

# VALMENNUSRYHMIEN/ HARRASTEKILPARYHMIEN SÄÄNNÖT



Nämä pelisäännöt on laadittu, jotta ryhmäläisillä, vanhemmilla, tukitiimeillä, valmentajilla ja seuran johtokunnalla on yhteiset pelisäännöt ja toimintalinjat. Näiden sääntöjen avulla pyritään välttämään ristiriitoja ja ongelmatilanteita.

lialmen naisvoimistelijat ry:n sisällä on nollatoleranssi kiusaamisen suhteen ja se koskee myös seuratoiminnan ulkopuolista aikaa. Kiusaaminen voi johtaa seurasta erottamiseen.

Kaikki osapuolet ovat velvoitettu noudattamaan näitä laadittuja sääntöjä.

## KUSTANNUKSET

- Jäsenmaksu päätetään kausikohtaisesti johtokunnassa vuosittain. Kaudella 2021-2022 alle 18-vuotiaiden jäsenmaksu on 20 € ja yli 18-vuotiaiden 25€. Joukkueen jäsen kirjautuu jäsentietopalveluun ja maksaa jäsenmaksun sieltä saamallaan laskulla 31.8.2021 mennessä. Tieto/kuitti maksusta toimitetaan oman joukkueen joukkueenjohtajalle.
- Johtokunta määrittää valmennusjoukkueille sekä harrastekilpajoukkueille kuukausimaksut. Kuukausimaksu sisältää salivuokrat, hallinnolliset kulut, valmentajan/valmentajien palkat lomakorvauksineen ja sivukuluineen. Johtokunta ilmoittaa kuukausimaksun suuruuden joukkueille kauden alussa. Joukkue maksaa kuukausimaksun kuukauden 19.pv mennessä joukkueen tililtä seuran tilille.
- Joukkue tekee oman budjetin, joka sisältää kuukausimaksun sekä kunkin joukkueen muut mahdolliset menot ja tulot.
- Maksut joukkueen jäseniltä joukkue kerää haluamallaan tavalla, sopien siitä joukkueen jäsenten/vanhempien kanssa yhdessä.
- Valmennusryhmän jäsen sitoutuu valmennukseen puoleksi kaudeksi kerrallaan. Ilmoittaminen joukkueessa jatkamisesta syyskauden osalta viimeistään 30.6. mennessä ja kevätkaudelle osallistumisesta 15.12. mennessä. Ilmoitukset lähetetään valmentajalle ja joukkueenjohtajalle.
- Mikäli voimistelija loukkaantuu/sairastuu ja vamma/sairaus kestää yli kuukauden yhtäjaksoisesti voidaan hänet vapauttaa sairausajalta maksuista lääkärintodistusta vastaan.  
  
Esim. voimistelija poissa harjoituksista 7 viikkoa; hyvitystä yksi täysi kalenterikuukausi
- Mikäli voimistelija joutuu paikkakunnalta muuton vuoksi irtisanomaan sopimuksen, maksaa hän joukkueen jäsenelle määrätyt kustannukset muuttopäiväänsä saakka.
- Mikäli voimistelija lopettaa joukkueessa, muusta kuin yllä mainitusta syystä (loukkaantuminen/sairastuminen/muutto), on hän velvollinen maksamaan puolet joukkueen normaaleista määrätyistä maksuista, kuluvan puolikauden loppuun (syksy/kevät).

- Voimistelija on velvollinen hankkimaan Voimisteluliiton kilpailulisenssin sekä vakuutuksen (liiton tai oman, mikä on voimassa kilpaurheilussa).
- Kilpailumatkat (matka, majoitus, ruokailu). Mikäli matkat (bussi/juna), majoitus tai ruokailu on varattu etukäteen, mutta ryhmäläinen ei osallistukaan matkalle ja varauksia ei voi peruttaa, on hänet velvoitettu maksamaan kustannukset kokonaan.
- Voimistelija on velvollinen huolehtimaan asiaan kuuluvalla tavalla esiintymisasuista sekä muista mahdollisista välineistä.
- Mahdolliset joukkuekohtaiset edustusasut määrittää kukin joukkue itse, edustustakin määrittää johtokunta, jotta IINAN kisaavilla joukkueilla on yhtenäinen takki.

## VALMENNUS

- Valmentajat tekevät joukkueelleen valmennussuunnitelman, mikä tiedotetaan joukkueelle, vanhemmille ja johtokunnalle.
- Kauden alkaessa joukkueen tulee laatia pelisäännöt yhdessä valmentajat kanssa. Pelisäännöt tulee käydä läpi myös joukkueen vanhempien kanssa.
- Valmentajien tulee viedä joukkue kauden aikana esiintymään/kilpailemaan.
- Jokainen pääsee joukkueen pelisääntöjä noudattaessaan esiintymään IINAN talvi- ja kevätnäytöksiin.
- Valmentajalla on oikeus päättää esiintymään/kilpailemaan lähtevän joukkueen kokoonpanosta, kuitenkin siten, että jokaisen voimistelijan tulee päästä joukkueen pelisääntöjä noudattaessaan mukaan osaan kilpailuista/esiintymisistä. Lomareissut tulee infota valmentajalle hyvissä ajoin. Mikäli loma osuu kisoihin valmistavalle ajalle on valmentajalla oikeus muuttaa kisakokoonpanoa ryhmän edunmukaiseksi. Yleisesti kahta viikkoa ennen kisoja ei poissaoloja harjoituksista.
- Joka syksy ja tarvittaessa myös keväisin järjestetään joukkueen (ja tarvittaessa seuran) sisällä IINAHDUS, jossa katsotaan pysyykö voimistelijat vaadittavassa kehityksessä mukana. Mikäli valmentaja näkee selvästi, että kehitystä ei ole tapahtunut, tai motivaatiota kehittymiseen ei löydy, voi voimistelija menettää valmennuspaikkansa. (Vastaavasti taas uusia voimistelijoita perusryhmistä voidaan tätä kautta valita joukkueeseen.) Tässä tapauksessa voimistelija ei joudu maksamaan valmennusmaksuaan kauden loppuun saakka, vaan ryhmästä siirtymiseen saakka.
- Joukkueesta pudonnut voi pyrkiä ryhmään IINAHduksen kautta uudelleen.

## VALMENTAJAT

- Valmentaja pitää harjoitukset sovitusti. Mikäli ei itse pääse paikalle, ilmoittaa poissaolosta johtokunnan vastuuhenkilölle sekä joukkueenjohtajalle hyvissä ajoin.
- Vastaa harjoittelun suunnittelusta kokonaisuudessaan (pitkän tähtäimen suunnitelma, kausisuunnitelma, painopisteet ja tavoitteet). Valmentaja yhdessä joukkueenjohtajan kanssa tekee kuluneesta vuodesta toimintakertomuksen johtokunnalle.

- Valmentaja suunnittelee ohjelmaan sopivan asun/tarpeiston budjetin mukaisesti.
- Tekee joukkueen pelisäännöt yhdessä voimistelijoiden kanssa ja valvoo sekä niiden, että seuran yleisten pelisääntöjen noudattamista (ryhmäläiset, vanhemmat).
- Noudattaa joukkueen-, seuran- ja lajiliiton sääntöjä.
- Osallistuu valmentajapalaveriin, ja tiedottaa joukkueensa asioista muille valmentajille.
- Valitsee ryhmän jäsenet esiintymis- ja/tai kisakokoonpanoon.
- Sitoutuu kantamaan vastuuta ryhmän jatkuvuudesta ja tulevaisuudesta.
- Tiedottaa vanhempia ja voimistelijoita valmennuksellisista asioista.
- Näyttää omalla hyvällä käytöksellään esimerkkiä joukkueenjäsenille niin harjoituksissa kuin esiintymisissäkin. Noudattaa päihitteettömyyttä ja kunnioittaa kanssakilpailijoita sekä tuomareita kilpailutilanteissa ja -tapahtumissa.
- Valmentaja on esiintymis- ja kilpailumatkoilla vastuussa ryhmäläisistään.
- Mikäli esiintymään lähtevät voimistelijat menevät valmentajan kyydillä esiintymiseen/leireille, maksetaan valmentajalle IINAn korvaussäännösten mukaan matkakorvaukset.
- Ei työskentele sairaana.

## **VOIMISTELIJA**

- Osallistuu harjoituksiin harjoitusohjelman mukaan.
- Saapuu harjoituksiin ajoissa, oikeat varusteet mukana.
- Noudattaa joukkueen ja seuran pelisääntöjä.
- **EI HARJOITTELE SAIRAANA!**
- Keskittyy harjoittelemaan tunnollisesti ja omatoimisesti harjoituksissa sekä noudattaa mahdollisesti annettua kotitreeniohjelmaa.
- Osallistuu valmentajan järjestämiin lisäharjoituksiin, esiintymisiin ja leireille.
- Huolehtii esiintymisasuista ja välineistä (alle 12 v. vastuu on vanhemmilla).
- Huolehtii riittävästä ravinnon ja unen saannista.
- Näyttää omalla hyvällä käytöksellään esimerkkiä joukkueovereilleen niin harjoituksissa, esiintymisissä kuin kisamatkoillakin. Noudattaa päihitteettömyyttä ja kunnioittaa kanssakilpailijoita, tuomareita sekä joukkueen huoltojoukkoja kilpailutilanteissa ja -tapahtumissa, esiintymisissä ja harjoituksissa.

- Käyttäytyä asiallisesti ja hyvien tapojen mukaisesti myös sosiaalisessa mediassa.
- Edustaa IINAA sen arvojen ja periaatteiden mukaisesti.
- Mikäli joukkueenjäsen toistuvasti jättää harjoitukset väliin tai käyttäytyy epäasianmukaisesti, voi valmentaja ohjeistaa voimistelijan siirtymään perusr ryhmään.
- Uusilla valmennus- ja harrastekilparyhmiin valituilla on 1kk koeaika.

## **VANHEMPI**

- Tukee valmentajaa. Ei turhaan puutu valmentajan toimintaan, ellei hän toimi selvästi virheellisesti. Tässä tapauksessa vanhempi voi ottaa yhteyttä suoraan valmentajaan taikka joukkueenjohtajaan, jotta asiasta voidaan keskustella yhdessä.
- Kasvattaa lastaan terveisiin elämäntapoihin. Huolehtii, että lapsi syö terveellisesti ja nukkuu tarpeeksi.
- Ohjaa lasta omatoimiseen ja vastuulliseen toimintaan harjoituksissa, esiintymisissä, kilpailuissa ja leireillä.
- Näyttää omalla hyvällä käytöksellään esimerkkiä. Noudattaa päihteettömyyttä, kunnioittaa kanssakilpailijoita ja tuomareita kilpailutilanteissa ja -tapahtumissa, esiintymisissä ja harjoituksissa.
- Huolehtii harrastuksen aiheuttamista kuluista sovitun mukaisesti.
- Osallistuu joukkueen ja/tai seuran järjestämiin talkoisiin tasapuolisesti.
- Vanhemmalla on mahdollisuus hankkia joukkueelle sponsoreita kulujen kattamiseksi.
- Ilmoittaa, jos lapsi loukkaantuu tai sairastuu. Neuvottelee valmentajan kanssa pidemmille lomamatkoille lähdöstä kauden alussa/hyvissä ajoin.
- Huolehtii, että voimistelija osallistuu harjoituksiin harjoitusohjelman mukaisesti.
- Tukee lasta positiivisessa hengessä ja huolehtii omalta osaltaan valmentajien työrauhasta.
- Vanhemmat ovat toiminnan tärkeimpiä tukijoita. Heillä tulee olla ymmärrys siitä, että lasten innostus, toiveet ja kyvyt ovat kaiken tekemisen todellinen lähtökohta.

## **JOUKKUEENJOHTAJA**

- Joukkueen vanhemmat valitsevat joukkueenjohtajan kaudeksi kerrallaan.
- Toimii yhdyssiteenä ryhmäläisten, valmentajien, vanhempien ja johtokunnan välillä. Toiminnallaan edesauttaa valmentajan työrauhaa.
- Laatii joukkueen vuosibudjetin yhdessä rahastonhoitajan kanssa.
- Laatii joukkueen edellisen kauden toimintakertomuksen 31.8. mennessä.

- Innostaa joukkueen muita vanhempia mukaan talkoisiin ja muuhun varainhankintaan.
- Delegoi tehtäviä muille tukitiimiläisille ja/tai vanhemmille.
- Kutsuu koolle joukkueen vanhempainillat tarvittaessa.
- Tekee kisoihin ilmoittautumiset Kisapalvelu –järjestelmään.
- Tekee tarvittavat varaukset kisamatkoille yhdessä muiden joukkueenjohtajien kanssa (yöpymiset, kuljetukset, ruokapaikat) Näyttää omalla hyvällä käytöksellään esimerkkiä. Noudattaa päihteettömyyttä, kunnioittaa kanssakilpailijoita ja tuomareita kilpailutilanteissa ja -tapahtumissa, esiintymisissä ja harjoituksissa.
- Sitoutuu kantamaan vastuuta ryhmän jatkuvuudesta ja tulevaisuudesta.

## RAHASTONHOITAJA

- Huolehtii joukkueen kaikki raha-asiat.
- Kerää kuukausimaksut, perii tarvittaessa, laskuttaa hotellit, linja-autokulut, leirit yms. vanhemmilta ja maksaa kaikki joukkueen laskut ajallaan.
- Laskuttaa esiintymiset yms. tilaajalta.
- Infoaa tilintilanteesta tukitiimiä.
- Toimittaa osakirjanpidon/kuitit lisälmen Tilipalveluun Kirsi Säisälle ([kirsi.saisa@iisalmentilipalvelu.fi](mailto:kirsi.saisa@iisalmentilipalvelu.fi)) 3kk välein.

## TUKITIIMI 1-2 HLÖÄ

- Koostuu valmennusryhmäläisten vanhemmista, jotka haluavat toimia koko ryhmän hyväksi.
- Tukitiimi toimii kausi kerrallaan.
- Tehtävistä sovitaan yhdessä. Voidaan valita esim. musiikki- ja videointivastaava, talkoovastaava jne.
- Tukitiimi hankkii valmentajan suunnitteleman asun ja/tai tarpeiston.

## SEURA/ JOHTOKUNTA

- Tukee valmennusryhmien kilpailumatkakustannuksia seuran taloustilanteen mukaisesti, johtokunta käsittelee mahdolliset tuet puolikausittain ja tiedottaa niistä joukkueita.
- Joukkueen esiintymispalkkiot lyhentämättömänä suoraan ko. joukkueelle. Esiintymisistä perittävä palkkio on joukkueen itsensä määriteltävissä.
- Tapaa säännöllisesti valmennusryhmien tukitiimejä sekä valmentajia ja ohjaajia.

- Kotikisat (Stara/Lumo/Tanvo) osallistuminen seuran ryhmille maksutonta.
- Tarjoaa johtokuntatyön.
- Mahdollistaa joukkueelle erilaisten tilaisuuksien järjestämisen seuran nimen alla.
- Tarjoaa IINAN koti- ja Facebook -sivut sekä instagramin joukkueen markkinointikanaviksi.
- Sopii tarvittaessa tukitiimien kanssa mahdollisten apurahojen ym. avustusten hakemisesta.
- Tekee sopimukset valmentajien ja ohjaajien kanssa.
- Tekee sopimukset voimistelijoiden kanssa.
- Vastaa joukkueiden toiminnan laillisuudesta.

### **Lisäksi voimistelija saa:**

- Valtakunnallisesti hyvämaineisen seuran toiminnan ja tuen.
- Ympäristön, joka tarjoaa mahdollisuudet pitkäjänteiseen ja tavoitteelliseen toimintaan.
- Mahdollisuudet taidolliseen kehittymiseen.
- Mahdollisuuksia esiintymis- ja kilpailukokemuksia niin kotimaassa kuin ulkomailla.
- Hyvän pohjan toimia itse ohjaajana omien taitojen ja kokemusten kehittyessä vaadittavalle tasolle.

**SEURAN TAVOITTEENA ON, ETTÄ VALMENNUSRYHMÄT OVAT OMASSA LAJISSAAN SUOMEN HUIPULLA!**