

# **VAASAN SUUNNISTAJAT ry.**

## **TOIMINTASUUNNITELMA VUODELLE 2024**

Hyväksytty syyskokouksessa 21.11.2023

### **YLEISTÄ**

Vaasan Suunnistajat ry:llä on Olympiakomitean ja lajiliiton myöntämä Tähtiseura tunnus ja täyttää siten sen mukaiset laatutekijät.

Seuratoiminnan tärkeimpinä toimialueina ovat suunnistus, hiihto- ja pyöräsuunnistus sekä valmennus- ja nuorisotoiminnan vireänä pitäminen, mutta tuemme kaikkia Suomen suunnistusliiton suunnistusmuotoja. Seura tarjoaa luonnonläheisiä liikuntamahdollisuuksia kaikenikäisille, sekä tukee jäsentensä kilpailu- ja harrastetoimintaa.

Yhteistoiminta lähiseurojen kanssa pidetään tiiviinä. Panostamme yhteisiin tavoitteisiin varsinkin nuorten toiminnassa ja kilpailutoiminnassa. Järjestämme lähialueen urheiluseurojen kanssa yhteisiä harjoituksia, leirejä ja kuljetuksia tapahtumiin. Valmennus- ja lasten suunnistuskoulutoiminnan jatkuvuuden turvaamiseksi koulutamme seuratoimintaan ohjaajia.

Kartoitustoimintaa jatketaan edelleen aktiivisesti, jolla luomme liikuntapaikkoja kaikille. Otetaan käyttöön uusia maastoalueita, tarjotaan sprintti-suunnistusta kaupunkimaisessa ympäristössä sekä järjestetään suunnistuskoulutusta aikuisille, kevätkauden alussa. Panostamme kuntosuunnistuksen kehittämiseen. Tarjoamme kouluille opastusta ja uusia karttoja.

Kilpailujen järjestäminen on myös yksi pääkohta toimintaamme. Vuonna 2024 järjestämme Merenkurkun rastipäivien yhden osakilpailun heinäkuussa sekä Etelä-Pohjanmaan aluemestaruusviestin elokuussa. Järjestämme myös nuorille aloitteleville kilpailijoille harjoituskilpailun, jossa nuoret saavat kokeilla ja harjoitella käytännössä oikeita kilpailukäytäntöjä.

Taloustoimintamme vakavaraisuuden tasapainossa pitäminen vaatii aktiivista osallistumista talkootöihin jäsenistön laajalla rintamalla. Mukaan pitää saada uusia voimia tähän sektoriin.

### **NUORISOTOIMINTA**

Nuorisotoiminnan kohderyhmä ovat 20-vuotiaat ja nuoremmat. Nuorisotoiminta koostuu suunnistuskoulusta, nuorten valmennuksesta yhteistyössä valmennustoiminnan kanssa, koulujen kanssa tehtävästä yhteistyöstä sekä ohjaajahuollosta.

Nuorisotoiminnan tavoitteet ovat innostaa lapsia ja nuoria säännölliseen ja monipuoliseen liikkumiseen heidän omalla tasollaan sekä tukea ja kannustaa suunnistuskilpailutoiminnasta kiinnostuneita nuoria ja lapsia ja tarjota positiivisia suunnistuselämyksiä ja -kokemuksia luonnossa lasten ja nuorten lähiympäristössä.

Suunnistuskoulu on suunnattu 14-vuotiaille ja nuoremmille. 7-vuotiaat ja nuoremmat voivat osallistua oman aikuisen kanssa. 15-20 -vuotiailla on oma ryhmä, jolla on omat harjoitukset ja he toimivat sen vastapainona suunnistuskoulussa ohjaajina ja lastenratamestareina. Suunnistuskoulu aloitetaan huhtikuussa. Kauden aluksi 8.4.2024 järjestetään suunnistukseen tutustumisilta uusille suunnistuksesta kiinnostuneille ja sen jälkeen aloitamme seuraavasta maanantaista alkaen uuden suunnistuskauden myös aikaisemmin mukana olleiden kanssa. Huhti-kesäkuun aikana järjestetään vähintään 10 opetuskertaa, pääasiassa maanantai-iltoina. Heinäkuu on enemmän omaehtoista harjoittelua. Elo-syyskuussa kokoonnumme muutaman kerran. Opetuskertojen lisäksi on tarjolla harjoituksia Vaasarastien yhteydessä torstai-iltaisoin kevästä syksyyn. Kesäkauden päättävät lamppusuunnistus ja marraskuussa pimeätahtuma. Suunnistuskoulun harjoituskertoihin sisältyvät neljän lähiseurauksen kanssa yhteistyössä järjestettävä viiden kerran harjoituskilpailusarja sekä viiden seuran yhteisharjoitukset. Kaksikielinen harrasteympäristö tutustuttaa suunnistuskoululaiset sekä suomen- että ruotsinkieleen.

Nuorisosopimusta IF Femmanin kanssa jatketaan myös vuonna 2024 eli IF Femman ja VaaSu kokoaa yhteisjoukkueita viestejä varten erityisesti 14-20 vuotiaiden sarjoissa, toki nuoremmissakin ikäluokissa se on siis mahdollista. Am-viesteihin osallistutaan luonnollisesti vain VaaSun joukkueilla.

Talvikaudella järjestetään lihaskuntopainotteista jumppaa. Lapsille ja nuorille järjestetään toimintavuoden aikana viikonloppuleiri sekä joitakin päiväleirejä. Lisäksi heitä rohkaistaan osallistumaan valtakunnallisille suunnistusleireille, kuten Leimausleirille.

Perheille suunnattuja lajikokeiluja suunnistukseen järjestetään huhtikuussa neljä kertaa Vaasan Kaupungin kanssa yhteistyössä. Lisäksi olemme mukana SSL:n Koulu kartalla -projektissa. Järjestämme myös mahdollisuuksien mukaan suunnistukseen tutustumista tilauksesta.

Ohjaajat ovat nuorisotoimintamme voimavara. Kannustamme ohjaajia osallistumaan Suunnistusliiton järjestämään ohjauskoulutukseen sekä seuran harrastetoimintaan.

## **VALMENNUSTOIMINTA**

Valmennustoimintaan kuuluu niin nuorten kuin aikuisten valmentautumisen mahdollistaminen heidän henkilökohtaisen tavoitteiden saavuttamiseksi järjestämällä ja luomalla harjoittelumahdollisuuksia.

Lasten ja nuorten harjoitusryhmän tarkoituksena on tukea nuoria suunnistajia kehittymään suunnistajina ikätason ja henkilökohtaisten tavoitteiden mukaisesti. Ryhmässä opetellaan ja kerrataan suunnistuksen perustaitoja, suunnistusta erilaisissa maastoissa ja valmistautumista tärkeimpiin kilpailuihin. Harjoitusryhmän tavoitteena on kehittää nuorten suunnistajien suunnistuksessa tarvittavia fyysisiä ominaisuuksia ja opettaa kestävyysharjoittelun perusteita. Ryhmän toiminta on suunnattu 11 - 20 -sarjoissa suunnistaville.

Lasten ja nuorten harjoitusryhmälle on tavoitteena järjestää leiritystä. VaaSu osallistuu 2024 Suunta Huipulle seuraverkostoon, jota kautta saadaan toivottavasti myös muutamia harjoitusmahdollisuuksia.

Eri-ikäisille sopivia harjoittelumahdollisuuksia toteutetaan talvikaudella viikoittain yhteistyössä neljän

lähiseuran kanssa korttelirasteina ja kahdeksan lähiseuran kanssa Kvarken-O taitoharjoituksina. Osa harjoituksista pyritään toteuttamaan yösuunnistuksena tukemaan niin Tiomilaan kuin Jukolaan valmistautumisessa.

Talvikaudella seuramme tarjoaa sählyvuoron lauantaisin ja lihaskuntotreeni-mahdollisuuden keskiviikko-iltaisain eri-ikäisille jäsenilleen.

Kannustamme hiihto- ja pyöräsuunnistuksesta kiinnostuneita osallistumaan lähiseurojen ja suunnistusliiton lajikohtaisiin harjoituksiin.

Seura tukee mahdollisuuksien mukaan taloudellisesti nuorten osallistumista niin alueelliseen kuin valtakunnalliseen leiritointaan Seuran antaman taloudellisen tuen edellytys jäsenille on olla käytettävissä seuran nimeämiin kisoihin ja tapahtumiin, erityisesti AM- ja SM -kisoihin sekä Jukola / Venla -viestiin. Tavoitteena on, että VaaSu -asuiset kilpailijat näkyvät yhä suuremmassa määrin tulevan kauden kilpailutapahtumien yhteydessä.

Lasten ja nuorten kilpailuihin osallistumista tuemme myös järjestämällä yhteiskuljetuksia linja-autolla tärkeimpiin aluetason kilpailuihin, mikäli osallistujia on riittävästi. Ilmoittautumiset kilpailuihin hoidetaan itsenäisesti netissä lman kautta.

Joukkueet viestitapahtumiin kootaan valmennustiimin toimesta.

Yksittäinen urheilija saa tehdä sopimuksia oman kilpailutoiminnan ja valmennuksen rahoittamiseksi. Seura-asuihin saa kiinnittää henkilökohtaisten tukijoiden mainoksia, jos asuihin kuuluvia yhteisiä merkkejä ei peitetä.

## **KILPAILUJEN JÄRJESTELYTOIMINTA**

Vaasan Suunnistajat järjestää 2024 Merenkurkun rastipäivät yhteistyössä IF Femmanin ja Malax IF kanssa. VaaSu vastuulla on kilpailun finaalipäivä to 11.7. ja se järjestetään Österhankmon maastossa.

VaaSu järjestää myös aluemestaruus- ja kompassiviestin Metsäkallion maastossa su 11.8.

Lähivuosien suunnitellut Am-kisat ja Merenkurkun rastipäivät:

2025 Am-pitkämatka Västervikin kylätupa, Merenkurkun rastipäivät Höstveden louhoksella

2026 Am-keskimatka Böle, Merenkurkun rastipäivät Öjbergetillä

2027 Am-erikoispitkä Långskäret, Merenkurkun rastipäivät Västervik louhoksella

2028 Am-partio Ojaniemi, Merenkurkun rastipäivät Öjenillä

Nuorille harrastajille toteutamme lähialueen seurojen kanssa yhteistyössä viiden kilpailun (kukin seura järjestää yhden) harjoituskilpailusarjan.

## **HARRASTETOIMINTA**

Harrastetoiminta seurassamme käsittää tällä hetkellä Vaasarastien järjestämisen pääasiassa torstaisin kevästä syksyyn yhdessä IF Femmanin kanssa sekä korttelirastien järjestämisen talvikaudella yhteistyössä neljän lähiseuran kanssa. Järjestämme suunnistuksen aikuiskoulutusta ja lajiesittelyä mahdollisuuksien mukaan.

Kesäkauden aikana järjestettävät viikoittaiset iltarastitapahtumat antavat jäsenille hyvän mahdollisuuden harjoitella omia kilpailuvalmiuksiaan. Iltarasteilla jatketaan todennäköisesti hybridimallia eli torstaisin normaalit ajanotolliset iltarastit, mutta rastiliput jätetään metsään viikoksi. Omatoimirastit ainakin kesäkaudelle, mahdollisesti myös syksyllä ja painottaa hybridipaikkoja Vaasan sijainteihin.

Olemme aktiivisesti esillä liiton ylläpitämässä rastilippu.fi-palvelussa, jossa ilmoitamme Vaasarastitapahtumat. Järjestelmään on tallennettu keskitetysti koko Suomen iltarastitarjonnat. Tulokset ovat nähtävillä internetissä ratakohtaisesti välittömästi suorituksen jälkeen.

Koulutuksen järjestäminen suunnistuksesta kiinnostuneelle aikuisväestölle on noussut haastavaksi tehtäväksi harrastetoiminnassa. Järjestämme mahdollisesti maksullisen opastuksen suunnistusharrastuksesta kiinnostuneille aikuisille. Jatkokurssi olisi myös hyvä, jos sen saisi järjestettyä peruskurssin yhteydessä.

Pyöräsuunnistuspäivä jäsenille (maksuton) ja ei jäsenille (maksullinen), jossa voisi kokeilla lajia mahdollisesti yhteistyössä Trail Riders Vaasa -maastopyöräilykerhon kanssa.

Harrastetyöryhmä järjestää tarpeen mukaan lajiesittelyjä, yhdessä nuorisotyöryhmän kanssa. Tähän tarvitaan tiivistä yhteistyötä kaupungin liikuntaviraston- ja yhteistyötä muiden yhdistysten, laitosten välillä. Tarjoamme myös tapahtumia eri yritysille ja yhteisöille.

Tuomme MOBO-radan käyttömahdollisuuksia esiin eri tilanteissa. Vaasan Suunnistajilla on kolme MOBO-rataa: Hietalahti, Metsäkallio ja Pilvilampi. Metsäkallion MOBO-rata pitää tarkastaa kartan päivityksen jälkeen. 2024 rakennetaan uudet MOBO-radat Vähänkyrön Ojaniemeen ja Öjbergetin hiihtokeskukseen. Österhankmo olisi myös mahdollinen paikka MOBO radalle yhteistyössä SRK:n kanssa sen jälkeen kun kartta ollaan saatu päivitettyä ja kisa pidettyä.

## **KARTOITUSTOIMINTA**

Kartoitustoiminta pohjautuu vuosittain päivitettävään kartoitussuunnitelmaan. Käynnissä olevia kartoituksia on Österhankmo ja Metsäkallio. Höstvesi (Kalliolampi), Vöyrinkaupunki ja Vähänkyrön keskusta ovat seuraavia isompia kartoitettavia kohteita. Öjen ja ajoharjoittelurata niiden jälkeen. Asevelikylä, Strömberg Park ja Teeriniemi ovat mahdollisia uusia sprinttikartoitettavia maastoja.

Tehdään myös päivityksiä tarpeen mukaan iltarastien ja nuorisotoiminnan tarpeisiin, sekä koulujen käyttöön tarkoitettuihin karttoihin.

Pyrimme tekemään yhteistyössä Vaasan kaupungin kanssa Vaasan alueen koulujen piha- ja lähialueille suunnistuksen harjoituskarttoja koulujen liikuntatapahtumiin. Teemme niihin tarpeen mukaan päivityksiä ja annamme niitä Vaasan alueen koulujen käyttöön pdf- muodossa. Keskustellaan kaupungin kanssa kartoituksesta liikuntapaikkarakentamisen teemalla.

## **TALOUSTOIMINTA**

Taloustoimen päätehtävät ovat seuran talouden ylläpitäminen vakaana ja maksuvalmiuden säilyttäminen, varainhankinnan suunnittelu ja taloustilanteen seuranta, maksuliikenteen ja kirjanpidon hoitaminen, talousarvion laatiminen sekä tarvittavien raporttien ja laskelmien tuottaminen

johtokunnalle. Selvitetään vuonna 2024 kirjanpidon ulkoistamista.

## TULOT

Seuran tulot perustuvat eri tulonlähteisiin. Kaikki merkittävimmät tulonlähteet perustuvat seuran jäsenten vapaaehtoiseen talkootyöhön: seuran järjestämät suunnistuskilpailut, kesäkauden iltarastien järjestäminen sekä muu talkootyö, kuten järjestyksenvalvonta muissa tapahtumissa. Muita selkeitä tulonlähteitä ovat myös kilpailuihin liittyvä kioskitoiminta ja jäsen- ja toimintamaksut. Myös talvikauden korttelirasteista ja kevään aikuisten suunnistuskurssista saadaan tuloa jonkin verran. Vaihtelevia tulonlähteitä ovat yrityksille ja yhteisöille järjestetyt virkistys- ja ulkoilutapahtumat, mainostilan ja karttojen myynti sekä erilaiset avustukset.

## MENOT

Suurimman menoerän seuran toiminnassa muodostavat kilpailujen osallistumismaksut, kartoitus ja matkakustannukset kilpailuihin. Nuorisotoiminnassa valmennus- ja leiritoiminta ovat huomattavin menoerä. Seuran tuki nuorten toimintaan kohdistuu laajasti myös kilpailumaksujen ja -kuljetusten, sekä koulutuksen ja palkitsemisen muodossa. Tuemme jäseniä yhdenmukaisten seura-asujen hankinnassa, jolloin jäsenistö tulee laajemmin osalliseksi palkitsemis- ja tukimuodoista. Tällä tavalla saadaan näkyvyyttä ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Seura tukee aktiivisia liikkujia ja kilpailuissa menestyneitä urheilijoita kulukorvausten muodossa.

## TALOUSARVIO VUODELLE 2024

1. Jäsenmaksut: Alle 20-vuotiaat 15€, aikuiset 30€ ja perhe 60€. Kannatusjäsenyys: yksityishenkilöt 60€, yritykset ja yhdistykset 120€.

Lasten ja nuorten suunnistuskoulun toimintamaksu 14-vuotiaille ja nuoremmille (täyttää toimintavuonna 14 vuotta) on 50€ ja perheen seuraava lapsi 40€. Maksu kattaa osallistumisen ohjattuun toimintaan ja harjoituksissa jaettavaan materiaaliin, sekä vakuutuksellisen Suomisport-lisenssin, kun em. maksut on suoritettu.

Nuorisotoiminnan toimintamaksu 15-20 vuotiaille (täyttää toimintavuonna 15) on 40€. Maksua ei veloiteta, jos nuori toimii ohjaajana nuoremmille suunnistuskoululaisille.

Anomuksesta näistä maksuista voidaan myöntää helpotuksia.

2. Seura maksaa osallistumismaksuja Suomessa tapahtuviin suunnistuskilpailuihin (ei MM tai EM), jäsenen edustaessa kilpailussa VaaSua. Seura maksaa rastiviikon (KRV, FIN5) osallistumismaksun halvimman osallistumistaksan mukaan sarjoissa H/D 21 ja nuoret. Kilpailuun jälki-ilmoittautunut maksaa itse korotetun osan.

Ulkomailla tapahtuviin kilpailuihin ja muihin tapahtumiin osallistumismaksun ja matkakulujen maksamisesta päättää johtokunta tapauskohtaisesti.

Mikäli henkilö, joka on ilmoittautunut kilpailuihin ja jonka osallistumismaksun seura on jo maksanut, jää ilman pätevää syytä pois kilpailusta, on hän velvollinen maksamaan koko osallistumismaksun takaisin seuralle.

3. Kilpailujen ratamestareille (ei iltarasteilla) maksetaan matkakorvauksia SSL:n taksan mukaisesti. Kartan tekijöille maksetaan matkakorvauksia ja päivärahaa verottajan ohjeen mukaisesti, ellei erikseen ole muuta sovittu.
4. Vähintään kolmeen talkootyövuoroon sitoutuville myydään EPSU kortti puoleen hintaan. Johtokunnan jäsenet ja varajäsenet saavat yhden EPSU kortin tai yhden suunnistuskoulumaksun maksutta. Henkilölle, joka tekee kilpailujen järjestämisen lisäksi talkootöitä varainkeruu tarkoituksessa vähintään 5 päivänä vuodessa, maksetaan näistä aiheutuvia matkakorvauksia SSL:n taksan mukaan.
5. Seura voi järjestää yhteiskuljetuksen kilpailuihin, joihin osallistuu useita seuran jäseniä.
6. Suoritetaan varainhankintana talkootyötä ja järjestyksenvalvontatehtäviä perustuen erillisiin pyyntöihin ja yhteydenottoihin sekä järjestetään kilpailutoimintaa ja iltarasteja. Markkinoidaan yhteisöille ja yrityksille seuramme valmiutta järjestää erilaisia ulkoilu- ja suunnistustapahtumia. Myydään mainostilaa asusteisiin ja yksittäisiin kilpailu- ja iltarastikarttoihin. Pyritään saamaan nuoriso- ja valmennustoiminnalle mahdollisia tukimuotoja.

7. Arvokisojen suoritusten perusteella maksettavat valmennustuet

**SM-kisojen** suorituksista maksetaan valmennustukea kuitteja vastaan seuraavasti:

Sarjat H/D 21 ja alle: kulta 210€, hopea 155€ ja pronssi 90€, 4.-sija 70€, 5.-sija 60€, 6.-sija 50€, 7.-sija 40€, 8.-sija 30€, 9.-sija 20€ ja 10.-sija 10€; maksukatto 500€

Sarjat H/D 35 ja yli: kulta 99€, hopea 75€ ja pronssi 51€; maksukatto 200€

Viestikisat: viestikisoissa kulukorvaus jaetaan joukkuejäsenten kesken tasan

**EM-kisojen** suorituksista maksetaan SM-kisojen periaatteiden mukaisesti, mutta korvaus kaksinkertaisena (sekä maksukatto että kertakorvaus).

**MM-kisojen** suorituksista maksetaan SM-kisojen periaatteiden mukaisesti, mutta korvaus kolminkertaisena (sekä maksukatto että kertakorvaus).

**AM-kisojen** suorituksista maksetaan valmennustukea kuitteja vastaan seuraavasti:

Sarjat H/D 21 ja alle: kulta 33€, hopea 24€ ja pronssi 15€; maksukatto 100€.

Sarjat H/D 35 ja yli: maksu vain kultasijasta 33€; maksukatto 100€

Viestikisat: viestikisoissa kulukorvaus jaetaan joukkuejäsenten kesken tasan

8. Seura tukee urheilijoita valmennus- ja leiritys- ja kilpailukuluissa kuitteja vastaan seuraavasti :

- A. Nuorten ja aikuisten maajoukkueiden ryhmämaksut maksetaan. Leirimaksuista ja edustustason (ei veteraanien) arvokilpailujen osallistumismaksusta sekä niiden matkakuluista korvataan 50% per leiri / kilpailu / kulu, kokonaismaksimimäärän ollessa 1000€ per vuosi.
- B. Suunta Huipulle -leiritysryhmään valittujen leirimaksuista sekä niiden matkakuluista korvataan 50% per leiri / kulu, kokonaismaksimimäärän ollessa 500€ per vuosi.
- C. Leimausleirille osallistuvia tuetaan 70€ per leiriläinen. Suunnistuskoulussa ohjaajina toimivien osallistumismaksut maksetaan kokonaan, kun toimii leirilläkin ohjaajana. Vanhemmat voivat osallistua leirille lapsensa mukana omalla kustannuksellaan.

- D. Jukolan ja Venlojen viesteissä tai muissa vastaavissa kansallisissa viesteissä maksetaan ilmoittautumismaksut, yhteiskuljetuksen kustannukset, eväät ja telttapaikat. Sekä lisäksi kustannetaan nuorten viesteissä (alta 18v) osallistujille ja joukkueen huoltajille kisalounas. Johtokunta päättää tuettavat tapahtumat erikseen.
- E. 25-manna viestiin tai muuhun ulkomaille järjestettävään vastaavaan tapahtumaan osallistumista tuetaan 50€ per osallistuja. Johtokunta päättää tuettavat tapahtumat erikseen.
- F. Valtuutetaan johtokunta päättämään yläkoululeirityksen ja Suunta Huipulle seuraverkostoleiritykseen osallistuvien VaaSun nuorten tukemisesta.

Henkilölle maksetaan tuki ainoastaan yhdeltä ryhmältä, korkeimman tason mukaisesti (kohdat A.- B.). Korvaukset maksetaan toteutuneiden kulujen osalta kuitteja vastaan. Koko kauden korvaukset haetaan yhdellä kertaa kauden päätteeksi, seuran nettisivulta löytyvän kulukorvaus-toiminnon kautta. Jos tukea jää käyttämättä, sitä ei voi kohdistaa muuhun tarkoitukseen. Seuran värit pitää olla näkyvästi esillä urheilijan esiintyessä julkisesti.

9. Taloudellisen tilanteen niin vaatiessa, voi johtokunta tehdä muutoksia kohtiin 2-8.