

Seinäjoen Seudun Urheilijat ry

Toimintasuunnitelma vuodelle 2019

Hallinto

Seuran toimintaa johtaa yleisen syyskokouksen valitsema hallitus, puheenjohtaja ja 8-10 hallituksen jäsentä sääntöjen määräämällä tavalla.

Hallitus kokoontuu noin kerran kuukaudessa tai tarpeelliseksi katsomallaan tavalla. Hallitus valitsee keskuudestaan hallituksen sihteerin ja muut tarvittavat toimihenkilöt.

Seuran palveluksessa ja hallituksen työn tukena on palkattu henkilöstö. Kauden alussa aloittaa uusi resurssi, toiminnanjohtaja / valmennuspäällikkö, ja toimistosihteerinä kevääseen saakka Pirjo Panula, seurapäällikkönä yhdessä Bullerin Monitoimihallin hallimestarin paikalla Jukka Ala-Nikkola, nuorisopäällikkönä Katri Palomäki ja äitiyslomalta palaava Olga Hirvonen.

Kaudella suurimmat voimanponnistukset tulee olemaan uuden henkilöresurssin, toiminnanjohtaja / valmennuspäällikön täysimääräinen hyödyntäminen seuran toiminnassa, niin hallinnollisesti kuin myös taloudellisestikin.

Voimanponnistukset niin valmennus- kuin myös nuorisotoiminnassa on isojen joukkojen liikuttaminen ja heidän eteenpäin saattaminen omalla urheilijaurallaan, valmentajia ja vetäjiä unohtamatta ja kouluttamatta.

Kauden kisajärjestelyissä keskitytään suurimpiin tapahtumiin, Tähtikisoihin heinäkuussa ja elokuun lopulla järjestettäväksi saaduissa Superfinaali-kisoissa, unohtamatta millään tavalla lähes viikoittain järjestettäviä erilaisia lasten ja nuorten kisoja. Järjestelyissä tarvitaan isoja joukkoja vapaaehtoisia.

Ryhdytään valmistelemaan seuran juhluvuoden tapahtumia. Tapahtumia valmistelemaan on nimetty työryhmä.

Talous

Seuran talouteen liittyvät asiat valmistelee hallitus toiminnanjohtajan avustamana. Tiimit käyvät omalta osaltaan tulo- ja menoarviot läpi. Seuran tulo- ja menoarvio hyväksytään seuran syyskokouksessa.

Kauden 2019 osalta tuloja hankitaan ainakin seuraavista lähteistä: sponsorisopimuksista, kunniakierrostapahtumasta, pääyhteistyökumppaneilta, kilpailujen- ja liikuntatapahtumien järjestämisestä, yleisurheilukoulu- sekä valmennusmaksuista, kaupungin ja muiden tahojen avustuksista, seuravaatteiden sekä muiden seuratuotteiden myynnistä, paperinkeräyksestä, mahdollisten konserttien järjestämisestä, Haalin lavan tuloista (mm. pöytien ja tuolien vuokrauksesta), talkootöistä ja kioskitoiminnasta. Seura järjestää myös Tähtikisat heinäkuussa 2019, josta pyritään saamaan tuloja.

PLU:n taloussihteerinä Anneli Turja on seuran kirjanpitäjä. Yhteistyö tilintarkastustoimisto PwC:n, PricewaterhouseCoopers Oy:n KHT-yhteisön kanssa jatkuu.

Tiedotus

Sisäisen tiedotuksen tavoitteena on saada urheilijoille ja heidän perheilleen selkeä kokonaiskuva seuran toiminnasta. Ulkoisen tiedotuksen tavoitteena on kertoa erityisesti oman alueen asukkailla seuran monipuolisesta toiminnasta ja laajasta liikunnallisesta tarjonnasta. Tiedotuksessa käytetään seuran omia kotisivuja www.ssu-yu.fi. Käytössä on myös sosiaalinen media (Facebook) ja (Instagram).

Huomioiminen

Seuran toimintakäsikirjassa määritellään, miten huomioiminen käytännössä tapahtuu.

Urheilijoiden toimintaa kannustetaan muun muassa kauden päätöstilaisuudessa jaettavien stipendein ja muin huomionosoituksin. Seuran kotisivuilla kerrotaan urheilijoiden saavutuksista.

Luottamushenkilöitä muistetaan merkkipäivien johdosta ja palkitaan kauden päätöstilaisuudessa.

Kilpailuissa toimitsijana oleville on aina luvassa hyvät pullakahvit Atrian käristeiden kera.

Yhteinen Monitoimihalli

Seinäjoen Seudun Urheilijat on osakkaana Seinäjoen Monitoimihalli Oy:ssä. Mukana halliosakeyhtiössä ovat Seinäjoen Seudun Urheilijat ry, Seinäjoen amerikkalaisen jalkapallon erikoisseura Crocodiles ry sekä Voimistelu- ja urheiluseura Seinäjoen Sisu ry. Halli tulee olemaan kaudella 2019 yksi tärkeimmistä Seinäjoen Seudun Urheilijoiden talviharjoittelupaikoista.

Yleisurheilukoulut ja kerhotoiminta

Yleisurheilukoulujen ja koulujen yleisurheilukerhojen (Lasten Liike) organisoinnista vuonna 2019 huolehtii seuran nuorisopäällikkö. Olga Hirvonen on äitiyslomalla huhtikuun loppuun saakka, siihen asti nuorisopäällikön tehtäviä hoitaa Katri Palomäki.

Toimistos sihteeri hoitaa yleisurheilukoulujen laskutuksen.

Harjoitukset

Talvikauden SSU:n yleisurheilukoulut 4-10-vuotiaille järjestetään Nurmon liikuntahallilla, Elisa Monitoimihallilla sekä Ritolahallilla.

Kesäurheilukouluja 3-13-vuotiaille järjestetään kaikilla seuran alueiden urheilukentillä kesä- elokuun välisenä aikana. Mikäli seura saa Liiverin Buustia toimintaan 2 -teemahankerahoitusta, tullaan kesäksi 2019 palkkaamaan osa-aikainen nuori kesätyöntekijä, joka osallistuu uusien kokeellisten ryhmien, kuten päiväyleisurheilukoulun toteuttamiseen.

Kilpailut

Yleisurheilukoululaisille pidetään talvikaudella harjoituskilpailuja treenien yhteydessä ja kesällä yleisurheilukoululaisia ohjataan seuran järjestämiin lasten kilpailuihin ja seurakisoihin.

Ohjaajat

Ohjaajina urheilukouluissamme käytämme seuran omia nuoria urheilijoita, opiskelijoita sekä muita ohjaajia. Tavoitteena on, että jokaisen ryhmän vastuuhjaaja on täysi-ikäinen.

Kesän 2019 ohjaajahaku käynnistetään maaliskuussa. Uudet ohjaajat pyritään kouluttamaan sisäisesti Yleisurheiluohjaajakurssilla. Tavoite on, että seuralla on noin 20 ohjaajaa. Ohjaajapalkkio on 6-10 euroa tunnilta. Palkkio maksetaan ohjaajille verokortilla kahden kuukauden välein tuntilistojen perusteella. Kaikkien ohjaajien kanssa tehdään kirjalliset ohjaajasopimukset.

Markkinointi

Keväällä 2019 yleisurheilukouluista ilmoitetaan paikallislehdissä, irtomainoksilla sekä sosiaalisessa mediassa. Esimerkiksi Eparin seuratoimintapalstalle laitetaan ilmoituksia säännöllisesti. Seuran esitteitä pyritään jakamaan koulujen kisoissa sekä mahdollisesti keväällä järjestettävällä koulukiertueella.

Nuoriso- ja koulu-urheilutiimi

Nuorisotiimi kehittää sekä organisoii 3-13-vuotiaiden harrastus- ja kilpailutoimintaa seuran toiminta-alueella. Tiimin tavoitteena on tarjota lapsille laadukasta sekä monipuolista harrastus-, valmennus- ja kilpailutoimintaa.

9-13-vuotiaille kilpailuun tähtääville on juniorivalmennusryhmä. Suunnitelmien valmistelusta ja käytännön organisoinnista huolehtii nuorisopäällikkö yhdessä nuorisotiimin kanssa. Tarkempi tiimin työnjako löytyy seuran sivuilta toimintakäsikirjasta ja asiakirjapankista.

9-13-vuotiaiden juniorivalmennusryhmällä on harjoituksia neljä kertaa viikossa. 12-13-vuotiaat voivat lisäksi osallistua valmennusryhmien lajikouluihin (esim. pikajuoksu-, aita- ja seiväskoulu).

Valmennustiimi

Yli 13-vuotiaiden valmennusryhmät toimivat pääosin seuran valmennusjärjestelmän jaottelun mukaisesti pika-/aitajuoksu-, hyppy- ja moniotteluryhmänä sekä kestävyysjuoksu- ja heittoryhminä. Eri lajiryhmillä on vastuuvallmentajia, joiden avulla seuran valmennuspäällikkö kehittää seuran valmennustoimintaa.

Seuran nettisivuilla julkaistaan viikko-ohjelma, josta urheilijat voivat poimia harjoituksia. Harjoitusrunko suunnitellaan kesäkaudeksi huhtikuun ja talvikaudeksi elokuun loppuun mennessä. Harjoitusrunkoa kehitetään kauden aikana mikäli siihen nähdään tarvetta. Harjoitukset suunnitellaan niin, että eri ikäiset ja tasoiset urheilijat saavat riittävästi harjoitusmahdollisuuksia. Harjoitusten valmentajat seuraavat urheilijoiden harjoitteluaktiivisuutta sekä kannustavat urheilijoita säännölliseen ja määrällisesti riittävään harjoitteluun.

Tavoitteellisissa nuorten valmennusryhmissä harjoitellaan ohjatusti 3 – 6 kertaa viikossa. Jokaiselle tavoitteelliseen harjoitteluun sitoutuvalla yli 13-vuotiaalle urheilijalle pyritään löytämään valmentaja, joka laatii hänelle henkilökohtaisen harjoitusohjelman, mikäli urheilija mielestään harjoitusohjelman tarvitsee.

Seuran tukemat harjoituspaikat ovat kaudella 2019 seuraavat: Elisa-halli, Kuortanehalli, Nurmon liikuntahalli, Ritola-halli, Kirmaushalli, Botniahalli sekä Seinäjoki Arena.

Seuran urheilijoilla on mahdollisuus päästä EPU:n järjestämiin piirileirityksiin, joihin hakeminen tapahtuu alkusyksyllä. Urheilijat voivat myös osallistua SUL:n alueelliseen maajoukkueleiritykseen, jos hänet sinne valitaan. Seura tukee leireille osallistumista rahallisesti korvaamissääntöjen mukaisesti.

Valmentajilla on mahdollisuus osallistua eri tahojen järjestämiin (mm. EPU, PLU, SUL) koulutuksiin. Lisäksi järjestetään seuran sisäistä koulutusta. Valmentajien osaamisen lisääminen on seuran toiminnan kannalta tärkeää. Tavoitteena on saada valmentajia sekä II- että III-tason koulutukseen myös kaudella 2019.

Seura pyrkii löytämään ja kouluttamaan uusia valmentajia niin, että urheilijat saavat ammattitaitoista ohjausta ja niin, ettei valmentajien harjoitusryhmät kasva liian isoiksi. Uusille valmentajille annetaan tukea ja ohjausta kokeneempien lajiryhmävalmentajien taholta.

Tavoitteena on parantaa seuran valmennustoimintaan liittyvää tiedotusta ja markkinointia. Urheilijoiden suoritukset huomioidaan seuran nettisivuilla.

Kehitetään yhteistyötä alueen muiden seurojen kanssa niin, että urheilijat saavat halutessaan harjoitusvastusta muista alueen urheilijoista. Lisätään harjoitustarjontaan alueen muiden seurojen harjoituksia, joihin seuramme urheilijat saavat mennä. Lisäksi avaamme seuran harjoituksia naapuriseurojen urheilijoille, jotka saavat harjoituksissa käydä sovittujen käytäntöjen mukaisesti.

Kauden arvokisat ja muut tärkeät tapahtumat

Valmennustiimin toimintaan tärkeänä osana liittyvät kauden aikana järjestettävät SM-, alue-, pm-/sisulisäkilpailut, seuracupit sekä FlyingFinns-kilpailut.

Tärkeät kilpailut:

Seuracupin osakilpailut ja finaali
 Seuraottelut
 Sisumaantiet, -maastot ja -viestit
 Sisuhuipentumat
 Sisuottelut
 Aluehuipentumat
 Maastofinaali
 SM-kisat
 Nuorten arvokisat

Seuraotteluihin, Seuracupeihin, Sisu- ja aluemestaruusviesteihin nimetään joukkueenjohtaja ja joukkueen huoltajat.

SM-viesteihin ja nuorten SM-kilpailuihin nimetään vastuhenkilö(t), joiden majoituksen kustantaa seura. Viestijoukkueiden valinnat valmistelee nuorisopäällikkö ja valmennuspäällikkö apunaan joukkueiden vastuvalmentajat. Joukkueiden valinnat vahvistaa nuoriso- ja valmennustiimi.

Kilpailijat ilmoittautuvat itse kilpailuihin kilpailukalenterin kautta, elleivät ohjeet seuran sivulla toisin ohjeista. Esimerkiksi viesteihin ja finaaleihin seura ilmoittaa joukkueet yhteisilmoituksella.

SSU-Triathlonjaoston toimintasuunnitelma

Jäsenmäärä laskenut hälyttävästi, joten pyritään aktivoitumaan jäsenmäärän lisäämiseksi markkinoimalla lajia. Pohdinnassa mm. triathlonkoulun pitäminen pientä maksua vastaan jäsenten osaamista hyödyntäen.

Osallistutaan perinteeksi muodostuneeseen Tanelinrannan uudenvuodenjuoksuun yhdessä Nurmon Jymyn kuntoliikuntajaoston kanssa.

Harjoitus- ja muusta toiminnasta tiedotetaan pääsääntöisesti nimenhuudossa, eepeen triathlonistien yhteisessä whatsapp-ryhmässä sekä seuran www.sivuilla olevien Facebook-sivujen kautta.

Pyritään saamaan tarjous paikalliselta uimavalmentajalta uimatekniikkakurssista.

Varataan uimavuorot kuten aiemminkin keskiviikkoisin sekä lauantaisin. Ne on koettu tärkeiksi jäsenten yhteisiksi tapaamisiksi.

Kerätään uudet sponsorit seuran kilpailu- ja harjoitusvaatteisiin.

Pidetään päätöstilaisuus loppusyksystä ja palkitaan mahdolliset menestyjät.

Vammaisyleisurheilu

Vammaisyleisurheilu on ollut seuran toiminnassa mukana koko seuran lyhyen, vuodesta 2009 alkaneen seuran historian ajan. Seuran riveissä on ollut ja on Suomen ja maailman kärkeä edustavia vammaisyleisurheilijoita. Kesällä 2019 järjestetään vammaisyleisurheilijoille mahdollisuuksien mukaan harjoituksia ja ohjausta erillisissä harjoitusryhmissä tai osana muita ryhmiä. Lisäksi tuetaan vammaisurheilijoiden osallistumista kansallisiin ja kansainvälisiin arvokilpailuihin. Yhteistyötä tehdään vammaisurheilun keskusliitto VAU:n kanssa.

Aikuisyleisurheilu

Aikuisyleisurheilu on mukana SSU:n toiminnassa ja seura on SAUL:n jäsenseura.

Aikuisurheilijoiden harjoittelu nivoutetaan muuhun seuran harjoitteluun. Tuetaan aikuisurheilijoiden osallistumista kansallisiin arvokilpailuihin. Tehdään yhteistyötä E-Puvin kanssa. Tunnustellaan olisiko heidän mahdollisuutta osallistua valmennuksen järjestämiseen.

Kilpailutiimin toimintasuunnitelma

Toisien Tähtikisojen lisäksi SSU:n kisaorganisaatio sai järjestettäväksi Seuracupin superfinaalin. Suomen seitsemän parasta nuorisoseuraa tulee haastamaan SSU:n nuoret. Näiden kisojen kautta SSU:n rooli isojen kisojen järjestäjänä saa jatkoa.

Kilpailut

Kansalliset kisat:

10.7. Tähtikisat

31.8. Seuracupin Superfinaali

Piirin myöntämät kisat:

M/N ja M/N17 Aluemestauuskisat

Pohojalaasen Timanttiliigan osakilpailu
Ratatonnit
Teron Kiskaasut

Isot nappulakisat:

SSU järjestää yhteistyökumppanien kanssa muun muassa Eepeen lastenkisat, Osuuspankin Hippokisat, Danske Bank kisat, Atrian lasten kisat, ja uutuutena ensi kesänä Valion lasten yu-kisat.

Omat seurakisat:

Kesän aikana 3-4 seurakisat eri kentillä Seinäjoen alueilla

Hallikisat:

Elisa Monitoimihallilla järjestetään seuran sisäisiä kisoja urheilukoulujen yhteydessä.

Maastajuoksut:

SSU järjestää maastajuoksusarjan huhti-toukokuussa

Saappaanheittokisat:

Seurassamme on muutamia aktiivisia saappaanheittäjiä, jotka käyvät kisoissa ja järjestävät kisoja

Koulutus

Toimitsijakoulutus ja tulospalvelukoulutus

- Toimitsija- ja tulospalvelukoulutusta järjestetään seuran sisäisesti.

Lähettäjäkoulutus, kuuluttajakoulutus ja maalikamerakoulutus

- Mikäli piiri järjestää näitä koulutuksia, pyrimme ohjaamaan koulutukseen asiasta kiinnostuneita
- Muussa tapauksessa koulutamme kyseisiin tehtäviin seuran sisäisesti

Vaatetustiimi

Seura jatkoi 2018 seuravaate sopimusta Adidaksen kanssa. Kyseessä on ns. kolmikantasopimus, jossa kolmantena osapuolena on Seinäjoen Intersport.

Sopimus jatkuu vuonna 2019. Hallitus valitsee keskuudestaan vastuuhenkilön, joka hoitaa asiaa yhdessä toimiston henkilöstön ja toiminnanjohtajan kanssa.

SSU:n kilpailullisia tavoitteita

Seuralla on tavoitteena saada DOHAN MM-kilpailuihin kaksi ja nuorten EM-kisoihin Gävle&Boras kolme urheilijaa. Arvokisoihin tai maaotteluihin edustajiksi tavoitellaan seitsemää urheilijaa.

Kalevan kisoihin on tavoitteena saada 15 urheilijaa ja saada saaliiksi viisi mitalia ja vähintään 60 Kalevan maljan pistettä. SM-kisoista on tavoitteena saada yhteensä 30 mitalia (27 kpl -17).

Tavoitteena on myös olla sisupisteissä piirin paras seura ja sijoittua FlyingFinns- sarjassa valtakunnan kuuden parhaan seuran joukkoon.

Seuracupissa tavoitteena on päästä Superfinaaliin. Nuorisotoimintakilpailussa seuran tavoitteena on 15. tai sitä parempi (19. /-17) sija. Tavoitteena on seuraliigassa pysyä vähintään sijalla 8.