

# SEURATIEDOTE 3/2010

## Pääuutiset

### Unelmana Gymnaestrada 2015 Helsingissä, päätös saadaan 13.5.

Suomen Voimisteluliitto Svoli on yhdessä Helsingin kaupungin ja opetus- ja kulttuuriministeriön kanssa hakenut vuoden 2015 Gymnaestradan, maailmanlaajuisen harrastevoimistelutapahtuman, järjestämisoikeutta Helsinkiin. Kahden vuoden projekti huipentuu Kansainvälisen voimisteluliiton FIG:n neuvoston kokoukseen 12. - 13.5. Japanissa. Helatorstain aamuna neuvosto päättää kuka neljästä hakijasta (Espanjan Maspalomas, Norjan Lilleström, Ruotsin Göteborg, Suomen Helsinki) saa järjestää Gymnaestadan 2015.

Gymnaestrada on tyttöjen ja naisten, poikien ja miesten, harrastajien ja huippujen yhteinen tapahtuma, joka näkyisi upeana kansainvälisenä väriläiskänä koko pääkaupunkiseutumme katukuvassa. Tapahtuma toisi Helsinkiin heinäkuussa 2015 peräti 25.000 osallistujaa noin 60 maasta ja kaikista maanosista. Gymnaestrada olisi huikea mahdollisuus suomalaiselle voimistelulle ja koko Suomelle.

Suomalaiset ovat osallistuneet kaikkiin Gymnaestradoihin suurin joukoin. Osallistujina olemme saaneet kokea voimistelun iloa, elämyksiä, vieraanvaraisuutta ja ystävyyttä. Nyt haluaisimme antaa kokemaamme hyvää takaisin koko maailmanlaajuiselle voimisteluperheelle. Haluaisimme tehdä ikimuistoisen, lämminhenkisen, vieraanvaraisen ja laadukkaan Gymnaestradan.

Olisi unelmien täyttymys toimia Gymnaestradan järjestäjänä. Peukut pystyyn, muutaman päivän kuluttua tiedämme miten tässä kisassa kävi. Päätöksestä tiedotetaan nettisivullamme.

### Voimistelu -lehti ohjaajille ja valmentajille

Saivatko seuranne ohjaajat ja valmentajat maaliskuun lopussa Voimistelu-lehden 1/2010? Mikäli eivät, niin ottakaa ilmainen perusversio Jäsentieto-ohjelmasta käyttöön, niin seuran ohjaajat ja valmentajat saavat ilmaisen lehden jatkossa kaksi kertaa vuodessa!

Riittää, että seura käyttää Jäsentieto-ohjelmaa ohjaajien ja valmentajien sekä seuran luottamushenkilöiden ja työntekijöiden yhteystietojen hallinnointiin. Näin varmistatte, että Voimisteluliitolla on ajantasaiset yhteystiedot seuranne toimijoista.

Seuralla ei tarvitse olla käytössä omia kotisivuja, jotta perusversiota voi käyttää, internet-yhteys riittää. Ohjelma on kehitetty voimisteluseuroja varten ja se on käytössä jo **yli 190 Voimisteluliiton seurassa**. Ohjelmaa kehitetään jatkuvasti seuroilta tulleiden palautteiden pohjalta.

Minimikäytössä rekisterin perusversio palvelee seuran ja liiton välistä viestintää: seura ylläpitää puheenjohtajan, rahastonhoitajan, ohjaajien yms. henkilöiden yhteystiedot omassa rekisteriversiossaan, ja tiedot siirtyvät sähköisesti liittoon tiedottamista varten. Seuran ei tarvitse enää palauttaa erillistä yhteyshenkilölomaketta tai ilmoittaa henkilö- tai osoitemuutoksia.

Rekisterin **perusversio** on seuroillemme maksuton. Kun seurajohdon, ohjaajien ja valmentajien yhteystiedot ylläpidetään rekisterissä, tiedotus liitosta saavuttaa oikean henkilön. Perusversiota voi seura halutessaan käyttää myös omana jäsenrekisterinään, jolloin seuran on mm. mahdollista tiedottaa omaa jäsenistöään helposti ja ilmaiseksi sähköpostilla. Perusversion käyttö on suunniteltu mahdollisimman helpoksi.

### Miten pääsen alkuun?

Mikäli seuralla ei vielä ole Jäsentieto-ohjelmaa käytössä, niin ota yhteyttä Sanna Heikkilään, [sanna.heikkila@svoli.fi](mailto:sanna.heikkila@svoli.fi) tai puh. (09) 5490 3383. Sanna auttaa mielellään ohjelman käyttöönotossa ja antaa vinkkejä ohjelman hyödyntämiseen. Lisätietoja [www.svoli.fi](http://www.svoli.fi)



## Yhteiset SM -kilpailut 2011 ja 2013

Suomen Voimisteluliitto valmistelee parhaillaan konseptia kaikkien kahdeksan lajinsa yhteisistä Suomen mestaruuskilpailuista. Tavoitteena on järjestää yhden viikonlopun aikana voimistelulajien yhteinen SM-kilpailutapahtuma, joka keräisi yli 1000 voimistelijaa.

Yhteiset SM-kilpailut mahdollistavat katsojille voimistelun eri lajien näkemisen saman viikonlopun aikana.

Kilpailuiden konseptia ovat rakentaneet liiton toimihenkilöiden lisäksi tulevat kisaorganisaatiot ja YLE. Tavoitteena on lähettää kisoista ohjelmaa TV:stä kaikkina kolmena kilpailupäivänä.

Ensimmäinen, kaikkien lajien yhteinen SM-kilpailutapahtuma järjestetään Jyväskylässä 15.–17.4.2011. Kilpailutapahtuma tuo kaupunkiin noin 1000 voimistelijaa ja valmentajaa.

- Tämä on meille hieno mahdollisuus tuoda voimistelua esille kaupungissa, päävastuun tapahtuman järjestelyistä kantavan Jyväskylän Voimistelijoiden toiminnanjohtaja **Kari Kasurinen** kommentoi tapahtuman saamista Jyväskylään.

Jyväskylän Voimistelijat ovat valmistelleet tapahtuman järjestämistä yhteistyössä Jyväskylän Naisvoimistelijoiden kanssa.

- Näin suuren tapahtuman järjestäminen tuo myös osaamista seuroille ja kaupungille, Kasurinen jatkaa.

Yhteinen SM-kilpailutapahtuma järjestetään myös vuonna 2013, jolloin kilpailut käydään Tampereella. Tampereen Voimistelijat ovat mukana luomassa tapahtuman konseptia jo nyt yhteistyössä Suomen Voimisteluliiton ja Jyväskylän Voimistelijoiden kanssa.

- Olemme mielellämme kehittämässä tapahtuman konseptia alusta asti, Tampereen Voimistelijoiden toiminnanjohtaja **Riitta Harju-Villamo** kertoo.

Jatkossa kaikki voimistelulajit järjestävät yhteisen SM-kilpailutapahtuman 3-4 vuoden välein.

## Nuorten työllistäminen veikkausvoittovaroilla

Liikunnan ja urheilun veikkausvoittovaroja on käytettävissä nuorten työllistämiseen kaikkiaan 7,5 miljoonaa euroa. Tämän suunnitelman ovat tehneet Urheiluopistoyhdistys, Suomen Liikunta ja Urheilu sekä Nuori Suomi. Ehdotus edellyttää, että eduskunta varaa tarkoitusta varten määrärahan ja OPM myöntää varat esitetyllä tavalla käytettäväksi.

### Tukikelpoisuus

Tukikelpoisia työntekijöitä ovat vähintään 16-vuotiaat (oppivelvollisuus suoritettu) - alle 29-vuotiaat työttömyysuhan alaiset työnhakijat, jotka työn alkamishetkellä eivät ole täyttäneet 30 vuotta. Nuorelta ei edellytetä työttömyyttä hakuhetkellä.

### Tuen suuruus ja kesto

Kyseessä on lähtökohtaisesti määräaikainen työsuhde. Työsuhde on kokoaikainen ja perusteena on harjoittelu. Tuen suuruus alue- ja piirijärjestöille, seuroille ja yksityisille yrityksille on maksimissaan 1500 euroa kuukausi. Tuen kesto on työntekijää kohden 2-6 kuukautta. Tuki voi olla 100 % palkkakuluista (sis. työnantajan sivukulut), jos palkka on pieni.

### Tuen jaon perusteet

Saadakseen tukea hakijalla on jo oltava työntekijä ennen nuorta eli hakijalla on työnantajaosaamista sekä työnohjaus valmiina. Tuen jakoon vaikuttaa hakijoiden määrä ja haettujen tukikuukausien määrä. Tukea pyritään myöntämään etupainotteisesti niin, että nuorille voidaan mahdollisimman pian antaa työpaikkoja.

Tukiaika on 1.4.2010 – 31.12.2011. Tukea voi saada takautuvasti jo hakemuksen jättöhetkellä alkaneeseen työsuhteeseen, kun hakija on palkannut työttömän tai työttömyysuhan alaisen nuoren takautuvuusajan jälkeen.





## Työharjoittelijaksi urheiluseuraan

Sinä alle 25-vuotias nuori, joka olet päättämässä peruskoulutustasi tai et ole päässyt vielä opiskelemaan, ilmoittaudu työnhakijaksi työ- ja elinkeinotoimistoon. Kesätyöharjoittelu urheiluseurassa on hyvä vaihtoehto tulevaisuutesi kannalta. Se antaa kokemusta työnteosta ja työtodistus seurasta tukee myös työelämään ja opiskelemaan pääsyä.

### Urheiluseurassa on monenlaista työtä

Voit toimia ohjaajana tai apuohjaajana leireillä ja lajiharjoituksissa tai voit mahdollisesti tehdä seuratoita tietokoneella, myydä urheilutapahtumien kahvioissa, hoitaa seuran juoksevia asioita ja kaikkea mitä urheiluseurassa tehdään.

### Työharjoittelusopimus

Työharjoittelusopimus tehdään työ- ja elinkeinotoimiston ja seuran sekä sinun välillä. Työharjoittelusopimus tehdään yleensä ensin kolmeksi tai kuudeksi kuukaudeksi, enintään 12 tai 18 kuukaudeksi.

### Työaika ja korvaus työharjoittelusta

Työaika on vähintään 4 tuntia ja enintään 8 tuntia päivässä, viitenä päivänä viikossa. Saamasi korvaus on 25,63 euroa päivässä eli noin 550 euroa kuukaudessa, jonka Kela maksaa sinulle. Työ- ja elinkeinotoimisto on järjestänyt ryhmävastuuvakuutuksen työharjoittelussa oleville.

### Ole rohkea ja ota yhteyttä seuraasi

Ota yhteyttä seurasi puheenjohtajaan ja kerro halukkuutesi työharjoitteluun seurassa. Seuralle työharjoittelustasi ei ole mitään kuluja. Työharjoittelu ei ole työsuhde vaan työharjoittelusuhte. Seura vastaa työharjoittelun ohjauksesta ja valvonnasta.

Lisätietoja työharjoittelusta saat Työ- ja elinkeinotoimiston virkailijoilta tai Työhön Kutsu – hankkeesta [www.tyohonkutsu.fi](http://www.tyohonkutsu.fi) tai Kristiina Grönroosilta puh 040 8235352 [kristiina.gronroos@tyohonkutsu.fi](mailto:kristiina.gronroos@tyohonkutsu.fi) tai [kristiina.gronroos@slu.fi](mailto:kristiina.gronroos@slu.fi)

# KAIKILLE YHTEISTÄ

## Tervetuloa mukaan Svoli2010 -Pro Seurat ohjelmaan

**Pohditteko seurassa kehittämistoimia esim. johtokunnan työskentelyyn, markkinointiin, ohjaajarekrytointiin tai johonkin muuhun seuratoiminnan osa-alueeseen. Nyt on mahdollisuus työstää valitsemaanne seuranne omaa kehittämiskohdetta tuetusti Svoli 2010 -Pro Seurat ohjelmassa (viimeinen hankekausi).**

Osallistumismaksu hankekaudelta (lokakuusta 2010 kesäkuuhun 2011) on 150–200 €/seura.

Osallistumismaksu kattaa:

- Helsingissä marraskuussa pidettävän startin ohjelman ja matkat 3-5 henkilölle/seura
- kaksi seurakohtaista käyntiä/kohtaamista seurakehittäjän kanssa
- seurakehittäjän tuen ja konsultoinnin
- kevään 2011 päätöstilaisuuden

Lisätietoja: Irma Kosonen, [irma.kosonen@svoli.fi](mailto:irma.kosonen@svoli.fi), (09) 5490 3366, gsm (0400) 809572

Mukaan haetaan palauttamalla hakulomake 30.9.2010 mennessä Suomen Voimisteluliittoon.

## Kansallinen liikuntatutkimus 2009–2010

Uusin kansallinen liikuntatutkimus on valmistunut ja sen mukaan voimistelu on toiseksi suosituin laji urheiluseuroissa liikkuvien lasten ja nuorten keskuudessa. Vaikka lasten ikäluokat ovat pienentyneet edellisestä tutkimuksesta, voimistelua urheiluseuroissa harrastavia lapsia ja nuoria on nyt 5000 enemmän.

Aikuisten voimisteluharrastus on lisääntynyt neljän vuoden takaisesta tutkimuksesta kymmenellä prosentilla. Peräti 49 000 uutta aikuista on löytänyt tiensä voimistelun pariin. Voimistelu on kaikista lajeista kasvattanut suosiotaan kolmanneksi eniten. Urheiluseuroissa vähintään kerran viikossa liikuntaa harrastavien aikuisten ryhmässä kirkkaasti suurin osa harrastaa voimistelua.

Harrastajamäärältään voimistelua (sisältää aerobicin) harrastetaan seitsemänneksi eniten kaikista urheilulajeista. Aikuisia voimistelijoita on huikeat 532 000. Lisäksi tanssi, jota myös voimisteluseurojen tarjonnasta löytyy, on noussut suurten lajien joukkoon aikuisten liikuttajana 114 000 harrastajalla. Tutkimuksen mukaan voimistelulle löytyy myös lisää potentiaalisia harrastajia sekä lapsissa että aikuisissa.

### Seuratoiminta haasteiden edessä

Urheiluseuratoiminta on edelleen suosiossa lasten ja nuorten parissa. Jo seuroissa harrastavien lisäksi 258 000 seurojen ulkopuolella olevaa lasta ja nuorta haluaisi osallistua seurojen toimintaan.

Seuraharrastamisen ikärakenne on muuttunut. Urheilun aloittaminen valuu vuosi vuodelta yhä nuorempiin. 3–6-vuotiaista jo 29 % on mukana seurojen toiminnassa, kun 15 vuotta sitten luku oli vielä 18 %.

Aikuisten parissa erityisesti Etelä-Suomessa yksityisten liikuntapalveluja tarjoavien yritysten kysyntä on kasvanut selvästi kaikissa ikäryhmissä. Vain 19–25 -vuotiaiden joukossa suurempi osa liikkujista harrastaa seuroissa eikä yksityisissä yrityksissä.

### Kysynnän monipuolisuus

Voimistelulla on selkeästi edelleen vankka kysyntä sekä lasten että aikuisten urheiluharrastuksena. Uusi tutkimus osoitti, että aerobicin harrastajamäärä on laskenut niin räjähdysmäisesti, että sitä ei enää kategorioitu omana liikuntamuotonaan, vaan sen harrastajamäärä on sisällytetty voimistelun alle.

Joogan harrastajamäärä eroteltiin ensimmäistä kertaa, ja tutkimuksen mukaan 62 000 suomalaista harrastaa joogaa.

Voimisteluseurojen kannalta merkittävä huomio on myös tanssin harrastusmäärien ja kiinnostuksen huikea kasvu. Tanssin alle on tutkimuksessa luokiteltu kaikki tanssityyppiset liikuntamuodot, jotka vastaaja on itse luokitellut tanssiksi.

Tanssillisille ryhmille näyttäisi siten olevan kysyntää. Voimisteluliitto tarjoaa myös koulutusta tanssiryhmien ohjaajille, joten osaamisesta ryhmän perustaminen ei varmasti jää kiinni. Syksyllä on tulossa mm. uusi Tanssi ja opeta -koulutus show- ja street-tanssien perustaidoista ja tekniikoista. Kaikki tanssikoulutukset osoitteesta [www.svoli.fi/koulutus](http://www.svoli.fi/koulutus)

### Voimisteluwikistä ideoita ohjauksen ja valmennuksen tueksi

Voimisteluwikin löydät <http://voimisteluwiki.svoli.fi/>

Voimisteluwikin tavoitteena on jakaa voimistelutietoutta ja kasvattaa lajituntemusta. Wikin pohjamateriaaliksi on Voimisteluliitosta tuotettu noin 600 videoleikettä voimistelulajien keskeisimmistä perusliikkeistä. Suosittele wikin perusliikepankkia etenkin seuran nuoremmille ja ohjaus- / valmennustaipaleensa alkupuolella oleville ohjaajille tai valmentajille. Wikiin lisätään jatkuvasti uusia materiaaleja ja tavoitteena on edetä perusliikepankin jälkeen vaikeampiin liikkeisiin. Pidempään ohjaus- / valmennustyötä tehneille wikistä löytyy mm. voimisteluun liittyviä opinnäytetöitä ja muita materiaaleja. Uusimpina opinnäytetöinä / materiaaleina wikistä löytyy Tiina Vileniuksen tekemä naisten telinevoimistelun lajiantalyysi ja Aija Suokkaan tekemä kyselyllä kohti terveempää urheilijaa opinnäytetyö. Wiki on suunnattu voimistelijoille, valmentajille, ohjaajille ja liikunnan sekä luokan opettajille paikkakunnasta tai toimintaympäristöstä riippumatta. Tervetuloa käyttämään wikiä!



## Olohuonetestit suomalaisille

Suomen Liikunta ja Urheilu SLU ry on julkaissut internetissä olohuonetestit, joilla voi arvioida kuntoa helposti kotikonstein ja saada sytykkeitä monipuoliseen liikuntaan.

- Testien avulla voi mukavasti seurata kuntoon. Tässäpä hyvä vinkki myös työ- tai kaveriporukalle, joka valmistautuu yhteiseen liikuntatapahtumaan, SLU:n viestintäjohtaja Eila Ruuskanen-Himma sanoo.

### Testien käyttö on ilmaista

Tarkoituksena on innostaa suomalaisia liikkumaan monipuolisesti ja tehdä oman kunnan arvioimisen mahdollisimman kiinnostavaksi ottaen huomioon modernit mediatottumukset

Olohuonetestit on valittu yhteistyössä suomalaisten liikuntalääketieteen keskusten ja koordinaattori Tiina Heinosen kanssa sekä rakennettu kotimaisten media- ja viestintäteknologian pienyritysten kanssa. Kumppanina on Terveystieteiden edistämisen politiikkaohjelma.

Testit ovat osa YLE:n ja SLU:n Voimakaksikko-hanketta, Suomen liikuttavinta haastekampanjaa. Internetistä löytyy kymmenen SLU:n tuottamaa testiä osoitteesta [www.voimakaksikko.fi/olohuonetestit](http://www.voimakaksikko.fi/olohuonetestit).

## Päivän Liike internetissä

SLU julkaisee internetissä 100 päivän ajan Päivän Liikkeen. Uusi liike löytyy joka arkipäivä osoitteesta [www.voimakaksikko.fi](http://www.voimakaksikko.fi) ja [www.svoli.fi](http://www.svoli.fi).

Videolla animoitu hahmo opastaa minuutissa uuden liikkeen, joka virkistää mukavasti oloa, aktivoi verenkiertoa ja lisää liikkuvuutta.

- Jumbpparyhmän ohjaaja tai joukkueen valmentaja voi vaikkapa kerätä porukalleen sopivat omat liikkeet ja muodostaa niistä 5-7 liikkeen sarjan, SLU:n viestintäjohtaja Eila Ruuskanen-Himma sanoo.

### Päivän Liike ilmaiseksi sähköpostiin

Päivän Liikkeen voi kaapata ilmaiseksi Youtuben kautta työpaikan ja yhdistyksen omalle internetsivustolle. Sen voi laittaa kiertämään Facebookissa, liittyä faniksi tai tilata sähköpostiin voimakaksikko.fi-sivustolta.

Liikkeet suunnitteli ja ohjasi terveystieteiden maisteri, fysioterapeutti **Leeni Asola-Myllynen** Suomen Voimisteluliitto Svolista. GypsyGyro -18 mahdollisti liikkeiden kaappaukset 3D-hahmolle. Kaappaustilanteessa Leeni Asola-Myllynen teki liikkeet sukelluspukua muistuttavassa puvussa, jonka anturit tunnistivat liikkeet.

Päivän Liike on osa YLE:n ja SLU:n Suomen liikuttavinta Voimakaksikko-haastekampanjaa.

## Voimisteluliiton toimiston kesäaika

Helsingin toimisto Hämeentiellä on suljettu ajalla 1.-31.7.2010.



# KOULUTUS

## Syksyn 2010 koulutuksiin ilmoittautuminen on käynnistynyt

Syksyn 2010 koulutuksiin ilmoittautuminen on käynnistynyt. Voit tutustua uudistuneisiin, entistäkin laadukkaampiin ja nykyaikaisempiin peruskoulutuksiin sekä muihin ihaniin uutuuksiin koulutuksen internet-sivuilla.

Syksyn koulutukset löytyvät kattavasti koulutuskalenterista ja pähkinänkuoressa koulutusesitteestä, [www.svoli.fi/koulutus](http://www.svoli.fi/koulutus).

## Uudet opintopolut ja opintojen korvaavuudet

Voimisteluliiton koulutusjärjestelmän uudistuessa koulutuspolkunsija jo aloittaneet opiskelijat ohjataan yksilöllisesti opintopolullaan eteenpäin. Kaikkiin Voimisteluliiton koulutuksiin on mahdollista hakea vastaavien aiemmin suoritettujen opintojen hyväksi lukemista eli ns. korvaavuutta.

Vastauksia yleisimpiin kysymyksiin:

### Lapset, nuoret ja lajit

#### Mihin etenen Svoli Jumppakoulu -koulutuksen käytyäni?

**Valmentaja:** Svoli Jumppakoulu -koulutuksen jälkeen käydään lajitaidon peruskoulutus, fyysisen valmennuksen peruskoulutus, valmennuksen suunnittelun ja seurannan peruskoulutus sekä lajin ensimmäinen tuomarikoulutus. Suositeltavaa olisi suorittaa ensimmäisenä lajitaidon peruskoulutus, muiden koulutusten järjestyksellä ei ole väliä.

**Ohjaaja:** Ohjaajien I-tason koulutuskokonaisuutta täydennetään omavalintaisilla Voimisteluliiton koulutusjärjestelmän täydennyskoulutuksilla sekä valmentajille suunnatuilla peruskoulutuksilla.

#### Korvaavatko vanhat lajitaidon ja fyysisen valmennuksen peruskoulutukset uudistuneet vastaavat koulutukset?

Kyllä korvaavat. Vanha I-tason fyysisen valmennuksen peruskoulutus siirtyy II-tason koulutukseksi eli toisin sanoen vanhan I-tason fyysisen valmennuksen koulutuksen käyneen ei tarvitse enää käydä II-tason fyysisen valmennuksen koulutusta.

#### Olen suorittanut Svoli Jumppakoulu -koulutuksen, Lajitaidon peruskoulutuksen ja Fyysisen valmennuksen peruskoulutuksen (vanhat tai uudet). Mihin etenen seuraavaksi?

-Valmennuksen suunnittelu- ja seurantakoulutukseen ja lajien ensimmäiseen tuomarikoulutukseen.

#### Minulla on ohjaamisen ja opettamisen perustiedot ja -taidot, mutta voimistelunäkökulma puuttuu ja haluaisin syventyä siihen - mikä olisi minulle sopiva koulutus?

Svoli Jumppakoulu -täydennyskoulutus. Ohjaamisen perustiedot ja -taidot omaavilla (alan peruskoulutus käyty) ohjaajilla, valmentajilla ja liikunnan ammattilaisilla on mahdollisuus osallistua Svoli Jumppakoulu -täydennyskoulutukseen.

**Milloin lasten ja lajien II-taso uudistuu?** Vuoden 2011 aikana.

**Milloin seuraava III-tason lajitutkinto järjestetään?** Siitä tiedotetaan vuoden 2011 aikana.



## Aikuiset

### **Olen käynyt aiemmin ProFitness aerobic-ohjaajan peruskoulutuksen 1 - joudunko aloittamaan koulutuspolkuni uudelleen Ryhmäliikunnan ohjaajan peruskoulutuksesta?**

Koulutusjärjestelmä muuttuu vaihteittain, joten kaikki jo koulutuspolkunsa aloittaneet pääsevät etenemään siirtymävaiheessa oman koulutuspolkunsa mukaisesti. ProFitness aerobic-ohjaajan peruskoulutus osa 2 säilyy järjestelmässä vielä kevään 2011 ajan, joten ProFitness koulutuksen aloittaneilla on niin pitkään mahdollisuus edetä koulutuksessa normaalisti. Sama koskee myös Svoli Kuntojumppa ohjaajan peruskoulutuksen aloittaneita ohjaajia.

### **Olen kiinnostunut kuntojumppa ja muokkaustuntien ohjaamisesta - mistä koulutuksesta aloitan ohjaajaksi kouluttautumisen?**

Kaikki aikuisten ryhmäliikunnan ohjaamisesta kiinnostuneet aloittavat jatkossa koulutuksen Ryhmäliikunnan ohjaajan peruskoulutuksesta. Tämän koulutukseen käytyään ohjaaja voi valita oman mielenkiintonsa mukaan erilaisia jatkokoulutuksia. Ryhmäliikunnan ohjaajan peruskoulutuksessa on tavoitteena oppia perusteet esim. opettamisesta ja musiikin käytöstä, ja nämä asiat ovat yhteisiä kaikille ryhmäliikunnan ohjaajille.

### **Minulla on liikunnan alan peruskoulutus, mutta haluaisin lisätä osaamistani ryhmäliikunnan ohjaajana - mihin koulutukseen minun pitäisi hakeutua?**

Mikäli on omaa harrastajataustaa ryhmäliikunnasta, voi osallistua suoraan II-tason koulutukseen esim. ProFitness aerobic-ohjaajan jatkokoulutukseen. Halutessaan voi toki osallistua myös I-tason koulutuksiin oman kiinnostuksensa mukaan.

### **Minulla on käytynä erilaisia ryhmäliikunnan ohjaamiseen liittyviä koulutuksia eri tahojen järjestäminä - korvaavatko koulutukset Ryhmäliikunnan ohjaajan peruskoulutuksen?**

Korvaavuudet arvioidaan tällaisissa tapauksissa tarvittaessa henkilökohtaisesti. Ottamalla liittoon yhteyttä joko sähköpostilla tai puhelimitse, selvitämme, millaista osaamista aiemmista koulutuksista on saatu ja mitä ne meidän koulutusjärjestelmässämme korvaavat.

### **Millaisella aikataululla aikuisten ohjaajien koulutusjärjestelmä uudistuu?**

Koulutusjärjestelmä uudistuu vaihteittain vuosien 2010–2011 aikana. Ensimmäiset muutokset näkyvät koulutusjärjestelmässä tulevana syksynä ja uusi koulutusjärjestelmä on kokonaisuudessaan käytössä vuoden 2011 loppuun mennessä.

### **Lisätiedot**

Opintoneuvonta- ja korvaavusasioissa voi olla yhteydessä koulutuksen kohdalla mainittuun yhteyshenkilöön.

## **Koulutuspäällikkö Aalto-Nevalainen siirtyy opetusministeriöön**

Koulutuspäällikkö Päivi Aalto-Nevalainen on nimitetty opetusministeriön liikuntayksikön kulttuuriasianneuvoksen virkaan 1.5.2010 alkaen.

Uuden koulutuspäällikön valintaprosessi on käynnissä.



# Ajankohtaista koulutuksessa

## Pilates Level 1 ohjaajakoulutus (106 h)

Sportius Oy järjestää voimisteluseurojen ohjaajille räätälöidyn Pilates-ohjaajakoulutuksen. Koulutus johtaa sertifiointiin ja ohjaaja kykenee koulutuksen jälkeen ohjaamaan monipuolisia ja turvallisia Pilates-tunteja.

Aika ja paikka 31.7.–1.8., 28.- 29.8., 25.–26.9. ja

näyttökoe 30.10. Helsinki

Kouluttaja *Sportius Elite Trainer* Anna Lindblom

Hinta Jäsenille 1250 € + alv. (norm. 1450 € + alv.)

Tiedustelut ja ilmoittautumiset 30.6. mennessä [anna.lindblom@sportius.fi](mailto:anna.lindblom@sportius.fi)

[www.svoli.fi/koulutus](http://www.svoli.fi/koulutus) tai ilmoittautumiset(at)svoli.fi

## Hyvän olon jumppapäivä

Hyvän olon jumppapäivä ohjaajille ja jumppaajille 15.5. Vierumäelle on **täynnä**. Onneksi uutta on tulossa ks. syksyn Svoli Convention.

## Syksyn Svoli Convention 2.-3.10.2010 Helsinki

Svoli Convention tarjoaa virikkeitä ja uusia ideoita kaikille ryhmäliikunnan ohjaajille ja seuratoimijoille.

Monipuolisen koulutustapahtuman tuntitarjonnasta löytyy vaihtoehtoja aikuisten, lasten ja nuorten ohjaajille sekä seurajohtajille.

Tapahtuman kouluttajina toimivat kotimaiset huippuosaaajat sekä kansainväliset tähtikouluttajat.

Tiedustelut [hannele.lyytikka@svoli.fi](mailto:hannele.lyytikka@svoli.fi)

Ohjelma ja ilmoittautumismahdollisuus kesäkuusta lähtien Voimisteluliiton kotisivuilla

## Tilaa koulutus

Suomen Voimisteluliiton jäsenseuroille voidaan toteuttaa **tilauskoulutuksina kaikkia voimisteluliiton peruskoulutuksia sekä muun muassa seuraavia koulutuksia:**

Kunnon ruokaa voimistelijoille – seurailat  
Vauva kasvaa taaperoksi  
Babybic-tyyliin vauvojen kanssa  
Villisti välineillä  
Liiku ja seikkaile luonnossa

Koulutuspaikkana voi olla Voimisteluliiton järjestämät tilat tai asiakkaan osoittama paikka.

Lisätietoja [aluepäälliköiltä ja lajipäälliköiltä](#)



# Lasten, nuorten ja lajien koulutus

## Peruskoulutus I-taso

Koulutukset ajalla 29.5.–30.9.2010

### Svoli Jumppakoulu -koulutus startti, osa 1 (9 h)

22.8. Tampere

4.9. Helsinki

4.9. Pori

5.9. Turku

18.9. Kokkola

25.9. Helsinki

25.9. Jyväskylä

25.9. Kuopio

25.9. Oulu

**Svoli Jumppakoulu -koulutus, oppiminen ja ohjaaminen, osa 2**

**Svoli Jumppakoulu -koulutus, ohjaajana kehittyminen, osa 3, 7-12 v. ohjaajat**

**Svoli Jumppakoulu -koulutus, ohjaajasta valmentajaksi, osa 3, valmentajat**

**Svoli Jumppakoulu -koulutus, ohjaajana kehittyminen osa 3, 3-6 v. ohjaajat**

Svoli jumppakoulu osa 2 ja osat 3 on tarkoitettu osan 1 suorittaneille. Koulutuksen ajankohdat löytyvät koulutuksen internetsivuilta.

### Jumppakoulu -täydennyskoulutus (9 h) lajien kokeneille valmentajille / uusi

21.8. Helsinki

**Svoli Jumppakoulu – täydennyskoulutus**, tämä koulutus on kokeneille ohjaajille ja opetuksen ammattilaisille

9.10 Helsinki

10.10. Seinäjoki

## Täydennyskoulutus

**Perheliikunta ja alle kouluikäiset sekä tanssi ks. koulutuskalenteri.**

Koreografian peruskoulutus, 26.9. Tampere

### Lajit

Avaimet välinekoreografian rakentamiseen, **19.6. Valkeakoski**

Kilpa-aerobicin koreografiakoulutus, **21.8. Tampere**

Tarjan vinkit – **joukkuevoimistelovalmentajille, 12.9. Turku**

Terve urheilija - Nuoren kasvu ja **kehitys 7.9. Helsinki**

**Lajitaidon ja fyysisen valmennuksen peruskoulutus – on uudistunut**

Koulutuskalenterissa on tarkemmat tiedot uudistuneesta sisällöstä. Syksyn koulutusten ajankohdat löytyvät myös internetistä, koulutuksen sivuilta.

## II-III-Taso

Foundations of Gymnastics -koulutus **8.-15.8.** Suomen Urheiluopisto, Vierumäki  
Fyysisen valmennuksen jatkokoulutus **21.11.10 ja 9.1.11** Turku



# Aikuisten koulutus

## I-II-TASO

### Peruskoulutus

**Ryhmäliikunnan ohjaajan peruskoulutus - uusi** (24 h, josta 16 h lähiopetusta (kaksi erillistä päivää) ja etäoppimista 8 h

28.8. ja 18.9. Tampere  
4.9. ja 26.9. Helsinki  
11.9. ja 9.10. Turku  
9.10. Kokkola ja 13.11. Oulu  
30.10. ja 27.11. Kuopio

**ProFitness aerobic-ohjaajan peruskoulutus osa 2** - koulutuksia vielä keväällä 2011

22.–24.10 Helsinki  
26.–28.11. Tampere

**Svoli Kuntojumppa-ohjaajan peruskoulutus osa 2** - koulutuksia vielä keväällä 2011

30.–31.10. Helsinki

### Räätälöity Gymstick -koulutus Voimisteluliiton ohjaajille

Koulutuspaketti sisältää kahden päivän aikana taso 1 ja taso 2 koulutukset sekä kaksi Gymstick -ryhmäliikuntakonsepti dvd:tä ja cd:tä (arvo 100 €), Gymstick -original välineen (arvo 49.90 €). Gymstick ohjaaja manuaalin, jossa kattava liikepankki kuvineen. Paketti sisältää myös jokaiselle henkilökohtaisen Gymstick taso 1 ohjaaja -lisenssin (arvo 125 €), joka oikeuttaa kolmen avoimen Gymstick -konseptitunnin ohjaamiseen (Basic, Circuit ja Bootcamp). Taso 2. koulutus oikeuttaa käyttämään koreografioituja Cardio ja Muscle ryhmäliikuntatunti konsepteja ilman erillisiä lisenssimaksuja.

Gymstick -peruskoulutuksessa opit hyödyntämään Gymstick -välinettä monipuolisesti. Gymstick -koulutuksen ideoita ja ajatuksia pystyt käyttämään hienosti myös muilla tunneilla.

Aika ja paikka 4.-5.9. Helsinki  
Kouluttaja Sanna Kasurinen  
Hinta Jäsenille 365 €+ alv (norm. 395 €+ alv.)  
Tiedustelut sanna.kasurinen@gymstick.net , puh. 040-7330 318

Ilmoittautumiset 15.8.mennessä [www.svoli.fi/koulutus](http://www.svoli.fi/koulutus) tai ilmoittautumiset(at)svoli.fi

### Dance (8 h) UUTUUS

Dance -koulutus on luotu uutena konseptina tanssillisten tuntien kovaan kysyntään. Dance-tunneilla edetään tanssitunnin omaisesti. Ohjaajakoulutuksessa keskitytään läpikäytävien tanssien perusteisiin, improvisaatioon, luovan tanssin perusteisiin sekä tanssituntien kehittelyyn, suunnitteluun ja toteutukseen. Koulutuksessa läpikäytäviä tanssilajeja ovat mm. Show, Jazz, Dancehall ja Hip Hop. Näiden upeiden tanssien energiasta voit yhdistellä kivoja sarjoja tai tanssia niitä lajeittain. Tule mukaan energiseen menoon ja anna tanssin viedä mukanaan!

Aika ja paikka 18.9. Helsinki  
Kouluttaja Minna Antila  
Hinta Jäsenille 170 €+ alv (norm.190 €+ alv.)  
Tiedustelut ja ilmoittautumiset 1.9. mennessä minna.k.antila(at)gmail.com, 040-4121647

[www.svoli.fi/koulutus](http://www.svoli.fi/koulutus) tai ilmoittautumiset(at)svoli.fi

# LAJIT

## Voimistelupäiville haetaan järjestäjää 2012

Voimisteluliiton suurin vuosittainen tapahtuma, Voimistelupäivät järjestetään vuonna 2012 8.-10.6. Voimistelupäivät keräävät kaikki liiton lajit samaan tapahtumaan.

Vuoden 2010 tapahtumalle haetaan järjestävää seuraa. Vapamuotoiset hakemukset pyydetään lähettämään 7.6.2010 mennessä Marju Pajulle marju.paju(a)svoli.fi. Laita viestiin aiheeksi Voimistelupäivät 2012 hakemus.

## Tomi Tuuha hyppäsi Euroopan mestariksi

Suomen Tomi Tuuha hyppäsi Euroopan mestariksi Birminghamissä 22. - 25.4. käydyissä telinevoimistelun EM-kilpailuissa. Tuuha voitti erittäin kovatasoisen ja tasaisen kilpailun ennen Saksan Mathias Fahrigia ja Romanian Flavius Koczia.

Tomi Tuuhaa ja junioreiden MM-hopeaa joukkuevoimistelussa saavuttaneita Fosforeita juhliittiin 4.5. mitalikahveilla Helsingissä. Liitto palkitsi Tomi Tuuhan ja valmentajansa Timo Holopaisen stipendein aikuisten arvokilpailumitalista.

## Naisten telinevoimistelun lajianalyysi on valmistunut

Lajianalyysi on valmennuksen tärkeä työkalu harjoitteiden suunnitteluun. Naisten telinevoimistelun lajianalyysia on työstetty vuodesta 2007 lähtien ja on nyt valmis.

- Analyysiä tullaan päivittämään vuosittain, analyysin Voimisteluliitolle työstänyt Tiina Vilenius kertoo.

Lajianalyysi auttaa valmentajia hahmottamaan telinevoimistelun kokonaisuutena.

- Toivottavasti lajianalyysia osataan käyttää hyväkseen valmennusta suunnitellessa sekä seuran valmennustyötä organisoitaessa. Telinevoimistelu on paljon muuta kuin pelkkien taitojen opettamista, itse nykyään Kaliforniassa valmentajana toimiva Vilenius kertoo.

Naisten telinevoimistelun lajianalyysiä hyödynnetään Voimisteluliiton valmentajakoulutuksissa ja leireillä. Analyysi on hyödynnettävissä myös seuratasolla, sillä analyysi on kaikkien saatavilla Voimisteluwikiissä, <http://voimisteluwiki.svoli.fi/>.

## Joukkuevoimistelu

### Ilmoittaudu yli 14-v kilpasarjojen joukkueiden avoimelle valmennusleirille!

Leiri pidetään Kisakallion Urheiluopistolla 14.-15.8. Leirin sisältönä on lajitaitojen ja fyysisten ominaisuuksien harjoittelua.

Sitovat ilmoittautumiset 31.5. mennessä [paivi.ronkko@jyu.fi](mailto:paivi.ronkko@jyu.fi) Joukkueet otetaan ilmoittautumisjärjestyksessä. Joukkueella tulee olla mukanaan valmentaja. Ilmoittautumisen yhteydessä voi laittaa toiveita leirin sisällöstä ja kouluttajista. Ilmoita voimistelijoiden määrä ja syntymäajat ilmoittautumisvaiheessa.

Leirin hinta on 150 euroa sisältäen täysihoidon opistolla.

**Valmennusrinkien toimintakausi alkaa kesällä. Haku A- ja B-maajoukkuerinkiin sekä yli 14-v mestaruussarjojen joukkueiden trenirinkiin!**



## Kilpa-aerobic

### Lajivaliokunta tiedottaa

Lajivaliokunnan kokoukset pidettiin 13.3. ja 10.4. ja kokouksissa päätettiin mm. seuraavia asioita

- \* MM-delegaation nimet 12.-21.6. pidettäviin Kilpa-aerobicin MM-kilpailuihin (AG1, AG2, SEN)
- \* Koulutuksen kehittämisasioita, lue kohdasta koulutukset!
- \* UEG Coaches course & training camp, Cesenatico, ITA 3.-10.7.2010
- \* Päätettiin vastuutuomarit kevään kilpailuihin
- \* Päätettiin anomukset osallistua SM-kilpailuun, mikäli on loukkaantumisen tmv. pätevän syyn takia ollut estynyt osallistua Cup 1-kilpailuun
- \* Päätettiin SM-kilpailujen osalta tuomareiden poikkeusluvut
- \* Tuomarivaroitukset, vastuutuomari antaa varoituksia tuomareille esim. epäasiallisesta käytöksestä, sääntöjen rikkomisesta kilpailujen aikana ja tekee esityksen lvk:lle kortin kuivumaan ottamisesta tarpeen tullen
- \* Aerobic on mukana pääkaupunkiseudun Sport-lehden ja Elixian Aerobic-tapahtumassa
- \* Kesällä tullaan tekemään sääntöpäivityksiä, joissa tarkennetaan mm. luokkanousua ja luokkiin sijoittumista, käsitellään päivityksen 6.6. kokouksessa ja päivitettyt kansalliset säännöt tulevat voimaan 1.9.2010
- \* Rinkivalmentajat tekevät ehdotukset mahdollisista rinkitädennyksistä SM-kilpailujen perusteella

Seuraava lajivaliokunnan kokous on 6.6. Voimisteluliiton yhteinen toiminnansuunnittelu on 29.5. Lajikouluttajien kouluttajakoulutus 20.–21.6.2010 Kaikissa lajiasioissa tulee olla yhteydessä lajipäällikköön, tiina.koljander(at)svoli.fi tai puh: 0400 566 658

### Kilpailu

Kilpa-aerobicin SM-kilpailut järjestetään 14.–15.5.2010 Valkeakoskella. Lisätietoja kilpailuista löytyy [www.vakp.net/voimistelu](http://www.vakp.net/voimistelu)

Tuomareiden poikkeusluvut päätettiin 10.4. kokouksessa.

Voimistelupäivät -tapahtuma järjestetään 11.-13.6. Turussa. Ensimmäinen ilmoittautuminen päättyy 9.5. Alustavien aikataulujen mukaan, Kilpa-aerobicin kilpailupäivä on sunnuntai 13.6.

Vuonna 2011 järjestetään kaikkien lajien yhteinen SM-kilpailu Jyväskylässä. Kilpailun ajankohta on 15.-17.4.2011. Kilpailutapahtuma tuo Jyväskylään noin 1000 voimistelijaa ja valmentajaa. Yhteiset SM-kilpailut mahdollistavat katsojille voimistelun eri lajien näkemisen saman viikonlopun aikana. Kilpailuiden konseptia ovat rakentaneet liiton toimihenkilöiden lisäksi tulevat kisaorganisaatiot ja YLE. Tavoitteena on lähettää kisoista ohjelmaa TV:stä kaikkina kolmena kilpailupäivänä. Jyväskylän Voimistelijat ovat valmistelleet tapahtuman järjestämistä yhteistyössä Jyväskylän Naisvoimistelijoiden kanssa.

Kilpa-aerobicin osalta kilpailuissa ovat SM-sarjat eli AG 1, AG 2 ja SEN sarjojen alkukilpailut ja finaalit. Svoli-sarjojen, 4-5lk sekä 2-3lk kevätkilpailut, järjestetään erillisenä kilpailuna keväällä 2011. Kansallinen kilpailukalenteri 2011 julkaistaan kesäkuun aikana.

Svoli Aerobic Cup 3 järjestetään Tampereella 16.–17.10.2010 ja Svoli Aerobic Cup 4 Nokialla 30.–31.10. Kolmen lajin kilpailut 13.11. Tampereella

Kv-kilpailuista syksyn osalta on ilmoitettu 6.-11.10. Romanian Timisoara (WS) Haku kv-kilpailuihin tulee tehdä 15.6. mennessä



## Valmennus

3.-10.7. Cesenaticossa, Italiassa järjestettävälle UEG:n leirille on määräaikaan mennessä ilmoittautunut 4 voimistelijaa ja 1 valmentaja, matkaan lähtevät Seinäjoen Voimistelijoista Suvi Paganus, Sara Haapala ja Tuuli Tuomilehto sekä Porin NV:sta Eeva Aalto-Setälä sekä valmentajaksi Seinäjoelta Henni Takala.

Valmentajakoulukseen osallistuu Suomesta Kajaanin Eloa edustava ja lajivaliokunnassakin istuva Anna Kokko. Mukavaa matkaa Italian lämpöön ja antoisaa leiriä sekä valmentajakoulutusta!

Seuraavat rinkileirit järjestetään syksyllä:

- 4.-5.9. Junnuringin leiri, Varalan Uo
- 4.-5.9. Miniringin leiri, Varalan Uo
- 18.9. Sennutreenipäivä, Varalan Uo
- 2.10. Sydän-Suomen aluerinki, Tampere
- 3.10. Pohjois-Suomen aluerinki, Oulu
- 3.10. Etelä-Suomen aluerinki, Helsinki
- 3.-5.12. Junnu- ja sennuringin leirit, Varalan Uo

## Koulutus

Seuraava tuomarikoulutus (SM, vaikeus & päätuomarointi) järjestetään 4.-5.9. Tampereella, Varalan Urheiluopistolla. Ilmoittautumiset koulutukseen tulee tehdä 20.8. mennessä. Koulutuksen hinta on majoituksella 240€/hlö ja ilman majoitusta 180€/hlö.

Valmentajakoulutusta on tarjolla syksyllä runsaasti, toivottavasti mahdollisimman moni kilpa-aerobicvalmentaja löytää itselleen sopivaa lajikoulutusta Voimisteluliiton uudistetusta koulutustarjonnasta.

Kilpa-aerobicin Koreografiakoulutus UUSI! (6h) 21.8. Tampere, kouluttajana Johanna Nisula

Kilpa-aerobicin Lajitaidon peruskoulutus UUSI! (21h) 20.-21.11. Tampere, kouluttajana Anu Lehikoinen

Fyysisen valmennuksen peruskoulutus UUSI! (13h) 5.9. Tampere, 11.9. Turku, 19.9. Joensuu, 2.10. Seinäjoki  
Ilmoittaudu mukaan koulutuksiin [ilmoittautumiset@svoli.fi](mailto:ilmoittautumiset@svoli.fi) - varaa nopeasti paikkasi!

Lue lisää koulutuksista [täältä](#)

FIG:n kansainvälinen Valmentajakoulutus rantautuu Suomeen ja se järjestetään Tampereella Varalassa 25.-31.8.. Suomi voi ilmoittaa max. 4 valmentajaa ko. koulutukseen ja lajivaliokunnalle osoitetut hakemukset tulee lähettää lajipäällikölle 31.5. mennessä. Lajivaliokunta valitsee hakemusten perusteella osallistujat 6.6. kokouksessaan.

Vapaamuotoisessa hakemuksessa tulee käydä ilmi nimi, ikä, seura, ammatti, koulutus(voimistelu), valmennusvuodet sekä valmennettavien kilpailumenestys.



# Naisten Telinevoimistelu

## Kevään timanttimerkkitestit

### Timanttimerkkitestit Tuusulassa 21.5.2010

Perjantaina 21.5. klo 17-19 (2h) on mahdollisuus suorittaa timanttimerkkien liiketestit. Ilmoittautuminen timanttimerkkiteihin 10.5. mennessä satu.murtonen(at)svoli.fi. Hinta 20 € per voimistelija (sisältää vain testin) laskutetaan jälkikäteen seurakohtaisesti. Paikka: Veskula, Mahlamäentie 66, Tuusula

### Timanttimerkkitestit Turussa 11.–13.6.2010

Voimistelupäivillä on mahdollisuus suorittaa timanttimerkkien liiketestit. Tarkempi aika ja paikka ilmoitetaan lähempänä kesää. Ilmoittautuminen n 31.5. mennessä satu.murtonen(at)svoli.fi. Hinta 20 € per voimistelija (sisältää vain testin) laskutetaan jälkikäteen seurakohtaisesti.

### Palkitseminen

Kevään 2010 aikana, ennen Voimistelupäiviä, Timanttimerkin suorittaneiden palkitsemistilaisuus järjestetään Voimistelupäivillä Turussa lauantaina 12.6.2010.

Tarkempi aika ja paikka ilmoitetaan myöhemmin.

HUOM. Muistattehan, että Minorit 2011 ryhmään pyrkivillä tulee olla myös Timanttimerkki suoritettuna.

## Naisten telinevoimistelun kansainvälinen FinGym Helsingissä 22.-23.5.2010

Tutustu [kilpailunjärjestäjän nettisivuihin www.easyyone.fi](http://www.easyyone.fi). Olethan menossa mukana!

## NTV EYOF 2011

Projektin vetäjänä ja ryhmän valmentajana toimii Riitta Harju-Villamo. Ryhmään kuuluu tällä hetkellä **15 voimistelijaa** (synt. 1996–1997). Ryhmän kokoonpano tarkastetaan seuraavien kilpailujen jälkeen

- Kevään 2010 FinGym Helsinki
- Syksyn 2010 SM Rovaniemi (ryhmän koko pienenee 10 voimistelijaan)
- Kevään 2011 JSM Jyväskylä (ryhmän koko pienenee 8 voimistelijaan)

### Ryhmän alustavaa kalenteria 2010 ja 2011

- Leiri 16.–19.6.2010 Kuortane
- Leiri 19.–22.8.2010 Tampere
- Leiri 9.-12.12.2010 Kuortane
  
- Leiri 21.–23.1.2011 Tampere
- Leiri 23.2.–2.3.2011 Kuortane
- JSM 15.–17.4.2011 Jyväskylä
- JPM leiri Tampere
- JPM Islanti
- KV kilpailu toukokuu 2011
- Leiri 15.–21.6.2011 Tampere
- Leiri 10.–17.7.2011 paikka avoin
- EYOF Trabzon Turkki 24.–29.7.2011



# Miesten telinevoimistelu

## Tomi Tuuha hyppäsi Euroopan mestariksi

Suomen Tomi Tuuha hyppäsi Euroopan mestariksi Birminghamissä 22. - 25.4. käydyissä telinevoimistelun EM-kilpailuissa. Tuuha voitti erittäin kovatasoisen ja tasaisen kilpailun ennen Saksan Mathias Fahrigia ja Romanian Flavius Koczia. Sekä Fahrig että Koczi ovat moninkertaisia arvokisa mitalisteja aimmiltakin vuosilta.

Suomen edellisen EM-mitalin, rekin hopean, saavutti Jari Mönkkönen 12 vuotta aiemmin Pietarissa. Tätä ennen Suomen voimisteluhistorian ainoan Euroopan mestaruuden oli voittanut Lasse Laine permannolla vuoden 1967 kotikisoissa Tampereella.

## Suomen miehillä kelpo esitys EM-kisoissa

Suomen miesten telinevoimistelijoukkue esiintyi kohtuullisen hyvin Birminghamin Euroopan mestaruus kilpailuissa. Suomen joukkue sijoittui EM-kilpailussa 16. sijalle pistein 232,176. Samalla Suomi korjasi Helsingin PM-kilpailuiden "kauneusvirheen" ja oli paras pohjoismaa jättäen taakseen Tanskan ja Norjan joukkueet selkeällä erolla. Suomen joukkueessa voimistelivat Kalle Määttä, Markku Leinonen, Jouko Koskinen, Ilkka Kuusela ja Tomi Tuuha.

Ilahduttavinta suomalaisittain oli Tomi Tuuhan selviytyminen hypyn finaaliin. Tomin ensimmäinen hyppy (Tsukahara 2 ja puolella kierteellä) oli loppupisteissä koko kilpailun kolmanneksi paras. Toisen hypyn pieni epäonnistuminen (käsi hipaisi maata alastulossa) pisti tilanteen kuitenkin tiukaksi. Tomin lopullista sijoitusta saatiin jännittää kilpailun loppuun asti. Lopulta Tomi oli karsinnan seitsemäs ja kilpailee näin sunnuntain loppukilpailussa. Loppukilpailuun Tomi lähtee parantamaan etenkin toista hyppyään ja sitä kautta myös sijoitustaan.

## Suomen nuorten joukkue voimisteli kohtuullisen hyvin EM-kilpailuissa

Suomen nuorten telinevoimistelijoukkue (Heikki Niva, Kasper Holopainen, Jimi Päivänen, Petrus Laulumaa ja Heikki Saarenketo) voimisteli kohtuullisen hyvän kilpailun Birminghamin EM-kilpailuissa. Joukkue sijoittui kilpailussa 17. pistein 218,400. Eniten joukkueetulosta verotti muutamat isot epäonnistumiset hevosella. Onnistuneilla hevosliikkeillä Suomella olisi ollut mahdollista nostaa sijoitustaan muutamalla pykälällä.

Suomalaisittain parhaat sijoitukset olivat Petrus Laulumaan toinen varasija hyppyfinaaliin ja Heikki Nivan kolmas varasija kuusiottelun finaaliin.

## Suomen miehille mitaleita Helsingin PM-kilpailuista

Suomen miesten joukkue (Ilkka Kuusela, Jouko Koskinen, Markku Leinonen, Kalle Määttä ja Eetu Lahti) sijoittui kolmanneksi miesten Pohjoismaiden mestaruuskilpailuissa Helsingissä. Mestaruuden voitti Norjan joukkue ennen Tanskaa. Suomen tavoite voittaa mestaruus jäi lopulta noin viiden pisteen päähän, mutta miehet lupasivat korjata tilanteen (olemalla paras pohjoismaa) parin viikon päästä käytävissä EM-kilpailuissa.

Kuusiottelussa suomalaisista paras oli Markku Leinonen sijoittumalla 7. Sunnuntain telinefinaaleissa suomalaiset onnistuivat hieman lauantaista paremmin. Suomen mitalirohmu oli Ilkka Kuusela, joka voitti hevosen ja sijoittui nojapuilla sekä rekillä toiseksi. Pohjoismaiden mestariksi voimisteli myös Markku Leinonen voittamalla rengaskilpailun. Kolmas suomalaismitalisti oli Eetu Lahti, joka sijoittui hypyssä kolmanneksi.

## Suomen pojille menestystä PM-kilpailuissa

Suomen poikien joukkue sijoittui kolmanneksi alle 14-vuotiaiden Pohjoismaiden mestaruuskilpailuissa Helsingissä. Joukkueessa voimistelivat: Otto Vanhatalo, Nico Jakowleva, Joar Jernström, Emil Woivalin, Samu Ronkainen ja Leevi Hannula. Joukkue paransi selkeästi edellis vuoden suoritusta (ja sijoitusta) ja täytti mitalitavoitteensa. Perjantain kilpailun kruunasi Otto Vanhatalon voitto poikien kuusiottelussa. Otto voitti erittäin tiukan kilpailun viidellä sadasosalla ennen kahta ruotsalaista.

Lauantain telinefinaaleissa suomalaiset jatkoivat hyviä suorituksiaan. Suomen pojat ottivat telineiltä yhteensä kuusi mitalia. Joukkueen tavoite viikonlopulle oli ottaa mitali jokaisesta kilpailusta eli yhteensä kahdeksan mitalia. Tuo tavoite saavutettiin, joten joukkueen valmentajat olivat erittäin tyytyväisiä poikien suorituksiin koko viikonlopun aikana.



# Rytminen Voimistelu

## Kilpailuasias

### Joukkueiden SM-kilpailut 2010

Joukkueiden SM-kilpailu järjestetään 14.11. Tapiolan urheiluhallissa. Kilpailun järjestävät Esvoli ja Elise.

### MM-karsintakilpailut

MM-kilpailujen viimeinen ilmoittautumispäivä on 18.8. MM-karsintapäivämäärä on toistaiseksi lyömättä lukkoon, mutta alustavien suunnitelmien mukaan päivämäärä olisi 11.-17.8. välisenä aikana. Tarkka päivämäärä ilmoitetaan heti salin ratkettua. MM-kilpailut ovat avoimet sekä yksilöille että joukkueille. Lopullisista MM-valinnoista Suomen joukkueen osalta päättää VAR (valmennuksen asiantuntijatyöryhmä).

### Syksyn 2010 ja kevään 2011 kilpailut hakuun

Lajivaliokunta julistaa hakuun seuraavat kilpailut syksyille 2010 ja keväälle 2011:

#### Lokakuu

- luokkakilpailut 2,4,6, joukkueet
- Ikäkausikilpailut joukkue

#### Marraskuu

- joukkueiden SM, (naiset ja nuoret, sekä pre- junioreiden joukkuekilpailu)

#### Joulukuu

- luokkakilpailut 3,5,JM,M

#### Helmikuu

- Ikäkausikilpailut yksilöt
- Maalis-huhtikuu (naisten yksilöt)
- SM-karsinnat, SM-kilpailut + ikäkausimestaruuskilpailu lasten sarjoille

#### Huhtikuu

- luokkakilpailut 3, 5, JM, M

#### Toukokuu

- luokkakilpailut 2,4,6,joukkueet

Vuoden 2010 kilpailuja tulee hakea 1.8. mennessä ja vuoden 2011 kilpailuja 1.12. mennessä. Hakemukset tulee toimittaa lajipäällikölle osoitteella [terhi.toivanen@svoli.fi](mailto:terhi.toivanen@svoli.fi)

### Voimistelulajien yhteiset SM-kilpailut 2011

Suomen Voimisteluliitto valmistelee parhaillaan konseptia kaikkien kahdeksan lajinsa yhteisistä Suomen mestaruuskilpailuista. Tavoitteena on järjestää yhden viikonlopun aikana voimistelulajien yhteinen SM-kilpailutapahtuma, joka keräisi yli 1000 voimistelijaa.

Kilpailuiden konseptia ovat rakentaneet liiton toimihenkilöiden lisäksi tulevat kisaorganisaatiot ja YLE. Tavoitteena on lähettää kisoista ohjelmaa TV:stä kaikkina kolmena kilpailupäivänä.

Ensimmäinen, kaikkien lajien yhteinen SM-kilpailutapahtuma järjestetään Jyväskylässä 15.-17.4.2011. Kilpailutapahtuma tuo kaupunkiin noin 1000 voimistelijaa ja valmentajaa.

Yhteinen SM-kilpailutapahtuma järjestetään myös vuonna 2013, jolloin kilpailut käydään Tampereella. Jatkossa kaikki voimistelulajit järjestävät yhteisen SM-kilpailutapahtuman 3-4 vuoden välein.



## Tuomariasiaa

### Tuomarit MM-karsintaan ja MM-kilpailuihin

Rytmisen voimistelun lajivaliokunta tekee päätöksen MM-karsinnan ja MM-kilpailun tuomareista tuomariryhmän esityksen perusteella. Päätös tehdään valiokunnan 28.5. pidettävässä kokouksessa. Asiasta tiedotetaan heti kokouksen jälkeen.

### Syksyn 2010 tuomarikoulutukset

SM-tason (taso I) tuomarikoulutus järjestetään Svolin toimistolla 3.-5.9 ja starttikurssi (taso III) samassa paikassa 2.10. Tarkempaa tietoa tuomarikursseista ja muistakin Svolin kursseista saat syksyn kurssikalenterista, joka löytyy Svolin sivuilta [www.svoli.fi](http://www.svoli.fi)

### Tuomarikirjat

Starttikurssin ja tason II-tuomarikoulutuksen suorittaneet tuomarit saavat Svolista tuomarikirjat, johon merkitään suoritettavat koulutukset ja arvostellut kilpailut. Näin arvosteltujen kilpailujen määrää on helppo seurata. Jos sinulta vielä puuttuu tuomarikirja, ota yhteys lajipäällikköön [terhi.toivanen@svoli.fi](mailto:terhi.toivanen@svoli.fi) niin kirja toimitetaan sinulle.

## Valmennusasiaa

### Kesäleiri Kisakalliassa

Rytmisen voimistelun kesäleiri pidetään Kisakallion urheiluopistolla 21.-24.6.2010. Neljän päivän leiri hyvissä olosuhteissa luo leirille ideaalit puitteet. Kisakalliassa on myös Suomen ensimmäinen ”oikea” harjoitusala, jolla leiriläiset pääsevät harjoittelemaan. Leirin kouluttajina toimivat kotimaiset huippuvalmentajat Larisa Gryadunova ja Laura Ahonen. Leiriläiset jaetaan ryhmiin tason ja iän mukaan, jotta kaikki saavat leiristä mahdollisimman suuren hyödyn. Leiri on tarkoitettu ensisijaisesti 9-14-vuotiaille lajin harrastajille.

Ilmoittautumiset:

[http://www.svoli.fi/koulutus/koulutukset\\_ja\\_ilmoittautuminen/koulutushaku/?x316409=2097870](http://www.svoli.fi/koulutus/koulutukset_ja_ilmoittautuminen/koulutushaku/?x316409=2097870)

### Haluatko mukaan nuorten maajoukkuevalmennusryhmään?

Nuorten maajoukkuevalmennusryhmän toiminnasta kiinnostuneita pyydetään ottamaan yhteyttä N-valmentaja Laura Ahoseen [laura.ahonen@elise.fi](mailto:laura.ahonen@elise.fi). Vuosina 1995-98 syntyneet voimistelijat voivat tulla kokeilemaan valmennusryhmän harjoituksiin sovituaan asiasta N-valmentajan kanssa. Kokeilun hinta on 30-90€/kk, riippuen harjoituskertojen määrästä. Lopullisesta ryhmään pääsystä päättää N-valmentaja.

### Naisten maajoukkueeseen haetaan lisää voimistelijoita

Rytmisen naisten maajoukkueeseen haetaan uusia voimistelijoita. Joukkueen seuraava tärkeä tavoite on MM-kilpailut 20.-26.9 Moskovassa.

Voimistelijoiden tulee olla vuonna -95 tai aikaisemmin syntyneitä. Vuonna -95 syntyneet voimistelijat voivat olla kilpailukokoonpanossa aikaisintaan vuonna 2011. Nykyinen kilpailukokoonpano (A-rinki, kuusi voimistelijaa) harjoittelee 5-8 kertaa viikossa. Varalla olevat voimistelijat (B-rinki 2-5 voimistelijaa) tulevat harjoittelemaan noin 3 kertaa viikossa. Harjoitukset koostuvat pääsääntöisesti lajiharjoituksista, lisäksi harjoitteluun kuuluu mm balettia.

Tällä hetkellä joukkuevalmennusryhmässä on mukana 7 voimistelijaa, tarkoitus on nostaa määrä noin kymmeneen. Joukkue harjoittelee pääsääntöisesti Espoossa, mutta myös Helsingissä ja Kisakallion urheiluopistolla. Valmennuksesta vastaa Anneli Laine-Näätänen, lisäksi valmennustiimiin kuuluvat Anna Halonen, Terhi Toivanen, Antton Laine (koreografi), Sami Laaksonen (fysioterapia ja fyysinen valmennus).

Kiinnostuneita pyydetään ottamaan yhteyttä Anneli Laine-Näätäseen [anneli.laine-naatanen@ovo.fi](mailto:anneli.laine-naatanen@ovo.fi)



## Syksyn tehopäivä

Syksyn tehopäivä pidetään Kisakallion urheiluopistossa 27.8. Tarkempaa tietoa tehopäivästä, sen sisällöstä ja ilmoittautumisesta tulee heti kesäkuun alussa. Laita päivämäärä kuitenkin jo kalenteriisi.

## Seurojen ajatuksia valmennusjärjestelmästä kaivataan

Seurojen edustajien ja liiton yhteinen palaveri rytmisen voimistelun tulevaisuudesta järjestettiin Voimisteluliiton toimistolla 27.4. Tilaisuus oli hedelmällinen ja herätti paljon ajatuksia. Uusi tilaisuus järjestetään heti alkusyksystä. Kokouksessa sovimme seuraavista jatkotoimenpiteistä:

Seurojen edustajat tekevät halutessa kirjalliset esitykset valmennusjärjestelmän rungosta ja suunnasta ja palauttavat ne lajipäällikölle 15.6. mennessä

Voimisteluliitto kutsuu koolle ”työrökkäsen” (1 henkilö/seura) joka seurojen esitysten pohjalta valmistelee esityksen/vaihtoehtoisia esityksiä valmennusjärjestelmän kehittämiseksi. Seurojen edustajat kutsutaan uuteen keskustelutilaisuuteen alkusyksystä

Valmennusjärjestelmää mietittäessä on hyvä tutustua Huippuvoimistelun kehitysohjelmaan joka on tehty yhdessä Olympiakomitean kanssa. Kehitysohjelman löydät osoitteesta [http://www.svoli.fi/haku/?E\\*Q=Huippuvoimistelun+kehitysohjelma](http://www.svoli.fi/haku/?E*Q=Huippuvoimistelun+kehitysohjelma)

## TeamGym

### SeuraCup 2010 voitto HGK:lle

SeuraCup voitto ratkesi tiukassa kilpailussa vasta viimeisessä osakilpailussa 25.4. Cup 4 kilpailun yhteydessä Helsingissä. Voitto meni HGK:lle kahden pisteen erolla Tampereen Voimistelijoihin. Tulokset kevään Cup kilpailusta löytyvät Voimisteluliiton tulosarkistosta <http://www.svoli.fi/laiit/tulosarkisto/tg/>

### EM juniorimaajoukkue on valittu

Suomen TeamGym historian ensimmäinen junioreiden maajoukkue valittiin maaliskuussa. Valintatilaisuuteen osallistui 24 lahjakasta ja motivoitunutta voimistelijaa, joista joukkueeseen valittiin tällä kertaa näytön perusteella 14 voimistelijaa.

Joukkueeseen kuuluvat:

Hartio Marianne, Tampereen Voimistelijat  
Kekomäki Ninna, Joensuun Kataja  
Kempe Laura, Alppilan Salamat  
Malin Milja, Tampereen Voimistelijat  
Miinin Irina, Joensuun Kataja  
Ojaniemi Kaisa, Tampereen Voimistelijat  
Pirkanen Emma, Joensuun Kataja  
Riikonen Iiris, Alppilan Salamat  
Ruuti Tiia-Mari, Tampereen Voimistelijat  
Rasanen Heini, Jyväskylän Voimistelijat  
Salomaa Sonja, Tampereen Voimistelijat  
Tuokko Roosa, Alppilan Salamat  
Turunen Jutta, Joensuun Kataja  
Vauhkonen Elina, Fliku 82

Joukkue leireili onnistuneesti ensimmäisen kerran 23–24.4 Helsingissä. Joukkue leireilee ennen EM kilpailuita seuraavasti

14.–16.5. Joensuu  
14.–15.6. Tampere  
24.–31.7. Cesenatico  
20.–22.8. Jyväskylä  
10.–12.9. Tampere  
2.-3.10. paikka avoin

Joukkue osallistuu Voimistelupäiville Turkuun kilpailun ulkopuolisena joukkueena.



## SM kilpailut Tampereella 29.–30.5

### AIKATAULU

Lauantai 29.5.- Klo 11.00 3. luokka- Klo 16.00 Junioreiden SM-kilpailu ja 4. luokka

Sunnuntai 30.5.

- Klo 12.00 Senioreiden SM-kilpailu ja 2. luokka

Telinekokeilut alkavat noin 2 tuntia ennen kilpailun alkua. Tarkat kokeilu- sekä kilpailuaikataulut lähetetään ilmoittautuneille joukkueille kilpailuja edeltävällä viikolla. Huomioithan, että kilpailuaikatauluun saattaa tulla muutoksia, ilmoittautumisten määrästä riippuen.

Senioreiden SM kilpailu toimii toisena katsastuskilpailuna lokakuun EM kilpailuihin. Kilpailukutsu löytyy osoitteesta

<http://www.svoli.fi/lajit/teamgym/?x173358=1606131>

## Trampoliinivoimistelu

### Korkeammalle hyppäävälle korkeammat pisteet

**Yksilökilpailun pisteisiin lisätään jatkossa trampoliinisarjan aika.**

Trampoliinin tuomarointiin tulee 1.9.2010 alkaen uusi, objektiivinen suure, lentoaika. Lentoaika, eli sarjaan käytetty aika sekunneissa, lisätään yksilökilpailussa jokaisella kierroksella muihin pisteisiin. Ajanoton on tarkoitus tapahtua varta vasten kehitetyllä ajanottokoneella, joka kiinnitetään trampoliiniin. Trampoliinivoimistelun säännöissä on jo pitkään sanottu, että hyppyjen tulisi olla korkeita, mutta aiemmin vain korkeuden menetys on vaikuttanut pisteisiin. Sääntömuutoksen taustalla lienevät halu palkita voimistelijoita korkeasta sarjasta ja halu lisätä objektiivisen arvioinnin merkitystä lopputuloksiin. FIG:n trampoliinivoimistelun tekninen valiokunta esitteli lentoajan keväällä 2010 kahden vuoden tutkimustyön jälkeen.

Pistelasku tapahtuu yksilökilpailussa jatkossa niin, että ensimmäiseltä kierrokselta lasketaan yhteen kolmen tuomarin arvostelupisteet ja lentoaika sekunteina. Toiselta ja finaalkierrokselta lasketaan yhteen vaikeusaste, kolmen tuomarin arvostelupisteet ja lentoaika sekunteina. Täydestä sarjasta lentoaika lasketaan kymmenestä liikkeestä, keskeytyneestä sarjasta niin monesta liikkeestä kuin voimistelijan katsotaan sääntöjen mukaan tehneeksi. Kone määrittää lentoajan sekunnin tuhannesosan tarkkuudella, josta se pyöristetään viiden tuhannesosan tarkkuudelle. Synkrokilpailun ja DMT:n sääntöihin ei tule muutoksia.

Lentoaika tulee vaikuttamaan lajiin monella tavalla. Tärkeimpänä se kannustaa voimistelijoita tekemään sarjojaan yhä korkeammalla ja palkitsee korkeasta sarjasta. Kahden sekunnin ero sarjan lentoajassa tarkoittaa kahden pisteen etumatkaa korkeammalle hyppäävälle voimistelijalle joka kierroksella. Toiseksi tuomarijärjestelyt muuttuvat hiukan, sillä mukaan tarvitaan yksi lisätuomari hoitamaan ajanottoa. Jotta ajanotto voidaan toteuttaa tarkimmalla mahdollisella tavalla, tulisi Suomeen hankkia ajanottokoneita, joita meillä ei vielä ole.

Lentoaika on tarkoitus ottaa mukaan trampoliinin yksilökilpailun pistelaskuun 1. syyskuuta 2010 alkaen. Valiokunta voi tarvittaessa joutua mukailemaan yllä esiteltyjä sääntöjä, jos ajanotto joudutaan aluksi tekemään tavallisella sekuntikellolla. Kilpailevien voimistelijoiden ja heidän valmentajiensa on joka tapauksessa hyvä tässä vaiheessa tiedostaa, että sarjan korkeudella on syksystä lähtien entistä suurempi merkitys.

Lisätietoa aiheesta englanniksi ja linkki uuteen, englanninkieliseen Code of Points:iin <http://www.fig-gymnastics.com/vsite/vcontent/content/transnews/0,10869,5187-187975-19728-44545-305538-17968-5233-layout188-205197-news-item,00.html>



## Trampoliinivoimistelun maajoukkuevalmennusryhmää täydennetään

Trampoliinivoimistelun maajoukkuevalmennusryhmää täydennetään ja paikat ovat nyt haussa. Trampoliinivaliokunta valitsee maajoukkuevalmennusryhmän seurojen tekemien ehdotusten perusteella ja voimistelijat valitaan kilpailusaavutusten/tulosten perusteella.

Kirjalliset hakemukset tulee toimittaa Voimisteluliittoon 31.5. mennessä; kirsi.erofejeff-engman@svoli.fi tai Suomen Voimisteluliitto, Kirsi Erofejeff-Engman, Hämeentie 105 A, 00550 Helsinki

## Valintakriteerit maajoukkuevalintoihin MM-, WAGC- ja PM-kilpailuihin 2010

[Lisätietoja www.svoli.fi](http://www.svoli.fi) / lajit

## UEG:n trampoliinileiri 9. - 15. elokuuta Gillinghamissa

**Euroopan Voimisteluliitto järjestää leirin 11 - 17 -vuotiaille trampoliinivoimisteliijoille.**

Voimisteluliiton trampoliinivaliokunta valitsee lähtijät seurojen tekemien ehdotusten perusteella. Maajoukkuevalmennusryhmäläiset ovat valinnoissa etusijalla. Seura ei voi ilmoittaa vain voimisteliijoita, vaan mukaan täytyy lähteä vähintään yksi valmentaja. Valitut voivat olla eri seuroista. Valmentajat voivat ilmoittautua riippumatta siitä, lähteekö seurasta voimisteliijoita vai ei, mutta ne valmentajat, joilla on valmennettavia mukana, ovat valinnassa valmentajista etusijalla.

Maakiintiö on 5 voimistelijaa/3 valmentajaa/maa/laji.

Voimistelija voi ilmoittautua kahteenkin lajiin, mutta joutuu sitten paikan päällä päättämään valmentajansa kanssa, mihin harjoitukseen milloinkin osallistuu. Harjoitukset menevät ainakin osaksi päällekkäin eri lajeissa. Kaikki, jotka osallistuvat trampoliiniin, menevät trampoliinin kiintiöstä riippumatta siitä, osallistuuko sen lisäksi DMT:lle/TUM:lle tai ei. Pelkälle DMT:llekin voi osallistua. Silloin ei kuitenkaan voi osallistua ohjattuihin trampoliinin harjoituksiin ryhmän kanssa.

Leirin hinta on 370 euroa per osallistuja sisältäen majoituksen ja ateriat.

Leiri käydään englanninkielellä.

Kirjalliset hakemukset tulee toimittaa Voimisteluliittoon 4.6. mennessä; kirsi.erofejeff-engman@svoli.fi tai Suomen Voimisteluliitto, Kirsi Erofejeff-Engman, Hämeentie 105 A, 00550 Helsinki

## Trampoliinin uusittu lajitaidon peruskoulutus 28. - 29.8.2010

Koulutuksen päätavoitteena on oppia taitoharjoittelun yleisiä periaatteita, lajiliikkeiden tekniikkaa ja niiden opettamista liikekehittelyjen ja harjoitteiden kautta. Lisäksi koulutuksessa käsitellään taitotason mukaisten liikkeiden valintaa, harjoitusryhmän hallintaa, yksilön huomioon ottamista ja kokonaisvaltaisesti turvallisen valmennus-/ohjaustilanteen luomista. Koulutus painottuu käytännön opetukseen.

Koulutus on suunnattu voimistelulajien valmentajille ja ohjaajille. Koulutus järjestetään joukkuevoimistelussa, kilpa-aerobicissa, miesten telinevoimistelussa, naisten telinevoimistelussa, rytmisessä voimistelussa, TeamGymissä ja trampoliinivoimistelussa. Jokaiselle lajille on oma koulutuksensa.



# HARRASTEVOIMISTELU

## Voimistelu suomalaisten liikkujien suosiossa

Tuore kansallinen liikuntatutkimus suomalaisten urheilu- ja liikuntaharrastuksista vuosien 2009 - 2010 aikana kertoo voimistelun eri muotojen vahvasta suosiossa kaiken ikäisten keskuudessa. Myös tanssi harrastuksena kiinnostaa, ja tanssiharrastajien määrän nousu on suhteellisesti yksi suurimmista kaikkien liikuntalajien joukossa. Ikäihmisten (66 - 79 v) joukossa voimistelu on lajina suurimpien nousijoiden joukossa (27% kasvu).

Lisää tutkimuksesta voi lukea aikuisliikunnan osalta <http://www.svoli.fi/?x82360=2111448> sekä lasten ja nuorten liikkumisesta <http://www.svoli.fi/?x82360=2073890>

## Lapset

### Alueellisilla Asemilla koettiin voimistelun iloa

Kevään alueelliset Asemat keräsivät lähes 2500 innokasta voimistelijaa ja esiintyjää näyttämään taitojaan. Asemilla oli hieno tunnelma ja katsojia oli saatu paikalle todella runsaasti. Voimistelun iloa koettiin niin esiintymisalueella kuin katsomossakin.

Järjestävissä seuroissa tehtiin jälleen hienoa työtä. Mukana järjestävissä seuroissa oli tällä kertaa useita ensikertalaisia alueellisen Aseman järjestäjinä. Seurat selvisivät urakoistaan erinomaisesti. Alueellisen Aseman järjestäminen onkin seuroille hyvä mahdollisuus laajentaa osaamistaan.

Asemien onnistumisen kannalta erittäin tärkeässä roolissa ovat arvioitsijat eli Arvit. Joillakin alueilla on ollut ongelmia saada riittävästi Arveja omille Asemilleen. Olisi tärkeää, että seurat kouluttaisivat Arveja esim. ohjaajistaan. Arvi koulutus on maksutonta ja sitä voidaan järjestää esim. tilauskoulutuksena seuroissa. Lisätietoja tilauskoulutuksista saa oman alueen aluepäälliköltä

### Voimistelu ja tanssi ovat lasten ja nuorten suosiossa

Neljän vuoden välein kerättävän kansallisen liikuntatutkimuksen tulokset julkaistiin hiljattain. Voimistelu on tutkimuksen mukaan edelleen yksi lasten ja nuorten suosituimmista liikuntamuodoista. Liikuntaseuroissa harrastavien lasten ja nuorten osalta voimistelun harrastus on kasvanut ja voimistelu onkin seurassa liikkuvien lasten ja nuorten toiseksi yleisin harrastus.

Kaikkien lasten ja nuorten osalta tutkimuksessa näkyy omatoimisen liikunnan määrän lasku. Tämä on huolestuttava suuntaus, kun samalla tiedetään, että pelkkä seurassa liikkuminen ei useinkaan ole määrältään edes terveyden kannalta riittävää. Liikuntaseurojen toimintaan mennään mukaan entistä nuorempina; jo 3-6 -vuotiaista 29% on mukana liikuntaseurojen toiminnassa.

Tanssin harrastamisen suosio on noussut merkittävästi. Paitsi, että tanssin harrastajamäärät ovat nousseet, on tanssin potentiaalisia harrastajia myös paljon. Tanssin harrastajia on runsaasti jo alle 12-vuotiaiden ikäryhmissä. Tanssitoiminnan aloittaminen tai laajentaminen voisikin olla monelle seuralle hyvä mahdollisuus uusien harrastajien mukaan saamiseen.

Lisää tietoa tutkimuksen tuloksista löydät [nettisivuiltamme](#).

### Syksyn koulutukset

Syksy on seuroissa aktiivista kouluttautumisen aikaa. Koulutuskausi starttaa jo elokuussa, joten seuran ja ohjaajien koulutustarpeita on hyvä kartoittaa jo nyt keväällä. Uudistuneen Jumbapakoulu koulutuksen lisäksi lasten ohjaajille ja valmentajille löytyy monipuolista täydennyskoulutusta. Tutustu tarjontaamme [www.svoli.fi](http://www.svoli.fi) / koulutus.



## Kouluissakin voimistellaan

Liitto tekee aktiivista työtä voimistelun aseman ja näkyvyyden parantamiseksi kouluissa. Kevään aikana on järjestetty koululaisille kolme Asemaa (Rovaniemi, Tampere ja Turku), joissa liikkui yhteensä yli 500 lasta. Yhteistyötä tehdään aktiivisesti myös opettajia kouluttavien korkeakoulujen kanssa, joille on kevään aikana järjestetty mm. Arvi-koulutusta. Uutena yhteistyötahona on ollut keväällä Jyväskylän Yliopiston Liikuntatieteellinen tiedekunta, jonka kouluvoimistelun kurssiin liittyi mm. Arvi-koulutusta sekä opiskelijoiden tekemiä Jumppakoulu – teemaisia koulukäyntejä. Yhteistyössä oli vahvasti mukana myös paikallinen seura, Jyväskylän Naisvoimistelijat.

Koulu on hyvä paikallinen yhteistyökumppani seuroille. Liitto on tarjonnut seuroille vuoden ajan maksutonta tukimateriaalia paikallisten koulukäyntien tekemiseen. Koulukäynnit ovat seuroille mahdollisuus oman toiminnan esittelyyn ja jäsenhankintaan.

Koulukäynnit ovat olleet seuroille positiivisia kokemuksia, joiden kautta on pystytty tekemään luontevaa ja positiivista yhteistyötä seuran omassa toimintaympäristössä. Yhteistyömahdollisuutta on markkinoitu liiton taholta myös opettajille, joten aloite yhteistyöhön voi tulla koulunkin puolelta. Seura voi itse päättää, tarttuuko se tähän yhteistyömahdollisuuteen. Monet seurat ovat lähteneet toimintaan innokkaasti mukaan ja lukuvuoden aikana seurojen koulukäyntien kautta on tavoitettu lähes 10 500 oppilasta.

Koulujen ja seurojen yhteistyönä on toteutettu myös laajempia kouluvoimisteluun liittyviä hankkeita esimerkiksi Pohjanmaan alueella ja Savonlinnassa.

## Nuoret

### Svoli Show Finaalit keräsivät ennätysmäärän osallistujia

**Vuoden 2011 Finaalit Your Move suur tapahtuman yhteydessä.** Svoli Show Finaaleihin osallistui keväällä yli 1100 voimistelun ja tanssin harrastajaa.

Molempien tapahtumien järjestelyt onnistuivat yleisesti ottaen hyvin ja kehittämistä toivottiin Näytöksen rakenteeseen sekä molempien tapahtumien arvosteluun/tuomarointiin sekä sarjajakoihin. Palaute oli samansuuntaista kuin edellisellä vuonna ja mm. tanssituomaritoiminnan kehittämistä on jo aloitettukin ja uudistetut arviointiperusteet tanssi sarjojen puolelle pyritään saamaan valmiiksi ennen ensi syyskauden aloittamista.

Tapahtuman arvosteluperusteiden ja sääntöjen kehitystyö sekä kilpailun tuomarointi onkin erityisen haastavaa. Tapahtuman säännöt halutaan pitää väljinä, jotta kynnys osallistumiselle on mahdollisimman matalalla ja tapahtuman henki iloa ja elämyksiä tuottavana hyvän mielen tapahtumana säilyisi.

### Your Move haastaa nuoret järjestämään liikuntatapahtumia

Nuoren Suomen 13 -19 -vuotiaille suunnatun Your Move kampanjan keskeinen ajatus on osallistaa nuoria toimimaan ja vaikuttamaan omaan harrastamiseensa. Nuorille tarjotaan ilmaista aikuista tukihenkilöä "Moveria" sekä Järkkää tapahtuma – koulutusta tapahtuman järjestämisen avuksi. Kannustakaa nuoria järjestämään esimerkiksi seuran sisäinen näytös tai vaikka kilpailu. Nuoret voivat pitää tapahtumablogia ja ilmoittaa tapahtumista Your Move nettisivuilla

Kampanja huipentuu nuorten ideoimaan vuoden 2011 suur tapahtumaan Helsingissä. Suomen Voimisteluliitto järjestää tapahtuman yhteydessä 27–29.5 Svoli Show Finaalin, johon lunastetaan osallistumisoikeus alueellisista tapahtumista. Aluetapahtumat järjestetään useimmilla alueilla marras-joulukuussa. Muutamalla alueella tapahtuma on vasta kevään puolella, jolloin alueellisten ja valtakunnallisen tapahtuman väli ei kasva turhan pitkäksi. Alueiden tapahtumat ovat avoimia kaikille.

<http://www.nuorisuomi.fi/yourmove-kampanja>  
<http://tapahtumat.yourmove.fi/your-move-2011-suurtapahtuma>  
[www.yourmove.fi](http://www.yourmove.fi) ja [www.svoli.fi/nuoret/yourmove](http://www.svoli.fi/nuoret/yourmove)



## Aikuiset

### Aikuisten ohjaajien koulutusjärjestelmä uudistuu

**Aikuisten ohjaajien koulutusjärjestelmän uudistus toteutetaan vaiheittain vuosien 2010–2011 aikana. Ensimmäiset uudistukset näkyvät syksyn koulutustarjonnassa.**

Uutena koulutuksena järjestelmästä löytyy aloitteleville ohjaajille suunnattu Ryhmäliikunnan ohjaajan peruskoulutus. Koulutuksen tavoitteena on, että sen käytyään ohjaaja pystyy aloittamaan aikuisten tuntien ohjauksen (esim. kuntojumppa tai perusaerobic) sekä saa hyvän pohjan jatkokouluttautumiseen. Tarkoituksena on, että kaikki uudet ohjaajat aloittavat kouluttautumisen Ryhmäliikunnan ohjaajan peruskoulutuksesta ja sen vuoksi ProFitness aerobic-ohjaajan peruskoulutus 1 ja Svoli Kuntojumppa-ohjaajan peruskoulutus 1 ovat poistuneet koulutustarjonnasta. Tarkempia tietoja Ryhmäliikunnan ohjaajan peruskoulutuksesta löytyy [nettisivuilta](#).

Uudistus toteutetaan vaiheittain ja kaikki aiemmin käydyt koulutukset huomioidaan korvaavuuksina uudessa koulutusjärjestelmässä. Ohjaajilla, jotka ovat käyneet ProFitness aerobic-ohjaajan peruskoulutuksen 1 tai Svoli Kuntojumppa-ohjaajan peruskoulutuksen 1, on vuosi aikaa suorittaa kyseisen koulutuksen osa 2, jonka jälkeen myös koulutusjärjestelmän nämä portaavat uudistuvat. Korvaavuuksista löytyy lisää tietoa tämän tiedotteen koulutusosioista.

Syksyn koulutukset käynnistyvät jo elokuussa, joten seuran ja ohjaajien koulutustarpeita on hyvä alkaa kartoittaa keväällä sekä kesällä. Lisätietoja koulutus uudistuksesta saa Heli Pekkalalta (etunimi.sukunimi@svoli.fi) sekä Hannele Lyytikäلتä ([etunimi.sukunimi@svoli.fi](mailto:etunimi.sukunimi@svoli.fi))

### Kesäjumppapaketteja voi vielä tilata

Voimistelu sydämen asialla -yhteistyö PuNainen-kampanjan kanssa on synnyttänyt voimisteluseuroille upean Kesäjumppapaketin 2010. Ensimmäinen noin 100 kpl erä on jo toimitettu tilanneille seuroille. Paketteja on vielä 20 kpl tilattavissa, joten toimi nopeasti. tarkemmat tilausohjeet ja lomake [tästä](#).

### Liiku terveemmäksi -tapahtumat

Maailman terveysjärjestö WHO haastaa kaikki maailman maat viettämään Move For Health / Liiku Terveemmäksi -päivää 10.5.2010. Kaikki kevään ja alkukesän aikana järjestettävät liikuntatapahtumat voidaan kytkeä osaksi tätä terveysliikuntakampanjaa, niiden ei tarvitse toteutua juuri kyseisenä päivänä.

Myös voimisteluseurojen kannattaa ilmoittaa omat kevät- ja kesätapahtumansa [www.liikuterveemmaksi.fi](http://www.liikuterveemmaksi.fi) -sivustolle. 16.5. mennessä ilmoitetut tapahtumat ovat mukana arvonnassa, jossa voi voittaa terveysliikuntaan liittyvää materiaalia.

Voimisteluliitto ja Sydänliitto järjestävät Kesäjumppa sydämen asialla -avaustapahtuman 10.5. Pasila-hallissa. Tapahtuma käynnistää kesäjumppakauden ja toimii samalla tiedotustilaisuutena liittomme yhteistyötahoille sekä sidosryhmiemme henkilökunnalle.



## KILTA

### Kultaisen län Voimistelufestivaaliin suuri suomalaisjoukko

Alustavat ilmoittautumiset Portugalissa lokakuussa 2010 järjestettävään 50+ ikäisten harrastevoimistelutapahtumaan kerättiin huhtikuun aikana. Suomesta on lähdössä suuri, yli 180 hengen ryhmä, jotka edustavat 11 eri seuraa. Seuraavat seurat ovat ilmoittautuneet mukaan omilla tai yhdessä valmistelemillaan esitysohjelmilla:

Turun Naisvoimistelijat  
Säkylän Naisvoimistelijat  
Borgå Gymnastikförening  
Gymnastikföreningen i Helsingfors/ Isadora  
Gymnastikföreningen i Helsingfors  
Helsingfors Gymnastikklubb  
Hejdi Hangö Gymnastikförening  
Kotkan Naisvoimistelijat  
Oulun Tarmo  
Ruoveden Naisvoimistelijat  
Tampereen Naisvoimistelijat

Mikäli seurassanne on 50+ ikäinen vähintään 6 hengen ryhmä, joka vielä harkitsee mukaan lähtemistä, ottakaa yhteyttä leeni.asola-myllynen(at)svoli.fi tai sanna.maatta(at)svoli.fi

### Pohjanmaan kiltalaisten kotiseutupäivä Nurmossa

#### Nurmon Jymyn Jumpparien Uskollisuuden kiltta kutsuu

Pohjanmaan kiltalaiset viettämään Kotiseutupäivää Nurmossa

**la 14. 08. 2010** Kokoonnumme Prisman parkkialueella Hyllykalliontie 2. Mahdollisuus omakustanteiseen kahviin Prisman Presso – kahviossa. Pakkalan bussi odottaa Prisman ulko-ovi 1:n pysäköintialueella. Matka alkaa klo 9.30. Päivän aikana tutustumme perinteiseen ja nyky-Nurmoon.

#### Ohjelma:

klo 9.45 Nurmon kirkko ja sankarihautausmaa  
n. klo 10.30 Atria  
n. klo 11.30 Golf Ruuhikoski  
n. klo 12.00 Lankarin leirikeskus, ruokailu  
n. klo 14.15 Keski-Nurmon uusi koulu, voimisteluesityksiä  
n. klo 15.00 Tanelinlammen alue  
n. klo 15.20 Hyllykallion seurakuntakoti, kahvi

Takaisin Prisman pihassa ollaan noin klo 16.00. Päivän kustannukset yhteensä 30 €/ osallistuja. Ilmoittautumiset (+ erityisruokavaliot) kelloittain ma 14.06 mennessä Nurmon Jumpparien Uskollisuuden kilttaan: Annikki Rauni, Vellamontie 5 B 4, 60510 Hyllykallio, puh 050 532 6700, annikki.rauni(at)netikka.fi

TERVETULOA! Nurmon Jymyn Jumpparien Uskollisuuden Kiltta



## Savo – Karjalan alueen kiltalaisten syysretki

**Lauantaina 25.9.2010 Kolille**

Retkipäivän ohjelmaan kuuluu mm. opastettu Huippujen kierros tai vaihtoehtoisesti opastettu kierros luontokeskus Ukko – museossa

ja Koli multivideoesityksenä.

Keittolounas tarjotaan Mattilan tilalla, jonka Metsähallitus on kunnostanut kulttuuritoimintaa varten kansallispuiston alueelle.

Retken hinta 30 € sisältäen tarjoilun

Lisätiedot: kiltavastaava Liisa Leivoselta 050 – 3310838 tai [liisalehvonon\(at\)elisanet.fi](mailto:liisalehvonon(at)elisanet.fi).

Ilmoittautuminen killoittain 10.9.2010 mennessä. Retkipäivän tarkka ohjelma on elokuun kiltatiedotteessa. Tervetuloa!

## Kilta 60 – vuotta Juhlavuoden Kiltapäivä

Toivotamme kiltalaiset kautta Suomen tervetulleeksi yhteiseen juhlapäivään

**la 27.11.2010 klo 10.00 – 15.00 ja Svolin syyskokoukseen alkaen klo 16.00 Helsingin Messukeskuksessa**, Messuaukio 1 (Pasilan rautatieasemaa vastapäätä).

- Juhlavuoden päätapahtuman onnistumiseksi olemme saaneet sekä Liisa Orkon ja Kaarina Kari säätiön apurahaa, ja tämän perusteella juhluvuoden kunniaksi tarjoamme kiltalaisille erityisen edullisen osallistumismaksun.
- Liisa Orkon apurahan turvin jokaisesta Suomen killasta kutsumme yhden henkilön osallistumaan maksutta kiltapäivään.
- Osallistumismaksu: 55 € sisältäen ohjelman, kahvituksen ja lounaan
- Tähtiesiintyjämme näyttelijä / laulaja Pirkko Mannola viihdyttää meitä mm. kertomalla vireästä ikääntymisestä.
- Muita esiintyjä mm. Inkeri Simola-Isaksson ja Seija Toivonen
- Kiltapäivässä mahdollisuus ostaa juhluvuoden KILTAPAITA

Ilmoittautumiset: 15.10.2010 mennessä

Helena Hirvonen puh. (09) 5430 3330 tai [helena.hirvonen@svoli.fi](mailto:helena.hirvonen@svoli.fi)

Huom ! Samanaikaisesti Helsingin Messukeskuksessa on mm. Elma maaseutu- ja Metsä 2010 messut sekä Kädentaito 2010 messut. Kiltapäivän jälkeen on mahdollisuus tutustua messuihin Lipun voi tilata ilmoittautumisen yhteydessä Voimisteluliitosta edulliseen hintaan á 5 €



# ALUEET

## Kesäleirit 2010

### Savo-Karjala

Voimistelu Sporttileirillä 8.-11.6.10 Joensuussa ja 9.-11.6.10 Siilinjärvellä.  
Lisätietoja: mervi.arsiola(at)svoli.fi tai puh (017) 261 3663.

### Sydän-Suomi

Lajileiri 8.-12.6. Ruovedelle ja KIVA-leiri 19.–20.6. Valkeakoskella, lisätietoa Sydän-Suomi.

### Länsi-Suomi

Svoli Camp Sporttiseikkailuleiri 10.–13.6.2010 Ulvila (leiri täynnä)

### Etelä-Suomi

Joukkuevoimistelijoiden kesäleiri 7.-10.6.10 Mäntsälässä (leiri täynnä).  
Jumppaseikkailuleiri 7.-10.6.10 Mäntsälässä (leiri täynnä)

## Ilmoittaudu mukaan voimisteluviikolle

Voimisteluliiton seura- ja voimistelutoiminta esittäytyvät voimisteluviikolla 28.8 - 4.9.2010 seuraavissa kauppakeskuksissa:

Kauppakeskus Kamppi - Helsinki  
Jumbo - Vantaa  
Hansakortteli - Turku  
Koskikeskus - Tampere  
Palokan Prisma - Jyväskylä  
Kauppakeskus Iso Myy - Joensuu  
Päivärannan Citymarket - Kuopio  
Torikeskus - Seinäjoki

**Ilmoittautumiset 1.6. mennessä**, linkki ilmoittautumislomakkeeseen tästä  
<http://www.svoli.fi/svoli/tapahtumat/voimisteluviikko/>

## Jäsentieto-ohjelmalla rekisterit ajantasalle

Jäsentieto-ohjelma on tarkoitettu kaikille voimisteluseuroille. Perusversio on seuralle ilmainen. Ottamalla jäsentieto-ohjelman seuranne käyttöön, varmistatte tiedonkulun liitosta seuraanne.

## Lisätuna Voimistelu – lehti ohjaajille ja valmentajille

Kun seura ottaa käyttöönsä Jäsentieto-ohjelman, saavat seuran ohjaajat ja valmentajat kaksi kertaa vuodessa veloituksetta Voimistelu-lehden kotiinsa.

## Rekisterit ajan tasalla

Seura ylläpitää puheenjohtajan, rahastonhoitajan, ohjaajien yms. henkilöiden yhteystiedot omassa rekisteriversiossaan. Seuran päivittämät henkilötiedot siirtyvät sähköisesti liittoon. Seuran ei tarvitse ilmoittaa enää erikseen henkilö- tai osoitemuutoksia.

## Tilaukset ja käyttötuki

Ilmaisen perusohjelmaversioon seura saa käyttöönsä heti kun tilaa tunnukset ja sopimuskappaleen liitosta. Seuralla ei tarvitse olla käytössä omia kotisivuja, internet-yhteys riittää.

**Demotunnuksien ja sopimuskappaleiden tilaus** tai sähköpostilla  
sanna.heikkila(at)svoli.fi.

Käyttötukea annetaan sähköpostitse ja puhelimitse, yhteyshenkilö on Sanna Heikkilä, sanna.heikkila(at)svoli.fi 09 - 5490 3383.



# ETELÄ-SUOMI

## Etelä-Suomen koulutukset syksyllä 2010

Ilmoittautuminen syksyn koulutuksiin on alkanut. Muistathan varata paikkasi ajoissa. Lisätietoja koulutuksista saat [www.svoli.fi](http://www.svoli.fi) / koulutus.

## Etsimme tapahtuman järjestäjää kevään 2011 tapahtumille

Etelä-Suomen alue etsii järjestäjäseuraa kevään 2011 joukkuevoimistelun aluekilpailuille sekä asematapahtumalle. Hakemukset tapahtuman järjestämisoikeudesta tulee osoitteessa aluepäällikölle toukokuun loppuun mennessä.

Lisätietoja  
Eevakaisa Niemi  
aluepäällikkö  
eevakaisa.niemi(at)svoli.fi  
p. 09 5490 3385

# LÄNSI-SUOMI

## Porin Aluetoimiston kesäaika

Aluetoimisto Porissa on suljettu 28.6.–8.8.2010 välisenä aikana

Lomien jälkeen aluetoimisto avautuu 9.8. alkaen.

Koulutuksiin voi ilmoittautua normaalisti nettisivujen sähköisen lomakkeen kautta [www.svoli.fi](http://www.svoli.fi) / koulutus tai [ilmoittautumiset@svoli.fi](mailto:ilmoittautumiset@svoli.fi)

Voimisteluliiton Helsingin toimisto palvelee p. 09 5490 331 tai [toimisto@svoli.fi](mailto:toimisto@svoli.fi)  
Helsingin toimisto on suljettuna heinäkuun ajan

## Alueringinleirit ja Treenipäivät

**Treenipäivien ilmoittautuminen on käynnistynyt ja ne täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä.**

Alueringinleiri 10 - 12 vuotiaat, Lietohalli, 28.-29.8.2010

Alueringinleiri 12-14 vuotiaat, Lietohalli, 11.-12.9.2010

Treenipäivä 10 - 12 vuotiaat, kouluttajat Ulla Meltsas ja Ville Almenoksa, Turku  
3.10.2010

Treenipäivä 12 - 14 ja yli 14- vuotiaat, kouluttajat Johanna Ahlqvist ja Hanna Rajantie,  
Pori 9.10.2010

Nupputreenipäivä alle 10 vuotiaat, kouluttajat Ville Almenoksa ja Saara Rinne, Pori  
10.10.2010

Lisätiedot Treenipäivistä löydät [www.svoli.fi](http://www.svoli.fi) / koulutus.

Oletko jo tutustunut uudistuneeseen valmennusjärjestelmään ja hakumenettelyyn leirien ja treenipäivien osalta

## Alueen koulutukset syksyllä

### Lasten ja nuorten koulutukset

- Jumbakoulu OSA 1, Pori, 4.9.2010
- Jumbakoulu OSA 1, Turku 5.9.2010
- Jumbakoulu OSA 2, Turku 2.-3.10.2010
- Jumbakoulu OSA 2, Pori 9.-10.10.2010
- Jumbakoulu OSA 3, 7-12 v. Valmentajat Turku 31.10.2010
- Jumbakoulu OSA 3, 7-12 v. Ohjaajat, Pori 20.11.2010
- 
- Perheliikunnan perusteet, Turku, 11.-12.9.2010
- Taaperot telmivät ja temppuilevat, perheliikuntaa yli 1 vuotiaiden ohj. Pori, 26.9.2010
- Sadulle Siivet, 3-5 vuotiaiden ohjaajille, Satu Sopanen, Turku, 10.10.2010
- 
- Katin Tanssi Special 7-12 vuotiaiden ohjaajille, Kati Koivisto, Pori, 25.9.2010
- Show Pop ja HipHop - nuorten ohjaajien ideapäivä, Riina Olmala, Pori, 17.10.2010

### Lajikoulutus

- Fyysisen valmennuksen peruskoulutus (uusi), Turku 11.9.2010
- Tarjan Vinkit - JV-valmentajille, Tarja Rasimus-Järvinen, Turku 12.9.2010
- 
- JV Lajitaidon peruskoulutus (uusi), Johanna Ahlqvist, Pori 2.-3.10.2010
- 
- Joukkuevoimistelun Tuomarikoulutus 1 ja 2, Raisio 25.-26.9.2010
- Joukkuevoimistelun Tuomarikoulutus 3, Raisio 16.-17.10.2010
- 
- Fyysisen valmennuksen jatkokoulutus (uusi) Turku 21.11.2010 ja 9.1.2011

### Koulutukset Aikuisten ohjaajille

- Riikan valloittava Flow Special, Riikka Virkajärvi, Turku 4.9.2010
- 
- Ryhmäliikunnan ohjaajan peruskoulutus (uusi) Turku osa 1, 11.9.2010
- Ryhmäliikunnan ohjaajan peruskoulutus Turku osa 2, 9.10.2010
- 
- Kehonhuolto Special, Stefan Westerback, Pori 19.9.2010
- 
- Elinvoimaa ja energiaa kultaisiin vuosiin, Päivi Vastamäki, Turku 26.9.2010
- 
- Step, Body & Mind, Pertti Ylä-Outinen, Turku 3.10.2010
- SalsaMix á la Zumba, Oliver Paredes, Pori 10.10.2010
- 
- Löydä oma tähtesi - tanssin energiaa ja fiilistä aikuisten tunneille, Lasse Muuronen, Turku 17.10.2010

### Seurajohtajakoulutus

- Seuran Taloushallinto, Kristiina Grönroos, Turku 11.9.2010 klo 12.00 - 16.00
- Voimisteluseuran johtamisen perusteet, Turku 9.10.2010 klo 11.00 - 17.00

Ilmoittautumiset koulutuksiin ovat alkaneet. Tutustu syksyn koulutuskalenteriin [www.svoli.fi / koulutus](http://www.svoli.fi/koulutus).

Opintoneuvontaa ja lisätietoja koulutuksista Eija Ojala puh. 050 5587 228

**Tervetuloa koulutukseen - sijoita osaamiseen ja uudistumiseen**



# POHJANMAA

## Pohjanmaan aluetoimiston kesäaika

Voimisteluliiton Pohjanmaan aluetoimisto on suljettu 5.7.–10.8.

Voimisteluliiton Helsingin toimisto palvelee p. 09 5490 331 tai toimisto(at)svoli.fi. Helsingin toimisto on suljettuna heinäkuun ajan.

## Ilmoittautuminen syksyn koulutuksiin on käynnissä

Ilmoittautuminen Pohjanmaan syksyn 2010 koulutuksiin on käynnistynyt. Alueella järjestetään jälleen monipuolisesti ohjaajien ja valmentajien peruskoulutuksia sekä ideapäiviä. Ilmoittautumiset [www.svoli.fi](http://www.svoli.fi) / koulutus.

### Lasten, nuorten ja lajien ohjaaja- ja valmentajakoulutukset:

Svoli Jumppakoulu -koulutus osa 1, 18.9. Kokkola  
Svoli Jumppakoulu -koulutus osa 2, 9.-10.10. Kokkola  
Svoli Jumppakoulu -koulutus, osa 3 (3-6-v.), 20.11. Kokkola  
Svoli Jumppakoulu -täydennyskoulutus, 10.10. Seinäjoki

Lajitaidon peruskoulutus, NTV, 25.–26.9. Vaasa  
Fyysisen valmennuksen peruskoulutus, 2.10. Seinäjoki

Jumppajuhlaa lasten tunneille, 9.10. Seinäjoki  
MixDance-ohjaajakoulutus, 25.9. Seinäjoki

### Aikuisten ohjaajien koulutukset:

Ryhmäliikunnan ohjaajan peruskoulutus, 9.10. Kokkola ja 13.11. Oulu

Salsamix á la Zumba, 26.9. Seinäjoki  
Teijan työkalupakki kuntojumppaan, 6.11. Kokkola

## Treenipäivät täyttyvät ilmoittautumisjärjestyksessä

Pohjanmaan alueella järjestetään syksyllä 2010 kaksi treenipäivää:

Naisten telinevoimistelun treenipäivä 5.9. Vaasa. Joukkuevoimistelun treenipäivä alle 10-vuotiaille 18.9. Seinäjoki. Treenipäivien ilmoittautuminen on käynnistynyt ja ne täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä

## Nurmon kiltalaiset kutsuvat kotiseuturetkelle

Nurmon Jymyn Jumpparien Uskollisuuden kilta kutsuu Pohjanmaan kiltalaiset viettämään Kotiseutupäivää Nurmossa lauantaina 14.8.2010. Kokoonnumme Prismen parkkialueella Hyllykalliontie 2. Mahdollisuus omakustanteiseen kahviin Prismen Presso – kahviossa. Pakkalan bussi odottaa Prismen ulko-ovi 1:n pysäköintialueella. Matka alkaa klo 9.30. Päivän aikana tutustumme perinteiseen ja nyky-Nurmoon.

### Ohjelma:

klo 9.45 Nurmon kirkko ja sankarihautausmaa  
n. klo 10.30 Atria  
n. klo 11.30 Golf Ruuhikoski  
n. klo 12.00 Lankarin leirikeskus, ruokailu  
n. klo 14.15 Keski-Nurmon uusi koulu, voimisteluesityksiä  
n. klo 15.00 Tanelinlammen alue  
n. klo 15.20 Hyllykallion seurakuntakoti, kahvi  
Takaisin Prismen pihassa ollaan noin klo 16.00.

Päivän kustannukset yhteensä 30 €/ osallistuja. Ilmoittautumiset (+ erityisruokavaliot) killoittain ma 14.06. mennessä Nurmon Jumpparien Uskollisuuden kiltaan: Annikki Rauni, Vellamontie 5 B 4, 60510 Hyllykallio puh 050 532 6700, annikki.rauni(at)netikka.fi TERVETULOA! Nurmon Jymyn Jumpparien Uskollisuuden Kilta



# POHJOIS-SUOMI

## Yhteistyöstä teitä lämpimästi kiittäen

Vuodet ovat vierähtäneet, on aika kiittää ja hyvästellä teitä seuratoimijoita aluepäällikön roolin päättyessä. Vuonna 1998 sain mieluisan uuden työtehtävän ja aloitin innokkaana uutena Pohjois-Suomen aluepäällikkönä silloisessa Suomen Voimistelu- ja Liikuntaseurat Svoli ry:ssä. Olen saanut kulkea kanssanne hienon matkan vapaaehtoistyötä tukien. Voimisteluliikunta monessa eri muodossa on ollut yhteinen aiheemme ja sen eteen olemme tehneet ahkerasti yhdessä töitä. Matkani aluepäällikön työssä on ollut hyvin mieluinen, mutta haastava tässä muuttuvassa yhteiskunnassa. Olen saanut kokea monet muutokset kanssanne ja erityisen lämmöllä muistelen mm. liittoyhdistymistä, joka oli iso yhteinen ja historiallinen voimanponnistus koko voimisteluväelle. Syntyi uusi Suomen Voimisteluliitto Svoli, jossa koko voimistelukenttä yhdistyi yhdeksi kokonaisuudeksi.

Kaikki muutokset ovat aina mahdollisuuksia jollekin uudelle hyvälle tulevaisuudelle, mikäli avaa sydämensä ja etsii positiivisia myötäaalloja ja antaa niiden kuljettaa. Luoviminen myötäaallokossa kuljettaa aina eteenpäin. Minulle tarjoutui sattumien kautta mahdollisuus etsiä uusi suunta työelämässä ja päätin hypätä aika tunteuttomillekin vesille ja purjehdita kiinteistöalan suuntaan. Aloitan Oulussa Habita LKV:llä myyntineuvottelijana 10.5.

Aluepäällikön tehtäviin siirtyä Pohjois-Suomen Jumbakoulu avainkouluttaja ja aluejaostossa toiminut lina Heikkinen Oulusta. lina aloittaa työtehtävät 2.8. kesälomien jälkeen.

Uskon, että tulemme ajanmyötä tapaamaan Voimisteluliiton erilaisissa tapahtumissa, ehkäpä esiintymislavoilla, suurtapahtumissa tai koulutuksissa. Voimistelulla on aina paikka sisimmässäni.

Lämpimästi teitä kaikkia mutkattomasta yhteistyöstä kiittäen,

Piia

## Pohjois-Suomen aluetoimiston kesäaika

Aluetoimisto on suljettu 10.5–1.8.2010 välisenä aikana. Lomien jälkeen aluetoimisto avautuu 2.8. alkaen lina Heikkisen aloittaessa aluepäällikkönä aluetoimistossa Oulussa. Voimisteluliiton Helsingin toimisto palvelee kesäaikana p. 09 5490 331 tai [toimisto@svoli.fi](mailto:toimisto@svoli.fi). Helsingin toimisto on myös suljettuna heinäkuun ajan.

## Seuroissa tapahtuu

### Oulun Voimisteluseuran 80-vuotisjuhlanäytös on 15.5.

Oulun Voimisteluseura eilen, tässä ja nyt - 80-vuotisjuhlanäytös järjestetään Pohjankartanon juhlasalissa lauantaina 15.5. klo 16.00. Näytöksessä on nähtävillä parhaita paloja seuran voimisteluhistoriasta sekä uudempia voimistelu- ja tanssikoreografioita. Näytöksessä esiintyvät kaikenikäiset voimistelijat perheliikunnasta aina aikuisiin naisiin saakka.

Liput ovelta 12/7 €

### Ylitornion Voimistelu ja Liikunta esittää... Villi Väylän Tanssi

Tiesitkö, että elämä on kummallista, vaikka miltä kantilta sitä katsoisi?

Ja lapset uskovat satuolentoihin. Ylitornion Voimistelu- ja Liikuntaseura kertoo satumaisesta elämästä erottavan ja yhdistävän joen varrella tanssin ja sirkuksen keinoin. Koreografia ja ohjaus Soili Tolonen.

Ensi-ilta to 17.6. klo 18.00. Muut esityspäivät: 19.6, 20.6, 26.6, 27.6, 28.6. klo 18 sekä 21.8. ja 22.8. klo 15 Näytös kestää väliaikoineen 2 tuntia.



# SAVO-KARJALA

## Aluetoimiston kesäaika

Voimisteluliiton aluetoimisto Kuopiossa on **suljettu 28.6.–1.8.2010** välisenä aikana.

## Savo-Karjalan koulutukset syksyllä 2010

### Lasten ohjaajille

- Svoli Jumppakoulu, osa 1
- Svoli Jumppakoulu, osa 2
- Svoli Jumppakoulu, osa 3 (7-12 v.)
- Svoli Jumppakoulu, osa 3 (3-6 v.)
- Taaperot telmivät ja temppuilevat
- Virikkeitä välineistä lasten tunneille

### Valmentajille

- Fyysisen valmennuksen peruskoulutus
- Joukkuevoimistelun treenipäivä
- Virtaavaa voimaa -tanssillisen voimistelun lajitekniikkakoulutus / uusi

### Nuorten ohjaajille

- Jumppaspecial 'A la Tiina
- FlowGymnastics ideapäivä

### Aikuisten ohjaajille

- Ryhmäliikunnan ohjaajan peruskoulutus / uusi
- Virikkeitä varttuneiden voimisteluun
- Jumppaspecial 'A la Tiina
- FlowGymnastics ideapäivä

### Opintoneuvontaa aluetoimistosta

Mervi Arsiola  
puh 017 261 3663, 0400 920 009  
mervi.arsiola(at)svoli

Koulutuksiin ilmoittautuminen onnistuu sähköisen lomakkeen kautta [www.svoli.fi/](http://www.svoli.fi/) koulutus tai [ilmoittautumiset@svoli.fi](mailto:ilmoittautumiset@svoli.fi)

## Treenipäivä voimistelijoille on 18.9. Joensuussa

Joukkuevoimistelun treenipäivä on tarkoitettu 12–14 -vuotiaille ja 14–16 -vuotiaille joukkueille.

Harjoittelu kohdistuu vartalotekniikkaan, ponnistusvoimaan ja liikkuvuuteen. Lisäksi treenataan hyppyjä. Kilpailuohjelmasta on mahdollisuus saada palautetta kouluttaja Päivi Rönköltä. Hän antaa myös opastusta ohjelman suunnitteluun.

Lisätietoja: Savo-Karjalan aluetoimistosta ja ilmoittautuminen nettilomakkeella ks. koulutus / Savo-Karjala.



# SYDÄN-SUOMI

## Vielä ehtii ilmoittautua Kesäleireille

Sydän-Suomen alue järjestää kesäkuussa kaksi kesäleiriä 8.-12.6. Lajileirin Ruovedelle sekä 19.–20.6. KIVA-leirin Valkeakoskella. Lue lisää leireistä [www.svoli-fi](http://www.svoli-fi) / Sydän-Suomi. Vielä ehtii ilmoittautua mukaan - tee se pian osoitteessa [ilmoittautumiset@svoli.fi](mailto:ilmoittautumiset@svoli.fi)

### KIVAA leirielämää sekä valmentajille että valmennettaville

KIVA-leiri kutsuu jälleen joukkuevoimistelun (n. 10 – 15v.) ja rytmisen voimistelun (9 – 15v.) taitajia Valkeakoskelle 19. – 20.6.2010. Kouluttajina leirillä toimivat mm. huippuvalmentajat Anu Kuisma, Titta Heikkilä ja Emma Kurki.

Leirielämän saloja valotti haastattelun merkeissä Johanna Nisula.

Kenelle KIVA-leiri on suunnattu? Pitääkö osallistujan kuulua kilpailevaan joukkueeseen vai voiko leirille osallistua voimistelusta vasta innostunut ja harrastuksen hiljattain aloittanut tyttö?

*KIVA-leiri muodostuu ajatuksesta Kilpailu ja Valmennus. Leiri on siis suunnattu joukkuevoimistelun ja rytmisen voimistelun harrastajille, joilla on jo kokemusta lajista. Suomen huippu ei tarvitse olla, jotta leirille voi osallistua, vaan riittää että osaa esimerkiksi ponnistaa hypyn ja tehdä tasapainon. Leirillä on suomen huippuvalmentajia kouluttajina, joten myös valmentajat saavat uusia hyviä vinkkejä harjoitteluun sinne omalle treenisalille.*

2. Millainen on leiriläisen päivä? Pelkkää jumppaa vai mahtuuko ohjelmaan muutakin mukavaa?

*Pääroolissa leirillä on voimistelu, mutta päiviä piristää oheistoiminta. Aiempina vuosina on uitu, tanssittu, tutustuttu uuteen lajiin Suomen huippujen johdolla (jalkapallo, lentopallo, taekwondo...) ja iltaohjelmassa on ollut mm. pyjamabileitä. Yhtenä leirin kohokohtana on ollut viimeisen illan leiri-ilta. Leiriläiset ovat saaneet valmistaa omaa ohjelmaa illalle, ja lavalla on nähty sketsejä, laulua, voimistelua, tanssia ja vaikka mitä! Yhteishenki on joka vuosi ollut mahtava, uskon että myös tänäkin vuonna on!*

3. Kuinka suuresta leiristä on kyse?

*Osallistujamäärä on vaihdellut vuosien aikana 70 – 140 osallistujan välillä. Suosittu leiri, ei voi muuta sanoa.*

4. Miten majoitutaan?

*Majoitus tapahtuu Sorrilan koululla, luokkien lattialla. Osallistujat jaetaan luokkiin, ja sinne saa rakentaa omannäköisen ympäristön parille päivälle. Patjan ja makuupussin kanssa on mukava lähteä leirille, se tuo sen oman leiri-fiiliksen.*

5. Millä sanoilla toivottaisit tämän kesän leiriläiset tervetulleiksi KIVA-leirille?

*Leiri on vuodesta toiseen ollut suosittu ja kouluttajat ovat olleet maan huippuvalmentajia eri lajeista. Suosittelen leiriä lämpimästi niin voimistelijoille kuin valmentajillekin! Valkeakoski on kaunis kaupunki varsinkin kesällä, joten jo puitteet leirille ovat hyvät ja ympäristö on turvallinen. Tervetuloa kaikki mukaan!*

## Sydän-Suomen alueellinen Svoli Show ja syksyn asema 11.12.2010

Ylöjärven Isku järjestää Sydän-Suomen alueellisen tapahtuman syksyllä 2010. Tarkka päivämäärä on lauantai 11.12. ja paikkana on Ylöjärven Urheilutalo. Tapahtumassa kilpaillaan ja esiinnyttään Svoli Show tanssikilpailussa ja näytöksessä sekä alle 12-vuotiaiden asemakilpailussa. Tarkemmat tiedot tapahtumasta tulee alku syksystä.

Tervetuloa Ylöjärvelle

## Syksyn koulutuksia

### Lasten ja nuorten ohjaajille:

- \* JV välineohjelmien koreografia -ideapäivä, 19.6. Valkeakoski (Anu Kuisma)
- \* Tanssi ja Opetä! 9.-13.8. Tampere (Hip Hop Housen opettajat mm. Lisbeth Häliikkä) - UUSI!
- \* JV lajitaidon peruskoulutus, 21.-22.8. Tampere (Johanna Ahlqvist, Laura Härkönen) - UUSI!
- \* RV lajitaidon peruskoulutus ,21.-22.8. Tampere (Laura Ahonen, Emma Kurki) - UUSI!
- \* Jumppakoulu OSA 1, 22.8. Tampere (Johanna Nisula)
- \* Fyysinen valmennus, 5.9. Tampere (Aila Palmu) - UUSI!
- \* Perheliikunnan perusteet, 18.-19.9., Tampere (Satu-Maria Ruotsalainen)
- \* Jumppakoulu OSA 1, 25.9. Jyväskylä (Anu Myllyharju-Puikkonen)
- \* Yhdessä liikkuen posket punaiseksi -perheliikunnan ideapäivä, 26.9. Jyväskylä (Anu Myllyharju-Puikkonen)
- \* Koreografiakurssi ,26.9. Tampere (Hannele Ahlqvist ja Marita Haapasalo)- UUSI!
- \* Satuliikuntaa ja temppejumpsaa tenaville, 2.10. Tampere (Tytti Leppänen)
- \* Tanssin ideapäivä ,2.10. Tampere (Sonja Lydman)
- \* Jumppakoulu OSA 2 ,30.-31.10. Tampere (Aila Sainio)
- \* KA lajitaidon peruskoulutus, 20.-21.11. Tampere (Anu Lehikoinen) - UUSI!
- \* Jumppakoulu OSA 3, ohjaajille, 20.11. Tampere (Johanna Nisula)
- \* Jumppakoulu OSA 3, valmentajille, 5.12. Tampere (Maiju Missokia) - UUSI!

### Aikuisten ohjaajille:

- \* Ryhmäliikunnan ohjaajien peruskoulutus, 28.8. ja 18.9. Tampere (Kati Sarva) - UUSI!
- \* Letkeää Liikuntaa leidiä ohjaajille, 11.9. Tampere (Piia Taurula)
- \* Flow Gymnastics 2, 18.9. Tampere (Tarja Pasanen)
- \* Teija työkalupakki kuntojumppaan, 2.10. (Teija Reini-Nieminen)
- \* SalsaMix, 9.10. Tampere (Oliver Paredes)
- \* Pro Fitness PK 2, 26.-28.11. Tampere (Petra Nyman)

### Seuratoiminnan koulutuksia:

- \* Aluepäivä, 2.10. Tampere (useita kouluttajia)
- \* Seuran taloushallinto, 13.11. Tampere (Kristiina Grönroos)

### Leirit ja treenipäivät:

- \* Lajileiri 8.-12.6. Ruovesi (ilmoittautuminen 14.5. mennessä)
- \* KIVA-leiri 19.-20.6. Valkeakoski (ilmoittautuminen 21.5. mennessä)
- \* Alueringin leirit 28.-29.8. ja 11.-12.9. Tampere
- \* JV nupputreenipäivä, 25.9. Tampere (Kaisa Wallin & muita)
- \* KA avoin treenipäivä yli 12v. (Laura Vihervä ja Leena Enbom)

Treenipäiväin paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä!

JV aluerinkeihin voi vielä hakea, ks. tarkemmat hakuohjeet [TÄÄLTÄ](#)  
Ilmoittautumiset koulutuksiin ja tarkemmat tiedot koulutuksista [TÄÄLTÄ](#)

Ilmoittautumiset koulutuksiin ovat alkaneet, varaa paikkasi ajoissa.  
Opintoneuvontaa ja lisätietoja koulutuksista Tiina Koljander puh: 020704820640 tai tiina.koljander(at)svoli.fi

**Tervetuloa koulutuksiin, leireille ja treenipäiviin - sijoita osaamiseen ja uudistumiseen**

# SEURATOIMINTA

## Voimisteluseurojen olosuhdeseminaari on 28.5.

Voimisteluliitto järjestää Voimisteluseurojen olosuhdeseminaarin perjantaina 28.5. klo 15.30-19.00 Varalan Urheiluopistolla Tampereella.

Seminaarissa perehdytään voimisteluolosuhteisiin liittyvään kuntavaikuttamiseen, päätöksentekoon ja taksapolitiikkaan sekä kuullaan vinkkejä ja esimerkkejä seurojen olosuhteiden ja kuntayhteistyön kehittämiseksi.

Mukaan mahtuu 50 ensiksi ilmoittautunutta seuraedustajaa. Tilaisuus on Voimisteluliiton jäsenseuroille maksuton.

**Ilmoittautumiset [www-sivujen kautta](#).**

### Ohjelma

#### Avaus

Kirsti Partanen, puheenjohtaja Suomen Voimisteluliitto Svoli

#### Vaikuttaminen ja päätöksenteko kunnissa, seura kunnan kumppanina

Saara-Sofia Sutela

- liikuntalautakunnan puheenjohtaja, Turun kaupunki
- hallituksen jäsen, Suomen Voimisteluliitto Svoli

Anna-Liisa Koivisto

- kunnanhallituksen puheenjohtaja, Liedon kunta
- hallituksen jäsen, Suomen Voimisteluliitto Svoli

#### Olosuhdetyö voimisteluseuroissa (seuraesimerkkejä)

Tampereen Voimistelijat  
Valkeakosken Koskenpojat

#### Erinomaiset halvat ratkaisut

Erkki Tervo, Keurusjuppa

#### Paneelikeskustelu, aiheina taksapolitiikka, yhteistyö, päätöksenteko

Paneelikeskustelua kuljettaa Ari Koskinen, aluejohtaja, Hämeen Liikunta- ja Urheilu HLU

Karoliina Luoto, asiantuntija, liikuntapolitiikka, olosuhde- ja ympäristötyö, Suomen Liikunta ja Urheilu SLU

Pekka P. Paavola, liikuntatoimenjohtaja, Tampereen kaupunki

Anna-Liisa Koivisto, hallituksen jäsen, Suomen Voimisteluliitto Svoli

Kirsti Partanen, pj, Suomen Voimisteluliitto Svoli

#### Loppuyhteenvedo

Maria Laakso, pääsihteeri, Suomen Voimisteluliitto Svoli

## Seurakyselyn 2009 tuloksia

Vuodenvaihteessa 2009-2010 toteutetun seurakyselyn tulokset ovat valmistuneet.

Tärkeimmäksi kehittämiskohteeksi voimisteluseurat näkevät v. 2006 kyselyn tulosten tavoin ohjaajien ja valmentajien rekrytointin. Toiseksi tärkeimmäksi kehittämiskohteeksi seurat ilmoittivat markkinoinnin. Seurojen päätoimiset työntekijät näkevät markkinoinnin jopa yhtä tärkeäksi kehittämiskohteeksi kuin ohjaaja- ja valmentajarekrytointi. Vuoden 2006 tuloksissa markkinointi oli vasta viidenneksi tärkein kehittämiskohde, nyt kärjessä. Kolmanneksi tärkeimmäksi kehittämiskohteeksi seurat ilmoittavat toimijoiden ja vapaaehtoisten sitouttamisen. Voimisteluseurojen päätoimiset näkivät myös seuran strategia ja pitkän tähtäimen suunnittelu tärkeäksi kehittämiskohteeksi. Voimisteluliiton toiminnoista seurat kokevat tärkeimmäksi koulutuksen.

Seurakyselyn tulosten perusteella rakennetaan liiton seuratoiminnan ja -palveluiden linjoja vuosille 2011–2015. Seurakyselyn yhteenvedo löytyy kesäkuussa liiton [www-sivuilta](#). Lisätietoja: Marju Paju 09-5490 3377 / [marju.paju\(at\)svoli.fi](mailto:marju.paju(at)svoli.fi)

## Voimisteluliiton Jäsenkorttien tilaukset

Seurat voivat edelleen tilata Voimisteluliiton kautta jäsenille jaettavia seuran nimellä painettuja, henkilökohtaisia jäsenkortteja. Jäsenkortin omistajat ovat oikeutettuja kortin esittämällä. Tilausmenettely jatkuu samanlaisena kuin tähänkin saakka. Uusien, syyskaudella, jaettavien kortteihin tarkemmat tilausohjeet ja hinnat tulevat liiton internet-sivuille kesäkuussa. Korttien toimitusaika on noin 2 viikkoa, elokuussa tilausruuhkan aikana se on pitempi. Tarkempia tietoja anneli.yrttiaho-palmio(at)svoli.fi

Jäsenkorttiin liittyy Suomen Retkeilymajajärjestön SRM:n jäsenyys ja jäsenalennukset (hostellit, retkeilymajat, alennus kansainväliseen hostellikorttiin). Nykyiset kortin haltijat, muistakaa käyttää tätä etua kesän matkoillanne. Ks. tarkemmin www.hostellit.fi

## Uudet, korjatut mallisäännöt Voimisteluliiton seuroille

Yhdistysrekisteri on hyväksynyt ja rekisteröinyt uudet, ennakkotarkastetut mallisäännöt Voimisteluseuroille. Seurat voivat käyttää niitä muuttaessaan sääntöjään. Seura voi tehdä omia lisäyksiä tai muutoksia 1-4 pykälään, jolloin ne vielä mallisääntöjen mukaisiksi. Huom. seuran nimikin on 1 pykälämuutos. Käyttämällä mallisääntöjä, seuran sääntömuutoksen rekisteröinti yhdistysrekisterissä on nopeampi ja halvempi.

## Laatuseurat

### Vaikuta nyt Laatuseuratapaamiseen 2011

Maaliskuussa järjestettiin Oulussa Laatuseuratapaaminen. Kiitokset kaikille osallistuneille. Nyt voit olla mukana vaikuttamassa ensi vuoden tapaamisen päivämäärään ja paikkaan. Vastaa kyselyyn [https://svoli-fi.directo.fi/seurat/priima-aikuisliikunnan\\_laatus/](https://svoli-fi.directo.fi/seurat/priima-aikuisliikunnan_laatus/)

### Kevään uusia sinettiseuroja

**Seuraaville seuroille on myönnetty nuoren suomen sinetti kevään 2010 aikana. Onnittelut uusille sinettiseuroille:**

Hyvinkään Voimistelu ja Liikunta  
Jalasjärven Naisvoimistelijat  
Noormarkun Naisvoimistelijat  
Vaajakosken Kuuhu, voimistelijaosto

### Syksyn Sinettiseminaari Helsingissä

16.-17.10.2010, Helsinki (Marina CongressCenter ja ScandicGrand Marina) Syksyn kaksipäiväinen sinettiseminaari järjestetään tänä vuonna Helsingissä lokakuussa. Ensimmäinen päivä on lajiliittojen yhteistä ohjelmaa ja toinen päivä lajien omaa ohjelmaa. Varaa päivät kalenteristasi. Voimisteluliitto maksaa osallistumismaksun yhdelle osallistujalle/sinettiseura.

### PRIIMA-seurojen uudelleenarvioinnit meneillään

Kevät on ollut tiivistä ensimmäisten PRIIMA-sertifikaatin saaneiden seurojen uudelleenarvioinnin aikaan. Laatukummit ovat tavanneet jo valtaosan näistä seuroista, ja kuulleet seurojen nykytilanteesta. PRIIMA-työryhmä käsittelee uudelleenarvioinnit loppukevään kokouksissa.



## Uusien Sinetti - ja PRIIMA-seurojen haku syksyllä

Uudet seurat voivat hakeutua mukaan PRIIMA-aikuisliikunnan laatuseuraprosessiin 30.10.2010 mennessä sisään jätettävällä ilmoittautumislomakkeella. Mukaan hakeutuminen edellyttää seuran johtokunnan päätöstä asiasta. Lomake löytyy <http://www.svoli.fi/@Bin/1561786/Ilmoitt+lomake.doc> ja lisätietoja saat leeni.asola-mylyllynen(at)svoli.fi

Uusien sinettiseurojen haku on alkanut. Hakemuslomake ja lisätiedot prosessista löytyvät osoitteesta [http://www.svoli.fi/seurat/sinettiseurat/miten\\_sinettiseuraksi/](http://www.svoli.fi/seurat/sinettiseurat/miten_sinettiseuraksi/). Hakemuslomake täytyy palauttaa Voimisteluliittoon 30.10.2010 mennessä. Lisätietoja Sinettiseuratoiminnasta antaa Katja Anoschkin [katja.anoschkin\(at\)svoli.fi](mailto:katja.anoschkin(at)svoli.fi), p. 045-1382202.

## Proseurat

### Viimeinen mahdollisuus tulla mukaan Svoli 2010 Pro seurat hakkeeseen

**Ensi syksynä käynnistyy viimeinen Svoli 2010 ProSeurat hankkeen neljästä hankekaudesta. Seuroilla on nyt vielä mahdollisuus saada Voimisteluliitolta tukea seuran itsensä valitsemaan, omista tavoitteista ja tarpeista lähtevään kehityshankkeeseen.**

#### Hakuaika ja ohjeet

Hakuaika viimeiselle hankekaudelle on 30 syyskuuta 2010 saakka. Hakuohjeet ja lomakkeet löytyvä mm. Voimisteluliiton internetsivuilta ja seuroille lähetetystä kirjeestä.

Jokainen seura mitoittaa hankkeen ja tavoitteensa sellaiseksi, joihin aika ja resurssit riittävät ja joka voidaan saavuttaa kesään 2011 mennessä. Yhden kauden aikana ei koko seuraa saada kuntoon, mutta otetaan tärkeitä askelia. Hanke voi liittyä myös johonkin seuran ensi toimintakudella toteutettavaan, laajempaan toimintaan; voimistelun tuntitarjonnan monipuolistamiseen, lajin ja kilpailutoiminnan kehittämiseen, Sinettiseura- tai Priimaseuratavoitteisiin, ohjaaja- ja valmennustoimintaan- esim. kausitavoitteet, koulutus suunnitelmat, ohjaaja- ja valmentajakansiot, seuran tavoitteiden määrittämiseen, tiedottamiseen ja markkinointiin, talouden ja talousseurannan kehittämiseen jne.

#### Hakkeen tavoite

Hankkeen tavoitteena on pyöräyttää käyntiin seurassa kehittämisen pyörä. Tartutaan siihen asiaan, joka nyt tekemättömänä hiertää, vie energiaa ja on monen muun toteutuksen tiellä.

Tähän mennessä ProSeurat -hankkeessa on ollut mukana 70 seuraa + 5 huippu-urheiluseuraa omalla hankkeellaan. Viesti muille on ollut, että ehdottomasti kannattaa tulla mukaan.

Yhteiset tilaisuudet; valtakunnallinen startti ja alueelliset kohtaamiset on koettu erittäin antoisiksi. Niissä on voinut vaihtaa kokemuksia, tutustua muiden seurojen kehittämishankkeisiin, tuloksiin ja ennen kaikkea kuulla mitä muut ovat tehneet tuloksen saavuttamiseksi.



# KANSAINVÄLISET TAPAHTUMAT

## Gymnaestrada

Viedä ehdit mukaan 14. Gymnaestradaan. Gymnaestrada tarjoaa kaikille osallistujille ikään ja taitotasoon katsomatta tavoitteita, oppimisen paikkoja, iloa, elämyksiä ja yhteishenkeä.

### ALUSTAVAT ILMOITTAUTUMISET 15.5.2010

Alustavat ilmoittautumiset tehdään seuroittain 15.5. mennessä netistä löytyvällä lomakkeella: [svoli.fi/gymnaestrada/eteneminen+lomakkeet](http://svoli.fi/gymnaestrada/eteneminen+lomakkeet)

### HAKEMUKSET HALLINÄYTÖKSIIN 15.5.2010

Hallinäytöksiin valitaan monipuolista ja laadukasta suomalaista osaamista ja hyvin harjoiteltuja kokonaisuuksia. Kirjalliset hakemukset ja DVD:t 15.5. mennessä netistä löytyvällä lomakkeella. Hakemusten perusteella kutsumme ryhmät näyttö- eli valintatilaisuuksiin. Mikäli ohjelma ei tule valituksi hallinäytökseen (joita on rajallinen määrä), ehdotamme ohjelman esittämistä kaupunkilavoilla.

### ETENEMISAIKATAULUA - lisätietoja löytyy netistä

3.5.2010 Hotellimajoituksen myynti alkaa  
15.5.2010 Alustavat ilmoittautumiset tapahtumaan ja ohjelmiin  
15.5.2010 Hakemukset hallinäytöksiin (hakemukset ja DVD:t)  
25.9.2010 Yhteisohjelmien toinen opetuskurssi Tampereella  
syksy 2010 Halliohjelmien näytöt  
30.11.2010 Sitovat ilmoittautumiset tapahtumaan ja ohjelmiin  
30.11.2010 Edustus- ja esiintymisasujen tilaukset  
26.3.2011 Yhteisohjelmien 1. yhteisharjoitus kaikille voimistelijoille  
18.6.2011 Yhteisohjelmien 2. yhteisharjoitus kaikille voimistelijoille  
10.-16.7.2011 World Gymnaestrada, Lausanne, Sveitsi

Lisätietoja projektijohtaja Päivi Tamminen puh. (09) 5490 3382

## Gym for Life

**Gym for Life joka 4. vuosi kaiken ikäisille, seuraava vuonna 2013 Etelä-Afrikan Cape Townissa**

Lisätietoja projektijohtaja Päivi Tamminen puh. (09) 5490 3382

## Eurogym

**Eurogym joka toinen vuosi nuorille, seuraava 10. - 16.7.2010 Tanskan Odensessa**

Lisätietoja nuorisopäällikkö Katja Anoschkin puh. (09) 5490 3321

## Eurogymin 80 osallistujaa Suomesta

Vuoden kovinpaan nuorten harrastetapahtumaan Eurogymin on Suomesta lähdessä 80 osallistujaa. Ympäri Eurooppaa tapahtumaan on osallistumassa n. 4500 voimistelijaa. Seitsemänkymmenen voimistelijan lisäksi Suomesta lähtee kansainväliseen toimintaan tutustumaan nuorten opintomatkaryhmä, joka lähtee tapahtumaan vapaaehtoisiksi.

Eurogym2010 löytyy myös Facebookista, liity ryhmään nyt!

<http://www.facebook.com/group.php?gid=161591941465&ref=ts>



## Golden Age

**Golden Age joka toinen vuosi 50+ ikäisille, seuraava 3. - 8.10. Portugalin Portimaossa**

Lisätietoja terveystuokuntapäällikkö Leeni Asola-Myllynen puh. (09) 5490 3333

## Kultaisen Iän Voimistelufestivaaliin suuri suomalaisjoukko

Alustavat ilmoittautumiset Portugalissa lokakuussa järjestettävään 50+ ikäisten harrastevoimistelutapahtumaan kerättiin huhtikuun aikana. Suomesta on lähdössä yli 180 osallistujaa 11 eri seurasta. Seuraavat seurukset ovat ilmoittautuneet mukaan omilla tai yhdessä valmistelemillaan esitysohjelmilla:

Turun Naisvoimistelijat  
Säkylän Naisvoimistelijat  
Borgå Gymnastikförening  
Gymnastikföreningen i Helsingfors/ Isadora  
Gymnastikföreningen i Helsingfors  
Helsingfors Gymnastikklubb  
Hejdi Hangö Gymnastikförening  
Kotkan Naisvoimistelijat  
Oulun Tarmo  
Ruoveden Naisvoimistelijat  
Tampereen Naisvoimistelijat

Mikäli seurassanne on 50+ ikäinen vähintään 6 hengen ryhmä, joka vielä harkitsee mukaan lähtemistä, ottakaa yhteyttä leeni.asola-myllynen(at)svoli.fi tai sanna.maatta(at)svoli.fi

## Esiintymismatkat

**International Gym Festival Kefalonia Kreikka 23. - 28.6.2010... Kieler Woche Saksa 20. - 23.6.2010... Itävaltalaiset etsivät ystävyyssiseuraa Suomesta... Festival del Sole Riccione Italia 27.6. - 3.7.2010... Cosmogym, Ateena, Kreikka 16. - 21.6.2010...**

Lisätietoja projektijohtaja Päivi Tamminen puh. (09) 5490 3382

## KANSAINVÄLINEN VOIMISTELUFESTIVAALI, IZMIR TURKKI 6. - 10.10.2010

Suomalaiset voimisteluryhmät ovat tervetulleita osallistumaan Turkin Izmirissä järjestettävään voimistelutapahtumaan. Tapahtuman järjestää Turkin Voimisteluliitto ja Izmirin Metropoliin Alue.

Tapahtumassa voimisteluryhmät esittävät omia näytösohjelmiaan. Ryhmät on jaettu kolmeen ikäluokkaan: 8 - 16-vuotiaat, 16 - 32-vuotiaat ja yli 32-vuotiaat. Ryhmät voivat olla sekaryhmiä, nais- tai miesryhmiä. Näytöksiä on seuraavissa kategorioissa: aerobic, rytminen voimistelu, telinevoimistelu, akrobatia, trampoliini, modernitanssi, kansantanssi, katutanssi. Nettisivuilta löytyy lisätietoja:

**[www.gym09.izmirbsbspor.org](http://www.gym09.izmirbsbspor.org)**

Alustavat ilmoittautumiset välittömästi:

Dr. Seyhan Hasirci, fax +496321186309, **[dr.hasirci@t-online.de](mailto:dr.hasirci@t-online.de)**

Ilmoittautumisesta pyydämme laittamaan kopion myös Voimisteluliitto Svoliin: **[paivi.tamminen@svoli.fi](mailto:paivi.tamminen@svoli.fi)**

Osallistumismaksu on **100 euroa** sisältää hotellimajoituksen (majoituksen tasosta ei ole tietoa) ja aamiaiset, ateriat, kuljetukset festivaalin aikana, sisäänpääsyn avajaisiin, päätösjuhlaan ja galaan. Matkat kotoa Izmiriin ja takaisin jokainen maksaa itse.



### Ohjelma:

Keskiviikko 6.10.2010

saapuminen

klo 16.00 - 18.00 tekninen kokous (Hotel Ismira)

klo 19.00 Avajaistilaisuus (Havagazi Fabrikasi Culture and Art Center)

Torstai 7.10.2010

klo 17.00 - 17.45 Avajaisseremonia (Cumhuriyet Meydani)

klo 18.30 - 21.30 Näytöksiä, esiintymisiä

Perjantai 8.10.2010

klo 13.00 - 15.30 Laivaretki

klo 17.30 - 21.30 Näytöksiä, esiintymisiä

Lauantai 9.10.2010

klo 9.00 - 16.00 Retki

klo 17.30 - 19.30 Näytöksiä, esiintymisiä

klo 21.00 - 24.00 Banketti, päätösjuhla (Havazazi Fabrikasi Culture and Art Center)

Sunnuntai 10.10.2010

kotimatkalle

## FESTIVAL DEL SOLE, RICCIONE ITALIA 27.6. - 3.7.2010

Jo lähes 3000 osallistujaa!

### Ohjelma:

la 26.6. ja su 27.6.: rekisteröityminen

su 27.6.: klo 20.00 paraati, klo 21.00 avajaiset

ma 28.6. - to 1.7.: aamuharjoituksia ja iltanäytöksiä kolmella ulkoilma-areenalla

pe 2.7. päätösjuhla

10. kansainvälinen Festival del Sole -voimistelujuhla kutsuu esiintymään Italian Riccioneen 27.6. - 3.7.2010. Tapahtuma käynnistyy avajaisgaalalla ja kulkueella ja neljään varsinaiseen näytös- ja esiintymispäivään mahtuu harjoitusten ja esiintymisten lisäksi rantalomailua, vesipuistoja, retkiä sekä leppoisaa viihtymistä ja yhdessäoloa. Tapahtuma päättyy loppujuhlaan ja galaan. Lisätietoja tapahtumasta ja ilmoittautumisesta [www.festivaldelsole.it](http://www.festivaldelsole.it)

Osallistujapassin hinta on **40 euroa**, jos varaa majoituksen järjestäjän yhteistyökumppanin Firma Tourin kautta.

Firma Tour tarjoaa viikon hotellipaketteja täysihoidolla kahden tähden hotellissa hintaan 280 euroa ja kolmen tähden hotellissa hintaan 355 euroa.

Lisätietoja, ilmoittautumiset ja varaukset [www.festivaldelsole.it](http://www.festivaldelsole.it)

Vaihtoehtoisesti (ja poikkeuksellisesti) suomalaisten voimisteluseurojen on mahdollista varata viikon valmistamatkapaketti suomalaiselta matkanjärjestäjältä.

Osallistujapassin hinta on tällöin **80 euroa** (jos varaa majoituksen suomalaisen matkanjärjestäjän kautta).

Ilmoittautumiset (sisältäen tiedot majoituksesta ja matkoista) sähköpostitse: [info\(at\)festivaldelsole.fi](mailto:info(at)festivaldelsole.fi)

Voimisteluliitto Svolin yhteistyökumppani Area auttaa mielellään svolilaisia seuroja matkavarauksissa:

[erikoismatkat@area.fi](mailto:erikoismatkat@area.fi), puh: 010 818 9122 **begin\_of\_the\_skype\_highlighting 010 818 9122 end\_of\_the\_skype\_highlighting**

Kaikki suomalaisryhmät ilmoittautuvat suoraan tapahtuman järjestäjille (ei Voimisteluliitto Svoliin).

Osallistujapassit maksetaan suoraan järjestäjälle saavuttaessa Riccioneen. Osallistujapassit sisältävät tapahtuma t-paidan, sisäänpääsyn avajaisiin ja päätösjuhlaan, paikallisliikenteen, alennuksia kauppoista ja ravintoloista.

Lisää kansainvälisiä osallistumismahdollisuuksia [www.svoli.fi/svoli/kansainvaliset\\_tapahtumat/esiintymismatkat](http://www.svoli.fi/svoli/kansainvaliset_tapahtumat/esiintymismatkat)