



# Toimintakäsikirja

## LAPUAN VIRKIÄ/YLEISURHEILU

Päivitetty tammikuussa 2018

*”Priimaa yleisurheilua”*



# SISÄLLYS

<b>1</b>	<b>JOHDANTO</b>	<b>5</b>
<b>2</b>	<b>SEURAN PERIAATTEET</b>	<b>6</b>
2.1	Toiminta-ajatus	6
2.2	Arvolähtökohdat	6
2.3	Missio	7
2.4	Visio	7
2.5	Lähtitulevaisuuden strategiset valinnat ja tavoitteet	8
<b>3</b>	<b>SEURAN JOHTAMINEN</b>	<b>9</b>
3.1	Organisaatio	9
3.2	Yleisurheilujaosto	9
<b>4</b>	<b>SEURANTA, SUUNNITTELU JA TALOUS</b>	<b>13</b>
4.1	Toimintakertomus ja tilinpäätös	13
4.2	Toimintasuunnitelma ja talousarvio	13
4.3	Talouden suuntaviivat	13
4.4	Yhteistyökumppanit	13
4.5	Varainhankinta	13
4.5.1	Periaatteet ja ohjeet	13
4.5.2	Urheilu ja valmennustoiminta	14
4.5.3	Kilpailutoiminta	14
4.5.4	Julkaisut	14
4.5.5	Yhteistyösopimukset	14
4.5.6	Talkoot	14
<b>5</b>	<b>VIESTINTÄSUUNNITELMA</b>	<b>15</b>
5.1	Viestinnän tavoitteet ja tehtävä	15
5.2	Viestinnän organisointi	15
5.3	Sisäinen viestintä	15
5.3.1	Kohderyhmät	15
5.3.2	Asiat	16
5.3.3	Välineet	16
5.4	Ulkoinen viestintä	16

5.4.1	Ulkoisen viestinnän kohderyhmät:	16
5.4.2	Ulkoisesti viestittävät asiat	16
5.4.3	Ulkoisen viestinnän välineet	17
5.5	Viestinnän tavoitteet ja toimenpiteet	17
6	<b>LAPSI- JA NUORISOURHEILU – TOIMINTA 5-17-VUOTIAILLE</b>	<b>18</b>
6.1	Kesän toiminta	18
6.1.1	Harjoitustoiminta 5-15-vuotiaille	18
6.1.2	Harjoitustoiminta yli 15-vuotiaille	19
6.1.3	Kilpailutoiminta kesällä	19
6.1.4	Toimintamaksut kesällä	20
6.2	Talven toiminta	21
6.2.1	Tavoitteet	21
6.2.2	Harjoitustoiminta	21
6.2.3	Ryhmien harjoitusmaksut	22
6.2.4	Talven kilpailutoiminta	23
6.2.5	Toimintamaksut talvella:	23
6.3	Ohjaajille ja valmentajille maksettavat korvaukset	23
6.4	Ohjaajien ja valmentajien tehtävät ja koulutus	23
6.5	Yleisurheilukoulun, liikuntakerhojen ja muiden harjoitustapahtumien pelisäännöt - ohjeita osallistujille	24
7	<b>KILPAILUJEN ORGANISOINTI</b>	<b>25</b>
7.1	Urheilukoulun yhteydessä pidettävät jäsentenväliset kesäkisat	25
7.2	Piirikunnalliset	26
7.3	Thermo Gamesit yms. kansalliset kilpailut ja SM-kilpailut	26
8	<b>SIDOSRYHMÄYHTEISTYÖ</b>	<b>27</b>
8.1	Lapuan kaupunki	27
8.2	Suomen urheiluliitto SUL	27
8.3	Suomen veteraaniurheiluliitto	27
8.4	Etelä-Pohjanmaan urheilijat ry (EPU)	27
8.5	Pohjanmaan liikunta ja urheilu (PLU) – myöhemmin valo vastaavassa roolissa	28
8.6	Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemia	28

<b>8.7</b>	<b>Muut sidosryhmät</b>	<b>28</b>
<b>9</b>	<b>ARVIOINTI, KEHITTÄMINEN JA PALKITSEMINEN</b>	<b>29</b>
<b>9.1</b>	<b>Arviointijärjestelmät ja mittarit</b>	<b>29</b>
9.1.1	Valmennus	29
9.1.2	Talous	30
9.1.3	Vapaaehtoistyö	30
9.1.4	Kehittämistyö	30
<b>9.2</b>	<b>Palkitseminen</b>	<b>31</b>
9.2.1	Palkitsemisohjeet	31
<b>9.3</b>	<b>Muistaminen SM-kilpailumenestyksen tms. johdosta</b>	<b>31</b>
<b>9.4</b>	<b>Valmennustukijärjestelmä</b>	<b>32</b>
9.4.1.	Urheilijan tasojärjestelmän mukainen valmennustuki	32
9.4.1.1.	Valmennustuen nostaminen	33
9.4.1	Urheilijoiden leirityksen tuki	34
<b>9.5</b>	<b>KILPAILUIHIN ILMOITTAMINEN JA KULUKORVAUKSET</b>	<b>35</b>
9.5.1	Juniorisarjojen (9-22 –vuotiaiden) ja yleisen sarjan urheilijat	35
9.5.2	Aikuisurheilijat (ts. veteraani) yleisurheilijat	37

## 1 JOHDANTO

Lapuan Virkiä on perustettu vuonna 1907 nuorisoseuran vuosikokouksen väliajalla voimistelijoiden toimesta. Yleisurheilu on kuulunut toimintaan vuodesta 1909. Tänäpä Lapuan Virkiä toimii yleisseurana yhdelletoista eri jaostolle.

Tämän julkaisun tarkoituksena on selkeyttää ja yhtenäistää yleisurheilujaoston toimintatapoja sekä määrittää keskeiset vastualueet. Toimintakäsikirja vastaa jäsenille ja muille toiminnasta kiinnostuneille miten, miksi ja missä seura toimii sekä vastaa jäsenille miten yleisurheilujaosto toimii ja päättää asioista.

Tällä toimintakäsikirjalla helpotamme kaikkien jäsentemme työtä ja perehdytämme uudet jäsenemme tehokkaammin tehtäviinsä. Sen avulla kaikki saavat selkeämmän kuvan toiminnastamme. Toimintakäsikirja auttaa meitä jatkossa tarkastelemaan, arvioimaan ja kehittämään toimintaamme entistä laadukkaammaksi.

Haluamme myös tällä teoksella korostaa toiminnan avoimuutta sekä tasapuolisuutta jäseniämme kohtaan.

Juridisesti jokainen Lapuan Virkiän jäsen on kaikessa seuratoiminnassa velvollinen noudattamaan Suomen lakeja sekä Suomen Liikunnan ja Urheilun (SLU) ja sen eri lajiliittojen sääntöjä. Lisäksi jäsen on velvollinen noudattamaan Lapuan Virkiän yhteisiä sääntöjä ja päätöksiä.

Tämä toimintakäsikirja on syntynyt Suomen Urheiluliiton Varaslähtö Tulevaisuuteen -seuraajohtajakoulutuksen tuloksena. Projektin tavoitteena on ollut varmistaa seuran kehitystyö ja dokumentoida tulokset toimintakäsikirjan muotoon.

## 2 SEURAN PERIAATTEET

### 2.1 Toiminta-ajatus

Lapuan Virkiän toiminnan tavoitteena on tuottaa menestyviä urheilijoita sekä järjestää laadukasta yleisurheilun valmennus – ja kilpailutoimintaa kaiken ikäisille ja tasoisille urheilijoille Lapualla. Toiminnan lähtökohtana on jäsenistönsä fyysisen kunnon ja henkisen vireyden kehittäminen luomalla edellytyksiä liikunnan, harjoittelun ja kilpailutoiminnan suorittamiseen kannustavassa ympäristössä.

### 2.2 Arvolähtökohdat

- *PRIIMA TOIMINTA*
- *VAHVA SEURAHENKI*
- *REILU MEININKI*
- *AVOIMUUS*
- *KASVUN TUKEMINEN KANNUSTAEN*

### Miten arvot näkyvät seuran toiminnassa:

#### PRIIMA TOIMINTA

- Kaiken toiminnan kantavana ajatusmallina on, että jokainen tekee aina parhaansa.
- Seuran toimintaa kehitetään jatkuvasti. Tämä tarkoittaa:
  - Seuran toiminnan jatkuvaa analyttistä tarkastelua ja parempien toimintamallien etsimistä.
  - Valmentajat, ohjaajat ja muut seuratoimijat kehittävät jatkuvasti osaamistaan mm. koulutuksella ja itse opiskelemalla tai toisilta oppimalla.

#### VAHVA SEURAHENKI

- Urheilijat, valmentajat, muut seuratoimijat ja urheilijoiden vanhemmat tekevät yhteistyötä, jossa vallitsee kannustava, toisia kunnioittava, positiivinen ja kiitollinen ilmapiiri.
- Lapuan Virkiä on seura, jota ylpeänä edustetaan.
- Joukkuekisoissa urheilijat ovat valmiita seuran ja joukkuekavereiden puolesta kilpailemaan myös lajeissa, jotka eivät ole urheilijalle kaikkein parhaita ja mieluisimpia.

#### VAHVA SEURAHENKI

- Seurassa toimitaan reilusti, rehellisesti, oikeudenmukaisesti ja tasapuolisesti kaikkia kohtaan; kilpailuissa, harjoituksissa, kisamatkoilla, joukkuevalinnoissa, valmennustukien jaossa jne.

... koskee kaikkia urheilijoita, valmentajia, toimitsijoita ja seurajohtoa, mutta myös urheilijoiden vanhempia.

### **AVOIMUUS**

- Jaoston päätöksenteossa ja kaikessa toiminnassa pyritään avoimuuteen.

### **KASVUN TUKEMINEN KANNUSTAEN**

- Tuetaan lasten ja nuorten kasvamista ja urheilun harrastamista kannustavassa ilmapiirissä, jossa jokainen urheilija voi edetä rauhassa omalla tasollaan - joko harrastellen tai huipulle tavoitellen.
- Tuetaan kaikissa harjoitusryhmissä myönteisen ilmapiirin syntymistä.
- Urheilijat, valmentajat, seuratoimijat ja urheilijoiden vanhemmat toimivat seuran arvojen mukaisesti.

## **2.3 Missio**

### ***Priimaa yleisurheilua Lapuan Virkiässä***

Toiminnan tavoitteena on järjestää laadukasta valmennus- ja kilpailutoimintaa kaikenikäisille ja – tasoisille urheilijoille sekä kasvattaa terveitä, menestyviä yleisurheilijoita innostavassa ilmapiirissä.

## **2.4 Visio**

Lapuan Virkiä on valioluokan sinettiseura, missä viihdytään. Laadukkaan ja perusteellisen lapsi- ja nuorisovalmennuksen pohjalta seura kasvattaa ja kehittää itsenäisiä, osaavia ja terveitä urheilijoita, joilla on edellytyksiä menestyä sekä SM-tasolla että kansainvälisissä arvokisoissa.

## 2.5 Lähitulevaisuuden strategiset valinnat ja tavoitteet

### ***Priima yleisurheilukoulu ja nuorisovalmennus***

- Aukoton ja kannustava ohjaus- ja valmennusjärjestelmä
- Harrastajamäärät kasvavat
- Kilpaurheilijoiden määrä kasvaa
- Yleisurheilukoulun toiminnan kehittäminen niin että tilaisuuksiin on entistä kivempi tulla

### ***Priimat ohjaajat ja valmentajat***

- Joka ikäryhmällä koulutettu ohjaaja tai valmentaja
- Uusien ohjaajien koulutuksen / jatkokoulutuksen varmistaminen, kehittymisen turvaaminen
- Entisten aktiivurheilijoiden osaamisen hyödyntäminen valmennuksessa
- Valmentajien kannustinjärjestelmä

### ***Priima yleisurheilujaosto***

- Toimijoilla selkeät vastualueet
- Avoin ja kattava tiedottaminen sekä dokumentointi
- Aktiivisesti toimiva ja hyvin suunniteltu kilpailuorganisaatio
- Varainhankinta tavoitteellista ja toimintaa tukevaa
- Seuratoimijoiden määrän ja aktiivisuuden parantaminen

### ***Priima yhteistyö vanhempien ja muiden sidosryhmien kanssa***

- Lasten ja nuorten vanhempien kanssa vuorovaikutus avointa ja yleisurheilutoimintaa kehittävä
- Yhteistyö eri sidosryhmien kanssa molemminpuolista palkitsevaa
- Toimintaan sitoutuneet sidosryhmät
- Selkeät tiedottamiskanavat ja palautejärjestelmät
- Tiivis yhteistyö urheilujärjestöjen, eri urheiluseurojen ja muiden jaostojen kanssa



### **3 SEURAN JOHTAMINEN**

#### **3.1 Organisaatio**

Lapuan Virkiää (pääseuraa) johtaa puheenjohtaja, sekä kahdeksan hallituksen jäsentä. Yleisurheilujaosto toimii pääseuran alaisuudessa. Jaosto koostuu kahdestatoista jäsenestä, pääsääntöisesti nuorten urheilijoiden vanhemmista tai entisistä aktiiveista. Puheenjohtajaksi voi tulla jäsenistön kannatuksen kannattamana, yleensä vuoden tai enemmän jaostossa toiminut henkilö. Jaoston jäseneksi voi ilmoittaa halukkuutensa, ja luopuminen käsitellään kokouksessa. Uusi jaoston kokoonpano tulee ilmoittaa pääseuran sihteerille, ennen syyskokousta.

#### **3.2 Yleisurheilujaosto**

##### ***PUHEENJOHTAJA***

Puheenjohtajan tehtävänä on yhteistyössä yleisurheilujaoston jäsenten kanssa suunnitella, johtaa ja kehittää yleisurheilujaoston toimintaa sekä jaoston kokouksissa johtaa kokousta. Puheenjohtaja toimii yhdyshenkilönä EP:n muihin yleisurheiluseuroihin. Puheenjohtaja hoitaa yhteydet Lapuan Virkiän johtokuntaan ja on suorassa yhteydessä seuran puheenjohtajaan. Puheenjohtajan tehtäviin lisäksi kuuluu:

- Jaoston toiminnan koordinointi ja kokonaisvastuu jaoston toiminnasta
- Markkinointi ja suhdetoiminta seuran ja lajin imagon ylläpitäminen
- Yleisurheilun toimintasuunnitelmat ja toimintakertomuksen tekeminen
- Tulo- ja menoarvion laatiminen yhteistyössä talousvastaavan kanssa
- Mainossopimukset
- Valmennustuet
- Palkitsemiset
- Kokouskutsut

##### ***VARAPUHEENJOHTAJA***

Varapuheenjohtajan tehtävänä on olla puheenjohtajan varamies ja hoitaa puheenjohtajan tehtäviä hänen ollessa estynyt hoitamaan toimiaan.

##### ***SIHTEERI***

Sihteerin tehtävänä on kokouksissa pitää pöytäkirjaa.

- Kokouspöytäkirjojen pitäminen

- Tiedotus jaoston sisäisesti
- Kokouskutsun laatiminen yhdessä puheenjohtajan kanssa

### **TALOUDENHOITAJA**

Taloudenhoitajan tehtävä on maksuliikenteen hoitaminen. Taloudenhoitajan tehtäväkenttä sisältää:

- Maksuliikenteen hoitaminen
- Ilmoittautumismaksujen maksaminen SM, pm- ja aluemestaruuskisoihin (**aina jokaisen kisan kohdalla erikseen sovittava**)
- Yleisurheilupassien maksaminen
- Tulo- ja menoarvion laatiminen yhdessä puheenjohtajan kanssa

### **VALMENNUSPÄÄLLIKÖ**

Valmennuspäällikön tehtävänä on suunnitella, koordinoita, johtaa ja kehittää seuran valmennusjärjestelmää. Valmennuspäällikön tehtäviin kuuluu mm:

- Valmennustoiminnan organisointi, koordinointi, johtaminen ja kehittäminen (kaikki ikäluokat)
- Valmennukseen ja harjoituksiin liittyvien asioiden tiedottaminen
- Urheilukouluohjaajien ja valmentajien rekrytointi ja koulutuksen järjestäminen
- Kesän urheilukoulun vastaava yhdessä nuorisopäällikön kanssa
- Urheilijoiden ja joukkueiden nimeäminen kisoihin yhteistyössä nuorisopäällikön kanssa

### **NUORISOPÄÄLLIKÖ**

Nuorisopäällikköjä on seurassa kaksi. Nuorisopäälliköiden tehtävänä on yhteistyössä valmennuspäällikön kanssa suunnitella, koordinoita, johtaa ja kehittää lasten ja nuorten harjoitus- ja kilpailutoimintaa ( **5 –17- vuotiaiden**). Pääpaino nuorisopäälliköiden toiminnassa on joukkueiden kokoamisessa kilpailuihin ja omien Seurakisojen organisoinnissa. Nuorisopäälliköiden tehtäviin kuuluu:

- Nuorisovalmennus- ja kilpailutoiminnan organisointi, koordinointi ja kehittäminen yhdessä valmennuspäällikön kanssa.
- Kesän urheilukoulun vastaava yhdessä valmennuspäällikön kanssa.

- Sovittujen pm, aluemestaruus ja seurajoukkuekisojen urheilijoiden ja joukkueiden nimeäminen, tiedottaminen ja kisoihin nimettyjen urheilijoiden lähdön varmistaminen ja ilmoittautumisten hoitamiset.
- YU-koulun Seurakisojen kenttälajien kilpailujärjestelyt yhteistyössä vanhempaintiimin kanssa

### **KILPAILUVASTAAVA**

**Kilpailuvastaava toimii yhteistyössä kilpailutiimin kanssa. Kilpailuvastaavan ja tiimin tehtävänä on suunnitella, johtaa ja kehittää kilpailutoimintaa. Tehtäväkenttä sisältää:**

- Vastaa siitä, että toimitsijoiden määrä on seurassa ja kilpailutapahtumassa riittävä
- Ennen kilpailua kaikki järjestelyihin liittyvät valmistelut kuten varaukset ja välineet tapahtumaan
- Kilpailun johtamisen, ellei siihen ole erikseen nimetty toista henkilöä
- **Kilpailutiimi vastaa kaikkien Virkiän Yleisurheilun kilpailujen organisoinnista, Seurakisoista kansalisiin.**

### **VANHEMPAIN TIIMIN VASTAAVAT**

Vanhempaintiimin vastaavat....

### **TIEDOTUSVASTAAVA**

Tiedotusvastaava vastaa Virkiän yleisurheilujaoston ulkoisesta tiedotuksesta. Tiedotukseen kuuluu urheilijoiden kilpailumenestyksestä kirjoittaminen, jaoston toiminnasta kirjoittaminen, omien kilpailujen mainostaminen ja internetsivujen päivitys. Tiedotusvastaavan tehtäväkenttään kuuluu:

- Ulkoinen tiedotus
- Sisäinen tiedotus yhdessä sihteerin kanssa
- Internetsivut

### **SEURA-ASU VASTAAVA**

Vastaa seura-asujen (kilpailuasut, tuulipuvut ja urheilukoulupaidat) tilauksista ja jakelusta.

Kaikki jaostolaiset osallistuvat lisäksi laajasti kaikkeen jaoston toimintaan, mm. toimitsijatehtäviin kilpailuissa, varainhankintaan, kökkätöihin ja kaikkien näiden organisointiin aina erikseen sovittavalla tavalla.

## **4 SEURANTA, SUUNNITTELU JA TALOUS**

Virkiän yu-jaosto ei saa pääseuralta rahallista tukea toimintansa pyörittämiseen. Toimintaan tarvittavat varat hankitaan itse. Pääseuralla on kuitenkin oikeus yu-jaoston varoihin mikäli taloudellinen tilanne sitä vaatii.

### **4.1 Toimintakertomus ja tilinpäätös**

Toimintakertomus sisältää yhteenvedon toimintasuunnitelman toteutuksesta ja katsauksen toiminnan taloudellisiin seikkoihin. Lisäksi siinä luodaan katsaus kuinka kausi on toteutunut. Toimintakertomuksen laatii puheenjohtaja ja se toimitetaan pääseuran sihteerille kevätkokoukseen.

### **4.2 Toimintasuunnitelma ja talousarvio**

Vuosittainen toimintasuunnitelma sisältää organisaation tulevalle kaudelle, tapahtumien ja hankkeiden erittelyn sekä tulo - ja menoarvion. Toimintasuunnitelman laaditaan yhdessä yleisurheilujaoston kanssa puheenjohtajan johdolla. Toimintasuunnitelma sisältää sen mitä on tarkoitus tulevana kautena toteuttaa. Toimintasuunnitelma toimitetaan pääseuran sihteerille syyskokoukseen mennessä.

### **4.3 Talouden suuntaviivat**

Yleisurheilujaosto noudattaa taloushoidossaan Suomen lakia ja asetuksia sekä seuran sääntöjä ja ohjeita. Yleisurheilujaoston tulee huolehtia, että taloutta hoidetaan hyvin ja vastuullisesti. Vastuu taloudenpidosta kuuluu jaoston puheenjohtajalle ja yleisurheilujaostolle. Toiminta on yleishyödyllistä, tavoitteena kuitenkin on, että toimintakulut katetaan toiminnan tuloilla sekä varainhankinnan toimenpiteillä. Tiliotteet ja kuitit toimitetaan pääseuran kirjanpitäjälle.

### **4.4 Yhteistyökumppanit**

Jaosto tekee yhteistyösopimuksia pääsääntöisesti Lapualaisten organisaatioiden kanssa.

### **4.5 Varainhankinta**

#### **4.5.1 Periaatteet ja ohjeet**

Yleisurheilujaosto kerää toimintaansa varten varoja tuottamalla maksullista urheilukoulu- ja

harjoitustoimintaa, järjestämällä kilpailuja sekä hankkimalla mainostajia tapahtumiin ja julkaisuihin sekä hankkimalla sponsorituloja seura-asuihin. Jaoston tehtävänä on huolehtia hyvistä suhteista eri sidosryhmiin. Lisäksi talkootoiminta kuuluu keskeisesti varainhankintaan.

### **4.5.2 Urheilu ja valmennustoiminta**

Seuran järjestämä ja koordinoima urheilu- ja valmennustoiminta ei ole varsinaista varainkeruuta vaan seuran perustoimintoja. Periaatteena on kuitenkin, että ohjatusta ohjauksesta ja valmennuksesta seura saa kohtuullisen korvauksen ja näin ollen se voidaan osaltaan katsoa varainhankinnan muodoksi.

### **4.5.3 Kilpailutoiminta**

Kilpailujen osanottomaksuista, mainostuloista ja kioskitoiminnasta saadaan jaostolle varoja.

### **4.5.4 Julkaisut**

Jaosto julkaisee keväisin Yleisurheilusanomat-lehden. Lehteen myydään mainostilaa jaostolaisten toimesta, samoin vuoden lopussa ilmestyvään vuosikalenteriin. Mainostilamyynti on seuralle yksi merkittävimmistä varainkeruutavoista.

### **4.5.5 Yhteistyösopimukset**

Seura tekee yhteistyösopimuksia pääsääntöisesti Lapualaisten yritysten kanssa. Yritykset ostavat mainostilaa seuran asusteista ja jaoston nettisivuille, sekä seuran painotuotteisiin kalenteriin ja lehteen.

### **4.5.6 Talkoot**

Jaosto järjestää mahdollisuuksien mukaan jäsenilleen varainhankintaan talkootyön avulla. Talkootyöstä on muistettava, tulo on verovapaata ainoastaan, jos sitä ei jaeta henkilökohtaisesti työn tekijälle vaan se tulee koko seuran hyväksi.

## **5 VIESTINTÄSUUNNITELMA**

### **5.1 Viestinnän tavoitteet ja tehtävä**

Tiedotustoiminnan tavoitteena on vahvistaa ja ylläpitää Virkiän yleisurheilun asemaa paikallisella tasolla urheiluväen ja suuren yleisön silmissä. Tiedotuksen tehtävä on myös pitää oma jäsenistö (urheilijat, vanhemmat, seuratoimijat) ja yhteistyökumppanit ajan tasalla seuran asioista.

### **5.2 Viestinnän organisointi**

Yleisurheilujaosto laatii tiedotusvastaavan kanssa vuosittain viestintäsuunnitelman. Tiedotusvastaavan lisäksi viestintää toteuttaa muut jaostolaiset omalta vastuualueeltaan. Viestintäsuunnitelmaan kuuluu kausittain muuttuva aikataulu.

### **5.3 Sisäinen viestintä**

Yleisurheilujaoston sisäisestä viestinnästä vastaa sihteeri ja tiedotusvastaava yleisurheilujaoston ohjeiden mukaisesti. Sisäisen viestinnän tavoitteena on olla avointa ja selkeää niin, että kaikki jaostolaiset, urheilijat ja seuratoimijat tietävät mitä omassa seurassa tapahtuu. Sisäiseen viestintään käytetään pääasiallisesti seuran www-sivuja, jonne päivitetään ajankohtaisia asioita. Jaostolaisten välillä viestintä tapahtuu sähköpostilla, tekstiviesteillä, tiedotteilla sekä kokouksissa. Viestinnän tavoitteena on, että kaikki sisäisen viestinnän kohderyhmät saavat riittävästi tietoa seuran toiminnasta.

#### **5.3.1 Kohderyhmät**

- YU-jaosto
- Urheilijat
- Lasten vanhemmat
- Valmentajat/ohjaajat
- Muut seuratoimijat

### 5.3.2 Asiat

- Viestintä vain YU-jaostolle :
  - Kokouskutsut ja pöytäkirjat
  - Talouteen liittyvät asiat
- Viestintä kaikille kohderyhmille seuraavista:
  - Toiminnan arvopohja, ideologia ja tavoitteet
  - Urheilukoulutoiminta
  - Valmennusryhmätoiminta
  - Kilpailutoiminta (osallistuminen eri tasoihin kilpailuihin ja kilpailujen järjestäminen)
  - Palkitsemisjärjestelmä

### 5.3.3 Välineet

Pääasialliset sisäisen viestinnän välineet ovat kokoukset, internetsivut, sähköpostit, puhelinkontaktit, Lapuan Sanomien seuratoimintapalsta, ilmoitukset paikallislehdessä, erilaiset tiedotteet ja esitteet sekä keväisin ilmestyvä Yleisurheilusanomat.

## 5.4 Ulkoinen viestintä

### 5.4.1 Ulkoisen viestinnän kohderyhmät:

- Kaikki alueen ihmiset
- Lapuan kaupunki ja muut viranomaiset
- Yritykset (erityisesti sponsorit)
- Media
- EPU/SUL

### 5.4.2 Ulkoisesti viestittävät asiat

Kaikki toiminta, erityisesti toiminta jolla luodaan positiivista kuvaa seuran toiminnasta.



### 5.4.3 Ulkoisen viestinnän välineet

Ulkoisesta viestinnästä vastaa pääseuran (Lapuan Virkiä) tasolla seuran puheenjohtaja. Yleisurheilujaoston ulkoisesta viestinnästä vastaa yleisurheilujaoston puheenjohtaja ja sitä toteuttaa tiedotusvastaava yleisurheilujaoston ohjeiden mukaisesti. Ulkoisen viestinnän keinot: Internetsivut, sähköpostit, puhelinkontaktit, Lapuan Sanomien seuratoimintapalsta, ilmoitukset paikallislehdessä, erilaiset tiedotteet ja esitteet sekä Yleisurheilusanomat.

### 5.5 Viestinnän tavoitteet ja toimenpiteet

- Yleisurheilujaoston tiedotus www-sivujen kautta on riittävää, kaikki tärkeät asiat tiedotetaan nettisivujen kautta
- Tarpeen mukaan käytetään myös muita tiedotusvälineitä
- tiedotus on selkeää ja avointa
- ”Priimaa yleisurheilua Virkiässä” näkyy ja kuuluu

## 6 LAPSI- JA NUORISOURHEILU – TOIMINTA 5-17-VUOTIAILLE

Seuran nuorisourheilussa johtoajatuksena on tarjota lapsille ja nuorille laadukasta harjoitus-, valmennus- ja kilpailutoimintaa, jonka avulla luodaan nuorille parhaat mahdolliset lähtökohdat heidän halutessaan kehittyä huippu-urheilijaksi ja saavuttaa aikuisena omat maksimituloksensa. Käytännön toiminnassa tämä tarkoittaa sitä, että harjoitus ja valmennustoiminnassa huomioidaan lasten ja nuorten ikä tarjoten kullekin ikäluokalle juuri sen kehitystarpeita vastaavaa monipuolisesti kehittävää ja mielekästä toimintaa.

Toisaalta jaoston nuorisolle tarjoamaan toimintaan ovat kaikki liikunnasta kiinnostuneet tervetulleita, mitään erityislahjakkuutta ei siis tarvita. Kaikissa seuran toiminnassa pyritään säilyttämään innostava ja kannustava ote seuran arvojen mukaisesti. Lapuan Virkiän yleisurheilujaoston järjestämät lasten ja nuorten ohjatut harjoitukset ovatkin yksi toiminnan kulmakiviä.

**Seura tarjoaa harjoitusryhmiä kaikille nuorille urheilijoille, myös yli 15-vuotiaille, vaikka heidän harjoittelunsa monien urheilijoiden kohdalla perustuu yksittäisten valmentaja ja urheilijaparien yhteistyöhön.**

**Seura tukee nuoria eteenpäin pyrkiviä urheilijoita resurssiensa mukaan myös taloudellisesti (valmennustuet, stipendit ja kesän SM-kisamatkojen kustannustuki). Yli 15-vuotiaita kilpaurheilijoita pyritään hyödyntämään eri tavoin myös nuorempien lasten harjoittelussa ohjaajina ja esimerkin näyttäjinä harjoittelutilanteissa, toimitsijatehtävissä ja mm. palkintojenjakajina Seurakisoissa. Tällainen toiminta on omiaan lisäämään seurahenkeä ja tuomaan tulevia huippuja tutuiksi nuoremmille lapsille.**

### 6.1 Kesän toiminta

#### 6.1.1 Harjoitustoiminta 5-15-vuotiaille

Alle 15-vuotiaiden harjoittelu tapahtuu **yleisurheilukoulussa** pienissä ryhmissä (7-12 lasta/ryhmä). Jokaisella urheilukoulun ryhmällä on oma vastuuhjaaja (pienempien ryhmillä 1-2 ohjaajaa). Yleisurheilua harjoitellaan urheilukoulussa ottelijamaisesti, ts. samassa harjoituksessa käydään läpi yleensä kahta eri lajia etukäteen laaditun lukujärjestyksen mukaisesti. Lajiharjoittelun lisäksi keskitytään perusliikuntataitojen kuten ketteryyden, nopeuden, vartalonhallinnan, kimmoisuuden, lihaskunnon ja kestävyuden harjoittamiseen. Harjoittelu

on varsinkin pienimmillä lapsilla vielä leikinomaista ja kokeilevaa muuttuen vähitellen myös tietoisempaan eri osa-alueiden ja lajitekniikoiden harjoitteluun.

Harjoituskerrat:

- 5-vuotiaat vauhtiviikarit 1x/vko (60 min)
- 6-7-vuotiaat 1x/vko (90 min/kerta)
- 8-10-vuotiaat 2x/vko(90 min/kerta)
- **11-15-vuotiaat 2x/vko(120 min/kerta)**

**Aktiivisesti kilpaileville yli 11-vuotiaille junioreille pyritään järjestämään joka viikolle myös kolmas harjoituskerta eri lajeihin keskittyen (hyyt, heitot, juoksut, kävely).**

### 6.1.2 Harjoitustoiminta yli 15-vuotiaille

Yli 15-vuotiaille urheilijoille tarjotaan mahdollisuus kesäisin ryhmäharjoitteluun ns. 15+ –ryhmässä. Lisäksi näille urheilijoille tarjotaan mahdollisuus kolmanteen yhteiseen lajiharjoitukseen, joka on yhdessä nuorempien aktiivisesti kilpailevien urheilijoiden kanssa. 15+ ryhmän harjoitukset pyritään järjestämään aina välittömästi ennen tai jälkeen urheilukoulun harjoitusten.

### 6.1.3 Kilpailutoiminta kesällä

Alla on lueteltu kilpailut, joihin Virkiästä pyritään aktiivisesti saamaan kilpailijoita mukaan:

- Seuran omat urheilukoulun yhteydessä järjestettävät Seurakisat
  - 7-15-vuotiaille (5 kilpailua/kesä)
  - 5-6-vuotiaille yksi kilpailu/kesä (ts. viikarien olympialaiset)
- SISU-kisat, eli piirinmestaruuskisat 9-15 -vuotiaille:
  - SISUlisäkisat (yksittäisten lajien piirinmestaruuskisat)
  - SISU-ottelut
  - SISU-viestit
- 10-17 –vuotiaille Vattenfall seuracup
- Piirin ”Eliittifinaali” Kuortanella (sisulisäikäisten kilpailutapahtuma piirin parhaille SISUikäisten seuroille)

- Ikäluokasta 14-vuotta lähtien oman ikäluokan Yleisurheilun SM-kilpailut kisojen tulosrajat saavuttaneille
- 17-ikäluokasta ylöspäin aluemestaruuskilpailut

### 6.1.4 Toimintamaksut kesällä

Toimintamaksujen suurus tarkistetaan aina uuden kauden alkaessa.

#### Ryhmien kesän harjoitusmaksut pitävät sisällään:

##### 5-15-vuotiaat

- ohjatut harjoitukset
- 5-13-vuotiaille yu-lisenssin (sisältää vakuutuksen), 14-sarjalaiset ja vanhemmat hankkivat lisenssin itse eikä se kuulu harjoitusmaksujen hintaan.
- YU-koulupaidan
- Seurakisaosallistumisen palkintoineen
- tavoitepalkinnon aktiivisesta osallistumisesta
- Mahdollisuus osallistua Virkiän joukkueeseen Vattenfall seuracupissa (10-17v.) ja sisuhuipentumiin (piirinmestaruuskisat 9-15 -vuotiaille), joihin seura maksaa osallistumismaksut ja pääsääntöisesti hoitaa ilmoittautumiset.
- 12-13 vuotiailla on mahdollisuus osallistua aluemestaruuskilpailuihin ), joihin seura maksaa osallistumismaksut ja pääsääntöisesti hoitaa ilmoittautumiset.
- 14-vuotta ja vanhempien urheilijoiden on mahdollista kilpailujen tulosrajat rikottuaan osallistua SM-kisoihin (katso seuran kulukorvaukset luku 9.5.)

##### Yli 15-vuotiaat

- ohjatut harjoitukset
- Mahdollisuus osallistua Virkiän joukkueeseen Vattenfall seuracupissa (10-17v.)
- Mahdollisuus kilpailla Virkiän joukkueessa aluemestaruuskilpailuissa, joihin seura maksaa osallistumismaksut ja aktiivisesti järjestele urheilijoiden kyydityksiä
- Mahdollisuus osallistua SM-kisoihin Virkiän joukkueessa (katso seuran kulukorvaukset luku 9.5.)

## 6.2 Talven toiminta

### 6.2.1 Tavoitteet

Ryhmiin harjoittelussa on tavoitteena yleisurheilun lajitaitojen/tekniikoiden ja perusominaisuuksien (nopeus, liikkuvuus, ketteryys, lihastasapaino ja voima, kestävyys, peruskunto) monipuolinen tavoitteellinen kehittäminen. Iän ja harjoitustaustan karttuessa harjoittelu suunnataan asteittain enemmän omaan lajiryhmään/lajiin. Toiminnan tavoitteena on lisäksi, että

- harjoitustoiminta on monipuolista ja laadukasta
- harjoitusta tulee määrällisesti riittävästi
- jokainen saa riittävästi ohjausta myös omista suosikkilajeistaan
- suurimman osan harjoituksista voi tehdä kivassa porukassa ja kavereiden kanssa
- **harjoittelu on kivaa, innostavaa ja motivoivaa**

### Vaatimukset toimintaan osallistuville:

- Ryhmiin kuulumisen ei edellytä mitään erityiskykyjä, riittää kunhan on innostunut harjoittelusta ja yleisurheilusta yleensä.
- Toisaalta urheilijoille asetetaan vaatimus noudattaa valmennusryhmille asetettavia pelisääntöjä (**katso urheilukoulun pelisäännöt**)

### 6.2.2 Harjoitustoiminta

- **Liikuntakerho 6-7 –vuotiaille (0 ja 1-luokkalaiset):**
  - Tunnin harjoitus
  - Tavoitteena liikunnallisten perustaitojen harjoittelua leikinomaisesti. Talven aikana noin 25 kokoontumista.
- **YU-harjoitukset 8-10-vuotiaille (2-4-luokkalaiset):**
  - 90 min harjoitus
  - Liikunnallisten perustaitojen harjoittelua leikinomaisesti, mutta myös lajiharjoituksia. Noin 25 kokoontumista talvikauden aikana.

- **11-15-vuotiaiden (5-luokkalaiset ja vanhemmat) harjoitustoiminta: Harjoitus-/valmennusryhmätoiminta**
  - Harjoitus- ja valmennusryhmätoiminta on tarkoitettu kaikille sarjassa 12 vuotta tai vanhemmat urheileville/kilpaileville nuorille, jotka haluavat harjoitella ryhmässä yleisurheilua.
  - Ryhmän harjoituksia pitää useita (3-4) eri valmentajaa jotka sopivat keskenään kunkin valmentajan roolista ryhmän harjoittelussa.
  - Osa harjoituksista tehdään yhdessä, osa lajiryhmittäin ja osa urheilijan iän mukaan eriytettynä.
  - Ryhmän urheilijat voivat olla ”suuntautuneita” eri yleisurheilulajeihin.
  - Ryhmät tekevät yhteistyötä myös naapuriseurojen vastaavien ryhmien kanssa (KaWi, SSU)
  - Urheilijat osallistuvat ryhmänä myös aktiivisesti EPU:n järjestämiin piirin valmennustapahtumiin (laji-iltoihin) ja leirityksiin.
  - YU-jaosto koordinoi ja organisoii valmennusryhmätoimintaa ja kehittää ryhmien toiminta-edellytyksiä, mm. hankkimalla ja kouluttamalla valmentajia.

### 6.2.3 Ryhmien harjoitusmaksut

**Harjoitusmaksujen suuruus tarkistetaan aina uuden kauden alkaessa.**

Talvikauden harjoitusmaksut pitävät sisällään:

- 1-4 ohjattua harjoitusta riippuen ryhmästä ja urheilijan muista urheiluharrastuksista ja tavoitteista
- harjoittelupaikkamaksut pääosasta harjoituksia
- valmentajien palkkiot

#### 6.2.4 Talven kilpailutoiminta

- Talvella pidetään uudessa Lapuan harjoitushallissa 1-2 omat hallikilpailut
- Kannustetaan urheilijoita osallistumaan aktiivisesti kilpailuihin mm. lähialueen hallikisoihin Kuortaneella ja Mustasaassa (Botnia halli).

#### 6.2.5 Toimintamaksut talvella:

**Maksujen suuruudet päätetään aina kauden alkaessa.**

#### 6.3 Ohjaajille ja valmentajille maksettavat korvaukset

Katso luku 9.4.3. Valmentajien valmennustyön tuki

#### 6.4 Ohjaajien ja valmentajien tehtävät ja koulutus

Tavoitteena on, että kaikki yleisurheilukoulun ohjaajat ovat suorittaneet vähimmäisvaatimuksena SUL:n *Lasten yleisurheiluohjaajakurssin* (12 h) ja 11-15-vuotiaiden ohjaajat *Nuorten yleisurheiluohjaajakurssin* (40 h). Kyseiset koulutukset antavat lisää näkemyksellisyyttä ja monipuolista osaamista myös omaa kilpaurheilu-uraa tekeville urheilijoille ja ex-kilpaurheilijoille. Tavoitteena on, että ainakin muutamilla aktiivisilla ohjaajilla olisi myös nuorisovalmentajatutkinto.

Valmennuksessa pyritään hyödyntämään eri valmentajien erityisosaamista mm. heidän oman kilpaurheilu-uransa tuomaa erityisosaamista tietyistä lajeista. Ohjaajat vastaavat sekä viimekädessä itsenäisesti ryhmien harjoittelun sisällön suunnittelusta ja toteutuksesta. Harjoittelu toteutetaan aina seuran arvojen ja toimintaideologian mukaisesti, joten ohjaajien ja valmentajien on oltava näistä hyvin perillä. Lisäksi ohjaajien tukena toiminnassa ovat urheilukoulun pelisäännöt, joita voidaan toimintaan osallistuvien edellyttää noudattavan. Pelisääntöjen on siis hyvä käydä silloin tällöin lasten kanssa lävitse. Mikäli jotkut toimintaan osallistuvat lapset toistuvasti rikkovat pelisääntöjä, ohjaajien velvollisuus on keskustella asiasta lasten huoltajien kanssa ja jaoston nuorisopäällikön/valmennuspäällikön kanssa ongelman ratkaisemiseksi.

## **6.5 Yleisurheilukoulun, liikuntakerhojen ja muiden harjoitustapahtumien pelisäännöt - ohjeita osallistujille**

1. Ota harjoitukseen asianmukainen varustus (lenkkarit, juomapullo, vaatteet sään mukaan)
2. Ole ajoissa paikalla
3. Kuuntele tarkkaavaisesti ohjaajan antamia ohjeita ja toimi niiden mukaisesti
4. Ole kaveri kaikkien kanssa, ketään ei kiusata
5. Pidä huolta yhteisistä välineistä
6. Harjoituksissa ei syödä karkkia, käytetä rumia sanoja eikä soitella puhelimella
7. Yritä aina parhaasi ja kannusta muita

Ohjeita noudattamalla varmistat, että kaikilla on harjoituksissa kivaa!



## 7 KILPAILUJEN ORGANISOINTI

Lapuan Virkiän yleisurheilujaoston tavoitteena on järjestää myös laadukasta kilpailutoimintaa. Pienemmät jäsentenväliset ja piirikunnalliset kilpailut järjestetään yleisurheilujaoston omin voimin. Sen sijaan SM-kisoja ja Eliittikisoja varten kootaan erillinen kisaorganisaatio, johon kuuluu henkilöitä mm. yleisurheilujaoston ulkopuolelta. Kilpailuja haetaan joko SUL:lta (SM-kilpailut ja kansalliset kilpailut) tai Etelä-Pohjanmaan yleisurheilu ry:ltä (piirinmestaruuskisat ja avoimet aluekisat). Jäsentenvälisiä Seurakilpailuja ei tarvitse erikseen hakea.

### 7.1 Urheilukoulun yhteydessä pidettävät jäsentenväliset kesäkisat

Kilpailujen ajankohdat ja kilpailulajit määritellään urheilukoulun kalenteriin toukokuun aikana.

Yksittäisten kesäkisojen järjestelyistä vastaa yleisurheilujaosto. Yksittäisen kisan läpiviemiseksi tarvitaan seuraava organisaatio:

#### Kilpailujen organisointi ja johto

- **Aikataulu:** nuorisopäällikkö tai kilpailujen johtaja
- **Kilpailujen johtaja:** Kantaa päävastuun siitä, että kaikki sujuu. Ratkaisee ongelmatilanteet.
- **Kuuluttaja**
- **Tulosten puhtaaksikirjoitus ja tiedottaja (nettiin ja Lapuan Sanomat)**

#### Juoksulajit:

- **Lähetäjä**
- **maalikameran käyttäjä**
- **2 juoksulajien organisoijaa** (toinen näistä voi olla samalla myös kilpailujen johtaja, huolehtivat juoksijoiden eräjaot ja kilpailupöytäkirjan maalikameran käyttäjälle ja kuuluttajalle, tarvittaessa aidat ja lähtötelineet paikalle)

### Kenttälajit

- **Kunkin urheilijaryhmän ohjaaja** vastaa kilpailupöytäkirjasta, ts. kirjaa tulokset ylös.
- **Toimitsija ryhmiä 3-5 kpl: Yksittäisen toimitsijaryhmän lajihohtajana toimii yleisurheilujaoston jäsen tai YU-junnujen vanhempien tiimin jäsen** (huolehtii välineet ja mitat paikalle sekä suorituspaikan asianmukaiseen kuntoon, esim. pituushyppypaikan pehmennyksen). Lajihohtajan apuna jokaisessa lajiryhmässä tulee olla 2-3 muuta toimitsijaa joko YU-junnujen vanhempaintiimistä tai muista lasten huoltajista.

Eri kisojen tehtäväjaosta sovitaan jo toukokuussa! Mikäli toimitsijatehtäviin kiinnitetyt jaostolaiset ovat esteellisiä, sopivat he itsenäisesti vapaavuorossa olevien kanssa vaihdosta tai hankkivat itselleen jonkun muun sijaisen. Vaihdosta on ilmoitettava kilpailun johtajalle.

### 7.2 Piirikunnalliset

Piirikunnallisia kilpailuja haetaan EPU:lta. Kilpailuissa muuten sama organisaatio kuin urheilukoulun kesäkisoissa, mutta lisäksi

- tuulimittarit ja mittarin lukijat
- ajanoton varmistukseen 6-8 henkilöä (sovittava etukäteen)
- kenttälajien toimitsijaryhmät kerää kunkin ryhmän lajihohtaja **jo etukäteen**

### 7.3 Thermo Gamesit yms. kansalliset kilpailut ja SM-kilpailut

SM-kisoja, Eliittikisoja ja muita vastaavia kilpailuja varten kootaan erillinen kisaorganisaatio, johon kuuluu henkilöitä myös yleisurheilujaoston ulkopuolelta.

## **8 SIDOSRYHMÄYHTEISTYÖ**

### **8.1 Lapuan kaupunki**

- Tarjoaa urheilupaikat harjoitus – ja kilpailutoimintaa varten ja vastaa harjoitusvuorojen jaosta. Koulujen liikuntasalit, urheilutalo, keskuskenttä. Valmistumassa uusi harjoitushalli. Simpsiön maastot ja pururadat.
- Harjoitustoiminta-avustus x 2 / vuosi ohjaajien pitämien harjoituskertojen mukaan.
- Liikuntatoimen muut palvelut
- Mainossopimukset

### **8.2 Suomen urheiluliitto SUL**

- Myöntää luvat arvokilpailujen järjestämiseen ja opastaa järjestelyissä.
- Vakuuttaa lisenssissään alle 18-vuotiaat urheilijat sekä kilpailuissa toimivat toimitsijat.
- Järjestää tuomari- ja ohjaajakoulutuksia, seurajohdon koulutuksia.
- Pitää yllä mm. kilpailukalenteria ja lisenssirekisteriä
- Seura maksaa SUL:lle urheilijoiden lisenssimaksut, seurajäsenmaksut, kilpailujen järjestämisoikeus ja lupamaksut. SUL tukee seuroja rahallisesti mm. seura-luokittelun perusteella.

### **8.3 Suomen veteraaniurheiluliitto**

- Järjestää kilpailuja seuraamme edustaville veteraaniurheilijoille
- Pitää yllä kilpailukalenteria sekä rekisteriä veteraaniurheilijoista.
- Seura maksaa seurajäsenmaksut.

### **8.4 Etelä-Pohjanmaan urheilijat ry (EPU)**

- Koordinoi yleisurheilutoimintaa Etelä-Pohjanmaalla.
- Myöntää luvat piiritason kisoihin ja hankkii pm-kisojen järjestäjät.
- Järjestää leiritystä ja valmennustoimintaa urheilijoille.
- Seura vaikuttaa EPU:n tavoitteiden laadintaan ja saavuttamiseen osallistumalla erilaisiin toimikuntiin ja hallitustyöskentelyyn.

### **8.5 Pohjanmaan liikunta ja urheilu (PLU) – myöhemmin valo vastaavassa roolissa**

- SLU:n kattojärjestön alueorganisaationa toimii Pohjanmaalla PLU.
- Valvoo liikunnan ja urheilun etuja yhteiskunnassa ja järjestää erilaisia liikuntaan liittyviä koulutuksia

### **8.6 Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemia**

Etelä-Pohjanmaan Urheiluakatemia on laaja maakunnallinen yhteistyöverkosto, joka kehittää ja tarjoaa palveluita opiskelun ja kilpaurheilun yhdistämiseen. Lapuan kaupunki on tehnyt sopimuksen Etelä-Pohjanmaan Urheiluakatemian kanssa. Urheiluakatemian puitesopimustekstin mukaan sopijapuolet, ts. myös Lapuan kaupunki, tarjoavat akatemian harjoitusryhmien tilat akatemian käyttöön veloituksetta tai alennettuun hintaan. Lapualla Lapuan kaupungin liikuntatoimi veloittaa sisäisenä suoraveloituksella lukion budjetista Urheiluakatemian valmennustoiminnasta aiheutuneet tila- ja välinevuokrat, kuntosali- ja uimahallikäynnit. Näin ollen urheiluakatemiatoiminnasta ei aiheudu seuralle kuluja.

Urheiluakatemiaan pääsy edellyttää kansalliseen ja kansainväliseen menestykseen pyrkiviltä urheilijoilta tavoitteellista harjoittelua ja valmennussuunnitelmaa. Urheilijat hakeutuvat itsenäisesti urheiluakatemiaan.

### **8.7 Muut sidosryhmät**

- Kuortaneen Urheiluopisto

## 9 ARVIOINTI, KEHITTÄMINEN JA PALKITSEMINEN

### 9.1 Arviointijärjestelmät ja mittarit

Valmennus, toiminnan kehittäminen, talous ja vapaaehtoistyö

#### 9.1.1 Valmennus

Valmennustyön tuloksellisuuden mittarina käytetään urheilumenestystä, valmentajien määrää ja YU-passien määrää.

##### a) Urheilumenestys

1.seuraluokittelupisteet

2.sisulisä/nuorisopisteet

3.SM-mitalit

- yleinen sarja
- nuorten sarja
- veteraanisarja

4.arvokisaedustukset

5.A-luokan urheilijoiden määrä

- yleinen sarja
- yli 15v sarjat

6. Menestys Vattenfall-seuracupissa (pistemäärä ja loppusijoitus finaalissa)

##### b) Seurassa aktiivisesti toimivien valmentajien/ohjaajien määrä

1. ammattitutkinnon suorittaneet

2. 3-tason suorittaneet

3. 2-tason suorittaneet

4. 1-tason suorittaneet

5. lasten yleisurheilukouluohjaaja koulutuksen suorittaneet

6. muut valmentajat

##### c) YU-passien määrä

1. 15-vuotiaat ja nuoremmat

2. yli 15-vuotiaat

### 9.1.2 Talous

Seuran taloutta mitataan kannattavuudella, maksuvalmiudella ja vakavaraisuudella

#### a) Kannattavuus

- Seuran varsinainen työ on yleishyödyllistä toimintaa. Näin ollen kannattavuusmittareita ei liiketaloudellisessa mielessä käytetä. Tavoitteena kuitenkin on, että toimintakulut katetaan toiminnan tuloilla sekä varainhankinnan toimenpiteillä, eli tilinpäätös ei ole alijäämäinen, mutta ei tarvitse olla ylijäämäinenkään.

#### b) Maksuvalmius

#### c) Vakavaraisuus

### 9.1.3 Vapaaehtoistyö

Seuratyö on aatteellista työtä, jossa jokaisen panoksen yhteissumma näkyy seuravoinnin hyvinvoinnissa. Avainasemassa toiminnan pyörittämisessä on perinteinen vapaaehtoistyö.

### 9.1.4 Kehittämistyö

Yleisurheilujaosto sitoutuu jatkuvaan kehittämistyöhön

#### a) Koulutus

- Hyvän seuratyön perusteena ovat osaavat ohjaajat, valmentajat, toimitsijat, tuomarit ja muut toimijat. Kaikkia näissä tehtävissä toimivia kannustetaan osallistumaan tarjolla olevaan koulutukseen.

#### b) Seuraavan vuoden toimintasuunnitelma

- Tulevan vuoden toimintasuunnitelma käsitellään ja hyväksytään alkuvuonna pidettävässä yleisurheilujaoston kokouksessa.

#### c) Toimintakäsikirja

- Seuran toimintakäsikirja päivitetään aina tarpeen mukaan.

## 9.2 Palkitseminen

### 9.2.1 Palkitsemisohjeet

Yleisurheilujaosto järjestää yleensä lokakuussa yhteisen kauden päätös ja palkitsemisjuhlan. Palkitsemisessa huomioidaan pääsääntöisesti menestys kesän SUL:n alaisissa kilpailuissa. Kauden päätöstilaisuudessa jaetaan seuraavat palkinnot:

#### Seuran parhaiden palkitseminen:

- Parhaat aikuisurheilijat (paras nais- ja paras miesurheilija)
- Paras tyttö- ja poikaurheilija (valinta vain kerran/urheilija)

#### Lisäksi:

##### 14-vuotiaista yleisen sarjan urheilijoihin:

- Arvokisakävijät ja arvokisoissa menestyneet
- SM-mitalistit
- SM-pistesijan saavuttaneet

##### 9-vuotiaista yleisen sarjan urheilijoihin:

- Aluemestaruusmitalistit
- Piirinmestaruus-mitalistit
- Piirimestaruus-pistesija
- Lapuan ennätykset tehneet
- SM-mitallistien valmentajat

##### 6-8-vuotiaat

- Yleisurheilukoululaisten kykypalkinnot

##### Veteraani urheilijat

- SM-mitalistit

### 9.3 Muistaminen SM-kilpailumenestyksen tms. johdosta

Jaosto huomio lahjakortilla kauden aikana yleisurheilussa SM-mitalin saavuttaneita urheilijoita (SUL:n alaisissa kilpailuissa). Tämä muistaminen tehdään mahdollisimman pian menestyksekkään kilpailun jälkeen. Lahjakortilla on muistettu myös pitkään seuratyössä ansiomituneita seuran jäseniä.

## 9.4 Valmennustukijärjestelmä

Valmennustukijärjestelmä on uudistettu syksyllä 2017, vuoden 2019 valmennustuet tämän mukaan.

### 9.4.1. Urheilijan tasojärjestelmän mukainen valmennustuki

Urheilijoille maksettava tuki perustuu tasostipendijärjestelmään, jonka mukaan urheilijan stipendi määräytyy joko urheilijan parhaan SM-kisasaavutuksen tai parhaan tuloksen mukaan (huomioidaan myös hallikaudella tehdyt tulokset), siis jommastakummasta ja vain yhdestä lajista sen mukaan mistä hän ylittää korkeimmalle stipenditasolle.

**2 x Y > T/P 14,15 A- raja urheilijat.**

2 x Y > SM-joukkueitali

3 x Y > SM- viestien pistesija (4., 5. tai 6. sija)

**4 x Y > N/M 22, 19, 17 A- luokka**

4 x Y > T/P 14,15 SM- viestitali

4 x Y > M/N 16,17 SM- viestitali

4 x Y > T/P 14,15 henkilökohtainen SM- pistesija (4., 5. tai 6.)

6 x Y > M/N yleinen ja 19 SM- viestitali

6 x Y > M/N 16,17 henkilökohtainen SM- pistesija (4., 5. tai 6.)

8 x Y > M/N 19,22 henkilökohtainen SM- pistesija (4., 5. tai 6.)

8 x Y > T/P 14,15 henkilökohtainen SM- mitali

10 x Y > M/N 16,17 henkilökohtainen SM- mitali

12 x Y > M/N 19,22 henkilökohtainen SM- mitali

**12 x Y > M/N yleinen A- luokka tai osallistumisoikeus Kalevan Kisoihin kuluneen kauden tuloksen perusteella**

15 x Y > M/N yleisen sarjan SM- kisojen 7. – 8. sijat

20 x Y > M/N yleisen sarjan SM- kisojen 4. – 6. sijat

30 x Y > M/N yleisen sarjan SM- mitali

35 x Y > Yleisen sarjan arvokisoihin valinta, henkilökohtainen laji (EM- tai MM- kilpailut tai Olympialaiset).

**Tulkinta esimerkki:** Jos urheilija saavuttaa yleisen sarjan SM-kisoissa kesän aikana 2 SM-mitalia, valmennustuen suuruus on 30 x Y (ei 2 x 30 x Y)..

**Yleisurheilujaosto määrittää kuluneen kauden päätteeksi euromääräisen valmennustuen suuruuden ratkaisevan Y:n suuruuden, jonka mukaan urheilijoille maksetaan seuraavalle vuodelle valmennustukea.**



**Lisätukea Lapuan kaupungilta.** Seuran valmennustukien lisäksi yu-jaosto hakee yli 15-vuotiaiden sarjoissa SM-kisoissa mitalin saavuttaneille urheilijoilleen Lapuan kaupungin liikuntatoimen stipendejä. Kaupungin stipendijärjestelmän mukaiset stipendien kriteerit ja summat löydät Lapuan liikuntatoimen kotisivuilta ja tästä linkistä: [https://www.lapua.fi/files/Tiedostot/URHEILIJAN\\_STIPENDISAANTO.pdf](https://www.lapua.fi/files/Tiedostot/URHEILIJAN_STIPENDISAANTO.pdf)

#### 9.4.1.1. Valmennustuen nostaminen

Valmennustukea voi nostaa harjoitus, valmennus- ja kilpailukuluista muodostuneista kuluista, lihashuollosta ja lääkärinkuluista ja urheilua varten tehdyistä urheiluvälinehankinnoista kuitteja tai matkalaskua vastaan urheilijan edustaessaan yleisurheilussa Lapuan Virkiää.

#### Valmennustuen maksun käytänteet:

- Seuran talousvastaava maksaa valmennustuet urheilijoille ja pitää kirjaa niiden maksamisesta.
- Valmennustuet, jotka ovat suuruudeltaan 100 € tai alle, hoidetaan lahjoittamalla urheilijoille Intersportin lahjakortti välinehankintoihin (vuoden alussa).
- Valmennustuet, jotka ovat suuruudeltaan 200 € tai alle, toivotaan käytettävän/lunas-tettavan seuralta kokonaisuudessaan yhdellä kertaa.
- Valmennustukea voi käyttää myös seuran omiin harjoitusmaksuihin. Riittää kun urheilija ilmoittaa talousvastaavalle haluavansa käyttää valmennustukeansa tähän tarkoitukseen.
- **Mikäli valmennustukea jää käyttämättä, ei sitä siirretä seuraavalle kalenterivuodelle. Ts. kaudelle 2018 myönnetty valmennustuki on käytettävä kokonaisuudessaan vuoden 2018 aikana.**

**Valmennustuki on tarkoitettu tukemaan urheilijan harjoittelua ja kilpailemista edustaessaan Lapuan Virkiää.** Urheilijan lopetettuaan yleisurheilu-uransa, urheilijan kulukorvauksia ei makseta lopettamispäätöksen jälkeisistä tapahtumista ja hankinnoista.

#### 9.4.1.2. Velvoitteet valmennustukea nauttiville urheilijoille

- **Urheilija osoittaa vahvaa seurahenkeä** ja osallistuu mahdollisuuksien mukaan seuran järjestämiin kisoihin, joissa hänelle on sopiva sarja ja laji, seuracuppiin, ja viestikisoihin sekä SM-, pm- ja aluemestaruuskilpailuihin.

- **Osallistuu mahdollisuuksien mukaan seuran tapahtumiin** olemalla paikalla päättäjäsissä, vieraillemalla esikuvana nuorempien harjoitusryhmissä, osallistumalla sekä olemalla paikalla kunniakierros-tapahtumassa.
- **Valmennustuki on tarkoitettu tukemaan urheilijan harjoittelua ja kilpailemista hänen edustaessaan Lapuan Virkiää.** Urheilijan vaihtaessa seuraa, Virkiä ei ole velvollinen maksamaan alkavalle kaudelle valmennustukea urheilijalle.
- Epäurheilijamainen käytös (esim. päihteiden käyttö, leireillä, kisamatkoilla jne.) voi aiheuttaa valmennustuen perumisen ja takaisin perimisen. Seura odottaa urheilijamaista käytöstä kaikissa tilaisuuksissa ja kilpailuissa missä urheilija edustaa itseänsä ja seuraa.
- Urheilijan jäätyä kiinni kiellettyjen aineiden käytöstä valmennustuki loppuu välittömästi. Seura harkitsee myös muita sanktioita kiinni jäänyttä urheilijaa kohtaan.

### 9.4.1 Urheilijoiden leirityksen tuki

#### **EPU:n piirileiritykseen valitut urheilijat**

Seura kannustaa 12-17-vuotiaita urheilijoitaan aktiivisesti hakeutumaan piirileiritykseen. Leiritys on kuitenkin urheilijalle omakustannehintainen, ts. seura ei tue tätä taloudellisesti.

#### **Alueellisen maajoukkueleiritykseen tai maajoukkueleiritykseen valitut urheilijat**

Samoin kuin piirileiritysurheilijat.

#### **Valmentajien valmennustyön tuki**

Ryhmien ohjaamisesta/valmentamisesta maksetaan valmentajille palkkiota valmentajan koulutuksen mukaisesti 10-15 €/harjoitustunti.

Palkkion vaatimukset:

- harjoituksista on sovittu valmennuspäällikön kanssa ja niistä on tiedotettu asianmukaisesti urheilijoille.

## 9.5 KILPAILUIHIN ILMOITTAMINEN JA KULUKORVAUKSET

### 9.5.1 Juniorisarjojen (9-22 –vuotiaiden) ja yleisen sarjan urheilijat

#### 9.5.1.1 Seuran maksamat kulukorvaukset

Jaosto maksaa urheilijalle/valmentajalle kuitteja vastaan seuraavat (näitä ei siis vähennetä urheilijan valmennustuesta):

#### **Kesäkauden kilpailut**

##### Yleisen sarjan henk.koht. lajien kesän SM-kilpailut:

- osallistumismaksut
- matkakorvausta 0,14 €/km, mikäli yhteiskuljetusta ei ole järjestetty (matkalasku täytettynä)
- majoitus ”välttämättömistä” yöpymisistä kisojen yhteydessä: kohtuuhintaisen, mieluummin kisajärjestäjän majoituksen, urheilija+valmentaja 2hh enintään 100 €/vrk , 1hh enintään 60 € /hlö

##### Nuorten (14 – 22-v) SM-kilpailut ja SM-viestit

- Osallistumismaksut
- Seuran matkakorvauksista ja majoitustuesta päätetään kunkin kesän alussa toukokuussa.

##### Kesän kilpailukauden alue- ja piirinmestaruuskilpailut:

- Jaosto maksaa aluemestaruuskilpailujen ja pm-kisojen osanottomaksut

#### **Hallikauden kilpailut**

- YU-jaosto maksaa urheilijoiden osanottomaksut juniorisarjojen ja yleisen sarjan SM- kilpailuihin.
- Muista SM-hallikilpailuihin osallistumiseen liittyvistä kustannuksista urheilijat vastaavat itse.
- Urheilijat vastaavat itse kaikkien muiden hallikilpailujen kustannuksista osanottomaksuineen.

### 9.5.1.2 Kilpailuihin ilmoittautuminen, osanottomaksut ja majoitus

#### Ilmoittautuminen

- Urheilijan (tai huoltajan) vastuulla on itse huolehtia, että urheilija on ilmoittautunut määräaikaan mennessä kilpailuihin (koskee kaikkia kilpailuja lukuun ottamatta viestejä ja Vattenfall-seuracupia joihin seura kokoaa joukkueet ja ilmoittaa).

#### Osanottomaksut:

- **SM-kilpailuihin** osallistuvat maksavat ilmoittautumisen yhteydessä itse osanottomaksunsa. Kuittia vastaan seura myöhemmin palauttaa osanottomaksun urheilijalle.
- **Kesän aluemestaruus ja pm-kisojen** osallistumismaksut seura maksaa suoraan kisoja järjestäville seuroille niiden urheilijoiden osalta, jotka ovat ilmoittautuneet kisoihin määräaikaan mennessä.
- **Hallikisojen osalta** jokainen urheilija maksaa itse aluemestaruus- ja pm-kisojen osallistumismaksut (seura ei korvaa näitä urheilijoille)

#### Majoitukset kisoihin:

- SM-kilpailuihin osallistuvien majoitusta tarvitsevien urheilijoiden on itse huolehdittava majoituksensa. Poikkeuksena SM-viestit ja Vattenfall Seuracupin finaali, joihin seura hankkii yhteisen majoituksen.
- Huolehdithan riittävän ajoissa!!
- Kesän kilpailukauden majoitukseen liittyvät maksukuitit kannattaa laittaa talteen. Seura tukee SM-kisamajoittumista luvussa 9.5.1.1. kuvatulla tavalla.

## 9.5.2 Aikuisurheilijat (ts. veteraani) yleisurheilijat

### 9.5.2.1 Kilpailuihin ilmoittautuminen

- Urheilijat itse, kuten edellä yleisten sarjojen urheilijoilla

### 9.5.2.2 Seuran maksamat kulukorvaukset

- Jaosto huolehtii ja maksaa Veteraaniurheiluliiton jäsenmaksusta, joka oikeuttaa seuran urheilijat osallistumaan Suomen veteraaniurheiluliiton järjestämiin kilpailuihin

#### **Urheilijat vastaavat itse:**

- Kaikista veteraanisarjojen piirinmestaruuskilpailujen ja SM-kilpailujen osanottomaksuista ja kuluista
- Veteraanisarjojen talven SM-kilpailujen osanottomaksuista yms. kuluista

**Liite1. Matkalaskulomake**

VIRKIÄ - yleisurheilu                    **MATKALASKU**                    ...../.....    2018

.....  
 Urheilija / valmentaja                    Sos. turvatunnus                    Pankkitilin numero

Päivämäärä	Matkan tarkoitus	Mistä mihin	km edestakaisin

Yhteensä .....km  
 .....km x 0,14 € = .....€

Muut matkakulut ( juna- bussiliput ) .....€  
 Lääkäri - fysioterapia- ja hierontakuitit .....€  
 Kilpailujen osanottomaksut, majoittautumis- ja leirikulut .....€  
 Urheiluvälineet ja -varusteet .....€  
 ( tositteet/kuitit liitteeksi )

...../..... 2018 ..... Yhteensä.....€  
Laskuttajan allekirjoitus

...../..... 2018 .....  
Hyväksyjän allekirjoitus (tal.hoit. tai pj)

