

## Pääuutiset

### Voimisteluviikko käynnistää näyttävästi seurojen kauden

Suomen Voimisteluliiton seurojen toiminnan käynnistymisen Voimisteluviikkoa vietetään 28.8.-4.9. Voimistelu tuodaan näkyville sinne, missä ihmiset liikkuvat.

Lauantaina **28.8.** ja **4.9.** sekä Seinäjoella **11.9.** klo 10:00-15:00.

Voimisteluliiton seura- ja voimistelutoiminta esittäytyvät useassa kauppakeskuksessa ympäri Suomen. Paikalliset seurat tuovat keskuksiin omat esittelypisteensä.

Tänä vuonna mukana ovat seuraavat kauppakeskukset:

#### La 28.8. klo 10-15

Kauppakeskus Kamppi - Helsinki  
Jumbo - Vantaa  
Hansakortteli - Turku  
Kauppakeskus Iso Myy - Joensuu  
Päivärannan Citymarket - Kuopio

#### La 4.9. klo 10-15

Koskikeskus - Tampere  
Palokan Prisma - Jyväskylä  
Kävelykatu Rotuaari - Oulu

#### La 11.9. klo 10-15

Torikeskus - Seinäjoki

Tervetuloa paikanpäälle!

### Uudistuneet koulutukset starttaavat

Voimisteluliitossa on tehty viime vuosina laajaa koulutuksen kehittämistyötä. I-tason osalta uudistukset ovat valmistumassa ja syksyn koulutustarjonnassa on mukana useita uudistuneita koulutuksia.

### Lasten ja lajien ohjaaja- ja valmentajakoulutus

Uudet tai uudistuneet I-tason peruskoulutukset

\* **Jumppakoulu:** Koulutusta on uudistettu, mutta koulutuksen perusrakenne säilyy samana. Jumppakoulu -koulutus koostuu kolmesta osasta, jotka suositellaan suoritettavaksi puolen vuoden aikana. Uutuutena on mahdollisuus jo osassa 3 suuntautua joko ohjaajaksi tai valmentajaksi.

\* **Lajitaidon peruskoulutus:** Koulutukset ovat uudistuneet vastaamaan paremmin valmentajien koulutustarpeita. Koulutukset painottuvat käytännön opetukseen ja koulutuksissa hyödynnetään monipuolisesti nykyaikaisia oppimismenetelmiä sekä oppimisympäristöjä. Uudet koulutukset järjestetään syksyllä joukkuevoimistelussa, rytmisessä voimistelussa, miesten telinevoimistelussa, naisten telinevoimistelussa, trampoliinivoimistelussa ja kilpa-aerobicissa.

\* **Fyysisen valmennuksen peruskoulutus:** Uuden koulutuksen päätavoitteena on oppia fyysisten ominaisuuksien harjoittamista ja niiden vaatimuksia voimistelussa. Koulutus painottuu käytännön opetukseen. Aiempi I-tason fyysisen valmennuksen koulutus siirtyy II-tasolle.

\* **Valmennuksen suunnittelun ja seurannan peruskoulutus:** Koulutus kuuluu valmentajien I-tason peruskoulutuksiin. Ensimmäinen koulutus järjestetään keväällä 2011.

Kaikki aiemmat koulutukset huomioidaan korvaavuuksissa koulutusjärjestelmän uudistuessa.



## Aikuisten ohjaajakoulutus

Uudet koulutukset:

\* **Ryhmäliikunnan ohjaajan peruskoulutus:** Uusi koulutus aloitteleville aikuisten ryhmäliikunnan ohjaajille. Koulutuksessa perehdytään monipuolisesti aikuisten ohjaamisen perustaitoihin ja -tietoihin. Koulutuksen käytyään voi aloittaa ohjaamisen esim. kuntojumppa- tai aerobic-tunneilla.

\* Uusi koulutus korvaa ProFitness aerobic-ohjaajan peruskoulutus osa 1:n ja Svoli Kuntojumppaohjaajan peruskoulutus osa 1:n.

Muut koulutukset uudistuvat vaiheittain vuoden 2011 loppuun mennessä. Kaikki aiemmat koulutukset huomioidaan korvaavuuksissa koulutusjärjestelmän uudistuessa.

Tarkemmat tiedot kaikista uudistuneista koulutuksista ja koulutusajoista löytyvät [nettisivuilta](#).

Lisätietoa korvaavuuksista mm. [seuratiedotteessa 3/2010](#)

## Haku viimeiselle hankejaksole

**Viimeinen mahdollisuus tulla mukaan Svoli2010 -Pro Seurat kehityshankkeeseen ja saada tukea seuran itse valitsemaan hankkeeseen.**

**Haku 30.9.2010 mennessä.**

Jokaisessa seurassa on asioita, jotka pitäisi laittaa kuntoon, joita pitäisi kehittää, jotka toteutettuina selkeyttäisivät toimintaa ja säästäisivät aikaa ja energiaa seuran johtokunnan jäseniltä ja muilta toimijoilta. Tai onko seuralla alkavalla toimintakudella jokin suuri yhteinen haaste - kilpailut, Priima- tai Sinettiseura-sertifikaatti jne., johon ulkopuolinen asiantuntija-apu olisi enemmän kuin tervetullut. Kehittämisen kohteet voivat liittyä esim. seuran strategiaan, johtokunnan työskentelyyn, tuntitajontaan, valmennus- ja kilpailujärjestelmiin ja toimijoiden rekrytointiin, jäsenhuoltoon, viestintään, markkinointiin, yhteistyökumppaneiden hakemiseen tai johonkin muuhun seuratoiminnan osa-alueeseen. Nyt on vielä mahdollisuus saada ulkopuolista asiantuntija-apua valitsemaan seuranne kehittämiskohteeseen Svoli 2010 -Pro Seuran kautta. Haku viimeiselle kaudelle päättyy syyskuun lopussa.

Mukaan haetaan 30.9.2010 mennessä palauttamalla [hakulomake](#) Suomen Voimisteluliitto Svoliin.

Osallistumismaksu hankekaudelta, lokakuusta 2010 kesäkuuhun 2011 on 150-200 € / seura (riippuen mukaan tulevien seurojen määrästä).

Osallistumismaksu kattaa:

- SLU-alueen seurakehittäjän ja/tai Voimisteluliiton seurakonsultin tapaaminen ja apu hankesuunnitelman täsmentämiseen
- syksyn starttitapahtuman ohjelman ja matkat 3-5 henkilölle/seura Helsinkiin 28.11.2010 syyskokousviikonvaihteessa, jolloin seurat kohtavat muut hankeseurat ja jolloin laaditaan kokreettinen hankesuunnitelma
- kaksi seurakohtaista käyntiä/kohtaamista SLU-alueen seurakehittäjän kanssa 12/2010-6/2011
- seurakehittäjän tuen ja konsultoinnin
- kevään 2011 alueelliseen tai seurakohtaisen päätöstilaisuuden.

Lisätietoja: Irma Kosonen, [irma.kosonen\(at\)svoli.fi](mailto:irma.kosonen(at)svoli.fi), (09) 5490 3366 sekä Voimistelyliiton nettisivuilta.



## Voimistelun taikaa Gymnaestradaassa Suurella joukolla Sveitsin Lausanneen 10. - 16.7.2011

Suomalaiset ovat olleet alusta pitäen eli vuodesta 1953 lähtien mukana kaikissa Gymnaestradoissa. Ensi kesänä tämä maailmanlaajuinen harrastevoimistelutapahtuma järjestetään 14. kerran ja nyt Sveitsin Lausannessa. Viikon mittaiseen suurtapahtumaan on tulossa noin 23.000 osallistujaa 55 maasta. Luvassa on yli 600 tuntia voimisteluesityksiä.

Suomesta tapahtumaan on alustavasti ilmoittautunut 100 seuraa ja 1700 voimistelijaa. Olemme jälleen suurimpien delegaatioiden joukossa ja näymme niin kentällä, halleissa, lavoilla kuin koulutusfoorumissa ja ständillä. Viemme kansainväliselle areenalle suomalaista liikunnan iloa ja riemua, vauhtia ja rikasta ilmaisua.

Lisämausteena meillä on tällä kertaa se, että kutsumme samalla koko maailmanlaajuisen voimisteluperheen Suomen Helsinkiin kesällä 2015 järjestettävään seuraavaan Gymnaestradaan. Tuolloin haluamme tarjota ainutlaatuisen, lämminhenkisen ja laadukkaan tapahtuman Suomessa, ja nyt toivottaa kaikki lämpimästi tervetulleiksi "meille"!

Lähdetään yhdessä Sveitsiin: tytöt ja naiset, miehet ja pojat, harrastajat ja huiput, nauttimaan voimistelun juhlasta ja tullaan takaisin monia upeita kokemuksia rikkaampina. Vielä ehdit mukaan esiintymään, kannustamaan, retkeilemään, ystävystymään: **sitovat ilmoittautumiset 30.11.** mennessä oman seuran yhteyshenkilön kautta. Seurojen yhteyshenkilöt ja tietopaketti tapahtumasta ja osallistumismahdollisuuksista löytyy: [svoli.fi/gymnaestrada](http://svoli.fi/gymnaestrada)

Meet the magic! -sloganilla sveitsiläiset toivottavat meidät lämpimästi tervetulleiksi Gymnaestradaan. Ilmassa on odotusta - ja taikaa!

## KAIKILLE YHTEISTÄ

### Voimisteluliiton syyskokous

Suomen Voimisteluliitto Svoli ry:hyn kuuluvat yhdistykset ja yhdistysten jäsenet kutsutaan liiton syyskokoukseen, joka on **lauantaina 27.11.2010 klo 16:00** Helsingissä, Helsingin Messukeskuksessa, Messuaukio 1, PI 21, 00521 Helsinki. Syyskokouksessa käsitellään liiton sääntöjen 10 §:n mukaiset sääntömääräiset asiat ja valitaan hallituksen jäsenet erovuoroisten (3) tilalle. Valtakirjojen tarkastus on samassa paikassa klo 15.00 – 16.00.

Syyskokouksessa on äänivalta varsinaisella jäsenellä, joka on suorittanut vuoden 2010 jäsenmaksun syyskuun loppuun mennessä (30.9.2010) ja lähettänyt vuoden 2009 vuositilastonsa liittoon kuluvaan vuoden tammikuun loppuun (31.1.2010) mennessä. Vuonna 2010 jäseneksi hyväksytyllä uudella jäsenellä on äänioikeus heti, kun seura on maksanut jäsenmaksut ja jättänyt jäsenhakemuksen mukana seuran jäsen-, laji- ja harrastajatoiminta- sekä yhdyshenkilötietonsa liittoon.

Liiton varsinaisilla jäsenillä on liiton kokouksissa kaikissa asioissa ääniä seuraavasti:

#### Äänet:

- a. 1 jäsenseuroilla, joilla on  $\leq 200$  henkilöjäsentä
- b. +1 jäsenseuroilla, joilla on 201–400 henkilöjäsentä
- c. +1 jäsenseuroilla, joilla on  $\geq 401$  henkilöjäsentä

Jäsenyhdistyksen maksimiäänimäärä on 3 ääntä.

Yleisseurojen äänimäärä lasketaan seuran vuositilastossa liittoon ilmoittaman henkilöjäsenten ja liitolle maksetun jäsenmaksun mukaan.

Jäsenyhdistyksen äänioikeutta kokouksessa käyttää jäsenyhdistyksen valtakirjalla valtuuttama henkilö, joka käyttää yhdistyksen kaikkia ääniä. Samalla henkilöllä voi olla vain yksi valtakirja.



## Suomen Voimisteluliiton hallitusvalinnat syyskokouksessa

Voimisteluliiton kevätkokous nimesi ehdollepanotoimikunnan tekemään vuoden 2010 syyskokoukselle esityksen hallituksen jäsenistä noudattaen kilpalajien seurakokousten esityksiä hallitusehdokkaista ja kuultuaan jäsenkentän ehdotukset harrasteliikunnan ja muista asiantuntijaehdokkaista hallituksen jäseniksi.

Tämän vuoden syyskokous on siirtymäkauden kolmas syyskokous. Tämä tarkoittaa sitä, että erovuorossa ovat kolme (3) arvalla vajaille toimikausille kahdessa edellisessä syyskokouksessa valitut hallituksen jäsenet. Syyskokous valitsee kolme (3) hallituksen jäsentä sääntöjen mukaiselle alkavalle kolmen (3) vuoden toimikaudelle.

Hallituksessa jatkavat Kirsti Partanen (puheenjohtaja), Leea Paija (harrasteliikunta ja muu voimistelun asiantuntemus), Lisbet Heino (naisten telinevoimistelu), Anja Huuskonen (harrasteliikunta ja muu voimistelun asiantuntemus), Anne Martikainen (rytminen voimistelu), Noora Oittinen (kilpa-aerobic, TeamGym ja trampoliinivoimistelu), Saara-Sofia Sutela (harrasteliikunta ja muu voimistelun asiantuntemus) ja Jussi Vähäkylä (miesten telinevoimistelu). Kirsti Partasen, Anne Martikaisen, Jussi Vähäkylän ja Noora Oittisen hallituskausi jatkuu vuoden 2011 loppuun, muiden vuoden 2012 loppuun.

Erovooroisia ovat Anna-Liisa Koivisto ja Erkki Vuori (harrasteliikunta + muu voimistelun asiantuntemus) sekä Tarja Rasimus-Järvinen (joukkuevoimistelu).

### HARRASTELIIKUNTA JA MUU VOIMISTELUN ASIAANTUNTEMUS

Ehdollepanotoimikunta etsii Suomen Voimisteluliiton hallitukseen [harrasteliikunnan ja muu voimistelun asiantuntemuksen](#) paikoille henkilöitä, jotka

- tuntevat voimistelu- ja seuratoimintaa monipuolisesti seuroissa, alueilla ja liitossa
- haluavat sitoutua Voimisteluliiton toimintaan ja käyttää aikaansa hallitus- ja työryhmätyöskentelyyn sekä seurakentän kanssa toimimiseen
- hahmottavat ja tuntevat liikuntakulttuuria ja yhteiskuntaa
- tuntevat erityisesti harrasteliikuntaa ja/tai muuta Voimisteluliiton toimintaa.

Ehdollepanotoimikunta pyytää seuroja toimittamaan sille ehdotuksensa hallituksen jäsenistä [harrasteliikunnan ja muu voimistelun asiantuntemuksen](#) paikoille **syyskuun 30. päivään** mennessä perusteluineen ja henkilöesittelyineen (valokuva mukana) [liitteenä](#) olevalla kyselylomakkeella osoitteeseen; Ehdollepanotoimikunta/Kirsi Erofejeff-Engman, Suomen Voimisteluliitto Svoli, Hämeentie 105 A, 00550 Helsinki tai [kirsi.erofejeff-engman@svoli.fi](mailto:kirsi.erofejeff-engman@svoli.fi).

### JOUKKUEVOIMISTELU

Ehdollepanotoimikunta etsii Suomen Voimisteluliiton hallitukseen [joukkuevoimistelun](#) paikalle henkilöä, joka

- tuntee erityisesti joukkuevoimistelutoimintaa
- tuntee yleisesti kilpa- ja huippuvoimistelutoiminnan edellytykset ja vaatimukset
- tuntee voimistelu- ja seuratoimintaa monipuolisesti seuroissa, alueilla ja liitossa
- haluaa sitoutua Voimisteluliiton toimintaan ja käyttää aikaansa hallitus- ja työryhmätyöskentelyyn sekä seurakentän kanssa toimimiseen
- hahmottaa ja tuntee liikuntakulttuuria ja yhteiskuntaa

Jokaisessa Voimisteluliiton sääntöjen § 11 mukaisessa kilpailulajissa on toimielimenä vähintään joka toinen vuosi kokoontuva seurakokous ja lajivaliokunta.

Joukkuevoimistelun seurakokous, jossa myös hallitusehdokkaista päätetään, on lauantaina **25.9.2010** klo 10:00 alkaen Helsingissä (tarkempi paikka ilmoitetaan myöhemmin). Kokousedustajat tarvitsevat kokoukseen tullessaan valtakirjan.





Jos seuranne aikoo nimittää joukkuevoimistelun lajipaikalle ehdokkaan, tulee [liitteenä](#) oleva kyselylomake ja ehdokkaan valokuva palauttaa lajipäällikölle viimeistään **20.9.2010 mennessä**. Lajipäällikkö Heli Katajamäki, Suomen Voimisteluliitto Svoli, Hämeentie 105 A, 00550 Helsinki tai [heli.katajamaki@svoli.fi](mailto:heli.katajamaki@svoli.fi)

Ehdollepanotoimikunta tekee esityksen hallituksen jäseniksi valittavista henkilöistä ja lähettää esityksen ehdokasasetteluineen seuroille viimeistään 2 viikkoa ennen marraskuun syyskokousta.

Ehdollepanotoimikunnan jäsenet:

Jarmo Almenoksa  
Maija Innanen  
Teppo Kalaja  
Pirjo Karinen  
Bodil Mickels  
Mikko Pehkonen  
Päivi Uusimaa-Salonen  
Leea Paija (hallituksen edustaja)

Ehdollepanotoimikunnan sihteerinä toimii Voimisteluliiton pääsihteeri Maria Laakso

[maria.laakso@svoli.fi](mailto:maria.laakso@svoli.fi); 09 – 5490 3388

## Lataa seurasi käyttöön uusi Voimisteluliiton logo

Päivittäkää logo mm. nettisivuillenne sekä muihin materiaaleihinne. Lataaminen onnistuu netin kautta, seuratiedote nro 4 – kaikille yhteistä sivulta

## Uusi lisenssikausi alkaa 1.9.

Lisenssilomakkeet postitetaan seurojen rahastonhoitajille elokuun aikana. Esitäytetty lisenssilomake lähetetään kaikista voimisteliijoista, joilla on ollut lisenssi kaudella 2009-2010.

Mikäli voimistelijalla ei ole aikaisemmin ollut lisenssiä, tulee se hankkia internetin kautta. Lisenssin osto avautuu viikolla 33. Maksamalla lisenssin syyskuun aikana se on voimassa koko kauden 1.9.2010-31.8.2011. Myöhemmin maksettaessa lisenssi astuu voimaan maksupäivänä klo 24.

Lisenssien hinnat, vakuutuksen tuoteseloste ja ohjeet lisenssin hankkimisesta löytyvät Voimisteluliiton lisenssisivuilta:

[http://www.svoli.fi/lajit/kilpailulisenssit\\_ ja\\_jumppakoulu/](http://www.svoli.fi/lajit/kilpailulisenssit_ ja_jumppakoulu/)

## Svoli Convention

**2.-3.10.2010, Mäkelänrinteen Uintikeskus, Helsinki**

Syksyn monipuolisin koulutustapahtuma Svoli Convention tarjoaa tuoreet vinkit ja uutta energiaa kaikille aikuisten-, lasten-, ja nuorten ohjaajille sekä seurajohtolle.

Tapahtuman ohjelma sekä tunti- ja kouluttajaesittelyt löytyvät nettisivuiltamme [www.svoli.fi/svoli/tapahtumat/svoli-convention/](http://www.svoli.fi/svoli/tapahtumat/svoli-convention/)

Huomaathan, että tälläkin kertaa nopeat ilmoittautujat pääsevät tapahtumaan edullisemmin!

Tule uudistamaan osaamistasi ja tutustumaan uutuuksiin; varaa paikkasi jo nyt, niin varmistat pääsysi juuri haluamillesi tunneille.

## Tilaa VOIMISTELU -ilmapalloja seuranne tapahtumiin

Ilmapalloja voi tilata jaettavaksi tai tuomaan iloa ja väriä muun muassa seuranne lasten ja nuorten sekä aikuisten tapahtumiin tai kilpailuihin.

VOIMISTELU -ilmapallon malli ja hintatiedot  
- metallihohtoinen pallo, väri 083 lime  
- 100 kpl pallopussi postitettuna 34,-

Ilmapallot tilattavissa suoraan Ilmapallokuksesta  
[myynti@ilmapallokus.fi](mailto:myynti@ilmapallokus.fi) tai 09-8545100.

Katso myös lisää [www.juhlamaailma.fi](http://www.juhlamaailma.fi)

## Varalan Urheiluopisto, Tampere

*Liikettä elämään vuodesta 1909, varala.fi* | [info@varala.fi](mailto:info@varala.fi)

### Varalan Urheiluopisto on maakunnan paras

Opetus- ja kulttuuriministeriön laskelmienkin mukaan Varala on ammatillisten oppilaitosten ykkönen.

Tulevia koulutuksiamme:

- Valmentajan ammattitutkinto VAT, 40 ov, alkaa tammikuussa 2011. Haku päättyy 30.10.10.
- Liikunnan ammattitutkinto, lasten liikunta LaLi, 40 ov, alkaa tammikuussa 2011. Haku päättyy 1.12.10.
- Liikunnanohjauksen peruskurssi LOK, 20 ov, tammi-touko 2011. Haku päättyy 7.12.10.
- Liikunnanohjauksen perustutkinto LPT, 120 ov, liikuntaneuvoja, alkaa elokuussa 2011. Haku yhteishaussa keväällä 2011.
- Liikunnanohjauksen perustutkinto oppisopimuksella. Tutkinto suoritetaan näyttötutkintona.

### Tule Varalaan viettämään syksyn loma-aikaasi.

#### LOKAKUU

1.-3.10. (pe-su) Hyvä Olo 60+ - sykettä syksyyn  
21.-24.10. (to-su) Perhesportti

#### MARRASKUU

7.-12.11. (su-pe) Elämäniloa 60+  
26.-28.11. (pe-su) HyväOlo-viikonloppu

Muistathan myös ensi kevään hiihtoloman ja pääsiäisen Perhesportit – tekemistä ja hauskaa koko perheelle!

**Hirsisaunatarjous** voimassa 31.8. saakka, lue lisää [varala.fi](http://varala.fi) > yrityksille ja ryhmille > saunat.

### Valmentajaseminaari Varalassa Tampereella la-su 30.-31.10.2010

- Menestyksekkään valmennuksen avaimia
- Miten valmentajana rakennan uraani ja tukiverkostoni, kuinka jaksan.

Kohderyhmänä valmentajat, seurojen nuoris- ja valmennuspäälliköt ja lajiliittojen valmennus- ja koulutusväliköt.

Hinta 150 e sisältäen ohjelman, majoituksen ja ruokailut

Ilmoittautuminen "Valmentajaseminaari 2010" Varalan Urheiluopiston myyntipalvelu p. (03) 2631 263.

**Terveellistä urheilua edistämässä** | [terveurheilija.fi](http://terveurheilija.fi) ja [tervekoululainen.fi](http://tervekoululainen.fi).  
**Tule Facebook-faniksemme** | Varalan Urheiluopisto on myös Facebookissa, tule sinäkin!



# KOULUTUS

## Syksyn 2010 koulutukset täydessä vauhdissa

Voit tutustua uudistuneisiin, entistäkin laadukkaampiin ja nykyaikaisempiin peruskoulutuksiin sekä muihin ihaniin uutuuksiin koulutuksen internet-sivuilla [www.svoli.fi/koulutus](http://www.svoli.fi/koulutus). Osaamiseen ja uudistumiseen kannattaa sijoittaa.

### Svoli Convention

2.-3.10.2010 Mäkelänrinteen Uintikeskus, Helsinki

Syksyn monipuolisin koulutustapahtuma Svoli Convention tarjoaa tuoreet vinkit ja uutta energiaa kaikille aikuisten-, lasten-, ja nuorten ohjaajille sekä seurajohtolle.

Tapahtuman ohjelma sekä tunti- ja kouluttajaesittelyt löytyvät nettisivuiltamme [www.svoli.fi/svoli/tapahtumat/svoli-convention/](http://www.svoli.fi/svoli/tapahtumat/svoli-convention/)

Huomaathan, että tälläkin kertaa nopeat ilmoittautujat pääsevät tapahtumaan edullisemmin! Tule uudistamaan osaamistasi ja tutustumaan uutuuksiin; varaa paikkasi jo nyt, niin varmistat pääsysi juuri haluamillesi tunneille.

Svoli Convention osallistujilla on mahdollisuus saada Voimisteluseurojen käyttöön uusi valmistuntikokonaisuus musiikkeineen. Tunti sisältyy normaalisti Convention hintaan, tämän lisäksi voit halutessasi hankkia lisämateriaalin hintaan 18 € (sisältää liikepankin ja musiikin). Tämä tunti su 3.10 klo 14:30–16:45

### Heli Pekkala koulutuspäälliköksi 16.8. alkaen

Voimisteluliiton koulutuspäällikkönä työskentelee 16.8. alkaen Liikuntatieteiden maisteri Heli Pekkala. Heli on työskennellyt Voimisteluliitossa vuodesta 1998 alkaen harrastepäällikkönä ja nuorisopäällikkönä.

Heli suhtautuu uusiin tehtäviinsä innostuneesti: ”Odotan mielenkiinnolla ja innostuneena siirtymistä uuteen tehtävään. Aiemmin hankittu monipuolinen kokemus erilaisissa liiton koulutuksen kehittämis- ja suunnittelutehtävissä antaa hyvän pohjan tulevaan työhön ja nyt on mielenkiintoista laajentaa osaamista ja näkemystä koskemaan koko liiton koulutustehtäviä. Voimisteluliitossa järjestetään paljon laadukasta koulutusta ja viime vuosina on tehty melko suuriakin koulutussisältöjen ja – järjestelmien uudistuksia. Nyt on tärkeää saada uudistukset vietyä käytäntöön ja sitä kautta kehittää seurojen toimijoiden osaamista. Erilaisten oppimisympäristöjen hyödyntäminen koulutuksissa sekä koulutuksen sisäinen organisointi liitossa ovat myös sellaisia kokonaisuuksia joihin haluan koulutuspäällikkönä tarttua.”

### Vuoden 2010 koulutuspalkinto

Osaaminen on yksi seuratoiminnan menestyksen avaintekijöistä, ja koulutuksella on merkittävä rooli osaamisen edistämisessä. Suomen Voimisteluliitto myöntää vuonna 2010 koulutuspalkinnon ansiokkaasta toiminnasta voimistelukoulutuksen alueella.

Koulutuspalkintoa voi hakea

- Voimisteluliiton jäsenseuralle, joka on esimerkillisellä tavalla kouluttanut seuransa ohjaajia, valmentajia, seurajohtajia ja/tai muita seuratoimijoita, tai
- kouluttajalle tai koulutuksen kehittäjälle, joka on esimerkillisellä tavalla vaikuttanut Voimisteluliiton koulustoitintaan.

Palkintoa voi hakea ja hakemuksen laatia yksittäinen seura tai seuran jäsen, Voimisteluliiton alue, luottamusryhmä tai luottamushenkilö, toimihenkilö tai muu esittävän palkittavan ansiot tunteva taho tai henkilö.

Palkinto luovutetaan 27.11. Voimisteluliiton syyskokouksen yhteydessä. Palkinnon saajalle tiedotetaan palkinnon myöntämisestä etukäteen.

Vapaamuotoiset hakemukset tulee toimittaa 31.10. mennessä Voimisteluliittoon joko postitse Heli Pekkala, Suomen Voimisteluliitto, Hämeentie 105 A. 00550 Helsinki tai sähköpostilla [etunimi.sukunimi@svoli.fi](mailto:etunimi.sukunimi@svoli.fi) Hakemuksessa tulee ilmoittaa sekä ehdotuksen tekijän että palkintoehdokkaan tarkat yhteystiedot.



# Ajankohtaista koulutuksessa

## Toimihenkilömuutoksia koulutuksessa

Voimisteluliiton koulutuspäällikkönä aloittaa 16.8. Heli Pekkala. Heli on työskennellyt Voimisteluliitossa vuodesta 1998 alkaen harrastepäällikkönä ja nuorisopäällikkönä. Heli suhtautuu uusiin tehtäviinsä innostuneesti: ”Odotan mielenkiinnolla ja innostuneena siirtymistä uuteen tehtävään. Aiemmin hankittu monipuolinen kokemus erilaisissa liiton koulutuksen kehittämis- ja suunnittelutehtävissä antaa hyvän pohjan tulevaan työhön ja nyt on mielenkiintoista laajentaa osaamista ja näkemystä koskemaan koko liiton koulutustehtäviä.”

Heli Pekkalan tavoittaa puhelinnumerosta 0400 303 077

Hannele Lyytikä jatkaa koulutuksen projektipäällikkönä. Hannele Lyytikän tavoittaa puhelinnumerosta 050 559 8416

Molemmat tavoittaa sähköpostiosoitteesta [etunimi.sukunimi@svoli.fi](mailto:etunimi.sukunimi@svoli.fi)

Heli ja Hannele palvelevat teitä mielellään koulutukseen liittyvissä asioissa

## Äkkilähdöt

Ota äkkilähtö ja hyppää vauhdissa mukaan. Äkkilähtökoulutukset löytyvät aina koulutukset etusivulta oikeasta palkista

## Lasten, nuorten ja lajien koulutus

### Peruskoulutus I-taso

Koulutukset ajalla 27.8.- joulukuu 2010

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

[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 (17 h)**

[2.-3.10. Turku](#), [2.-3.10.10. Helsinki](#), [9.-10.10. Pori](#), [9.-10.10. Kokkola](#), [16.-17.10. Helsinki](#), [30.-31.10. Oulu](#), [30.-31.10. Kuopio](#), [30.-31.10. Tampere](#)

**Svoli Jumppakoulu -koulutus, ohjaajana kehittyminen, osa 3, 7-12 v. ohjaajat (9 h)**

[13.11.Oulu](#), muiden aluiden koulutukset katso [tästä](#)

**Svoli Jumppakoulu -koulutus, ohjaajasta valmentajaksi, osa 3, valmentajat (9 h)**

[31.10. Turku](#), [5.12. Tampere](#)

**Svoli Jumppakoulu -koulutus, ohjaajana kehittyminen osa 3, 3-6 v. ohjaajat (9 h)**

[20.11.Kuopio](#), [20.11. Kokkola](#), [27.11. Helsinki](#)

**Svoli Jumppakoulu -täydennyskoulutus - kokeneille ohjaajille ja opetuksen ammattilaisille (9 h)**

[9.10 Helsinki](#)  
[10.10. Seinäjoki](#)



## Lajitaidon peruskoulutus - uusi (21 h)

Päätavoitteena on oppia taitoharjoittelun yleisiä periaatteita, lajiliikkeiden tekniikkaa ja niiden opettamista liikekehittelyn ja harjoitteiden kautta.

## Fyysisen valmennuksen peruskoulutus - uusi (13 h)

Päätavoitteena on oppia fyysisten ominaisuuksien harjoittamista ja niiden vaatimuksia voimistelussa.

Kohderyhmä voimistelulajien valmentajat ja ohjaajat

## Katso kaikki syksyn

lajitaidon ja fyysisen valmennukset koulutukset sekä muut täydennyskoulutukset, kuten tanssi, perheliikunta ja alle kouluikäiset nettisivuiltamme [www.svoli.fi/koulutus](http://www.svoli.fi/koulutus)

## 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](#)

#### 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 3.9. mennessä [minna.k.antila@gmail.com](mailto:minna.k.antila@gmail.com), 040-4121647

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



## Vesivoimistelu

Svoli Conventionissa 2.-3.10.2010 kouluttaa vuoden nuoreksi kouluttajaksi valittu belgialainen Kim Geeroms mm. AquaZumbaa.

## Lajien koulutus

Jumppakoulu ARVI-koulutus tiedustelut Heli Pekkala, puh. 09 - 5490 3322

## Seurajohdon koulutus

### Voimisteluseuran johtamisen peruskoulutus – uusi (I-TASO 6 + 2 h)

2.10. Svoli Conventionin yhteydessä, tiedustelut [irma.kosonen@svoli.fi](mailto:irma.kosonen@svoli.fi)

9.10. Turku, tiedustelut [eija.ojala@svoli.fi](mailto:eija.ojala@svoli.fi)

Syksyllä lisäksi tilauskoulutuksina

Tiedustelut [aluepäälliköiltä](#)

### Seuran taloushallinto (4 h)

[11.9. Turku](#)

[13.11. Tampere](#)

## Tilaa koulutus

Suomen Voimisteluliiton jäsenseuroille voidaan toteuttaa **tilauskoulutuksina kaikkia**

**[Voimisteluliiton peruskoulutuksia](#)** sekä mm. seuraavia koulutuksia:

**Kunnon ruokaa voimistelijoille - seurailat**

**Vauva kasvaa taaperoksi**

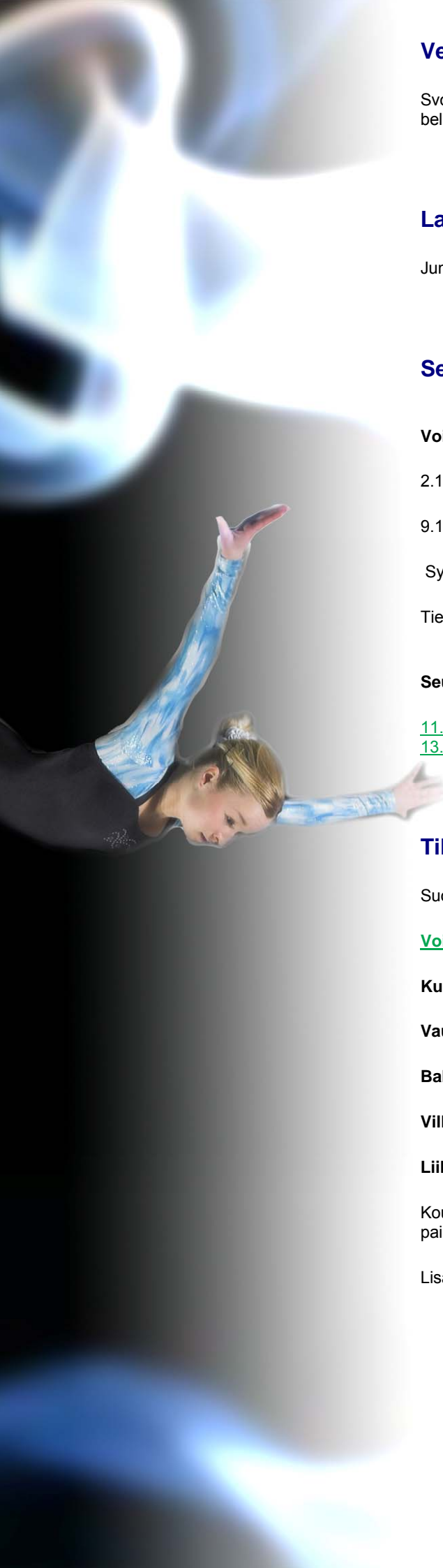
**Babybic-tyyliin vauvojen kanssa**

**Villisti välineillä**

**Liiku ja seikkaile luonnossa**

Koulutuspaikkana voi olla Voimisteluliiton järjestämät tilat tai asiakkaan osoittama paikka.

Lisätietoja [aluepäälliköiltä ja lajipäälliköiltä](#)



# LAJIT

## Vielä ehtii ilmoittautua uusiin voimistelulajien I-tason peruskoulutuksiin

### Lajitaidon peruskoulutus - uusi (26 h)

Päätavoitteena on oppia taitoharjoittelun yleisiä periaatteita, lajiliikkeiden tekniikkaa ja niiden opettamista liikekehittelyn ja harjoitteiden kautta. Koulutus on uusittu 2010 nykyaikaisia oppimismenetelmiä ja oppimisympäristöjä hyödyntäväksi.

#### Lajitaidon peruskoulutukset lajeittain:

##### Joukkuevoimistelu

SYDÄN-SUOMI 21.-22.8. Tampere, Varalan Uo PILOTTI  
ETELÄ-SUOMI 11.-12.9. Helsinki  
POHJOIS-SUOMI 25.-26.9. Oulu  
LÄNSI-SUOMI 2.-3.10. Pori

##### Rytminen voimistelu

SYDÄN-SUOMI 21.-22.8. Tampere, Varalan Uo PILOTTI

##### Naisten telinevoimistelu

ETELÄ-SUOMI 18.-19.9. Helsinki PILOTTI  
POHJANMAA 25.-26.9. Vaasa  
POHJOIS-SUOMI 9.-10.10. Oulu

##### Miesten telinevoimistelu

ETELÄ-SUOMI 28.-29.8., Liikuntamylly, Helsinki PILOTTI  
SYDÄN-SUOMI syyskuu, Jyväskylä

##### Trappoliinivoimistelu

ETELÄ-SUOMI 28.-29.8. Helsinki PILOTTI

##### Kilpa-aerobic

SYDÄN-SUOMI 20.-21.11. Tampere, Varalan Uo PILOTTI

### Fyysisen valmennuksen peruskoulutus - uusi (13 h)

Päätavoitteena on oppia fyysisten ominaisuuksien harjoittamista ja niiden vaatimuksia voimistelussa. Koulutus on uusittu sisältämään pääosin käytännön fyysisen valmennuksen harjoitteita.

#### Fyysisen valmennuksen peruskoulutukset:

SYDÄN-SUOMI 5.9. Tampere PILOTTI  
LÄNSI-SUOMI 11.9. Turku  
SAVO-KARJALA 19.9. Joensuu  
POHJANMAA 2.10. Seinäjoki



# Joukkuevoimistelu

## Suomen Voimisteluliiton hallitusvalinnat syyskokouksessa 2010

Ehdollepanotoimikunta etsii Suomen Voimisteluliiton hallitukseen joukkuevoimistelun paikalle henkilöä, joka

- tuntee erityisesti joukkuevoimistelutoimintaa
- tuntee yleisesti kilpa- ja huippuvoimistelutoiminnan edellytykset ja vaatimukset
- tuntee voimistelu- ja seuratoimintaa monipuolisesti seuroissa, alueilla ja liitossa
- haluaa sitoutua Voimisteluliiton toimintaan ja käyttää aikaansa hallitus- ja työryhmätyöskentelyyn sekä seurakentän kanssa toimimiseen
- hahmottaa ja tuntee liikuntakulttuuria ja yhteiskuntaa

Jokaisessa Voimisteluliiton sääntöjen § 11 mukaisessa kilpailulajissa on toimielimenä vähintään joka toinen vuosi kokoontuva seurakokous ja lajivaliokunta. Joukkuevoimistelun seurakokous, jossa myös hallitusehdokkaasta päätetään, on lauantaina **25.9.2010** klo 10:00 alkaen Helsingissä (tarkempi paikka ilmoitetaan myöhemmin). Kokousedustajat tarvitsevat kokoukseen tullessaan valtakirjan.

Jos seuranne aikoo nimittää joukkuevoimistelun lajipaikalle ehdokkaan, tulee liitteenä oleva kyselylomake ja ehdokkaan valokuva palauttaa lajipäällikölle viimeistään **20.9.2010 mennessä**. Lajipäällikkö Heli Katajamäki, Suomen Voimisteluliitto Svoli, Hämeentie 105 A, 00550 Helsinki tai [heli.katajamaki@svoli.fi](mailto:heli.katajamaki@svoli.fi)

Ehdollepanotoimikunta tekee esityksen hallituksen jäseniksi valittavista henkilöistä ja lähettää esityksen ehdokasasetteluineen seuroille viimeistään 2 viikkoa ennen marraskuun syyskokousta.

SUOMEN VOIMISTELULIITTO SVOLI RY.

### EHDOLLEPANOTOIMIKUNTA

Ehdollepanotoimikunnan jäsenet:

Jarmo Almenoksa  
Maija Innanen  
Teppo Kalaja  
Pirjo Karinen  
Bodil Mickels  
Mikko Pehkonen  
Päivi Uusimaa-Salonen  
Leea Paija (hallituksen edustaja)

Ehdollepanotoimikunnan sihteerinä toimii Voimisteluliiton pääsihteeri Maria Laakso

[maria.laakso@svoli.fi](mailto:maria.laakso@svoli.fi); 09 – 5490 3388

## Joukkuevoimistelun tuomarikoulutukset 5 ja 6

Tuomarikoulutus 5 järjestetään Helsingissä la-su 25.-26.9. ja kurssi 6 sunnuntaina 26.9.



## Valinnat syksyn World Cup kilpailuihin

Lajivaliokunta on kokouksessaan 22.6. valinnut syksyn World Cupeihin seuraavat joukkueet:

### World Cup IV, Saksa, 22.-24.10.2010

Ampeerit, OVO / VVS  
Fotonit, OVO  
Sirius, JNV  
varalla: Bixbit, LaTy / TuUL

Fotonit ilmoittivat valinnan jälkeen, etteivät osallistu kilpailuun ja näin ollen kolmannen paikan käyttää Bixbit.

### World Cup finaali, Brasilia 26.-28.11.2010

Ampeerit, OVO / VVS  
Mimodes, VVS

Muita halukkaita kilpailuun ei ollut.

## Syksyn 2010 kilpailut

Syksyn 2010 liiton kilpailut ja kilpailupaikat:

23.10. Suomen Cup IV, Turku  
21.-22.11. Kilpasarjojen välinemestaruuskilpailut, Jyväskylä  
4.-5.12. Mestaruussarjojen välinekilpailut ja SM-välinekilpailut, Helsinki

Kilpailukutsut päivitetään kilpailukalenteriin.

## Kevään 2011 SM-kilpailut

Joukkuevoimistelun SM-kilpailut järjestetään 15.-17.4.2011 Jyväskylässä Voimisteluliiton lajien yhteisissä SM-kilpailuissa. Poikkeuksellisesti 16-18-vuotiaiden sarjassa sekä naisten sarjassa finaaliin pääsee alkukilpailun kuusi parasta joukkuetta. 14-16-vuotiaiden sarjassa finaaliin pääsee kahdeksan alkukilpailun parasta joukkuetta.

SM-kilpailu toimii myös Juniorien IFAGG:n mestaruuskilpailujen karsintakilpailuna. Molemmista näytöistä (alkukilpailu ja finaali) jaetaan maajoukkuepisteet.

## Sääntöpäivitys kilpailujoukkueen kokoonpanoon

Vuoden 2011 alusta yli 14-vuotiaiden kilpailuissa joukkueeseen voidaan nimetä kilpailukohtaisesti kaksitoista (12) voimistelijaa, joiden joukosta kilpailevaa kokoonpanoa voi muuttaa alku- ja loppukilpailun välillä.

Kaikkien kahdentoista on mahdollista sääntöjen määrittämiin ikärajiin. Listan ei tarvitse olla sama kauden eri kilpailuissa.

Palkinnon saavat ne voimistelijat, jotka ovat kilpailleet kilpailun aikana sekä yksi varavoimistelija.

Myös valmentajat tulee ilmoittaa ilmoittautumisen yhteydessä. Palkinnon saavat kaikki ilmoitetut valmentajat.

Lue lisää sääntöpäivityksistä nettiseuratieotteesta nro 4, lajit / joukkuevoimistelu.



# Kilpa-aerobic

## Lajivaliokunta tiedottaa

Lajivaliokunnan kokous pidettiin 4.6. ja kokouksessa päätettiin mm. seuraavia asioita:

- \* Valmennuspäällikkö Anna Kirjavainen vieraili kokouksessa ja käsittelimme liiton vs. lajin valmennusjärjestelmää, ajankohtaisia asioita ja yhteisiä projekteja
- \* Toiminnansuunnittelu & kilpailukalenterin tekeminen päätettiin siirtää 14.8. kokoukseen
- \* Käsiteltiin Miniringin, Junnuringin ja Sennuringin leiripalautteita sekä UEG:n leirin (ITA) järjestelyjä
- \* Haku syksyn kv-kilpailuihin päätettiin jatkaa 21.6. saakka
- \* MM-kilpailujen käytännön järjestelyjä koskevia asioita
- \* Todettiin lajien yhteiset SM kilpailut 2011 ja käsiteltiin Kilpa-aerobicin aikataulua kilpailutapahtuman osalta
- \* Voimistelupäivien tilannekatsaus
- \* Tarkistettiin nousupisterajoja ja hyväksyttiin sääntöpäivitykset
- \* Myönnettiin poikkeusluvut Voimistelupäivien tuomareille
- \* Käsiteltiin koulutusuudistusten asioita mm. 1-tason ja 2-tason materiaalit ja päätettiin Academyn osallistujat järjestyksessä
- \* Tehtiin ehdotuksia Kilpa-aerobicin osalta SUN LAHTI 2013 tapahtumaan

Seuraava kokous on 14.8.2010

## Kilpailu

Kansalliset säännöt on päivitetty. Päivitetyt säännöt löytyvät netistä ja päivitykset tulevat voimaan 1.9.2010 lähtien.

Tuomareiden poikkeusluvut tulee hakea (mikäli niitä ei ole koko vuodeksi haettu) 24.9. mennessä.

Syksyn kilpailut

- \* 16.-17.10. Svoli Aerobic Cup 3, Tampere (järj. Tampereen Voimistelijat)
- \* 30.-31.10. Svoli Aerobic Cup 4, Nokia (järj. Nokian Pyry)
- \* 13.11. Kolmen lajin kilpailut, Tampere (järj. liiton Sydän-Suomen alue)

Syksyn kansainväliset kilpailut - lajivaliokunta päättää kokouksessaan 14.8. lähtijät syksyn kilpailuihin

HUOM!

SM-kilpailut 2011 järjestetään kaikkien lajien yhteiset kilpailut. Kilpailuissa ovat mukana SM-sarjojen (AG 1, AG 2, SEN) alku- ja loppukilpailut. Kilpailut järjestetään 15.-17.4.2010 Jyväskylässä.

Svoli-sarjojen osalta (sekä 2 ja 3-luokat) järjestetään erilliset mestaruuskilpailut. Tämä kilpailu tulee seurojen haettavaksi.

Vuoden 2011 kilpailukalenteri julkaistaan elokuun aikana.

## Valmennus

Auerinkien (Etelä-Suomi, Sydän-Suomi, Pohjois-Suomi) treenipäiviin on ilmoittautuminen käynnissä.

Miniringin leiri järjestetään 4.-5.9.2010 Varalan Urheiluopistolla, ilmoittautuminen on käynnissä.

Junnoringin leiri järjestetään myös Varalan Urheiluopistolla 4.-5.9.2010, ilmoittautuminen on käynnissä.

Sennuringin treenipäivä järjestetään 18.9. Varalan Urheiluopistolla, lisätietoja treenipäivästä tulossa suoraan rinkiläisille.

SM-kilpailujen jälkeen on kaikkia rinkejä tarkistettu ja uudet päivitetyt ringit löytyy <http://www.svoli.fi/lajit/kilpa-aerobic/maajoukkueingit/>





## Koulutus

UUSI! Kilpa-aerobicin koreografikoulutus (6h) järjestetään 21.8. Tampereella. Kurssilla on vielä vapaita paikkoja. Ilmoittautumiset tulee tehdä välittömästi.

Fyysisen valmennuksen koulutuksia (1-taso 8h) on tarjolla 5.9. Tampere, 11.9. Turku, 19.9. Joensuu ja 2.10. Seinäjoki - kurseille ilmoittautumiset voi tehdä [ilmoittautumiset@svoli.fi](mailto:ilmoittautumiset@svoli.fi)

Tuomarikoulutus 2 (vaikeus ja päätuomarointi) järjestetään 4.-5.9.2010 Tampereella, pääkouluttajana toimii Johanna Nisula.

Uudistettu Lajitaidon peruskoulutus järjestetään avoimena kurssina. Koulutus järjestetään 20.-21.11. Tampereella (Varalan Uo), kouluttajana toimii Anu Lehikoinen.

FIG:n kansainvälinen valmentajien Academy level 1 - koulutus on saatu Suomeen ja kurssi toteutuu 24.-31.8. Varalan Urheiluopistolla Tampereella.

## Miesten telinevoimistelu

### Kalevi Suoniemen muistolle

Kesäkuun jälkipuoliskolla suruviesti saavutti voimisteluväen: mestarivoimistelija ja olympiamitalisti Kalevi Suonimi oli menehtynyt pitkäaikaiseen sairauteen 17.6.2010.

Tunsin toki Kallun voimistelu-uran huippuhetket, joita olivat viisi miesten voimistelun yleismestaruutta vuosina 1953-1959, Melbournen olympiakisojen 1956 joukkuepronssi ja Pariisin 1957 Euroopanmestaruuskilpailujen renkaiden pronssi, mutta tuntemaan opin hänet vasta tultuani Suomen Voimisteluliito SVL:n puheenjohtajaksi vuonna 1995.

Kalluun oli helppo tutustua, hän oli ulospäin suuntautunut ja aina valmis keskustelemaan ei pelkästään voimistelusta vaan myös yhteiskunnallisista asioista. Hän ei päästännyt ympäristöään helpolla ja palautetta tuli aina pikaisesti. Kallu oli tottunut sekä urheilijana että yrittäjänä panostamaan täysillä tekemiseensä. Niinpä hän ei kestänyt katsella huonoa harjoittelua ja välinpitämätöntä suhtautumista työntekoon ja vaati itseltään ja muilta aina täyttä panosta.

Kuuntelin vuosien aikana Kallun elämäntarinaa ja värikkästä kerrottuja sattumuksia urheilu-uran ja työelämän varrelta. Arvostin suorapuheisuutta, tinkimätöntä vakaumusta, raittiutta, perheen arvostamista ja herkkää sosiaalista omaatuntoa. Yksittäiset tapahtumat muodostivat kokonaisuuden, saivat aikajärjestyksen ja selityksen, kun ”Nikru Telineataurin muistelmat” ilmestyi vuonna 2007. Kirjan luettuani oli helppo ymmärtää mistä sisukkuus ja peräänantamattomuus syntyi, miksi Kallu toimi vossikkana ja mistä sosiaalinen vastuunkantaminen oli saanut alkunsa ja voimansa.

Voimistelijana Kallu, kuten useat muutkin urheilijat, joutui liittoriitojen uhriksi. Vuonna 1959 TUL oli irtisanonut yhteistyösopimuksen SVUL:n kanssa ja siksi TUL:n voimistelijat eivät saaneet osallistua Kouvolassa 1960 pidettyihin olympiakarsintoihin. Siinä meni Kallun mahdollisuus päästä Rooman olympialaisiin. Aikalaidostajien mukaan hän oli kyseisenä vuonna huippukunnossa. Toisen kerran kävi niin, että hän ei päässyt olympiakisoihin voimistelemaan: Helsingin olympialaisissa vuonna 1952 hän oli ikänsä vuoksi jäänyt varamieheksi.

Kallu oli aikaansa edellä voimistelijana ja myöhemmin yrittäjänä. Hän myös ymmärsi sen, että urheilulla ei Suomessa elä eikä elätetä perhettä. Siksi hän panosti urheilu-uran aikana sekä opiskeluun että työntekoon. Sain sen vaikutelman Kallun puheista, että hän arvosti korkeimmalle urheilusaavutuksistaan Suomenmestaruudet ja erityisesti sen, että viiden mestaruuden jälkeen hänelle jäi kuuluisa kiertopalkinto: Jussi Mäntysen karhu (Kihlaus)-patsas. Tämä saavutus ajoi ohi kansainvälisten meriittien. Huippu-urheilijan mielenlaadun tunteminen tekee asian ymmärrettäväksi, voitto on aina voitto!

Voimisteluväki jää kaipaamaan värikästä voimistelun mestaria, joka kelpaa esikuvaksi niin urheilijana kuin myös työhönsä vakavasti suhtautuvana yrittäjänä sekä yhteiskunnallisena vaikuttajana.

Kallu kirjoitti kirjaansa omistuskirjoituksen jälkeen minulle ”Kaverisi Nikru”, siksi uskallan minäkin kaipaavalla allekirjoittaa: Kaverisi Erkki Vuori

# Rytminen Voimistelu

## Kilpailuasias

### Joukkueiden SM-kilpailut 2010

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

### MM-karsintakilpailut

MM-kilpailut järjestetään 15.8. Kisakallion urheiluopistossa klo 15.00 alkaen. MM-kilpailuun valitaan kolme yksilövoimistelijaa ja joukkue. Tiedotteen ilmestymispäivänä MM-kisajoukkue on jo selvillä ja valittujen urheilijoiden nimet löytyvät Voimisteluliiton sivuilta. MM-kilpailun tuomareiksi on jo aikaisemmin nimetty Anna Halonen (joukkue) ja Alexandra Mavrakis (yksilöt).

### Kevään 2011 kilpailut hakuun

Lajivaliokunta julistaa hakuun seuraavat kilpailut keväälle 2011:

#### Helmikuu

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

#### Huhtikuu

- luokkakilpailut 3, 5, JM, M

#### Toukokuu

- luokkakilpailut 2,4,6,joukkueet

Vuoden 2011 kilpailuja tulee hakea 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

### Syksyn 2010 tuomarikoulutukset

SM-tason (taso I) tuomarikoulutus järjestetään Voimisteluliiton toimistolla 3.-5.9 ja starttikurssi (taso III) samassa paikassa 2.10. Lisäksi lauantaina 4.9. klo 13-16 järjestetään seminaari tasojen II ja III tuomareille, jolla syvennetään tuomareiden osaamista käytännön harjoitteiden kautta. Erityisesti panostetaan D1, D2 ja suorituksen osa-alueisiin. Pidä kiirettä ilmoittautumisen kanssa sillä ilmoittautumiset umpeutuvat syyskuun kursseille jo 17.8. Jos kursseille ei tuolloin ole kymmentä (10) ilmoittautunutta siirtyy kurssi keväälle 2011. Tarkempaa tietoa tuomarikursseista ja muistakin Svolin kursseista saat syksyn kurssikalenterista, joka löytyy Voimisteluliiton sivuilta linkistä

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



## Tuomarikirjat

Starttikurssin ja tason II-tuomarikoulutuksen suorittaneet tuomarit saavat Svolistä tuomarikirjat, johon merkitään suoritettut 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.

## Koulutusasiaa

Uusittu lajitaidon peruskoulutus järjestetään 21.-22.8. Tampereella, Varalan urheiluopistolla. Koulutus on pilotti joka järjestetään uusituihin materiaaleihin, jotka on tehty VOK:n perusteiden mukaisesti. Kouluttajina toimivat Emma Kurki ja Laura Ahonen. Ilmoittautumiset ja tarkempaa tietoa koulutuksesta löydät alla olevasta linkistä. Toimi nopeasti!

[http://www.svoli.fi/koulutus/koulutukset\\_ ja\\_ ilmoittautuminen/koulutushaku/?x316409=1973294](http://www.svoli.fi/koulutus/koulutukset_ ja_ ilmoittautuminen/koulutushaku/?x316409=1973294)

## Valmennusasiaa

### Syksyn tehopäivä

Syksyn tehopäivä pidetään Kisakallion urheiluopistossa 26.9. Jos et ole vielä ilmoittautunut ilmoittaudu pikaisesti alla olevasta linkistä niin varmistat mukaan pääsyt. Helmikuun tehopäivä täytyi hetkessä eivätkä kaikki halukkaat valitettavasti päässeet mukaan.

[http://www.svoli.fi/lajit/rytminen\\_ voimistelu/?x87618=2259478](http://www.svoli.fi/lajit/rytminen_ voimistelu/?x87618=2259478)

### Rytmissen voimistelun valmennusjärjestelmän rakentuminen

Ensimmäinen seurojen edustajien ja liiton yhteinen palaveri rytmissen voimistelun tulevaisuudesta järjestettiin Voimisteluliiton toimistolla 27.4. Tilaisuus oli hedelmällinen ja herätti paljon ajatuksia. Uusi tilaisuus järjestetään lokakuun alussa. Kevään kokouksen jälkeen on tapahtunut seuraavaa:

- seurojen edustajat lähettivät kirjalliset esitykset valmennusjärjestelmän rungosta ja suunnasta lajipäällikölle 15.6. mennessä
- lajivaliokunta on tehnyt oman esityksensä käyttäen pohjana seurojen esityksiä 18.6. pidetyssä kokouksessaan
- Voimisteluliitto kutsuu koolle "työrökkäsen" (1 henkilö/esityksen tehnyt seura) elosyyskuussa, joka seurojen ja lajivaliokunnan esitysten pohjalta valmistelee esityksen/vaihtoehtoisia esityksiä valmennusjärjestelmän kehittämiseksi
- syksyn seurojen ja liiton yhteinen keskustelutilaisuus tulevasta valmennusjärjestelmästä pidetään 5.10. klo 18-20 Voimisteluliiton toimistossa

## Naisten Telinevoimistelu

### Timanttimerkkitestit

Timanttimerkkitestitilaisuudet ovat avoimia kaikille ikäkriteerit täyttävälle voimistelijoille; Timanttimerkin voi suorittaa aikaisintaan sen vuoden syksynä, kun voimistelija täyttää 8 vuotta >>> syksyllä 2010 ja keväällä 2011 vuonna 2002 ja aikaisemmin syntyneet voimistelijat. Ilmoittautumiset tulee suorittaa seuraakohtaisesti

Onko seurallasi tarvetta Timanttitesteille - muistathan myös, että pyrkiäkseen Minoriryhmään, voimistelijalla on oltava Timanttimerkkitesti suoritettuna - otathan tarvittaessa yhteyttä NTV lajipäällikköön satu.murtonen(at)svoli.fi



## Viimehetken ilmoittautumiset

[NAISTEN TELINEVOIMISTELUN  
TUOMARIKOULUTUS 3 \(II-TASO 20 h\)](#)

27.08.10 - 29.08.10 Kaarina

[NAISTEN TELINEVOIMISTELUN  
TUOMARIKOULUTUS 4 \(III-TASO 23 h\)](#)

27.08.10 - 29.08.10 Kaarina

[NAISTEN TELINEVOIMISTELUN  
TUOMARIKOULUTUS 1 \(I-TASO 10 h\)](#)

04.09.10

Helsinki

[NAISTEN TELINEVOIMISTELUN  
TUOMARIKOULUTUS 2 \(II-TASO 10 h\)](#)

05.09.10

Helsinki

## Erika Pakkala Nuorten Olympialaisissa Singaporessa

Seuraathan Erikan blogia voimisteluliiton nettisivuilta.

## TeamGym

### EM kilpailut lähestyvät ...

Ruotsin Malmössä ratkotaan 20-24.10 TeamGym Euroopanmestaruudet. UEG myönsi European Championships statuksen kilpailuille 2010 marraskuussa. Samassa yhteydessä kilpaillaan myös ensimmäisistä Junioreiden Euroopanmestaruuksista.

Suomesta kilpailuihin lähtevät nasten sarjaan Tampereen Voimistelijat sekä Helsingfors Gymnastikklubb. Tyttöjen kilpailuun osallistuu eri seurojen junioreista koottu joukkue. Joukkueiden esittelyt löytyvät lähempänä kilpailua osoitteesta <http://www.svoli.fi/lajit/teamgym/maajoukkue/>

Kaikki tarvittava tieto kilpailuista, myös lippujen varaukset, löytyvät järjestäjän sivuilta [www.teamgym2010.se](http://www.teamgym2010.se)

### TeamGym tuomarikortit vanhenevat

#### Ennen sykyä 2009 suoritettut tuomarikoulutukset tulee uusina

Tuomarivelvoitteen mukaisesti jokaisen TeamGym kilpailuun osallistuvan seuran tulee lähettää kilpailuihin koulutettu tuomari. Ilman päteviä tuomareita kilpailuita ei voida järjestää.

Uudistettuun luokkajärjestelmään ja sääntöihin perustuva II-tason koulutus järjestetään **18-19.9 Turussa**. Hyväksytysti suoritettu koulutus antaa oikeuden tuomaroida luokkia 2 ja 3 ja antaa oikeuden jatkaa III -tason koulutukseen.

Koulutusta suositellaan myös uusien sääntöjen III-tason koulutuksen käyneille sekä kaikille valmentajille.

Viimeinen ilmoittautuminen koulutukseen **3.9.2010**

Ilmoittautuminen ja lisätiedot <http://www.svoli.fi/koulutus/> tai <http://www.svoli.fi/lajit/teamgym>

### Suomenkielinen Code of Points julkaistu

Suomenkielisen käännöksen Codesta voi ladata <http://www.svoli.fi/lajit/teamgym/kilpailutoiminta/saannot>

Uudistetun luokkajärjestelmän säännöt voit ladata <http://www.svoli.fi/lajit/teamgym/kilpailutoiminta/saannot/>



# Trampoliinivoimistelu

## Trampoliinin lajitaidon uusittu peruskoulutus

Aika:	28.-29.8.2010
Alue:	Svoli Etelä-Suomi
Paikkakunta:	Helsinki
Kouluttaja:	Valpuri Taulasalo
Hinta Svolin jäsenseuroille:	130 €
Hinta ei-jäsenille:	156 €
Hinta sisältää:	Opetuksen ja materiaalin
Tiedustelut:	Eevakaisa Niemi puh (09) 5490 3385 eevakaisa.niemi(at)svoli.fi
Ilmoittautumiset viimeistään:	HETI

### Tavoitteet ja sisällöt

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.

### Kohderyhmä

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.

### Laajuus ja opetusmuodot

21 h, sis. 16 h lähiopetusta + 2 h etäoppimista +3 h työssä oppimista

### Maajoukkueleiri Kurikassa 21.-22.8.2010

Maajoukkueleirin yhteydessä on viimeinen näyttötilaisuus WAGC- ja PM-kilpailuihin maajoukkuevalintoja ajatellen.

### Trampoliinin PM-kilpailut 23.10.2010

Trampoliinin PM-kilpailut järjestetään Ruotsissa, (Upplands Väsby) 23.10.2010.



# HARRASTEVOIMISTELU

## Harrasteliikunnan kannustepalkinnot 2010 haussa

Voimisteluliitto myöntää vuosittain valtakunnallisia kannustepalkintoja harrastevoimistelussa ansioituneille toimijoille. Vuonna 2010 myönnetään seuraavat kannustepalkinnot:

*Aikuisliikunnan kannustepalkinto  
Lasten harrastevoimistelun kannustepalkinto  
Nuorten harrastevoimistelun kannustepalkinto*

Palkintoa voi hakea ja hakemuksen laatia yksittäinen seura tai seuran jäsen, Voimisteluliiton alue, luottamusryhmä tai luottamushenkilö, toimihenkilö tai muu esitettävän palkittavan ansiotunteva taho tai henkilö. Hakemukset tulee palauttaa **31.10.2010** mennessä Voimisteluliittoon kussakin palkinnossa mainitulle toimihenkilölle.

Palkinnot jaetaan Voimisteluliiton syyskokouksen yhteydessä 27.11. Helsingissä

## Aikuisliikunnan kannustepalkinto 2010

Voimisteluliiton aikuisten harraste-, kunto- ja terveysliikunnan kannustepalkintoa voi tänä vuonna hakea ansioituneelle

### Senioriliikunnan / ikääntyvien liikuntatoiminnan kehittäjäseuralle

Seura on kehittänyt aktiivisesti senioriliikuntatoimintaa, saanut mukaan innostuneita, kohderyhmän tuntevia ja osaavia ohjaajia sekä tavoittanut uusia ikääntyviä liikkujia. Seura on onnistunut löytämään ja toteuttamaan sellaisia toiminnan muotoja, jotka kiinnostavat ja sitouttavat liikkujat säännöllisen voimisteluliikunnan pariin. Toimintamallin kokonaisuudessa (markkinointi, tilat, ohjaajan osaaminen, liikuntasisältö, aikataulu jne) on huomioitu kohderyhmä ja sen tueksi on mahdollisesti rakennettu yhteistyötä paikkakunnan muiden toimijoiden kanssa.

Senioriliikunnalla tarkoitetaan tässä yhteydessä ikääntyvien ja ikääntyneiden liikuntatoimintaa ilman tarkemmin määriteltyä ikärajaa. Hakijan toimintamallin ei tarvitse kattaa koko kyseisen kohderyhmän kirjoa eri toimintakyky- ja ikäryhmissä.

Hakemukseen kirjataan sekä palkittavan seuran nimi ja yhteystiedot että hakijan nimi, seura/taustataho ja yhteystiedot. Ehdotettavan seuran toiminta kuvataan ja perustellaan huolella kyseisestä näkökulmasta (idea, toimintamalli, sisältö, toteutus, kohderyhmä jne). Hakemukset: Leeni Asola-Myllynen, Hämeentie 105 A, 00550 Helsinki tai sähköpostina [etunimi.sukunimi@svoli.fi](mailto:etunimi.sukunimi@svoli.fi)

Palkinnon saajan päättää liiton Aikuisten voimistelun työryhmä.

## Lasten harrastevoimistelun kannustepalkinto

Voimisteluliiton lasten harrastevoimistelun kannustepalkintoa voi tänä vuonna hakea ansioituneelle seuralle, joka toteuttaa ja kehittää monipuolista ja omatoimiseen liikuntaan kannustavaa lasten voimistelua.

Seuran toiminta on lapsilähtöistä sekä monipuolista ja toiminnan tavoitteena on lapsen tasapainoinen liikunnallinen kehitys. Monipuolisuus huomidaan seuraharjoitusten suunnittelussa sekä toteutuksessa ja seurassa kannustetaan liikkumaan myös harjoitusten ulkopuolella joko muiden lajien tai omaehtoisen liikkumisen kautta. Palkittava seura voi olla kehittänyt toimintaansa pitkäjänteisesti teeman suuntaisesti tai seura voi olla toteuttanut aiheeseen liittyvän hankkeen tai kampanjan, jonka kautta on saatu hyviä tuloksia.

Hakemukseen kirjataan sekä palkittavan seuran nimi ja yhteystiedot että hakijan nimi, seura/taustataho ja yhteystiedot. Ehdotettavan seuran toiminta kuvataan ja perustellaan huolella kyseisestä näkökulmasta (idea, toimintamalli, sisältö, toteutus jne). Hakemukset: Katja Anoschkin, Hämeentie 105 A, 00550 Helsinki tai sähköpostina [etunimi.sukunimi@svoli.fi](mailto:etunimi.sukunimi@svoli.fi)

Palkinnon saajan päättää liiton Perheliikunnan, lasten- ja kouluvoimistelun työryhmä.



## Nuorten harrastevoimistelun kannustepalkinto

Voimisteluliiton nuorten harrastevoimistelun kannustepalkintoa voi tänä vuonna hakea ansioituneelle

**seuralle, joka on toiminnallaan ehkäissyt drop out ilmiötä seurassaan.**

Seuran toiminnassa on huomioitu nuorten harrastamisen mahdollisuudet monenlaisilla tavoitteilla mukana oleville ja nuorten ääntä kuullaan myös seuran päätöksenteossa.

Palkittava seura voi olla kehittänyt drop outia ehkäiseviä toimia usean vuoden ajan tai se voi olla toteuttanut lyhyemmän kampanjan, jolla on ollut positiivisia vaikutuksia drop out ilmiöön. Nuorten harrastevoimistelulla tarkoitetaan yli 13 -vuotiaiden toimintaa seurassa.

Hakemukseen kirjataan sekä palkittavan seuran nimi ja yhteystiedot että hakijan nimi, seura/taustataho ja yhteystiedot. Ehdotettavan seuran toiminta kuvataan ja perustellaan huolella kyseisestä näkökulmasta (idea, toimintamalli, sisältö, toteutus jne). Hakemukset: Katja Anoschkin , Hämeentie 105 A, 00550 Helsinki tai sähköpostina [etunimi.sukunimi@svoli.fi](mailto:etunimi.sukunimi@svoli.fi)

Palkinnon saajan päättää Nuorten voimistelun työryhmä

## Liiton harrastetiimissä henkilömuutoksia

Heli Pekkalan siirtyessä Voimisteluliiton koulutuspäälliköksi 16.8. alkaen harrastevoimistelun tiimin kokoonpano ja tehtäväjako uudistuvat.

Nuorisopäällikkö Katja Anoschkin vastaa jatkossa lasten ja nuorten harrastevoimistelun kokonaisuuksista (mm. Jumppakoulu, Voimisteluliiton Show ja muut tapahtumat) sekä Sinettiseuratoiminnasta. Lisäksi Katja jatkaa edelleen TeamGym-lajipäällikkönä.

Harrastevoimistelun koordinaattorina 2.8. aloittanut Heidi Hintikka vastaa perheliikunta- ja kouluvoimistelutoiminnasta sekä Jumppakoulun ohjaajakoulutuksesta ja materiaaleista. Lisäksi Heidi vastaa aikuisliikunnan ohjaajakoulutuskokonaisuudesta.

Heidi on lähes valmis kasvatustieteiden maisteri Jyväskylän yliopistosta, pääaineenaan hänellä on aikuiskasvatustiede. Heidi suoritti opintoihin liittyvän harjoittelun keväällä Voimisteluliitossa, jolloin hän laati raportin seurakyselystä ja oli mukana suunnittelemassa ryhmäliikunnan peruskoulutusta ja toteutusta. Heidi omaa voimistelutaustaa sekä rytmisestä voimistelusta että joukkuevoimistelusta niin harrastajana kuin rytmisen voimistelun valmentajana ja tuomarina.

Heidi Hintikan tavoittaa osoitteesta [heidi.hintikka\(at\)svoli.fi](mailto:heidi.hintikka(at)svoli.fi) ja puhelimella numerosta 045-138 2206.

## Lapset

### Svoli Conventionissa on tarjontaa myös lasten ohjaajille ja valmentajille

Svoli Convention 2.-3.10. on syksyn monipuolisin koulutustapahtuma. Tapahtumassa on oma linja lasten ja perheliikunnan ohjaajille, josta saa runsaasti uusia ideoita ja vinkkejä syksyn tunneille. Ohjelmasta löytyy mm. Marja Kallioniemen Kehonhallintaa ja ketteryyttä -tunti, jossa Marja hyödyntää ideoita kansainvälisestä Foundations of Gymnastics koulutuksesta sekä tanssillisia tunteja kuten Showkids Anu Kotosen johdolla.

Tutustu Svoli Conventionin ohjelmaan ja kouluttajiin [nettisivuilla](#)

Huomaathan edullisemmat hinnat kaikille ennen 31.8. ilmoittautuneille!

## Jumppakoulupassi on nyt Voimistelupassi

Lasten ryhmien käynnistyessä on jälleen aika tehdä passitilaukset. Jumppakoulupassi on uudistunut ja nimeksi on vaihtunut Voimistelupassi.

Voimistelupassi sisältää lapsille suunniteltuja voimistelun tavoiteliikesarjoja, joita voi suorittaa joko omassa jumpparyhmässä tai alueellisella Voimistelu Asemalla. Tavoiteliikesarjoja on passissa kuusi, niin että sarjoja on kahdentasoisia (\*-sarjat ja \*\* -sarjat). Sarjat perustuvat voimistelun perusliikkeisiin ja sarjojen painotus on eri voimistelulajeissa. Sarjat tuovat tavoitteellisuutta lasten taitojen harjoittamiseen ja lisäksi antavat helpon väylän tutustua useampiin voimistelulajeihin. Voimistelupassissa on myös tilaa ryhmien omille tavoitteille. Lisäksi passi sisältää liikuntapäiväkirjan, jonka avulla lapsia kannustetaan riittävään ja monipuoliseen liikuntaan.

Voimistelupassi on tarkoitettu tukemaan kaikkien lapsiryhmien harjoittelua ja helpottamaan ohjaajan suunnittelutyötä. Voimistelupassi tulee hankkia kaikille Voimistelu Asemiin osallistuville lapsille ja sen hankkimista suositellaan kaikille seuran alle 12-vuotiaille lapsille.

Kaikki Voimistelupassin tilanneet saavat passivihkosen lisäksi kotiinsa Voimistelu -lehden 2/vuosi. Passitilauksen yhteydessä toimitetaan myös vanhempainkirje, jonka ohjaajat voivat jakaa oman ryhmänsä vanhemmille.

### Ohjaajan tukimateriaali jaetaan 140:lle nopeimmalle passien tilaajalle

Voimistelupassi sisältää tänä vuonna runsaan ohjaajan tukimateriaalin, joka lähetetään 140:lle nopeimmalle vähintään 10 passia tilanneelle ohjaajalle. Ohjaajan tukimateriaali sisältää seuraavat materiaalit:

- Jumppakoulu ohjaajaopas; sisältää 8 valmista mallituntia 3-12 -vuotiaiden lasten tunneille
- laminoidut liikekortit; 10 kaksipuolista korttia, joissa on liikkeitä Voimistelupassin tavoiteliikesarjoista
- 20 hyppynarua

Voimistelupassi maksaa 7,50 euroa ilman vakuutusta ja 11 euroa Jumppaturva-vakuutuksella.

Ohjeet Voimistelupassien tilaukseen löydät [nettisivuilta](#)

## Jumppakoulu -koulutukset ovat uudistuneet

Syksy on vilkasta kouluttautumisen aikaa. Liiton koulutusjärjestelmässä on tapahtunut uudistuksia, joiden yhteydessä myös Jumppakoulu -koulutusta on päivitetty. Jumppakoulu -koulutus koostuu edelleen kolmesta osasta, jotka suositellaan suorittamaan puolen vuoden aikana. Muutoksen yhteydessä osa 3 on saanut uuden valmentamisesta kiinnostuneille suunnatun vaihtoehdon.

### Jumppakoulu -koulutus, Startti, osa 1

Starttikoulutus, josta ohjaaja saa valmiudet toimia apuohjaajana seuran lasten ryhmissä.

### Jumppakoulu -koulutus, Oppiminen ja ohjaaminen, osa 2

Koulutuksessa jatketaan ohjaajan ja valmentajan polulla eteenpäin. Osio painottuu erityisesti ohjaustaitojen kehittämiseen.

### Jumppakoulu -koulutus, Ohjaajana kehittyminen, osa 3, 7-12 -vuotiaiden ohjaajille

Erityisesti 7-12 -vuotiaiden ohjaamisesta kiinnostuneille suunnattu koulutus, jossa täydennetään opittuja taitoja ja tietoja.

### Jumppakoulu -koulutus, Ohjaajasta valmentajaksi, osa 3, valmentajat uutuus

Koulutus on suunnattu erityisesti kilparyhmien valmennuksesta kiinnostuneille. Koulutuksessa syvennetään aiemmin opittua nimenomaan valmentajan näkökulmasta.

### Jumppakoulu -koulutus, Ohjaajana kehittyminen, osa 3, 3-6 -vuotiaiden ohjaajat

Erityisesti alle kouluikäisten lasten ohjaamisesta kiinnostuneille suunnattu koulutus, jossa paneudutaan voimistelun ohjaukseen leikinomaisin keinoin esim. mielikuvien, tarinoiden ja välineiden kautta.

Mikäli seurassanne on ohjaajia, joilla Jumppakoulu -koulutuksen suorittaminen on kesken, voivat he jatkaa koulutusta normaalisti eteenpäin.



## Nuoret

### Your Move 2011 ilmoittautuminen avautuu marraskuussa

Voimisteluliiton seurojen ryhmät pääsevät mukaan Your Move Sport viikonloppuun, joka järjestetään 27-29.5.2011, osana Voimisteluliiton Show tapahtumaa. Ilmoittautuminen alkaa marraskuussa.

Show tapahtumaan voi osallistua **millä tahansa** voimistelu tai tanssi koreografialla.

Ryhmien tulee osallistua johonkin Voimisteluliiton alueen Show tapahtumaan, jotta se saa osallistumisoikeuden Valtakunnalliseen tapahtumaan ja voi osallistua vuoden 2011 suurimpaan nuorten urheilutapahtumaan Your Moveen. Alueelliset Showt järjestetään **marras-helmikuussa**. Tiedot alueiden sivuilta tai [www.svoli.fi/nuoret](http://www.svoli.fi/nuoret)

Lisätiedot Your Move suurtapahtumasta

[www.svoli.fi/nuoret/your\\_move](http://www.svoli.fi/nuoret/your_move) tai <http://tapahtumat.yourmove.fi/suurtapahtuma>

Lisätiedot Show tapahtumasta [http://www.svoli.fi/nuoret/tanssin\\_maailma/show/](http://www.svoli.fi/nuoret/tanssin_maailma/show/)

### Voimisteluliiton valtakunnallisen Shown päivitetty arvosteluohjeet ja sarjajaot

Voimisteluliiton Show tapahtumaa on vuodesta 2009 pyritty kehittämään tapahtumasta saadun palautteen avulla. Tanssillisen voimistelun arvosteluperusteet ja tuomarikoulutus päivitettiin jo syksyllä 2009, joten nyt päivitetty arvostelu on kehitetty tanssin ja muiden kuin tanssillisen voimistelun koreografioiden tarpeita silmälläpitäen.

Koreografiaan, Esittämiseen ja Suoritukseen liittyvät yhteensä 18 kohtaa on tiivistetty seitsemään osa-alueeseen, joita kaikki kolme tuomaria arvioivat. Edelleen ohjelmien arvostelussa painotetaan kokonaisuutta, esiintymistä ja hyvin toteutettua ideaa.

Show näytös ja kilpailusarjat on tarkoitettu niin, voimistelu, tanssi, kuin cheerkoreografioillekin. Vapaan sarjan tuomaroinnista vastaa Voimisteluliiton pitkäaikaiset tanssin ja voimistelun ohjaajat ja Showtanssisarjassa pitkäaikaiset tanssin ohjaajat ja/tai opettajat.

Huomioikaa, että jatkossa ohjelmat saavat olla maksimissaan 3 minuutin mittaisia.

Päivitetyt säännöt ja arvosteluperusteet löytyvät osoitteesta

[www.svoli.fi/nuoret/tanssin\\_maailma/show](http://www.svoli.fi/nuoret/tanssin_maailma/show)

Lisätietoja tapahtumasta ja sen arvostelusta antaa Nuorisopäällikkö Katja Anoschkin, p. 045 138 2202 tai [etunimi.sukunimi@svoli.fi](mailto:etunimi.sukunimi@svoli.fi)



## Tanssillisten tuntien ohjaajille koulutusta Svoli Conventionissa

Tanssillisten tuntien ja nuorten ryhmien ohjaajille on tämän vuoden Svoli Conventionissa tarjolla kokonainen oma tanssillisten tuntien linja sunnuntain 3.10 tarjonnassa. Myös lauantain tarjonnasta löytyy tunteja mm. "Sykettä" ja "Harmoniaa" linjat tarjoavat tanssillisia menoja.

### Muutamia poimintoja nuorten ja tanssillisten tuntien ohjaajille

#### FlowGymnastics Youngstyle - [Marita Haapasalo](#)

Erityisesti nuorten tanssillisen voimistelun ohjaajille suunnattu tunti. Inspiroivan nykymusiikin parissa liikutaan tanssillisen voimistelun rajoja hakien

#### Dance to Latino - [Minna Antila](#)

Tanssitunti, jossa on vivahteita eri latinotansseista mm. salsa, samba, merengue, flamenco, afro.

#### Show Dance - [Nora Mahmoud](#)

Showtanssi nimikkeen alla on mahdollisuus tehdä eri tyylejä poppi, hoppi, musikaali, bollywood, jazz jne. Painopiste on esiintymisen elementtien huomioimisessa

#### BodyJam - [Kimmo Jukuri](#)

"The Ultimate Dance Party Workout" Hauskanpitämistä niin, että hiki virtaa!

#### Musical Dancing - [Petra Nyman](#)

Tunnilla nautitaan mm. Saturday Night Feverin askelkuvioista. Ei tarvitse olla tanssija tullaksesi tunnille. Tällä tunnilla saat ideoita siitä miten voi yhdistää musiikaalien maailmaa hausalla tavalla tunneillasi.

Tuntikuvaukset, Ilmoittautuminen ja lisätiedot

<http://www.svoli.fi/svoli/tapahtumat/svoli-convention/>

## Aikuiset

### Pukeudun Punaiseen Päivä 23.9.

Edistä naisten sydänterveyttä ja tee hyvä päätös. Pukeudu punaiseen jumppa-asuun keskiviikkona 23.9. tai viikon 38 aikana, ja muistuta itseäsi ja muita arjen valinnoista sydämen terveydeksi.

Päivän tarkoituksena on lisätä tietoisuutta naisten valtimotaudeista ja tehdä tutuksi punainen mekko naisen sydänterveyden tunnuksena. Pukeudu Punaiseen Päivän organisoii Suomen Sydänliitto, jonka kanssa Voimisteluliitto on toteuttanut mm. Kesäjumppa sydämen asiana -yhteistyötä.

PuNainen-kampanja on tehostetusti suunnannut tiedotusta keski-ikä kynnnyksellä oleviin nuoriin naisiin, jotta nämä riittävän varhain omaksuisivat sairastumista ehkäiseviä elintapoja. Jopa 80 prosenttia sepelvaltimotautista ja tyypin 2 diabeteksestä olisi ehkäistävissä oikeilla elämäntapavalinnoilla.

Ohjelmapäällikkö Anna-Liisa Rajala Sydänliitosta sanoo. - Samalla tavalla naisen tulee noudattaa omaa tahtoaan, kun hän valitsee, mitä syö tai milloin ja miten hän nauttii päivän liikunta-annoksensa. - Usein vain on niin, että elämänsä ruuhkavuosia elävä nainen tinkii omaan hyvinvointiinsa ratkaisevasti vaikuttavista asioista ja asettaa perheen, työn, uran tai opiskelun oman terveytensä edelle, Rajala puhuu



## Suomi mies seikkailee -seminaarikiertue

Kunnossa Kaiken Ikää -ohjelman seminaarikiertue elo-marraskuun aikana kiertää 19 paikkakuntaa. Ajankohtaiset seminaarit sopivat hyvin mm. vomisteluseurojen terveysliikuntaryhmien ja miesten jumppien ohjaajille.

Miesten terveys- ja liikuntaneuvontaan keskittyvät seminaarit on suunnattu liikunta-, ravitsemus- ja terveydenhoitoalan toimijoille. Myös kaikki aiheesta kiinnostuneet vertaisohjaajat ja liikkujat ovat tervetulleita. Lisätietoja ja seminaaripaikkakunnat löytyvät [tästä](#).

## KKI-tukea hankkeille

Kunnossa Kaiken Ikää -ohjelman seuraavan hanketukijakson anomisaika päättyy 30.9.

Kunnossa kaiken ikää -ohjelman paikallishankkeita on vuosien mittaan syntynyt eri puolille Suomea yli 800. Hankkeiden tavoitteena on madaltaa yli 40-vuotiaiden kynnystä liikuntaharrastuksen aloittamiseen tarjoamalla heille esimerkiksi säännöllistä, ohjattua ryhmäliikuntaa, eri lajien starttikursseja tai ohjaajien koulutusta.

Paikallishankkeet voivat hakea taloudellista tukea toimintaansa KKI-ohjelmalta. Hanketuella kannustetaan huomioimaan KKI-ohjelman tärkeitä painopistealueita. Vuonna 2010 niitä ovat erityisesti fyysisesti huonokuntoiset miehet ja painonhallintaan liittyvät liikunta- ja ravitsemusmallit. Kesäkuussa 2010 myönnettyjen hanketukien hankesuunnitelmat löydät [täältä](#). Hankkeiden joukossa on useita voimistelu- ja urheiluseurojen hankkeita. Myös lisätiedot ja hakuohjeet löytyvät saman linkin takaa.

## KKI-tukea ohjaajakoulutukseen

Kunnossa Kaiken Ikää ohjelma myöntää terveysliikuntaryhmien ohjaajille koulutustukea. Katso lisätiedot [tästä](#).

Koulutustukea tulee hakea viimeistään kuukautta ennen koulutusta. Päätökset postitetaan hakijalle kuukauden kuluessa hakemuksen saapumisesta. Myönnetty koulutustuki maksetaan hakijalle jälkikäteen koulutustositetta vastaan. Lisätietoja koulutustukea koskien: Elina Holm, puh. (014) 260 1581 [elina.holm@likes.fi](mailto:elina.holm@likes.fi).

### Tärkeitä kriteereitä koulutustukea haettaessa:

1. Tukea myönnetään vertaisohjaajalle, jolla on valmis tai alkava ryhmä.
2. Vertaisohjaaja ohjaa ja aktivoi liikkumaan yli 40-vuotiaita, jotka liikkuvat terveytensä kannalta liian vähän.
3. Tukea myönnetään liikunta-alan koulutukseen, johon voi myös sisältyä muita terveyteen liittyviä aiheita.
4. Koulutus palvelee ryhmän ja vertaisohjaajan tarpeita. Vertaisohjaaja on sitoutunut ryhmän ohjaamiseen.
5. Haettava avustus on noin puolet kokonaiskuluista. Myönnettävä avustus on korkeintaan 300 euroa vertaisohjaajaa kohti.

## Svoli Convention

2.-3.10.2010

Mäkelänrinteen Uintikeskus, Helsinki

Syksyn monipuolisin koulutustapahtuma Svoli Convention tarjoaa tuoret vinkit ja uutta energiaa kaikille aikuisten-, lasten-, ja nuorten ohjaajille sekä seurajohdolle.

Tapahtuman ohjelma sekä tunti- ja kouluttajaesittelyt löytyvät nettisivuiltamme [www.svoli.fi/svoli/tapahtumat/svoli-convention/](http://www.svoli.fi/svoli/tapahtumat/svoli-convention/)

Huomaathan, että tälläkin kertaa nopeat ilmoittautujat pääsevät tapahtumaan edullisemmin! Tule uudistamaan osaamistasi ja tutustumaan uutuuksiin; varaa paikkasi jo nyt, niin varmistat pääsysi juuri haluamillesi tunneille.



## Koulutusuudistus aikuisten ohjaajakoulutuksessa

Aikuisten ohjaajakoulutukset uudistuvat vuosien 2010-2011 aikana. Ensimmäiset uudistukset näkyvät syksyn koulutuksissa.

### Ryhmäliikunnan ohjaajan peruskoulutus kaikille aloitteleville ohjaajille

Kaikki uudet aikuisten ohjaajat aloittavat kouluttautumisen Ryhmäliikunnan ohjaajan peruskoulutuksesta. Uuden koulutuksen keväällä järjestetyt pilottikurssit saivat hyvän palautteen ja nyt koulutus siirtyy osaksi koulutusjärjestelmää. Ryhmäliikunnan ohjaajan peruskoulutuksessa perehdytään monipuolisesti niihin taitoihin ja tietoihin, joita tarvitaan aikuisten ryhmäliikunnan ohjaamisessa.

Tarkemmat tiedot koulutuksesta löytyvät [nettisivuilta](#)

### I-tasoa käyvien ohjaajien jatkokouluttautuminen

Koulutusjärjestelmän uudistaminen tehdään vaiheittain vuosien 2010-2011 aikana. Ohjaajilla, jotka ovat suorittaneet aiemmin joko ProFitness aerobic-ohjaajan peruskoulutuksen osa 1 tai Svoli Kuntojumppa -ohjaajan peruskoulutuksen osa 1, on vuosi aikaa suorittaa kyseisen tuotteen peruskoulutus osa 2. Tämän jälkeen kyseiset koulutukset poistuvat koulutusjärjestelmästä. Huolehdittehan, että mahdollisimman moni ohjaaja etenisi koulutuspolullaan eteenpäin vuoden kuluessa, jotta eteneminen olisi mahdollisimman sujuvaa.

## KILTA

### Elokuinen aurinkotervehdys kiltalaiset!

"Se, joka säilyttää kykynsä nähdä kauneutta ei koskaan vanhene!" Ihana, kuuma kesä on jatkunut kohti elokuun kuutamoina ja pimeneviä iltoja. Meille kiltalaisille ja seuraihmisille se merkitsee myös jumppakauden alkua ja ystävien tapaamista. Puheenaiheet alkavat auringolla, ukkosmyrskyillä, marjamatkoilla, kesätapahtumilla ja terveysasioilla ja "kuinka onkaan odotettu kiltta- ja jumppaystävien kohtaamisia". Elo-syyskuu merkitsee turvallisen jatkuvuuden ja liikuntaverkoston tukea ja ajatusten vaihtoa. Odotamme innolla meille kiltalaisille ja ikääntyville seuran jumpista sopivia, turvallisia ja toimintakykymme huomioivia jumppia, joihin voimme ilolla osallistua. Kilttojen syksyn 2010 toimintaa varmistellaan eikä pidä unohtaa juhlavuotamme 1950-2010! Yhteistä juhlaa vietetään Svolin Kiltapäivänä 27.11.2010 Helsingin Messukeskuksessa. Monipuolinen, päivitetty ohjelma on valmiina syyskuun 1. päivän jälkeen mm. Suomen Voimisteluliiton killan nettisivuilla. Liisa Orkon rahaston tuella jokaisesta killasta pääsee yksi nimetty henkilö Kiltapäivään ilmaiseksi ja Kaarina Karin säätiön tuella Kiltapäivän hinta on tänä vuonna kohtuullinen 55 €/osallistuja.

Syksy on myös seuraavan vuoden toiminnan suunnittelua. Kannattaa miettiä yhteistyön muotoja oman jumppaseuran kanssa ja esitellä killan toimintaa ja mahdollisuuksia avoimesti. Nyt on aika kilttojen tarkistaa turvallisuusasiansa ja osallistua rohkeasti omalla suunnitelmalla "Onnistunut turvallisuusidea"-kilpailuun. Näin saadaan aiheesta jaettavaa myös muille killoille. Toteutus pitää lähettää Svoliin / Helena Hirvonen 31.10.2010 mennessä. Syyskuussa kiltalaisia matkustaa Rovaniemelle perinteiselle syksyn kiltakurssille. Pohjois-Suomen kiltavastaava Leena Leppäluoto on kurssiemäntänä ja urheiluoipiston osaavat ohjaajat hoitavat opetuksen. Onnistunutta ja turvallista liikuntaviikkoa sinne matkaaville! Liekö Rovanimellä silloin jo ruska-aika, vai jatkuuko kesä edelleen? Syksyn ruskakurssi Liisa Orkon rahaston tukemana antaa monelle kiltalaiselle mahdollisuuden osallistua. Muistatthahan taas ensi vuonna seurata stipendikohteita ja hakea niitä ajoissa. Stipendikohteet Svolin hallitus hyväksyy vuosittain erikseen. Nyt on aika kiltalaisten tarkistaa myös liikunnan ja urheilun ansiomerkkien hakutilanne! Jokaisen killan pitää huolehtia omat anomuksensa. Kannattaa ottaa yhteys seuran johtokuntaan ja lisätietoja ja hakuaavakkeita löytyy nettisivuilta. Hakuaikaa on lokakuun loppuun asti.

Toivottavasti yhteisöllisyys, monipuolinen vuorovaikutus ja toisista välittäminen on edelleen meille kiltalaisille tärkein "ansiomerkki" sukupolvien välisessä liikuntakulttuurissa, jossa jokainen liikkuu ja liikuttaa omien voimiensa puitteissa! "Säilytä kosketus itseesi! Ole uskollinen itsellesi! Ole läsnä!" Monipuolista elokuuta ja luovaa liikuntasyksyä kaikille kiltalaisille!

Tapaamisiin kiltapäivässä Tuulikki Lindström, työryhmän pj.



## 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 rautatieasema vastapäätä).**

- Juhlavuoden päätapahtuman onnistumiseksi olemme saaneet sekä Liisa Orkon ja Kaarina Kari säätiön apuraha, 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 €

### Juhlavuoden KILTAPAITA tilattavissa

Viereisessä kuvassa kiltavastaavamme ovat pukeutuneet slimmattuun mustaan T-paita malliin, jota koristaa uusi näyttävä kiltatoimintaa kuvaava sydänlogo.

**Musta, pitkähihainen**, slimmattumalli hinta 29 € + postikulut (koot M - XL) 98% puuvillaa 2% elastaania

**Punainen, lyhythihainen**, suoramallinen T-paita samalla sydänlogolla hinta 20 € + postikulut (koot S-XL) (tämä paitamalli Pirkko Ranisella päällä Ahvenanmaan retkestä kertovassa kuvassa tässä tiedotteessa) 100 % kampapuuvillaa

Selvitä oman kiltasi paitatilaus ja tilaa paidat: Voimisteluliitto, Jumbpamakasiini, Anneli Yrttiaho-Palmio puh. 09-5490 3390

### Ulkoilupäivä raportit ja arvannon voittajat

Kiitos kaikille ulkoilupäivä raporttien lähettäjiille ! Raportteja tuli tällä kertaa yhteensä 27. Osa niistä määräpäivään mennessä ja osa vasta sen jälkeen, nämä eivät sitten ikävä kyllä ehtineet enää mukaan arvontaan.

Arpaonni suosi tälläkertaa Tuusulan Naisvoimistelijoiden kiltaa ja Pakilan Voimistelijoiden kiltaa. Onnea voittajille vielä kerran.

Raportteja lukiessa, nousi selkeästi esille näiden yhteisten ulkoilupäivien tavoite; yhdessä tekemisen, kokemisen ja tapaamisen ilo. Monet killat järjestivät perinteisen kävelylenkin liittyen kotiseuturetkeen ja rupatteluun kahvittelun lomassa. Ulkoilupäivää vietettiin myös erilaisten liikunta- ja kulttuuritapahtumien yhteydessä.

Virkistäviä uusia ideoita löytyi myös raporttien joukosta.

Tässä yksi esimerkki "ulkoilupäivästä"





Haapavesilehden järjestötoiminnan palstalla olleella ilmoituksella kutsuimme kiltalaiset viettämään kevätkauden lopetusta terapeutti Eeva-Liisa Impolan luo Willa Eetaan. Lähdimme liikuntahallin edestä kolmella henkilautolla. Matkaa Willa Eetaan on 30 km Haapaveden keskustasta. Mukaan tuli myös Haapavedeltä keväällä pois muuttanut kiltamme perustajajäseniin kuuluva Laila Heiskanen. Myöhemmin annoimme hänelle lahjan kauniiden kiitossanojen saattelemana. Eeva-Liisa otti meidät lämpimästi vastaan. Joimme niskukahvit, minkä jälkeen Eeva-Liisa kertoi meille mitä värit viestivät; Väriterapiaa voi käyttää tietoisesti muuttamaan tai vahvistamaan sen hetkistä vireystasoa tunnetilaansa ja siten edistää omaa hyvinvointiaan. Sen avulla voi myös hoitaa tiettyjä kehon osia. Väriterapia on helppo itsehoitomenetelmä ja moni toimiikin intuitiivisesti sen mukaan. Esim. pukee päälleen punaiset vaatteet, kun tarvitsee voimistusta. Syö appelsiinia (oranssi väri) halutessaan piristystä. Sisustaa makuuhuoneen rauhoittavan siniseksi. Violetti on henkisyyden väri, joka lievittää kipuja ja johdattaa syvään, meditatiiviseen rauhaan jne. Pääasia on tarjota keholle mielelle ja sielulle sitä, mitä se tuntuu tarvitsevan. Jokainen on oman itsensä asiantuntija. Toisena aiheena saimme oppia naputtelemaan jumit auki. Kävimme 14 kohdan naputtelu-ohjeet. Naputtelu kannattaisi ottaa joka aamuiseksi "aamuvoimisteluksi". Silloin, kun on vaativa päivä tai haastava tehtävä edessä tarvitaan lisää virtaa, jota saat naputtelemalla. Tutustuimme myös monitaitoisen, rohkean, kekseliään ja hauskan persoonan, Eeva-Liisan taidenäyttelyyn. Kevätkauden päätteeksi Tellervo jakoi aktiivisimmille jumpassa kävijöille 10 € lahjakortin Kesporttiin. Lahjakortin saivat Maija Hemminki, Liisa Manninen ja Anni Uusitalo. Eeva-Liisa oli järjestänyt meille yllätysarvontaa; hierontatuolihoitoja, terapiavispiilöitä ja oranssihoitoliinoja. Kaiken jälkeen paistoimme talon isännän grillissä herkulliset makkarat. Kiitimme Eeva-Liisaa mukavasta iltapäivästä ja palasimme virkistyneinä kotiin. Kannattaa antaa tuokio itselle, sen totesimme kotimatalla.

*Kirjoitti Maija Laitila, killan sihteeri, Haapaveden Naisvoimistelijoiden kiltta no. 110*

## Ilo kertoo innostuksesta

Sata kiltalaista ei voi olla väärässä, liikkuminen on hauskaa, erityisesti yhdessä liikkuminen.

Sydän-Suomen kutsui kiltalaisia Varalaan huhtikuista päivää viettämään. Aiempien vuosien kulttuuriretkien vastapainoksi järjestettiin yleisön pyynnöstä kuntopäivä. Sen suosio ylitti odotukset täysin. Sata naista neljästätoista killasta ilmoittautui mukaan. Sydän-Suomen lisäksi meitä oli Pakilasta ja Seinäjoelta saakka! Tovin lienee alueen kiltavastaava ja päivän emäntä Pirjo Nummelin-Stenman raapinut päättään, jotta miten sujuu noin suuren joukon organisointi, mutta kaikki meni hienosti kun paikalla oli yhdessä tekemisen konkareita.

## Mielenkiintoinen ohjelma

Kangasalan Nv:n kiltapäiti Marjatta Tiitolan johdolla aloimme liikkumaan fiilistellen. Letkeän musiikin tahdissa lämmitettiin lihakset ja pidettiin reipas jumppa. Sitten hidastettiin vauhtia ja Haka Gymin oma kiltalainen Silja Hakala perehdyttiin meidät itämaisen voimistelun – asahin – saloihin. Rauhallinen, hyvin rauhallinen kehönhallinta ja kauniit käden kaaret ovat tunnusomaisia asahille.

Perinteistä naisvoimistelua oli kovasti toivottu ja sitä saatiinkin Marjatta Tiitolan johdolla. Nostalgista kehärumpua Marjatta käytti tahdittajana osan aikaa. Vanhalla tutulla komennolla "Kaikki seis, yks, kaks" joukko lopetti marssin täsmälleen oikealla iskulla, mikä riemastutti sekä jumppaajia että Marjattaa.

Senioritanssi on aina yhtä mukaansatempaavaa. Ja kun vetäjänä on Maissi Manninen, niin ollaan osaavissa käsissä. Teimme jopa hienon ryhmäkuvion jossa paikanvaihdot onnistuivat lähes nappiin pikaisen opastuksen jälkeen.

## Ihanaa, mielenkiintoista

Leena Ruohisto ja Hilikka Tanskanen edustivat Pakilan Naisvoimistelijoiden kilttaa. Heitä oli Varalaan tullut kymmenen naisen ryhmä, se yhdestoista ilmoittautunut oli jumissa Islannissa tuhkapäivän vuoksi. Naiset pitivät kovasti päivän annista ja veivät Tampereen terveisiä yli 40 hengen kilttaansa. Salpausselän Naisvoimistelijoiden Tuula Pennanen on ohjannut seurassaan joogaa, joten hän innostui eniten asahista.

Kotikylän tytöt, Tampereen Naisvoimistelijoiden Leila Mäkelä, Sinikka Ojanen ja Katri Määttä toivoivat samanlaista päivää, vaikka jo syksyllä. Kiitosta sai myös Varalan herkullinen lounaspöytä, joka ei koskaan tuota pettymystä.

## Pyynikin hongikkoon

Jotta päivä ei jäisi vaille kulttuuriosuutta, marssittiin päätteeksi Pyynikin näkötornille ihailemaan harjun laelta komeaa järvimaisemaa. Näkötornin kahviossa nautimme maailman parhaat munkkikahvit. Piskuinen kahvila lienee tottunut suuriin ryhmiin, sillä he selvisivät meidän sadan kahvituksesta vaivattomasti. Makea olo suunympäryssokereineen lopetti yhteisen päivämme. Kiitos, kiitos – näkemiin!

Oli ihana nähdä taas teitä kaikkia kiltalaisia eri puolilta Suomea. Toivottavasti tapaamme taas pian, vaikkapa valtakunnallisessa Kiltapäivässä marraskuussa. Onhan nyt kiltatoiminnan – siis meidän yhteisen toimintamme - 60-vuotisjuhluvuosi. Nähdään, siskot!

Leena Koivumäki / Hämeen Naisvoimistelijoiden Uskollisuuden Kilta

## Tuntemuksia Irman päivien ympärillä, Savo-Karjalassa

Kymmenkunta Kiuruveden kiltalaista huristeli tilataksilla vuosi sitten Pieksämäelle. Muistiinpanovälineet ja kamerat olivat mukana, koska oli tarkoitus merkitä plussia ja miinuksia tapahtumasta. Olimmehan saaneet vastuullisen ja kunniaikkaan tehtävän harteillemme, aluepäivien järjestämisen vuoden kuluttua Kiuruvedelle.

Päivä Pieksämäellä sujui hyvin ja saimme tutustua mm. mielenkiintoiseen Sisälähetysseuran museoon. Kynät sauhusi ja kamerat räpsyi, ja niinpä tulomatalla virisi jo innostunut ideariihi tulevasta. Visio tapahtumasta oli aurinkoinen, eikä tullut mieleenkään se mahdollisuus, että vuoden päästä mättää märkää lunta koko päivän aivan samalla tavalla kuin silloin! Varasimme uuden kulttuuritalon tapahtumaa varten välittömästi, ja pikkuhiljaa vuoden varrella kehitelimme ideoita. Suunnittelimme aamupäivän ohjelmaksi ryhmässä tutustumista taloon ja myyntinäyttelyyn. Iltapäivään mietimme mm. sopivaa luennoitsijaa tällaiselle senioriporukalle.

Olimme mieheni kanssa syksyllä Kairon egyptologisessä museossa retkellä. Pirteä retkioppaamme oli pieni kooltaan, ja kun purjehdimme siellä ihmiseressä, hän kiitti ”jatko-osaansa”, vihreää sateenvarjoa, jonka väriä seuraten pysyimme mukana. Jokaisen ryhmän oppaalla oli siellä oman värisensä jatko, jota oli helppo seurata. Siinä samalla syntyi idea! Tutustumisryhmille vaan kiltaväreistä kukat rintaan ja ”oppaan jatko” karpäslätkän päähän keikkumaan. Niinpä sitten pakkasten paukkuessa, hiihtopäiviä odotellessa (niitähän tänä talvena oli riittämiin), askartelinkin valmiiksi erivärisiä kukkia toiveikkaasti toista sataa kappaletta kevättapahtumaa odottamaan. Viiden erivärisen ryhmän oppaalle syntyi jokaiselle myös oma ”jatkonsa” valmiina tutustumiskierrokselle. Tämä osoittautuikin erittäin onnistuneeksi ratkaisuksi Irman päivillä

Sihteerimme Anneli oli oivaltanut, että kirjeet ja esitteet paikkakunnastamme sekä myyntinäyttelystä kannattaa postittaa ajoissa. Näin teimmekin, ja minä sitten sydän sykkyyllä hätäilin, että tuleekohan meidän päiväämme porukkaa ollenkaan. Anneli rauhoitteli että kunhan pitävät kokouksiaan ja järjestelevät kyytejään, niin kyllä ne ilmoittautuvat ajoissa. Hän olikin oikeassa, saimme vieraaksemme täsmällisen ja reippaan porukan, joka hoiti lopulta kaiken ajallaan. Kiltapäivää edeltävänä iltana kuulumme alueradiosta että luennoitsijamme on joutunut sairauslomalle. Huolen lykkäsi heti päälle, että mitäs nyt tilalle! Hannakaisa laittoi kuitenkin helpottavan viestin että ei jättäisi meitä pulaan, vaan tulee vaikka niskatuen kanssa. Niinpä hän suunnilleen pää kainalossa, pystymättä edes syömään tai juomaan kanssamme, piti mielenkiintoisen ja innostavan esitelmänsä aiheesta ”Mistä on hyvä kolmas ikä tehty?”. Onnellinen lopputulos tuli myös Kiuruveden Voimistelijoiden PowerPoint-esityksestä, jota ei kahden tunnin yrittämisestä huolimatta saatu näkymään valkokankaalla tapahtumaaamuna.. PowerPointin tekijä, sairaalasta vasta kotiutunut Hautajärven Anneli raahattiin lopulta tutkimaan talon laitteita ja kuinka ollakaan, viisi minuuttia ennen ohjelman aloitusta luki kankaalla komiasti: Tervetuloa, Savo-Karjalan Kiltalaiset!

Vaikka aluepäivä ei varsinaisesti juhla olekaan, tuntui se meistä Kiuruveden kiltalaisista kyllä siltä, kun vihdoin saimme vieraat taloon ja kaikki kohtuullisesti pelaamaan. Sanonta, että vieraat ne juhlan tekee, piti kirjaimellisesti jälleen paikkansa! Joten lämpimät kiitokset ja halaukset teille kaikille kävijöille. Karpäsräpsyt odottelevat taas komerossa varsinaista tehtävänsä, kesää ja karpäsiä...

Kiuruveden Kiltalaisten puolesta, Kilta- äiti Marja Partanen



## Kiltalaisten retki Ahvenanmaalle 9.-11.6.2010

Kesän vasta tehdessä tuloaan kokoontui 43 innokasta matkalaista Turun satamaan halausten ja iloisen puheensorinan saattelemana. Pirkko Ranisen oivallisella opastuksella matkustimme mukavasti tuhansien lehmusten Maarianhaminaan. Pikaisen kaupunkikatselmuksen jälkeen jatkoimme Lemlandin suuntaan ihanaan Norrgårdenin puutarhaan, jossa omistajat Titte Törnroth-Sarkkinen ja Seppo Sarkkinen odottelivat meitä. Tunteella ja taidolla noin kymmenen vuoden ajan rakennetussa puutarhassa riitti katseltavaa ja ihmeteltävää. Oli kivipuroa, jonka reunalla uskomattomat upeat mustat orvokit kukkivat, keltalehtiset suikeroalpit pujottelivat mattomaisena perennana ja tikarappusille "unohtuneet" vanhat varsikengät kasvoivat murattia. Pihasta löytyi suojaista terassia, pyöreää hiekka-aluetta koristeruokkuineen, mm. mustia, lohnen punaisia ja valkoisia tulppaaneja, lintujen kotipuuta ja juomapaikkaa unohtamatta. Meille puutarhan harrastajille unelmapaikka, mutta myös kenelle tahansa rauhoittumis-, ihmettely- ja luovuudesta kertova hyvän mielen puutarha. Paikka, johon pitää mennä uudelleen katselemaan ja kyselemään! Lyhyen ajomatkan jälkeen päädyimme kävelylenkille 1100- luvulta peräisin olevalle merenkulkijoitten kappelille, joka on kunnostettu. Reipas kävely teki hyvää ennen paluuta ja majoittumista Maarianhaminaan. Seuraavana aamuna halukkaat ehtivät Nätön pähkinäpuulehtoon luontopolulle ennen Tjudön viinitilalle lähtöä. Tutustuminen Älvados omenaviinien ja liköörien valmistukseen, sekä maittava lounas ravintolaksi kunnostetussa puimalassa vilkastutti kiltalaiset kyselemään viinien valmistuksen saloja. Hyvin ehdimme vielä ennen iltaa ajella Geta-vuorelle ihäilemaan Myrskyluodon Maijan merimaisia. Maarianhaminassa yhdessä nautittu illallinen ja ajatusten vaihto kruunasi toisen retkipäivämme. Aurinkoinen poutasää oli tähän asti suosinut meitä, mutta lähtöaamuna oli sateisen harmaata. Se ei kuitenkaan haitannut hyvää tuulta ja tunnelmaa. Kuljettajamme ajelutti meitä mukavasti vielä historiallisen Bomarsundin raunioille, Jan Karlsgårdenin ulkoilmamuseolle sekä Kastelholman linnan pihapiiriin. Maarianhaminaan palatessamme Pirkko palauttii mukavasti mieliin Ahvenanmaan historiaa sekä Maarianhaminan kuuluisaa puutaloarkkitehtuuria, joista monet ovat Hilda Hongelin, Suomen ensimmäisen naisrakennusmestarin käsiä. Myös kuuluisa arkkitehti Lars Sonck on suunnitellut kansallisromanttisessa hengessä useita virallisia rakennuksia Maarianhaminaan. Sonckin suunnittelemaan kirkkoon kävimme tutustumassa ja kiltalaisille tuttuun tapaan viritimme kiitosvirren retkemme onnelliseksi lopuksi. Kun illalla saavuimme Turkuun satoi kaatamalla ja ennen kotiin lähtöä monet meistä kastuivat perusteellisesti. Kesä oli kuitenkin alkamassa ja matka oli ollut antoisa ja monipuolinen! Kiitos turvallisesta kyydistä, hyvästä opastuksesta Pirkolle ja virkistävästä kiltalaisten seurasta! Tätä matkaa voi suositella rannalle jääneillekin!

Uusia elämyksiä keräilemässä Tuulikki Lindström

## KILTA KALENTERI

Turvallisuusidea Kilpailu Uskollisuuden Killoille Kilpailu aika 1.1.2010 – 31.10.2010

Suomen Voimisteluliitto Svolin kiltatyöryhmä julistaa killoille "Onnistunut turvallisuusidea" -kilpailun

- Suunnitelma laaditaan paperille
- Suunnitelman toteutus käytäntöön
- Voidaanko toteuttaa muissa killoissa?
- Kokemusten, loppuarvioinnin ja lisäaineiston lähettäminen Voimisteluliittoon

Parhaan/käyttökelpoisen toteutuksen palkitseminen Kiltapäivässä 27.11.2010 Helsingissä

Kilpailuideat viimeistään **31.10.2010** osoitteella: **Suomen Voimisteluliitto, Kiltatyöryhmä/ Helena Hirvonen, Hämeentie 105 A, 00550 Helsinki**

## Kiltatapaamiset Aluepäivillä

**Savo-Karjalan** aluepäivä la 2.10.2010 Kuopion Cumulus

**Sydän-Suomen** aluepäivä la 2.10.2010 Tampere

**Länsi-Suomen** aluepäivä la 16.10.2010 klo 11.00-16.00 Ravintola Liisanpuisto, Pori

**Pohjois-Suomen** aluepäivä la 16.10.2010 Oulu

**Pohjanmaan** aluepäivä la 30.10.2010 klo 9.30-16.00 Kuortaneen Urheilupuisto

Aluepäivien lisätiedot tässä artikkelissa tai SEURATIEDOTE 4 alueiden sivuilla tai ota yhteyttä suoraan alueesi kiltavastaavaan



## Länsi-Suomen kiltalaisten tapahtumat syksy 2010

**Kiltatapaaminen** 28.8.2010 Turussa

**Aluepäivä** 16.10. Ravintola Liisanpuistossa, Porissa. Aloitamme klo 11.00 aluekokouksen merkeissä, kuulemme Svolin ajankohtaiset asiat. Ruokailun (hinta 20,-) jälkeen pääsemme nauttimaan vierailija Aino-Maija Sirénin esityksestä; Innosta ja innostu. Iltapäiväkahvin merkeissä siirrytään kiltalaisten työpajaan klo 14.00 - 16.00 seuraavalla ohjelmalla

- \* Keskustelua "missä mennään" turvallisuusasian tiimoilta
- \* Killan juhlavuosi ja kiltapäivä Helsingissä 27.11. mahdolliset yhteiskyydit
- \* Killan ja seuran vuorovaikutus, mitä se on nyt ja miten sitä voisi parantaa. \* Kilta tutuksi omassa seurassa. Miten saadaan uusia kiltalaisia?
- \* Virikkeitä kiltatoimintaan

## Pohjanmaan kiltalaisten tapahtumat syksy 2010

**Pulinapäivä** Ähtärissä Hoivakoti Ostolan Hovin tiloissa (asemaa vastapäätä) to 2.9.2010 klo 17-19. Tilaisuudessa kiltatoiminnan ajankohtaisia asioita, pientä paikallisväriä sekä mukavaa yhdessä oloa. Käytännönjärjestelyistä vastaavat **Ähtärin Nv:n** kiltalaiset. Tilaisuudessa myynnissä kahvia ja piirakkaa 3 euron hintaan. Ähtärin Nv:n Uskollisuuden Kilta järjestää tilaisuudessa myös arpajaiset tilavuokran kattamiseksi. Ei ennakoilmoittautumista.

**Kunto- ja turvallisuuspäivät** Kauhavan Lentosotakoululla 9.-10.10.

Aloitus lauantaina klo 9 ja päätös sunnuntaina klo 15. Päivien ohjelmassa asiaa mm. kodin turvallisuudesta, hätäensiavusta ja paloturvallisuudesta. Liikuntaosuudessa senioritansseja ja "sulkeisjärjestysarjoittelua". Lisäksi kuullaan varusmiehen puheenvuoro tämän päivän varusmiespalveluksesta sekä papin luento, jossa käsitellään mm. henkistä hyvinvointia ja muutosten kohtaamista. Majoitus 2-4 hengen huoneissa. Viikonlopun hinta 40 € / henkilö sisältäen ohjelman, majoituksen ja ruokailun. Päivien kutsu ja ohjelma on postitettu kiltojen yhteyshenkilöille ja ne löytyvät myös internetistä osoitteesta [www.svoli.fi/alueet/pohjanmaa](http://www.svoli.fi/alueet/pohjanmaa). Ilmoittautumisaika päättyy 15.8. Viikonloppu järjestetään yhteistyössä Maanpuolustuskoulutuksen kanssa.

**Pohjanmaan aluepäivän ohjelmassa** mm. liiton hallituksen jäsenen Anne Martikaisen puheenvuoro, kiltalaisille omaa ohjelmaa teemalla "Kiltatoiminnan kehityksen suunta" sekä päivän päätteeksi kaikenkuntoisille sopiva ChiBall-jumppa Marju Pajun ohjauksessa. Päivän hinta 20 € / osallistuja sisältää aamukahvin, lounaan, ohjelman sekä mahdollisen materiaalin. Ilmoittautumiset 15.10. mennessä aluetoimistolle puh. 06 - 420 3027 tai sähköpostilla [tiina.saulila-puroaho@svoli.fi](mailto:tiina.saulila-puroaho@svoli.fi) . Lisätietoja internetistä [www.svoli.fi/alueet/pohjanmaa](http://www.svoli.fi/alueet/pohjanmaa) .

## Savo Karjalan kiltalaisten tapahtumat syksy 2010

**Alue järjestää** la 25.9.2010 kotiseutu- ja liikuntaretki Koliille yhteistyössä Lieksan Naisvoimistelijoiden U-killan kanssa. Kokoontuminen klo 10.00 Ukko-Kolin ravintolaan tervetulokehille. Osanottajille olemme järjestäneet **vaihtoehtoisesti** kaksi mahdollisuutta tutustua Koliin.

1. Opastettu vaelluskierros huipuille. Aiheena on kareliaanien eli kansallisromanttisten taiteilijoiden Koli. Vaellus kestää noin 1 tunnin.
2. Opastettu tutustuminen luontokeskus Ukkoon. Aiheena on Kolin geologinen ilme sekä historiaa Suomen ensimmäisistä matkailukohteista.

Molempien opastusten jälkeen on mahdollisuus seurata multivideoesitystä Koliasta. Noin puolenpäivän aikaan siirrymme kansallispuiston alueella sijaitsevalle Mattilan tilalle. Ukko-Kolilta voi vaeltaa tilalle alamäkeen noin 2 km:n matkan tai tulla tilalle autolla . Rakennukset olivat ahkerassa käytössä 1920 – 1930-luvuilla , jolloin tie Ukko-Kolille kulki tilan kautta ja se oli monien taiteilijoiden majoituspaikkana. Metsähallituksen kunnostaman rakennuksen avarassa tuvassa on tarjolla keittolounas.

Retken hinta on aterioineen 30 € /hlö. Ilmoittautumiset 10.9. mennessä Liisa Lehvonen 050-3310838 tai [liisalehvon\(at\)jelianet.fi](mailto:liisalehvon(at)jelianet.fi) Tervetuloa mukaan suomalaisen kulttuurimaisemaan!



**Savo-Karjalan aluepäivät** järjestetään 2.–3.10.2010 klo 9.00 Kuopiossa teemana ”Yhteisöllisyyden voima on meissä”. Kokouspaikkana on hotelli Cumulus.

Aamupäivän ohjelmassa on mm ajankohtaista voimistelussa ja ryhmittymisen kuuden eri teeman mukaan. Yhtenä teemana on killan toimintaan liittyviä asioita esim kiltta seurassa, kiinnostaako kiltta, killan perustaminen jne. Muita teemoja ovat mm markkinointi, tapahtuman järjestäminen ja seuran yhteishenki. Valmistele kysymyksiä, joihin haluat kuulla muiden ratkaisuja. Lopuksi vastausten tiivis esittely: Hyvät käytännöt kiertoon ! Osallistumismaksua ei ole - lounas omakustanteinen. Iltapäivällä voi seurata Svolin hankkeiden esittelyä ( Gymnaestrada, Sunlahti 2013 ) tai osallistua 60+ ryhmien ohjaajakoulutukseen ”Virikkeitä varttuneiden voimisteluun”.

Kouluttajana on Pirjo Sistonen ja koulutus kestää 5 h . Kurssin hinta 75 €.

Ilmoittautuminen Mervi Arsiola 017- 261 3663 tai mervi.arviola(at)svoli.fi. 17.9.2010 mennessä.

**Kiltalaisten viikonloppu Tanhuvaarassa** 4.-6.2.2011. Kurssin ohjelma on perinteistä naisvoimistelua ja mukavaa yhdessäoloa viihtyisässä urheiluopistossa .

Kurssin hinta 182 €. Ohjelmasta tarkemmin seuraavassa kiltatiedotteessa

## ALUEET

### Aluepäivä

Aluepäivä on voimistelun ystävien - johtokunnan jäsenien, kiltalaisten, ohjaajien ja valmentajien - seurajohdon kohtaamispaikka.

**Savo-Karjalan** aluepäivä la 2.10.2010 klo 9 - 17, Kuopion Cumulus  
**Länsi-Suomen** aluepäivä la 16.10.2010 klo 11.00-16.00 Ravintola Liisanpuisto, Pori  
**Pohjois-Suomen** aluepäivä la 16.10.2010 Oulu  
**Pohjanmaan** aluepäivä la 30.10.2010 klo 9.30-16.00 Kuortaneen Urheiluopisto  
**Sydän-Suomen** aluepäivä la 2.10.2010 klo 10:00-16:00 Varalan Urheiluopisto  
**Etelä-Suomen** aluepäivä 13.11. Espoo

## ETELÄ-SUOMI

### Syksyn koulutuksiin ilmoittautuminen käynnissä - Varaa paikkasi ajoissa

[Lasten ja nuorten ohjaajat](#)

[Aikuisten ohjaajat](#)

[Seurajohdon koulutukset](#)

Tiesitkö, että voit tilata seuraasi tilauskoulutuksen. Jos seurassasi on useampia ohjaajia vailla koulutusta, kannattaa kysyä tilauskoulutusmahdollisuutta aluepäälliköiltä. Lisätietoja tilauskoulutuksista [täältä](#).

Lisätietoja ja koulutusneuvonta:

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



## Joukkuevoimistelun aluevalmennusringit valittu

Etelä-Suomen joukkuevoimistelun kauden 2010-2011 aluevalmennusringit on valittu. Joukkuevoimistelun valmennusjärjestelmän uudistuksen myötä yhä useammalla joukkueella on ollut mahdollisuus hakea rinkitoimintaan mukaan. Valtakunnallisiin valmennusrinkeihin voivat hakea kategorioihin 1-2 sijoittuneet joukkueet ja alueellisiin rinkeihin kaikki kategorioihin 3-7 sijoittuneet joukkueet. Rinkeihin valitaan joukkueet kilpailumenestyksen ja motivaation perusteella. Aluevalmennusringit on koottu alueyhteistyönä, joten kaikki ringeissä olevat joukkueet eivät ole automaattisesti Etelä-Suomen alueelta.

Etelä-Suomen alueella hakemuksia saatiin mukava määrä. Myös kilpasarjan joukkueille on nyt tarjolla valmennusrinki. Aluevalmennusrinkien leirien sisällöstä vastaa Voimisteluliiton ikäkausivalmentaja Päivi Rönkkö yhdessä aluevalmentajien kanssa. Etelä-Suomen alueen uusina aluevalmentajina aloittaa Kaisa Jutila ja Tiina Reynisch. Aluevalmennusrinkitoimintaan kuuluu leirien lisäksi valmentajien sparrausta ja salikäyntejä.

### Rinkeihin valitut joukkueet

#### 10-12v mestraussarjan rinki

Keravan Nv, Silva  
Pakilan Voimistelijat, Mimosera  
Mäntsälän Voimistelijat, Evalon  
Järvenpään Voimistelijat, Felinat  
Tapanilan Erä, Axara  
Seinäjoen Voimistelijat, Nemesia

#### 12-14v mestaruussarjan rinki

Pakilan Voimistelijat, Mimosa  
Kotkan Kiri, Pegasos  
Keravan Nv, Dodot  
Pakilan Voimistelijat, Aurorat Z  
Järvenpään Voimistelijat, Fanillat  
Lahjan Tytöt, Belissia  
Lahjan Tytöt, Daleat

#### 10-14v kilpasarjan rinki

Olarin Voimistelijat, Kva-joukkueet  
Pakilan Voimistelijat, Titania  
Nurmijärven Voimistelu ja Liikunta, Lumia S  
Tapiolan Voimistelijat, Sähköttäret  
Helsingin Jyry, Leppikset  
Sc Vantaa, Kinesis  
Kotkan Kiri, Helios

Onnea valituille joukkueille!

## Etelä-Suomen tapahtumat 2010-2011

6.11. Joukkuevoimistelun aluekilpailut, Tölon kisahalli, HELSINKI (järjestäjänä Pakilan Voimistelijat)

13.11. Asematapahtuma, Tapiolan urheiluhalli, ESPOO (järjestäjänä Tapiolan Voimistelijat)

13.11. Aluepäivä seurajohdolle, ESPOO (lisätietoja aluepäivästä löydät syksyllä alueen www-sivuilta)

5.2. Svoli Show-tapahtuma, Lumon monitoimihalli, VANTAA (järjestäjänä Tikkurilan Nv)

9.-10.4. Joukkuevoimistelun aluekilpailut, JÄRJESTÄJÄÄ ETSITÄÄN!

# LÄNSI-SUOMI

## Alueen syksyn koulutukset

### Lasten ja nuorten koulutukset

- Jumppekoulu OSA 1, Pori, 4.9.2010
- Jumppekoulu OSA 1, Turku 5.9.2010
- Jumppekoulu OSA 2, Turku 2.-3.10.2010
- Jumppekoulu OSA 2, Pori 9.-10.10.2010
- Jumppekoulu OSA 3, 7-12 v. Valmentajat Turku 31.10.2010
- Jumppekoulu 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

Opintoneuvontaa ja lisätietoja koulutuksista Eija Ojala puh. 050 5587 228

**Tervetuloa koulutukseen - sijoita osaamiseen ja uudistumiseen**

## Syksyn Treenipäivät

Treenipäivien ilmoittautuminen on käynnistynyt ja ne täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä.

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



# Länsi-Suomen seurojen ALUEPÄIVÄ

la 16.10.2010 Ravintola Liisanpuisto, Pori

Tule mukaan seuratoimintaa virkistävään päivään, päivittämään tietojasi, kuulemaan uutta, keskustelemaan ja viihtymään. Aluepäivä on kaikkien seurojen yhteinen paikka näkyä, kuulua ja vuorovaikuttaa.

Työpajat on jaettu tällä kertaa niin, että mukana on seuran nuortenhojaajille oma työpajansa. Toivommekin, että kannustatte heitä lähtemään mukaan oppimaan ja tapaamaan muita nuortenhojaajia.

Vierailijana ainutlaatuisen mukaansatempaava **Aino-Maija Sirén**

klo 11.00 **Aluekokouksen avaus** ja SvoliStar- palkitseminen  
klo 11.10 **Svolin ajankohtaiset** asiat  
klo 12.00 **Katsaus alueen** kuluvan vuoden ja tulevan vuoden toimintaan  
klo 12.15 **Ruokailu**  
klo 13.00 **Innosta ja innostu**, vierailija Aino-Maija Sirén  
klo 14.00 **Iltapäiväkahvitus** ja **Työpajoihin** siirtyminen:

\* **Kiltatoiminta, vetäjänä alueen kiltavastaava Pirkko Raninen**

\* **Seurajohtajat ja koulutusvastaavat, vetäjänä Pirta Hulsi ja Eija Ojala**  
\* **Seuran JV- Lajitoiminta, vetäjänä Marita Suojanen ja Hanna Vainio**  
\* **Seuran nuortenhojaajat, vuorovaikutteinen tapaaminen, vetäjänä nuortenvastaava Jenni Stenroos**

klo 16.00 Aluepäivä päättyy

Ruokailun hinta 20 € / hlö laskutetaan seuralta / killalta ilmoittautumisajan päätyttyä.

Ilmoittautuminen: eija.ojala(at)svoli.fi **pe 1.10.2010 mennessä** tai puh. 050 5587 228  
huomioi ilmoittautuessa osallistujien ruoka-aineallergiat

## Alueen Välinevoimistelukilpailu ja Voimistelun Asema

Turun Pyrkivän naisvoimistelijaosto järjestää alueen syksyn kilpailutapahtumat

**Välinevoimistelukilpailut 13.11.2010** Kupittaaan Urheiluhalli, Turku  
**Voimistelun Asema 14.11.2010** Kupittaaan Urheiluhalli, Turku

## KILPAILUKUTSU

TUL:n Varsinais-Suomen piirin joukkuevoimistelun välinesarjojen avoimet kilpailut.

**Paikka ja aika** Kupittaaan urheiluhalli, 10.11.2010 klo 17.30  
**Katselmus** Alle 10-vuotiaat ( vain TUL:n seurat )  
**Avoimet kilpailusarjat** 10-12 v., 12-14 v., 14-16 v., yli 16 v  
**Avoimet harrastesarjat** 10-12 v., 12-14 v., 14-16 v. ja yli 16 v.

**Ilmoittautumiset** 15.10.2010 mennessä TUL:n Varsinais-Suomen piiriin,  
Yliopistonkatu 31, 20100 Turku [kimmo.kamppila\(at\)tulturku.com](mailto:kimmo.kamppila(at)tulturku.com)  
tai [www.tulturku.com/tul/ilm.htm](http://www.tulturku.com/tul/ilm.htm)

Ilmoittautumisessa tulee ilmetä voimistelijoiden nimet, syntymäajat ja ohjaajien nimet.  
**Huom! Ilmoita myös tuomarit:** [kirsi-marja.blomster\(at\)rokki.net](mailto:kirsi-marja.blomster(at)rokki.net) Seuran puuttuvasta tuomarista laskutamme 50,- .

**Harjoitusaika ja kilpailujärjestys** Ilmoitetaan ilmoittautumisajan jälkeen.  
**Osanottomaksu** 50 e/joukkue, maksettava ehdottomasti 15.10.2010 mennessä TUL:n V-S piirin tilille TOP 571070-224696.

**Vakuutukset** Osallistujat vastaavat itse omista vakuutuksistaan.

**Tiedustelut:**  
Marita Suojanen puh. 040 5044 543 [marita.suojanen\(at\)dnainet.net](mailto:marita.suojanen(at)dnainet.net)

# POHJANMAA

## Alueen syksyn koulutukset

### 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, 26.9. Seinäjoki  
Teijan työkalupakki kuntojumppaan, 6.11. Kokkola

## Syksyn treenipäivät alueella

Naisten telinevoimistelun treenipäivä 5.9. Vaasa.  
Joukkuevoimistelun treenipäivä alle 10-vuotiaille 18.9. Seinäjoki.

## Syksyn aluepäivässä mielenkiintoinen ohjelma

Aluepäivä kokoaa jälleen seuratoimijat, ohjaajat, valmentajat ja muut voimistelun ystävät yhteen Kuortaneelle 30.10.2010. Päivän aikana on kaikille yhteistä ohjelmaa sekä omat työpajansa seurajohdolle, ohjaajille & valmentajille ja kiltalaisille. Päivä päättyy kaikille yhteiseen ihanaan ChiBall-tuntiin. Eikä hinta päättä huimaa!

## Pohjanmaan kiltalaisten kalenteria

3.9. Pulinapäivä, Ähtäri  
9.-10.10. Kunto- ja turvallisuuspäivät, Kauhava  
30.10. Aluepäivä, Kuortane

# POHJOIS-SUOMI

## Aluetoimiston uudet tuulet

Aluetoimisto on jälleen avannut ovensa kesätaun jälkeen. Uutena aluepäällikkönä aloitti 2.8. Iina Heikkinen. Aluetoimisto on avoinna elokuussa maanantaisin, tiistaisin ja torstaisin.

## Syksyn koulutukset

25.9. Svoli Jumppakoulu startti, osa 1 Oulu. Ilm. 10.9. mennessä.  
25.-26.9. Joukkuevoimistelun lajitaidon peruskoulutus Oulu. Ilm. 10.9. mennessä.  
25.-26.9. Tanssitaiteen koulutus Oulu. Ilm. 10.9. mennessä.  
9.-10.10. Naisten telinevoimistelun lajitaidon peruskoulutus Oulu. Ilm. 24.9. mennessä.  
9.10. Ryhmäliikunnan ohjaajan peruskoulutus - uusi! Osa 1/2 Kokkola. Ilm. 24.9. mennessä.  
9.10. Jumppaspecial à la Tiina Oulu. Ilm. 24.9. mennessä.  
10.10. Teijan työkalupakki kuntojumppaan Oulu. Ilm. 24.9. mennessä.  
10.10. Shake - ideapäivä nuorten ohjaajille Oulu. Ilm. 24.9. mennessä.  
30.-31.10. Svoli Jumppakoulu, osa 2 Oulu. HUOM! muuttunut päivämäärä! Ilm. 8.10.  
13.11. Svoli Jumppakoulu, osa 3 Oulu. Ilm. 29.10. mennessä.  
13.11. Ryhmäliikunnan ohjaajan peruskoulutus, osa 2/2 Oulu. Ilm. 24.9. mennessä.  
20.11. Virtaavaa voimaa - tanssillisen voimistelun lajitekniikka - uusi! Oulu. Ilm. 5.11.  
11.12. Temppuillen telineillä ideapäivä 2 Oulu. Ilm. 29.10. mennessä.



## Pohjois-Suomen seurojen aluepäivä 16.10. Oulussa

Pohjois-Suomen aluepäivä järjestetään lauantaina 16.10. Oulussa Pohjois-Pohjanmaan Liikunnan tiloissa. Aluepäivän aiheena on mm. Svolin uudistunut koulutusjärjestelmä sekä seuran ohjaajien ja valmentajien kouluttautuminen. Vieraaksemme saapuu Svolin hallituksen edustaja Leea Paija. Lisäksi kuulemme hyviä kokemuksia ProSeurat -hankkeesta mukana olleilta alueemme seuroilta. Aikaa on toki myös keskustelulle ja kokemusten vaihtamiselle. Aluepäivän tarkempi aikataulu julkaistaan myöhemmin. Tervetuloa mukaan kohtaamaan alueen muita seuroja ja kuulemaan tuoreimmat uutiset liiton toiminnasta.

## SAVO-KARJALA

### Ajankohtaista palstalla - seuratoiminta

Syksyn saapuessa, aloitamme toiminnan seuroissa ja saleilla. Toiminnan aloittaminen ja seurajohtaminen ovat koko ajan kehitystyötä ja ne vaativat vapaaehtoiset henkilöt ja koulutetut ohjaajat mukaan. Seurat joutuvat kampailemaan vapaaehtoisten rekrytoinnissa ja jaksamisessa. Talouteen liittyvät asiat tuovat myös paineita seuroille. Svoli 2010 Pro seurat - hankkeeseen osallistuneet seurat ovat yhdessä pohtineet näitä kysymyksiä.

Savo-Karjalan aluepäivät pidetään 2-3.10.2010 Cumuluksessa, Kuopiossa. Alueemme tapaaminen on kaksipäiväinen. Lauantaina aloitamme ajankohtaisilla asioilla, palkitsemisilla ja juhlistamme 60-vuotista Kiltatoimintaa. Aluetapaamisen teemana on "yhteisöllisyyden voima on meissä" - yhdessä tekemistä ja voimaantumista. Hyvät käytännöt kiertoon verkostotapaamisen kautta jaamme kokemuksia ja ideoita seurajohtamiseen. Tulevat SUNLAHTI 2013 ja kansainväliset voimistelun tapahtumat asettavat haasteita varojen keräämiseen seuroissa. Pohdimme myös yhdessä nuorten osallistumista tapahtumaan. Iltapäivällä saamme osallistua paneelikeskusteluun "Kunta seuran kumppani". Keskusteluun tulee mukaan Jaana Vasankari/Kuopion kaupunki ja alueen luottamushenkilö Suvi Vainio. Saamme kuulla, kuinka Nurmeksen naisvoimistelijat ovat onnistuneet hankkimaan rahaa erilaisten rahoitusten kautta. Pienellä paikkakunnalla on kilpailuun jäsenistä yksityiset kuntosalit ja kansalaisopisto. Sunnuntaipäivän ohjelmassa on Johda innostavasti -koulutus ja Svoli 2010 seurojen päätöstilaisuus.

Aluepäivien aikana on myös Virikkeitä varttuneiden voimisteluun, FlowGymnastics - ideapäivä ja Taaperot telmivät ja temppuilevat koulutukset.

Tervetuloa oppimaan ja virkistymään, Eeva Huikuri, aluejaoston jäsen

### Aluepäivä

Aluepäivien monipuolinen ohjelma on suunniteltu voimisteluseurojen johtokunnan jäseniä, kiltalaisia ja ohjaajavastaavia ajatellen. Voit osallistua maksutta mukaan koko päiväksi tai sinua kiinnostaviin osioihin. Ilm. nettilomakkeella 10.9. mennessä.

klo 9.00 - 10.30

- Aamukahvit ja kahvileipä
- Hallituksen edustajan puheenvuoro
- Palkitsemiset ja Kilta 60 v

Klo 10.30-11.30

- Voimistelu-uutisia: Asema ja passi uudistuvat  
- Koulutus-uutisia: aikuisten koulutusjärjestelmä uudistuu, uudet koulutukset esittelyssä ja sisältö uudistuksia jumppakouluun sekä valmentajille suunnattuihin koulutuksiin

Verkostotapaaminen, valitse

- Markkinointi ja kumppanuus
- Seuran johtaminen
- Tapahtuman järjestäminen
- Ohjaajien koulutustasot ja rekryointi
- Valmennus- ja kilpailutoiminta
- Kiltatoiminta



Klo 11.30–12.00

Seuraesimerkkejä, Svoli2010 Pro Seurat 2008-2009 hankejaksoilta

- JoenVoLin onnistunut organisaatio uudistus ja johtamismalli
- Mävi palkkasi työntekijän SLU:n tukirahan turvin
- Svoli2010 -hanke toi innostusta Lapinlahden Naisvoimistelijoiden johtoon

Lounastauko (omakustanteinen)

Klo 13–15

- Nurmeksen Naisvoimistelijoiden kuulumisia mm. Svoli2010 hankkeesta
- Tietoa sinettiseuratoiminnasta
- SUNLAHTI2013
- Eurogym ja Gymnaestrada nuorten näkökulmasta
- Kunta seuran kumppani, paneelikeskustelu - osallistu keskusteluun tai kuuntelijoihin

Klo 15.30–17.00

- Verkoston rakentamisen perusteet
- Laatuun seuran Primasta
- Mistä yhteisöllisyys rakentuu?
- Voimisteluesitys

Klo 17–19 yhteinen päivällinen ja vapaata seurustelua (omakustanteinen)

## Tilaukoulutuksia

### Joensuussa

4.9. Svoli Jumppakoulu, startti, osa 1

9.-10.10. Svoli Jumppakoulu, osa 2

13.11. Svoli Jumppakoulu, osa 3 (7-12 v)

Tilaaaja JoenVoLi. Tiedustelut ja ilmoittautumiset sähköpostilla [saija.miina\(at\)uef.fi](mailto:saija.miina(at)uef.fi).

### Mikkelissä

4.-5.9. Lajitaidon peruskoulutus, laji joukkuevoimistelu, tilaaja Mikkelin Nv.

## Avoimet koulutukset

19.9. Fyysisen valmennuksen peruskoulutus (uudistunut, käytäntöpainotteinen sisältö), Joensuu. Ilm. 3.9. mennessä.

25.9. Svoli Jumppakoulu, startti, osa 1. Kuopio. Ilm. 10.9. mennessä.

25.9. Jumppaspecial a' la Tiina. Kuopio. ilm. 10.9. mennessä.

25.9. Virikkeitä välinevoimistelusta tyttöryhmille. Kiuruvesi. Ilm. 10.9. mennessä.

2.10. Virikkeitä varttuneiden voimisteluun. Kuopio. Ilm. 17.9. mennessä.

**3.10. Huom! UUSI PÄIVÄ SU** Flow Gymnastics ideapäivä. Kuopio. Ilm. 17.9.

3.10. Taaperot telmivät ja temppuilevat. Kuopio. Ilm. 17.9. mennessä.

3.10. Seurajohdon jatkokoulutus: johda innostavasti. Ilm. 10.9. mennessä.

30.10. Virtaavaa voimaa - Tanssillisen voimistelun tekniikka. Mäntyharju. Ilm. 15.10.

30.10. Ryhmäliikunnan ohjaajien peruskoulutus, osa 1. Kuopio. Ilm. 15.10.

30.-31.10. Svoli Jumppakoulu, osa 2. Kuopio. Ilm. 15.10. mennessä.

20.11. Svoli Jumppakoulu, osa 3. (7-12 v) Kuopio. Ilm. 5.11. mennessä.

20.11. Svoli Jumppakoulu, osa 3 (3-6 v). Kuopio. Ilm. 5.11. mennessä.

27.11. Ryhmäliikunnan ohjaajan peruskoulutus, osa 2. Kuopio.

Tiedustelut: Mervi Arsiola, puh (017) 2613663, (0400) 920 009, [mervi.arsiola\(at\)svoli.fi](mailto:mervi.arsiola(at)svoli.fi)



## Treenipäivä joukkuevoimistelijoille

Syksyn treenipäivä on suunnattu 12 - 16 vuotiaille.

Treenipäivässä harjoitellaan vartalotekniikkaa, ponnistusvoimaa, hyppyjä ja liikkuvuutta.

Valmentajilla on mahdollisuus saada opastusta kilpailuohjelman suunnitteluun ja palautetta ohjelmasuorituksesta tuomarin silmin.

**Hinta** 35 € / hlö

**Ilmoittautumiset** Nettilomakkeella, **Lisätietoja aluetoimistosta** Puh (017) 261 3663, (0400) 920 009, mervi.arsiola(at)svoli.fi.

## Voimistelun alueellinen Asema ja Show

4.12. Mäntyharju

# SYDÄN-SUOMI

### Alueen syksyn koulutukset

#### Lasten ja nuorten koulutuksia:

- \* Fyysisen valmennus (8h) 5.9. Tampere (Aila Sainio)
- \* Perheliikunnan perusteet (15h) 18.-19.9. Tampere (Satu-Maria Ruotsalainen)
- \* Jumbpakoulu osio 1 (8h) 25.9. Jyväskylä (Anu Myllyharju-Puikkonen)
- \* Yhdessä liikkuen posket punaisiksi - perheliikunnan ideapäivä (5h) 26.9. Jyväskylä (Anu M-P)
- \* Koreografiakurssi (10h) 25.9. Tampere (Hannele Ahlqvist ja Marita Haapasalo)
- \* Satuliikuntaa ja temppujumppaa tenaville (5h) 2.10. Tampere (Tytti Leppänen)
- \* Tanssin ideapäivä (5h) 2.10. Tampere (Sonja Lydman)
- \* Jumbpakoulu osio 2 (15h), 30.-31.10. Tampere (Suvi Vuorela)
- \* Kilpa-aerobicin lajitaidon peruskoulutus (21h), 20.-21.11. Tampere (Anu Lehikoinen)
- \* Jumbpakoulu osio 3, OHJAAJAT (8h), 20.11. Tampere (Johanna Nisula)
- \* Jumbpakoulu osio 3, VALMENTAJAT (8h) 5.12. Tampere (Maiju Missokia)

#### Aikuisten ohjaajille:

- \* Ryhmäliikunnan ohjaajien pk (24h) 28.8. ja 18.9. Tampere (Kati Sarva)
- \* Letkeää liikuntaa leidiä ohjaajille (5h), 11.9. Tampere (Piia Taurula)
- \* Flow Gymnastics osa 2 (10h), 18.9. Tampere (Tarja Pasanen)
- \* Teija työkalupakki kuntojumppaan (5h), 2.10. Tampere (Teija Reini-Nieminen)
- \* SalsaMix (5h), 9.10. Tampere (Oliver Paredes)
- \* Pro Fitness PK 2 (30h), 26.-28.11. Tampere (Petra Nyman)

#### Seuratoiminnan koulutuksia:

- \* Aluepäivä 2.10., Tampere, Varalan Uo
- \* Seuran taloushallinto 13.11., Tampere, aluetoimiston tilat

#### Leirit ja treenipäivät:

- \* JV alueringin leiri, 28.-29.8. Tampere, Hervannan vapaa-aikakeskus
- \* JV alueringin leiri, 11.-12.9. Tampere, Hervannan vapaa-aikakeskus
- \* JV nupputreenipäivä 25.9. Tampere
- \* Kilpa-aerobic avoin treenipäivä yli 12v., 27.11. Tampere

Koulutusten ja treenipäivien paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä

Ilmoittautumiset koulutuksiin ovat alkaneet, varaa paikkasi ajoissa. Opintoneuvontaa tai lisätietoja koulutuksista Tiina Kolajnder puh: 0207 482 640 tai tiina.kolajnder(at)svoli.fi

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

## Sydän-Suomen seurojen ALUEPÄIVÄ

lauantaina 2.10.2010 klo 10:00-16:00 Varalan Urheiluopistolla, Tampereella

Tule mukaan seuratoiminnan virkistävään päivään, päivittämään tietojasi, kuulemaan uutta, keskustelemaan ja viihtymään.

Aluepäivä on kaikkien seurojen yhteinen paikka näkyä, kuulua ja vuorovaikuttaa.

Aluepäivän ohjelmassa on tänä vuonna mm. ajankohtaisia asioita, liiton hallituksen jäsen Erkki Vuori mukana päivässä, työpajoina mm. nuorten työryhmän paja, kiltalaisten paja. Päivän päätteeksi tanssitaan mukavissa tunnelmissa Sonja Lydmanin johdolla.

Aikataulu ja sisältö tarkentuu elokuun aikana.

Ruokailun hinta on 12€/hlö, liitto tarjoaa Aluepäivän ohjelman sekä kahvit.

Ilmoittautumiset tiina.koljander(at)svoli.fi 24.9. mennessä.

**TERVETULOA!**

## Sydän-Suomen aluetapahtumia syksyllä 2010

\* Aluemestaruuskilpailut (Joukkuevoimistelu ja rytminen voimistelu) 6.11. TAMPERE  
Järjestävinä seuroina Tampereen Nv ja Tampereen Sisu

\* Kolmen lajin kilpailut (JV, RV, KA) 13.11. TAMPERE, kutsu julkaistaan elokuun aikana  
Järjestänä toimii Sydän-Suomen alueen lajityöryhmä

\* Alueen asema ja SHOW 11.12. YLÖJÄRVI  
Järjestäjänä toimii Ylöjärven Isku

Aluekilpailujen ja tapahtumien kutsut julkaistaan seuratieotteessa nro 5 sekä alueen nettisivuilla.

**TERVETULOA OSALLISTUMAAN UPEISIIN ALUETAPAHTUMIIN!**

## Sydän-Suomen alueen palkitsemiset syksyllä 2010

Sydän-Suomen alue palkitsee perinteisesti ansioituneita seuroja & seuratoimintoja Aluepäivässään, joka tänä vuonna järjestetään Varalan Urheiluopistolla 2.10. Palkittavat saavat koulutuslahjakortin.

Vuoden Valmentajan valitsee lajityöryhmä ja Seuratoiminnan palkinnon jakaa aluejaosto. Lasten ja Nuorten Liikunnan sekä Aikuisten liikunnan palkitsemiset tulevat julkisesti hakuun elokuun lopussa. Hakukriteerit julkaistaan alueen nettisivuilla ja postitetaan sähköisesti seuroille.



# SEURATOIMINTA

## Syyskokousviikonloppuna ajankohtaisia teemoja seurajohdolle

**Ennen syyskokouksen alkua on voimisteluseuroille tarjolle ajankohtaista informaatiota ja työpajoja eri teemoista.**

OHJELMA:

10.00-15.30 Kiltapäivä

10.00-13.00 Seurojen koulutusvastaavien tapaaminen

10.00-14.00 Voimisteluseuran markkinointi & varainhankinta

15.00-16.00 Suurtahtumainfo

Tule kuulemaan, pohtimaan ja samaan ideoita seuranne toimintaan.

Voimisteluseurojen markkinointiin ja varainhankintaan johdattelee urheilumarkkinoinnin erityisosaaja Erkki Alaja sekä Voimisteluliiton yhteysjohtaja Marju Paju. ILMOITA SEURANNE OSALLISTUJAT MUKAAN: ilmoittautumiset(at)svoli.fi

## Opetus- ja kulttuuriministeriön ansiomerkit ja tunnustuspalkintojen haku meneillään

### Ansiomerkit

Opetus- ja kulttuuriministeriö myöntää vuosittain (26.2.) liikunnan ja urheilun ansiomerkkejä suomalaisen liikuntakulttuurin ja urheilun parissa ansioituneille henkilöille.

Ansiomerkkiehdotukset on toimitettava opetus- ja kulttuuriministeriöön jakovuotta edeltävän lokakuun 31. päivään mennessä eli vuoden 2011 ansiomerkit ovat juuri nyt haettavissa lokakuun 31.päivään 2010 mennessä. Valtion liikuntaneuvosto käsittelee ehdotukset ja antaa niistä lausunnot opetus- ja kulttuuriministeriön päätöstä varten. Voimisteluliiton seurojen ja alueiden ansiomerkkiesitykset tulee toimittaa Suomen Voimisteluliittoon 8.10.2010 mennessä, jotta ne ennätetään tarkistaa ja päättää hallituksen kokouksessa 21.10.2010 ja toimittaa sen jälkeen Opetus- ja kulttuuriministeriöön.

Haettavat ansiomerkit ovat:

1. ansioristi kultaisena ARK
2. ansioristi AR
3. ansiomitali kullatuin ristein AMKR
4. ansiomitali AM

Suomen liikuntakulttuurin ja urheilun suuri ansioristi on ansiomerkeistä arvokkain ja se voi olla kerrallaan vain kahdella toista haltijalla. Sen myöntää tasavallan presidentti. Ansiomerkkien jakoa koskevan asetuksen mukaan esityksiä merkkien myöntämisestä voivat tehdä valtakunnalliset liikuntajärjestöt ( mm. Suomen Voimisteluliitto) ja alueelliset liikuntaneuvostot. Lisäksi vakiintuneen käytännön mukaan myös urheiluseurat, kunnat ja liikuntatoimeen liittyvät yhteisöt voivat tehdä esityksiä merkkien saajista. Asetuskäytännön mukaisesti Voimisteluliiton seurojen ja alueiden tekemät esitykset liikunnan ja urheilun ansiomerkeiksi tulisi toimittaa Voimisteluliiton kautta, jolloin liitto tarkistaa, että anomus on asianmukaisesti täytetty ja tekijänä puoltaa merkkianomusta. Tämä koskee erityisesti anomuksia, joissa perusteluissa on mukana paikallistason toiminnan lisäksi alueellista, valtakunnallista ja kansainvälistä toimintaa.

Ansiomerkkien anomusohjeet ja kaavakkeet löytyvät ministeriön sivuilta [www.minedu.fi](http://www.minedu.fi)/ OPM/liikunta/palkinnot ja ansiomerkit. Lukekaa ohjeet ja täyttäkää anomukset huolella. Kiinnittäkää erityisesti huomiota merkkiä anoessanne, että siihen vaadittavat toimintavuodet ja toiminnan tasot (seura-/paikallistaso – aluetaso- valtakunnallinen ja kansainvälinen taso täytyvät: AM vähintään 10 v seurataso toimintaa; AMKR vähintään 25 vuotta seurataso toimintaa + vähintään 10 vuotta aluetason toimintaa. AR ja ARK edellyttävät pitkäaikaista valtakunnallisen ja kansainvälisen tason toimintaa - vähintään 10 vuotta tai vähintään 20 v. Ansiomerkkiä ei myönnetä alle 40-vuotiaalle.

OKM on ollut vaatimuksissa ja tulkinnoissaan tiukka ja monesti katsonut ansioiden riittäneen vain anottua alempaan merkkiin.

### **Tunnustuspalkinnot**

Piikkarit- palkinto on tunnustus liikunnan ja urheilun sukupuolten välisen tasa-arvon ja moniarvoisuuden edistämisestä. Se voidaan myöntää Suomessa pysyvästi toimivalle yhteisölle, ryhmälle, hankkeelle tai henkilölle. Hakuaika on syyskuun 15 päivään saakka. Ohjeet löytyvät edellä mainituilta OPK:n sivuilta sekä Suomen Liikunnan ja Urheilun internet-sivuilta [www.slu.fi](http://www.slu.fi)

Jos tiedossanne on hyviä ehdokkaita tehkää esitys suoraan tai Voimisteluliiton kautta – esitys Voimisteluliitolle viimeistään 6.9.2010 mennessä.

### **Suomen liikunnan ja Urheilu SLU:n ansiomerkit**

Ohjeet ja hakulomakkeet löytyvät SLU:n internetsivuilta [www.slu.fi](http://www.slu.fi). Merkit jaetaan SUL:n kevät ja syyskokouksissa. Merkit haetaan SLU:n hallitukselta, hakuaika on vuosittain elokuun ja helmikuun loppuun mennessä.

### **Suomen Voimisteluliiton ansiomerkit**

Suomen Voimisteluliitolla on käytössä seuratyön, ohjaajien ja harrastajien ansiomerkit. Ohjeet ja hakulomakkeet löytyvät internetsivuilta [www.svoli.fi](http://www.svoli.fi). Seuratyön merkin myöntää liiton hallitus. Koska hallitus kokoontuu 6-8 kertaa vuodessa, tulee aikataulu ottaa huomioon merkkejä anottaessa eli anomukset tehdä hallitukselle hyvissä ajoin ennen aiottua jakamistilaisuutta.

Ohjaaja- ja harrastamerkkien myöntämisestä päättää seura itse. Ne vain tilataan Voimisteluliitosta.

### **Lisätietoja**

Suomen voimisteluliiton seuratoiminnan päälliköltä Irma Kososelta, puh (09) 5490 3366 tai sähköpostitse [irma.kosonen@svoli.fi](mailto:irma.kosonen@svoli.fi)

### **Pohjola-palkinto haussa**

Pohjola-palkinnon hakuaika on alkanut ja on 2.8-1.10.2010.

Kriteerit on yhdenmukaistettu eri alueiden kesken.

Hakuohjeet ja lomakkeet löytyvät SLU- alueen sivuilta ja palkintoa haetaan oman SLU -alueen kautta. Valtakunnallisten palkintojen lisäksi kuin SLU- alue palkitse oman alueensa seuran.

Palkitut ovat olleen hyvin erilasia seuroja, pieniä, suuria, yleisseuroja, lajisseuroja, maaseutu-, kaupunki- kaupunginosaseuroja.

### **Laatuseurat**

#### **PRIIMA - laatuseuraprosessiin ilmoittautuminen**

**Seuraava ilmoittautumisjakso päättyy 30.10.2010.**

Aikuisliikunnan laatuseura-arviointiin ilmoittautuminen edellyttää seuran johtokunnan päätöstä asiasta. Päätöksen jälkeen seura täyttää ilmoittautumislomakkeen, joka palautetaan Voimisteluliiton toimistolle joko sähköpostitse tai kirjepostina.

**Lisätietoja** arvioinnista ja siihen hakeutumisesta saa Voimisteluliiton toimistolta Leeni Asola-Myllyselältä ([etunimi.sukunimi@svoli.fi](mailto:etunimi.sukunimi@svoli.fi)) sekä alueellisilta [Laatukummeilta](#).



## Sinettiseurahaku käynnissä

**Hakulomakkeet tulee jättää 30.10 mennessä.** Hakemuslomake ja lisätiedot prosessista löytyvät osoitteesta

[http://www.svoli.fi/seurat/sinettiseurat/miten\\_sinettiseuraksi/](http://www.svoli.fi/seurat/sinettiseurat/miten_sinettiseuraksi/).

**Lisätietoja** antaa Katja Anoschkin katja.anoschkin(at)svoli.fi, p. 045-1382202

## Lahdessa ensi kevään Laatusuurpäivä

Seuraava Laatusuurpäivä järjestetään Lahdessa su 27.3.2011 Samana viikonloppuna lauantaina on liiton kevätkokous sekä Gymnaestrada 2011 kenttäohjelmien voimistelijoiden yhteisharjoitus Lahdessa. Laatusuurpäivä on liiton Sinettiseurojen ja PRIIMA-aikuisliikunnan laatusuurojen yhteinen vuosittainen koulutus- ja verkostoitumistilaisuus.

## Jo 20 seuraa on läpäissyt uudelleenarvioinnin

Ensimmäiset PRIIMA-seurat sertifioitiin vuoden 2007 aikana. Näiden seurojen uudelleenarviointi on käynnistynyt. Seuraavat 20 seuraa on kevään ja alkukesän 2010 aikana läpäissyt uudelleenarvioinnin. Onnea näille laadukkaille seuroille!

Haka Gym

Helsingin Naisvoimistelijat

Hämeen Naisvoimistelijat

Jyväskylän Naisvoimistelijat

Järvenpään Voimistelijat

Kalajoen Naisvoimistelijat

Kannelmäen Voimistelijat

Kiuruveden Voimistelijat

Kuopion Naisvoimistelijat

Lappeenrannan Naisvoimistelijat

Mellunkylän Kontio/Voimistelujaosto

Olarin Voimistelijat

Oulun Naisvoimistelijat

Pyhäjärven Naisvoimistelijat

Tampereen Jumppatiimi

Tikkakosken Voimistelu- ja Liikuntaseura

Tornion Naisvoimistelijat

Turun Naisvoimistelijat

Tuusulan Naisvoimistelijat

Vuorelan Kunto



## PRIIMA-yhdyshenkilötiedot ajan tasalle

Varmista, että seurasi PRIIMA-vastuuhenkilöiden yhteystiedot ovat liiton tiedossa. Toimitamme suoria sähköpostitiedotteita yhdyshenkilöille aika ajoin PRIIMA-seuroja koskevista mahdollisuuksista sekä aikuisliikunnan koulutuksista ja tapahtumista.

Mikäli seurasi käyttää Nepton-jäsenrekisteriohjelmaa, tulee seuran päivittää myös omaan Nepton-osoiterekisteriinsä kyseiset yhteystiedot. Liittomme ohjelma käyttää Neptonin rekisteriä vastuuhenkilöpostituksissa, seuran jäsenten tietoihin emme pääse.

## Syksyn Sinettiseminaari 16–17.10 Helsingissä

Syksyn sinettiseminaari lähestyy. Tämän vuoden sinettiseminaari järjestetään Helsingissä (Marina CongressCenter ja ScandicGrand Marina). Lauantaipäivän ohjelmasta vastaa Nuori Suomi ja sunnuntaina ohjelmassa on Voimisteluliiton järjestämää ohjelmaa mm. teemalla ohjaaja ja valmentaja rekrytointi.

Kutsut seuroille lähtevät viikolla 33. Voimisteluliitto maksaa tapahtumaan osallistumisen yhdelle osallistujalle/ sinettiseura.

Sinettiseminaarissa jaetaan jälleen stipendi päihteenkäytön ennaltaehkäisevästä työstä Sinettiseuralle

- Stipendinä 3000 €:n leiriviikonloppupaketti urheiluopistolla
- Hakuaika 15.9.2010 saakka osoitteessa [www.nuorisuomi.fi/paihdestipendi](http://www.nuorisuomi.fi/paihdestipendi)
- Stipendi jaetaan Sinettiseminaarin iltatilaisuudessa 17.10.2010
- Stipendin kriteerit

- Seuran toimintalinjassa on määritelty päihteenkäyttöön suhtautuminen lasten ja nuorten toiminnassa
- Päihdeasioihin suhtautumisesta on sovittu Pelisääntökeskusteluissa
- Seuran muut toimenpiteet lasten ja nuorten päihteenkäytön ehkäisemiseksi ja päihdetietouden lisäämiseksi seurassa. **Innovaatiot, jotka voivat toimia esimerkkinä muille seuroille.**

## Veikkauksen tarjous PRIIMA-seuroille

Voimisteluliitto yhteistyössä Veikkauksen kanssa haluaa nostaa Priima-seurat esiin ja tarjoaa Priima- seuroille näkyvyyttä. Priima-seurat voi tarjota Veikkaus-kortin haltijoille yhden viikon ajan tilaisuuden osallistua ja tutustua seuranne aikuisliikunnan jumppiin (tunneille joissa tilaa) sekä saada lisäksi upean näkyvyyden/markkinointikanavan seurallanne sekä tietysti mahdollisuus saada uusia aikuisia jäseniä seuraanne. Ajankohta on lokakuun viimeinen viikko eli viikko 43. Mahdollisuutta tarjotaan voimisteluseuroille, jotka omaavat Priima-sertifikaatin. Tarvitsemme nyt Priima-seuroilta ilmoituksen, haluatteko olla mukana tässä lokakuun viimeisen viikon tempauksessa. Tarvitsisimme tiedon 6.9 mennessä seuranne mukanaolosta tai kieltäytymisestä osoitteeseen [marju.paju\(at\)svoli.fi](mailto:marju.paju(at)svoli.fi). Muistathan laittaa viestiin sekä seuran nimen että yhteyshenkilön nimen ja sähköpostin sekä puhelinnumeron. Annan myös mielelläni lisätietoa asiasta.

## Viimeinen hankekausi alkamassa

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.

Mukaan haetaan 30.9.2010 mennessä palauttamalla **hakulomake** Suomen Voimisteluliitto Svoliin.

Osallistumismaksu hankekaudelta, lokakuusta 2010 kesäkuuhun 2011 on 150-200 € / seura (riippuen mukaan tulevien seurojen määrästä).

Osallistumismaksu kattaa:

- syksyn starttitapahtuman ohjelman ja matkat 3-5 henkilölle/seura
- kaksi seurakohtaista käyntiä/kohtaamista seurakehittäjän kanssa
- seurakehittäjän tuen ja konsultoinnin
- kevään 2011 alueelliseen päätöstilaisuuden.

## Haku Svoli2010 -Pro Seurat kehityshankkeeseen 30.9.2010 mennessä

Lisätietoja: Irma Kosonen, [irma.kosonen\(at\)svoli.fi](mailto:irma.kosonen(at)svoli.fi), (09) 5490 3366

# KANSAINVÄLISET TAPAHTUMAT

## Gymnaestrada

**14. Gymnaestrada** on ensi kesänä 10. - 16.7.2011 Sveitsin Lausannessa. Gymnaestrada tarjoaa kaikille osallistujille naisille ja tytöille, miehille ja pojille, ikään ja taitotasoon katsomatta tavoitteita, oppimisen paikkoja, iloa, elämyksiä ja yhteishenkeä.

Sadassa suomalaisseurassa valmistellaan osallistumista tapahtumaan gympin eli Gymnaestradan vastuuhenkilön toimesta. Lista seuroista ja gympeistä löytyy [svoli.fi/gymnaestrada](http://svoli.fi/gymnaestrada)

Toukokuussa peräti 1700 suomalaista ilmoittautui alustavasti Lausannen Gymnaestradaan. Lähes 800 kenttänäytökseen, senioreiden halliohjelmaan 105, FIG-gaalan joukkuevoimistelun näytösohjelmaan 39, Pohjolan iltanäytökseen 40, kaupunkilavoille 218 ja hallinäytöksiin 619.

Vielä ehtii mukaan: sitovat ilmoittautumiset 30.11. mennessä oman seuran gympin kautta.

### ETENEMISAIKATAULUA - lisätietoja löytyy netistä

23.8.2010 Lentomatkojen myynti Arean kautta käynnistyy  
31.8.2010 Ilmoittautumiset halliohjelmien näyttöihin  
31.8.2010 Ilmoittautuminen yhteisohjelmien opetuskurssille  
25.9.2010 Yhteisohjelmien opetuskurssi ohjaajille ja valmentajille  
syksy 2010 Halliohjelmien näytöt  
30.11.2010 Sitovat ilmoittautumiset tapahtumaan ja ohjelmiin  
30.11.2010 Kisapassien ennakkomaksut (50 % passista)  
30.11.2010 Edustus- ja esiintymisasujen tilaukset  
30.11.2010 Koulumajoitustuotteiden tilaukset  
30.11.2010 Iltanäytöslippujen tilaukset  
30.11.2010 Ilmoittautumiset esiintymään kaupunkilavoille  
26.3.2011 Yhteisohjelmien 1. yhteisharjoitus kaikille voimistelijoille  
31.3.2011 Vakuutustilaukset  
15.4.2011 Kisapassien yms. loppumaksut  
18.6.2011 Yhteisohjelmien 2. yhteisharjoitus kaikille voimistelijoille  
10. - 16.7.2011 World Gymnaestrada Sveitsin Lausannessa

Lisätietoja projektijohtaja Päivi Tamminen puh. (09) 5490 3382

## Gym for Life

### GYM FOR LIFE CHALLENGE

Gym for Life on Kansainvälisen voimisteluliiton FIG:n Gymnastics for All -komitean joka neljäs vuosi järjestettävä maailmanlaajuinen näytösohjelmien kisailutapahtuma kaiken ikäisille.

Historian ensimmäinen Gym for Life -tapahtuma oli Itävallan Dornbirnissä kesällä 2009. Seuraava Gym for Life -tapahtuma on 7. - 14.7.2013 Kapkaupungissa Etelä-Afrikassa.

Konseptia kehitetään parhaillaan. Vuonna 2009 kisailussa oli kolme ikäsarjaa: alle 17-vuotiaat, 17 vuotta täyttäneet ja sekaryhmät. Ryhmät kilpailivat kahdessa kategoriassa: alle 21 voimistelijaa (pienet ryhmät) ja yli 20 voimistelijaa (suuret ryhmät). Näytösohjelmien tuli kestää enintään 5 minuuttia ja ne voivat olla mitä tahansa voimistelua, telineillä, välineillä tai ilman.

Kisailussa arvioidaan mm. seuraavia osa-alueita: ohjelman viihdyttävyyttä, yleisvaikutelmaa, innovaatio/idea (sekä omaperäisyys ja vaihtelevuus), ja tekniikka (laatu ja taito/turvallisuus). Arvioinnin suorittaa ryhmä asiantuntijoita. Kaikki osallistuvat ryhmät huomioidaan joko kulta-, hopea- tai pronssimaininnalla (pisteitä ei anneta). Esiintymisen jälkeen ryhmä saa myös henkilökohtaisen suullisen palautteen. Kaikki kultamaininnan saavuttavat ryhmät esiintyvät gaalassa, jossa valitaan ko. vuoden mestariryhmä: Group World Champion of the Year.

Lisätietoja projektijohtaja Päivi Tamminen puh. (09) 5490 3382



# Eurogym

## Unohtumattomia kokemuksia Odensesta

Lue kokemuksia ja katso kuvia seitsemännestä Eurogymistä Voimisteluliiton nettisivuilta [uutisista](#) tai osoitteesta

[http://www.svoli.fi/svoli/kansainvaliset\\_tapahtumat/eurogym/](http://www.svoli.fi/svoli/kansainvaliset_tapahtumat/eurogym/).

Kokemuksia opintoryhmän matkasta voit lukea myös Eeva Laarin Blogista osoitteessa <http://www.svoli.fi/blogit/>

Me kaikki Eurogyymiin osallistuneet voimme lämpimästi suositella osallistumista tähän huipputapahtumaan, joten merkkaa kalenteriisi 14. - 20.7.2012 matka **Portugalin Coimbraan EUROGYM 2012 tapahtumaan.**

Lisätietoja nuorisopäällikkö Katja Anoschkin puh. (09) 5490 3321

## Golden Age

### Golden Age -tapahtuma 3. - 8.10.2010 Portugali

#### Ryhmät viimeistelevät ohjelmiaan

Kultaisen län Voimistelufestivaaliin osallistuvat jumpparyhmät odottelevat seurojen syyskauden käynnistymistä. Esitysohjelmien viimeistelyyn on vielä elo-syyskuu aikaa. Suomalaisilla on yhteensä ulkona katulavoilla esitettävää ohjelmaa vajaan tunnin verran. Nämä esitykset muodostuvat noin 10 minuutin mittaisista seurojen kokonaisuuksista. Lisäksi torstai-illan Gaalanäytöksessä saadaan nauttia tapahtuman parhaimmiston esityksistä.

Ryhmien vastuuhenkilöille tiedoksi:

Järjestäjät valmistelevat edelleen eri maiden varauksien vahvistuksia, minkä vuoksi laskutus on viivästynyt. Tämän vuoksi olemme liittona laskuttaneet vasta osalta osallistujaryhmistä 25% varauksista. Loppuosan laskutamme järjestäjän laskutusaikataulun mukaisesti, mahdollisesti elo-syyskuussa. Pahoittelemme tilannetta ja toimimme heti kun saamme tarvittavat tiedot järjestäjältä.

Lisätietoja terveystieteiden opettaja Leeni Asola-Mylläinen puh. (09) 5490 3333

## Esiintymismatkat

### KANSAINVÄLINEN VOIMISTELUFESTIVAALI, IZMIR TURKKI 6. - 10.10.2010

Suomalaiset voimisteluryhmät ovat tervetulleita osallistumaan Turkin Izmirissä järjestettävään voimistelutapahtumaan. Tapahtuman järjestää Turkin Voimisteluliitto ja Izmirin Metropolin 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.qvm09.izmirbsbpor.org](http://www.qvm09.izmirbsbpor.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 gaalaan. 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

kotimatalle

Lisätietoja projektijohtaja Päivi Tamminen puh. (09) 5490 3382

## **KANSAINVÄLINEN URHEILUFESTIVAALI BLUME GRAN CANARIA 18. - 27.11.2010**

Tämä monelle suomalaiselle tuttu Blume-tapahtuma järjestetään jo 50. kerran. Tapahtumaan voivat osallistua seurajoukkueet, yliopisto- ja kouluryhmät - kaikki jotka ovat kiinnostuneita voimistelusta. Jokaisella ryhmällä on yksi tai kaksi max 10 minuutin mittaista esiintymistä. Esitykset voivat olla voimistelua, tanssia, pelejä, kaikkea mikä soveltuu esitettäväksi ulkoilma-areenalla.

Lisätietoja ja ilmoittautumiset: [www.blumegrancanaria.com](http://www.blumegrancanaria.com)

Ilmoittautumisesta pyydämme laittamaan kopion myös Voimisteluliitto Svoliin:

[paivi.tamminen@svoli.fi](mailto:paivi.tamminen@svoli.fi)

