

SÄKYLÄN SYKE RY
TOIMINTA- JA TALOUSSUUNNITELMA
2026



www.sakylansyke.fi

SISÄLLYSLUETTELO

YLEISTÄ.....	3
ORGANISAATIO.....	4
LIIKUNTATOIMINTA	5
1. LASTEN JA NUORTEN VOIMISTELUTOIMINTA	5
1.A. HARRASTETOIMINTA.....	5
1.B KILPAILU- JA VALMENNUSTOIMINTA	6
2. AIKUISTEN LIIKUNTA (AILI).....	8
3. USKOLLISUUDEN KILTA	10
MUU TOIMINTA.....	12
1. KOULUTUS	12
2. MARKKINOINTI	12
3. VIESTINTÄ.....	13
4. GYMNAESTRADA.....	15
5. KANSAINVÄLISYYS.....	16
TALOUS JA HALLINTO	17
TOIMINTAKALENTERI 2026	18

YLEISTÄ

Säkylän Sykkeen toiminnasta vastaa puheenjohtaja ja johtokunta, johon kuuluu 6-9 seuran jäsentä. Jokaisella johtokunnan jäsenellä on oma vastuualueensa, jonka toiminnan järjestämisestä ja kehittämisestä hän huolehtii. Johtokunta vastaa yhteisesti koko seuran toiminnasta.

Seurassamme toimii omana yksikkönään Uskollisuuden Kilta. Killan tarkoituksena on koota seuran pitkäaikaiset jäsenet ystävyyttä ja kokonaisvaltaista vireyttä ylläpitäväksi ryhmäksi. Kilttaa ohjaa oma johtokunta. Aktiivisten kiltalaisten määrä on viime vuosina lisääntynyt.

Pyrimme jatkossakin tarjoamaan mahdollisimman monipuolista tuntitarjontaa niin lapsille, nuorille kuin aikuisillekin. Tavoitteena on pitää osallistujien kustannukset maltillisina, jotta kaikki halukkaat pystyvät osallistumaan toimintaan. Säkylän Syke on yleishyödyllinen yhdistys, joten toiminnan tulee olla voittoa tavoittelematonta, mutta kuitenkin taloudellisesti kannattavaa.

Aktiiviset seuratoimijat ovat arvokas ja elintärkeä vapaaehtoisten joukko, joita ilman toiminnan pyörittäminen ei onnistuisi.

Säkylän Syke ry. kuuluu Suomen Voimisteluliittoon. Olemme myös mukana Olympiakomitean ja Suomen Voimisteluliiton Tähtiseura -kehitysohjelmassa. Sykkeen seuraava auditointi on tulevana vuonna 2026. Tällöin seuran toimintaa arvioidaan lasten ja nuorten sekä aikuisten liikunnan laatutekijöiden osalta.

Seurassa pidetään kaksi sääntömääräistä vuosikokousta: kevät- ja syyskokous. Vuosikokouksissa päätetään seuran yleisistä linjauksista, joita johtokunta toteuttaa vuoden aikana.

Tulevana kesänä Joensuussa järjestetään liikkeen ja voimistelun supertapahtuma Gymnaestrada. Myös seurastamme osallistutaan tapahtumaan, minkä vuoksi harjoittelut eri ohjelmiin on jo kuluvana syksynä aloitettu.

Liikunnasta iloa ja elinvoimaa myös vuoteen 2026!

Katja Kuula
Puheenjohtaja 2025

ORGANISAATIO

Vapaaehtoistyöntekijöiden asiantuntemuksen hyödyntäminen ja avoin, luottamuksellinen yhteistyö eri tahojen kanssa on tärkeää.

Vuonna 2026 toimitaan seuraavalla organisaatiolla.

Puheenjohtaja:

Katja Kuula

Johtokunta:

Varapuheenjohtaja, nettisivut, some
Sihteeri, salivuorovastaava
Rahastonhoitaja
Aikuisten liikunnan vastaava
Joukkuevoimisteluvastaava
Lasten ja nuorten harrasteryhmien vastaava

Kristiina Helminen
Sanna Salminen
Katja Kuula
Maria Tyyster
Kristiina Helminen, Virpi Hulmi
Nea Sandberg, Johanna Aaltonen
Liida Railo
Mari Heikkilä (Gymppi Joensuu2026)

Kirjanpito

Anu Alasmäki

Joukkuevoimistelutiimi:

Kristiina Helminen
Mari Lehto
Sanna Salminen
Marja Lempiälä
Nea Päckilä
Liida Railo
Virpi Hulmi
Mari Heikkilä
Johanna Aaltonen

Uskollisuuden Kilta:

Kiltamuori (kunniajäsen)
Killan perinteiden vaalija
Kiltaaäiti (puheenjohtaja, tiedottaja)
Kiltaemäntä (varapuheenjohtaja)
Muistiinmerkitsijä (sihteeri)
Raha-arkunhoitaja (rahastonhoitaja)
Tapahtuma- ja retkivastaava
Tapahtuma- ja retkivastaavaa

Elvi Eela (Killan kunniajäsen)
Eeva-Liisa Tuominen (Killan kunniajäsen)
Terttu-Liisa Virtanen
Riitta Laivanen
Päivi Aalto-Setälä
Eeva Luoto
Vappu Riitinki
Tiina Peltomaa

Muut vapaaehtoistyöntekijät:

toiminnantarkastajat
varatoiminnantarkastaja
ohjaajat ja valmentajat

Kaisa-Kerttu Peltola ja Eija Peltonen
Hanna Railo-Simula

LIIKUNTATOIMINTA

1. LASTEN JA NUORTEN VOIMISTELUTOIMINTA

1.A. HARRASTETOIMINTA

VISIO

Monipuolisen liikunnan avulla lapsille ja nuorille luodaan turvallinen ja iloinen paikka kasvaa yksin ja yhdessä. Liikunta antaa kaikille mahdollisuuden kokea onnistumisen hetkiä ja oppia epäonnistumisesta ja jakaa elämyksiä yksilöllisesti ja ryhmässä.

TOIMINTA-AJATUS

Toiminnan tehtävänä on kehittää lasten ja nuorten laadukasta ja monipuolista liikuntaa lapsen kehitystaso huomioiden. Lasten ja nuorten liikuntaa kehitetään lapsilähtöisesti: heidän tarpeistaan, heidän vuokseen ja heidän kanssaan.

PAINOPISTEALUEET

1. Perusliikunta- ja sosiaalisten taitojen kehittäminen
2. Onnistumisten ja elämysten kokeminen liikunnan parissa
3. Ohjaajien kouluttaminen
4. Monipuolisen ryhmätarjonnan lisääminen

LAATUSEURA

Säkylän Syke on nuorisourheilua laadukkaasti toteuttava seura, minkä tunnuksena seuralla on ollut Sinetti vuodesta 1998. Laatuseurana Säkylän Syke huolehtii monipuolisesta liikuntatarjonnasta, myönteisistä ja kannustavista liikuntakokemuksista sekä ohjaajien säännöllisestä kouluttamisesta. Vuonna 2018 Sinettiseurat muuttuivat Tähtiseuroiksi. Seuralla oli viimeisin auditointi keväällä 2023 ja seuraava on tulossa vuonna 2026.

LAJIT

Vuoden 2026 tavoitteena on saada lisää jäseniä lastenryhmiin sekä lisätä tarjontaa ohjaajarekrytointiin panostamalla.

Voikkis 5-7 v -ryhmässä opetellaan voimistelun alkeita sekä perus liikkumistaitoja pelien ja leikkien kautta.

Satubaletti 3-5 v -ryhmässä tutustutaan baletin maailmaan laulujen, leikkien sekä tietysti satujen kautta. Baletti sopii sekä pojille, että tytöille ja tukee monipuolisesti lapsen kasvua ja kehitystä.

Baletti 7v Baletin ensimmäisellä vuosikurssilla tutustutaan baletin perusteisiin. Tunti koostuu lämmittelystä, tanko-osuudesta, keskilattiaharjoituksista sekä loppu venyttelyistä.

Lisäksi nuoret voivat osallistua aikuisten tunneille. Tavoitteena saada tanssillinen ryhmä yläkoulu ikäisille lapsille.

1.B KILPAILU- JA VALMENNUSTOIMINTA

VISIO

Seurassamme kilpailu- ja valmennustoimintaan kuuluvat joukkuevoimistelu sekä tanssi. Harjoittelu joukkueissa antaa onnistumisen elämyksiä eri-ikäisille voimistelijoille. Lajien parissa on mahdollista kilpailla ja esiintyä sekä kehittää itseilmaisua, kehontuntemusta, lajitaitoa ja kuntoa.

TOIMINTA-AJATUS

Joukkuevoimistelun alle 12-vuotiaiden toiminnan tavoitteena on luoda yhä useammalle voimistelun harrastajalle mahdollisuus osallistua kilpailutoimintaan Stara-tapahtumiin sekä 8-12-vuotiaiden harrastesarjaan. Yli 12-vuotiaiden kilpailu- ja valmennustoiminnan tavoitteena on osallistua erilaisiin näytöksiin ja kilpailuihin.

PAINOPISTEALUEET

1. Joukkuevoimistelun ja tanssin kehittäminen

- seuran omat treenipäivät joukkueille 1–2 kertaa kaudessa (käytetään myös ulkopuolisia ohjaajia, täysin eri aihealuetta kuin joukkuevoimistelu)
- ohjaajavaihto joukkueiden välillä 1–2 kertaa
- koulutetaan seuralle oma joukkuevoimistelun tuomari ja lisää omia arveja.

2. Kilpailut ja näytökset

- Keväällä ja syksyllä osallistutaan 1-2 kilpailuun per joukkue. Joukkuevoimisteluryhmät osallistuvat harrastesarjaan ja staraan jonka lisäksi tanssin ryhmät osallistuvat tanssikilpailuihin kuten Show Your Dance by Cailap.

3. Ohjaajien suunnitelmallinen koulutus, myös seuran sisäinen koulutus

- Ensiapukoulutus kaikille ohjaajille sekä jatkokoulutus
- Edellytetään ohjaajien osallistuminen heti kauden alussa koulutuksiin (startti, myös ideapäivä suositeltava käydä)
- Voimistelukoulu suositeltava koulutus Starttikoulutuksen käyneille ohjaajille
- Ohjaajille on tilattu vihkoja, joita pystyy hyödyntämään tuntien suunnittelussa
- Apuohjaajien ottaminen mukaan 11-13 -vuotiaista joukkuevoimistelijoista, jotta saadaan heidät innostettua ohjaustoimintaan.
- Viime vuonna perustettiin Valmennustyön kehitysryhmä, jossa suunnitellaan valmennuspolkua.

4. Ohjaajien säännölliset palaverit 2–3 kaudessa

- Uusille ohjaajille ennen kauden alkua info seurasta ja toiminnasta
- Vuoden alussa toinen palaveri
- Kauden lopussa kokoonnutaan syömisen merkeissä ja käydään kulunut kausi läpi

5. Ryhmien infoillat kauden alussa

- Pidetään ensimmäisellä kerralla vanhemmille ja ohjaajille infotilaisuus.

JOUKKUEET

Eledia	v. 2017-2019 syntyneet
Aneida	v. 2016-2017 syntyneet
Sienna	v. 2014-2015 syntyneet
Violette	v. 2012-2013 syntyneet
Coralli	v. 2010-2011 syntyneet

2. AIKUISTEN LIIKUNTA (AILI)

VISIO

Tarjotaan monipuolista kuntoa, terveyttä ja hyvää oloa edistävää liikuntaa huomioiden ihminen psykofyysisenä kokonaisuutena. Liikuntatunnit vahvistavat turvallisesti fyysistä sekä henkistä hyvinvointia, luovat sosiaalisia kontakteja tarjoten siten parempaa elämänlaatua.

TOIMINTA-AJATUS

Toiminnan tehtävänä on jatkuvasti kehittää sekä laadukkaasti tarjota liikuntapalveluja aikuisten liikuntatoimintaan niin, että mahdollisimman moni löytäisi juuri itselleen sopivan liikuntamuodon. Tunnit on suunniteltu huomioiden erilaiset fyysiset kuntotasot. Seuralla on koulutetut, innostavat ja kannustavat ohjaajat. Lajitarjonta pidetään monipuolisena ja sitä pyritään jatkuvasti myös kehittämään ja uudistamaan. Tarjoamme erilaisia vaihtoehtoja tehokkaaseen lihaskunnan ja kestävyys- ja keuhko- ja sydänharjoittamiseen, keuhko- ja sydänharjoittamiseen sekä tanssilliseen treeniin.

LAATUARVIOINTI

Suomen Voimisteluliitto on laatinut aikuisten liikunnan toimialalle laatuarviointijärjestelmän. Sertifikaatti oli tunnustus seuran jo vuosia tekemästä laadukkaasta työstä aikuis- ja terveystoiminnan parissa. Sertifikaatti vaatii seuralta jatkuvaa toiminnan arviointia ja laadun tarkkailua.

PAINOPISTEALUEET

Tarkoituksena kerätä asiakaspalautetta ja kehittää toimintaa saadun palautteen perusteella.

Pyritään markkinoimaan tehokkaasti (esim. erilaiset liikuntatapahtumat), jotta tavoittaisimme potentiaaliset asiakkaat ja saisimme aikuisten harrastajien määrän kasvamaan ja jäsenenä jo olevat pysymään asiakkainamme.

Ohjaajille järjestetään tapaamisia ja koulutuksia tarvittaessa.

Seura tarjoaa liikunta-alan palveluja mahdollisimman monipuolisesti ja tasa-arvoisesti huomioiden kaikenikäiset ja -tasoiset liikkujat.

Toiveissa järjestää jumppatapahtuma/tapahtumia, joissa tarjotaan jumppaajille erilaisia lajikokeiluja. Näihin pääsee osallistumaan myös seuran ulkopuoliset jumppaajat. Näin saamme uusiakin ihmisiä tutustumaan seuran tarjontaan.

TOIMINNALLINEN HARJOITTELU + MOBILITY: Tunnilla tehdään erittäin monipuolisia liikkeitä, joissa tulee paljon kiertoja, tasapaino ja hallintaliikkeitä. Tarkoituksena on valmistaa meitä arkielämän erilaisiin haasteisiin: esimerkiksi mökkitöihin, autontyöntöön tai vaikkapa liukastumisiin. Osallistuminen ei vaadi aikaisempaa kokemusta. Tunneilla opit maksimoimaan harjoitteluun käyttämäsi ajan ja saamaan kehostasi enemmän irti! Tehokas toiminnallinen harjoittelu opastaa monipuolisten harjoitteiden maailmaan, kahvakuulien, lekojen, renkaiden ja muiden harjoitteluvälineiden kanssa, jotka saattavat muuttaa tai parantaa tapaasi harjoitella. Harjoittelu sopii kaikille, sillä liikkeitä ja harjoitusvastuksina käytettäviä painoja voidaan skaalata jokaisen kuntotasoon sopivaksi. Mobility - Liikkuvuutta ja lihaskireyksen poistoa Liikkuvuutta lisäävä ja kehoa avaava harjoitusohjelma parantaa tuloksia salilla tai avaa työn jäykistämää kroppaa.

TANSSILIIKUNTA 60+ Tanssiliikunta 60+ on naisille ja miehille sopiva liikuntamuoto. Laji ei vaadi aikaisempaa tanssitaustaa, sillä taidot kehittyvät helppojen ja selkeärytmisten askelsarjojen ja tanssien myötä. Tanssi ei vaadi omaa paria.

Tanssiliikunta 60+ on erityisen hyvää muistijumppaa. Se kehittää myös tasapainoa, koordinaatiota ja jalkojen lihasvoimaa. Parasta antia on kuitenkin yhteinen tanssimisen ilo!

IKILIUKKIJAT on hieman varttuneemmille voimistelijoille tarkoitettu tunti, jossa keskitytään tasapainon, ryhdin ja kehon hallinnan parantamiseen. Tunti sisältää elementtejä joogasta ja pilateksesta perinteisen voimistelun lisäksi. Välineinä voidaan käyttää käsipainoja, tuolia, jumppakeppiä ja huivia. Tunnilla ei hypitä, eikä tehdä vaikeita askelsarjoja.

OHJATTU KUNTOSALITOIMINTA / IKILIUKKIJAT on kaikenikäisille aikuisille, enemmän tai vähemmän liikkuneille tarkoitettu harjoittelumahdollisuus. Jokaiselle osallistujalle tarjotaan mahdollisuus ottaa käyttöön henkilökohtainen harjoitussuunnitelma.

PUMP on tangolla ja painoilla tehtävä koko kehon lihaskuntoharjoitus, joka muokkaa, kehittää ja vahvistaa. Tunti sopii niin satunnaisesti liikkuvalla kuin kovakuntoisemmallekin liikkujalle ja sinulle, joka haluat kohottaa kuntoa, polttaa kaloreita tai kehittää lihasvoimaa ja -kestävyyttä. **TÄMÄ TUNTI TARJOLLA TARVITTAESSA.**

LIHASKUNTOTUNTI Lihaskunto-tunti sisältää monipuolisen koko vartalon treenin. Lämmittelyn, treeniosion ja loppujäähdyttelyn. Kehitetään pääosin voimaa, kestävyyttä ja vartalon hallintaa. Tunnin sisällöt vaihtelevat ohjaajien mukaan kuntopiiristä aina tanssilliseen tuntiin ja kaikkeen siltä väliltä! Tehdään treeniä pääosin oman kehon painolla, mutta saatamme käyttää myös välineitä apuna. **TÄMÄ TUNTI TARJOLLA TARVITTAESSA.**

KUNTOSALIKERHO: Tunnilla tehdään monipuolinen kiertoharjoittelu kuntosalilaitteilla ja kehonpainoa hyväksi käyttäen. Yksittäistä liikettä tehdään n. minuutti, kierroksia kolme ja niiden välissä aina juomatauko. Liikkeet suunnitellaan jokaiselle tunnille siten, että kaikki lihasryhmät saavat töitä. Tunti ei vaadi aikaisempaa liikuntakokemusta eikä sisällä askelsarjoja.

PILATES: Pilates on kehon ja mielen yhdistävä harjoittelumuoto. Pilates-tunnilla pääset haastamaan keskivartaloasi, vahvistamaan kehon syviä lihaksia ja parantamaan ryhtiä ylläpitäviä lihaksia. Pilateksen avulla huollat kehoasi ja vapautat kehon kireyksiä. Helpot ja tehokkaat hengityksen tahtiin tehtävät liikkeet sopivat kaikentasoisille kuntoilijoille. Kehon lisäksi pilates kehittää myös mieltä. Se auttaa kehittämään keskittymiskykyä ja antaa lisää energiaa.

DANCEBIC: Tanssillinen ja vauhdikas tunti! Helppoja koreografioita sisällään pitävä tunti. Tunneilla tanssitaan myös lattareita. Sykkeet ylös tanssin keinoin!

AIKUISBALETTI Aikuisbaletissa tutustutaan baletin alkeisiin. Tunti sopii kaikille tanssista kiinnostuneille ja liikkeet ovat helposti muokattavissa itselleen sopiviksi. **TÄMÄ TUNTI TARJOLLA TARVITTAESSA.**

KUNTONYRKKEILY Kuntonyrkkeily on tehokas harjoittelumuoto koko kropalle. Erityisesti ylä- ja keskivartalon lihastyötä, peruskuntoa, liikkuvuutta, kehonhallintaa ja koordinaatiota kehittävä. Harjoitteluun sisältyy kuntonyrkkeilyn tekniikkaa, pariharjoittelua, harjoittelua nyrkkeilyäkillä, sekä lihaskuntoa ja kehonhuoltoa. Harjoittelu on turvallista, toteutetaan laadukkailla välineillä ja tunnin tason saa jumppari määrittää itselleen sopivaksi. Tunti sopii kaikille ja erityisesti helpotusta saavat niska-hartiaseudun kireyksistä kärsivät. **TÄMÄ TUNTI TARJOLLA TARVITTAESSA.**

KESÄJUMPPA on kaikenikäisille liikkujille tarkoitettu tunti, joka toteutetaan mahdollisuuksien mukaan ulkona. Kesäjumppassa tuntien sisältö ja ohjaajat vaihtelevat. Mukana on mm. erilaisia lihaskuntotunteja sekä tanssillista jumppaa.

Järjestetään erilaisia liikunta- ja voimistelutapahtumia sekä esittelytunteja, mahdollisesti myös yhteistyössä eri liikuntaseurojen kanssa.

3. USKOLLISUUDEN KILTA



VISIO

Uskollisuuden Killassa toteutetaan perinteistä kiltta-ajatusta sovellettuna Suomen Voimisteluliiton arvoihin ja toimintaan. Kiltta kokoaa yhteen seuran jäsenet ystävyyttä ja kokonaisvaltaista vireyttä ylläpitäväksi ryhmäksi, johon voi liittyä 25 vuotta täyttänyt viisi vuotta Voimisteluliiton seuraan kuulunut henkilö.

TOIMINTA-AJATUS

Killan toimintamuotoja ovat ohjatut liikuntaharjoitukset, yhteiset tapaamiset, retket ja tapahtumat. Kiltalaisille järjestetään toimintaa myös alueellisesti ja valtakunnallisesti.

Uskollisuuden Kilttaan liittyy paljon perinteitä. Toimintamuotojen kehittäjänä ja nimen keksijänä on ollut professori Kaarina Kari. Hän korosti perinteiden, yhteisöllisyyden ja ystävyyden tärkeyttä.

Uskollisuuden Kiltamme on perustettu vuonna 2000.

TOIMINTAKALENTERI

Viikoittaiset liikuntaharjoitukset

Säkylän Sykkeen monipuolinen tuntitarjonta antaa erinomaiset mahdollisuudet kiltalaisille kokonaisvaltaisen terveyden ylläpitämiseksi.

Viikoittaisten liikuntaharjoitusten lisäksi Killan ohjelmassa :

Kevätkausi

Hiihtoretki / potkukelkkailu järvellä / patikointi harjun maastossa

Teatterimatka

Killan kevätkokous / kiltatreffit

Seuran kevätkokous

Seuran liikuntanäytös

Suomi Gymnaestrada 2026 Joensuu, senioreiden kenttäohjelma

Syyskausi

Hyvinvointipäivä / Turun Nv:n Kilta

Metsäretki / patikointia, marjastusta, sienestystä harjun maastossa

Killan syyskokous /kiltatreffit

Killan puurojuhla

Yhteistoiminta muiden tahojen kanssa

Osallistuminen Säskylän kunnan alueella järjestettäviin tempauksiin ja tapahtumiin

Osallistuminen Voimisteluliiton alueelliseen ja valtakunnalliseen kiltatoimintaan sekä Turun Tienoon Senioritanssijoiden tapahtumiin mahdollisuuksien mukaan.

Tiedottaminen

Tiedottaminen ajankohtaisista tapahtumista hoidetaan kiltalaisten Whatsapp-ryhmän kautta.

KILLAN JOHTOKUNTA / EMÄNNISTÖ VUONNA 2026

Kiltamuori Elvi Eela (Killan kunniajäsen)

Killan perinteiden vaaliija Eeva-Liisa Tuominen (Killan kunniajäsen)

Kiltaäiti (puheenjohtaja, tiedottaja) Terttu-Liisa Virtanen

Kiltaemäntä (varapuheenjohtaja) Riitta Laivanen

Muistiinmerkitsijä (sihteeri) Päivi Aalto-Setälä

Raha-arkun hoitaja (rahastonhoitaja) Eeva Luoto

Tapahtuma- ja retkivastaava Tiina Peltomaa

Tapahtuma- ja retkivastaava Vappu Riitinki

MUU TOIMINTA

1. KOULUTUS

TOIMINTA-AJATUS

Tavoitteena on ohjaajien säännöllinen kouluttaminen sekä koulutuksen arviointi ja sitä kautta laadukkaan liikuntatoiminnan toteuttaminen. Lisäksi Säkylän Syke haluaa kouluttautumisen avulla varmistaa Suomen Voimisteluliiton arvojen toteutumisen.

PAINOPISTEALUEET

- Ohjaajien ja valmentajien kouluttaminen
- Seurajohtajien kouluttaminen
- Seuran johtokunnan toteuttama ohjaajien tukeminen
- Omien kurssien järjestäminen seuran ohjaajille

KURSSIT

Seuran ohjaajat osallistuvat pääasiassa Suomen Voimisteluliiton järjestämiin koulutuksiin, mutta pätevyyttä ohjaaja voi hakea myös muiden hyväksytyjen tahojen järjestämiltä kursseilta. Lounais- Suomen Liikunta ja Urheilu ry:n eli Liikun järjestämiä koulutuksia tulisi myös hyödyntää aiempaa enemmän.

Lasten ja nuorten harrasteryhmien ohjaajat sekä joukkuevoimisteluryhmien ohjaajat käyvät peruskoulutuksena Voimisteluohjaajan Startti-koulutuksen, minkä nimi muuttuu Ohjauksen perusteiksi tulevana vuonna. Tämän jälkeen ohjaajat pätevöityvät Voimistelukoulu-ohjaajiksi. Lisäksi lasten ja nuorten harrasteryhmien ohjaajat kouluttautuvat erilaisiin ideapäiviin osallistuen. Voimisteluliitto on lisäämässä koulutuspolkuun myös moduulikoulutuksia, joiden avulla ohjaajat voivat syventää osaamistaan.

Joukkuevoimistelun valmentajat hankkivat lisäkoulutusta ja pätevöitymistä lajiinsa liittyvillä lajitaidon kursseilla, fyysisen valmennuksen kursseilla, ideapäivillä sekä tuomarikoulutuksen avulla.

Aikuisten ohjaajien peruskurssina on Ryhmäliikunnan peruskoulutus ja lisäksi he osallistuvat mahdollisuuksien mukaan Suomen Voimisteluliiton järjestämille aikuistenohjaajille tarkoitetuille ideapäiville. Aikuisten ohjaajat ovat hankkineet itselleen perus- ja täydennyskoulutusta myös muiden tahojen järjestämistä koulutuksista.

Johtokunnan jäsenet osallistuvat mahdollisuuksien mukaan heille tarkoitetuille kursseille ja erilaisiin tapaamisiin ja kokouksiin. Heille sopivia kouluttautumistilaisuuksia ovat Seurakohtaaminen, Seurapäivät, Tähtiseura-päivät. Lisäksi Voimisteluliitto järjestää erilaisia webinaareja, esim. hallintoon, viestintään ja rekrytointiin liittyen.

2. MARKKINOINTI

VISIO

Säkylän Syke tarjoaa liikunnan elämyksiä kaikenikäisille.

SISÄINEN MARKKINOINTI

Kaikki seuratoimijat ovat sitoutuneet positiivisen mielikuvan rakentamiseen. Toimintalinjauksen avulla seuratoimijoilla on selkeä kuva seuran arvoista ja eettisistä linjauksista. Seuran toimintalinjaus tullaan tarkistamaan ja päivittämään tulevana vuonna 2026.

- Kaikki ovat tervetulleita seuran toimintaan.
- Jäsenet saavat onnistumisen elämyksiä.
- Lapset, nuoret ja aikuiset saavat eväitä terveelliseen elämäntapaan ja liikunnasta tulee osa heidän jokapäiväistä toimintaansa.

ULKOINEN MARKKINOINTI

Säkylän Syke ry on paikkakunnalla tunnettu liikuntaseura, jonka toiminta on laadukasta, monipuolista ja luotettavaa.

Seura käyttää hyödyksi Suomen Voimisteluliiton antamaa valtakunnallisen markkinoinnin tukea.

YHTEISTYÖN KEHITTÄMINEN

Säkylän Syke on haluttu ja luotettava yhteistyökumppani. Yhteistyökumppanina seura on vastuullinen, pitkäjänteinen ja muutosvalmis. Yhteistyötä tullaan kehittämään jatkossakin kunnan, muiden paikallisten seurojen ja yhdistysten kanssa. Tärkeä osatekijä yhteistyölle on mm. Seurafoorumin toimintaan osallistuminen ja sen jäsenenä toimiminen.

Tavoitteena tulevaisuudessakin on, että seura etsii ja löytää uusia, luontevia yhteistyökumppaneita toimintansa vahvistamiseksi.

SEURAN PELISÄÄNNÖT

- Seuran jäsenillä on turvallinen liikuntaympäristö.
- Kaikilla on osallistumismahdollisuus.
- Seura tarjoaa mahdollisimman monenlaisia liikuntalajeja ja -muotoja.
- Seuralla on koulutetut ohjaajat ja ohjaajahuolto.
- Seura tarjoaa liikunnan iloa ja onnistumisen elämyksiä.
- Vuorovaikutus toteutuu johtokunnan, ohjaajien, jäsenten ja eri sidosryhmien välillä.

3. VIESTINTÄ

TOIMINTA-AJATUS

Monipuolistetaan kanssakäymistä lehdistön, kuntalaisten, sidosryhmien ja oman jäsenistön kanssa. Tuodaan esiin tasapuolisesti lasten ja nuorten liikuntaa, aikuisten liikuntaa sekä kilpailu- ja valmennustoimintaa. Tiedotetaan jäsenille ja yhteistyökumppaneille mm. Suomisportin, omien kotisivujen, Facebookin ja Instagramin kautta.

Suomen Voimisteluliiton tuottamien tiedotteiden jakaminen jäsenistölle, ohjaajille ja seuratoimijoille.

PAINOPISTEALUEET

- Liikunnan yhteiskunnallisen merkityksen ja terveyttä edistävien vaikutusten korostaminen (terveysliikunta).
- Seuran aseman ja näkyvyyden säilyttäminen sekä kehittäminen mm. paikallislehden palstoilla.

VÄLINEET

Internetin kotisivut: sakylansyke.fi

Seuran omat Facebook-sivut ja Instagram sekä ryhmien omat whatsapp -ryhmät

Suomisport

Paikallislehti Alasatakunta

Tapahtumat (mm. näytökset, eri teematemppaukset; ystävänpäivä, kesäjumppa, kunnan pukkijuoksu)

Seuran toimintaesite ja toimintalinjaus

Tiedotteet (sähköiset) ryhmissä kauden aikana

Toiminta- ja taloussuunnitelma

Vuosikertomus



4. GYMNAESTRADA

Seurasta lähdetään ensi kesänä Voimisteluliiton suurtapahtumaan Gymnaestradaan Joensuuhun. Tapahtuma huipentuu upeaan kenttänäytökseen, jossa esiintyvät tuhannet voimistelijat. Kenttäohjelmien harjoittelu aloitettiin jo syksyllä 2025. Ilmoittautuminen tapahtuu helmikuussa 2026. Kenttäohjelmien lisäksi Siennasta, Violettesta ja Corallista osallistuu tyttöjä kaupunkilavaohjelmalla. Lisäksi on haettu iltanäytösohjelmaan.

Seurasta osallistutaan seuraaviin ohjelmiin:

Kesä ja kaverit lasten helpompi voimisteluohjelma

Sulamispiste aikuisten helpompi voimisteluohjelma

Täältä tullaan maailma aikuisten vaativampi voimisteluohjelma

Vauhti kiihtyy senioriohjelma

GYMNAESTRADA
4-7.6. JOENSUU 2026
LIIKKEEN JA VOIMISTELUN SUPERTAPAHTUMA

5. KANSAINVÄLISYYS

TOIMINTASUUNNITELMA

Vuonna 2026 seurastamme ei ole suunnitelmissa osallistua kansainvälisiin tapahtumiin.

TALOUS JA HALLINTO

Kulujen peittämiseksi Säkylän Syke ry kerää tuloja varsinaisesta toiminnastaan. Toisin sanoen ne tuotot/kulut, jotka tulevat suoraan seuran toiminnasta luetaan kuuluvaksi **varsinaiseen toimintaan**. Tällaisia tuottoja ovat esim. ryhmäkohtaisesti kerätyt maksut, kuten valmennus-, tai aikuisten toimintamaksut. Vastaavasti kuluja ovat esim. ohjaajapalkkiot, salivuokrat sekä erilaiset kokous-, tiedotus- ja matkakulut.

Varainhankinta, jota voidaan kutsua myös varsinaiseksi taloudelliseksi toiminnaksi, muodostuu tuotoista/kuluista, joita kerätään seuran toiminnan ja talouden tukemiseksi. Esimerkiksi jäsenmaksutulot, erilaisten talkoiden ja näytösten tuotot ovat varainhankintaa.

Säkylän Syke ry saa hakemuksesta kunnalta ja muilta tahoilta **avustuksia** seuran toimintaan. Avustuksia olemme saaneet kunnan lisäksi myös esim. Säkylän Opintorahastoyhdistys ry:ltä.

Seura järjestää varainkeruutalkoita pitkin vuotta mahdollisuuksien mukaan.

TUOTOT:

Varsinainen toiminta	34,5%
ryhmäkohtaisesti kerätyt maksut	34,5%
muut varsinaisen toiminnan tuotot	0%
Varainhankinta	37,5%
jäsenmaksut	17%
näytökset ja tapahtumat	3%
muut (sis. wc- ja talouspaperimyynnit, yms.)	17,5%
Avustukset (kunnan perusavustus)	28%

KULUT

Varsinainen toiminta	100%
ohjaajapalkkiot	66%
salivuokrat	14%
ohjaajien ja valmentajien koulutus	2%
jäsenmaksut ja tapaturmavakuutukset (jäsenille)	4%
muut (sis. tunti-lisenssit, huomionosoitukset yms.)	13%
Varainhankinta	0%

TOIMINTAKALENTERI 2026

TAMMIKUU

johtokunnan kokous
viikko 2-3 avoimet ovet tunneille

HELMIKUU

johtokunnan kokous
vko 8 joukkuevoimistelukisat
hiihtoloma

MAALISKUU

johtokunnan kokous
auditointi
Lastenkilpailutapahtuma +
Stara
Tanssi Cup 3
Suomen Voimisteluliiton
kevätkokous seuran
kevätkokous

HUHTIKUU

johtokunnan kokous
Show Your Dance by Cailap
showtanssikilpailu
Magic Move- tanssikatselmus

jumpat päättyvät viikolla 17

TOUKOKUU

johtokunnan kokous
liikuntanäytös
kesäjumppaa

KESÄKUU

kesäjumppaa

Gymnaestrada 2026

HEINÄKUU

kesäjumppaa

ELOKUU

johtokunnan kokous
ohjaajien ja valmentajien palaverit viikolla 32-33

SYYSKUU

johtokunnan kokous
tunnit alkavat viikolla 36 ~ avoimet ovet tunneille

LOKAKUU

johtokunnan kokous
Suomen Voimisteluliiton
Länsi-Suomen alueen
Seurapäivä

vko 43 syysloma

MARRASKUU

johtokunnan kokous
Suomen Voimisteluliiton
syyskokous seuran
syyskokous
Joukkuevoimistelukisat
Show Your Dance by Cailap
Stara

JOULUKUU

viikolla 50 seuran joulunäytös
Magic Move tanssikatselmus

tunnit päättyvät viikolla 50