

Voimistelu- ja urheiluseura **KOIVISTON ISKU RY**



TOIMINTASUUNNITELMA

2014

KOIVISTON ISKU RY

TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2014

Alkavan 87. toimintavuoden aikana järjestämme kilpa- ja kuntourheilutoimintaa viiden lajijaoston sekä veteraani- ja kuntojaoston voimin.

Vuoden merkittävin kilpailutapahtuma tulevan vuoden toiminnassa on pyöräilyjaoston järjestämät maantiepyöräilyn aika-ajon ikäluokkien Suomen mestaruuskilpailut elokuussa 2014.

HALLINTO

Toimintaamme johtaa vuosikokouksen valitsema johtokunta, joka kokoontuu puheenjohtajan kutsusta noin 10 kertaa tulevan toimintavuoden aikana. Sääntömääräisiä kokouksia järjestämme suunnitellusti kaksi. Muita kokouksia järjestämme tarpeen mukaan. Osallistumme TUL:n ja lajiliittojen, Porin kaupungin ja muiden yhteistyötahojen toimintaan resurssiemme puitteissa.

YLEISTÄ

Kilpaurheilussa naisten lentopallojoukkue pelaa 2-sarjassa kaudella 2013-2014 ja on aloittanut syyskauden hyvin ja nousu ykkössarjaan on mahdollinen.

Pyöräilyssä Chebici-Isku teamin tavoitteena on uusia viime vuosien hieno menestysputki maantie- ja rata-ajojen SM-kilpailuissa ja hyvä menestys maantiecupissa. Joukkue osallistuu muutamaaan ulkomaiseen kilpailuun (Ruotsi/Viro/Belgia). Vuonna 2014 seuramme järjestää pyöräilyn 16. Lattomeriajon ja kaksipäiväisenä etappiajona ajettavan 21. Satakunnan ajot sekä aika-ajon ikäluokkien SM-kilpailut.

Uutena toimintana pyöräilyjaosto aloittaa parapyöräilyn. Koiviston Iskuun siirtyy parapyöräilyssä olympiahopealle sijoittunut Jarmo Ollanketo, jonka pilottina tulee toimimaan Tommi Martikainen. Kilpailuohjelma kattaa maailmancupin kilpailuja ja MM-kilpailut.

Triathlonjaoston urheilijat jatkavat kilpailutoimintaa kotimaassa ja ulkomailla tavoitteena menestyminen kansainvälisissä kilpailuissa ja myös SM-kilpailuissa.

Uutena lajina Koiviston Iskussa aloitti vuonna 2013 fitness, jossa heti aloitusvuonna saavuttiin hyvä menestys SM-kilpailuissa ja menestystä odotetaan jatkossakin.

Huippu- ja kilpaurheilun lisäksi panostamme myös nuoriso- ja kuntoliikuntatoimintaan kaikkien jaostojen toiminnassa. Lentopalloissa on tyttöjoukkueita ja naisten kakkosjoukkue ja miesten joukkue pelaavat Karhulentissisarjassa. Myös pyöräilyssä panostetaan aluekilpailuihin ja kuntotapahtumiin.

Kunto- ja veteraanijaoston painopiste on aikuisliikunnan ja luentotilaisuuksien järjestämisessä.

Naisjaosto järjestää ohjattuja jumppatunteja syys- ja kevätkaudella.

Naisjaosto sekä kunto- ja veteraanijaosto osallistuvat aktiivisesti myös muiden jaostojen ja pääseuran järjestämien kilpailujen ja tapahtumien järjestelyihin. Kunto- ja veteraanijaoston sekä naisjaostot osallistuvat myös kesäkuussa Seinäjoella järjestettäviin TUL:n liittojuhliin.

Kansainvälistä väriä toimintaamme tuo yhteistyö saksalaisen ystävyysseuramme lentopallojuniorien kanssa sekä pyöräilijöiden ja triathlonistien ulkomaan harjoittelu- ja kilpailumatkat.

VARAINHANKINTA JA TALOUS

Varainhankinnassa pääpaino on keräyspaperitoiminnan edelleen kehittämisessä yhteistyössä Paperinkeräys Oy:n kanssa. Paperinkeräyshallimme siirtyy vuodenvaihteessa 2014 Paperinkeräys Oy:n omistukseen mutta jatkamme Paperinkeräys Oy:n kanssa tehdyn urakointisopimuksen mukaisesti paperinkäsittelyä ja lastausta hallilla.

Hallin kautta kulkevan keräyspaperin ja –pahvin tonnimäärät ovat kasvussa, joten hallilla tapahtuva paperinkäsittely lisääntyy jatkossa. Keräysastioiden vaihtuminen entistä enemmän syväkeräysastioiksi ja keräyspaperikonteiksi edellyttäneenä myös kalustohankintoja lähiaikoina. Lastauksessa käytettävän kuormaajan vaihto uudempaan on lähitulevaisuudessa edessä. Jäsenistön talkootyö on edelleen merkittävässä osassa keräyspaperitoiminnan pyörittämisessä vaikka suuri osa työstä tehdäänkin palkkatuella työllistettyjen henkilöiden toimesta.

Jaostot huolehtivat omatoimisesti myös merkittävästä varainhankinnasta mm. järjestämällä kilpailuja, yhteistyösopimuksilla eri liikeyritysten kanssa, vuosi- ja käsiohjelmamainoksilla sekä erilaisilla talkootöillä.

Seuramme tavoitteena on järjestää liikuntatoimintaa lapsille, nuorille ja aikuisille.

Painopisteet jakaantuvat seuraaville toiminta-alueille

- Nuorisoliikunta, koulutus ja kasvatus
- Huippu- ja kilpaurheilutoiminta
- Aikuisliikunta (kuntourheilu)
- Paperinkeräys varojen hankkimiseksi edellä mainittujen toimintojen ylläpitämiseksi.

Liitteenä jaostojen toimintasuunnitelmat:

- ***fitnessjaosto***
- ***lentopallojaosto***
- ***pyöräilyjaosto***
- ***triathlonjaosto***
- ***kunto- ja veteraanijaosto***
- ***naisjaosto***

FITNESSJAOSTO

TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2014

Fitnessjaosto toimii kaudella 2014 seuraavalla kokoonpanolla:

Päävalmentajana Riku Jakobsson.

Valmennusvastaavana Riku Jakobsson ja Jarkko Valtonen.

Valmentajina toimivat Riku Jakobsson, Jarkko Valtonen, Outi Nenonen, Jaana Pajunoja.

Riku Jakobsson on mukana toiminnan organisoinnissa ja valmennuksessa, sekä muissa toimintaan liittyvissä asioissa.

Jarkko Valtonen toimii valmennuksessa, ohjelmien teossa sekä kisoihin liittyvissä ohjelmissa ja ruokavaliossa.

KILPAILUTOIMINTA

Kilpailutoiminnassa ollaan mukana Fitness Liitto IFBB:n kanssa yhteistuumin. Vuonna 2014 keväällä ja syksyllä kisoihin osallistuu 1-2 urheilijaa.

KOULUTUSTOIMINTA

Riku Jakobsson suorittaa ammattivalmentajatutkintoa Vierumäellä. Rikun koulutus kestää 2014 elokuun loppuun. Urheilijat osallistuvat IFBB; leirityksiin, sekä Vierumäellä järjestettävään leiritykseen.

HARJOITUSTOIMINTA

Harjoitusviikko koostuu seuraavasti;

-3-5 voimaharjoitusta

-4 aerobista harjoitusta

-satunnaisia poseerausharjoituksia

YLEISTÄ

2013 talvi ja 2014 kausi koostuu seuraavanlaisesta tukevasta toiminnasta ja tavoitteista. Keräämme sponsoreita tukemaan fitnessjaoston toimintaa.

Urheilijamäärä on 6-10 henkilöä jotka ovat karsinnan kautta valittuja. Tämän kauden urheilijat ovat Janina Hillman, Milla Ojala, Joanna Heikkilä, Jaana Pajunoja, Saana Jäkärä, Sonja Köykkäri, Outi Nenonen, Henna Simberg.

Tärkein painopiste 2014 on kevään ja syksyn kilpailut.

Kausimaksu ei-valmennettaville urheilijoille on 200 euroa. Valmennettavat urheilijat maksavat vuodesta seuralle 10 euroa ja Pori Hallille 800 euroa. Tämä sisältää kaksi valmennusta viikossa sekä Pori Hallin VIP-kortin käytön. Edellä mainittu sopimus Pori Hallin kanssa, katsotaan osin myös sponsorisopimukseksi.

IFBB:n kanssa on sovittu linjaukset asioihin jonka vuoksi liiton päävalmentaja pitää kisaleirityksen 2013 joulukuussa Espoon Hotelli Radisson Sasissa.

Yksi urheijoistamme jatkaa urheilulukiossa. Urheilulukion päävalmentajan kanssa on sovittu linjaukset, jotka liittyvät urheilijat opintosuunnitelmaan.

2013 kausi meni kisoihin liittyvissä valmisteluissa ja toiminnoissa. Uuteen kauteen siirtyminen on jo aloitettu.

LENTOPALLOJAOSTO

TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2014

YLEISTÄ

Lentopallojaosto johtaa seuramme lentopallotoimintaa. Jaosto kehittää toimintaansa perinteitä vaalien ajan vaatimusten mukaiseksi. Jaoston tavoitteena on toimia suunnitelmallisesti ja toiminnot tärkeysjärjestykseen asettaen. Jaosto pyrkii hyödyntämään jäsenistön erikoisosaamista ja lisäämään vastuuta ja vastuun kantamista myös seuran harrastajien piirissä.

VARSINAINEN TOIMINTA

Lentopalloharrastuksen jatkuvuuden turvaaminen ja harrastajamäärien kasvattaminen on yksi jaoston perustavoitteista. Osaavien valmentajien, ohjaajien sekä tuomari- ja otteluvirkailijoiden etsintä ja hankkiminen on tärkeää. Halukkaille tarjotaan kouluttautumismahdollisuuksia.

Valmentajien auttaminen ja tukeminen heidän vaativassa tehtävässään on koko lentopallojaoston tehtävä.

Yksi perustavoitteista on asianmukaisten harjoitteluajkojen ja paikkojen hankkiminen joukkueille.

Naisten 2-sarjassa pelaavan edustusjoukkueemme kuluneen syyskauden ottelut ovat sujuneet niin hyvin että jaoston pitää varautua mahdolliseen sarjanousuun laatiessaan jaoston tulo- ja menoarviota vuodelle 2014. On myös varauduttava uuden sarjataso tuomiin vaatimuksiin salivuorojen ja ottelutoimihenkilöiden riittävyden varmistamiseksi.

Naisten reservijoukkueella on tärkeä tehtävä tarjota peliaikaa nuorille pelaajille pelirutiinin hankkimiseksi, sekä varttuneille pelaajillemme mahdollistaa harrastuksen jatkuvuus.

Nuorisotoiminnan kehittäminen on jaoston tärkeimpiä tehtäviä jotta omista junioreista saataisiin tulevana vuosina pelaajia seuran edustusjoukkueeseen. Nuorten tyttöjen joukkueet pitää ilmoittaa mukaan ikäluokkiensa kilpailusarjoihin.

Aiemmin aloitettua 7 – 10 v. tyttöjen ja poikien lentopallokoulua yhteistyössä Pori-Lentiksen kanssa kannattaa jatkaa vuosittain, jotta jatkuva uusien pelaajien kasvattaminen seuramme ylemmille sarjatasoille tulee mahdolliseksi.

Miesten joukkueelle luodaan toimintaedellytykset jatkaa alkanutta sarjatoimintaa paikallisessa karhulentis sarjassa.

VARAINHANKINTA

Tulot ja menot pidetään tasapainossa. Pyritään aktiivisesti kehittämään jotakin uutta perinteisten vuosittaisten varainhankintamenetelmien (esim. käsiohjelma) rinnalle.

Lisätään harrastajien omaa rahoitusosuutta. Harrastajat haastetaan enenevässä määrin mahdollisiin talkoisiin.

PYÖRÄILYJAOSTO

TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2014

Jaoston pääpainopisteet tulevat olemaan kilpa- ja huippu-urheilu, valtakunnallisten ja alueellisten kilpailujen järjestäminen sekä myös harraste- ja junioripyöräilyn kehittäminen.

Uutena toimintana pyöräilyjaosto aloittaa parapyöräilyn. Koiviston Iskuun siirtyy parapyöräilyssä olympiahopealle sijoittunut Jarmo Ollanketo, jonka pilottina tulee toimimaan Tommi Martikainen.

Pyöräilyjaoston tulevan vuoden merkittävimmät tapahtumat ovat huhtikuussa järjestettävät 16. Lattomeriajo ja toukokuussa järjestettävät 21. Satakunnan ajot sekä aika-ajon ikäluokkien Suomenmestaruuskilpailut elokuussa Ulvilassa.

KILPAILU- JA VALMENNUSTOIMINTA

Chebici-Isku -team

Chebici-Isku team-joukkueemme toimii pyöräilyjaoston lippulaivana. Team toimii jaoston alaisuudessa ja Chebici Oy on pääyhteiskumppani. Chebici Oy:n omistaja Vesa Rauttu osallistuu myös teamin toiminnan johtamiseen. Teamin joukkueenjohtajana toimii Tommi Martikainen. Teamissa tulee olemaan kaudella 2014 noin kymmenen ajajaa, joista pari uutta nuorta tulevaisuuden lupausta.

Chebici-Iskun pitkäjänteinen toiminta vuodesta 2007 (Chebici team on aloittanut jo vuonna 2000) on tehnyt joukkueestamme yhden maamme parhaista joukkueista. Teamin hyvä yhteishenki ja menestys näkyy teamin arvostuksessa. Iskua ja Chebici-teamia arvostetaan mikä näkyy myös tulevan kauden seurasiirroissa. Pyrimme kehittämään teamia entistä paremmaksi ja erityisesti painopistealueena tulee jatkossa olemaan nuorten ajajien vieminen urallaan eteenpäin ulkomaisiin amatööri- ja ammattilaisjoukkueisiin.

Teamin toimintaa kehitetään lisäämällä yhteistyötä teamin tukijoiden kanssa ja hankkimalla uusia varustesponsoreita. Tulevana kautena teamin ja yhteistyökumppaneiden näkyvyyttä kilpailutapahtumissa lisätään. Chebici-Isku teamin tiedotustustoimintaa kehittämään on valittu tiedottajaksi Terhi Martikainen, joka hoitaa Chebici-Isku.fi -internetsivujen sekä facebook-sivun päivitykset.

Chebici Oy toimittaa teamille pyörät ja asusteet, **Nutrend** toimittaa urheilujuomat ja lisäravinteet, **Bliz** ajolasit ja **Veloflex** renkaat.

Uutena alueena aloitetaan myös naisjoukkueen kehittäminen. Naisten eliteluokan ajajista muodostettava joukkue aloittaa kaudella 2014. Teamin ajajat tulevat aluksi edustamaan useampaa pyöräilyseuraa.

Parapyöräily

Jarmo Ollankedon siirtyminen Iskuun kaudeksi 2014 tuo seuramme toimintaan uuden alueen, vammaisurheilun. Jarmo Ollanketo ja Tommi Martikainen tulevat osallistumaan maailmancupin kilpailuihin ja parapyöräilyn MM-kilpailuihin.

Iskun muut pyöräilijät

Koiviston Iskua edustaa tulevalla kaudella teamin lisäksi lähes kaksikymmentä lisenssipyöräilijää miesten ja naisten eliteluokissa sekä mastersarjoissa. Uusia ajajia siirtyy Iskuun tulevaksi kaudeksi. Piirin kilpailuihin, yhteislenkeille ja kuntoajoihin osallistuvia ajajia on kymmenkunta.

Kilpailutominta

Kilpaurheilussa painopistealueena on kansallinen kilpailutominta. Tärkeimmät kotimaan kilpailut ovat rata- ja maantieajon, cyclocrossin sekä XCO:n SM-kilpailut. Tavoitteena on menestyä myös kotimaan cup-kilpailuissa sekä saada vähintään 12 mitalia SM- ja ISM-kilpailuissa. Chebici-Isku team tulee osallistumaan myös muutamaan kansainväliseen kilpailuun Virossa, pohjoismaissa ja mahdollisesti Hollannissa ja Belgiassa. Osa kilpapyöräilijöistä osallistunee myös ikäluokkien PM- ja EM-kilpailuihin.

Valmennus- ja harjoittelu

Urheilijoiden harjoittelu tulevaan kauteen on jo täydessä käynnissä. Yhteisharjoituksina ovat talvikaudella mm. kuntopiiri, spinningharjoittelu ja Karhuhallin pyöräilyvuorot sekä viikonloppuisin yhteislenkit maantiellä tai maastossa. Talven ja kevään aikana järjestetään muutama leiriviikonloppu mm. Porissa ja Tampereella. Tämän lisäksi osa pyöräilijöistä pitää 2-3 viikon mittaisen harjoitusleirin keväällä Espanjassa.

Leirien yhteydessä tehostetaan urheilijoiden testaustoimintaa, jota varten jaostolle on hankittu tehomittaukseen laitteisto.

Seuran tarjoamia harjoitteluvuoroja (karhuhallin ajovuorot ja spinning) käyttäville otetaan käyttöön 30 euron kausikohtainen harjoittelumaksu syys/talvikaudella 2013-2014.

KILPAILUJEN JÄRJESTÄMINEN

Koiviston Iskulla on pitkät perinteet pyöräilykilpailujen järjestämisestä ja Isku on arvostettu kilpailujen järjestäjä, josta on osoituksena mm. SM-kilpailujen tarjoaminen järjestettäväksemme. Iskun monikymmenhenkinen talkoojoukko on kokenut ja rutinoitunut. Monien perinteisten kilpailujen hiipuesssa Iskun kilpailut ovat menestyneet niin taloudellisesti kuin urheilullisestikin.

Tulevalla kaudella kiinnitetään entistä enemmän kilpailutapahtumien visuaaliseen ilmeeseen ja kilpailuista pyritään tekemään näyttäviä tapahtumia, jotka huokuttelevat myös yleisöä. Myös kilpailutapahtumista tiedottamista pyritään lisäämään ja parantamaan myös yhteistyökumppanien näkyvyyttä kilpailutapahtumissa.

Kansalliset kilpailut

Kaudella 2014 Suomen maantiepyöräilyn kilpailukausi avataan perinteiseen tapaan huhtikuussa jo 16. kertaa ajettavalla Lattomeriajolla ja 21. Satakunnan ajot toukokuussa ajetaan kaksipäiväisenä prologin ja kahden yhteislähtökilpailun etappiajona.

Kilpailukeskuksena tulee toimimaan Kaasmarkun koulu ja etapit ajetaan viime vuosina vakiintuneilla reiteillä. Sunnuntain etappi tosin ajetaan päinvastaiseen suuntaan kuin aiempina vuosina.

Elokuussa järjestetään aika-ajon ikäluokkien SM-kilpailut (mikäli Pyöräilyunioni kilpailut myöntää) Ulvilan Harjunpäässä. Kilpailu on yksipäiväinen ja siihen osallistunee noin 250 juniori- ja masterpyöräilijää.

Vuoden 2013 maantiepyöräilyn SM-kilpailujen pääyhteistyökumppaneiden kanssa pyritään jatkamaan hyvin sujunutta yhteistyötä kilpailutoiminnan osalta myös vuonna 2014. Yhteistyökumppaneiden näkyvyyttä kilpailutapahtumissa ja seuran toiminnassa lisätään entisestään.

Aluekilpailut

Perinteisesti pyöräilyjaosto järjestää myös Satakunta Cupin osakilpailuja sekä piirin mestaruuskilpailuja maantie- ja maasto-ajossa.

NUORISOTOIMINTA

Yksi tärkeä alue jaoston toiminnan kehittämässä on nuorisotoiminnan ja nappula-ajojen elvyttäminen ja nuorten säännöllisten harjoitusten saaminen mukaan ohjelmaan. Näiden tavoitteiden toteuttaminen edellyttää junioreiden ja nappulatoiminnan vetäjien kouluttamista. Pidemmän ajan tavoitteena on fillarinappula- ja kilpapyöräilykoulujen ohjaajien kouluttaminen ja toiminnan käynnistäminen.

KUNTO- JA HARRASTEPYÖRÄILY

Jaoston suunnitelmiin kuuluu myös toimintaa ns. kunto- ja harrastepyöräilijöille. Maastopyöräilystä kiinnostuneille on lokakuussa maastopyörillä ajettava n. 5-6 tunnin Tour de Pori –retkijäjo Porin ja lähikuntien poluilla ja metsäteillä. Jaosto osallistuu muiden porilaisten pyöräilyseurojen kanssa säännöllisten maantielenkkien järjestämiseen kesällä harrastepyöräilijöille normaalien kilpapyöräilijöiden yhteisharjoitusten lisäksi. Touko-elokuussa joka torstai ajetaan pyöräilyseurojen yhteinen harjoitustempo Katinkuru-Lattomeri-Katinkuru -reitillä.

Loppuvuoden 2013 aikana tutkitaan mahdollisuus järjestää kuntoajotapahtuma Porin seudulla elokuussa 2014 (tai mahdollisesti vasta kesällä 2015). Tavoitteena on järjestää 1980-1990-lukujen vaihteessa useampana vuonna järjestetyn Satakunnan Rinkikuntotapahtuman tyyppinen ajanotolla tapahtuva maantiekuntoajo, jonka reitti olisi noin 80-100 km.

VARAINHANKINTA JA TALOUS

Toiminnan menoista noin kolmannes katetaan pääseuran tuella, jonka mahdollistaa seuran aktiivinen talkoojoukko paperinkeräystoiminnassa. Pyöräilyjaosto pyrkii lisäämään omaa panostaan seuran paperinkeräystoiminnassa.

Jaosto saa suurimman osan tuloistaan kilpailujen järjestelyistä, yhteistoimintasopimuksista ja mainostuloista. Kaudella 2013 pystyttiin yhteistyösopimuksilla hankkimaan mm. palkintoja ja erilaisia palveluita.

Päyhteistyökumppanimme Chebici Oy tukee vuosittain merkittäväällä panoksella elitejoukkuettamme antamalla pyöräilijöiden käyttöön kilpapyöriä ja muita varusteita. Yhteistyötä Chebici-pyöräilyliikkeen kanssa pyritään tehostamaan mm. lisäämällä Chebicin näkyvyyttä niin omissa kilpailuissamme kuin myös muiden järjestämissä kilpailuissa ”varikkoalueilla” sekä markkinoimalla mm. teamin käytöstä poistuvia pyöriä. Chebici-ajovaatteita tullaan markkinoidaan myös aktiivikuntoilijoille seuran jäsenten lisäksi.

TRIATHLONJAOSTO

TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2014

Triathlonjaoston tavoitteet tulee olemaan triathlonin kehittäminen harraste-, maamme- ja kansainvälisellä tasolla.

Triathlonjaosto tulee panostamaan huipputriathlonistien valmennukseen ja tukemiseen heidän tavoitteissaan yhä ylemmäksi koko Euroopan ja Maailman triathlonhuippujen joukossa. Painopiste on keskittynyt ns. pidemmille matkoille ja (Ironman) täys matkalle. Tämän lisäksi tavoitteita on myös SM- tasolla ja kansallisella tasolla, sekä nuorissa ja lajia vasta aloittaville harrastajille.

Tuleva kausi antaa haasteita jatkaa triathlon valmennus ja kilpailutoimintaa huipputasolla. Lajin kasvun myötä meillä tulee olla valmiutta ottaa uusia harrastajia lajin pariin.

Seurassa jatkavat, Venla Koivula ja Tuukka Miettinen, jotka omaavat jo kansainvälistä kokemusta menestyksestä. Molemmilla on Suomen Mestaruudet 1/2 osa matkoilta ja hyviä sijoituksia kansainvälisistä kisoista.

Tuukka Miettisen valmentajana on jo neljä vuotta toiminut Tom Söderdahl. Venla Koivulan Valmentajana on jo viisi vuotta toiminut Kai Söderdahl Venla on noussut Kain vetämästä Triathlon koulusta Suomen kärkipään triathlonistiksi.

Budjetin puitteissa tulemme tukemaan heitä Suomen ja kansainvälisellä tasolla menestykseen. Omalta osaltaan heillä on jo entiseltään tukijoita, joiden kautta seurammeekin saa julkisuutta. Tukirahat ja kulut tulevat kulkemaan seuramme kautta näin saamme näkyviin urheiluun käytetyn rahamäärän.

Kilpailutavoitteita on, ulkomailla kansainvälisellä tasolla ja kotimaan tasolla, kuten SM-kilpailuissa huippu- sekä harrastetasolla.

Lisäksi meillä on harraste tasolla seitsemän lisenssitriathlonistia, joista yksi on vielä alle 19- sarjassa.

Maailmalle suuntautuviin kilpailumatkakustannuksissa paineet on myös itse kilpailijalla, hankkimalla maailmalta hyviä sijoituksia se takaa samalla palkintorahojen myötä taloudellisen pohjan ammattimaiselle harjoitukselle ja kilpailemiselle.

Jaosto on valmis antamaan ohjeita, välinetietoutta, valmennustietoutta ja muuta tietoutta lajista kiinnostuneille, Etenkin suuntaamme katseet nuoriin, jotka ovat kiinnostuneet monipuolisesta ja vaativasta lajista.

KUNTO- JA VETERAANIJAOSTO

TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2014

Kunto- ja veteraanijaoston tehtävä seurassa on toimia koordinaattorina seuran johtokuntaan päin mm. tietopankkina seuran historian suhteen. Yhteydenpito TUL:n Satakunnan piirin veteraanitoimintaan. Aktiivinen osallistuminen järjestettyihin tapahtumiin. Kannustaa ikäihmisiä kuntoliikuntaan ja terveellisiin elämäntapoihin. Jaoston tavoitteena on järjestää luentoja ja kuntoliikuntaa kohderyhmänä ikäihmiset seuran vaikutusalueella.

TOIMINTA: TALVI/ KEVÄT 2014

Yleistä:

Osallistuminen talkoisiin paperihallilla.
Seurata alueen paperilaatikoitten kuntoa ja informoida tarpeen tullen eteenpäin.
Osallistuminen seuran muiden jaostojen tapahtumiin tarvittavissa tehtävissä.

Toimenpiteitä:

Joogaa toimitiloissa parillisilla viikoilla keskiviikkoisin klo: 15 -16 tammikuu- toukokuu:
Ohjaajana Jooganopettaja Sari Mattila
Ryhmään mahtuu 10 -15 henkilöä.
Terveysaiheinen luento huhtikuussa 2014
Tapahtumissa arvanmyyntiä jaoston varainhankintana.
Kuntolaatikoitten hoito.

SYKSY/ LOPPUVUOSI 2014

Jooga jatkuu parillisilla viikoilla syys-marraskuun ajan.
Kuntolaatikoitten hoito.
Terveysaiheinen luento lokakuussa 2014.
Jäsenten joulukahvitus.

NAISJAOSTO

TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2014

Naisjaosto toimii lähinnä harrastus- ja kuntoliikuntapohjaisena.

Naisjaosto pyörittää syys- ja kevätkaudella eri ikäisille naisille sekä teini-ikäisille jumppaa joka maanantai Väinölän koululla klo 19.30-20.30 Väinölän koulun jumppasali on ollut vuoden 2013 syyskauden remontissa. Remontin pitäisi olla valmis vuoden 2014 alussa. Jumppa aikataulu on muuttunut. Ohjaukset seuraavasti: parittomilla viikoilla on keppijumppa ja parillisilla viikoilla lihaskuntojumppa, myös ohjaaja on vaihtumassa. Vuosi 2014 on myös Liittojuhlavuosi. Liittojuhlat pidetään Seinäjoella viikkoa ennen juhannusta. Osallistumme kenttäohjelmaan runsaslukuisesti.

Lisäksi toiminnassa on seuraavia tapahtuma:

- osallistuminen kuntotapahtumiin.
- perinteiset jumppakauden päättäjäiset.
- kahvitukset ja talkoot muiden jaostojen tapahtumissa.
- osallistuminen piirin järjestämiin tapahtumiin.
- vuosikokouksien kahvitus
- ohjaajien kurssitus ja koulutus.