



Loviisan Taekwondo Hwang ry

Toimintakäsikirja

Päivitetty 08/2011

Sisältö

1. Seuran visio
2. Seuran eettiset periaatteet
3. Seuratoiminnan tavoitteet
4. Käytännön toimintaperiaatteet
5. Organisaatio ja vastualueet
6. Pelisäännöt
7. Toimintamuodot

1. Seuran visio

Loviisan Taekwondo seuran tavoitteena on seuraavan viiden vuoden aikana kehittää aktiivisesti nuorisotoimintaa kokonaisuudessaan sekä aikuisharrastajatoimintaa, niin laadullisesti kuin harrastaja-määrällisesti. Painopisteet edellä mainitulle kehittämismäärä on ohjaajien ja valmentajien tietotaidon jatkuva kehittäminen, uusien ohjaajien motivointi, salivuorojen lisääminen, niin että ne vastaavat eri harrastaja ja kilparyhmien tarpeita paremmin.

Visio lauseena

Loviisan Taekwondo seuran tavoitteena on olla tunnustettu, ennen kaikkea Loviisan seudun ja lähiympäristön taholta, hyvästä ja innostavasta juniorityöstä, niin harrastaja- kuin kilpaurheilun saralla.

2. Seuran eettiset periaatteet

- Kaikkia seuran jäseniä kohdellaan aina tasavertaisesti ja jokainen otetaan huomioon omalla taitotasollaan.
- Kaikille harrastajille tarjotaan liikunnan iloa ja positiivisia elämyksiä urheiluharrastuksen parissa.
- Kaikilla on mahdollisuus osallistua tapahtumiin ja kilpailuihin, niin halutessaan.
- Kaikkia ohjaajia/ valmentajia, myös uusia, kannustetaan osallistumaan koulutuksiin.
- Seuran toiminta on pääteetöntä ja terveitä elämäntapoja korostava.
- Myös Taekwondosta tutut kuusi ohjetta korostetaan, niin salikäyttäytymisenä kuin käytännön esimerkein salin ulkopuolellakin.
 - Käytös
 - Vaatimattomuus
 - Kärsivällisyys
 - Uhrautuvaisuus
 - Kunnioitus
 - Mielen ja kehon puhtaus

3. Seuratoiminnan tavoitteet

Seuran sisällä yhteisesti sovittuja tavoitteita joilla varmistetaan että kaikki seurassa työskentelevillä on samat tavoitteet ja halu kehittää seuran tulevaisuutta vision mukaisesti.

- kasvatukselliset tavoitteet
 - jokainen seuratoiminnassa mukana oleva aikuinen toimii hyvänä esimerkkinä nuorille, käytöksellään ja tekemisellään.
 - eettisiä periaatteita tuodaan myös esille käytännön esimerkein.
- viihtyminen ja ilmapiiri
 - säännöllisesti tehdyt yhteiset pelisäännöt ja pelisääntökeskustelut.
 - ohjaajien jatkuva kouluttautuminen.
 - ryhmähengen luomista, mm oheistoimintaa.
 - tasapuolinen kohtelu ja kannustaminen.
 - nuorten erityistarpeet ja eriaikaiset kehitykset otetaan huomioon.
- urheilulliset ja liikunnalliset tavoitteet
 - harjoituksissa on liikunnan iloa, hauskuutta ja leikkimielisyyttä.
 - harjoitellaan paljon perusliikuntataitoja.

- kaikilla sama mahdollisuus kilpailla omalla tasollaan.
- harjoittelu luo pohjan myös kilpaurheilumiseen huipulla.
- terveet elämäntavat
 - ohjataan sekä opastetaan nuoria päihteettömyyteen.
 - ohjaajat ja vastuuhenkilöt toimivat hyvinä esimerkkeinä.
- tasavertainen kohtelu
 - kaikilla harrastajilla on mahdollisuus osallistua kaikkeen seuran toimintaan sekä leiri- ja kilpailutoimintaan.
 - kaikilta harrastajilta vaaditaan tasapuolisesti liiton lisenssi ja maksut ovat muutenkin kaikille samat. Vuosikokous päättää jäsenmaksun suuruuden.

4. Käytännön toimintaperiaatteet

- Jokaisella ryhmällä on nimetty oma vastuuhjaaja ja apuhjaaja(t) jotka hoitavat ryhmän käytännön asiat; tiedottaminen, leiri- ja kilpailuolosuhteet, matkajärjestelyt, harrastajien kehityksen seuranta sekä raportointi näistä hallitukselle ja pääohjaajalle.
- Harrastajaryhmät jaetaan iän ja vyöarvon mukaan.
- Junioriryhmissä harrastavat alle 15-vuotiaat nuoret ja heidät on jaettu neljänkanteen ryhmään; ylempiin harrastaneet, vihreät, keltaiset +sekä alkeiskurssiin (2 ryhmää, 6-9 v ja 10-14 v). Junioreilla on yhteensä viisikaksi harjoituskertaa viikossa, sekä yhden otteluharjoituksen yhdessä vanhempien kanssa sunnuntaisin.-
- Aikuiset ja nuoret (yli 14-vuotiaat) harjoittelevat yhdessä kaksi kertaa viikossa.
- Alkeiskurssilla on harjoitukset kaksi kertaa viikossa. Kauden alussa tehdään harjoitussuunnitelma josta käy ilmi harjoitusten ohjaaja, apuhjaaja, harjoitusten ajat, kilpailut, leirit ym. sekä harjoitusten aiheet.
- Kilpaurheilijoilla on kolmet harjoitukset viikossa johon myös muut saavat vapaasti osallistua ja taitotaso otetaan tällöin huomioon.
- Kilpailuihin ja muihin tapahtumiin on kaikilla halukkailla mahdollisuus osallistua, omalla taitotasollaan sekä kaikkiin kilpailun osa-alueisiin, ja seuran tavoitteena on maksaa ilmoittautumiskulut sekä järjestää/ koordinoi kuljetuksen näihin tapahtumiin.
- Tiedotus hoidetaan ensisijaisesti henkilökohtaisella sähköpostilla harrastajille jaettavilla tiedotteilla, myös seuran kotisivut ja s-posti ovat harrastajien tiedonlähteitä. Kaikille harrastajille sekä junioreiden vanhemmille toimitetaan aina seuran ja ohjaajien yhteystiedot. Ohjaajilla on käytössään myös harrastajien ja junioreiden vanhempien yhteystiedot.
- Uusien seuratoimijoiden saamiseksi mukaan toimintaan keskustellaan säännöllisesti aktiiviharrastajien kanssa. Valmennukseen tuleva ohjaaja aloittaa ensin apuhjaajana jonka jälkeen hän voi siirtyä vähitellen haastavampiin tehtäviin, omien kykyjen ja halujensa mukaan. Ohjaajien motivointina on harjoitusmaksuista vapautuminen sekä palkitseminen.
- Seuratoimijoita kiitetään ja palkitaan yhteisissä tapahtumissa ja palkitsemista varten on seurassa nimetty vastuuhenkilö.
- Junioriharrastajia kannustetaan ja palkitaan kauden päättäjaisissä mm. kannustepalkinnoilla ja taekwondo varusteilla.
- Päihteitä ei käytetä yhteisillä leiri-/ kilpailumatkoilla ja matkan vastuuhenkilöille painotetaan asian tärkeyttä. Myös harrastajille, varsinkin nuorille päihteetöntä elämäntapaa painotetaan.
- Yhteistyökumppaneihin mm. Taekwondoliitto, Loviisan kaupunki, lähiseudun yrityskumppanit, on nimetty seuran puolesta vastuuhenkilö.

- Erimielisyyksissä tai mikäli joku rikkoo sääntöjä, ensisijainen asian hoitaja on ryhmän vastuuhjaaja, joka keskustelee kyseisen henkilön (henkilöiden) kanssa, sekä raportoi tapahtuneesta ja keskustelusta seuran hallitukselle. Tarvittaessa otetaan yhteyttä nuorten vanhempiin ja sovitaan yhdessä jatkotoimenpiteistä. Mikäli yhteistä ratkaisua asiaan ei saada, ottaa seuran hallitus asiaan kantaa, kuultuaan ensin kaikkia osapuolia. Hallituksella on oikeus erottaa jäsen seurasta.

Muotoiltu: Luettelomerkit ja numerointi

5. Organisaatio ja vastuualueet.

Seuran hallitus toimii ylimpänä elimenä joka vastaa käytännössä seuran toiminnasta ja sen taloudesta. Hallitus määrittää erikseen kuka vastaa mistäkin asiasta seuran sisällä.

Puheenjohtaja

- kutsuu koolle hallituksen kokoukset, sekä vuosikokoukset.
- toimii yhteyshenkilönä sidosryhmiin mm. taekwondoliitto ja Loviisan kaupunki.
- on päävastuussa markkinoinnista.
- laskujen maksu.
- kilpailumatkojen pääasiallinen organisoiija ja matkojen vastuuhenkilö.
- täyttää tuki-, jäsenkysely-, ym. lomakkeet.
- toimii seuran moottorina, kannustaa ja kehittää toimintaa kokonaisvaltaisesti.
- tarkastaa seuran tilille tulevat maksut, (varusteet ja kilp.maksut)
- huolehtii varustehankinnostaniin seuran kuin harrastajienkin.
- vastuussa ohjaajien palkitsemisesta

Muotoiltu

Muotoiltu: Luettelomerkit ja numerointi

Varapuheenjohtaja

- toimii puheenjohtajan varahenkilönä
- on vastuussa seuran harrastetoiminnasta (leiri, koulutustoim. ym)

Muotoiltu: Luettelomerkit ja numerointi

Muotoiltu

Nuorisovastaava

- hoitaa yhteydet Suomen Taekwondoliiton nuorisovastaavaan.
- hoitaa yhteydet nuorten harrastajien vanhempiin.
- ilmoittaa juniorit leireille ja koordinoi kuljetuksen.
- tekee junioreiden harjoitusohjelman sekä ohjaaja/ apuohjaajalistat

Muotoiltu: Luettelomerkit ja numerointi

Sihteeri

- tiedotteiden kirjoittaminen/ jakaminen
- jäsenluettelon ylläpito
- kirjoittaa kokouspöytäkirjat
- valmistelee budjetin, toimintakertomuksen, toimintasuunnitelman ja muut päivitettävät ohjeet.
- maksujen tarkastus (jäsenmaksut, vyökokeet, lisenssit)

Muotoiltu: Luettelomerkit ja numerointi

Muotoiltu: Luettelomerkit ja numerointi

Rahastonhoitaja

- Rahastonhoitaja, joka on seuran ulkopuolinen henkilö, hoitaa kirjanpidon sekä tilinpäätöksen.

Tilintarkastajat

- Tilintarkastajat valitaan vuosikokouksessa vuodeksi kerrallaan (sekä heille 2 varahenkilöä), ja he vastaavat tilinpäätöksen tarkastamisesta.

Seuran pääopettaja

- On henkilö jonka seura valitsee itselleen pääopettajaksi, henkilö omaa vähintään 4 Dan mustan vyön (sabumnim). Pääopettaja määrittää pääpiirteittäin mitä ja millä tavoin seurassa harjoitellaan.

Seuran pääohjaaja/ ohjaajat

- Seuran pääohjaajana toimii seuran ylin vyö. Pääohjaaja määrittää yhdessä muiden ohjaajien kanssa mitä ja millä tavoin seurassa käytännössä harjoitellaan.
- Pääohjaaja sekä ohjaajat jakavat keskenään vastuun eri ryhmistä ja keskustelevat säännöllisesti harjoittelun tavoista ja painopisteistä.
- Pääohjaaja kutsuu muut ohjaajat sekä apuohjaajat koolle ohjaajapalaveriin kaksi kertaa kauden aikana. Ohjaajapalaverissa keskustellaan mm. suunniteltujen harjoitusten toteutumisesta, harjoitusten laadusta, harrastajien kehityksestä sekä mahdollisista siirroista ryhmien välillä.

Muotoiltu: Luettelomerkit ja numerointi

Organisaatiokaavio:

Vastuualue	Nimi	Varalla
Puheenjohtaja	Juha Aalto	Jukka Ylipiha
Varapuheenjohtaja	Jukka Ylipiha	Tom Stenvall
Sihteeri	Ulf Nyström	Annu Jokela-Ylipiha
Rahastonhoitaja	Raija Wiklund	-
Tilintarkastajat	Annu Jokela-Ylipiha Carola Lahtinen	Jenna Aalto Kari Eriksson
Pääopettaja		-
Pääohjaaja	Ulf Nyström	Juha Aalto/Tom Stenvall
Nuorisovastaava	Ulf Nyström	Tom Stenvall
Kilpailuvastaava	Juha Aalto	Kari Lahtinen/ Jouni Lahtinen
Harrastevastaava	Tom Stenvall	Janne Varis
Tiedotusvastaava	Ulf Nyström	Jukka Ylipiha
Varustevastaava	Juha Aalto	Dani Rynnänen
Webmaster	Jukka Ylipiha	Jouni Lahtinen
Ryhmä	Vastuuohjaaja	Varalla/ apuohjaaja
Juniorit		
Ylemmät	Ulf Nyström	Tom Stenvall
Vihreät	Ulf Nyström	Tom Stenvall
Keltaiset	Annu Jokela Ylipiha	Toni Holmberg
Alkeiskurssi	Annu Jokela Ylipiha	Janne Varis
Vanhemmat		
Ylemmät vyöt	Ulf Nyström/ Juha Aalto	Tom Stenvall
Alemmat vyöt	Juha Aalto/Ulf Nyström	Tom Stenvall
Alkeiskurssi	Ulf Nyström/ Tom Stenvall	Juha Aalto
Kilpailijat	Juha Aalto	Ulf Nyström/ Jouni Lahtinen
Kilpailumatkavastaava	Juha Aalto	Jouni Lahtinen
Leirivastaava, nuoret	Ulf Nyström	Tom Stenvall
Leirivastaava, aikuiset	Tom Stenvall	Ulf Nyström
Seuran rahaliikenne	Juha Aalto/Ulf Nyström	Raija Wiklund

6. Pelisäännöt

Seurassa on tehty pelisäännöt ensimmäisen kerran vuonna 2004 ja tämän jälkeen pelisääntökeskustelut ~~käydään~~~~on~~~~käyty~~ jokaisen junioriryhmän kanssa sekä junioreiden vanhempien kanssa joka syksy, sekä tarkistetaan ja päivitetään tarvittaessa pelisäännöt joka kevät.

Pelisääntökeskusteluissa sovitaan mm. seuraavia asioita;

- tasavertainen kohtelu
- yksilöllisyyden tukeminen
- harjoitusten leikinomaisuus
- terveet elämäntavat
- ilmapiiri
- opittujen taitojen käyttö
- kannustaminen ohjaajat/ nuoret toisiaan
- liikunnan ilo ja hauskuus
- salisäännöt
- ohjaajien ja vanhempien rooleista nuorten liikunnassa

Seuran nuorisovastaava vastaa siitä että jokainen ryhmä tekee pelisäännöt ja raportoi siitä seuran hallitukselle. Nuorisovastaava on myös mukana kun jokainen ryhmä tekee pelisäännöt, näin varmistetaan onnistuneet ja käytännössä toimivat pelisäännöt.

[Pelisäännöt ovat kaikkien nähtävillä seuran kotisivuilla sekä toimitetaan kaikille sähköpostin kautta.](#)

~~Erimielisyyksissä tai mikäli joku rikkoo sääntöjä, ensisijainen asian hoitaja on ryhmän vastuuohjaaja, joka keskustele kyseisen henkilön (henkilöiden) kanssa, sekä raportoi tapahtuneesta ja keskustelusta seuran hallitukselle. Tarvittaessa otetaan yhteyttä nuorten vanhempiin ja sovitaan yhdessä jatkotoimenpiteistä. Mikäli yhteistä ratkaisua asiaan ei saada, ottaa seuran hallitus asiaan kantaa, kuultuaan ensin kaikkia osapuolia. Hallituksella on oikeus erottaa jäsen seurasta.~~

7. Seuran toimintamuodot (syksy -11)

Ryhmä	Paikka	Viikonpäivä	Klo	Vastuuhaja	Varalla
Juniorit					
Keltaiset ja alkeiskurssi					
6-9 v	Generalshagenin ala-aste	Maanantai	18.00-19.00	Annu Jokela-Ylipiha 040 549 43 78	Kaikki apuohjaajat harjoitus- ohjelman mukaan Toni Holmberg 050 55 22 900
10-14 v	Generalshagenin ala-aste	Maanantai	19.00-20.00	Annu Jokela-Ylipiha 040 549 43 78	Janne Varis 040 96 02 667
Vihreät	Generalshagenin ala-aste	Tiistai	18.00-19.00	Ulf Nyström 040 55 66 228	Tom Stenvall 040 763 97 85
Ylemmät	Generalshagenin ala-aste	Tiistai	19.00-20.00	Ulf Nyström 040 55 66 228	Tom Stenvall 040 763 97 85
Kaikki väriyöt	Generalshagenin ala-aste	Torstai	19.00-20.00	Ulf Nyström 040 55 66 228	Tom Stenvall 040 763 97 85
Ottelu	Agricolahalli, Koskenkylä	Sunnuntai	17.00-18.30	Juha Aalto 040 509 48 09	Jouni Lahtinen 040 57 900 32 Sami Lahtinen 040 774 31 31
Vanhemmat					
Ylemmät vyöt	Generalshagenin ala-aste	Maanantai	20.00-21.00	Juha Aalto 040 509 48 09	Tom Stenvall 040 763 97 85
	Generalshagenin ala-aste	Torstai	20.00-21.00	Ulf Nyström 040 55 66 228	Janne Varis 040 96 02 667
Alkeiskurssi					
(syksyisin)					
Kilpailijat					
	Generalshagenin ala-aste	Maanantai	21.00-22.00	Juha Aalto 040 509 48 09	
	Generalshagenin ala-aste	Torstai	21.00-22.00	Juha Aalto 040 509 48 09	
	Agricolahalli, Koskenkylä	Sunnuntai	17.00-18.30	Juha Aalto 040 509 48 09	Jouni Lahtinen 040 57 900 32 Sami Lahtinen 040 774 31 31

[Ohjaajavuorot määräytyvät erillisen ohjaajalistan mukaan, kuten myös eri ryhmien harjoitusohjelmat.](#)

Ohjaajien yhteystiedot:

<u>Ulf Nyström</u>	<u>040 55 66 228</u>	<u>ulf.nystrom@pp.inet.fi</u>
<u>Juha Aalto</u>	<u>040 509 48 09</u>	<u>juuso59@luukku.com</u>
<u>Tom Stenvall</u>	<u>040 763 97 85</u>	<u>lt.rakennus@sulo.fi</u>
<u>Janne Varis</u>	<u>040 96 02 667</u>	<u>janne.varis@sulo.fi</u>
<u>Annu Jokela-Ylipiha</u>	<u>040 549 43 78</u>	<u>annu.jokela-ylipiha@opso.fi</u>
<u>Toni Holmberg</u>	<u>050 55 22 900</u>	<u>toni.holm@suomi24.fi</u>

Kentän koodi muuttunut

Kentän koodi muuttunut

Kentän koodi muuttunut

Kentän koodi muuttunut

Kentän koodi muuttunut

Kentän koodi muuttunut

Muut apuohjaajat sekä yhteystiedot:

Matti Rätty	045 634 24 77	<u>annu.jokela-ylipiha@opso.fi</u>
Jenny Olander	040 573 74 50	<u>oland3r@hotmail.com</u>
Jukka Ylipiha	020 51 31 306	<u>jukka.ylipiha@ylipiha.net</u>
Nico Peltonen		<u>jouni.rouhiainen@kolumbus.fi</u>
Jouni Rouhiainen	040 504 01 88	<u>jouni.rouhiainen@kolumbus.fi</u>
Erkki Ahonen	041 447 52 46	<u>erkki.ahonen@sulo.fi</u>
Jenna Aalto	050 373 78 67	<u>pupuz91@luukku.com</u>
Mikael Fredriksson	040 589 56 35	<u>mikael.fredriksson@dnainternet.net</u>
Kari Eriksson	0400 46 01 13	<u>eriksson@sulo.fi</u>

