

*Voimisteluseura*  
**KOTKA & SPORT**

TOIMINTAKÄSIKIRJA

## Sisällysluettelo

### 1. VOIMISTELUSEURA KOTKA SPORT

- 1.1 Perustiedot
- 1.2 Toiminta-ajatus
- 1.3 Seuran visio ja arvot
- 1.4 Seuran eettiset linjaukset
- 1.5. Seuran tavoitteet

### 2. Seuran johtaminen, hallinto ja tiimit

- 2.1 Jäsenet
- 2.2 Hallitus
- 2.3. Seuratoimijat ja tiimit
- 2.4. Joukkueenjohtajat ja huoltajat
- 2.5. Uusien henkilöiden perehdytys

### 3. Talous

- 3.1 Talousohjesääntö (liite 1)
- 3.2 Tulojen ja menojen muodostuminen
- 3.3 Toiminnan hinnoittelu

### 4. Seuratoiminta

- 4.1 Toimintasuunnitelma
- 4.2 Vuosikertomus
- 4.3 Vuosikello
- 4.4 Viestintä
- 4.5 Toiminnan arviointi ja kehittäminen
- 4.6 Kiitoskulttuuri ja yhteisöllisyyden lisääminen

### 5. Harrastustoiminta

- 5.1 Valmennuksen periaatteet
- 5.2 Valmentajan polku
- 5.3 Harrastustoiminta
- 5.4 Harrastajan polku

### 6. Käytännön toimintaperiaatteet

- 6.1 Seuran säännöt (liite 2)
- 6.2 Turvallisuusohje (liite 3)
- 6.3 Kriisiviestinnän ohje
- 6.4 Vanhempainopas (liite4)

# 1. VOIMISTELUSEURA KOTKA SPORT

## 1.1 Perustiedot

Voimisteluseura Kotka Sport Ry (VKS)

Y-tunnus 3151216-4

Naakantie 14

48230 Kotka

Voimisteluseura Kotka Sport Ry on vuonna 2020 perustettu voimisteluseura. Lajina on tällä hetkellä joukkuevoimistelu. Toiminta käynnistyi 1.1.2021.

Uuden seuran perustamisen taustalla on ollut halu kehittää alueen voimistelutoimintaa ja saada kaikki paikallinen joukkuevoimistelutoiminta saman seuran piiriin.

## 1.2. Toiminta-ajatus

Halu luoda nuorekas, vetovoimainen ja raikas voimisteluseura, jossa kaikki puhaltavat yhteen hiileen. VKS tarjoaa laadukasta harrastetoimintaa ja huipulle tähtäävää kilpatoimintaa lasten, nuorten ja aikuisten joukkuevoimistelussa sitoutuneiden ja osaavien valmentajien ohjauksella.

## 1.3 Seuran visio ja arvot

Visio:

- Kilpaileminen kansallisella ja kansainvälisellä kärkitasolla
- Kymenlaakson alueen vetovoimaisin ja tunnetuin voimisteluseura
- Jäsenmäärä 500 henkilöä vuoteen 2025 mennessä

## Arvot:

- Vastuullisuus ja turvallisuus
- Liikunnan ilo ja yhteisöllisyys
- Avoimuus
- Yhdenvertaisuus

### 1.4 Seuran eettiset linjaukset

Kotka Sport on sitoutunut noudattamaan Suomen voimisteluliiton eettisiä periaatteita. Lisäksi seura on kiteyttänyt oman arvopohjansa kuten kohtaan 1.3 on kirjattu.

### 1.5 Seuran tavoitteet

- Nykyaikainen ja laadukas voimisteluseura
- Ammattitaitoinen valmennus ja jatkuva osaamisen kehittäminen
- Mahdollisuus harrastaa voimistelukoulusta ja harrastetasolta aina huipulle asti
- SM sarjan joukkue, kilpajoukkue ja harrastejoukkue kaikkiin ikäkausiin
- Yhteistyön ja yhteisöllisyyden lisääminen harrastajien, vanhempien ja seuratoimijoiden välillä

Tavoitteena on saada harraste- ja kilpasarjan sekä SM-sarjan joukkue jokaiseen ikäluokkaan. Koulutetut valmentajat varmistavat jokaiselle joukkueelle laadukkaan valmennuksen. Lisäksi tavoitteena on rakentaa joukkueiden voimistelijoille polku, jossa edetä aina urheilijasta valmentajaksi ja aktiiviseksi seuratoimijaksi. Näin varmistetaan riittävät resurssit ja jatkuvuus seuratoimintaan ja sen kehittämiseen.

Voimistelutoiminta perustuu Suomen Voimisteluliiton sarjatoimintaan. Joukkueilla on tähtäimenä ensin Starat ja sen jälkeen viralliset kilpailut, joihin siirrytään 8-10 vuoden iässä. Toiminta tähtää antamaan voimistelijoilleen esimerkin urheilullisiin ja terveellisiin elämäntapoihin ja elinikäisen liikunnan ilon. Joukkue-toiminta kasvattaa voimistelijoiden vuorovaikutus- ja yhteistyötaitoja sekä vastuullisuutta. Urheilutoiminnan ohella tytöille ohjeistetaan esimerkiksi SOME -käyttäytymistä.

Voimistelijoiden motivaatiota ylläpidetään erityisesti kannustamalla, kuuntelemalla ja tukemalla. Seura huolehtii, että halukkailla on mahdollisuus osallistua valmentaja-tuomari- ja seuratoimijakoulutuksiin. Kotka Sportin jäsenet ovat tasa-arvoisia ja kaikki halukkaat ovat tervetulleita mukaan seuramme toimintaan.

Viestintä seurassa on läpinäkyvää.

## 2. Seuran johtaminen, hallinto ja tiimit

### 2.1 Jäsenet

Seuran jäsenet sitoutuvat noudattamaan seuran sääntöjä ja päätöksiä.

Seuran varsinaiseksi jäseneksi hallitus voi hyväksyä 18-vuotta täyttäneen henkilön. Seuran juniorijäseneksi hallitus voi hyväksyä alle 18-vuotiaat nuoret ja lapset.

Kunniajäseneksi voidaan kutsua hallituksen esityksestä henkilö, joka on erittäin merkittävästi edistänyt seuran toimintaa. Kunniapuheenjohtajaksi voidaan kutsua seuran puheenjohtajana ansiokkaasti toiminut henkilö.

Kannattajajäseneksi voi seuran hallitus hyväksyä yksityisen henkilön tai oikeuskelpoisen yhteisön, joka tukee seuran toimintaa suorittamalla vuotuisen tai yksittäisen kannattajajäsenmaksun.

### 2.2 Hallitus

Seuran toimintaa ja taloutta johtaa hallitus. Seuran eri tehtävät on jaettu tiimeille, ja tiimit tuovat asiat hallitukselle käsiteltäväksi. Laskutus ja jäsenrekisteri hoidetaan Suomen Voimisteluliiton Hoika- järjestelmän kautta. Seuran talous perustuu Talousohjesääntöön (liitteenä).

Hallitus:

Puheenjohtaja: Kati Mahalakoivu

Varapuheenjohtaja: Heli Tiainen

Sihteeri: Liisa Väänänen

Taloudenhoitaja: Ija Uimonen

Jäsenet: Annukka Kiiski, Outi Haimi, Tanja Palmu, Riikka Turtiainen

Puheenjohtaja

- Vastaa toimintasuunnitelman ja talousarvion teosta
- Valvoo taloutta
- Hoitaa suhteita yhteistyökumppaneihin
- Kutsuu kokouksiin
- Voi halutessaan jakaa osan tehtävistään erikseen sovitusti esim. varapuheenjohtajalle

Sihteeri

- Laatii kokousmuistiot ja huolehtii niiden järjestyksestä
- Informoi tarvittavia henkilöitä aikataulumuutoksista

- Osallistuu tiedottamiseen
- Vastaa Voimisteluliiton vuosikyselyyn
- Laatii toimintasuunnitelman ja -kertomuksen
- Valvoo seuran sääntöjen toteutumista

### 2.3. Seuratoimijat ja tiimit

#### Taloustiimi

- Laatii talousarvion yhdessä puheenjohtajan kanssa
- Seuraa huolellisesti seuran taloutta ja raportoi hallitukselle
- Vastaa kulukorvauksien maksuista
- Hoitaa seuran maksuliikenteen
- Laatii veroilmoituksen
- Laatii seuran kirjanpidon ja tilinpäätöksen
- Toimii pankin yhteyshenkilönä ja hoitaa joukkueiden tilien avausasiakirjat
- Laatii hakemukset yhdessä projektitiimiin kanssa
- Hoitaa rahat tapahtumiin (kilpailut ja näytökset)

#### Joukkuevoimistelun tiimi

- Rekrytoi ja tukee valmentajia, sekä huolehti valmennustasosta.
- Huolehtii ikäkausivalmennuksesta
- Vastaa taitokatselmuksista
- Huolehtii 'harrastajan polku' kaaviosta
- Auttaa joukkueiden asioissa
- Suunnittelee näytösten sisällön
- Vastaa leireistä
- Tiedottaa valmentajille seuran yhteisistä asioista

#### Jojotiimi

- Toimii linkkinä seuran eri toimijoiden, joukkueiden ja perheiden välillä
- Päivittää ja tarkistaa jojojen tehtävälisan
- Järjestää jojo-palaverit
- Päivittää avainlistan
- Huolehtii \*kukkaset\* valmentajille näytöksiin
- Varaa tilan vanhempainiltaa varten
- Koordinoi tuomareiden ilmoittamiset hallituksen 'hyväksymiin' kilpailuihin.

#### Hoika ja kisanet-vastaava

- Päivittää joukkueiden nimilistat Hoika-järjestelmään
- Vastaa kisanet tunnuksista

## Tapahtumatiimi

- Vastaanottaa joukkueiden kausisuunnitelmat ja toimittaa ne eteenpäin
- Tekee purkutaulukon voimistelijoista, kisoista ja staroista
- Tilaa hallituksen määrittämiin 'pääkisoihin' bussit ja jakaa joukkueet busseihin
- Huolehtii yhdessä kisoista vastaavien jojojen kanssa, että bussissa on yhdyshenkilö kuljettajan ja joukkueiden välille

## Tiedotus -tiimi

- Huolehtii seuran nettisivujen yleisilmeestä ja niiden päivittämisestä
- Tuo joukkueet esille kaikille voimistelun ystäville sosiaalisen median välityksellä
- Tiedottaa ajankohtaisista tapahtumista, kuten joulu- ja kevätnäytökset, kilpailut, vanhempainillat

## Kehitystiimi ja koulutusvastaava

- Auttaa tuomarikoulutusten hallinnoinnissa
- Järjestää koulutukset ja avustaa koulutusasioissa
- Pitää kirjaa seuran koulutetuista valmentajista ja tuomareista, sekä heidän koulutustasoistaan (Hoika)
- Sopii liiton kanssa koulutuksista ja on mukana järjestelemässä niitä
- Tekee hakemukset yhdessä taloustiimin kanssa
- Seuraa hankkeiden etenemistä ja kehittää niitä
- Järjestää seuran kehityspäivän yhdessä tapahtumatiimin kanssa

## 2.4. Joukkueenjohtajat ja huoltajat

Jokaiselle kilpailuihin ja tapahtumiin osallistuvalla joukkueelle valitaan vanhempien keskuudesta enintään kaksi joukkueenjohtajaa eli jojoa.

Joukkueenjohtaja vastaa joukkueen tiedotuksesta ja yhteistyöstä vanhempien ja valmennuksen välillä sekä auttaa valmentajia käytännön asioiden hoidossa tarvittaessa. Tehtäviin kuuluu mm. kilpailuihin ilmoittautuminen ja kilpailumatkojen majoitusten hoitaminen. Joukkueenjohtaja voi delegoida erilaisia joukkueen toimintaan liittyviä tehtäviä muille vanhemmille, kuten varainhankinta.

Rahajojo vastaa joukkueiden omista kuluista ja hallinnoi joukkueen omaa tiliä. Jojo laskuttaa vanhemmilta joukkuekohtaiset joukkuemaksut, esim. hankinnat, kilpailumatkojen kulut yms. Joukkueen tilille kerätään rahaa ennakoon siten, että kululaskun tullessa rahastonhoitaja pystyy maksamaan laskun. Vanhemmat sopivat yhdessä vanhempainillassa, miten varaudutaan kauden suunnitelmaan mahdollisesti kuuluvien isompien kulujen kustannuksiin.

Joukkueen talkootyöstä tulevat tulot ja hankitut sponsorit jakautuvat voimistelijoiden kesken tasaisesti. Joukkue voi jakaa rahat tasaisesti kaikille tai jos mukana on henkilöitä, jotka eivät halua osallistua, voi ”talkoopalkan” summan arvioida ja sopia, että talkootyöhön osallistumattomat voivat korvata summan muuten.

Sponsorisopimukseen jokainen joukkue luo toimintamallin itse saadessaan sponsorirahaa ulkopuoliselta taholta.

## **2.5. Uusien henkilöiden perehdytys**

Uusien henkilöiden perehdytys tapahtuu tiimeissä. Jokainen tiimi vastaa omaan toimintaan liittyvästä tiedonjaosta perehdytyksen yhteydessä. Lisäksi tavoitteena on kerätä ”tietopankkia” yleisistä tehtävistä, joka tullaan tallentamaan yhteiseen käyttöön.

## **3. Talous**

### **3.1 Talousohjesääntö (liite 1)**

### **3.2 Tulojen ja menojen muodostuminen**

Seuran toiminnan tulot tulevat jäsen- ja kausimaksuista, kaupungin avustuksesta sekä tapahtumajärjestelyistä. Niillä katetaan salivuokrat, kilpailujen osallistumismaksut, ohjaajien palkkiot, hallintokulut ja koulutuskulut.

Seura laskuttaa kausimaksut. Seuran laskut tulevat sähköpostitse osoitteesta [laskutus@kotkasport.fi](mailto:laskutus@kotkasport.fi) ja laskut lähetetään jäsenrekisterissä olevaan osoitteeseen. Laskuja koskevat tiedustelut tulee osoittaa sähköpostitse osoitteeseen [laskutus@kotkasport.fi](mailto:laskutus@kotkasport.fi)

### **3.3 Toiminnan hinnoittelu**

Valmennusvuosi jakautuu kahteen kauteen – syys- ja kevätkauteen. Tämän lisäksi kilpailevilla joukkueilla on kesäaikana heidän oman suunnitelmansa mukaisesti harjoituksia. Syys-, kevät- ja kesäkausille on seuran hyväksytty kausimaksu. Kausimaksun suuruus riippuu, onko kilpaileva, staratapahtumissa käyvä voimistelujoukkue vai ihan pienten lasten voimistelukoulu.

Voimassaolevat hinnat:

SM-sarjassa kilpailevat 360€/kausi

SM-sarjaan valmistautuvat alle 12 vuotiaat 340€/kausi

Kilpasarja 320€/kausi

Harrastesarjat 300€/kausi



Stara-sarja 180€/kausi  
Voimistelukoululaiset 70€/kausi  
Aikuiset 180€/kausi  
Jäsenmaksu 10€/vuosi  
Kannatusjäsen 10€/vuosi

#### **4. Seuratoiminta**

Voimisteluseura Kotka Sport Ry tarjoaa tavoitteellista kilpaurheiluun tähtäävää joukkuevoimistelutoimintaa 3-4 vuotiaista lähtien. Toiminta jakautuu syys- ja kevätkauteen. Syyskausi alkaa kilpailevilla joukkueilla jo kesäharjoittelulla. Joukkuevoimistelun harjoittelu koostuu lajitekniikan harjoittelun lisäksi baletista, ponnistusharjoittelusta, liikkuvuusharjoitteista, jalkatekniikasta, ja peruskuntoharjoittelusta ikäryhmän tavoitteiden mukaisesti. Lajiin sisältyy myös kotiharjoittelua sekä Voimisteluliiton ylläpitämää leiritoimintaa. Harjoituksissa kilpailuohjelmaa hiotaan ja muokataan joukkueelle mahdollisimman sopivaksi. Kilpailuohjelmassa kaikilla on oma tietty paikkansa, joka tekee joukkuevoimistelusta erittäin sitovaa ja edellyttää läsnäoloa kaikissa harjoituksissa. Joukkueiden kokoonpanot tarkastellaan ennen kauden alkua. Yli 8-vuotiaiden joukkueet muodostetaan taitokatselmuksen pohjalta, jonka perusteella valmennustiimi päättää muodostettavat joukkueet. Yksittäisissä tapauksissa on mahdollista tulla joukkueeseen myös taitokatselmuksien välillä.

Kotka Sport Ry:n toiminta perustuu vapaaehtoistoimintaan. Vanhempien aktiivisuus ja osallistuminen talkotoimintaan on erittäin tärkeää. Urheiluvien lasten vanhemmat ovat urheiluelämän tuki ja turva. Ilman vanhempien omistautumista; tukea, aikaa, työtä ja rahaa ei urheiluvan lapsen harrastaminen onnistuisi. Vanhemmilla onkin siis kaikkein keskeisin rooli lasten kilpaurheilun mahdollistajina. Lisätietoja saa vanhempain oppaasta (liite 5).

Kotka Sport tukee taloudellisissa haasteissa olevia perheitä mahdollisuuksien mukaan sponsorituista hakemusten perusteella. Seura avustaa muiden tukimuotojen hakemissa.

##### **4.1 Toimintasuunnitelma**

Tulevan kauden toimintasuunnitelma esitetään ja päätetään hallituksen syyskokouksessa. Toimintasuunnitelma tallennetaan hallituksen materiaaleihin, sekä esitellään seuran jäsenille vanhempainillassa. Lisätietoja toimintasuunnitelmasta saa tarvittaessa hallitukselta. Seuraavassa esimerkkinä vuoden 2022 toimintasuunnitelma:

#### **Toiminta-ajatus**

Voimisteluseura Kotka Sportin toiminta painottuu joukkuevoimisteluun. Tavoitteena on saada joukkue jokaiseen ikäluokkaan, koulutetut valmentajat joukkueille ja pitämään joukkueiden tytöt mahdollisimman pitkään seuran toiminnassa mukana. Tavoitteena on tarjota jokaiselle voimistelijalle mahdollisuus voimisteluun SM-sarjassa, kilpasarjassa tai harrastesarjassa. Voimisteluseura Kotka Sportin hallitus huolehtii, että halukkailla on mahdollisuus osallistua valmentaja-, tuomari- ja seuratoimijakoulutuksiin. Voimisteluseura Kotka Sport tarjoaa naisille liikunnallista harrastus- ja järjestötoimintaa.

## **Painopistealueet vuonna 2022**

1. Joukkuevoimistelutoiminnan kehittäminen
2. Seuratoiminnan aktivointi
3. Valmentajien kouluttaminen ja aktivointi
4. Tähtiseuraksi hakeutuminen

### **1. Joukkuevoimistelu kehittäminen**

Joukkuevoimistelu toiminta jatkaa aktiivisesti toimintaa. Tarkoituksena saada joukkueita eri ikäkausiin sekä eri sarjatasoille.

### **2. Seuratoiminnan aktivointi**

Lisää toimijoita aktivoitava tiimeihin. Tarkoituksena löytää seura-aktiiveille tarkoituksenmukaiset tiimit. Tiimit kehittävät omaa toimintaansa ja tuottavat seuralle laadukasta ja idearikasta taustatyötä.

### **3. Valmentajien kouluttaminen ja aktivointi**

Pidetään valmentajien koulutustoiminta aktiivisena. JV-tiimi pyrkii aktivoimaan valmentajia erilaisilla työpajoilla.

### **4. Tähtiseuraksi hakeutuminen**

Aloitetaan pyrkiminen Tähtiseuraksi. Tähtiseura-ohjelma on Olympiakomitean, lajiliittojen ja aluejärjestöjen yhteinen laatuohjelma, joka tukee suomalaisen urheilun keskeistä vahvuutta: seuratoimintaa. Ohjelma tarjoaa seuroille erilaisia työkaluja ja asiantuntijoiden apua seuran itsearviointiin ja auditointiin sekä helppokäyttöisen Tähtiseura-verkkopalvelun Suomisportissa. Kaikille seuroille avoin laatuohjelma kutsuu mukaansa niin pienet kuin suuretkin seurakunnat. Tähtiseura-ohjelman materiaalit on koottu seurojen

yksilölliset tarpeet huomioiden – jokainen seura voi löytää tukimateriaaleista juuri omalle kehittämisen polulleen soveltuvia työkaluja. Ohjelman avulla jokainen seura voi ottaa omia edistysaskeleita menestyäkseen nyt ja tulevaisuudessa.

## **MUUT SUUNNITELMAT VUODELLE 2022**

### **Toiminta perustuu seuraaviin sääntöihin**

Seuran säännöt

Voimisteluliiton säännöt

Pelissäntöjen tarkistus vuosittain: vanhemmat, valmentajat ja jokainen joukkue

### **JOUKKUEVOIMISTELU**

Vuonna 2022 alkaessa Kotka Sportissa on pieniä (Voimistelukoulu) kolme joukkuetta, tavoitteena on kehittää niistä joukkuevoimistelujoukkueita.

Stara-ikäisiä on kolme joukkuetta, kilpailevia 11 joukkuetta, yksi harrastejoukkue sekä aikuisten kolme kilpajoukkuetta.

Arvioidaan ja suunnitellaan kausittain kunkin joukkueen sarja: SM- , kilpa vai harrastesarja. Joukkueiden suunnitelmat ja tavoitteet kirjataan selkeästi joukkueiden kauden toimintasuunnitelmiin. JV tiimi esittää ne hallitukselle, kun on keskustellut valmentajien kanssa. Joukkueet muodostetaan huomioiden voimistelijoiden ikä- ja kehitystaso. Taitokatselemukset keinona joukkueiden muodostamisessa.

Hallitus suosittaa joukkueille seuraavia kilpailuja: Voimisteluliiton mestaruuskilpailut ja Voimisteluliiton Cup-kilpailut.

#### **Valmentajat**

Kaikkien valmentajien tulee olla mukana voimisteluliiton koulutusohjelmassa.

Valmentajapalaverit pidetään kerran kaudessa, järjestämisvastuussa on JV-tiimi. Muistio tallennetaan sovittuun paikkaan kahden viikon sisällä kokouksesta. Valmentajat tekevät yhteistyötä toisten joukkueiden valmentajien kanssa saaden tukea toisiltaan, JV-tiimiltä tarvittaessa tukea.

#### **Joukkueenjohtajat**

Jokaisella joukkueella on nimetty joukkueenjohtaja. Hän sopii työnjaosta valmentajan kanssa. Tehtävät voivat olla myös jaettu kahdelle henkilölle. Kauden alussa joukkueenjohtaja yhdessä valmentajien kanssa pitää vanhemmille infotilaisuuden kaudesta.

Jojotiimi järjestää joukkueenjohtajapalaverit vähintään kerran kaudessa, tarvittaessa useammin. Muistio jäsensivuille viimeistään viikon kuluessa palaverista.

#### Tuomarit

Pyritään saamaan seuran omat tuomarit jokaiseen kilpailuun, huomioiden liiton tuomarisäännöt. Lisäksi huolehditaan arvit Stara-tapahtumiin. Jokaisessa joukkueessa tulee olla joko jo koulututtanut tuomari tai kiinnostus kouluttautumaan tuomariksi.

#### **HARRASTETOIMINTA**

|          |   |
|----------|---|
| Aikuiset | yli 35 - vuotiaiden joukkuevoimistelu, 2 ryhmää<br>yli 45- vuotiaiden joukkuevoimistelu, 1 ryhmä<br>Yli 16v harrasteryhmä joukkuevoimistelu |
| Nuoret   | Harrasteryhmiä jokaiseen ikätasoon.   |

#### **VARAINHANKINTA**

Kausimaksut hallitus päättää kausi kerrallaan. Vuosittain tehdään seinäkalenteri. Muut talkoot ovat joukkueiden omia projekteja. Joukkueilla (stara-ikäisistä ylöspäin) on omat tilit kuluvan kauden menoihin. Joukkueen tavoitesäästäminen on erikseen jaoston hyväksyttävä.

#### **TIEDOTTAMINEN, VIESTINTÄ JA NÄKYVYYS**

Käytössä oleva sähköinen tiedotus:

Seuran nettisivut

Facebook

Instagram

Muu näkyvyys, voimistelijoilla, valmentajilla sekä toimijoilla käytössä Kotka Sportin logoilla olevat takit.

#### **MUU TOIMINTA**

Kevätnäytös

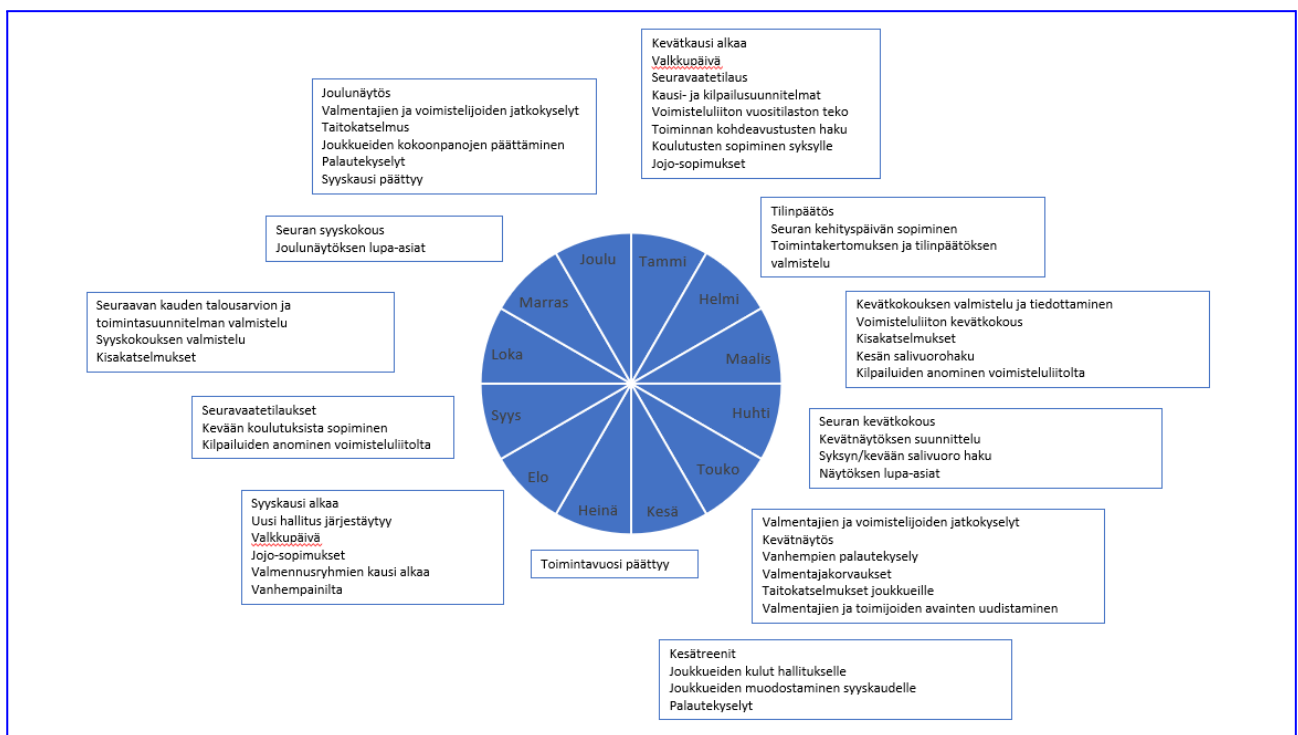
# Joulunäytös

## Voimistelijoiden kesäleiri Kotkassa

### 4.2 Vuosikertomus

Edellisen kauden vuosikertomus kuvaa yhteenvedon kauden tavoitteista ja niiden onnistumisesta. Vuosikertomus esitetään ja hyväksytään hallituksen kevätkokouksessa, ja tallennetaan hallituksen materiaaleihin.

### 4.3 Vuosikello



### 4.4 Viestintä

#### Sisäinen viestintä

Sisäisen viestinnän välineinä toimivat nettisivut, wa-ryhmät, joukkueiden sähköpostit sekä vanhempainpalaverit ja seuran viralliset kokoukset.

## Ulkoinen viestintä

Seuran ulkoinen viestintä ja markkinointi tehdään some-kanavissa (Instagramissa, Facebookissa ja verkkosivuilla), sekä julisteissa ja esitteissä, jotka tulevat VKS:n omaan käyttöön.

## **4.5 Toiminnan arviointi ja kehittäminen**

Seuran toiminnan laatua arvioidaan seuraavin palautekyselyin:

Jumppakoulut ja starat: suunnitteilla sopiva kysely, esimerkiksi tunnemittari

Vanhemmat voimistelijat: palautekysely kauden päättyessä

Valmentajat: palautekysely kauden päättyessä

Vanhemmat: jatkossa palautekysely kauden päättyessä

Palautteet käsitellään luottamuksella sovituissa tiimeissä, ja toimintaa parantavat toimenpidesuunnitelmat kirjataan. Sekä tulokset, että niiden pohjalta suunnitellut toimenpiteet käsitellään hallituksen kokouksessa, ja toimenpiteille sovitaan vastuuhenkilöt ja aikataulut.

## **4.6 Kiitoskuultuuri ja yhteisöllisyyden lisääminen**

Seura järjestää kevät- ja syysnäytöksen, joissa seura huomioi toimijoitaan.

Aktiivisia seuratoimijoita ja vanhempia pyritään saamaan mukaan toimintaan muun muassa vanhempaininfoja sekä joukkueiden vanhempainpalavereita järjestämällä.

## **5. Harrastustoiminta**

### **5.1 Valmennuksen periaatteet**

Seura tukee valmentajien koulutusta seuraavin periaattein:

- tavoitteellisuus, voimistelijälähtöisyys
- avoin ilmapiiri ja yhteisöllisyys
- suunnitelmallisuus
- itsensä kehittäminen
- kannustus
- tuki
- seuran edustaminen

Tavoitteena on saada joka ikäkaudelle vähintään yksi SM-sarjan ja yksi kilpasarjan joukkue. Voimistelijamäärästä riippuen ikäkauden sisällä voi olla myös enemmän joukkueita. Joukkueiden sarjataso arvioidaan sen hetkisen taitotason mukaan.

Jokaisella joukkueella on valmennustiimi, joka koostuu vastuvalmentajasta ja 1-2 valmentajasta (+ apuvalmentaja). Jokaisella valmentajalla on tiimissä oma roolinsa.

Ikäkauden ja sarjatason sisällä eri joukkueiden vastuvalmentajat tekevät aktiivisesti yhteistyötä keskenään, muun muassa laatien kausisuunnitelmat ja järjestäen yhteisiä harjoituksia. Yhteistreenit ovat vapaaehtoisia, joihin ei tarvitse erikseen ilmoittautua. Yhteisissä harjoituksissa tehdään ikäkauden herkkyykskausia tukevaa perus- ja lajiharjoittelua. Harjoituksien tarkoitus on tukea jokaisen voimistelijan yksilöllistä kehittymistä.

Jokaisen yli 8v joukkueen harjoituksissa käy seuran tuomari kerran kaudessa. Seura järjestää tuomarit ja jakaa valmentajille listan tuomareista ja yhteystiedoista, sekä seuraa tuomarikäyntien toteutumista. Valmennustiimin tehtävä on sopia aika tuomarin kanssa.

Seuran JV-tiimi

- Vastaa valmennustoiminnasta
- Toimii tukena valmentajille ja kontrolloi toimintaa
- Kannustetaan hyödyntämään!

## 5.2 Valmentajan polku

Valmentajat koulutautuvat voimisteluliiton koulutuspolun mukaisesti.

## 5.3 Harrastustoiminta

### Voimistelu eri sarjatasoilla

Voimistelukoulu (3-6 vuotiaat)

Voimistelukoulussa harjoitellaan liikuntataitoja monipuolisesti musiikkia ja välineitä hyödyntäen. Voimistelukoulu antaa pohjan tulevaisuudessa voimisteluharrastukselle.

### Stara (6-8 vuotiaat)

Voimistelu Stara-sarjassa vaatii sitoutumista voimistelijalta ja perheeltä. Harjoitusten lisäksi sitoudutaan osallistumaan joukkueen esiintymisiin Stara-tapahtumissa, jotka ajoittuvat viikonloppuun.

### SM-sarja (yli 12-vuotiaat)

Voimistelu SM-sarjassa vaatii sitoutumista voimistelijalta ja perheeltä. Harjoitusmäärät ovat sarjatasoista korkeimmat ja niissä sitoudutaan käymään sairastapauksia lukuun ottamatta. Harjoittelu on tavoitteellista ja kokonaisvaltaista, ja pitää sisällään myös vapaa-ajalla suoritettavia harjoitteita. Harjoitusten lisäksi sitoudutaan osallistumaan joukkueen kilpailuihin sekä leirityksiin jotka ajoittuvat sekä arkeen että viikonloppuun. Voimistelija sitoutuu noudattamaan urheilullisia elämäntapoja perheen tuella. Kustannukset ovat sarjatasoista korkeimmat.

### Kilpasarja (yli 8-vuotiaat)

Voimistelu kilpasarjassa vaatii sitoutumista voimistelijalta ja perheeltä. Harjoittelu on tavoitteellista ja harjoituksissa käymiseen sitoudutaan sairastapauksia lukuunottamatta. Harjoitusten lisäksi sitoudutaan osallistumaan joukkueen kilpailuihin sekä leirityksiin, jotka ajoittuvat viikonloppuun.

### Harrastesarja (yli 8-vuotiaat)

Voimistelu harrastesarjassa vaatii sitoutumista voimistelijalta ja perheeltä. Harjoitusmäärät ovat vähäisempiä ja harjoituksia on muutaman kerran viikossa. Harjoitusten lisäksi sitoudutaan osallistumaan harrastesarjan kilpailuihin, jotka ajoittuvat viikonloppuun.

### Aikuisliikunta

Kotka Sport tarjoaa mahdollisuuden aikuisille voimisteluun. Joukkueet kilpailevat mahdollisuuksien mukaan TUL:n avoimissa kilpailuissa. Harjoitusmäärät ovat vähäisempiä ja harjoituksia on 1-2 kertaa viikossa.

### Harjoitusmäärät

|  |                                     |  |  |
|--|-------------------------------------|--|--|
|  | SM / SM-sarjaan<br>tähtäävä joukkue | Kilpa / Kilpasarjaan<br>tähtäävä joukkue | Harraste /<br>Harrastesarjaan<br>tähtäävä<br>joukkue |
|--|-------------------------------------|--|--|



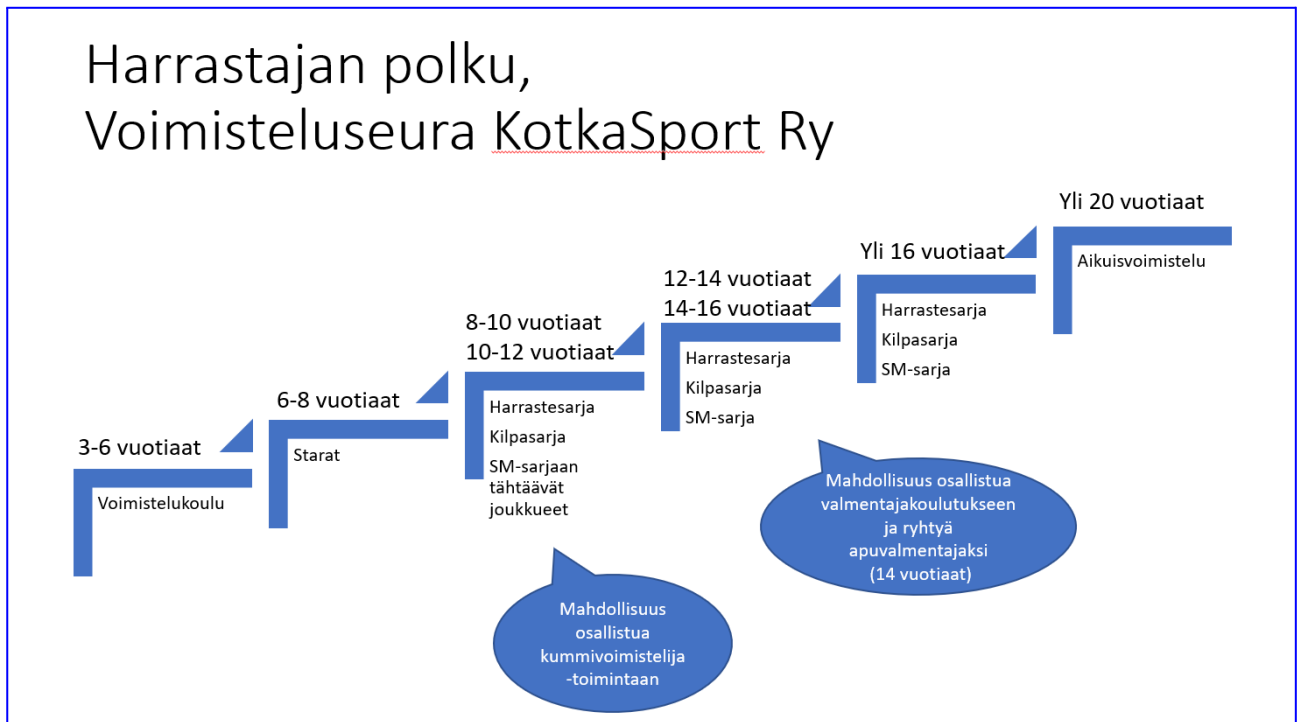
|       |   |     |   |
|-------|---|-----|---|
| Stara | 2 | 2   | 1 |
| 8-10  | 3 | 3   | 2 |
| 10-12 | 4 | 3   | 2 |
| 12-14 | 5 | 3-4 | 2 |
| 14-16 | 6 | 3-4 | 2 |

Yli 16v Harjoitusmäärät katsotaan joukkuekohtaisesti.

#### Voimistelukoulu

|     |   |
|-----|---|
| 3-4 | 1 |
| 4-5 | 1 |

### 5.4 Harrastajan polku



### 6. Käytännön toimintaperiaatteet

## **6.1 Seuran säännöt (liite 2)**

Seurassa tehdään koko seuran yhteiset vanhempienpelisäännöt yhdessä vanhempien kanssa. Lisäksi jokainen joukkue tekee omat sääntönsä tyttöjen ja valmentajien kesken. Ne löytyvät joukkueiden omilta sivuilta. Säännöt tarkistetaan vuosittain.

## **6.2 Turvallisuusohje (liite 3)**

Turvallisuussuunnitelman tavoite on antaa ohjeita seuratoimijoille ja seurassa harrastaville sekä huoltajille tapaturmien ja muiden vahinkojen ennaltaehkäisyyn sekä kiinnittää seuratoimijoiden/valmentajien huomio mahdollisiin epäkohtiin harjoitteluolosuhteissa. VKS:n hallitus vastaa seuran turvallisuussuunnitelmasta. Hallitus määrittää seuralle hyväksyttävän turvallisuustason sekä hyväksyy turvallisuussuunnitelman. Suunnitelma päivitetään tarpeen mukaan tai vähintään kerran vuodessa. Tällä varmistetaan, että suunnitelma vastaa VKS:n nykyistä toimintaa ja sen laajuutta. Tiedot harjoitustiloista tulee päivittää aina, kun niissä tapahtuu muutoksia. Hallitus huolehtii siitä, että seuratoimijoilla/valmentajilla on riittävät ensiaputaidot sekä ensiapupakkaus käytettävänä. Vastuu turvallisuustiedottamisesta on seuran puheenjohtajalla tai siihen puheenjohtajan erikseen nimeämällä henkilöllä.

Seuratoimijoiden/valmentajien on myös oltava tietoisia harjoittelupaikkojen mahdollisista turvallisuusriskeistä. Harjoituspaikkojen turvallisuudesta on paikan omistajalla tai ylläpitäjällä lain mukaan oltava turvallisuussuunnitelma. Kaikki valmentajana tai ohjaajana toimivat ovat velvoitettuja tutustumaan ko. asiakirjoihin, jotka löytyvät ko. paikkojen vahtimestareilta. Valmentajien tulee epäkohdan huomattuaan ilmoittaa siitä välittömästi harjoittelupaikan henkilökunnalle sekä seuran hallitukselle.

## **6.3 Kriisiviestinnän ohjeistus**

Kriisien syntyyn voi olla monia eri syitä, useimmiten ne tulevat esiin inhimillisten virheiden, vahinkojen, teknologian pettämisen kautta tai muista erilaisista häiriöistä. Kriisien vakavuudet voivat olla eritasoisia, ja niiden todennäköisyyksiä on hyvä miettiä valmiiksi. Kriisiviestintä on viestinnällisten ratkaisujen tekemistä tilanteissa, joissa jokin ennakoimaton tapahtuma synnyttää voimakkaan tiedon tarpeen ja on siis viestinnällisten tekojen tekemistä ennalta arvaamattomassa ja yhtäkkisissä tapahtumissa. Kriisiviestinnän avulla pyritään tiedottamalla estämään negatiivisten mielikuvien syntyä sekä ohjataan näin julkisen keskustelun vaikutuksia seuralle myönteiseen suuntaan muun muassa antamalla osallisille ja tiedotusvälineille riittävää ja oikeaa tietoa asiassa. Seuraan on laadittu turvallisuussuunnitelma mahdollisia kriisejä aiheuttavien asioiden (treeneissä ja tapahtumissa) varalta. Kriisin sattuessa aina yhteys hallituksen puheenjohtajaan, joka hoitaa sisäisen ja ulkoisen kriisiviestinnän tai valtuuttaa jonkun muun hoitamaan viestintää.

#### **6.4 Vanhempainopas (liite 4)**

Vanhempainopas on nähtävillä Voimisteluseura Kotkasportin verkkosivuilla.

# Liite 1: Talousohjesääntö

## Voimisteluseura Kotka Sport ry

### Yhdistyksen syyskokouksessa päätettävät talousasiat (säännöt 11 §)

- Päätetään niistä perusteista, joiden mukaan yhdistyksen toimihenkilöiden kulut korvataan.
  - Päätetään toimintasuunnitelmasta ja talousarviosta seuraavalle vuodelle.
  - Valitaan varsinaiset ja varatoiminnantarkastajat.
- Vahvistetaan jäsen- ja kannattajajäsenmaksujen suuruus.

### Kevätkokouksessa päätettävät asiat (säännöt 11 §)

- Käsitellään hallituksen laatima toimintakertomus ja tilinpäätös edelliseltä kalenterivuodelta.
- Käsitellään toiminnantarkastajien lausunto.
- Päätetään tilinpäätöksen vahvistamisesta ja vastuuvapauden myöntämisestä.

Lisäksi yhdistyslain 23 §:n mukaan seuraavista talouteen liittyvistä asioista on päätettävä yhdistyksen kokouksessa

- Kiinteistön luovuttamisesta \*) tai kiinnittämisestä taikka yhdistyksen toiminnan kannalta huomattavan muun omaisuuden luovuttamisesta.

\*) Omaisuuden luovuttaminen voi tapahtua kauppana, lahjoituksena tai vaihtona.

### Hallituksen talouteen liittyvät tehtävät

- Hallitus valitsee varsinaisten tai varajäsenten joukosta taloudenhoitajan (säännöt 15 §).
- Hallituksen on tarkoin hoidettava yhdistyksen omaisuutta ja säilytettävä sen varat täysin luotettavasti ja yhdistykselle edullisesti (säännöt 15 §).

Lisäksi hallitus huolehtii seuraavista asioista:

1. Vastaa yhdistyksen kirjanpidon järjestämisestä
2. Vastaa toimintasuunnitelman ja talousarvion laadinnasta
3. Vastaa talousarvion seurannasta
4. Vastaa toimintakertomuksen laadinnasta sekä käsittelee ja allekirjoittaa tilinpäätöksen
5. Vastaa yhdistyksen taloudenhoitoon liittyvien ohjesääntöjen valmistelusta. Ohjesäännöt vahvistetaan yhdistyksen kokouksessa
6. Päättää tilienkäyttöoikeuksista

### Puheenjohtajan talouteen liittyvät tehtävät

- Vastaa toimintasuunnitelmaluonnoksen laadinnasta
- Vastaa talouspäätösten toteutuksen valvonnasta
- Hyväksyy varapuheenjohtajan ja taloudenhoitajan laskut

### **Sihteerin taloudenhoitoon liittyvät tehtävät**

- Vastaa toimintakertomusluonnoksen laadinnasta
- Hyväksyy puheenjohtajan laskut

### **Taloudenhoitajan tehtävät**

- Hoitaa yhdistyksen taloutta ja varainhankintaa tehtyjen päätösten mukaisesti ja esittelee talouteen liittyvät asiat (tilinpäätöksen, talousarvion, laskelmat jne.) yhdistyksen kokoukselle
- Hyväksyy osaston laskut, joita ei tämän ohjesäännön mukaan ole määrätty puheenjohtajan tai sihteerin hyväksyttäviksi
- Huolehtii menojen suorittamisesta sääntöjen ja päätösten mukaisesti, seuraa tulojen sekä jäsenten maksamien jäsenmaksujen kertymistä.
- Vastaa yhdistyksen kirjanpidon hoidosta
- Vastaa kirjanpitokirjojen ja tositemateriaalin säilyttämisestä ja arkistoinnista. Kirjanpitolain mukaan kirjanpitokirjat (päivä-pääkirja, tuloslaskelma ja tase liitteineen) ja tililuettelo on säilytettävä vähintään 10 vuotta tilikauden päättymisestä. Tositemateriaalin säilytysaika on kuusi vuotta.
- Valmistelee yhdessä hallituksen kanssa talousarvioesityksen syyskokoukselle
- Huolehtii muista hallituksen hänelle antamista tehtävistä

### **Alajaoston rahaliikenne ja kirjanpito**

- Jaosto huolehtii toimintansa maksuliikenteestä jaoston rahaliikennettä varten avatun pankkitilin kautta.
- Tilin käyttöoikeuksista päättää yhdistyksen hallitus.
- Jaosto laatii oman toimintasuunnitelman ja talousarvion kaksi viikkoa ennen syyskokousta. Esitykset käsitellään yhdistyksen hallituksessa ja ne vahvistetaan syyskokouksessa.
- Jaosto vastaa oman kirjanpitonsa järjestämisestä asianmukaisella tavalla.
- Jaosto laatii kaksi viikkoa ennen kevätkokousta toiminnastaan tuloslaskelman, taseen sekä toimintakertomuksen ja toimittaa samassa yhteydessä tositemateriaalin hallitukselle.

### **Tilinpäätösaikataulu ja tilin/toiminnantarkastus**

- Päätyneen kalenterivuoden tilien on oltava valmiina toiminnantarkastajille annettavaksi viimeistään neljä viikkoa ennen kevätkokousta.
- Hallitus käsittelee ja allekirjoittaa tilinpäätöksen ennen kevätkokousta.
- Toiminnantarkastajien on luovutettava toiminnantarkastuskertomus viimeistään kaksi viikkoa ennen kevätkokousta hallitukselle.
- Kevätkokous on pidettävä 31.3. päivään mennessä (säännöt 10 §).

## **Liite 2: Voimassaolevat säännöt: 21.09.2020 07:56:18**

1 § Nimi, kotipaikka, perustamisaika ja kieli

Yhdistyksen nimi on Voimisteluseura Kotka Sport ry.

Yhdistyksen kotipaikka on Kotka kaupunki.

Yhdistys on perustettu elokuun 8. päivänä vuonna 2020 ja siitä käytetään näissä säännöissä nimitystä seura. Seuran kieli on suomi.

2 § Seuran tarkoitus

Seura tarjoaa laadukasta liikuntaa ja kilpavoimistelua - iloa ja positiivista yhdessä tekemistä kaikenikäisille. Seura edistää jäsenistönsä liikkumista ja tarjoaa eri-ikäisille mahdollisuuksia harrastaa monipuolista voimistelua ja liikuntaa harrastus-, kilpaja huippu-urheilu tasolla kunkin edellytysten ja tarpeiden mukaan. Seuran toiminnan perustana ovat liikunnan eettiset arvot ja urheilun reilun pelin periaatteet.

3 § Tarkoituksen toteuttaminen Tarkoitustaan seura toteuttaa:

1 Tarjoamalla:

- liikuntatoimintaa
- kilpaurheilua
- ohjaus-, harjoitus- ja valmennustoimintaa
- tiedotus- ja suhdetoimintaa
- koulutustoimintaa

2 Vaikuttamalla laaja-alaisesti liikunta- urheilu- ja yhdistys

asioihin omalla alueellaan 3

Harjoittamalla julkaisutoimintaa

Toimintansa tukemiseksi seura voi

- ottaa vastaan avustuksia, lahjoituksia ja testamentteja, omistaa toimintaansa varten tarpeellista irtainta ja kiinteää omaisuutta sekä hankkia varoja järjestäen huvi- ja kilpailutilaisuuksia, tavarantoimintaa tai rahankeräyksiä ja arpajaisia.

4 § Seuran jäsenyys muissa yhdistyksissä

Seuran jäsenyyksistä muissa yhdistyksissä päättää yhdistyksen kokous.

Kokouksessa voidaan myös päättää myös seuran eroamisesta liitosta ja

järjestöistä. Seura ja seuran jäsenet sitoutuvat noudattamaan niiden järjestöjen sääntöjä, joiden jäsenenä seura on.

## 5 § Seuran jäsenet

Seuran jäseneksi voi hallitus hyväksyä henkilön, joka sitoutuu noudattamaan seuran sääntöjä ja päätöksiä. Seuran varsinaiseksi jäseneksi voi hallitus hyväksyä 18-vuotta täyttäneen henkilön. Seuran juniorijäseneksi voi hallitus hyväksyä alle 18-vuotiaat nuoret ja lapset.

Kunniajäseneksi voi seuran kokous kutsua hallituksen esityksestä henkilön, joka on erittäin merkittävästi edistänyt seuran toimintaa. Kunniapuheenjohtajaksi voi seuran kokous kutsua seuran puheenjohtajana ansiokkaasti toimineen henkilön.

Kannattajajäseneksi voi seuran hallitus hyväksyä yksityisen henkilön

tai oikeuskelpoisen yhteisön, joka tukee seuran toimintaa suorittamalla vuotuisen tai kertakaikkisen kannattajajäsenmaksun.

## 6 § Seurasta eroaminen

Jäsenellä on oikeus erota seurasta ilmoittamalla siitä kirjallisesti hallitukselle tai sen puheenjohtajalle taikka ilmoittamalla erosta seuran kokouksessa pöytäkirjaan merkitsemistä varten. Ero katsotaan tapahtuneeksi heti, kun ilmoitus on tehty, mutta eroava jäsen on velvollinen suorittamaan maksunsa sekä muut näiden sääntöjen edellyttämät velvoitteet kuluvan kalenterivuoden loppuun asti.

## 7 § Jäsenen eronneeksi katsominen

Hallitus voi katsoa jäsenen eronneeksi seurasta, kun hän on jättänyt erääntyneen jäsenmaksunsa maksamatta kuuden kuukauden ajan.

Seura tai sen jäsen sitoutuu noudattamaan kulloinkin voimassaolevaa

Suomen Antidopingtoimikunta ADT ry:n vahvistamaa antidopingsäännöstöä ja kansainvälisen lajiliiton antidopingsäännöstöä sekä Kansainvälisen Olympiakomitean antidopingsäännöstöjä.

Dopingrikkomukset ja antidopingsäännöstöön sitoutuneelle henkilölle niistä määrättävät seuraamukset on määrätty edellä mainitussa antidopingsäännöstoissä. Henkilö on aiheuttamastaan vahingosta vahingonkorvausvelvollinen myös seuralle seuran solmimien sponsorija muiden sopimusten mukaisesti.

Urheilun eettisten periaatteiden vastaisesta toiminnasta on seuraamuksena liiton määräämä rangaistus sen mukaan kuin liiton säännöissä tai kilpailusäännöissä määrätään, kuitenkin enintään kahden vuoden toimintakielto.

Hallitus päättää myös muista kurinpitotoimista ja niiden yhteydessä annettavista rangaistuksista, jolloin noudatetaan liiton sääntöjä ja määräyksiä.

Ennen erottamista jäsenelle on varattava tilaisuus tulla kuulluksi, ellei perusteena ole jäsenmaksun maksamatta jättäminen. Päätös tulee voimaan heti ja sen katsotaan tulleen asianomaisen tietoon viisi päivää sen jälkeen, kun päätös on lähetetty asianomaiselle kirjatussa kirjeessä. Erotetulla ei ole oikeutta vaatia takaisin seuralle suorittamiaan maksuja.

#### 8 § Jäsenen erottaminen ja muut kurinpitotoimet

Seuran jäsen sitoutuu noudattamaan seuran sääntöjä, urheilun eettisiä periaatteita, kulloinkin voimassa olevaa kansainvälistä ja kansallista antidopingsäännöstöä ja kansainvälisen lajiliiton antidopingsäännöstöjä sekä kansainvälisen olympiakomitean antidopingsäännöstöjä.

Edellä mainittujen sääntöjen vastaisesta toiminnasta seuraamuksena on varoitus, sakko, enintään kahden vuoden toimintakielto seuran toiminnasta tai erottaminen yhdistyksestä, ellei kansallisen tai

kansainvälisen lajiliiton tai voimassaolevasta antidopingsäännöstöstä muuta johdu.

Erottamis- ja kurinpitopäätös tulee voimaan heti ja sen katsotaan tulleen asianomaisen tietoon viisi päivää sen jälkeen, kun päätös on lähetetty sille kirjatussa kirjeessä. Erotetulla ja kurinpitopäätöksen kohteella ei ole oikeutta vaatia takaisin seuralle suorittamiaan maksuja.

Hallitus voi erottaa jäsenen, jos tämä on jättänyt eräänntyneen jäsenmaksunsa tai muut seuran maksut maksamatta kuuden kuukauden ajan, muuten ei täytä näiden sääntöjen mukaisia velvollisuuksiaan, toimii vastoin näitä sääntöjä, seuran tarkoitusta tai toimii vastoin urheilun eettisiä periaatteita.

Dopingrikkomukset ja seuran jäsenelle niistä määrättävät seuraamukset on määrätty edellä mainituissa antidopingsäännöstoissä. Seuran jäsen voi joutua korvaamaan dopingrikkomuksella aiheuttamansa



vahingon seuralle ja kansalliselle lajiliitolle sekä kansainväliselle lajiliitolle.

Urheilun eettisten periaatteiden vastaista toimintaa on:

Urheilulle vieraiden aineiden käyttö

- Huumeiden ja dopingaineiden käyttö tai käytön edistäminen
- Julkinen häiritsevä esiintyminen alkoholin vaikutuksen alaisena
- Tupakan ja tupakkatuotteiden käytön yhdistäminen urheilutilanteisiin

Epäasiallinen käyttäytyminen kilpailu- ja harjoitustilanteessa

- Väkivalta, törkeä kielenkäyttö ja epäasiallinen arvostelu, tuomarin harhautus ja muu sääntökikkailu

Urheiluhuijaus

- Kilpailutilan tai -välineiden manipulointi
- Tuloksista etukäteen sopiminen

Vedonlyönti

- Vedonlyönti omasta kilpailusta

Lahjonta

- Tuomareiden, kilpakumppaneiden, valmentajien tai toimitsijoidenlahjominen tai sen yritys tuloksen manipuloimiseksi. Sukupuolinen häirintä seuratoiminnassa tai sen ulkopuolella.

Rasistinen toiminta seuratoiminnassa.

## 9 § Jäsenmaksut

Varsinaisilta jäseniltä ja juniorijäseniltä kannettavien jäsenmaksujen sekä kannattajajäsenmaksujen suuruudesta päättää vuosittain seuran syyskokous.

Jäsenmaksu voi olla erisuuruinen eri jäsenryhmille. Kunniajäseniltä ja kunniapuheenjohtajalta ei peritä maksuja.

## 10 § Seuran varsinaiset ja ylimääräiset kokoukset

Seura pitää vuosittain kaksi varsinaista kokousta, joista kevätkokous pidetään helmi-maaliskuussa ja syyskokous lokajoulukuussa. Kokouksen paikan ja tarkemman ajan määrää hallitus.

Kutsu varsinaiseen ja ylimääräiseen seuran kokoukseen on julkaistava vähintään 14 päivää ennen kokousta seuran internetsivuilla tai paikallisessa ilmaisjakelulehdessä tiedotteena.

Seuran jäsenet voivat tuoda seuran kokoukseen käsiteltäväksi haluamiaan asioita tekemällä niistä esityksen hallitukselle viimeistään 20 päivää ennen seuran kokousta.

## 11 § Kevät- ja syyskokous

### Kevätkokouksen asiat

- 1 Avataan kokous
- 2 Valitaan kokoukselle
  - a) puheenjohtaja
  - b) sihteeri
  - c) kaksi pöytäkirjan tarkastajaa
  - d) ääntenlaskijat
- 3 Todetaan läsnäolevat äänioikeutetut jäsenet
- 4 Todetaan kokouksen laillisuus ja päätösvaltaisuus
- 5 Esitetään hallituksen laatima vuosikertomus ja tilinpäätös sekä toiminnantarkastajan antama toiminnantarkastuskertomus
- 6 Päätetään tilinpäätöksen vahvistamisesta ja vastuuvapaudenmyöntämisestä hallitukselle ja muille vastuuvollisille
- 7 Käsitellään muut kokouskutsussa mainitut asiat
- 8 Päätetään kokous

### Syyskokouksen asiat

- 1 Avataan kokous
- 2 Valitaan kokoukselle
  - a) puheenjohtaja
  - b) sihteeri
  - c) kaksi pöytäkirjan tarkastajaa
  - d) ääntenlaskijat
- 3 Todetaan läsnäolevat äänioikeutetut jäsenet
- 4 Todetaan kokouksen laillisuus ja päätösvaltaisuus
- 5 Päätetään mitkä liikunta- ja urheilulajit ovat seuran ohjelmassa tulevana toimikautena

- 6 Päätetään jäsenyydestä muissa järjestöissä ja yhteisöissä
- 7 Vahvistetaan jäsen- ja kannattajajäsenmaksujen suuruus
- 8 Vahvistetaan toimintasuunnitelma ja talousarvio
- 9 Valitaan hallituksen puheenjohtaja seuraavalle kaudelle
- 10 Valitaan hallituksen muut jäsenet
- 11 Valitaan kaksi toiminnantarkastajaa ja varatoiminnantarkastaja
- 12 Päätetään seuran edustajista niihin järjestöihin ja yhteisöihin, joissa seura on jäsenenä
  
- 13 Käsitellään muut kokouskutsussa mainitut asiat
- 14 Päätetään kokous

#### 12 § Seuran ylimääräinen kokous

Seuran ylimääräinen kokous pidetään silloin, kun hallitus katsoo sen tarpeelliseksi. Ylimääräisen kokouksen kutsussa on mainittava asia, jonka vuoksi kokous on koolle kutsuttu.

#### 13 § Pöytäkirja

Seuran hallituksen ja jaostojen/valiokuntien kokouksissa on pidettävä

pöytäkirjaa. Seuran kokousten pöytäkirjat ovat kokousten puheenjohtajan ja sihteerin allekirjoitettava.

Hallituksen ja jaostojen/valiokuntien pöytäkirjat tarkistetaan heti tai seuraavassa kokouksessa.

#### 14 § Äänestys kevät- ja syyskokouksissa

Kokouksen päätökseksi tulee se mielipide, jota on kannattanut yli puolet annetuista äänistä. Henkilövaalit ratkaistaan siten, että eniten ääniä saaneet valitaan.

Henkilövaaleissa äänten mennessä tasan vaali ratkaistaan arvalla. Muissa asioissa se mielipide voittaa, johon kokouksen puheenjohtaja on yhtynyt. Kaikissa kokouksissa suoritetaan vaadittaessa äänestys suljettuja lippuja käyttämällä.

Jokaisella kokoukseen mennessä jäsenmaksunsa maksaneella täysi-

ikäisellä varsinaisella jäsenellä, kunniajäsenellä ja

kunniapuheenjohtajalla, kannattajajäseniä lukuun ottamatta, on yksi ääni.

Valtakirjalla ei saa äänestää. Voidakseen käyttää kokouksessa äänioikeutta jäsenen

on ilmoitettava osallistumisestaan kokoukseen etukäteen yhdistykselle viimeistään kokouskutsussa mainittuun päivään mennessä.

## 15 § Seuran hallinto

Seuran toimintaa ja taloutta hoitaa hallitus, johon kuuluu toimintavuodeksi valittu puheenjohtaja, ja toimintavuodeksi valitut kahdeksan (8) - kuusitoista (16) jäsentä.

Hallitus valitsee keskuudestaan varapuheenjohtajan. Hallitus valitsee lisäksi sihteerin, taloudenhoitajan ja muut tarvittavat toimihenkilöt, jotka voidaan valita myös hallituksen ulkopuolelta.

Hallitus kokoontuu puheenjohtajan tai hänen ollessaan estynyt varapuheenjohtajan kutsusta, kun he katsovat sen tarpeelliseksi.

Hallitus on päätösvaltainen, kun puheenjohtaja tai hänen estyneenä ollessaan varapuheenjohtaja ja hänen lisäksi vähintään puolet sen jäsenistä on saapuvilla.

Hallituksen tehtävänä on erityisesti

- 1 Toteuttaa seuran kokouksen päätökset
- 2 Johtaa ja kehittää seuran toimintaa
- 3 Valita tarvittavat jaostot, valiokunnat ja työryhmät sekä niiden puheenjohtajat
- 4 Vastata seuran taloudesta
- 5 Pitää jäsenluetteloa
- 6 Tehdä seuran tilinpäätös ja vuosikertomus
- 7 Tehdä toiminta- ja taloussuunnitelma seuraavaa toimintavuotta varten
- 8 Hoitaa seuran tiedotustoimintaa
- 9 Hyväksyä ja erottaa jäsenet sekä päättää jäseniä koskevista kurinpitotoimista
- 10 Valita ja erottaa seuran palkatut toimihenkilöt sekä sopia heidän eduistaan
- 11 Päättää seuran ansiomerkkien myöntämisestä ja muiden kunnia- ja ansiomerkkien esittämisestä

12 Ryhtyä muihin toimenpiteisiin, joita seuran etu vaatii

13 Luovuttaa tilit toiminnantarkastajalle tarkastettavaksi vähintään kuukautta ennen kevätkokousta.

#### 16 § Tilivuosi

Seuran toiminta- ja tilivuosi on kalenterivuosi. Hallituksen on jätettävä tilit toiminnantarkastajille viimeistään neljä viikkoa

ennen kevätkokousta. Toiminnantarkastajien tulee antaa toiminnantarkastuskertomuksensa hallitukselle viimeistään kaksi viikkoa ennen kevätkokousta.

#### 17 § Nimenkirjoittajat

Seuran nimen kirjoittavat puheenjohtaja, varapuheenjohtaja ja seuran hallituksen nimeämät muut henkilöt, aina kaksi yhdessä. Nimenkirjoittajien on oltava täysi-ikäisiä.

#### 18 § Jaostot

Jaostot voivat päättää sisäisestä toiminnastaan kuitenkin siten, että seuran hallitusta on informoitava. Seuran hallitus myös vahvistaa jaoston tekemät oikeustoimet.

#### 19 § Sääntöjen muuttaminen

Näiden sääntöjen muuttamisesta päättää seuran kokous vähintään kolmen neljäosan enemmistöllä kokouksessa annetuista äänistä. Kokouskutsussa on mainittava sääntöjen muuttamisesta.

#### 20 § Seuran purkaminen

Seuran purkamisesta päättää seuran kokous vähintään kolmen neljäosan enemmistöllä kokouksessa annetuista äänistä. Kokouskutsussa on mainittava erikseen seuran purkamisesta.

#### 21 § Seuran varojen luovuttaminen

Jos seura on päätetty purkaa, sen varat on luovutettava johonkin seuran toiminta-alueen liikuntakasvatusta edistävään tarkoitukseen purkamisesta päättäneen kokouksen päätöksen mukaisesti. Pesäselvitysmiehinä toimivat kokouksen valitsevat henkilöt.

Seuran purkamisesta on ilmoitettava yhdistysrekisteriin.

22 § Saavutetut jäsenoikeudet  
Saavutetut jäsenoikeudet säilyvät.

### **Liite 3: Turvallisuussuunnitelma**

Tämä turvallisuussuunnitelma käsittää koko Kotka Sport Ry:n toiminnan. Suunnitelman päätavoitteena on tapahtuneen häiriön tai onnettomuuden jälkeen saavuttaa mahdollisimman nopeasti ja hallitusti tilanne, jossa yhdistyksen toiminta jatkuu normaalisti samassa laajuudessa kuin ennen tapahtumaa. Tällä suunnitelmalla VKS pyrkii sekä ennalta ehkäisemään ei-toivottuja tapahtumia että niiden sattuessa hallitusti ja nopeasti selvittämään ne. Tässä onnistuminen edellyttää VKS:ltä monella tavalla ennakkoon varautumista; koulutusta, harjoitusta sekä tämän suunnitelman jatkuvaa ajan tasalla pitämistä. Tärkeää on oikeaa suhtautuminen seurassa vaaratilanteiden tunnistamiseen ja ennaltaehkäisyyn, jotta niiltä vältyttäisiin.

Turvallisuussuunnitelman tavoite on antaa ohjeita seuratoimijoille, valmentajille ja seurassa harrastaville sekä huoltajille tapaturmien ja muiden vahinkojen ennaltaehkäisyyn sekä kiinnittää seuratoimijoiden/valmentajien huomio mahdollisiin epäkohtiin harjoitteluolosuhteissa. Seuratoimijoiden/valmentajien on myös oltava ajan tasalla harjoittelupaikkojen mahdollisista turvallisuusriskeistä.

Turvallisuudesta vastaavat tahot. Harjoituspaikkojen turvallisuudesta on paikan omistajalla tai ylläpitäjällä lain mukaan oltava turvallisuussuunnitelma. Kaikki valmentajana tai ohjaajana toimivat ovat velvoitettuja tutustumaan ko. asiakirjoihin, jotka löytyvät ko paikkojen vahtimestareilta. Valmentajien tulee epäkohdan huomattuaan ilmoittaa siitä välittömästi harjoittelupaikan henkilökunnalle sekä JV tiimille ja hallituksen puheenjohtajalle. VKS:n hallitus vastaa siitä, että seuralla on turvallisuussuunnitelma. Hallitus määrittää seuralle hyväksyttävän turvallisuustason sekä hyväksyy turvallisuussuunnitelman. Suunnitelma päivitetään tarpeen mukaan tai vähintään kerran vuodessa. Tällä varmistetaan, että suunnitelma vastaa VKS:n nykyistä toimintaa ja sen laajuutta. Tiedot harjoitustiloista tulee päivittää aina, kun niissä tapahtuu muutoksia. Hallitus huolehtii siitä, että seuratoimijoilla/valmentajilla on riittävät ensiaputaidot sekä ensiapupakkaus käytettävänä. Seura järjestää ensiapukoulutuksia vuosittain. HUOM. Vastuu turvallisuustiedottamisesta on seuran puheenjohtajalla tai siihen puheenjohtajan erikseen nimeämällä henkilöllä.

Arkipäivän käytännön toimintaohjeita:

1. Tutustu aina etukäteen harjoituspaikkojen hätäuloskäynteihin ja ensipelastusvälineistöön (sammutuspeite, jauhesammutin). On hyvä myös tietää, mistä harjoittelupaikalta / tapahtumapaikalta löytyy sähkökaappi.
2. Huolehdi, että ensiaputarvikkeet ovat aina saatavilla.
3. Tiedäthän harjoituksiin osallistujien alaikäisten huoltajien yhteystiedot.
4. Tiedäthän harjoituksiin osallistujien nimet ja määrän. Se on samalla myös lista mahdollisista pelastettavista.
5. Varmista, että tiedät kaikkien harjoituspaikkojesi osoitteet ja huolehdi siitä, että tiedät kuinka antaa hälytys viranomaisille sitä tarvittaessa:
  - Soita 112
  - Kerro nimesi
  - Kerro mistä soitat (Paikka ja osoite)
  - Kerro miksi soitat
  - Järjestä opastus tapahtumapaikalle
  - Älä sulje puhelinta, ennen kuin olet saanut luvan

#### 1. Toimintaohjeet häiriköinnin varalle:

Häiriköinti voi olla tapahtuma, jossa yksi tai useampi henkilö tulee häiritsemään toimintaa (harjoitukset) ilman, että ihmisten turvallisuus on uhattuna. Ensisijaisesti pyritään rauhoittamaan tilanne puhumalla ja saamaan häiriköivät henkilöt poistumaan paikalta. Mikäli tämä ei auta, kutsutaan paikalle poliisi. Kaikilla harjoituspaikoilla pidämme ulko ovet lukittuina tuntien aikana, jotta pukuhuoneisiin voi jättää ulkovaatteet ja jotta turvallisuus voidaan taata jumpan aikana.

2. Toimintaohjeet turvallisuusuhan varalle Turvallisuusuhka on vakavampi häiriö, jossa voidaan katsoa ihmisten (jumpparit, ohjaaja) fyysisen turvallisuuden olevan jollain tavalla uhattuna. Tällaisia uhkia voivat olla esim. vakava häiriköinti, tulipalo, kaasu- ja myrkkyyvaaratilanteet (esim. tilojen korjausten yhteydessä).

#### 2.1. Toimintaohjeet vaaratilanteiden (vakava häiriö, kaasu- tai myrkkyyvaaratilanne) varalle:

- Tee nopea tilannearvio
- Evakoi vaarassa olevat henkilöt
- Hälytä apua (112), ole rauhallinen ja kerro selkeästi mitä on tapahtunut ja missä

- Tarkista loukkaantuneet
- Huolehdi, että pelastushenkilökunnalla on esteetön pääsy paikalle (esim. ovet, ajopuomit).
- Varmista, että tiedät harjoituspaikkojen osoitteet –

## 2.2. Tulipalotilanteissa:

- Ole rauhallinen
- Yritä sammuttaa palo mahdollisilla apuvälineillä
- Hälytä pelastuslaitos, yleinen hätänumero 112
- Varmista, ettei paloalueelle ole jäänyt ihmisiä
- Sulje ovet ja ikkunat
- Poistu tilasta
- Varoita lähiympäristöä palosta
- Opasta pelastuslaitos paikalle
- Jos kyseessä on mahdollinen pommiuhka, on tila heti evakuoitava ja hälytettävä viranomaiset paikalle

## 2.3. Toimintaohjeet tapaturmien varalta

Sairauksia/tapaturmia voi tulla harjoitustunnilla esim. ruhje, revähdys, luunmurtuma yms. Tällöin on kyseessä yksittäisen henkilön loukkaantuminen tai sairastuminen. Varmista, että tapahtumassa/harjoitustunnilla on ohjaajalla aina mukana ensiapu-laukku. Ensiapulaukun vähimmäisisältö: kylmäpusseja, side-tarpeita ja laastaria. Ne vahingot, joita ei näillä varusteilla pystytä hoitamaan, vaativat terveysasemalla/ lääkäriä käynnin. Voimistelijan / harrastajan loukkaantuessa niin pahoin, että tarvitaan sairaala-/lääkärin hoitoa, tulee toimia seuraavalla tavalla:

- Tee tilannearvio ja selvitä mitä on tapahtunut
- Tarkista potilaan tila; Onko tajuissaan ja hereillä, hengittääkö hän, toimiiko sydän?
- Aloita elvytys ja hälytä apua (112).
- Anna potilaalle ensiapu, käytä ryhmän omaa ensiapulaukku; pienissä vammoissa hoito tapahtuu paikan päällä.
- Mikäli urheilija on saanut päävamman tai luuvamman, hänen siirtelyään tulee välttää siihen asti kunnes ensiapuhenkilöstö saapuu paikalle.
- Alaikäisen loukkaantuneen ollessa kyseessä, ota mahdollisimman pian yhteyttä huoltajaan Harrastajan sekä hänen huoltajansa tulee huolehtia siitä että harrastaja on asianmukaisessa kunnossa harjoituksissa, leireillä ja kilpailuissa. Valmentajat tulee pitää ajan tasalla mahdollisista sairauksista ja vammoista. Allergioista tulee ilmoittaa valmentajalle tai joukkueissa huoltotiimille, jotta mahdollisiin oireisiin osataan varautua.



### 3. Turvallisuusjärjestys

Mikäli sattuu onnettomuus tai muu tilanne, jossa joudutaan turvautumaan turvallisuussuunnitelmaan, varmistetaan aina ensin ihmisten turvallisuus ja terveys, jonka jälkeen varmistetaan tapahtumapaikka ja lähiympäristö (salit, rakennukset, autot yms.), ja näin minimoidaan mahdollinen ympäristövahinko.

### 4. Tapahtumat, jossa suunnitelmaa noudatetaan

#### Harjoitukset

Jokaisella harjoituspaikalla on tilan omat turvallisuussäännöt joita tulee noudattaa. Harjoitusten aikana valmentajalla/ ohjaajalla on vastuu harjoitusten turvallisuudesta. Harjoitusten yhteydessä harjoituspaikalta tulee löytyä ensiaputarvikkeita ja valmentajilla tulee olla alaikäisten harrastajien huoltajien yhteystiedot. Vastuu ensiapulaukusta on vastuuvuorossa olevalla valmentajalla. Ensiapulaukusta vastaavan tulee huolehtia, että ensiapuvälineistö on ajan tasalla. Suuremmista puutteista tulee ilmoittaa JV tiimille. Jos loukkaantuneen henkilön vanhempia ei ole paikalla ja vamma tarvitsee lääkärinhoitoa niin valmentaja, huoltaja tai muu aikuinen lähtee saattamaan loukkaantunutta. Mikäli valmennettavan ryhmän kanssa ei jää toista valmentajaa tai huoltajaa, ryhmän harjoitukset keskeytetään. Loukkaantunut ei missään tilanteessa lähdä yksin lääkärikeskukseen. Lääkärinhoitoa tarvitsevista tapaturmista tulee tiedottaa JV-tiimille sekä hallitukselle.

Harjoituksissa noudatetaan harjoitustilan omia turvallisuussääntöjä ja toimintaohjeita. Varauuskäynnit ja toimintaohjeet on hyvä selvittää kauden alussa. Suurempien turvallisuusuhkien tai tapaturmien varalta valmentajien tulee sopia mihin eri harjoituspaikoilla kokoonnutaan turvallisuuden ollessa uhattuna. Kokoonnumispaikoista informoidaan voimistelijoita sekä vanhempia kauden alussa. Turvallisuusuhan sattuessa on tärkeää tietää kaikkien paikalla olleiden nimet, jotka voi myös tarvittaessa antaa pelastushenkilöstölle. Valmentajien tulee käydä voimistelijoiden kanssa kauden alussa läpi turvallisuuteen liittyvät ohjeistukset.

#### Kilpailut, näytökset ja esiintymiset

Seuralla on vastuu järjestämiensä kilpailujen sekä muiden tapahtumien, kuten näytökset, turvallisuudesta. Kutakin tapahtumaa varten tehdään oma turvallisuusohjeistus. Yleisten tilaisuuksien järjestyksenvalvojien ja ensiapuhenkilöstön lukumäärän määräävät viranomaiset tapahtuman koon mukaan. Kilpailu- ja tapahtumaorganisaatioissa on aina nimetty turva-asioista vastaava henkilö. Vastuuhenkilön tehtävänä on selvittää kunkin hallin tai tapahtumapaikan turvallisuusohjeet ja seuran velvollisuudet. Turva-asioista vastaavan on tarvittaessa

informoitava muita tapahtumaorganisaatioon kuuluvia henkilöitä turvallisuuteen liittyvistä asioista.

### Leirit ja kilpailumatkat

Valmentajien ohjeistuksia tulee noudattaa ilman poikkeuksia. Mikäli leiri- tai kilpailupaikka edellyttää jotain erityisiä toimintaohjeita turvallisuuteen tai käyttäytymiseen liittyen, informoivat valmentajat tai huoltajat osallistujia niistä. Valmentajat ja huoltajat ovat matkoilla vastuussa riittävästä ohjeistuksesta, mutta jokainen ryhmän mukana oleva vastaa itse siitä, ettei toiminnallaan aiheuta itselleen tai muille vaaraa. Mikäli urheilija tai hänen vanhempansa toistuvasti jättää noudattamatta annettuja ohjeita, on seuralla/valmentajalla oikeus estää kyseisen henkilön osallistuminen toimintaan. Kun jotain on sattunut ja tilanteesta selvitty, on tapahtuneen jälkihoito tärkeää. Tämä pitää sisällään tilanteesta raportoinnin eri tahoille, tilanteesta ”oppimisen” sekä tämän suunnitelman päivittämisen saatujen kokemusten perusteella.

Yhteystiedot Hallitus: Puheenjohtaja Kati Mahalakoivu puh: 040 5386221

sp [voimisteluseura@kotkaport.fi](mailto:voimisteluseura@kotkaport.fi)

HARJOITUSPAIKKOJEN OSOITTEET:

MUSSALON LUOLA Rajakalliontie, 48310 Kotka

SAVOTTA KOULU Mussalontie 428, 48310 Kotka

SAVOTTA Kanveesi Mussalontie 428, 48310 Kotka

## LIITE 4: VANHEMPAINOPAS

Voimisteluseura Kotka sport on kehittyvä ja kehittävä liikuntaseura. Tavoitteena on olla laadukas ja innostava liikuttaja.

Lasten liikunnassa tarjoamme kiinnostavan harrastuspolun lapsen ensimmäisestä harrastuksesta alkaen aina elinikäiseen rakkauteen voimistelun parissa.

Voimisteluseura Kotka Sport tarjoaa sekä harrastustoimintaa, että tavoitteellista kilpaurheilua tähtäävää joukkuevoimistelutoimintaa 3-4 vuotiaista lähtien.

Tähän tietopakettiin on koottu tärkeää tietoa joukkuevoimisteluharrastuksesta Kotka Sportissa. Ilman vanhempien panosta seuran toiminta ei olisi mahdollista, sen takia haluamme toivottaa kaikki vanhemmat ja lajista kiinnostuneet mukaan toimintaamme.

## JOUKKUEET

Voimisteluseura Kotka Sport luo joukkueet kausittain taitokatselmusten perusteella. Taitokatselmus järjestetään, jotta voidaan osoittaa voimistelijalle hänen taitotasoaan ja toiveita vastaava joukkue. Taitokatselmukseen osallistuminen ei kuitenkaan automaattisesti takaa paikkaa joukkueissamme, pyrimme kuitenkin osoittamaan jokaiselle halukkaalle sopivan joukkueen, mikäli se on hakijoiden määrän mukaan mahdollista.

Taitokatselmus on normaali joukkuevoimisteluharjoitus. Harjoitus koostuu monipuolisesti erilaisista liikunta- ja lajitaitoharjoitteista. Harjoituksia seuraa Kotka Sportin valitsevat arvioijat. Joukkueet julkaistaan taitokatselmusten kanssa samalla viikolla.

Taitokatselmukset järjestetään voimistelukoululaisista ylöspäin.

Voimistelukouluryhmät täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä, eikä osallistumista taitokatselmukseen tarvita. Linkki ilmoittautumiseen on Voimistelukoulu-ikäinen, joka voi ikänsä puolesta voimistella voimistelukoulussa tai stara-joukkueessa, voimistelija voi hakea halutessaan taitokatselmuksen kautta mukaan myös seuran Starasarjan joukkueisiin, jolloin ikäluokan taitokatselmukseen on osallistuttava.

## MAKSUT

Valmennusvuosi jakautuu kahteen kauteen – syys- ja kevätkauteen. Tämän lisäksi kilpailevilla joukkueilla on kesäaikana heidän oman suunnitelmansa mukaisesti harjoituksia. Syys-, kevät- ja kesäkausi on seuran hyväksytty kausimaksu. Kausimaksun suuruus riippuu, onko kilpaileva, staratapahtumissa käyvä voimistelujoukkue vai ihan pienten lasten voimistelukoulu.

Joukkueen omat laskut lähettää joukkueenjohtaja, joka vastaa raha-asioista. Laskutus hoituu sähköpostin välityksellä tai muulla joukkueen sopimalla tavalla.

Stara- ja kilpailulisenssi maksetaan Voimisteluliitolle.

Eri-ikäisten voimistelijoiden maksut ovat erilaisia. Kausimaksuilla katetaan myös valmentajien sekä tuomareiden koulutuksia, salimaksuja, kilpailukuluja ym. Ohessa erittely ikäkausittain.

Seura laskuttaa kausimaksut. Seuran laskut tulevat sähköpostitse osoitteesta [laskutus@kotkasport.fi](mailto:laskutus@kotkasport.fi) ja laskut lähetetään jäsenrekisterissä olevaan osoitteeseen. Laskut tulee maksaa laskujen omaa viitenumeroa käyttäen, jotta suoritukset kohdistuvat oikein. Ilman viitettä saapuneista suorituksista seura perii 5€ korvauksen. Laskuja koskevat tiedustelut tulee osoittaa sähköpostitse osoitteeseen [laskutus@kotkasport.fi](mailto:laskutus@kotkasport.fi)

### **Voimistelukoulu:**

Kausimaksu kattaa:

- harjoitukset ja vakuutuksen

Vanhempien kustannettavat:

- Kausimaksu
- Mahdolliset tarvittavat hankinnat, esimerkiksi esiintymisasut sovitaan erikseen.

### Stara-ikäiset

Kausimaksu kattaa:

- Harjoitukset
- Osallistumismaksun staroille
- 1 staramatkan kulut pääkaupunkiseudulle
- 3 valmentajan/hoitajan matkakulun hallituksen määrittämälle viralliselle staralle: matka, ruokailu

Perheen/joukkueen kustannettavat:

- Kausimaksu
- Staralisenssi (Voimisteluliitto) **Ilman lisenssiä EI VOI osallistua staroille!**
- Tarvittaessa muut tarvittavat vaatehankinnat (esim. lämmittelytakki.)
- Esiintymispuku Staroille + muut tarvittavat vaatehankinnat.
- Välinehankinnat
- Stararuokailu

- Starojen matkakulut (jos joukkue osallistuu useammalle kuin yhdelle staralle.)

- Baletit

- Muut juoksevat kulut

### **Kilpailevat joukkueet**

Maksu kattaa:

- harjoitukset
- Kilpailujen osallistumismaksut
- 1 kisamatkan kulut pääkaupunkiseudulle
- 3 valmentajan/hoitajan matkakulun hallituksen määrittelemälle viralliseen kisaan: matka, majoitus, ruokailu.
- 2 valmentajan/hoitajan (pienemmille 3 valmentajaa/hoitajaa) leirikulut: matka, majoitus, ruokailu

Perheen/joukkueen kustannettavat:

- Kausimaksu
- Kilpailulisenssi sarjan mukaan (Voimisteluliitto). **Ilman lisenssiä EI VOI osallistua kilpailuihin!**
- Tarvittaessa muut tarvittavat vaatehankinnat. (Esim. lämmittelytakki).
- Puku + tarvittaessa muut tarvittavat vaatehankinnat
- Välinehankinnat

- Kilpailujen ruokailut
- Kilpailujen matkakulut
- Baletit
- Voimistelijoiden majoitus- ja leirikulut
- Muut juoksevat kulut

### **Kesätreenit**

Tarkentuu kevätkauden loppupuolella kausikohtaisesti.

**HUOM:** Seuralle maksettavia **kausimaksuja ei palauteta.**

### **LISENSSIT**

Jokainen huoltaja hankkii lapselleen henkilökohtaisen Stara- tai kilpailulisenssin. Stara lisenssi on tarkoitettu tytöille, joiden joukkue osallistuu staratapahtumiin. Joukkuevoimistelun 8-10 v. sarjaan, 10-12 v. sarjaan ja sitä vanhempiin kilpasarjoihin ostetaan KILPA B lisenssi.

8-10 ja 10-12 vuotiaat voivat osallistua Kilpa B lisenssillä myöskin staratapahtumalle, tämä on hyvä huomioida silloin jos joukkue siirtyy kevätkaudella kilpailemaan ja on syksyn vielä pelkästään Staralla, silloin voi ottaa suoraan Kilpa B lisenssin.

Huoltaja valitsee lisenssin joko vakuutuksella tai ilman vakuutusta. Mikäli valitsee ilman vakuutusta olevan, tulee voimistelijalla olla omasta takaa kilpailutoiminnan kattava vakuutus.

Lisenssikausi on aina 1.9 – 31.8 vuosi kerrallaan.

Lisenssit hankitaan Voimisteluliiton sivuilta:

<http://www.voimistelu.fi/fi/Tapahtumat-ja-kilpailut/Kilpailulisenssit-ja-vakuutukset>

Lisenssi tulee voimaan heti kun olet maksanut laskun verkkopankissa.

### **PERHEILLE HUOMIOITAVAKSI:**

Kausimaksusta on mahdollista vähentää sisaralennus, jos perheestä voimistelee useampi tyttö Kotka Sportissa. Sisaralennus vähennetään seuraavasti: Suurin kausimaksu maksetaan täydellä kausimaksulla, 2. kausimaksu -10% kausimaksusta, 3. kausimaksu -20%. Perhe vähentää itse sisaralennuksen kausimaksusta. Sisaralennusta ei voi ottaa balettimaksun osalta.

Seuratoimijat ovat vapaaehtoisia, eikä heille makseta palkkaa tekemästään työstä.

Kausimaksuista kertyneitä varoja käytetään valmentajien kulukorvauksiin, valmentajien ja seuratoimijoiden koulutuksiin, seuran järjestämiin tuomaritunteihin, tuomarikuluihin, yhteisiin välineisiin ja tarvikkeisiin, ohjelmien musiikkien miksauksiin, Teosto- ja Gramex maksuihin sekä esim. näyttösten lehtimainoskuluihin.

Voimisteluseura Kotka Sport järjestää kauden aikana yhteisen vanhempainillan. Joukkueet järjestävät tarpeen mukaan omia vanhempaintapaamisiaan, jossa käydään läpi tulevan kauden tärkeimmät asiat, tavoitteet sekä budjetti. Toisiin vanhempiin tutustuminen on tärkeää, kisoja ja esiintymisiä on mukava seurata porukassa, lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta ja myöskin kimppekyytien sopimisessa auttaa, kun on tutustuttu.

Seuran toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen, meillä ei ole säännöllisiä tuloja. Tämän vuoksi järjestämme näytöksiä ja kilpailuita. Näiden tapahtumien järjestelyihin tarvitaan aina reipasta talkoohenkeä, johon koko seura ja kaikki joukkueet osallistuvat. Tehtäviä ovat esimerkiksi kisa/esiiintymispaikan koristelu, siivous, kahvilan pitäminen, leivonta, lipunmyynti, järjestyksenvalvonta yms. Joukkueilla voi lisäksi olla oman tilin kartuttamiseen omia myyntiprojekteja ja talkoita, joihin tarvitaan jokaisen jäsenen perheen panostusta.

### **Tärkeitä linkkejä:**

[www.voimistelu.fi](http://www.voimistelu.fi) (täältä löytyy kaikki tieto JV:stä esim kaikki kilpailusäännöt)



## VALMENTAJAT

Jokaisella Kotka Sportin joukkueella on oma vastuvalmentaja ja lisäksi 2-3 valmentajaa. Valmentajat tekevät tätä omien töiden / koulun ohella ja eivät saa tästä seuralta palkkaa. Valmentajat sitoutuvat aina kaudeksi kerrallaan ja tekevät sopimuksen seuran kanssa. Valmentajat ovat sitoutuneet käymään tarpeellisissa koulutuksissa ja kasvattamaan ammattitaitoaan.

## JOUKKUEENJOHTAJAT

Jokaiselle kilpailuihin ja tapahtumiin osallistuvalla joukkueella valitaan vanhempien keskuudesta enintään kaksi joukkueenjohtajaa eli jojoa.

Joukkueenjohtaja vastaa joukkueen tiedotuksesta ja yhteistyöstä vanhempien ja valmennuksen välillä sekä auttaa valmentajia käytännön asioiden hoidossa tarvittaessa. Tehtäviin kuuluu mm. kilpailuihin ilmoittautuminen ja kilpailumatkojen majoitusten hoitaminen. Joukkueenjohtaja voi delegoida erilaisia joukkueen toimintaan liittyviä tehtäviä muille vanhemmille, kuten varainhankita.

Jojo vastaa joukkueiden omista kuluista ja hallinnoi joukkueen omaa tiliä. Jojo laskuttaa vanhemmilta joukkuekohtaiset joukkuemaksut, esim. hankinnat, kisamatkakulut yms. Joukkueen tilille kerätään rahaa ennakkoon siten, että kululaskun tullessa rahastonhoitaja pystyy maksamaan laskun. Vanhemmat sopivat yhdessä vanhempainillassa, miten varaudutaan kauden suunnitelmaan mahdollisesti kuuluvien isompien kulujen kustannuksiin.

Joukkueen talkootyöstä tulevat tulot ja hankitut sponsorit jakautuvat voimistelijoiden kesken tasaisesti. Joukkue voi jakaa rahat tasaisesti kaikille tai jos mukana on henkilöitä, jotka eivät halua osallistua, voi "talkoopalkan" summan arvioida ja sopia, että talkootyöhön osallistumattomat voivat korvata summan muuten.

Sponsorisopimukseen jokainen joukkue luo toimintamallin itse saadessaan sponsorirahaa ulkopuoliselta taholta.

## VOIMISTELIJAT

Voimistelijoiden tulee muistaa että he edustavat joukkuettaan ja seuraa käyttäytyen asiallisesti harjoitus- ja kilpailutilanteissa, sekä vapaa-ajallaan. Toisia tulee kunnioittaa ja hyvällä käytöksellä edesauttaa joukkuehengen syntymistä. Voimistelijan tulee noudattaa sekä seuran että joukkueen sääntöjä. Voimistelijan tulee muistaa voimistelun ilo.

## VANHEMMAN ROOLI

Vanhemman tärkein tehtävä on tukea ja kannustaa voimistelijaa. Vanhemmat ovat lapsensa tärkeimpiä tukijoita ja heillä tulee olla ymmärrys siitä, että lapsen innostus, toiveet ja kyvyt ovat kaiken tekemisen todellinen lähtökohta. Keskustelkaa kotona harjoituksista, leireistä ja kilpailuista ja kannustakaa lasta monipuoliseen liikuntaan.

Vanhemman tehtävä on mahdollistaa voimistelijalle hyvä harjoittelu ja kehittyminen. Tähän kuuluu säännöllinen elämänrytmi; terveellinen ruoka, harjoittelun ulkopuoliseen liikuntaan kannustaminen ja lapsen laadukkaan unensaannin varmistaminen. Lisäksi vanhempien tulee kannustaa lasta ja auttaa henkisesti haastavissa tilanteissa.

Vanhemmilla on siis hyvin keskeinen rooli lasten kilpaurheilun mahdollistajina. Lasten kilpaurheiluharrastuksen kulmakiviä ovat ilo, omaehtoisuus ja monipuolisuus. Urheiluharrastus on parhaimmillaan, kun lapsi saa harjoitella ja kilpailla omien motiivien ja kykyjensä mukaan, hyvässä porukassa ja varmana aikuisten tuesta ja kannustuksesta. Tiivis yhteistyö ja avoin keskusteluyhteys vanhempien ja valmennuksen välillä on perusedellytys toimivalle joukkueelle. Joukkuehengen luominen on siis yhtä lailla vanhempien, kuin valmentajien ja voimistelijoiden vastuulla.

Vanhempien on hyvä kannustaa lastaan liikkumaan myös harjoitusten ulkopuolella. Suositusten mukaan lapsen tulee liikkua päivittäin kaksi tuntia. Liikuntasuorituksiksi voi laskea kaikki yli 10 minuuttia kestävä liikunnan. Voimistelun huipulle tähtäävän tulisi liikkua monipuolisesti vähintään 20h / vko.

Vanhemman tehtävä on huolehtia, että voimistelijalla on oikeanlaiset varusteet harjoituksissa, kilpailuissa ja leireillä. Oikeanlaisesta varustuksesta saa lisätietoa valmentajilta.

## VOIMISTELUN LOPETTAMINEN KESKEN KAUDEN

Kaikki kauden alussa alkanut toiminta pyrkii siihen, että meneillään oleva kausi voimistellaan / valmennetaan loppuun asti. Lopettamisten ajankohta **kauden loppuun, ei kesken kauden**. Jäsen- ja kausimaksuja ei palauteta ja kauden maksut on maksettava.

Joukkueelle tai voimistelijalle tilatut varusteet / kulut on lopettamisen yhteydessä maksettava niiltä osin kun tilaukset on ehditty tehdä ennen lopettamisilmoitusta. Joukkueelle maksettavat, joukkueen budjetin mukaiset ja sovitut kuukausimaksut: Kuluja synnyttävät esimerkiksi puvut: kankaat, strassit, kilpailukyydit, voimisteluvälineet jne. Kuukausimaksujen palautuksen aiheellisuutta niiltä kuukausilta, joista edellä mainittuja kuluja ei ole ehtinyt syntyään ko. voimistelijalle/kuukausilta joihin hän ei osallistu, voidaan arvioida tilanteessa, jossa perhe maksanut esim. ennakoon koko kauden kuukausimaksut. Kaikki joukkueelle varainhankinnan tai sponsoroinnin kautta hankitut rahat ovat joukkueen ja näitä ei makseta takaisin missään tilanteessa. Tärkeää: Jokainen kesken kauden tapahtuva lopetus/kuukausimaksujen palautuksen aiheellisuus arvioidaan seuran hallituksessa tapauskohtaisesti. Lähtökohtaisesti joukkueelle maksettuja kuukausimaksuja, ei palauteta. Lopettamisilmoitus annetaan valmentajille ja joukkueenjohtajille sähköpostilla. Jojat ilmoittavat tiedon jäsenrekisterin ylläpitäjälle.

## URHEILUN PELISÄÄNNÖT

Seuramme voimistelijaryhmät tekevät itselleen pelisäännöt, jotka päivitetään kausittain.

## SOME

Kotka Sportin valmentajat ja muut yhteistyötahot saattavat kuvata (video tai valokuvat) voimistelu- ja ryhmäliikuntatunneilla aineistoa sosiaaliseen mediaan. Näitä materiaaleja hyödynnetään monipuolisesti seuran markkinoinnissa esimerkiksi Instagramissa, Facebookissa ja verkkosivuilla, sekä julisteissa ja esitteissä, jotka tulevat VKS:n omaan käyttöön.

### **Kotka Sportin sosiaalisen median kanavat:**

Instagram

Facebook

Näiden lisäksi joukkueilla saattaa olla omia kanavia.

### **Alla muutama ohje hyvän some-käyttäytymisen varmistamiseksi:**

1. Pyri ylläpitämään seuramme positiivista, iloista ja energistä imagoa myös päivityksissäsi. Muista, että edustat seuraa myös vapaa-ajallasi. Haluamme nähdä paljon kivoja ja iloisia päivityksiä seuramme voimisteluarjesta! Muista käyttää päivityksissäsi #voimisteluseurakotkasport hashtagia! (Tai joukkueesi omaa: #)
2. Älä arvostele voimistelukavereita, muita seuroja, tuomareita äläkä seuratoimijoita netissä.
3. Mieti minkälaisia kuvia jaat. Kysy kaveriltasi lupa, jos julkaiset heistä kuvan.
4. Julkaise vain itse ottamiasi kuvia, älä kopioi muiden kuvia.
5. Muista, että sosiaaliset mediat ovat oikein käytettynä kaikkien hyvinvointia edistäviä, ei pahaa mieltä eikä harmistusta aiheuttavia!

Voimistelujoukkueilla voi olla oma Instagram-tili, jossa valmentajat julkaisevat kuvia joukkueen treeneistä, kilpailuista ja muita kuulumisia.

## **KILPAILUMATKAT**

### **A) Stara-matkat (alle 12-v kilpailutapahtuma), yksipäiväinen**

- Valmentajat päättävät huoltajien määrän kuhunkin tapahtumaan.
- Huoltajien matkakulut ja ruoka maksetaan joukkueen voimistelijoiden toimesta.
- Ruokailu järjestetään, jos lähtijät sen katsovat aiheelliseksi päivän pituudesta riippuen. ”Nopeat” staramatkat omilla, terveellisillä, eväillä ilman järjestettyä ruokailua on mahdollista.

- Makeisten syönti staramatkoilla ei ole sallittua.
- Staramatkoille ei ole suositeltavaa ottaa mukaan arvotavaraa.

## **B) Kilpailumatkat:**

- Pääosin toimitaan samoin ohjeistuksin kuin staratoiminta. Kilpailumatkoista tulee jo 10-12 v sarjassa osin yömatkoja. Tästä syystä esim. on joukkuekohtaisesti mietittävä huoltajien kulujen maksaminen voimistelijoiden toimesta (yöpyminen hotelli / koulu). Huoltajia tarvitaan voimistelijoiden kasvaessa vähemmän, mutta kilpailumatkojen pidentyessä huoltomenot kasvavat.
- Kilpailuun osallistumisen peruuntuminen voimistelun sairastapauksen vuoksi on kilpailujen järjestäjän ehdoilla. Jos kilpailun järjestäjä maksaa takaisin ruoka / majoituskuluja lääkärintodistusta vastaan, hoitaa perhe valmentajalta saadun yhteyshenkilön kautta maksujen takaisin maksun käytännön asiat ja todistusten lähettämisen.
- Kilpailumatkoilla makeisten syönti on valmentajan päätös, esim. paluumatkoilla. Jos kilpailujoukkueet matkustavat stara-joukkueiden kanssa, makeisten syönnistä sovitaan tapauskohtaisesti valmentajien kanssa.

## **C) Yleiset ehdot kaikille matkoille:**

- Joukkueen jäsenet matkustavat yhteiskyydillä. Joko kaikki joukkueet bussilla, tai jos matkaan lähtee vain yksi joukkue, myös henkilöautot ovat mahdollisia, jos kyydit löytyvät näin koko joukkueelle, valmentajille, mahdolliselle tuomarille ja huoltajalle.
- Bussimatkat alkavat ja päättyvät yhteisesti sovitusta paikasta. Turvallisuus- ja vastuusyistä ei poisjääntiä eri pysäkeillä.
- Jos matkoilla käytetään ”kimppakyytejä” ja kuljetaan esim. omin autoin, on autojen määrä minimi ja kuljettajalle maksetaan polttoaineraha joukkueen toimesta.
- Jos huoltajiksi on paljon halukkaita, jaetaan tapahtumat ja kierrätetään huoltajia, jotta kaikki saavat toimia tässä roolissa.

– Jos huoltajia on vaikea saada, joukkue suorittaa arvonnan tai jollain muulla keinoin kierrättää huoltajien osallistumisen. Huoltajana toimiminen on joukkueen toiminnan kannalta erittäin tärkeää, jopa ”kevyesti” pakollista. Joukkueen toiminta, varsinkin pienemmillä voimistelijoilla riippuu valmentajien lisäksi myös huoltajista ja kun on huoltajia, joukkue pystyy osallistumaan erilaisiin tapahtumiin.

– Jos mukana on aina samat huoltajat omasta halustaan, eikä muita ole ilmoittautunut halukkaaksi. Näiden huoltajien kulut maksetaan aina.

#### **D) Stara-matkojen, kilpailumatkojen ja harjoitusleirien peruutusehdot:**

– Linja-auton vuokratkulut ovat aina samat oli peruutuksia tai ei, joten kun tapahtumaan on ilmoittautunut, mutta joutuu syystä tai toisesta perumaan, on matkakulut kuitenkin maksettava (myös sairastapauksissa). Voimistelijan omasta matkavakuutuksesta riippuen voi perheen olla mahdollista hakea korvausta kuluista.

– Valmentajien vastuulla on tulevien tapahtumien, starojen, kilpailujen, leirien tiedottaminen kauden alussa perheiden tietoon joko itse tai jojojen kautta.

– JV-tiimi valmentajien kanssa yhteistyössä päättävät kauden kilpailut joihin osallistutaan. JV-tiimi määrittää myös starojen ja kilpailuiden määrät ikäkausikohtaisesti.

