

SUUNTA JYVÄSKYLÄ RY

TOIMINTASUUNNITELMA 2009

1. YLEISTÄ

Seuran toiminnan vahvojen osa-alueiden, lasten ja nuorten suunnistuksen sekä kuntosuunnistuksen toiminnan taso tullaan säilyttämään ja niitä pyritään edelleen kehittämään. Seuran jäsenistön toiminnan kehittämiseen ja edusturyhmän näkyvyyden lisäämiseen tullaan tekemään lähivuosina erityisiä ponnisteluja.

Seuran tiedotuksessa noudatetaan aiempien vuosien käytäntöä hyödyntäen seuran verkkosivuja, sähköpostilistaa, Kompassi-lehteä ja keväällä ilmestyvää perinteistä, joka kotiin jaettavaa Rastilehteä.

Seuraavassa on esitetty jaostojen toimintasuunnitelmat. Jos olet kiinnostunut tulemaan mukaan toimintaan, ota yhteyttä jaostojen yhteyshenkilöön, puheenjohtajaan tai seuratoiminnan vetäjään.

2. KILPAILUJAOSTO

2.1. KILPAILUT

Vuonna 2009 pidämme välivuoden kilpailujen järjestämisessä ja valmistaudumme seuraavaan suureen koitokseen SM pitkämatka, ryhmä 2 v. 2010 kilpailuun. Kilpailusta on tehty yhteistyösopimus Petäjäveden Petäjäisten kanssa.

2.2. KARTOITUS

SM-pitkämatka, ryhmä 2 kilpailualueen kartoitus on syksyn 2008 ja kevään 2009 tärkein projekti. Kilpailualueen kartoituksen tekevät Antti Häkkinen yhdessä Pekka Kotamäen (PetPe) kanssa. Lisäksi olemme tilanneet käyrät Muuratsalon alueesta tulevia kilpailuja varten. Muuratsalon kartoitus aloitetaan SM-kisa-alueen kartoituksen valmistuttua. Muut kartoitukset liittyvät lähinnä kuntorastikarttojen päivitykseen / tuottamiseen.

3. VALMENNUSJAOSTO

3.1 TAVOITTEET

Valmennus- ja kilpailuryhmä jatkaa toimintaa pienen edustusryhmän (4-6 henkeä) ja nuorten ryhmän (4-8 henkeä) kanssa. Tavoitteena on pitää toimintaa yllä nykyisille ryhmäläisille ja jatkaa edustusryhmän kasvattamista. Edustusryhmän viesteihin yms. saamme tukea jo ikämiehiin siirtyneistä H35-H40 aktiiveista. Nuorten Jukolaan osallistutaan useammalla joukkueella. Kannustetaan nuoria määrätietoiseen harjoitteluun.

3.2 TOIMINTA

3.2.1 Talvikauden harjoitukset

Talvikauden harjoittelun perusta muodostuu ryhmäläisten omasta aktiivisesta harjoittelusta. Siihen tarjoavat vaihtelua alue valmennus harjoitukset, syksyinen KurkoCup, Korttelikuppi, nuorten/lasten kuukausittainen lenkki, talven hiihtosuunnistusharjoitukset yms.

3.2.2 Kesäkauden harjoitukset

Kevätkausi aloitetaan yhteislenkeillä juosten ja hiihtäen. Pidetään juoksutekniikka harjoituksia sisäradalla. Lumien sulettua pidetään taitoharjoitukset keskiviikkoisin Jukolan viestiin saakka edustus- ja nuortenryhmäläisille sekä muille aktiiveille. Nuorten Jukola harjoituksia järjestetään kohderyhmälle.

Syyskauden harjoitukset keskiviikkoisin alkavat rastiviikkojen jälkeen.

Lisäksi edustus- ja nuortenryhmäläisille tarjotaan mahdollisuus osallistua ilmaiseksi kuntorasteille.

3.2.3 Leirit

Leiri suunnitellaan kevääksi, joko Turun tai Tukholman lähialueille? Tuetaan urheilijoita muiden leirien osallistumiseen?

3.2.4 Viestit

Viesteissä tavoite on osallistua Jukolan-viestiin, Tiomilaan, SM-viestiin sekä joihinkin Viestiliigan osakilpailuihin. Nuorten Jukolaan osallistutaan useammalla joukkueella ja kausi huipentuu Halikko viestiin.

4. NUORISOJAOSTO

4.1. TAVOITTEET

Suunta Jyväskylä ry:n lasten suunnistustoimintaa kehitetään aikaisempien kausien 2000 - 2008 pohjalta.

Tavoitteenamme on saada uusia lapsia vanhempineen mukaan suunnistusharrastukseen sekä saada aikaisempina vuosina aloittaneet jatkamaan suunnistusharrastustaan. Harrastuksen parissa pyritään lapsille suomaan suunnistuksen ja rastien löytämisen ilo, itsensä voittamisen riemu, kokemuksia luonnosta ja mahdollisuus ohjattuihin liikunnallisiin leikkeihin ja peleihin kavereiden kanssa.

Lisäksi seuramme kilpailullisina tavoitteina innostetaan uusia lapsia ikäluokista H/D10-14 mukaan kilpailutoimintaan ja tarjotaan kaikille halukkaille mahdollisuus edetä suunnistuksessa aina edustusryhmiin asti. Alueen oravapolkuviestissä tavoitteenamme on voitto sekä mahdollisimman monen joukkueen osallistuminen kilpailuun.

Nuorisotoiminnassa toteutetaan Nuori Suomen periaatteita ja Pelisäännöt laaditaan aikaisempien vuosien tapaan kaikkien lasten ryhmien sekä vanhempien kanssa.

4.2. TOIMINTA

4.2.1 Talvikauden harjoitukset

Syksyn ja talven aikana suunnistuskoulu kokoontuu muutaman kerran yhteiseen harjoitukseen nuortenryhmän kanssa. Ohjelmassa on mm, suunnistusta, vaellusta, pelejä, hiihtoa ja leikkejä. Harjoitusten tavoitteena on "me-hengen" ylläpito ja mukava yhdessäoloa liikunnanparissa. Nuorten ryhmällä on salivuoro kerran viikossa.

4.2.2 Hiihtosuunnistusharjoitukset

Talvella pyritään järjestämään kelien ja ilmojen salliessa pienimuotoisia hiihtosuunnistusharjoituksia joulukuussa -08 ja tammikuussa -09. Näiden harjoitusten pääpaino on tutustuttaa lapsia ikäluokista H/D12-14 hiihtosuunnistukseen.

4.2.3 Suunnistuskoulu

Suunnistuskoulun harjoitukset ovat tarkoitettu 7 - 16 -vuotiaille tytöille ja pojille. Harjoituksissa lapset jaetaan taitojensa mukaan seuraaviin viiteen tasoryhmään: Alkeisryhmä (7-9 -vuotiaat), rastireitti, tukireitti / tavallinen suunnistus ja vaikeampi tavallinen suunnistus. Suunnistuskoulun jatkona aloitti keväällä 2005 toimintansa 16 - 20 -vuotiaiden Nuorten ryhmä. Nuorten ryhmä osallistuu nuorten suunnistuskouluun ja lisätaitoharjoituksia pidetään edustusryhmän kanssa.

Kevätkausi aloitetaan viikolla 16 tai 17. Harjoitukset pidetään pääsääntöisesti tiistai-iltaisoin klo 18.00 - 19.30. Harjoitukset jatkuvat viikoittain kesätaukoon asti viikolle 24, jolloin järjestetään kevätkauden päättäjäiset esim. päiväleirinä.

Syyskausi alkaa viikolla 31 ja jatkuu viikolle 38 asti. Viimeisellä kerralla pidetään päättäjäiset.

Lisäksi osallistutaan alueen oravapolkukilpailuun ja -viestiin sekä lähiseudun kisoihin mahdollisimman suurella joukolla.

4.2.4 Leirit

Edellisvuoden tapaan järjestämme päiväleirin esim. Vesalassa joko kevät kaudella tai syksyllä.

Alueen orapolkuleirille osallistutaan mahdollisimman suurella porukalla.

Turnaus 2009 leirille Kisakalliossa osallistutaan mahdollisuuksien mukaan.

5. KUNTOSUUNNISTUSJAOSTO

Vuonna 2009 järjestetään kuntorastit kerran viikossa torstaisin klo 17.00 – 19.00 (-18.30 syksyn kolme viimeistä kertaa).

Kuntosuunnistuskausi aloitetaan joko torstaina 2.4 tai 9.4 jatkuen torstaisin 26 viikkoa eteenpäin. Syksyllä ennen alue- ja SM-yösuunnistuksia yritetään pitää yhdet kuntorastit tuplana (lähtö myös pimeällä). Vaikeuden tälle tuo ajankohdan määrittäminen; SSL:n ja alueen kalenteri pitää olla silloin valmis.

Firmaliiga toteutetaan kesän 2009 aikana kuutena erillisenä osakilpailuna, kolme alkukesästä ennen Jukolaa ja kolme elosyyskuun vaihteessa. Pistelaskusysteemi on tarkoituksena säilyttää ennallaan siten, että A-radalla menestyminen tuottaa enemmän pisteitä kuin B-rata ja C-rata. Kesäsarja päättyy pikamatkan kisaan ja syksyisarja pitkään matkaan. Sääntöjä kehitetään mahdollisuuksien mukaan edelleen siihen suuntaan, että pienten ja isojen yritysten ero pieneneisi.

Kuntorastijärjestäjien koulutusta on tarkoitus jatkaa myös keväällä 2009. Kullekin tapahtumakerralle on tarvittaessa syytä nimetä etukäteen tukihenkilöt ratasuunnitteluun ja tulospalveluun.

Kuntorastijaosto jatkaa suuren suosion saanutta aikuisten suunnistuskoulua Kiintopisteellä tapahtuvalla teoria opetuksella sekä kuntorastien yhteydessä tapahtuvalla maastoharjoituksella. Koulutus pitää tuotteistaa niin, että sitä voidaan antaa myös muille ryhmille etukäteen sovituin hinnoin riippuen esim. ryhmän koosta. Paljon on kysytty myös aikuisten suunnistuskoulun jatkokurssia, mikä sekin tulee harkittavaksi.

Kuntorastien osallistumismaksut ovat samat kuin v. 2008:

- kertamaksu on 5 euroa
- emit vuokra 2 euroa
- alle 16 vuotiaat osallistuvat ilmaiseksi, mutta emitvuokra peritään, koska vuokraemittien kysyntä on suuri.
- Sarjaliput (S-JKL jäsen / ei jäsen)
 - 10 krt: 35 / 40 euroa
 - 15 krt: 40 / 60 euroa
 - Kausikortti: 55 / 80 euroa

Liikuntasetelit käyttö on lisääntynyt merkittävästi, joten liikuntasetelit hyväksytään maksuvälineenä myös vuonna 2009.

Muuramen Rastin jäsenet saavat sopimuksen mukaan 50 %:n alennuksen kertamaksusta, kuin myös S-JKL jäsenet MuuRa:n rasteilla

Osallistujakilpailua jatketaan entiseen malliin. Reittihärvelin käyttö on lisääntynyt koko ajan, ja sen vuoksi kartan saamista käyttäjien hyödynnettäväksi pyritään edelleen tehostamaan

Kuntorastitapahtumista tiedottaminen hoidetaan netin avulla. Samoin nettisivuja hyödynnetään ratamestareiden tarvitseman ohjeistuksen yms. tarvittavien listojen tallennukseen sekä tulosten julkaisemiseen.

Edellä mainitun lisäksi Kuntorasteista tiedotetaan mm. seuraavasti:

- Rastilehti, tiedostoversio lähetetään firmojen liikuntavastaaville/piikkilistayhdyshenkilöille sähköpostilla. Tällöin yritysten sisällä on helppo levittää tietoa kuntorastitapahtumista.
- Seurojen postituslistoja käytetään tiedottamiseen.
- Kalenteri on esillä seuran nettisivulla. Linkki tälle sivulle lähetetään Rastilehden tiedostoversion mukana yrityksiin, jolloin seuran sivut saadaan tutuiksi käyttäjille.
- Kalenteri toimitetaan K-S Liikunta ry:lle

Seura on investoinut tänä vuonna kohtuullisen hyvin uuteen kalustoon, joten merkittäviä uusia hankintoja ei tarvita. Koko kalusto on käytävä läpi ennen seuraavan kauden alkua. Kauden aikaiseen kaluston (niitit, kynät, teipit jne.) tarkastukseen rakennetaan täsmällisempi suunnitelma, jotta kalusto pysyisi paremmassa kunnossa kuin se oli vuoden 2008 ajan.

Merkittävä osa hyvin onnistunutta kuntorastitapahtumaa on hyvä, ajan tasalla oleva kartta. Ensi vuodeksi pyritään saamaan syksypuolelle uusi kartta Ampujien Majan yhteyteen. Samoin on neuvoteltava Vaajakosken Terän kanssa yhteistyöstä rastien pitämisessä, ja S-JKL:n mahdollisuuksista pitää rasteja heidän kartoillaan. Osa vuoden 2008 kartoista tulee kilpailukielttoon Vaajakosken Terän Kalevankierros 2010/2011 vuoksi.

Uutena asiana tulee edellisiin vuosiin verrattu kartan takapuolen mainoskäyttöön tarjoaminen. Asia on sovittava johtokunnassa ja neuvoteltava hintapolitiikka sekä tulostajan että mainostajan kanssa/kesken.

Jaosto kokoontuu vähintään kaksi kertaa (kerran syksyllä ja kerran keväällä), muuten tarpeen mukaan.

6. SEURATOIMINTAJAOSTO

6.1 JÄSENISTÖ

Jäsenistö

- Jäsenhankinta
- Palkitseminen
- Yhteiskuljetukset

Seuran jäsenten hankintaa tehostetaan kuntorasteilla ja lasten harjoituksissa. Seuratoimintaan aktiivisesti osallistuvien ja harjoituksia sekä kilpailuita järjestävien huomioimiseen ja palkitsemiseen kiinnitetään erityistä huomiota. Aktiivisesti toiminnassa mukana olevat jäsenet saavat taloudellisia etuja seuran järjestämistä tapahtumista, asusteista tai kilpailumaksuista. Yhteiskuljetuksia pyritään järjestämään isoimpiin viesteihin, muutamiin lasten kilpailumatkoihin sekä mahdollisesti am - kisoihin. Yhteiskyydeissä tehdään yhteistyötä alueen muiden seurojen kanssa.

6.2 TIEDOTUS

Tiedotus

- Kompassi
- Rastilehti
- Verkkokompassi
- Sähköpostilista
- Paikalliset lehdet

Seuratoimintajaosta hoitaa seuran sisäisen ja ulkoisen tiedottamisen. Välineinä ovat Kompassi, Rastilehti, Verkkokompassi ja tiedotteet toiminnasta paikallisiin tiedotusvälineisiin. Kompassilehti julkaistaan neljä kertaa vuodessa.. Rastilehti toimitetaan keväällä ja se jaetaan Jyväskylän seudulla joka talouteen.

Verkkokompassin ja sähköpostilistan kautta seuran jäsenille ilmoitetaan ajankohtaisista asioista. Seuran kotisivujen vieraskirjaa käytetään myös ilmoittelussa apuna.

Ajankohtaisista asioista tarvittaessa tiedotetaan paikallisiin lehtiin.

6.3 SPONSOROINTI JA VARAINHANKINTA

Sponsorointi ja varainhankinta

- Ilmoitusmyynti
- Tapahtumasponsorit

Ilmoitushankinnassa keskitytään Rastilehden mainosten keräämiseen. Mainosten hankinnassa pitää olla liikkeellä jo edellisen vuoden puolella.

Tapahtumasponsoreiden hankintaa Nuorten suunnistuskoululle ja kuntorasteille kehitetään eteenpäin ja näkyvyytenä myydään seuran nettisivuilta tilaa.

6.4 KILPAILUIHIN ILMOITTAUTUMINEN JA OSANOTTOMAKSUT

Kilpailuihin ilmoittautuminen ja osanottomaksut

- Ilmoittautuminen
- Osanottomaksut

Kilpailuihin ilmoittautuminen hoidetaan verkkovihon kautta. Kevään kompassi – lehdessä julkaistaan kilpailukalenteri, jonka tarkoitus on tiivistää seuran jäsenien osallistumista samoihin kilpailuihin. Näin saadaan sovittua yhteiskyytejä ja seura näkyvyyttä kilpailuissa runsaalla osallistujamäärällä. Seura maksaa osanottomaksut kilpailuihin kaikille alle 18-vuotialle, nuorten ja edustusryhmien jäsenille sekä AM-viestien, SM-viestien ja arvokilpailuviestien (Jukola, Nuorten Jukola, Tiomila, viestiliiga, KSV, 25-manna, Halikko), SM- ja AM-kilpailujen ja seuranmestaruuskilpailuun osanottomaksut. Muuten kilpailumaksut peritään kauden lopussa kilpailuihin osallistuneilta jäseniltä.

6.5. SEURA-ASUT

Ensi kaudelle asusteiden tilaus tehdään tammikuun aikana verkkovihon kautta.

7. TALOUS

Seuran taloudesta on laadittu erillinen talousarvio.