

TOIMINTASUUNNITELMA 2024



1. JOHDANTO

Kiimingin Urheilijat ry:n toiminnan perustana ovat arvot Hyvää oloa, Ilo liikkua ja Vastuullisuutta.

Seurassa jatketaan vuonna 2023 käynnistynyttä seuratukihanketta Tavoitteena yhteisöllisyyden lisääminen seurassa, lasten harrastustoiminnan määrällinen ja laadullinen kehittäminen sekä KiimUssa toimivien vapaaehtoisten ja ohjaajien toimintaa jaksamista tukeva virkistystoiminta.

Toinen keskeinen painopiste on Kimmoke liikuntakeskuksen toiminnan markkinointi ja myynnin lisääminen.

Vuonna 2024 yleisurheilujaostolla on tavoitteena järjestää kahdet yleisurheilun seurakilpailut. Niihin lapset ja nuoret voivat osallistua vapaasti ilman lisenssi- ja osallistumismaksuja. Kiimingin Urheilijat on mukana kumppanina toteuttamassa Pohjois-Pohjanmaan Yleisurheilu ry:n hallinnoimaa Buustia urheiluseuratoimintaan -hanketta. Hankkeen toteutusaika on 1.3.2024-28.2.2027. Hankkeen tavoitteena on lisätä yleisurheilun toimintaa, luoda nuoria osallistavaa toimintatapaa, kehittää seuratoiminnan tavoitteellisuutta ja toiminnallisuutta sekä saada seuratoiminta näkyväksi toteuttamalla eri tasoisia matalan kynnyksen urheilu- ja liikuntatapahtumia seuran toiminta-alueella.

Suunnistusjaosto hakee järjestettäväkseen 3-4 Oulurastit kesälle 2024. Oulurastien yhteydessä opastetaan vasta-alkajia suunnistuksen saloihin. Vuoden aikana järjestetään koko seuran yhteisiä matalankynnyksen liikuntatapahtumia. Suunnistajat järjestävät tapahtumiin aloittelijoille ohjausta suunnistukseen ja helppoja suunnistusratoja.

Talven 2024 aikana päivitetään Jäälinojan/Näppärikankaan karttaa Oulurasti käyttöön. Keväällä 2024 on tavoitteena kartoittaa Ylikylän koulun / Korkiamaan aluetta Oulurasteja varten. Lisäksi on tavoitteena tehdä sprinttikartta Kiimingin Lukion alueelta.

Keväällä tavoitteena on järjestää koulujen kanssa yhteistyössä suunnistuksellinen liikuntatunti tai liikuntakerho, jossa tutustuttaisiin koulujen lähimaastoissa suunnistuksen saloihin. Samalla markkinoidaan KiimUn suunnistuskoulua, joka pidetään keväällä. Tavoitteena on innostaa lisää lapsia ja nuoria mukaan suunnistuksen pariin.

Terveysliikuntajaosto tarjoaa aikuisille monipuolisia liikkumismahdollisuuksia. Kimmokkeen ryhmäliikuntatunnit mahdollistavat monipuolisen liikkumisen ryhmässä. Viikoittaiset tunnit sisältävät sekä aerobisia tunteja että lihaskuntotunteja, joissa hyödynnetään seuran hankkimia erilaisia välineitä. Lisäksi jaosto huomioi kehoa palauttavan liikunnan ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tarjoamalla pilatesta ja joogaa sekä muita kehonhuoltotunteja.

Lasten liikunnassa terveystoimintajaosto kehittää ohjaajien mentorointia ja seuran sisäistä kouluttamista. Tämän tavoitteena on varmistaa laadukas lasten liikunta seurassa sekä antaa ohjaajille hyvät valmiudet toimia KiimUssa.

Talven 2024 mittaan hiihtojaostolla on tavoitteena järjestää muutamat hiihtokilpailut Honkimaan laduilla: kahdet matalan kynnyksen Tupla-hiihdot/sarjahiihdot kaikille, palkinnot lapsille ja nuorille. Leijona-hiihdot paikallisen Lions Clubin kanssa. Oulun Osuuspankin kanssa yhteistyössä lasten Hippon-hiihdot. Mikäli Leijona- tai Hippon-hiihdot eivät järjesty, tavoitteena on pitää vielä kolmannet omat hiihdot loppukaudesta (ns. seuranmestaruushiihdot).

KiimUn lentopallon tarkoitus on toiminnallaan tarjota seuran lentopalloilijoille ja lentopallosta kiinnostuneille mahdollisuudet harrastaa sekä seurata lentopalloa. Lentopallojaosto pyrkii myös johdonmukaisesti kehittämään mahdollisuuksia lentopallotoiminnan edistämiseksi sekä pyrkii harrastajamäärän kasvattamiseen. Jaoston jäsenet pyrkivät parantamaan lentopallotoimintaa alueella kehittämällä junioritoimintaa lentiskerhon muodossa.

Pesäpallojaostossa toimintaa on aikuisten harrastepesiksessä.

Voimanoimintajaosto pyrkii saavuttamaan lisää kansallisen II-tason tuomaripätevyyksiä. Nykyisiä Tuomarikorttien haltijoita kannustetaan aktiivisuuteen ja luokkakorotusten tekemiseen.

KiimU-sanomat julkaistaan elokuussa. Vuoden 2024 aikana kehitetään seuran somemarkkinointia ja viestintää.

Kiimingin Urheilijat järjestää 19. Kiiminki-maratonin 31.8.2024 yhteistyössä Kiimingin Riennon kanssa.

Kaiken kaikkiaan vuosi 2024 tulee olemaan Kimmoke liikuntakeskuksen markkinointia, hyvinvointiliikunnan kehittämistä ja laadukkaan monipuolista junioriliikunnan tarjoamista harrastajille.

2. HALLINTO

PUHEENJOHTAJA: Kaisuleena Joenväärä

JOHTOKUNTA:

Mika Jurvakainen jurvakainenmika@gmail.com

Riitta Lehtola riitta.lehtola@gmail.com

Minna Heikkilä minttu1980@gmail.com

Niina Juuso niina.juuso@mail.com

Petri Taskinen ptaskinen@hotmail.com

Richard Ebrahim rejebrahim@hotmail.com

Sihteeri/rahastonhoitaja/toiminnanjohtaja: Päivi Mikkonen 0405881308 paivi.mikkonen@kiimu.fi

Johtokunnan kokousten ajasta ja paikasta ilmoitetaan kirjeellä, puhelimella tai sähköpostilla. Kokouksiin kutsutaan tarvittaessa jaostojen puheenjohtajat.

Hiihtojaosto: Tanja Erkkilä, tanja.erkkila@outlook.com

Lentopallojaosto: Kati Rytinki, kati.rytinki@helpmix.fi

Pesäpallojaosto: Kari Lampinen, kari.tapani.lampinen@gmail.com

Suunnistusjaosto: Mika Jurvakainen, jurvakainenmika@gmail.com

Terveysliikuntajaosto: Minna Heikkilä, minttu1980@gmail.com

Voimannostajaosto: Jouko Piri, joukopiri76@gmail.com

Yleisurheilujaosto: Anna Pasuri, anna.pasuri@fimnet.fi

Seuran kotisivu löytyy osoitteesta www.kiimu.fi ja Facebook –sivut.

3. EDUSTUS JA VASTUU

Johtokunta valitsee edustajat Pohjois-Pohjanmaan Liikunta ry:n kokouksiin ja jaostot valitsevat edustajat jäsenliittojen vuosi- ym. kokouksiin.

Vastuu seuran kokonaistoiminnan valvomisesta kuuluu johtokunnalle. Jaostot toimivat itsenäisesti, vahvistetun toimintasuunnitelman ja talousarvion puitteissa. Jaostojen puheenjohtajalla on vastuu jaoston toiminnasta ja valvonnasta. Puheenjohtajan tehtävänä on lisäksi huolehtia siitä, että seuran yhtenäisyys säilyy jaostojen itsenäisyydestä huolimatta. Jaostojen puheenjohtajan on pyrittävä ilmoittamaan jaoston toiminnasta niin, että kaikki asiasta kiinnostuneet jäsenet saavat siitä tietoa.

Jaoston laskujen tulee olla jaostojen puheenjohtajan tai jonkun muun jaoston nimeämän henkilön hyväksymiä. Toiminnanjohtaja hyväksyy muut kuin jaostojen laskut. Seurassa toimitaan talous- ja toimintaohjeen mukaan, joka ohjeistaa jaostojen talouden hoitoa ja rahaliikennettä.

Jaostojen tulee tarkasti seurata omia tulojaan ja menojaan talousarvion toteuttamiseksi sekä noudattaa säästäväisyyttä.

KiimUn tili OP KIIMINKI FI86 5741 5340 0006 47

Kaikki palkat, palkkiot ja km-korvaukset, päivärahat maksetaan palkkaohjelman kautta seuran päättililtä. Jaostojen rahastonhoitajat lähettävät / välittävät kaikki matkalaskut ja palkkiolaskut seuran toiminnanjohtajalle, joka maksaa palkkiot. Jaostot siirtävät maksettavat summat seuran päättilille ennen maksun suorittamista. Palkkoja/matkalaskuja maksetaan pääasiallisesti kerran kuukaudessa sovittujen päivämäärien mukaan.

4. JAOSTOJEN TOIMINTA

HIIHTOJAOSTO

Jaoston jäsenet: Tanja Erkkilä (pj), Petri Talvensaari (vpj.), Hanne Talvensaari, Jukka Takkinen

Tavoitteet

Jaoston tavoitteena on tarjota lapsille ja nuorille mahdollisuus harrastaa hiihtoa, kehittää suksitaituruutta sekä osallistua kilpailuihin. Pyrimme opastamaan nuoria välineiden hankinnassa sekä antamaan tietoa hiihtoon liittyvistä uusista asioista. Tavoitteena on myös kehittää lasten/nuorten taitoja niin, että monipuolisesta liikunnasta tulisi päivittäinen elämäntapa.



Talvikauden aikana on tarkoitus pyrkiä järjestämään kahdet matalan kynnyksen hiihtokilpailua (Tupla-hiihdot tai sarjahiihdot) hiihtojaoston toimesta sekä mahdollisesti Leijona-hiihdot paikallisen Lions Clubin kanssa. Myös Hippon-hiihdot pyritään järjestämään yhteistyössä Oulun Osuuspankin kanssa.

Tavoitteena on pystyä järjestämään talvikauden aikana yhden kerran viikonloppuleiri KiimU:ssa hiihtoa aktiivisesti harrastaville sekä hiihtokerholaisille perinteikkäässä Pikku-Syötteen leirikeskuksessa.

Harjoitukset

Lapsille järjestetään hiihtoharjoitukset Honkimaalla kerran viikossa arki-iltana klo 18.00 -19.30. Harjoitukset on tarkoitettu 5-15 -vuotiaille hiihdon harrastamisesta kiinnostuneille. Mikäli lapsia saadaan tarpeeksi hiihtokerhoihin, ryhmiä on kaksi: pienempien 5-9 -vuotiaiden sekä isompien 10-15 -vuotiaiden ryhmät.

Alle kouluikäiset

Leikinomaista harjoittelua syksyllä kävellen, juosten, sauvakävellen ja talvisin hiihtotekniikkaa sekä rohkeutta suksilla opetellen. Mukana harjoittelussa pidetään myös monipuoliset leikit ja kisailut.

Kouluikäiset

Kouluikäisten harjoittelu painottuu syksyllä sauvakävelyyn, juoksu- sekä lajia tukeviin harjoitteisiin, kuten sauvarinneharjoitteisiin. Talvisin harjoittelu suuntautuu hiihtotyöliien hallintaan ja harjoittelun pitkäjänteisyyteen. Myös vanhempien lasten harjoittelua piristetään erinäisin leikein sekä kisailuin.

Kilpailutoiminta

Talven 2024 mittaan hiihtojaostolla on tavoitteena järjestää muutamat hiihtokilpailut Honkimaan laduilla:

- 2 matalan kynnyksen Tupla-hiihdot/sarjahiihdot kaikille halukkaille, palkinnot lapsille ja nuorille
- Leijona-hiihdot paikallisen Lions Clubin kanssa
- Oulun Osuuspankin kanssa yhteistyössä lasten Hippon-hiihdot

Mikäli Leijona- tai Hippon-hiihdot eivät järjesty, tavoitteena on pitää vielä kolmannet omat hiihdot loppukaudesta (ns. seuranmestaruushiihdot).

Mahdollistamme myös osallistumisen kansallisiin hiihtokilpailuihin.

Talous

Jaoston varainhankinta tapahtuu pääasiallisesti omalla talkootyöllä (mm. Kiiminki-Maraton, Hippo-hiihdot Oulun OP) sekä hiihtotoiminnasta saaduilla leirimaksuilla.

LENTOPALLOJAOSTO



Jaoston jäsenet: Kati Rytinki (pj), Katja Heikkinen, Meeri Tuomaala Kaisuleena Joenväärä, Mimosa Joenväärä

Kiimingin Urheilijoiden Lentopallojaoston tarkoitus on toiminnallaan tarjota seuran lentopalloilijoille ja lentopallosta kiinnostuneille mahdollisuudet harrastaa sekä seurata lentopalloa. Lentopallojaosto pyrkii myös johdonmukaisesti kehittämään mahdollisuuksia lentopallotoiminnan edistämiseksi sekä pyrkii harrastajamäärän kasvattamiseen. Jaoston jäsenet pyrkivät parantamaan lentopallotoimintaa alueella kehittämällä junioritoimintaa lentiskerhon muodossa, joukkueiden valmennusta ja myös mahdollistamaan lentopallon seurantaa niin lentopallokilpailutapahtumissa kuin harrastelentopalloilun osalta.

Jaosto pyrkii selvittämään mahdollisuudet sekä voi järjestää tarpeen vaatiessa lentopalloiluun liittyvää koulutusta, mm. valmentajakoulutukset ja tuomaritoiminnan tukeminen.

Lentopallojaoston jäsenten tulee toimia myös rajapintana lentopalloon liittyvissä seuran asioissa seuran ulkopuolisten tahojen suuntaan. Jaoston jäsenet pyrkivät edistämään alueen lentopallotoimintaa aktiivisesti ja tunnollisesti, sekä toimivat yhdessä toimimisen myötä, liikunnan merkitystä korostaen.

Toiminta-ajatus

KiimU:n lentopallon tavoitteena on tarjota lentopalloilijoille tasokasta ohjausta ja neuvontaa lentopalloharjoitteluun niin lapsille, nuorille kuin aikuisillekin hyvissä lentopalloilu- ja harjoitteluolosuhteissa. Harjoittelun tulee hyödyntää uuden Oulun alueen saleja sekä Kimmokkeen toimintakeskuksen toimitiloja. Harjoittelu voi tarpeen mukaan tapahtua myös ulkona mm. lenkkeilyä maastossa ja kesäaikana hyödynnetään ulkokenttiä harjoittelussa tarvittaessa. Jaosto tekee yhteistyötä lentopallokerhon kanssa. Pitkän tähtäimen tavoitteena on vakiinnuttaa KiimU:n juniorilentopallon toiminta ja mahdollistaa lajin harrastaminen hyvällä tasolla F-ikäluokasta ylöspäin. Harrastuksen alusta D-ikäisiin (12v) asti tavoitteena on saada mahdollisimman paljon nuoria mukaan Kaikki pelaa –ajatuksella. C-ikäisistä ylöspäin toiminnan luonne muuttuu kilpailullisemmaksi.

Kukin joukkue hoitaa oman harjoittelun valmentajan ohjeiden mukaan. Harjoittelun tulee hyödyntää Lentopalloliiton ohjeistusta valmennuksessa, sekä valmentajien tulee seurata mahdollisuuksien mukaan lentopalloliiton aluejoukkueiden valmennuslinjausta harjoittelussa ja lentopallotaitojenkehittämisessä.

Yhteisen valmennuslinjauksen varmistamiseksi valmentajat ovat laatineet yhteisen pelikirjan. Eräs pelikirjan tärkeimmistä tavoitteista on helpottaa pelaajien siirtymistä ikäluokasta toiseen pelisysteemien ollessa jo

tuttuja vaikka valmentajat vaihtuisivatkin. Tavoitteena on jatkuvuus lentopallon osalta, jota edistetään seurojen välisen yhteistoiminnankautta.

Tasokkaan harjoittelun turvaamiseksi on hyödynnettävä alueella tapahtuvaa valmennuskoulutusta. Lisäksi tarvitaan uusia valmentajia nuorten ja lasten joukkueille joukkuemäärien kasvua ajatellen.

Joukkueet

Aktiiviharrastajia on n. 35 yhteensä.

10- 16 -vuotiaat, lentiskerho:

Keväällä 2024 tarkoitus pitää lentopallokerhoa aloittelijoille ja mahdollisesti syksyllä 2024 aktivoida D- ja C-ikäisten sarjatoimintaa.

Aikuiset

Naisten joukkueessa on 18 aktiivista harrastajaa. Joukkue harjoittelee kaksi kertaa viikossa valmentajan johdolla. Naisten joukkue pelaa paikallissarjassa ja osallistuu mahdollisuuksien mukaan Oulun alueen turnauksiin.

Toiminta ja kauden tapahtumat

Lentopallon harrastajamäärä on kasvanut viime kaudesta. Juniorit toimintaa ei ole tällä hetkellä sarjatasolla, valmentajan löytäminen on haasteellista. Lentopallokerhon kautta aktivoidaan juniori harrastajia ja sitä kautta mahdollisesti saataisiin junioreille vetäjä/ valmentaja.

Kiiminki-maraton on perinteinen yhteinen talkootapahtuma. Lentopalloilijat(naiset) hoitavat Kiiminki-maratonilla huoltopisteen ylläpidon ja toiminnan. Muitakin talkoita hyödynnetään mahdollisuuksien mukaan.

Talous

Lentopalloilijoiden talous katetaan pääsääntöisesti kausimaksun ja talkoiden avulla. Lisäksi rahoitusta on saatu peliasuissa ja verryttelyasuissa olevilla mainoksilla, ja tätä suositaan jatkossakin. Avustuksia haetaan ja varainhankintaa sekä talkootoimintaa edistetään toiminnan turvaamiseksi.

Muu toiminta

Yhteistyö muiden lentopallotahojen kanssa edistää lentopallotoimintaa ja mm. harjoitusottelut seurojen ja eri joukkueiden välillä ovat hyväksi. Lisäksi tehdään yhteistyötä sekä valmennuksessa että harjoittelussa.

Tarpeen mukaan valmentajat osallistuvat koulutustoimintaan, jossa hyödynnetään alueen lentopallokoulutustarjontaa. Jaostojen välistä yhteistyötä pyritään edistämään osallistumalla seuran yhteisiin tapahtumiin kauden aikana.

PESÄPALLOJAOSTO

Jaoston jäsenet: Kari Lampinen Puheenjohtaja, harrastepesis.

Pesäpallojaostossa toimintaa on aikuisten harrastepesiksessä. Harrastepesiksessä talvikaudella harrastajat pelaavat viikoittaisella vuorollaan sähkö ja kesällä harrastepesiksessä pelataan pesistä ilman kilpailullista tavoitetta.



SUUNNISTUSJAOSTO

Jaosto: Mika Jurvakainen (puheenjohtaja), Kari Räisänen (kartat) ja Esko Takkinen (talkoot)

Tavoitteet

Jaoksen tavoitteena on tarjota suunnistuksen harrastamismahdollisuudet Kiimingissä koko perheelle, kaikenikäisille ja -taitoisille kuntoilijoille ja aktiivisuunnistajille. Jaosto tarjoaa mahdollisuuden osallistua suunnistuksen kilpailutoimintaan.

Lasten toiminta

Keväällä tavoitteena on järjestää koulujen kanssa yhteistyössä suunnistuksellinen liikuntatunti tai liikuntakerho, jossa tutustuttaisiin koulujen lähimaastoissa suunnistuksen saloihin. Samalla

markkinoidaan KiimUn suunnistuskoulua, joka pidetään keväällä. Tavoitteena on innostaa lisää lapsia ja nuoria mukaan suunnistuksen pariin.

Aikuisten ja veteraanitoiminta

Muille suunnistajille tarjotaan mahdollisuus osallistua harrastus- ja kilpailutoimintaan. KiimU hakee järjestettäväkseen 3-4 Oulurastit kesälle 2024. Oulurastien yhteydessä opastetaan vasta-alkajia suunnistuksen saloihin.

Vuoden aikana järjestetään koko seuran yhteisiä matalan kynnyksen liikuntatapahtumia. Suunnistajat järjestää tapahtumiin aloittelijoille ohjausta suunnistukseen ja helppoja suunnistusratoja.

Kartoitus

Talven 2023-2024 aikana päivitetään Jäälinojan/Näppärikankaan karttaa Oulurasti käyttöön. Keväällä 2024 on tavoitteena kartoittaa Ylikylän koulun / Korkiamaan aluetta Oulurastien pitämistä varten. Lisäksi on tavoitteena tehdä sprinttikartta Kiimingin Lukion alueelta. Kartoitusta varten päivitetään KiimUn maastoläppäri uuteen.

TERVEYSLIIKUNTA



Jaoston jäsenet: Minna Heikkilä (pj), Arja Aula-Matila, Tuija Hepo-oja-Ylitolva, Päivi Mikkonen

Toiminnan tavoitteet

Terveysliikunta pyrkii tarjoamaan eri-ikäisille kiiminkiläisille monipuolista harraste- ja hyvinvointiliikuntaa.

Tavoitteena on saada uusia jäseniä ja koko perheitä osallistumaan jaoston sekä seuran toimintaan. Uusia ohjaajia pyritään saamaan toimintaan mukaan sekä uusia aktiivisia jäseniä kehittämään jaoston toimintaa ja jakamaan vastuuta.

Alle kouluikäiset

3–4 -vuotiaalle järjestetään vanhempi-lapsi -liikuntakerhoa.

5–6 -vuotiaalle järjestetään voimisteluryhmiä.

Liikuntakerhoissa lapsi oppii kehon hallintaa, perusliikkeitä, yhdessäoloa sekä kokee oivaltamisen iloa ja onnistumisen elämyksiä. Liikuntakerhot kehittävät lasten perusliikuntataitoja ennen varsinaisten lajitaitojen opettelua sekä innostavat lapsia ja perheitä omatoimiseen liikkumiseen kotona. 5-6-vuotiaiden voimisteluryhmässä harjoitellaan lisäksi voimistelun perusasentoja ja -liikkeitä.

Yritetään saada ensi vuoden syksylle Jääliin enemmän salivuoroja, jotta alle kouluikäisten liikuntatarjontaa voidaan laajentaa. Kiimingin päässä esimerkiksi Ylikylän koulun salia voisi hyödyntää perheliikuntaan.

Järjestämme jäsenhankintatempauksen kohdistetusti terveysliikuntajaoston asiakkaille marraskuussa.

Erityisryhmät

Seniори-ikäisille (60+) tarjotaan kevennettyä kuntojumppaa ja tanssillista liikuntaa.

Muuta

Erilaisten jumpparyhmien lisäksi järjestetään lajiesittelyitä ja lyhyitä liikuntakursseja sekä liikuntatapahtumia. Aikuisten ryhmäliikuntapalvelujen pääpaino Kimmokkeessa. Ryhmäliikuntaa tarjotaan ympäri vuoden. Lasten ryhmiä pyöritetään pääosin koulujen liikuntasaleissa mahdollisesti myös

Kimmo- ja ohjaajien kannustetaan osallistumaan kursseille ohjaustaitojen ja terveysliikuntajaoston toiminnan laadun kehittämiseksi.

Mahdollisuuksien mukaan jaosto on esillä kiiminkiläisissä tapahtumissa ja esittelee toimintaansa. Muiden jaostojen kanssa järjestetään yhteinen kevätjuhla tai muu tapahtuma yhteisöllisyyden lisäämiseksi. Seuran arvot ilo liikkua, hyvää oloa ja vastuullisuutta luovat perustan kaikelle jaoston toiminnalle.

VOIMANOSTO

Jaoston jäsenet: Jouko Piri (puheenjohtaja), Timo Salminen (rahastonhoitaja, sihteeri), Miika Lehtikangas, Tomi Kurkela, Kimmo Röppänen, Ville Vahtola, Markus Vilppola, Jani Pöykiö, Pauliina Saxlund, Tomi Wikström, Aki Koskela ja Simo Järvinen.

Toiminnan tavoitteet ja talous

Jaosto tarjoaa jäsenilleen harraste- ja kilpailutoimintaan tähtääviä harjoitteluohjelmia. Kilpailutoiminnassa jaosto pyrkii kustantamaan kilpailijoiden kilpailulisenssin sekä kisojen kustannukset täysimääräisinä. Tapauskohtaisesti että taloustilanne huomioiden tehdään kustannuspäätökset. Suomen mestaruuskilpailuihin lähetetään ne halukkaat urheilijat, jotka ovat saavuttaneet SVNL:n asettaman tulosrajan määräaikana. Erillisiä tulosrajoja ei jaoston puitteissa aseteta.

Jaosto pyrkii järjestämään ainakin seuraavat kilpailut:

Klassisen penkkipunnerruksen Pohjois-Suomen mestaruus, kevät/kesä/syyskuu 2023.

SM-kilpailut 2024:

Klassinen voimanosto, nuoret, 2. – 4.2.2024, Pomarkku

Klassinen penkkipunnerrus, kaikki ikäluokat, 19. – 21.1.2024, Pornainen

Klassinen voimanosto, masters, 15. – 17.11.2024, Hämeenlinna

Klassinen voimanosto, avoin, 6. – 8.12.2024, Hämeenlinna

Kansalliset kilpailut:

Jaoston jäsenet osallistuvat kansallisiin penkkipunnerrus ja voimanostokilpailuihin mahdollisuuksien mukaan – keskimäärin 2-3 kilpailut/nostaja.

Antidoping

Jaosto noudattaa ADT:n ylläpitämää Suomen antidoping -säännöstöä ja Kansainvälisen Voimanostoliiton (IPF) ja Suomen Voimanostoliiton (SVNL) sääntöjä. "Kielletyt lääkeaineet ja menetelmät urheilussa" – julkaisu on nähtävillä ADT:n verkkosivuilla. Julkaisua päivitetään jatkuvasti.

Jaoston maksaman lisenssin mukana nostajat saavat ilmaiseksi Voimanostaja-lehden, jossa SVNL ja ADT julkaisevat antidoping -työtä koskevia artikkeleita. Jaosto vaatii jäsenistöltään sitoutumista puhtaan urheilun ja reilun pelin periaatteiden noudattamiseen. Uusien jäsenten hyväksymisessä jaostoon periaatteet tuodaan selkeästi julki, eikä täysin tuntemattomia henkilöitä hyväksytä mukaan jaoston toimintaan ilman tarkempia selvityksiä.

Huolto- ja toimitsijatehtäviin pyritään antamaan lisäkoulutusta ja lisähenkilöitä koulutetaan tarvittaessa.

Jaosto tavoittelee saavuttamaan lisää kansallisen II-tason tuomaripätevyyksiä. Nykyisiä tuomarikorttien haltijoita kannustetaan aktiivisuuteen ja luokkakorotusten tekemiseen.

YLEISURHEILUJAOSTO



Jaoston jäsenet: Anna Pasuri (pj), Antti-Pekka Rönkkö, Niina Juuso, Janne Juuso, Suvi Mattila ja Teemu Mattila.

Tavoite

Yleisurheilujaoston tavoitteena on tarjota lähinnä lapsille ja nuorille mahdollisuus yleisurheilun harrastamiseen ja kilpailemiseen. Lasten ja nuorten yleisurheilutaitoja pyritään kehittämään monipuolisesti ja myös muita urheilulajeja palvelevasti. Jaoston tavoitteena on pitää toiminta matalankynnyksen toimintana, jossa pyritään järjestämään tapahtumat ja toiminta mahdollisimman helposti lähestyttävänä.

Toteutus ja menetelmät

Yleisurheilujaoston toiminta on ympärivuotista. Talviaikainen harjoittelu tapahtuu kerhotoimintana Kiiminkijoen koululla. Kesällä harjoittelu tapahtuu Ponnonmäen urheilukentällä. Kesällä toiminta pyritään järjestämään sekä kerhotoimintana, että järjestäen Ponnonmäen kentällä avoimia omatoimisia yleisurheiluvuoroja.

Ohjattuja yleisurheiluharjoituksia järjestetään kerhotoimintana kahdessa eri ikäluokan kerhossa: 7-9 vuotiaat ja 10-15 vuotiaat. Harjoituksia pidetään 1-2 kertaa viikossa ympäri vuoden.

7-9-vuotiaat

Yleisurheilukerhossa liikutaan, leikitään ja pelaillaan hyvässä porukassa. Kerho on yleisurheilupainotteinen ja harjoittemme yhdessä yleisurheilun lajitaitoja painottaen juoksu-, hyppy- ja heittolajeja. Kerhossa harjoitetaan monipuolisesti motorisia perustaitoja, jotka ovat edellytys lajitaitojen oppimiselle. Säännöllisissä ja suunnitelluissa treeneissä liikunnan perustaitojen lisäksi lapsi ja nuori oppii monia elämässä tarvittavia tunne- ja vuorovaikutustaitoja.

10-15 -vuotiaat

10-15-vuotiaiden kerhossa pääpainona on harjoitella ja kehittää monipuolisesti yleisurheilun lajitaitoja. Kerhossa kehitetään monipuolisesti nuorten nopeus-, voima-, kestävyys- ja liikkuvuusominaisuuksia. Kerho pyritään pitämään monipuolisena urheilukerhona, joka liikuttaa lapsia monipuolisesti. Kerhon tavoitteena on tukea niin harrasteena kuin tavoitteellisemmin yleisurheilua harrastavia nuoria. Ryhmän jäsenillä on mahdollisuus osallistua kilpailutoimintaan.

Aikuisurheilijat

Aikuisurheilijat harjoittelevat itsenäisesti, mutta välillä myös yhteisesti jaoston avoimilla omatoimivuoroilla. Osa aikuisurheilijoista harjoittelee myös Ouluhallissa ja Heinäpään heittopaikalla.

Kilpailut

Vuonna 2024 yleisurheilujaostolla on tavoitteena järjestää kahdet yleisurheilun seurakilpailut. Niihin lapset ja nuoret voivat osallistua vapaasti ilman lisenssi- ja osallistumismaksuja. Seurakisat ovat ns. matalankynnyksen kisat, joissa kannustetaan lapsia osallistumaan monipuolisesti eri lajeihin.

Jaoston urheilijat osallistuvat omien kilpailujen lisäksi muiden seurojen järjestämiin yleisurheilukilpailuihin, aluemestaruuskilpailuihin sekä mahdollisesti myös SM-kilpailuihin, mikäli tulosrajat ylittyvät.

Kiimingin vuoro on järjestää vuonna 2024 Pitäjäottelu. Kilpailu järjestetään, mikäli toimitsijoita on riittävästi.

Buusti-hanke

Kiimingin Urheilijat on mukana kumppanina toteuttamassa Pohjois-Pohjanmaan Yleisurheilu ry:n hallinnoimaa Buustia urheiluseuratoimintaan.-hanketta. Hankkeen toteutusaika on 1.3.2024-28.2.2027. Hankkeen tavoitteena on lisätä yleisurheilun toimintaa, luoda nuoria osallistavaa toimintatapaa, kehittää seuratoiminnan tavoitteellisuutta ja toiminnallisuutta sekä saada seuratoiminta näkyväksi toteuttamalla eri tasoisia matalan kynnyksen urheilu ja liikuntatapahtumia seuran toiminta-alueella.

Talous

Jaoston varainhankinta tapahtuu pääosin omalla talkootyöllä, lahjoituksilla sekä kilpailujen aikana myydyistä elintarvikkeista saaduilla varoilla.

5.TALOUS

Seuran talousarvio päättyy tuottojen osalta 216 150 euroa ja kulujen osalta summaan 216 150 euroa. Kaupungin liikuntaviraston toiminta-avustukseksi talousarvioon on merkitty 3500,00 euroa.

Jaostojen puheenjohtajat vastaavat siitä, että oman jaoston kustannukset pysyvät vuosikokouksessa vahvistetun talousarvion puitteissa. Ylityksistä tulee neuvotella johtokunnan kanssa.

Seuran toiminnantarkastaja on Aila Orabi ja varatoiminnantarkastaja on Paula Hellén-Toivanen.

Jäsenmaksut vuodelle 2024 ovat seuraavat

- alle 18-vuotiaat 22 €
- yli 18-vuotiaat 27 €
- perhejäsenmaksu 47 €
- ainaisjäsenmaksu 150 €
- kannatusjäsenmaksu 150 €

6.MUUTA

Seuran kaikista harjoituksista ja kilpailumatkoista pidetään tilastoa, koska toiminnan määrä on yksi kriteeri toiminta-avustusten myöntämisessä.

Toimintasuunnitelma hyväksytty seuran syyskokouksessa 19.11.2023