



Helsingin Jyry

toimintasuunnitelma vuodeksi 2016

Hyväksytty syyskokouksessa 4.11.2015

Liikunta- ja urheilutoiminta

Helsingin Jyry on ensisijaisesti liikunta- ja urheiluseura. Liikunta- ja urheilutoiminta toteutetaan lajijaostoissa, jotka toimivat itsenäisesti niin toimintansa kuin taloudenpitonsa osalta. Helsingin Jyryn lajeja ovat melonta, naisvoimistelu, suunnistus, yleisurheilu, triathlon ja duathlon sekä koripallo. Seuran jaostoja ovat koripallo (Jyry-XL), melontajaosto (Jyrymelojat), naisosasto, suunnistusjaosto (Rasti-Jyry) ja yleisurheilujaosto. Yhdessä lajijaostossa voi toimia useampia urheilulajeja, ja niinpä esimerkiksi triathlon ja duathlon kuuluvat yleisurheilujaoston toimialaan. Lisäksi Suomen Aikuisurheiluliiton alaiset lajit kuuluvat yleisurheilujaostoon. Seuraan voi perustaa uusia jaostoja tarpeen ja kysynnän mukaan, mutta niille on samalla taattava toimintaedellytykset. Tarkempia tietoja eri lajien toiminnasta saa jäljempänä olevista jaostojen erillisistä toimintasuunnitelmista.

Jaostot vastaavat itsenäisesti kilpailu-, harjoitus- ja valmennustoiminnastaan. Myös taloutensa ja yhteydet lajiliittoihin jaostot hoitavat itsenäisesti yhdistyslain säännöksiä noudattaen. Jäsenrekisteri ylläpidetään jaostoittain ja johtokunta huolehtii kuntojaoston jäsenien rekisteröinnistä. Kaikki seuraan liittymiset ja eroamiset käsitellään sääntöjen mukaisesti johtokunnassa.

Jyryn yhteiset tapahtumat

Järjestämme alkukesästä Vanhankaupungin koskella lajien yhteisen liikuntatempauksen, joka on avoin kaikille kaupunkilaisille. Joulukuussa vietämme perinteistä joulujuhlaa. Kaikille jyryläisille avoimet mestaruuskilpailut pyritään järjestämään ainakin hiihdossa, suunnistuksessa ja maastajuoksussa sekä tarpeen tullen myös muissa lajeissa. Jaostoilla on myös kaikille jyryläisille maksuttomia tapahtumia, joista on kerrottu jaostojen omissa toimintasuunnitelmissa. Melontajaoston 70-vuotistilaisuus pidetään uuden vajan tontilla Pornaistenniemessä.

Muu toiminta

Tavoitteidensa edistämiseksi Jyry kuuluu lajiliittojen lisäksi TUL:n Suur-Helsingin piiriin, Suomen Aikuisurheiluliittoon, Suomen Urheiluhistorialliseen Seuraan ja Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry:hyn.

Pääseura huolehtii johtokunnan johdolla yhdessä jaostojen kanssa Jyryn perinteiden vaalimisesta ja historiamme tallentamisesta.



Viestintä

Viestintä jäsenille, tuleville jäsenille ja muille liikkujille hoidetaan paljolti jaostojen omien verkkosivujen kautta. Helsingin Jyryn yhteiset verkkosivut (www.helsinginjyry.fi) ohjaavat kävijän jaostojen sivuille. Helsinginjyry.fi-sivulla on seuran lyhyen yleisesittelyn lisäksi yleisiä tiedotteita seuran kokouksista ja johtokunnan toiminnasta. Jäsenistölle lähetään vuoden aikana myös 2-3 tiedotetta - suurimmalle osalle sähköisesti. Jyryn näkyvyyttä ja tiedottamista Internetissä kehitetään vuonna 2016 edelleen.

Talous

Taloutemme perustuu vapaaehtoisuuteen ja laajaan talkootyöhön.

Vuonna 2015 johtokunta on seurannut toimintasuunnitelman mukaisesti taloustilannetta huolellisesti. Talouden huolellista hoitoa jatketaan ja pyritään järjestelmään, joka takaa vakaan talouden niin, että seuran toimijat voivat keskittyä parhaalla mahdollisella tavalla Jyryn tavoitteiden mukaisen toiminnan toteuttamiseen. Tämä edellyttää, että emoseuran maksuvalmius pyritään pitämään hyvänä niin, että se kestää myös yllättävät kulut.

Jäsenmaksujen keräämisen jaostot hoitavat itse, jolloin myös kerätyt jäsenmaksut jäävät pääosaltaan suoraan jaoston toimintaan. Koripallojaoston jäsenet maksavat jäsenmaksunsa pääseuralle. Myös jaostoihin kuulumattomat jäsenet maksavat jäsenmaksunsa pääseuralle. Jäsenmaksut kerätään tammi-helmikuussa. Jaostot voivat lisäksi kerätä toimintaansa varten toimintamaksua tarpeen mukaan.

Taloudenhoidon kannalta on tärkeää, että kiinnitetään erityistä huomiota niihin uudistuksiin, jotka koskevat Helsingin kaupungin avustuksia vuoden 2016 alusta lähtien.

Kerhotila ja liiketila

Kerhotilamme viidennellä linjalla palvelee koko seuraa, jaostoja ja jäseniä. Vuokrasopimus TJJS Kamppailuvaruste oy:n kanssa jatkuu toistaiseksi voimassa olevana. Tämä takaa sen, ettei tilasta ei synny taloudellista rasitetta, vaan päinvastoin vähän tuloa. Omassa käytössämme olevan kerhotilan ulkopuolisesta käytöstä päättää johtokunta. Kerhotila on jaostojen ja johtokunnan käytössä: varauskirja on kerhotilan pöydällä.

Toiminnan arvointi (SWOT-analyysi)

Helsingin Jyryn toiminnan **vahvuuksia** ovat seuraavat asiat:

- Toimijat ovat sitoutuneet toimimaan Jyryssä ja kokevat seuran tärkeäksi.
- Seuralla on vahvat perinteet ja seuran perustavoite, matalan kynnyksen korkeatasoinen urheilu ja liikunta, on yleisesti hyväksytty.



- Lajijaostojen itsenäinen asema tuo toiminnan lähelle jäseniä.

- Seuran talous on kokonaisuutena vahvalla pohjalla.

Toiminnan **heikkouksia** ovat seuraavat:

- Seurassa on vähintään luokan 1 koulutuksen saaneita valmentajia toimintaan nähden liian vähän.

Toiminnan **uhkia** ovat seuraavat:

- Seuran talouden ja joidenkin lajijaostojen toiminta on hyvin riippuvainen Helsingin kaupungin tuetuista liikuntapaikkavuoroista.

- Jos jaostojen itsenäinen asema johtaa siihen, että jaostot eriytyvät liiaksi toisistaan, seuran on vaikea toimia yhdessä tavoitteidensa saavuttamiseksi.

Toiminnan **mahdollisuuksia** ovat seuraavat:

- Jyryssä harrastettavat urheilulajit ovat suosittuja, ja se antaa mahdollisuuden tarjota liikuntaa isolle joukolle ihmisiä, järjestää liikuntakursseja sekä samalla hankkia uusia jäseniä seuraan.

- Koska Jyryssä harrastetaan useita erilaisia urheilulajeja, seurassa olevan valmennusosaamisen ja muun osaamisen käytöllä yli laji- ja jaostorajojen voidaan päästä synergiaetuihin.

- Jyry tarjoaa mahdollisuuden yhteisölliseen liikuntatoimintaan.

Jaostojen toiminta vuonna 2016

Helsingin Jyryn toiminnasta huolehtivat seuran lajijaostot. Jokainen jaosto on tehnyt oman toimintasuunnitelmansa vuodeksi 2016. Seuraavassa jaostojen sisäisesti hyväksymät toimintasuunnitelmat on esitelty lajien mukaisessa aakkosjärjestyksessä:

- Koripallojaosto (Jyry XL), s. 4

- Melontajaosto, s. 5

- Naisosasto, s. 7

- Suunnistusjaosto (Rasti-Jyry), s. 10

- Yleisurheilujaosto, s. 12



Helsingin Jyry, koripallojaosto (Jyry XL), toimintasuunnitelma 2016

Koripallo

toimintasuunnitelma/5.10.2015/ev

Koripallo

Koripalloilijat jatkavat pelejään lauantaisin Kisahallissa. Jyry XL-joukkueen pelaajarinkiin kuuluu runsaat parikymmentä pääosin 70-ikävuoden kieppeillä olevaa pelaajaa. Joukossa on peliä vauhdittamassa puolen tusinaa 30-40 –vuotiasta nuorukaista. Tavoitteena on saada joka lauantai kentälle vähintään 12 pelaajaa. Näin saavutetaan pelaamisen tarkoitus eli parempaa kuntoa säännöllisen liikuntaharrastuksen kautta.

Koripalloilijat pelaavat myös tiistai-iltaisain Ressun salissa silloin kun sali koulun muun käytön kannalta on mahdollista. Pelivuoro rahoitetaan pelaajamaksuin.



Helsingin Jyry, melontajaosto (Jyrymelojat), toimintasuunnitelma 2016

Melontajaoston toimintasuunnitelma 2016

Helsingin Jyry ry

Melontajaosto 7.10.2015

Helsingin Jyry ry:n melontajaoston toiminta on jatkunut vilkkaana vuoden 2015 aikana.

Toimintamme keskittyy tulevanakin vuonna kunto- , virkistys- ja retkimelontaan. Kilpaileminen ainakin kansallisissa kilpailuissa on mahdollista.

Uuden vajan rakentaminen Pornaistenniemeen ja melontajaoston 70v juhlavuosi ovat tulevan vuoden suuria asioita.

Vuoden 2016 aikana toimivat jaostossa seuraavat vastuuhenkilöt:

- | | |
|--------------------|--------------------|
| - puheenjohtaja | Lasse Tynkkynen |
| - rahastonhoitaja | Aarne Friman |
| - koulutusvastaava | Jouni Karkinen |
| - internetsivusto | Karoliina Heinonen |

Uimahalliharjoittelu jatkuu Pirkkolan uimahallissa. Olemme saaneet varattua kahdeksan lauantaivuoroa joulukuun 2015 alusta lähtien. Uimahallivuoroon mahtuu kerrallaan jaostosta 10-15 harjoittelijaa. Kajakkeja vuokrataan tarvittaessa Welhonpesästä, Klaukkalasta.

Järjestämme kolme melontakurssia, joista ensimmäinen on 16.-19.5, toinen 30.5.-2.6 ja kolmas 15.-18.8.2015. Kurseille otamme 10 henkilöä / kurssi. Tavoitteenamme on saada kurssilaiset omaksumaan perusmelontataidot ja innostumaan melonnasta. Jouni Karkinen koulutusvastaavana muiden jaostomme melonnan ohjaajien kanssa ovat päävastuussa kurssien onnistumisessa.

Koulutamme uusia melonnan ohjaajia innostuksen mukaan.

Järjestämme myös yritysmelontoja kysynnän ja resurssiemme rajoissa.

Pidämme seuran jäsenille tarkoitettuja yhteisiä melontailtoja kerran viikossa. Melontaillat on tarkoitettu kaikille kuntoon ja taitoon katsomatta.



Jäsenmäärämme on ollut kiitettävässä kasvussa viime vuodet, mutta uusien mukaan tulleiden jäsenten aktiivisuus on pieni huolenaiheemme. Yritämme aktivoida uusia jäseniämme mm. kerran viikossa pidettävien kerhoiltojen avulla. Tavoitteena on että melonnasta muodostuisi ihmisille vuosia jatkuva harrastus, eikä vaan yhden kesän innostus.

Retkitoimintaa jatkamme. Teemme yhden pitkän kesäretken Saimaalle Pasi Kivimäen johdolla ja lyhyempiä retkiä kesäkuussa, heinäkuussa ja elokuussa. Lyhyemmät retket tulevat olemaan helppoja meriretkiä Helsingin edustan merialueelle. Järjestetyt retket mahdollistavat vähemmän meloneiden mukaantulon kokeneiden opastuksella paikkoihin, joihin yksin ei ehkä rohkenisi lähteä ja samalla on mahdollista syventää melojiemme yhteistyötä.

Kilpailutoimintaa jatkamme edelleen vuonna 2016, ainakin Lasse Tynkkynen kilpailee veteraanisarjoissa.

Kaluston ja vajan kunnossapito on yksi tärkeitä tehtäviämme, niinpä panostamme tähän puoleen myös tulevana vuonna.

Laituritalkoita ja muita talkoita järjestetään tarpeen mukaan. Lasse Tynkkynen ilmoittaa laituritalkoista jäiden lähdettyä keväällä ja ennen jäiden tuloa syksyllä.

Kajakkivalikoimamme on vastaa hyvin nykyisiä tarpeitamme, mutta korvaavia hankintoja joudumme varmaankin tekemään.

Helsingin Jyryn melonta viettää vuonna 2016 70-juhlavuottaan, tämän tuomme jollakin näkyvällä tavalla esille.

Pornaistenniemeen rakennettava uusi vaja on juhlavuoden lisäksi tulevan vuoden suuri hanke. Vajan suunnitelmat tarkentuvat vähitellen ja tätä kirjoitettaessa on kaupungin kanssa yhteistyössä paikka katsottuna. Seuraava vaihe on suunnitelmien hiominen ja luvan hakeminen kaupungilta. Vajan rakentaminen näkyy voimakkaasti budjetissa, mutta myös tarvittavan talkootyön määrässä.

Vuonna 2016 tiedotamme yhteisistä asioista pääasiassa Internet-sivujemme kautta, FB-ryhmässämme, sähköpostin välityksellä ja vajan ilmoitustaululla.

Melonta harrastuksena on pääosin yksin tai pienessä ryhmässä tapahtuvaa toimintaa, johon seura tarjoaa kaluston ja muut puitteet. Kauden 2016 tarkemmat aikataulut päätämme kevätkokouksessa.

Lasse Tynkkynen

Melontajaos

Helsinki

www.jrymelojat.fi

045 340 3114

60°13.858'N 24°59.293'E

info@jrymelojat.fi



Helsingin Jyry, naisosasto, toimintasuunnitelma 2016

Helsingin Jyryn naisosaston toimintasuunnitelma vuodelle 2016

Naisosaston pitkä taival suomalaisessa liikuntakulttuurissa on ainutlaatuinen.

Elämme muuttuvassa hektisessä maailmassa. Tänä tuodut ideat voivat olla huomispäivää. Pysyä ajan mukana ja tarjota hyvää liikuntaa kaupunkilaisille on suuri haaste. Asetamme kuitenkin toiminnassamme edelleen **etusijan** ohjaajien ja valmentajien koulutukseen. Lasten ryhmien kasvattaminen on varmasti jatkossakin **yksi päätavoittemme**.

Tarjoamme liikuntaa eri-ikäisille harrastajille. Huolehdimme tunneistamme, että kaikki ovat tervetulleita joukkoomme. Tunnit ovat suunniteltuja vastaamaan kävijöiden tarpeita. Ohjaajaresursseista pidämme huolta.

Naisosasto pitää kokouksiaan kerran kuukaudessa. Kesällä meillä on jatkossakin **pitkä suunnittelukokous**, jossa luodaan pohja tulevalle kaudelle.

Seuraamme ja vahvistamme talouttamme talkoilla ja esiintymisillä. Taloudenhoito vaatii jatkossakin tarkkaa seurantaa. Pyrimme pitämään tuntimaksumme kohtuullisina. Seuraamme kävijämääriä ja tuntien kannattavuutta ja kuuntelemme herkäällä korvalla kävijöittemme toiveita.

Uudistamme **nettisivujamme** jatkuvasti. Sivut pyrimme pitämään ajan tasalla ja kiinnostavina. **Facebook** tulee olemaan jatkossakin yksi hyvä kanava tiedottaa asioita.

KALENTERI

Tammikuu

Tunnit käynnistyvät saleilla

Helmi Stara 30.1.2016, Lumo Vantaa

Avustushakemukset

Naisosaston kuukausikokous



Helmikuu

TUL:n ryhmätanssin mestaruuskilpailut, 7.2.2016 Tampere

Miss Valentine Tournament 11.2.-12.2.2016, Tartto

AGG European Championships 12.2.-14.2.2016, Tartto

Naisosaston kuukausikokous

Salivuoroanomukset

Maaliskuu

AGG World CUP II and Challenge CUP II, International Tournament 10-12 and 12-14, 18.3.-20.3.2016, Espoo

Naisosaston kuukausikokous

Huhtikuu

Joukkuevoimistelun maajoukkueen katsastuskilpailu 3.4.2016, Jyväskylä

Naisosaston kuukausikokous

Toukokuu

Naisosaston kuukausikokous

Kevättapahtuma

Kesäkuu

Naisosaston kuukausikokous

Heinäkuu

Naisosaston suunnittelukokous Otalammella

Elokuu

Naisosaston kuukausikokous



Syyskuu

Salivuorot käynnistyvät

Lokakuu

Naisosaston kuukausikokous

Marraskuu

Naisosaston kuukausikokous

Joulukuu

Jyryn joulujuhlat

Naisosaston vuosikokous

TULEVAT KANSAINVÄLISET TAPAHTUMAT

Eurogym 2016 18.7.-24.7.2016, Czech

Golden Age, syksy 2016, Slovenia

2017

MM-kisat, Suomi



Rasti-Jyryn toimintasuunnitelma 2016

Rasti-Jyry toimii Helsingin Jyryn suunnistusjaostona. Tavoitteenamme on edistää monipuolisesti suunnistusta Helsingin seudulla ja kannustaa ihmisiä liikkumaan metsissä ja kaupunkialueilla. Rasti-Jyry on kunto- ja kilpasuunnistusseura. Jatkamme lupaavasti alkanutta nuorisotoimintaa. Metsä- ja kaupunkisuunnistuksen lisäksi harrastamme talvisin hiihtosuunnistusta ja kesäisin pyöräsuunnistusta. Tarkkuussuunnistuksissakin olemme mukana. Loppiaisrogainingin järjestämiseen osallistumme edellisvuosien tapaan. Seuran kehittämiskoikan aikaansaamiseksi teemme Suunnistusliiton seura-analyysiin ja käynnistämme seurakehityshankkeen.

Osallistumme Jukolan ja Venlojen viestiin kesäkuussa Lappeenrannassa mahdollisimman monella joukkueella. SM-kisat, FIN5 ja Kainuun rastiviikot, kansalliset ja aluekisarit ovat ohjelmassamme. Kilpailuohjelmaamme kuuluu Akilles-Jyry-Sisu-cup, jonka 8 osakilpailun järjestämisestä osaltamme vastaamme. Kansallisiin kilpailuihin osallistumisen aikuisjäsenemme maksavat suoraan itse Irman kautta järjestäjille. Nuorten ja viestien osallistumismaksut kustannetaan yhteisistä varoista. Seura maksaa myös osanotot H21 ja D21 E ja A sarjojen kilpailuihin sekä mestaruuskilpailuihin. Matkakustannukset H/D21 SM-kisoihin korvataan, mutta muuten matkat jäävät osallistujien kustannettavaksi.

Jäsenemme voivat edelleen osallistua maksutta Alue-, Kortteli- ja Espoo-rasteille.

Kilpailullinen menestyksemme on keskittynyt viime vuosina veteraanisarjoihin sekä kesällä että talvella. Meillä on myös ikäluokassa 30–40 vuotta kilpailullisesti vahvoja naisia ja miehiä. Nuorten uskomme myös tulevan lähivuosina mukaan. Seurana tuemme näitä pyrkimyksiä. Keväällä järjestetään 3-iltainen suunnistuskoulu aikuisille. Koko jäsenistölle tarkoitettu suunnistusajattelua/-psykologiaa käsittelevä luento pidetään keväällä.

Lasten ja nuorten toimintaa kehittää ohjausryhmä, jota haluamme laajentaa ja antaa ryhmän jäsenille koulutusta. Huhtikuusta lokakuuhun pyörivät nuorten harjoitukset joka maanantai kesätaukoa lukuun ottamatta. Seura maksaa nuorille (alle 20 vuotta) kilpailujen osanottomaksut ja kilpailulisenssit. Järjestämme edistyneimmille nuorille mahdollisuuden osallistua pääkaupunkiseudun sarjasuunnistuksiin ja alueen oravakisoihin. Kouluyhteistyötä harrastamme Pihlajiston, Pihlajamäen, Pukinmäen, Vallilan ja Kannelmäen koulujen kanssa sekä tarpeen mukaan muuallakin. Tarjoamme edelleen kouluille ja aloittelijoille sopivia Moba-rasteja eli sähköisiä kiintorasteja Eläintarha-Alppila ja Pihlajamäki-Pikkukoski alueille.

Järjestämme kaupunkisuunnistuksen huhtikuun alussa yhdessä Outdoor Athleticsin kanssa Helsingin keskustassa. Kansalliset metsäkisarit järjestämme Siikarannassa. Muita järjestettäviä kisoja ovat Loppiaisrogaining, Rakentajarastit, seuraottelu ja AJS-cupin osakilpailut. Ajantasaiset kartat ovat kuntorastiemme ja kilpailujen järjestämisen tärkeä pohja. Karttojen valmistuksessa ja päivityksessä olemme



hyvässä tilanteessa. Siikarannan ympäristössä käytössämme on hyviä metsäkartoja ja Helsingin keskeisimmiltä alueilta hyviä sprinttikartoja. Valmistamme jatko-suunnitelman karttojen tekemisestä ja niiden käytöstä tuleville vuosille. Pyrimme innostamaan suunnistajiamme kartan tekoon. Heidän koulutuksensa luonnollisesti kustannamme ja tarjoamme välineet karttatyöhön. Hyödynnämme Suunnistusliiton uuden karttarekisterin mahdollisuuksia yhteiskäyttöisen karttapankkimme luomisessa.

Aluerastit ovat toimintamme selkäranka. Viikoittaiset tapahtumat tuovat säännöllisyyttä toimintaamme sekä järjestelyihin että suunnistamiseen. Rastit järjestetään keskiviikkoisin yhdessä Pihkaniskojen ja Keimolan Kaiun kanssa huhtikuun alusta lokakuun alkuun. Jyry järjestää 13 tapahtumaa.

Kuntorastivastaavana toimii Pentti Nykänen apunaan Aino Leppänen, Jukka Aunula, Juhani Kytöjoki ja Jorma Helin. Talvikaudella järjestetään lisäksi yhdessä Pihkaniskojen ja Espoon Akilleksen kanssa korttelirastit sunnuntaisin. Jyryn järjestämiä niistä on neljä. Tarpeen ja voimien mukaan olemme mukana yritysten ja yhteisöjen liikuntatilaisuuksissa.

Seuran sisäisiä tapahtumia ovat kilpailut, retket ja leirit. Toukokuussa järjestämme koko päivän leirin. Mestaruuskilpailut pidetään AJS-cupin yhteydessä. Lisäksi järjestämme Rekon mailin ja kevätkirmauksen seurahenkeä kohottavina sisäisinä tapahtumina.

Jyryn hiihtokilpailu Keimolassa helmikuussa kuuluu myös ohjelmaan. Seuraottelut Akillesta ja Sisua vastaan käydään joukkue-, yö- ja hiihtosuunnistuksessa. Lokakuun 1.-2. päivä menemme Viron Suunto Gamesiin Haanjaan Võrun lähelle. Suositun kevätretken järjestämme Viroon, jotta monet elokuussa WMOC:iin osallistuvat pääsevät harjoittelemaan virolaisiin maastoihin. Kauden päättäjäleiriä vietämme jälleen lokakuussa Siikarannassa.

Jäsentiedotus hoidetaan sähköpostin, kirjeiden, Facebook-ryhmän ja nettisivujen avulla. Nettisivuja ylläpitää Timo Glad. Nettisivuja kehitämme ja saamme reittihärvelin toimivaksi. Rasti-Jyry-ryhmää pyrimme hyödyntämään kimpakyytien organisoinnissa. Alue- ja korttelirastien sekä nuorten ohjelmat julkaistaan taskuesitteenä. Suunnistuskouluista tiedotetaan esitteellä sekä pääkaupunkiseudun lehdissä.

Suunnistusjaoston muodostavat: Jorma Helin, Timo Herranen, Unto Kanerva, Juhani Kytöjoki, Aino Leppänen, Noora Leskinen, Tuomas Maisala, Pentti Nykänen, Kaija Rantoja ja Lauri Tapola. Jaoston kokoukset ovat avoimia kaikille jäsenille.

Taloutemme perustuu lähes kokonaan talkootyönä järjestämiimme alue- ja korttelirasteihin ja kilpailuihin. Tuotto ja aikaisempien vuosien ylijäämä sijoitetaan osallistumisen tukemiseen valikoidusti sekä tarpeellisiin hankintoihin kuten kalustoon, karttojen valmistukseen ja koulutukseen.



Helsingin Jyryn yleisurheilujaoston toimintasuunnitelma vuodelle 2016

Viides linja 3
00530 Helsinki
helsinginjyry@hotmail.com
www.helsinginjyry.com

8.10.2016

Perinteet velvoittavat Helsingin Jyryn yleisurheilijoita

Helsingin Jyryn vanhin toiminnassa oleva urheilumuoto on yleisurheilu. Ensimmäiset kisat Helsingin Jyryn yleisurheilijat järjestivät jo vuonna 1903. Yleisurheilijat ovat saavuttaneet vuonna 1903 alkaneen historiansa aikana mm. 5 Olympiamitalia, 7 IAAF:n hyväksymää ME tulosta eri urheilijoiden tekeminä sekä 32 kpl yleisen sarjan SM-mitalia. Lisäksi vuosien saatossa olemme saavuttaneet satoja aikuisurheilijoiden (veteraanien) arvokisojen palkintosijoja ja nuorten sarjojen palkintosijoja.

Kilpailu- ja koulutustoiminta

Helsingin Jyryn yleisurheilujaoston varsinainen toiminta sisältää kuusi eri osa-aluetta: (1) yleisen ja nuorten sarjojen kilpailutoiminnan, (2) aikuisurheilutoiminnan, (3) lasten toiminnan, (4) kilpailujen ja tapahtumien järjestämistoiminnan, (5) triathlonitoiminnan ja (6) koulutuksen.

Yleisen ja nuorten sarjojen kilpailutoiminta

Helsingin Jyryn yleisurheilutoiminta on kasvanut viime vuosina, minkä ansiosta seuraluokittelu on ensimmäinen luokka. Vahvimmat osa-alueet ovat pika-, keski- ja pitkänmatkan juoksulajit. Jäsenemme osallistuvat kuntourheilutapahtumiin, piirikunnallisiin, kansallisiin, suomenmestaruustason ja kansainvälisen tason tapahtumiin. Seura osallistuu Helsyn piirimestaruuskilpailujen toimitsijatehtäviin seurakiintiönsä mukaisesti. Järjestämme vuodessa erilaisia kilpailuita noin 20. Seuralla on kolme maajoukkue-tason edustusurheilijaa yleisessä sarjassa. Yhteyshenkilönä yleisessä ja nuorten sarjassa toimii Juhani Meskanen.

Aikuisurheilutoiminta

Jyryn yleisurheilujaoston aikuisurheilijat (yli 30 vuoden ikäiset ja vanhemmat) urheilijamme kilpailevat Suomen Aikuisurheiluliiton (SAUL) kisoissa ja osallistuvat valtakunnalliseen ja kansainväliseen kilpailutoimintaan. Aikuisurheilijoita on yleisurheilujaostossa noin 60 urheilijan joukon. He osallistuvat piirikunnallisiin, kansallisiin ja kansainvälisiin kisoihin. Aikuisurheilun yhteyshenkilönä toimii Urpo Nikanne.



Lasten toiminta

Lapsiyleisurheilijoita 6-15 vuoden ikäisiä yleisurheilijoita on Jyryssä kirjoilla noin 25. Järjestämme lapsille ohjattuja harjoituksia junioreiden juoksukoulussa. Juniorien juoksukoulu harjoittelee 2-3 kertaa viikossa. Harjoituspaikkoina ovat Liikuntamyly, Eläintarhan tunneli sekä Eläintarhan urheilukenttä. Harjoitukset ovat ohjattuja, ja meillä on kaksi valmennusryhmää, jotka harjoittelevat yleisesti yhteisharjoituksissa. Lajivalmentajat tarjoavat henkilökohtaista opastusta edistyneemmille sekä yli 13 vuoden ikäisille lapsille. Hankimme kaikille 18-vuotiaille tai nuoremmille urheilijoillemme yu-passin. Suunnitteilla on järjestää lasten juoksukoulu SUL:n standardin mukaan vuoden 2016 aikana. Junioripääällikkönä toimii Heikki Kempainen.

Kilpailujen ja tapahtumien järjestämistoiminta

Järjestämme 6 osakilpailua käsittävän Helsinki Run Cup juoksusarjan (entiseltä nimeltään Helsinki Test Run) Helsingin Eläintarhassa. Reitti on virallisesti mitattu. Seurana osallistumme yhdessä Suomen Urheiluliiton ja muiden seurojen kanssa Suomen suurimpien juoksutapahtumien järjestämiseen. Näitä ovat esimerkiksi Helsinki City Run ja Helsinki City Marathon. Lisäksi järjestämme Helsyn ja seurayhtymän kanssa yhteistyössä kymmeniä kilpailuja oman toimitsijakiintiömme mukaisesti. Tarjoamme järjestelyapuja useisiin muihin tapahtumiin, esimerkiksi Tour De Helsinki pyöräilytapahtumaan. Lisäksi järjestämme yhdessä muiden seurayhtymän seurojen (Helsingin Jyry, HIFK, PuiU, HKT, Helsingin Tarmo) kanssa kisoja Liikuntamylyssä torstaikisoja sekä järjestämme omia harjoituskisoja rata- ja kentälajeissa.

Triathlonitoiminta

Seurassamme kilpailee tällä hetkellä 7 triathlonistia. Triathlonin yhteyshenkilönä toimii Heikki Kempainen.

Koulutus

Annamme kunto- ja kilpaurheiluun valmentautumiseen tähtäävää koulutusta. Vetäjinä toimivat Juhani Meskanen, Teuvo Meskanen, Urpo Nikanne, Maarit Meskanen, Mikko Loikkanen, Tiina Miettinen, Sanna Oikarinen ja Heikki Kempainen. Tätä koulutusta annamme Suomen Urheiluliiton auktorisoiduissa Juoksu- ja Maratonkoulussamme, joissa järjestämme opastusta kestävyysjuoksun saloihin syvällisemmin. Juoksukoulu on viiden tapaamiskerran kurssi aloittelijoilla, ja maratonkoulu on 8 kuukautta kestävä perusteellinen juoksukurssi.

Lisäksi meillä on edistyneille juoksijoille oma ryhmä, Juoksuklubi, jonka yhteyshenkilönä ja vetäjänä toimii Juhani Meskanen.



Juoksuvalmennuksen suhteen seuramme on varsin omavarainen ja päävalmentajana on juoksuissa ollut Juhani Meskanen sekä Teuvo Meskanen. Valmentajapankkia pyritään kasvattamaan koulutuksella sekä sisäisellä että ulkoisella koulutuksella. Toimintakauden aikana tavoitteena on 5-10 uutta SUL:n yu-valmentajakurssien suoritusta, lisäksi juniorien vanhempia aktivoidaan tarjoamalla heille tuomarikoulutusta toimitsijatehtäviin.

Jäsenmäärä

Pyrimme kasvattamaa jäsenmääräämme niin, että on kannattavaa palkata pätevä osapäivätoiminen ja määrääjäksi henkilö tekemään jaostomme toiminnan kiireisimpänä aikana erilaisia asioita. Tällä hetkellä vapaaehtoisvoimin toimijoillemme työmäärän paljouden takia on haastavaa, varsinkin sesonkiaikana huhtikuun ja syyskuun välisenä aikana. Vuoden 2016 alkaessa meillä on noin 115 jäsenmaksun maksanutta jäsentä.

Harjoitukset

Harjoittelemme talvisin Aleksis Kiven koululla (tiistaijumppa), Liikuntamylyssä maanantai- ja torstai-iltoisin ja sunnuntai aamuisin joko ohjatusti tai vapaasti itse harjoitellen. Lauantaisin sekä torstaisin harjoitukset pidetään Eläintarhan putkessa tai tunnelissa, jossa on juoksuuora sekä punttisali. Järjestämme viikoittain joka maanantai ympäri vuoden ohjattuja juoksuharjoituksia.

Jäsenmaksut ja jäsenasiat

Maksut vuodelle 2016

Maksut 18-vuotiaille tai nuoremmille

Juniorien maksu sisältää kaikki maksut: jäsenmaksun, harjoitusmaksut, harjoituspaidat ja yu-lisenssin, joka sisältää vakuutuksen.

Kevätkausi	Syyskausi
1 lapsi perheestä 60 euroa	1 lapsi perheestä 60 euroa
2 lasta perheestä 115 euroa	2 lasta perheestä 115 euroa
3 lasta perheestä 150 euroa	3 lasta perheestä 150 euroa
4 lasta perheestä 180 euroa	4 lasta perheestä 180 euroa

Aikuisten maksut

jäsenmaksu 25 e + toimintamaksu 15 euroa

Kurssimaksut

maratonkoulun, juoksu-koulun ja lasten yleisurheilukoulun kurssimaksut määrätään myöhemmin.



Tiedotus

Internetsivustot ja Facebook - sivustot

Yleisurheilujaostolla on omat internet-sivustonsa www.helsinginjyry.com jotka ovat osoittautuneet seuramme yleisurheilun erääksi valttikortiksi tiedotuksessa tarmokkaan ja taitavan ylläpidon ansiosta. Seuramme yleisurheilun jäsenmäärän viime vuosien kasvun kulmakivistä on ollut aktiivinen internet-sivustojen ylläpitotoiminta ja sähköinen tiedottaminen, mitä ei voitaisi toteuttaa samassa määrin muiden jaostojen yhteisten internet sivustojen kanssa. Käytämme jaoston yhteistä sähköpostia helsinginjyry@hotmail.com sillä keskitämme posteja yhteen paikkaan emmekä sido ketään yksittäistä henkilöä henkilökohtaisiin sähköposteihin. Postiin vastaavat Juhani Meskanen, Heikki Kemppainen ja Urpo Nikanne. Maratonkoululla ja juoksukouluilla on oma sähköpostiosoitteeseensa maratonkoulu@hotmail.com, johon keskitämme kaikki maratonkoulu- ja juoksukouluasiat. Yleisurheilujaostolla on omat facebook-sivustonsa, ja tämän lisäksi Helsinki Run Cup -tapahtumalla omat sivustonsa.

Yleisurheilujaoston puhelintoiminta vuonna 2016

Helsingin Jyryn yleisurheilujaostolla on oma puhelinliittymän, koska tulevien puhelujen määrä on kasvanut suureksi, ettei voida enää sitoa kenenkään ihmisen yksityispuhelimia asioiden hoitamiseksi. Lisäksi esteiden takia ei voida aina yhden ihmisen olevan tavoitettavissa. Pelkästään jaostomme antaman kurssitarjonnan sekä kilpailutoiminnan takia puheluja tulee ajoittain runsaasti. HeJy:n Yleisurheilun toimistopuhelin toimii arkisin 11 - 17 välisenä aikana. Toimistopuhelimen puhelinnumero on 044 564 8713.

Talous

Jaostomme toiminnan kasvun myötä rahaliikenteen ja maksujen aktiivisen seuranta on välttämätöntä. Siksi yleisurheilujaostossa on tätä tarkoitusta varten oma talousvaliokunta. Talousvaliokunnassa toimivat: Juhani Meskanen (taloudenhoito), Heikki Kemppainen, Teuvo Meskanen ja Osmo Tuorila. Juhani Meskasella on jaoston pankkitilin seuranta oikeudet kurssimaksujen, projektimaksujen ja muiden maksujen seuraamista varten.

Ystävällisin terveisin yleisurheilujaoston puolesta

Juhani Meskanen Helsingissä 8.10.2015