

Voimistelu- ja urheiluseura **KOIVISTON ISKU RY**



TOIMINTASUUNNITELMA

2016



KOIVISTON ISKU RY

TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2016

Alkavan 89. 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 valmistaudutaan seuran 90-vuotistapahtumiin.

YLEISTÄ

Koiviston Iskulla on urheilijoita kansainvälisellä huipputasolla pyöräilyssä, parapyöräilyssä ja triathlonissa. Nuori pyöräilijä Matti Manninen jatkaa ammattilaisena ruotsalaisessa – Team Bliz-Merida -joukkueessa ja tavoitteena on pääsy Rion olympialaisiin. Parapyöräilyssä Jarmo Ollanketo ja Tommi Martikainen ajavat maailmancupin kilpailuja tavoitteena MM-kilpailut ja Rion paraolympialaiset. Triathlonistimme kilpailevat kotimaan lisäksi Euroopassa.

Naisten lentopallojoukkue pelaa tällä kaudella Karhulentissisarjassa. Lentopallossa on myös miesten joukkue ja useita tyttöjen juniorijoukkueita.

Pyöräilyssä painopiste on kilpailujen järjestämisessä. Kansallisia pyöräilykilpailuja ovat 18. Lattomeriajo huhtikuussa, tempokilpailu toukokuussa ja kaksipäiväisenä etappiajona ajettava 23. Satakunnan ajot kesäkuussa.

Fitnessurheilu on vakiinnuttanut asemansa yhtenä seuramme lajina ja 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 ja miesten joukkueet 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 keräyspaperitoiminnassa yhteistyössä Paperinkeräys Oy:n kanssa. Paperinkeräyshallimme on vuokrattu Paperinkeräys Oy:lle mutta jatkamme paperinkäsittelyä ja lastausta hallilla sekä keräystoimintaa omalla keräyspaperiautolla. Hallin kautta kulkevan keräyspaperin ja –pahvin tonnimäärät taloustaantumien ja lehtien painosmäärien vähentyessä jäänevät jatkossa aiempia vuosia pienemmiksi. Jäsenistön talkootyö on edelleen merkittävässä osassa keräyspaperitoiminnan pyörittämisessä vaikka

osa työstä tehdäänkin autonkuljettajan ja 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 ja –lajittelu varojen hankkimiseksi edellä mainittujen toimintojen ylläpitämiseksi.

Liitteenä jaostojen toimintasuunnitelmat:

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



Koiviston Iskun Fitness- jaoston toimintasuunnitelma kaudelle 2015 -2016

Seuratoiminnan tavoite

Koiviston Iskun Fitness- jaoston toiminnan tavoite on edistää tervehenkistä sekä menestyksellistä kilpailemista IFBB Finland ry:n järjestämissä fitness- kilpailuissa, sekä tarjota mahdollisuus lajiin tutustumiseen lajista kiinnostuneille henkilöille. Jaosto tarjoaa yhteisöllistä tukea tiimiläisille. Jaettu tietotaito rikastuttaa kaikkia jaoston toiminnassa mukana olevien henkilöiden osaamista. Jaoston toiminnan tavoitteena on myös jaoston henkilökunnan ammattiosaamisen kehittäminen kouluttautumisen, yhteistyön sekä tekemisen kautta.

Seuratoiminnan visio

Fitness- jaoston toiminta perustuu näkemykseen urheilijoiden fyysistä ja henkistä terveyttä vaalivasta fitness- kilpaurheilusta. Antidopingtoimikunnan (ADT ry) säädöksiä noudattaminen sekä niistä urheilijoille tiedottaminen on osa jaoston toimintatapoja ja arvoja.

1. Johdanto

Jaoston henkilökunnalle sekä urheilijoille laaditaan henkilökohtaiset kausisopimukset. Kisavalmennukset urheilijoiden on mahdollista ostaa joko seuran omilta tai seuran ulkopuolisilta valmentajilta. Jaoston toiminnan ohjenuorana korostuu entisestään terveyttä vaaliva fitness- urheilu. Yhteisellä tiimisopimuksella jaoston jäsenet sitoutuvat noudattamaan ADT:n (Suomen Antidopingtoimikunta ry) säädöksiä. Kauden tavoitteena on verkostoitua lähiseudun muiden fitness - tiimien kanssa lajiliitto IFBB:n rohkaisun mukaisesti.

2. Toiminta

Yhteistoiminta:

Kaudelle 2015 - 2016 on suunniteltu toiminnallisia yhteistreenejä Karhuhallin Rautapihalla. Yhteistreenit pidetään joului-, tammi- ja helmikuussa. Yhteistreenien ohjauksista vastaa seuran ulkopuolinen liikunnan ohjaaja Juha-Matti Aaltola. Kevään ja kesän aikana on tarkoitus järjestää yhteistreenejä mäkijuoksuvetojen muodossa. Tarkoituksena on järjestää jaoston jäsenille liikunnallinen kesäpäivä.

Päävalmentaja Rautakallio ohjaa kilpailutilanteen lavaesiintymistä kerran syksyllä, muutamia kertoja keväällä ja useampia kertoja syksyn kisojen lähestyessä. Alkavalla kaudella jaoston jäsenet saavat perehtyä kilpailuhuoltajan työnkuvaan Petra Rautakallion opastuksella.

Milla Ojala tarjoaa osaamisensa ja tukensa uusien tiimiläisten käyttöön. Ojala pyrkii luomaan raamit hyvälle seuratoiminnalle.

Kilpailutoiminta:

Marjo Mattila lähtee tavoittelemaan SM-kilpailupaikkaa Bikini Fitness -kilpailussa, joko kevään Fitness Classic- kilpailusta tai syksyn karsinnoista Jyväskylästä. Joanna Heikkilä ja Milla Ojala tavoittelevat SM-kilpailupaikkaa syksyn Body Fitness -karsinnoista Jyväskylästä. SM-kilpailut käydään lokakuussa Fitness Expo -tapahtumassa Lahdessa.

Jaoston muiden urheilijoiden kilpailutavoitteet ovat tuonnempana.

Seuratoiminnan kehittäminen:

Milla Ojala on solminut kilpailuvalmennussopimuksen Arja 'Aikku' Halmon kanssa, joka on IFBB Pro -urheilija ja IFBB ry:n virallinen valmentaja. Ammattilaiselta ostettu kilpailuvalmennus kartuttaa Ojalan ja sitä kautta jaoston tietotaitoa merkittävästi.

Kauden edetessä jaoston valmentajarivistöjä vahvistetaan mahdollisuuksien mukaan. Tavoitteena olisi saada rivistöihin fysiikkavalmennukseen erikoistuneita henkilöitä, joilta urheilijat saisivat tukea saliharjoitteluunsa.

Jaoston kokoonpano kauden alussa:

Kaudella 2015 -2016 jaoston toiminnasta vastaa johtokunnan jäsen Milla Ojala. Päävalmentajana toimii Petra Rautakallio ja talouden hoitajana Matias Ojala.

Jaoston toiminnassa urheilijoina mukava ovat: Joanna Heikkilä, Minna Kallio, Marjo Mattila, Roosa Myllyharju, Mia Männistö ja Milla Ojala.

3. Tapahtumat

Leiritykset:

IFBB ry järjestää 5.12.2015 leirityksen Vierumäellä, johon Koiviston Iskun fitness- urheilijoiden ja valmentajien on tarkoitus osallistua.

Kilpailut:

Fitness Classic	16.-17.04.2016	Helsingin Kulttuuritalo, Helsinki
Jyväskylän SM-karsinta	24.-25.09.2016	Paviljongin auditorio, Jyväskylä
Nordic Fitness Expo, Lahti	07.-09.10.2016	Lahden Messukeskus



KOIVISTON ISKU ry.

<http://www.koivistonisku.fi>

Lentopallojaoston toimintasuunnitelma vuodelle 2016

Yleistä:

Lentopallojaosto johtaa seuramme lentopallotoimintaa ja sen tehtävänä on kehittää toimintaansa perinteitä vaalien ajan vaatimusten mukaisesti. Jaoston tavoitteena on suunnitella toimintonsa tarkoin ja asettaa ne tärkeysjärjestykseen. Jaosto pyrkii hyödyntämään jäsenistönsä erikoisosaamista tarjoamalla kaikille omia vastuualueita, lisäämään vastuuta käytännön toiminnasta myös seuran harrastajien piirissä sekä hyödyntämään myös heidän erikoisosaamistaan.

Varsinainen toiminta:

Jaoston perustavoitteena on lentopalloharrastuksen jatkuvuuden turvaaminen ja harrastajien määrän kasvattaminen edelleen. On myös tärkeää, että harrastajien mielenkiinto lentopalloharrastusta kohtaan säilyy, joten tärkeänä tehtävänä on myös osaavien valmentajien, ohjaajien sekä tuomari- ja otteluvirkailijoiden hankkiminen ja tarvittaessa koulutuksen järjestäminen kaikille halukkaille. Jaosto auttaa sekä tukee valmentajia heidän tärkeässä työtehtävässään. Jaoston tehtävänä on hankkia joukkueille asianmukaiset harjoitteluajat, -paikat sekä -välineet.

Naisten edustusjoukkueen toiminta Koiviston Iskussa on toistaiseksi loppunut pelaajapulan vuoksi. Jaoston tehtävänä onkin tarmokkaasti etsiä lisää aikuispelaajia harrastuksen pariin siten, että paluu Lentopalloliiton alaiseen sarjatoimintaan olisi ajankohtaista mahdollisimman pian.

Ainoa naisten joukkue pelaa kaudella 2015–2016 paikallista Karhulentis-sarjaa. Sillä on jaoston kanssa tärkeä tehtävä pitää yllä seuran naislentopallotoimintaa sekä tarjota juniiori-ikä ylittäneille ja varttuneille pelaajille mahdollisuus jatkaa lentopalloharrastustaan.

Myös miesten joukkue jatkaa paikallisessa Karhulentis-sarjassa. Jaosto turvaa joukkueen toimintaedellytykset.

Jaoston tärkeimpiä tehtäviä on nuorisotoiminnan kehittäminen lajin tulevaisuutta silmällä pitäen. Kaudella 2015–2016 seurassa on E-, D- ja C-tyttöjuniorijoukkueet, joista kaikki pelaavat alueellisia tai liiton alaisia kilpailusarjoja. Pori Lentiksen kanssa yhteistyössä järjestettävää 7–10-vuotiaiden tyttöjen ja poikien lentopallokoulua jatketaan, koska sitä kautta saadaan vuosittain uusia harrastajia.

Varainhankinta:

Tulot ja menot pidetään tasapainossa. Jaosto pyrkii kehittämään uusia varainhankintamenetelmiä perinteisen käsiohjelman rinnalle/tilalle, koska käsiohjelman toteuttaminen entisessä muodossaan on vaikeampaa ilman edustusjoukkuetta. Lisäksi pidetään harrastajien oma rahoitusosuus järkevällä menot kattavalla tasolla sekä velvoitetaan harrastajat osallistumaan varainkeruuseen.

KOIVISTON ISKU
Lentopallojaosto



Koiviston Isku ry
www.koivistonisku.fi

PYÖRÄILYJAOSTON TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2016

Koiviston Isku on ollut 2010-luvulla eräs maamme menestyneimmistä pyöräilyseuroista. 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 hyvät näytöt ja vahvistamaan asemaansa joukkueessa. Vuonna 2016 Matti jatkaa edelleen Team Bliz-Meridassa, jonka kilpailuohjelma paranee entisestään.

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 18. Lattomeriajo, toukokuussa Tempokilpailu ja kesäkuussa järjestettävät 23. Satakunnan ajot.

KILPAILU- JA VALMENNUSTOIMINTA

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.

Pyöräilijät

Koiviston Iskua edustaa tulevalla kaudella runsas kymmenen 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 SM- ja ISM-kilpailuissa.

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.

KILPAILUJEN JÄRJESTÄMINEN

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

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

Kansalliset kilpailut

Kaudella 2016 Suomen maantiepyöräilyn kilpailukausi avataan perinteiseen tapaan huhtikuussa ajettavalla 18. Lattomeriajolla ja 23. Satakunnan ajot kesäkuussa ajetaan kaksipäiväisenä kolmen kilpailun etappiajona. Lattomeriajot järjestetään viime vuotiseen tapaan Kaasmarkussa.

Satakunnan ajojen kilpailukeskuksena toimii Noormarkun urheilutalo ja etapit ajetaan osin uusilla reiteillä ja osin vanhoilla perinteisillä reiteillä. Kilpailu aloitetaan 5km prologilla ja iltapäivän korttelikilpailulla ja toisena päivänä ajetaan maantie-etappi. 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 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. 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.

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.



www.koivistonisku.fi

KOIVISTON ISKU ry.

KOIVISTON ISKUN TRIATHLONJAOSTON TOIMINTASUUNNITELMA V. 2016

Triathlonjaoston tavoitteet tulee 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. pitemmille matkoille ja täysille (Ironman) matkoille. 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 on entuudestaan maan kärkikaartiin lukeutuvia Triathlonisteja ja useampi harrastetasolla olevaa triathlonista.

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.

Kilpailu tavoitteita on, ulkomailla kansainvälisellä tasolla ja kotimaan tasolla, kuten SM-kilpailuissa huipputasolla sekä harraste tasolla.

Maailmalle suuntautuviin kilpailumatka kustannuksissa, paineet on myös itse kilpailijalla hankkimalla maailmalta hyviä sijoituksia, 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.

Huipputason valmennus apua löytyy seuramme menestyksekkäimmistä Triathlonisteista Tom ja Kai Söderdahl:ta jotka valmentavat useita harraste sekä huipulle tähtääviä urheilijoita. Tom ohjelmoi mm. netissä työnantajansa sivuilla kaikkia lajista kiinnostuneita tekemällä eri tasoille tähtääville Triathlon ohjelmia nimellä Triathlonhaaste rekisteröitymällä sivuille löytää jokainen tasolleen ja tavoitteelleen sopivan ohjelman.

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

31.10.2015

Triathlonjaoston psta. Alpo Söderdahl



**Koiviston Isku ry.
Kunto – ja veteraanijaosto**

Toimintasuunnitelma vuodelle 2016

Kunto – ja veteraanijaoston tehtävä on toimia koordinaattorina seuran johtokuntaan päin mm. tietopankkina seuran historian suhteen.

Yhteydenpito TUL -:n Satakunnan piirin veteraanitoimintaan ja aktiivinen osallistuminen järjestettyihin tapahtumiin.

Kannustaa ikäihmisiä kuntoliikuntaan ja terveellisiin elämäntapoihin.

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

Toiminta: talvi/ kevät 2016

Yleistä:

Osallistuminen talkoisiin paperisuulilla ja toimia apuvoimina tapahtumissa tarpeen mukaan.

Tapahtumat:

Joogaa toimitiloissa tiistaisin klo: 15 – 16 tammikuu – toukokuu.

Ohjaajana joogaopettaja Sari Mattila

Ryhmään mahtuu 10 – 15 henkilöä

Terveysaiheinen luento maalisk – tai huhtikuussa 2016. Joko tasapaino tai luomihuoli aiheena.

Varainhankintana arvanmyyntiä järjestetyissä tapahtumissa.

Kuntolaatikoitten hoito

Syksy/ talvi 2016

Jooga jatkuu viikoittain syys – marraskuun ajan

Kuntolaatikoitten hoito

Luentotilaisuus loka – marraskuu

Jäsenten joulukahvitus

Kunto – ja veteraanijaoston jäsenet v. 2016

Sylvi Mattila puheenjohtaja/ taloudenhoitaja

Sirkka Suominen/ sihteeri

Pentti Lamberg/ kuntovastaava

Heikki Heino, Raija Lamberg, Terttu Haapala, Eero Viljanen, Erkki Laine



www.koivistonisku.fi
KOIVISTON ISKU ry.

KOIVISTON ISKUN NAISJAOSTON TOIMINTASUUNNITELMA V. 2016

Naisjaosto toimii lähinnä harrastus- ja kuntoliikuntapohjaisena.

Naisjaosto pyörittää syys- ja kevätkaudella eri-ikäisille naisille sekä teini-ikäisille jumppaa joka maanantai Väinölän koululla klo. 18.30-19.30 Väinölän koulun jumppasali on ollut ääriään myöten täynnä. Jumbat aloitettiin v.2015 alussa 14.9 ma.

Lisäksi toiminnassa on seuraavia tapahtuma:

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

Naisjaostoon ehdotetaan seuraavat henkilöt:

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

01.11.2015

Naisjaoston psta Hilkka Söderdahl