

Voimistelu- ja urheiluseura **KOIVISTON ISKU RY**



TOIMINTASUUNNITELMA

2015



KOIVISTON ISKU RY

TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2015

Alkavan 88. toimintavuoden aikana järjestämme kilpa- ja kuntourheilutoimintaa viiden lajijaoston sekä veteraani- ja kuntojaoston voimin.

HALLINTO

Toimintaamme johtaa vuosikokouksen valitsema johtokunta, joka kokoontuu puheenjohtajan kutsusta noin 10 kertaa tulevan toimintavuoden aikana. Sääntömääräisiä kokouksia järjestämme kaksi, kevät- ja syyskokouksen. Muita kokouksia järjestämme tarpeen mukaan. Osallistumme TUL:n, lajiliittojen, Porin kaupungin ja muiden yhteistyötahojen toimintaan resurssiemme puitteissa. Seuramme täyttää 90 vuotta 2017. Vuoden aikana aloitetaan valmistautuminen seuran 90-vuotistapahtumiin.

YLEISTÄ

Koiviston Iskulla on urheilijoita kansainvälisellä huipputasolla pyöräilyssä, parapyöräilyssä ja triathlonissa. Nuori pyöräilijä Matti Manninen aloittaa ammattilaisena englantilaisessa Team Raleigh –joukkueessa ja tavoitteena on paikka Rion olympialaisiin 2016. Parapyöräilyssä Jarmo Ollanketo ja Tommi Martikainen ajavat maailmancupin kilpailuja tavoitteena Mm-kilpailut ja 2016 Rion paraolympialaiset. Triathlonistimme kilpailuvat Euroopassa ja tavoitteena on osallistuminen Hawaijin Ironmankilpailuun syksyllä. Kotimaan kilpaurheilussa naisten lentopallojoukkue pelaa ykkössarjassa kaudella 2014-2015 tavoitteenaan sarjapaikan säilyttäminen. Lentopallossa on myös naisten 2-joukkue sekä miesten joukkue ja useita tyttöjen juniorijoukkueita. Pyöräilyssä Team Chebici-Iskun ja Team Chebici-Isku Donnan tavoitteena on jatkaa viime vuosien hienoa menestysputkea maantie- ja rata-ajojen SM-kilpailuissa ja saavuttaa hyvä menestys maantiecupissa. Tean Chebici-Isku osallistunee muutamaan ulkomaiseen kilpailuun (Ruotsi/Viro/Belgia). Vuonna 2015 seuramme järjestää taas SM-kilpailut, tällä kertaa Kortteliajossa heinäkuussa Reposaaressa. Kansallisia pyöräilykilpailuja ovat 17. Lattomeriajo ja kaksipäiväisenä etappiajona ajettava 22. Satakunnan ajot. Vuonna 2013 aloittanut fitnessjaosto toimii aktiivisesti ja urheilijoiden määrä on kasvanut ja kilpailutoiminta lisääntynyt.

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

Kunto- ja veteraanijaoston painopiste on aikuisliikunnan ja luentotilaisuuksien järjestämisessä seuran jäsenille.

Naisjaosto järjestää ohjattuja jumppatunteja syys- ja kevätkaudella.

Naisjaosto sekä kunto- ja veteraanijaosto osallistuvat aktiivisesti myös muiden jaostojen ja pääseuran järjestämien kilpailujen ja tapahtumien järjestelyihin.

VARAINHANKINTA JA TALOUS

Varainhankinnassa pääpaino on keräyspaperitoiminnan edelleen kehittämisessä yhteistyössä Paperinkeräys Oy:n kanssa. Paperinkeräyshallimme on vuokrattu Paperinkeräys Oy:lle mutta jatkamme Paperinkeräys Oy:n kanssa tehdyn urakointisopimuksen mukaisesti paperinkäsittelyä ja lastausta hallilla.

Hallin kautta kulkevan keräyspaperin ja –pahvin tonnimäärät taloustaantuman ja lehtien

painosmäärien vähentyessä jäävät jatkossa aiempia vuosia pienemmiksi . Keräys-astioiden vaihtuminen entistä enemmän syväkeräysastioiksi ja keräyspaperikonteiksi edellyttäisi jatkossa kalustohankintoja lähiaikoina. Lastauksessa käytettävän kuormaajan vaihto uudempaan on myös 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 2015

Seuratoiminnan tavoite

Koiviston Iskun Fitnessjaoston toiminnan tavoite on edistää tervehenkistä sekä menestyksellistä kilpailemista IFBB Finland Ry:n järjestämissä Body Fitness- kilpailuissa.

Seuratoiminnan visio

Tavoitteemme on luoda toimintamalli, jossa urheilijat saavat monipuolista tukea urheilutavoitteidensa saavuttamiseksi. Urheiluseuran valmentajien yhteistyön tavoite on rikastuttaa jokaisen valmentajan ammattiosaamista.

1. Johdanto

Kaudella 2013 -2014 kerättiin varoja, joilla maksettiin edeltäneen kauden kuluja, sekä varauduttiin 2014 - 2015 kisakauteen. Kauden 2013 -2014 varojen hankinta onnistui hyvin. Taantuman vaikutukset näkyvät alkaneen kauden yhteistyö- ja sponsorointisopimusten hankkimisen vaikeutena.

2. Toiminta

Jaoston toiminnan pääpaino alkaneella kaudella on kilpailuissa. Kevään Fitness Classic -kilpailuun on osallistumassa Reija Hakala, Janina Hillman, Saana Hämäläinen, Milla Ojala ja Jaana Pajunoja. Syksyn Nordic Fitness Expo -kilpailuun osallistumista tavoittelee Joanna Heikkilä.

Koiviston Iskun Fitnessvalmentajina toimivat, päävalmentaja Petra Rautakallion rinnalla, Timo Haapanen, Henna Simberg ja Jarkko Valtonen.

3. Tapahtumat

Maija Jouhki (ent. Elovaara) järjestää loppuvuodesta leirityksen Turussa, johon Koiviston Iskun fitnessurheilijoiden on tarkoitus osallistua.

Kilpailut:

Fitness Classic, Helsingissä, 18. - 19.4.2015.

Nordic Fitness Expo, Lahdessa, 9. - 11.10.2015.

4. Yhteistoiminta

Valmennustiimin on tarkoitus organisoida yhteisiä posetreenejä urheilijoille. Tarkoituksena on järjestää yhteistreenejä kesäkaudella Porin urheilutalolla. Suunnitelmissa on osallistua koko tiimin voimin isompaan urheilutapahtumaan, mahdollisesti bootcamp- tempaukseen

LENTOPALLOJAOSTO

TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2015

YLEISTÄ

Lentopallojaosto johtaa seuramme lentopallotoimintaa. Jaoston tehtävänä on kehittää toimintaansa perinteitä vaalien ajan vaatimusten mukaisesti. Jaoston tavoitteena on toimia suunnitelmallisesti ja asettaa toimintonsa tärkeysjärjestykseen. Jaosto pyrkii toiminnassaan hyödyntämään jäsenistön erikoisosaamista tarjoamalla kaikille omia vastuualueita ja lisäämään vastuuta myös seuran harrastajien piirissä sekä hyödyntämään myös heidän erikoisosaamistaan.

VARSINAINEN TOIMINTA

Jaoston perustavoitteena on lentopalloharrastuksen jatkuvuuden turvaaminen ja harrastajien määrän jatkuva kasvattaminen. Lisäksi tärkeänä tehtävänä on osaavien valmentajien, ohjaajien sekä tuomari- ja otteluvirkailijoiden hankkiminen ja tarvittaessa koulutuksen järjestäminen kaikille halukkaille. Jaosto auttaa sekä tukee valmentajia heidän vaativassa sekä tärkeässä työtehtävässään. Jaoston tehtävänä on hankkia joukkueille asianmukaiset harjoitteluajat sekä -paikat.

Edustusjoukkue

Naisten edustusjoukkue pelaa kaudella 2014 - 2015 1-sarjassa. Jaoston on vuoden 2015 tulo- ja menoarvioissa huomioitava edustusjoukkueen tavoitteena oleva sarjapaikan säilyminen.

2-joukkue

Naisten 2-joukkueella on tärkeä tehtävä nuorten sekä varttuneiden pelaajien keskuudessa. Jaosto tarjoaa nuorille peliaikaa hyvän pelirutiinin hankkimiseksi ja varttuneille pelaajille mahdollisuutta jatkaa lajin parissa.

Miesten joukkue

Miesten joukkue jatkaa paikallisessa Karhulentis -sarjassa. Jaosto turvaa joukkueen toimintaedellytykset.

Nuorisotoiminta

Jaoston tärkeimpiä tehtäviä on nuorisotoiminnan kehittäminen lajin tulevaisuutta silmällä pitäen. Kaikki nuorten tyttöjen joukkueet ilmoitetaan alueellisiin kilpailusarjoihin. Pori-Lentiksen kanssa yhteistyössä järjestettävää 7 – 10 vuotiaiden tyttöjen ja poikien lentopallokoulua jatketaan koska lentopallokoulun kautta saadaan vuosittain uusia harrastajia lajille.

VARAINHANKINTA

Tulot ja menot pidetään tasapainossa. Jaosto pyrkii jatkuvasti kehittämään uusia varainhankintamenetelmiä mm. perinteisen, vuosittain ilmestyvän käsiohjelman rinnalle. Lisäksi kasvatetaan harrastajien omaa rahoitusosuutta sekä veloitetaan myös heidät osallistumaan varainkeruuseen sekä talkootöihin.

Jaostossa on harkittu edustusjoukkueen sekä muun toiminnan kirjanpidon eriyttämistä jatkossa.

KOIVISTON ISKU

Lentopallojaosto

PYÖRÄILYJAOSTO

TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2015

Koiviston Isku on 2010-luvulla eräs maamme parhaiten menestyneistä huippupyöräilyseuroista. Olemme saavuttaneet sekä miesten että naisten eliteluokissa kymmeniä SM-mitaleita. Lisäksi pyrimme auttamaan nuoria lupaavia pyöräilijöitä urallaan eteenpäin. Esimerkkinä tästä työstä on Matti Manninen, jonka urakehitykseen olemme pystyneet vaikuttamaan. Kaudelle 2014 järjestyi paikka ruotsalaiseen Team Bliz-Merida –joukkueeseen, jolla oli hyvä kilpailuohjelma ja Matti pystyi antamaan tarvittavat näytöt seuraavalle askeleelle täysammattilaiseksi. Kaudella 2015 Matti ajaa englantilaisessa Team Raleigh –Continentaljoukkueessa. Joukkueen kilpailuohjelma tulee käsittämään kilpailuja keski-Euroopassa ja Englannissa. Seuraava iso tavoite on päästä mukaan 2016 Rion olympialaisiin.

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

Pyöräilyjaoston tulevan vuoden merkittävimmät tapahtumat ovat huhtikuussa järjestettävät 17. Lattomeriajo ja toukokuussa järjestettävät 22. Satakunnan ajot sekä heinäkuussa Reposaaarella järjestettävät Kortteliajon SM-kilpailut.

KILPAILU- JA VALMENNUSTOIMINTA

Team Chebici-Isku

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 2015 7-8 ajajaa.

Chebici-Iskun pitkäjänteinen toiminta vuodesta 2007 (Team Chebici on aloittanut jo vuonna 2000) on tehnyt joukkueestamme yhden maamme parhaista joukkueista. Teamin hyvä yhteishenki ja menestys näkyvät teamin arvostuksessa. Teamia arvostetaan ja siihen halutaan mukaan. 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.

Team Chebici-Isku Donna

Koiviston Iskun naisjoukkue, Team Chebici-Isku Donna, aloitti vuonna 2014. Teamiin kuuluvat Katri Lehtonen, Outi Seppä, Venla Koivula, Terhi Martikainen ja Suvi Lavonen. Joukkue saavutti heti ensi kaudellaan hyvän menestyksen. SM-mitalitili avattiin aika-ajan joukkuekilpailun pronssisijalla ja lokakuussa 2014 Suvi Lavonen voitti cyclocrossin Suomenmestaruuden (vuoden 2015 mestaruus, Suomessa ajetaan cyclocrossissa jo syksyllä tammikuun sijaan). Suvi edustaa SM-kilpailuissa oululaista OTC-seuraa.

Parapyöräily

Jarmo Ollankedon siirtyminen Iskuun kaudella 2014 toi seuramme toimintaan uuden alueen, vammaisurheilun. Jarmo Ollanketo ja Tommi Martikainen tulevat osallistumaan maailmancupin kilpailuihin ja parapyöräilyn MM-kilpailuihin ja päätavoite on osallistuminen 2016 Rion paraolympialaisiin.

Iskun muut pyöräilijät

Koiviston Iskua edustaa tulevalla kaudella lähes kaksikymmentä lisenssipyöräilijää miesten ja naisten eliteluokissa sekä mastersarjoissa. Lisäksi aluekilpailuihin, 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 osallistuu mahdollisuuden mukaan myös muutamaans kansainväliseen kilpailuun Virossa, pohjoismaissa Hollannissa tai 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. 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) käyttäviltä pyöräilijöiltä peritään 30 euron kausikohtainen harjoittelumaksu syys/talvikaudella.

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 hiipuessa Iskun kilpailut ovat menestyneet niin taloudellisesti kuin urheilullisestikin.

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

SM-kilpailut

Koiviston Isku on viime vuosina järjestänyt useat SM-kilpailut pyöräilyn eri lajeissa. Vuonna 2015 järjestämme kortteliajon SM-kilpailut Reposaaressa 12.7.2014.

Tapahtumasta pyritään tekemään näyttävä yleisötapahtuma kesäisessä Reposaaressa. Tapahtuman järjestelyihin pyritään saamaan aktiivisesti mukaan paikallisia järjestöjä.

Kilpailu edellyttää isoja liikennejärjestelyjä koska kilpailu järjestetään taajamassa, jossa autoliikenne joudutaan pysäyttämään useiden tuntien ajaksi.

SM-kilpailusarjojen lisäksi järjestetään nuorten sarjojen kilpailu.

Kansalliset kilpailut

Kaudella 2014 Suomen maantiepyöräilyn kilpailukausi avataan perinteiseen tapaan huhtikuussa ajettavalla 17. Lattomeriajolla ja 22. Satakunnan ajot toukokuussa ajetaan kaksipäiväisenä kolmen kilpailun etappiajona. Lattomeriajojen reittiä ja kilpailukeskuksen paikkaa mahdollisesti muutetaan uusien liikennejärjestelyjen vuoksi. Satakunnan ajojen kilpailukeskuksena toimii Noormarkun urheilutalo ja etapit ajetaan osin uusilla reiteillä ja osin vanhoilla perinteisillä reiteillä. Kilpailuihin pyritään saamaan lisää yhteistyökumppaneita ja yhteistyökumppaneiden näkyvyyttä kilpailutapahtumissa ja seuran toiminnassa lisätään entisestään.

Kauden aikana pyritään suunnittelemaan tulevat kilpailut (ajankohta, reitit, kilpailukeskukset, yhteistyökumppanit) noin kolmen vuoden periodilla, jolloin kilpailujen suunnittelu ja järjestelyt helpottuvat.

Aluekilpailut

Perinteisesti pyöräilyjaosto järjestää myös Satakunta Cupin osakilpailuja sekä Satakunnan mestaruuskilpailuja maantie- ja maastoajossa.

NUORISOTOIMINTA

Yksi tärkeä alue jaoston toiminnan kehittämisessä on nuorisotoiminnan ja nappula-ajojen elvyttäminen ja nuorten säännöllisten harjoitusten saaminen mukaan ohjelmaan. Näiden tavoitteiden toteuttaminen edellyttää juniori- 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 –retkiajo 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.

Satakunnan Rinki

Syyskuussa 2014 herätettiin henkiin 1980-luvun puolivälistä alkaen kymmenkunta kertaa järjestetty Satakunnan Rinki-kuntotapahtuma. Tapahtuma onnistui hyvin ja sitä pyritään kehittämään merkittäväksi satakuntalaiseksi pyöräilytapahtumaksi. Harjavalta-Eurajoki-Nakkila –reitti todettiin onnistuneeksi mutta kilpailukeskuksen sijoittaminen reitin varrelle Eurajoelle Harjavalan Honkalan liikuntakeskuksen sijaan harkitaan.

VARAINHANKINTA JA TALOUS

Toiminnan menoista runsas neljännes 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.

Päyhteistyökumppanimme Chebici Oy tukee vuosittain merkittäväällä panoksella elitejoukkueitamme antamalla pyöräilijöiden käyttöön kilpapyöriä ja muita varusteita. Yhteistyötä Chebici-pyöräiliikkeen kanssa pyritään tehostamaan mm. lisäämällä Chebicin näkyvyyttä niin omissa kilpailuissamme kuin myös muiden järjestämissä kilpailuissa ”varikko-alueilla” sekä markkinoimalla teamin käytöstä poistuvia pyöriä. Chebici-ajovaatteita tullaan markkinoimaan seuran jäsenten lisäksi myös muille aktiivipyöräilijöille.

TRIATHLONJAOSTO

TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2015

Triathlonjaoston tavoitteet tulevat olemaan triathlonin kehittäminen harrastetasolla sekä kansallisella ja kansainvälisellä tasolla.

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

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

Seurassa on entuudestaan maan kärkikaartiin lukeutuvia triathlonisteja ja nyt siihen on liittymässä kovan tason pyöräilijä Tommi Martikainen, joka kokeili lajia kuluvana vuonna hyvällä menestyksellä kotimaassa, nyt Tommilla on tavoite kokeilla myös kansainvälisellä tasolla ulkomailla sekä kotimaan SM-kisoissa.

Budjetin puitteissa tulemme tukemaan heitä Suomen ja kansainvälisellä tasolla menestykseen. Omalta osaltaan heillä on jo tukijoita, joiden kautta seuramme 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 huipputasolla sekä harrastetasolla.

Lisäksi meillä on harraste tasolla seitsemän lisenssitriathlonistia joista yksi on vielä alle 20-sarjassa.

Maailmalle suuntautuvien kilpailumatkojen kustannuksissa paineet on myös itse kilpailijalla hankkimalla maailmalta hyviä sijoituksia, mikä takaa samalla palkintorahojen myötä taloudellisen pohjan ammattimaiselle harjoittelulle 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.

Huipputason valmennusapua löytyy seuramme menestyksekkäimmistä triathlonisteista Tom ja Kai Söderdahlilta jotka valmentavat useita harraste- sekä huipulle tähtääviä urheilijoita. Tom ohjelmoi mm. netissä työnantajansa sivuilla kaikkia lajista kiinnostuneita tekemällä eri tasoille tähtääville triathlonohjelmia nimellä Triathlonhaaste.

Rekisteröitymällä sivuille löytää jokainen tasolleen ja tavoitteelleen sopivan ohjelman, ohjelman käyttäjiä oli kuluvana vuonna jo tuhat.

Jaostoon ehdotetaan: Alpo Söderdahl, Tom Söderdahl ja Kai Söderdahl.

31.10.2014

Triathlonjaoston psta. Alpo Söderdahl

KUNTO- JA VETERAANIJAOSTO

TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2015

Kunto- ja veteraanijaoston tehtävä seurassa on toimia koordinaattorina seuran johtokuntaan päin sekä tietopankkina mm. seuran historian suhteen.

Yhteydenpito TUL-Satakunnan piirin veteraanitoimintaan. Aktiivinen osallistuminen järjestettyihin tapahtumiin.

Kannustetaan ikäihmisiä kuntoliikuntaan ja terveellisiin elämäntapoihin.

Jaoston tavoitteena on järjestää luentoja ja kuntoliikuntaa; kohderyhmänä ikäihmiset seuran vaikutusalueella.

Toiminta: Talvi/ kevät 2015

Yleistä:

Osallistuminen talkoisiin paperihallilla.

Toimia tarvittaessa apuvoimina seuran eri jaostojen tapahtumissa.

Toimenpiteitä:

Joogaa toimitiloissa tiistaisin klo: 15 -16

tammikuu- toukokuu: Ohjaajana Jooganopettaja Sari Mattila

Ryhmään mahtuu 10 -15 henkilöä.

Terveysaiheinen luento huhtikuussa 2015

Varainhankintana arvanmyyntiä järjestetyissä tapahtumissa.

Kuntolaatikoitten hoito.

Syksy/loppuvuosi 2015

Jooga jatkuu viikoittain syys-marraskuun ajan.

Kuntolaatikoitten hoito.

Luentotilaisuus loka-marraskuu.

Jäsenten joulukahvitus.

Kunto- ja veteraanijaoston jäsenet v. 2015

Sylvi Mattila puheenjohtaja taloudenhoitaja, Sirkka Suominen sihteeri, Pentti Lamberg kuntovastaava, Terttu Haapala (uusi), Heikki Heino, Erkki Laine, Raija Lamberg, Pentti Lehtinen, Eero Viljanen

NAISJAOSTO

TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2015

Naisjaosto toimii lähinnä harrastus- ja kuntoliikuntapohjaisena.

Naisjaosto pyörittää syys- ja kevätkaudella eri-ikäisille naisille sekä teini-ikäisille jumppaa joka maanantai Väinölän koululla klo 19.00-20.00. Väinölän koulun jumppasali on ollut v.2014 syyskauden remontissa. Remontti valmistuu v.2015 alussa. Jumppat aloitetaan v.2015 alussa maanantaina 12.1.

Jumppasalin puuttuessa naiset ovat kokoontuneet maanantaisin klo. 17.30 Itäporin kuntoradalle n. 1-1,5h sauvakävely lenkille.

Lisäksi toiminnassa on seuraavia tapahtuma:

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

Naisjaostoon ehdotetaan seuraavat henkilöt:

Hilkka Söderdahl, Raija Patoranta, Sonja Laine, Marja-Liisa Mäkipää ja Aira Nieminen

27.10.2014

Naisjaoston psta Hilkka Söderdahl