

**TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2011****Hallinto**

Seuran toimintaa johtaa ja koordinoi syyskokouksen valitsema johtokunta johon kuuluvat puheenjohtaja, varapuheenjohtaja, sihteeri, taloudenhoitaja ja muut kokouksen valitsevat johtokunnan jäsenet. Johtokunta kokoontuu puheenjohtajan tai varapuheenjohtajan kutsun mukaisesti tai tarvittaessa johtokunnan jäsenen kutsusta, mikäli tilanne sitä vaatii. Sihteeri ylläpitää seuran jäsenrekisteriä ja taloudenhoitaja taloutta, sekä he raportoivat tilanteen johtokunnalle. Vuosikokouksen (kevätkokouksen) päätöksen mukaisesti lajijaostot kokoavat toimintaansa johtamaan ja koordinoimaan johtoryhmän joka vastaa lajitoiminnasta. Nimet toimitetaan johtokunnalle, ja mikäli jaoksessa ei saada johtoryhmää ja aktiivista toimintaa kaudella aikaan, jaoksen tarpeellisuus uudelleenarvioidaan seuraavaan syyskokoukseen. Tällä pyritään aktivoimaan eri jaostot itsenäisiksi ja aktiivisiksi yksiköiksi jotka tukevat muita jaoksia.

**Johtokunta menneellä kaudella 2010:**

Puheenjohtaja Kari Matilainen

Varapuheenjohtaja Riku Pynttari

Sihteeri Tero Luostarinen

Taloudenhoitaja Tero Luostarinen

Jäsen Pauli Myllylä

Jäsen Marko Ceder

Jäsen Jukka Ruhanen

Jäsen Minna Ruhanen

Jäsen Crister Nyberg

Jäsen Janne Viemerö

**Vuosikokous**

Seuran vuosikokous ja syyskokous pidetään sääntömääräisesti.

**Talous**

Seuran talous on vakaa, omavaraisuusaste ja maksuvalmius kohtalaisia. Toimintavuodelle laadittu tulo- ja menoarvio vahvistetaan syyskokouksessa. Johtokunnan laatima talousarvio on tämän toimintasuunnitelman liitteenä. Talousarvion mukaiset tuotot ovat 67102 € ja menot 67102 €. Talousarviosta 6000 € on varattu edustuspainijoille. Kuluneen toimintavuoden osalta, eikä edellisessä vahvistetussa verotuksessa seuralla ole ollut verotettavaa omaisuutta eikä verotettavia tuloja. Painin osalta on talousarviossa huomioitu Suomen Painiliiton lisenssijärjestelmä, painilisenssin osuus sisältyy kaikkien painijoiden lajimaksuihin siten, että lisenssimaksun perintä harrastajilta tapahtuu seuran toimesta, sekä

edelleen tilitys lajiliitolle. Molskilehden osuus ei kuulu hintaan vaan sen jokainen voi halutessaan tilata suoraan painiliitosta. Vakuutukset otetaan kullekin harrastajalle seuran toimesta, niin että seuran kannalta kustannustehokkain vaihtoehto käytetään. Painijoiden määrän ja osaamistason vuoksi, tullaan kilpailuissa käymään huomattavasti useammin ja suuremmalla massalla. Tuottoihin sisältyy Loppiaispainit, FFC II/IV 2011, ja Kesäleiri 2011 ja symppikset vuonna 2011. Talousarvion mukaisten talkotoiminnan tuottojen toteutuminen edellyttää kulunutta kautta aktiivisempaa toimintaa varainhankinnassa, tähän tulee panostaa resursseja ja solmia yhteistyösopimuksia. Talousarvio perustuu 40,00 € suuruisen vuotuisen jäsenmaksuun ja harjoitusmaksuja korotetaan 5-10 eur / ryhmä / kausi, riippuen harjoituskertamääristä.

## **Yleistä**

seuran Seuran toiminta perustuu vapaaehtoistoimintaan. Seuralla ei ole palkattuatoiminnasta henkilöstöä, eikä toimihenkilöille ja valmentajille makseta palkkaa tai palkkiota heidän suorittamistaan tehtävistä. Seura on kunkin lajinsa valtakunnallisen lajiliiton jäsen.

**Lajijaostot**, Seuralla on 3 jaostoa.

### **1. Painijaosto**

#### **Valmennus**

Painijaostossa on toimintakauden alkaessa 11 valmentajaa sekä. Valmentajien apuna toimii 1–3 apuvalmentajaa. Valmentajille ei makseta palkkaa, kuitenkin heille maksetaan erikseen päätettävää kulukorvausta. Syyskokous nimeää toimintavuodelle vastuvalmentajan. Vastuvalmentajan johdolla laaditaan kullekin kaudelle harjoitussuunnitelma. Kilpailusuunnitelmaa tarkennetaan kukin kauden alkaessa. Kauden tavoitteista tiedotetaan harrastajille ja lasten vanhemmille. Seuran kadeteista tullaan kouluttamaan 2-4 apuohjaajaa nassikka/temppukouluryhmiin ja tuomaritoimintaan.

#### **Harjoitukset**

Harjoituspaikkana on Liikuntakeskus Piironen osoitteessa Lukiokatu 1-3. Harjoitusvuorot ovat vastuvalmentajan/ valmennusryhmän harjoitussuunnitelman mukaiset. Harjoitusryhmät ovat: Painitemppukoulu, nassikat 1+2, painikoulu, painiryhmä, cadet 1+2, kuntopaini ja lukkopaini. Kauden alkaessa vahvistetaan kunkin ryhmän harjoitusajat. Uusien aikuisryhmien perustamista harkitaan, saatujen KKI-tuen ja Nuoren Suomen tuen avulla. Ainakin aikuispainotteinen lukkopaini on yksi ryhmä joka perustetaan näillä tukieuroilla.

#### **Kilpailutoiminta**

Toimintakaudelle on laadittu erillinen kilpailusuunnitelma joka on tämän toimintasuunnitelman liitteenä sekä päivitetään ennen kauden alkua seuran www-sivuille. Harjoitussuunnitelma toimitetaan Cad2 ryhmän osalta seuran ilmoitustaululle ja huoltajien sähköpostiin. Tavoitteena on kuukausittain osallistua ikäkausikilpailuihin ja Symppiskilpailuihin. Arvokilpailuista on tavoitteena osallistua Suomen mestaruuskilpailuihin, aluemestaruuskilpailuihin sekä kll-kilpailuihin. Ulkomaankilpailumatkoja ja leirityksiä järjestetään halukkaille. Tammikuussa järjestetään perinteiset Loppiaiskilpailut. Kesäkuussa FFC II/IV ja keväällä/syksyllä symppikset resurssien puitteissa.

## **Koulutus**

Toimintavuoden aikana valmentajat ja tuomarit osallistuvat mahdollisuuksien ja talousarvion puitteissa sopivaan koulutukseen. Nassikka painiohjaajaksi pyritään kouluttamaan 2-4 henkilöä kadettipainijoista ja painivalmentajaksi 1-2 henkilöä lisää sekä 2010 I- tason suorittaneet valmentaja pyritään saamaan 2 tason halutessaan. II-tason valmentajat koulutetaan III-tasolle.

## **Valmennuspäällikkö**

Suuresta valmentaja ja ryhmä sekä harrastajamäärästä johtuen seuraan vastuutetaan Valmennuspäällikkö koordinoimaan kokonaisvaltaisesti valmennusta, päävalmentajan keskittyessä cad 2 ryhmään, junioreihin ja senioreihin. Näin saadaan myös cad1,pr,pkouluryhmien valmennukseen ohjausta. Valmennuspäällikkö raportoi johtokunnalle, ja ohjaa/ohjeistaa painitemppukoulun,nassikoiden,painikoulujen,painiryhmän,cad1 ryhmän, kuntopanin ja lukkopainin valmentajia. Lisäksi hän toimii päävalmentajan kanssa yhteistyössä koskien cad 2 ,juniori,seniorien kilpapistiryhmiä. Valmennuspäällikkö myös laatii urheilijasopimukset edustusurheilijoiden kanssa, sekä raportoi johtokunnalle edustusurheilijoiden harjoittelusta. Johtokunta raporttien pohjalta päättää edustuspainijoiden käytössä olevasta rahamäärästä ja korvauksista ja pysyykö edustusurheilija tuen piirissä. Periaatteena on että aidosti panoistava ja valmennuspäällikölle raportoiva urheilija edustustukeen oikeutettu. Edustusurheilijat nimeää päävalmentaja valmennuspäällikölle. Valmennuspäällikön haku suoritetaan syksyn aikana, periaatteena on että paikka täytetään parhaalla mahdollisella hakijalla ja seuran sisäinen hakija on etusijalla ulkopuoliseen hakijaan nähden.

## **Päävalmentaja**

Kaudelle 2011 Tomi Lahti.

Valmennuspäällikkö Kari Matilainen nimeää muiden ryhmien vastuvalmentajat joulukuussa 2010:

Painitemppukoulu

Nassikat 1

Nassikat 2

Painikoulu

Painiryhmä

Cadetit 1

Cadetit 2 ,Tomi Lahti

Kuntopaini

Lukkopaini Sami Rumbin

## **valmentajaresurssit:**

Jouni Härkänen, Kari Matilainen,Ville Eskola, Jarkko Myllylä, Jukka Nieminen, Crister Nyberg, Tero Luostarinen, Jukka Ruhanen, Matti Eskola,

**koulutettaviksi apuohjaaksi esitetään :** Tommi Julkunen, Petteri Martikainen, Roni Öhman, Juan Forsten , Roope Luostarinen, Teemu Timonen

### **Ottelujärjestäjät**

Tehtävien hoitoon pyritään kouluttamaan 1-2 henkilöä lisää vuoden aikana. Nyt koulutettuja Jarkko Myllylä ja Ville Eskola.

### **Leirit**

Talousarviossa on varauduttu leiritoimintaan ja ulkomaan leiritoimintaan Budapestissä ja syksyllä päävalmentajan ilmoittamaan leiriin. Leiritykseen budjetoidaan budjetissa 4500 eur.

Kesällä 2010 järjestetään omaleiri johon pyritään saamaan tulijoita muista seuroista. Leirin tuotto tavoite on 3000 eur.

### **Talous**

Talousarvion tulot perustuvat suunnitelman mukaisten kilpailujen järjestämisestä saataviin tuottoihin, jäsenmaksuihin, painikalenterin tekoon sekä talkootyön tuottoihin. Talousarvion jäsenmaksujen tuotot on laskettu seuraavien maksujen perusteella:

Temppukoulu 110,00 €/vuosi

Nassikat 180,00 €/vuosi

Painikoulu 210,00 €/vuosi

Painiryhmä 240,00 €/vuosi

Cadet 250,00€/vuosi

Kuntopaini 150,00 €/vuosi (sis. 2 vuoro viikossa yhdessä LP kanssa )

Lajimaksut peritään toimintakausittain ja ne sisältävät jäsenmaksun.

### **Tuomaritoiminta**

Seuramme tuomarikoulutuksen saaneet henkilöt tulevat osallistumaan kilpailuihin , periaatteena on että seuran osallistuessa kilpailuun, mukana on tuomari.

### **Muu toiminta**

Kauden aikana toteutetaan verryttelypukujen ja t-paitojen yhteishankinta. Kunkin kauden alussa järjestetään vanhempainilta jossa esitellään seuran toiminta, henkilöt ja kauden tavoitteet. Harrastajien vanhemmat pyritään aktivoimaan osallistumaan seuran toimintaan ja varainhankintaan, tähän mainiona keinona kevään ensimmäisiin sympypäivisiin meno yhteislinja-autolla.

## **2.Voimailujaos**

Voimailujaoston harrastajamäärä on vakiintunut nykyiselle tasolle ja aktiivisia voimailusalilla kävijöitä on saatava lisää. Voimailijoita pyritään hankkimaan markkinoimalla kuntosalia. Toimintaan osallistutaan enimmäkseen kuntoilu- ja harrastusmiehellä. Harjoituspaikkana on Harjulan koulun voimailusali osoitteessa Verkkotie 12, Järvenpää. Jaostolla ei ole kilpailutoimintaa. Painijoille tarjotaan ilmainen salin käyttö.

Voimailu 75,00 € / vuosi

## **3.Lukkopainijaos**

Lukkopainissa aloitetaan alkeiskurssi 2011 , vetäjänä Sami Rumbin ja jaoston edustaja pyritään saamaan johtokuntaan. Kunto- ja lukkopaini treenejä yhdistetään..Lukkopaini 150,00 € / vuosi (sis. 2 vuoroa viikossa yhdessä KP kanssa )

## **Uutta toimintaa**

Järjestysmies – ja ensiapuryhmä Vanhemmista kartoitetaan ensiapukurssihalukkaita ja järjestyksenvalvoja kurssihalukkaita. Pyritään pitämään kurssi halukkaille. Myös voimailujaoksen osallistumista toivotaan em. kursseille runsaslukuisesti.

Järvenpäässä 9. marraskuuta 2010

Järvenpään Voimailijat Ry

Johtokunta