämykset

Kaikessa toiminnassamme haluamme vaalia ilon kokemuksia. Onnistumisen ja oppimisen ilo onkin yksi parhaista tunteista pitkän ja sinnikkään harjoittelun jälkeen. Harjoitukset rakennetaan mielekkäiksi, kehittäviksi ja ikätasolle sopiviksi. Laadukas lasten valmennus on vahvasti linkissä ilon ja elämyksien kokemusten kanssa. Esiintymiset seuran tapahtumissa, kilpailumatkat ja esimerkiksi voimistelun suurtapahtumat luovat elinikäisiä muistoja harrastajien mieleen.

Laadukkuus

Laadukkuus on kaiken toimintamme pohja. Tarjoamme valmentajille ja ohjaajille mahdollisuuden osallistua liittojen koulutuksiin, jotta heidän on mahdollista ylläpitää laadukasta työtettä. Osaamisen jatkuva kehittäminen on pohja laadukkaan liikunnan tarjoamiselle myös tulevaisuudessa. Toiminnan laadukkuus myös seuratyössä on tärkeää ja pyrimme olemaan läpinäkyviä ja avoimia esimerkiksi johtokuntatyön osalta. Myös johtokunnan jäsenet kouluttautuvat ja kehittävät itseään, jotta voivat viedä seuran toimintaa kokonaisuudessaan eteenpäin. Laadukkuuden sisälle menee myös olosuhteiden kehittäminen, jotta harjoitukset voidaan järjestää lajille sopivissa ja turvallisissa olosuhteissa.

Yhdessä tekemällä onnistumme

Seuramme menestys ja toiminnan pyöriminen vaativat aktiivista yhdessä tekemistä. Toimintamme perustuu vahvasti talkoohenkeen – johtokunta tekee työtä vapaaehtoisvoimin, tapahtumamme onnistuvat suurilta osin aktiivisten talkoolaisten ansiosta ja esimerkiksi joukkueenjohtajien rooli useassa joukkueessa on hyvin tärkeä valmentajien tukena. Joukkueemme tekevät myös

yhteistyötä toistensa kanssa pitkin kautta. Yhteistyön kautta on mahdollista tarjota pienemmille harrastajille mahdollisuus nähdä isompien harrastejien suorituksia – usein nämä vanhemmat urheilijat ovat kuitenkin pienemmille esikuvan roolissa. Yhteistreeneillä luodaan vaihtelua treeniin ja luodaan ikimuistoisia kokemuksia.

2.2 Seuratoiminnan visio ja strategiset painopisteet

Vihti-Gymin visio heijastaa vahvasti edellä mainittuja seuratoimintamme arvoja. Visiomme on olla tunnettu ja arvostettu liikuntaseura, joka kokoaa yhteen eri-ikäiset liikkujat. Toiminta tarjoaa vahvaa yhteisöllisyyttä ja juurruttaa liikunnan ilon ja yhdessä tekemisen kulttuurin sukupolvilta toisille.

Visiota toteutamme neljän strategisen painopisteen kautta:

1. Jäsenistö ja näkyvyys

Pyrimme laajentamaan ja monipuolistamaan jäsenpohjaamme, jotta seuran toiminta jatkuu myös tulevaisuudessa. Tämän mahdollistaminen vaatii viestintää toiminnastamme, suunnitelmallista markkinointia ja läsnäolemistä paikallisissa tapahtumissa.

2. Vastuullisuus

Haluamme olla arvostettu liikuntaseura, mikä edellyttää vastuullista johtamista ja sitä kautta seuramme taloudellisen vakauden varmistamista. Vastuullisuuteen liittyy myös ajatus siitä, että hyvinvoivassa seurayhteisössä on turvallinen, avoin ja kannustava ilmapiiri.

3. Laadukkuus ja monipuolisuus

Ohjaajien ja valmentajien osaamisen kehittämisen tukeminen on avain laadukkaaseen ohjaukseen ja valmennukseen. Jotta toimintamme voi olla laadukasta ja monipuolista on meidän myös oltava avoimia kehittämään sitä säännöllisesti. Kehittäminen tulee kuitenkin tehdä tasapainoisesti harraste- ja kilpatoiminnan kesken. Kehittämisen taustalla vaikuttaa myös jäsenistöltä säännöllisesti kerätty palaute.

4. Vapaaehtoistoiminta

Vapaaehtoistoiminta ja sitä kautta myös yhteisöllisyyden tunteen muodostuminen edellyttää sitä, että vapaaehtoisilla on selkeät roolit ja he saavat tehtäviinsä myös perehdytystä ja koulutusta. Vapaaehtoistoiminnalle tulee olla selkeät kiittämisen ja palkitsemisen mallit.

2.3 Seuran eettiset linjaukset

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

- Seuran hallinto hoidetaan hyvän hallintotavan mukaisesti.
- Kohtelemme kaikkia yhdenvertaisesti ja oikeudenmukaisesti.
- Välitämme toisistamme ja itsestämme.
- Varmistamme turvallisen toimintaympäristön.
- Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo toteutuu toiminnassamme.
- Toimimme avoimesti ja yhteisöllisesti.
- Tuotamme toiminnallamme hyvinvointia.
- Huomioimme ympäristön ja ilmaston toiminnassamme, esimerkiksi kannustamalla kierrätykseen ja ekologisiin valintoihin.
- Antidopingsäännöt koskevat jokaista toimintaamme osallistuvaa.
- Luomme laatua, iloa ja innostusta.



Vihti-Gym pidättää oikeuden hintojen päivittämiseen kevätkaudelle 2026

3.2. Valmennusryhmien maksujen muodostuminen

Valmennusryhmien osallistujat maksavat seuralle vuosittain jäsenmaksun sekä hallintomaksun 25€. Tämän lisäksi valmennusjoukkueiden kulut muodostuvat valmennusmaksuista ja kilpabudjetin pohjalta laskutettavista kilpamaksuista. Valmennusryhmien maksujen muodostumisesta on tehty erillinen dokumentti, joka löytyy seuran nettisivuilta ja avaa maksumallin tarkemmin.

3.3. Jäsenedut

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

Seuralla on kausikohtaisesti muutamia 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.

3.4. Ryhmiin ilmoittautuminen

Kaikkiin harrasteryhmiin ilmoittaudutaan MyClubin kautta (Ikivireiden ryhmän jäsenille tarjoamme muitakin tapoja tarvittaessa). 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 MyClubissa.

Jäsenrekisteriin liittymisen ja ryhmiin ilmoittautumisen osalta on tehty ohjeistus seuran nettisivuille. Myös seuran sähköpostiosoitteesta saa tarvittaessa apua ja neuvoja.

Kaikkiin harrasteryhmiin ilmoittaudutaan 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 aina mahdollisuuksien mukaan syyskauden lopuksi järjestettävä tilaisuus, jonka pääasiallisena tarkoituksena on yhteisen ajan viettäminen ja ryhmäytyminen, tilaisuudessa tiedotetaan myös ajankohtaisista asioista, mikäli niitä on. Kauden lopuksi järjestetään kauden päätös, jossa paketoidaan 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 Joulujuhlassa on kaksi näytöstä, joista ryhmät voivat esiintyä joko toisessa tai molemmissa. Joulujuhlassa on myös buffet ja mahdolliset arpajaiset.

4.3 Kevätkimara

Vihti-Gymin kausi huipentuu toukokuussa järjestettävään kevätinäytökseen 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 kaksi näytöstä, joista ryhmät voivat esiintyä joko toisessa tai molemmissa. Kevätkimarassa on myös buffet ja mahdollisesti arpajaiset.

Valmennusjoukkueet esiintyvät niin joulujuhlassa kuin kevätkimarassa aina molemmissa näytöksissä, elleivät ole estyneitä esimerkiksi kilpailuosallistumisen vuoksi.



Impulssi Kevätkimarassa (Kuva: Anne Kempas)

4.11 Kilpailut

Vihti-Gym järjestää satunnaisesti voimistelukilpailuja. Hetkellisen tauon jälkeen seura on saanut tanssillisen voimistelun kilpailujen järjestämisoikeuden Tanvo Cup 2 –kilpailuiden osalta marraskuulle 2025.



Hiiden Asema (Kuva: Katja Hakala)

4.12 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. Seuran on tarkoitus järjestää kesäleiri myös kesällä 2026.



4.13 Voimisteluliiton suur tapahtumat

Vihti-Gym osallistuu innokkaasti Voimisteluliiton järjestämiin suur tapahtumiin 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. Seura tulee olemaan mukana myös vuoden 2026 Gymnaestrada –tapahtumassa Joensuussa.

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 jäsenien 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 MyClub-tiedotteilla, jotka lähetetään myös sähköpostilla, tai jokaiselle ohjaajalle muulla luontevalla tavalla. Jäsenten 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 viestintävastaavalla, 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 esimerkiksi lehti-ilmoituksilla paikallislehdissä kun se on perusteltua.

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 houkutellaan 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 kehittämisestä.

Talkoolaisia tarvitaan tapahtumien järjestämisessä paljon. Kilparyhmäläisten vanhemmilla onkin velvollisuus osallistua talkoisiin. Johtokunnan Jojo-vastaava organisoii tapahtumien talkoolaisten toimintaa, ja tapahtumien järjestämisen vastuu on jaettu eri lajien kesken. 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 1.9.2025 alkaen:

Sini Koppanen

- Puheenjohtaja: nettisivut, sääntömääräiset asiat, kunnan anomukset, vastuullisuus, taloushallinnon yhteyshenkilö tilitoimiston suuntaan, tietoturavastaava, Tähtiseura-vastaava

Minna Laapas

- jojo-vastaava, talkootyön organisointi

Sue Haaksi

- Cheerleading valmennusvastaava

Pauli Pöyhiä

- Turvallisuusvastaava

Helen Haapala

- Joukkuevoimistelun valmennusvastaava, varapuheenjohtaja

Sanna Nurmesniemi

- Tanssillisen voimistelun valmennusvastaava

Elina Lindholm

- Harrasteliikunnan vastaava

Sanni Oksanen

- Kokoussihteeri, salivuorovastaava

Venla Tuomi

- Viestintävastaava

7 Talous

Seuran taloudellinen tilanne on tasaantunut haastavien koronavirusvuosien jäljiltä. Talous kärsi koronaviruksesta ja sen tuomista rajoituksista. Taloudenhoito on hyvin organisoitu ja jokainen johtokuntalainen tietää vastuunsa. Taloushallinto on ulkoistettu tilitoimistolle, puheenjohtaja vastaa ensisijaisesti yhteistyöstä ja sen kehittämisestä. Valmennusvastaava laskee valmennusmaksujen suuruuden. Kilpailubudjetin kilpajoukkueille tekee joukkueen valmentaja ja hyväksyttää sen valmennusvastaavalla. Kaikki budjetit käyvät myös puheenjohtajan kautta. Joukkueet voivat omilla varainkeruuhankkeillaan pienentää kilpamaksua. 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.

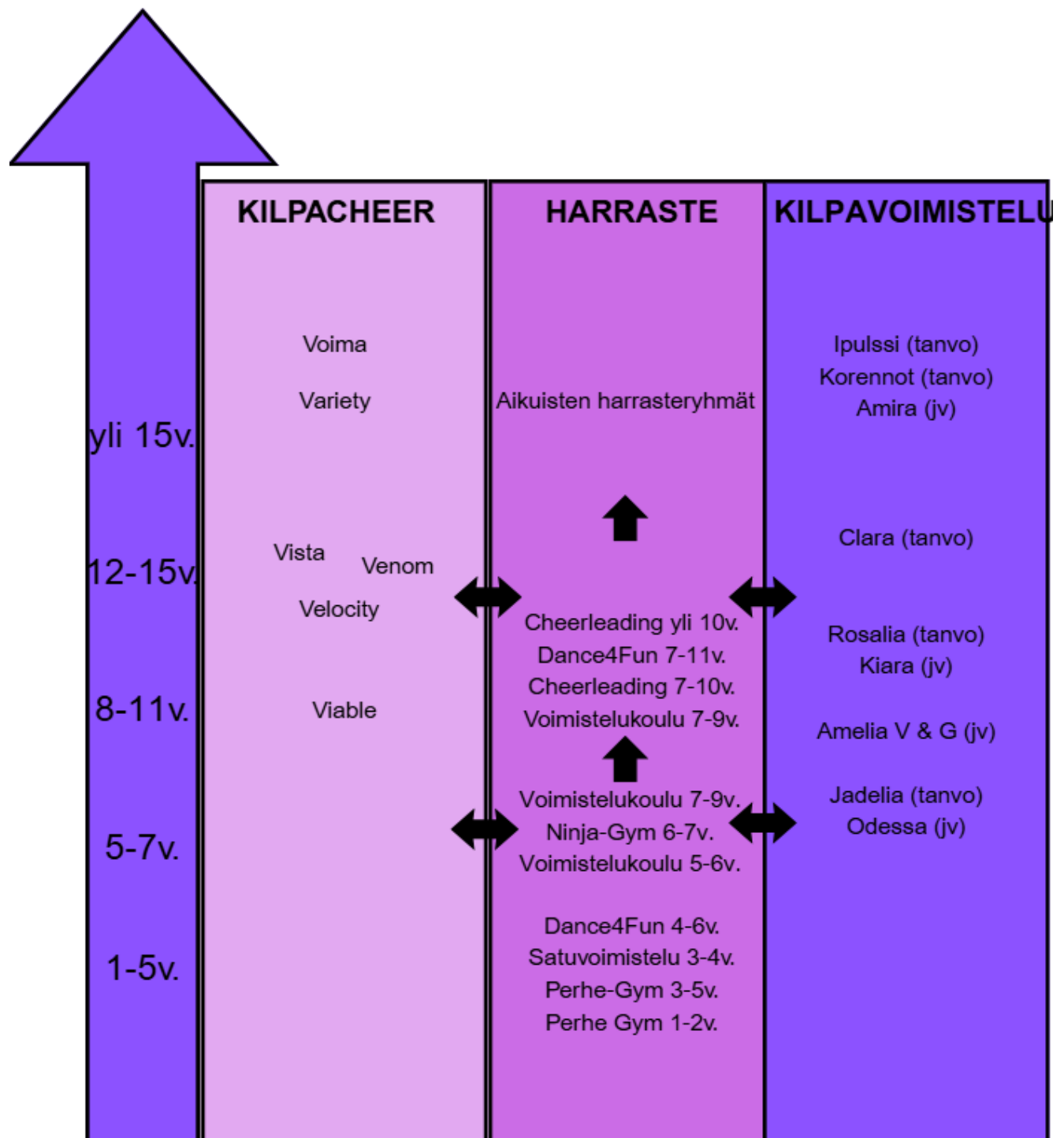
Uudet ohjaajat perehdytetään seuran toimintaan ja esitellään käytännöt. Kauden avauksessa ohjaajille jaetaan tarvittavat materiaalit ja perehdytetään seuraan. Turvallisuusvastaava on ohjaajiin yhteydessä avaimiin liittyvissä asioissa ja palkalliset ohjaajat ovat lisäksi yhteydessä talousvastaavaan. Joka 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, 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

3 - 12 – vuotiaiden ryhmät, joissa lapsi oppii voimistelun perustaidot leikkien ja iloiten koulutettujen ohjaajien opastuksella. Vihti-Gym tarjoaa kymmenen erilaista 3-12 – vuotiaiden ryhmää, josta löytyy jokaiselle jotakin taitotasosta riippumatta, niin tytöille kuin pojillekin.

- Ninja-Gym 6-7v.
- Satuvoimistelu 3-4v.
- Voimistelukoulu 5-6v. maanantairyhmä
- Voimistelukoulu 5-6v. sunnuntairyhmä
- Voimistelukoulu 7-9v.
- Voimistelukoulu 10-12v.
- Dance4Fun 4-6v.
- Dance4Fun 7-11v.
- Cheerleading harrasteryhmä Vivid 7-10v.
- Cheerleading harrasteryhmä Volant yli 10v.

Nuorten harrasteliikunta

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

- Cheerleadingin harrasteryhmä Volant yli 10v.



10.3 Aikuisten harrasteliikunta

Kaudella 2025-2026 aikuisten valikoimasta löytyy seuraavat ryhmät:

- Ikivireät tuolijumppa
- Ikivireät kehonhuolto
- Kiinteytysjumppa
- Syvälihasjumppa
- Bailatino
- Tanssillinen voimistelu
- Äijäjumppa + peli
- Lihaskunto
- DanceMix
- DanceParty
- Äijätreeni
- Pilates
- Lavis
- Jooga

10.4 Valmennusryhmät (kaikki ikäryhmät)

Cheerleadingissä:

- Viable
- Velocity
- Vista
- Variety
- Voima
- Venom



Kuva: Taru Salonen

Joukkuevoimistelussa:

- Odessa
- Amelia V
- Amelia G
- Kiara
- Amira

Tanssillisessa voimistelussa:

- Jadelia
- Rosalia
- Clara
- Korennot
- Impulssi



Alegria, Voimistelupäivät 2019 (Kuva: Milla Vahtila)