



Tampereen Pyrinnön yleisurheilun toimintakäsikirja

1	Toiminnan tarkoitus	3
1.1	Arvot.....	3
1.2	Strategia.....	5
1.3	Toimintasäännöt	5
1.4	Seuran hallitus	6
2	Yleisurheilujaoston organisaatio.....	6
2.1	Jaoston vastuuhenkilöiden tehtävät	7
2.1.1	Puheenjohtaja	7
2.1.2	Ryhmänjohtajien edustaja	7
2.1.3	Vapaaehtoistoiminnan koordinoija	7
2.1.4	Kilpaurheilun koordinoija	7
2.1.5	Valmentajien edustaja	8
2.1.6	Urheilijoiden edustaja	8
2.1.7	Tiedotusvastaava	8
2.1.8	Kilpailuvastaava	8
2.1.9	Nuorisovastaava	9
2.1.10	Sihteeri & talousvastaava (Seuran toimisto).....	9
2.2	Vuosikello	9
3	Eettiset pelisäännöt	9
3.1	Valmentaja.....	10
3.2	Urheilija.....	12
3.3	Sidosryhmien jäsenet.....	13
4	Talous.....	13
4.1	Varainhankinta	13
4.2	Valmennusryhmämaksut kaudella 2022-2023	14
4.2.1	Juniorivalmennusryhmät (8-11 –vuotiaat)	14
4.2.2	Valmennusryhmät (12-13 –vuotiaat)	14
4.2.3	Yleisurheiluryhmä (12-15 –vuotiaat).....	15
4.2.4	Junioreiden juoksukoulu (10-13 –vuotiaat)	15
4.2.5	Valmennusryhmät (14-17 –vuotiaat)	15
4.2.6	Valmennus yli 16-vuotiaille.....	16
4.3	Valmentajien kulukorvaukset.....	16
4.3.1	Alle 17-vuotiaita urheilijoita valmentavat	17
4.3.2	Yli 17-vuotiaita urheilijoita valmentavat	17
4.3.3	Muut tuet.....	17
4.3.4	Kulukorvausten laskuttaminen.....	17
4.4	Urheilijoiden valmennustukijärjestelmä.....	17
4.4.1	Urheilijasopimukset	18
4.5	Osanottomaksut	19
4.6	Lisenssi ja vakuutus.....	20



4.7	Kilpailuasujen maksut	20
5	Valmennustoiminta	20
5.1	Valmennusvastaavat	20
5.1.1	Urheilukoulukoordinaattori	20
5.1.2	Valmennusvastaava	20
5.1.3	Sarjavastaavat	21
5.2	Urheilijanpolku	21
5.2.1	”Kaikille mahdollisuus” –rahasto	21
5.3	Valmentajanpolku	22
5.3.1	Valmentajien koulutus	22
5.4	Huippu-urheilu	22
5.4.1	Huippu-urheilutiimi	23
Huippu-urheilutiimin toimintaa valvoo ja ohjaa yleisurheilujaosto. Huippu-urheilutiimin sihteerinä toimii seuran toiminnanjohtaja ja lisäksi huippu-urheilutiimissä on edustaja seuran hallituksesta.		24
5.5	Valmennusryhmätoiminta, yli 14-vuotiaat	24
5.5.1	Lajiklinikat	24
5.6	Junioritoiminta, alle 14-vuotiaat	24
5.6.1	Juniorivalmennusryhmät 8-11 –vuotiaat	24
5.6.2	Valmennusryhmät 12-13 –vuotiaat	25
5.6.3	Junioreiden juoksukoulu	25
5.7	Kesätoiminta	26
5.7.1	HIPPO-urheilukoulut	26
5.7.2	HIPPO-viikkokisat	26
5.8	Urheilukoulutoiminta	27
5.8.1	Talvikauden urheilukoulu alle 8-vuotiaat	27
5.8.2	Yleisurheiluryhmä (12-15-vuotiaat)	27
5.9	Kouluyhteistyö	27
5.9.1	Lupa liikkua –tunnit	27
5.9.2	Lupa harrastaa –kerhot	27
5.10	Kansainvälinen yhteistyö	28
5.10.1	HSV	28
5.10.2	Vuosittainen ulkomaan kisareissu	28
5.11	Leiritoiminta	28
5.11.1	Terve urheilija –leiri	28
5.11.2	Seuran etelänleiri	29
6	Ryhmänjohtajat	29
6.1	18+ urheilijoiden tiedotus	29
7	SM- ja pm-kilpailut	29
7.1	Ilmoittautuminen SM- ja pm-kilpailuihin	29
7.2	Matkakulut SM-kisoihin	30
7.3	Majoittuminen SM-kisoissa	30
7.4	Ruokailut SM-kilpailuissa	30
8	Kilpailutoiminta	30



8.1	Kilpailutoiminnan tavoitteet.....	30
8.2	Tärkeimmät kilpailut	31
8.3	Kilpailujen hakeminen	32
8.4	Kilpailujen käytännön järjestelyt.....	32
8.5	Kilpailuihin liittyvää materiaalia.....	33
9	Toimitsijat	33
9.1	Toimitsijoiden rekrytointi.....	33
9.2	Tuomarikoulutus	34
9.3	Tehtäväkuvaukset.....	34
9.3.1	Rakentaminen.....	34
9.3.2	Kenttälajit ja juoksut	35
9.3.3	Ensiapu ja anti-doping avustus	35
9.3.4	Kuulutus	35
9.3.5	Kahvio/ruokahuolto	35
9.3.6	Vapaaehtoiskeskus	35
9.3.7	Calling.....	35
9.3.8	Maalikamera.....	36
9.3.9	Lähettiläjä.....	36
9.3.10	Tulospalvelu/Pöytäkirjat	36
9.3.11	Turvallisuus ja liikenteenohjaus.....	36
9.3.12	Yleisöohjaus.....	36
9.3.13	VIP ja Media avustajat.....	37
9.3.14	Sometiimi	37
9.3.15	Kilpailukanslia (TIC)	37
9.3.16	Lipunmyynti.....	37
10	Viestintä	37
10.1	Sisäinen viestintä	37
10.2	Sosiaalinen media	38
10.3	Kriisiviestintä.....	38
11	Muutoshistoria	38

1 Toiminnan tarkoitus

Tampereen Pyrintö on perustettu vuonna 1896. Seuran tarkoituksena on edistää liikuntaharrastusta seuran toiminta-alueella, siten, että mahdollisimman moni seuran jäsen harrastaisi kunto-, kilpa- tai huippu-urheilua edellytystensä ja tarpeidensa mukaisesti sekä osallistuisi seuran toimintaan.

1.1 Arvot

Tampereen Pyrinnön arvot ovat yhteiset koko seuralle ja niihin myös yleisurheilujaosto on sitoutunut.



Seuramme arvot ovat

Elämyksellisyys

- Urheilutapahtumia kaiken ikäisille: eri tasoisia tapahtumia (lasten urheilusta aina kansainvälisiin tapahtumiin) niin paikan päällä kuin television välityksellä
- Tarjotaan mahdollisuuksia olla vapaaehtoisena monipuolisesti seuran tapahtumissa
- Mahdollisuus kokeilla erilaisia lajeja, eri ikäisenä
- Kohtaaminen oman seuran legendojen, nykyisten huippu-urheilijoiden ja tulevaisuuden tähtien välillä

Osaaminen

- Seuran toimijoiden (valmentajat, toimitsijat, vapaaehtoiset) kouluttaminen
- Toimijoiden osaamisen tunnustaminen ja tunnistaminen
- Jatkuva kehittäminen ja kouluttaminen
- Seuran toimihenkilöiden kehittymisen tukeminen
- Tiedonvaihtaminen, mentorointi

Tuloksellisuus

- Urheilumenestys
- Hallinnon ja lajijaostojen vastuullinen taloudenhoito
- Määrälliset ja laadulliset perustoiminnan tavoitteet
- Kokonaisvaltaisesti onnistuneet tapahtumat

Vastuullisuus

- Turvallinen harrastus- ja urheilu ympäristö
- Yhteiset tapahtumajärjestämisen tukitoimet ja välineistö
- Monipuolinen toimintaympäristö
- Urheilijan kaksoisuran tukeminen



- Ympäristöasioiden huomioiminen varsinaisessa toiminnassa sekä tapahtumissa

Yhteisöllisyys

- #munseura
- elämänmittainen pyrintöläisyys
- mahdollisuus toimia useassa eri roolissa
- ”urheilen aikani, olen seuratoiminnassa ikäni”
- Iso verkosto, ylpeys ”meistä”
- Yhteiset tilaisuudet, kohtaamiset, Pyrintöläinen-lehti

Lisätietoa: <https://tampereenpyrinto.fi/arvot/>

1.2 Strategia

Pitkän tähtäisen huippuseurastragia ohjaa yleisurheilujaoston toimintaa ja tavoitteita ja sen mukaisesti haluamme olla vuoteen 2030 mennessä:

- Euroopan houkuttelevin yleisseura.
- Suomen johtavin seura kansainvälisten huippu-urheilijoiden kasvatuksessa.
- Yksi Euroopan luotettavimmista kansainvälisten yleisurheilutapahtumien järjestäjistä.
- Paras seura valmentaa.
- Suomen houkuttelevin seuratoimijoiden yhteisö.
- Suomen parhaat ympärivuotiset olosuhteet.

1.3 Toimintasäännöt

Tampereen Pyrintö r.y.:n toimintasäännöt ovat yhteiset koko seuralle.

<https://tampereenpyrinto.fi/toimintasaannot/>



1.4 Seuran hallitus

Seuran toimintaa ja taloutta hoitaa hallitus, johon kuuluu kahdeksi vuodeksi valittu puheenjohtaja, ja kahdeksi vuodeksi valitut 10 jäsentä. Hallitus kokoontuu 10 kertaa vuodessa. Hallituksen sihteerinä ja esittelijänä toimii seuran toiminnanjohtaja.

Seuran hallitus valvoo jaostojen toimintaa ja jaostot raportoivat hallitukselle. Jaostojen taloustilanne käydään seuran hallituksessa läpi kolme kertaa vuodessa.

Seuran hallitus yhdessä jaostojen puheenjohtajien kanssa määrittää vuosittaiset toimintasuunnitelman raamit ja painopisteet.

2 Yleisurheilujaoston organisaatio

Yleisurheilu on yksi Tampereen Pyrintön suurimmista jaostoista. Sen toimintaa johtaa jaostojohtokunta. Yleisurheilujaoston jaostojohtokunta laatii toimintaansa ohjaamaan vuosittain toimintasuunnitelman, joka johdetaan seuran hallituksen määrittämistä painopisteistä. Toiminnalle asetetaan vuosittain painopisteiden mukaisia tavoitteita. Tavoitteiden saavuttamista varten laaditaan toimenpiteitä, joiden toteutumista seurataan asetetuilla mittareilla. Tavoitteiden vastuuhenkilöt raportoivat toimenpiteiden etenemisestä kokouksissa läpi vuoden.

Jaostojohtokunta voi päättää sisäisestä toiminnastaan kuitenkin siten, että seuran hallitus vahvistaa jaostojohtokunnan tekemät oikeustoimet. Jaostojohtokunta esittää seuran vuosikokoukselle ehdokkaansa jaostojohtokunnan puheenjohtajaksi ja 4-11 jäseneksi.

Yleisurheilujaosto raportoi oman katsauksensa kuukausittain seuran hallitukselle. Kolmesti vuodessa raportoidaan myös taloustilanne. Jaostojohtokunnan on hyväksyttävä jaoston tilinpäätös ja toimintakertomus ennen niiden seuran hallitukselle esittämistä. Seuran kevätkokous hyväksyy yleisurheilujaoston vuosittaisen tilinpäätöksen ja toimintakertomuksen.

Jaostojohtokunnan syyskokous pidetään marraskuussa. Siellä päätettävänä asioina on budjetti ja toimintasuunnitelma seuraavalle vuodelle, kuten myös esitys jaostojohtokunnan kokoonpanosta (puheenjohtaja ja jäsenet) seuran syyskokoukselle.

Jaostojohtokuntaan kuuluu vuonna 2023 puheenjohtajan lisäksi ryhmänjohtajien edustaja, vapaaehtoistoiminnan koordinoija, kilpailurheilun koordinoija, valmentajien edustaja (2), urheilijoiden edustaja (2), tiedotusvastaava (3), kilpailuvastaava ja nuorisovastaava. Lisäksi jaoston johtokunnan kokouksiin osallistuu seuran toiminnanjohtaja sihteerin & talousvastaavan roolissa.

Valmennusvastaava ja urheilukoulukoordinaattori eivät kuulu jaostojohtokuntaan, mutta raportoivat jokaiseen kokoukseen ja osallistuvat tarvittaessa varsinaiseen kokoukseen.



2.1 Jaoston vastuuhenkilöiden tehtävät

2.1.1 Puheenjohtaja

- yleinen jaoston johto
- jaoston edustaja sidosryhmien suuntaan
- kokouksien valmistelu ja johto
- päätösten toteutusvastuu

2.1.2 Ryhmänjohtajien edustaja

- Edustaa eri ryhmiä ja ryhmänjohtajia
- Auttaa vapaaehtoisten rekrytoinnissa tapahtumiin
- Tuo vanhempien ääntä jaoston kokouksiin
- Kehittää vapaaehtoisten rekrytointiprosessia

2.1.3 Vapaaehtoistoiminnan koordinoija

- Kehittää vapaaehtoisten rekrytointiprosessia
- Kehittää kilpailuiden ja tapahtumien henkilöstöhallintaa
- Vastaa vapaaehtoispuolen tiedottamisesta
- Nettisivujen, somen, viestinnän avustaminen

2.1.4 Kilpaurheilun koordinoija

- Kulukorvausten, stipendien ja kilpailumatkojen laskujen hyväksyminen
- Pm- ja sm-kisojen ilmoittautumiset, majoitusvaraukset, koordinointi



2.1.5 *Valmentajien edustaja*

- Edustaa jaostossa valmentajia
- Tuo palautetta valmentajilta
- Asiantuntija valmennusta koskevissa päätöksissä
- Huippuseurastrategia

2.1.6 *Urheilijoiden edustaja*

- Edustaa jaostossa urheilijoita
- Tuo palautetta urheilijoilta
- Luo urheilijoiden yhteishenkeä, #munseura - meininkiä

2.1.7 *Tiedotusvastaava*

- Pyrintöläinen-lehteen tulevien juttujen koordinointi Reetta
- Aamulehden tapahtumakalenteri Laura
- Sosiaalinen media Reetta & Aleks
- nettisivujen päivitykset

2.1.8 *Kilpailuvastaava*

- Toimitsijoiden koulutukset, kilpailujohtajien polku
- Uusien talenttien löytäminen (lähetys, kilpailunjohto, lajihohtajat)
- Sääntömuutokset - tiedottamiset
- Kilpailujen anominen/hakeminen yhdessä toimiston kanssa
- Kilpailujen käytännön järjestelyt (aikataulut, valmistelut)
- Kilpailuiden välineistö: koordinointi kaupungin kanssa



2.1.9 Nuorisovastaava

- Edustaa jaostossa ryhmävalmentajia
- Koordinoi alle 13 vuotiaiden toimintaa
- Junnutilastojen ja 7-ottelun koordinointi

2.1.10 Sihteeri & talousvastaava (Seuran toimisto)

- Kokouksien pöytäkirjat
- Jaoston kirjeenvaihto
- Jaoston talouden seuranta ja raportointi kokouksissa
- Laskujen hyväksyntä
- Tapahtumien hallinnolliset valmistelut
- Lajiliitto- ja kaupunkiyhteydet (vaikutustyö)
- Palkallisten esimiestyö
- Laskutukset, lisenssit, asutilaukset

2.2 Vuosikello

Jaostojohtokunta kokoontuu erikseen sovittavan kokousaikataulun mukaisesti. Jokaisessa kokouksessa käsiteltävän tilanne- ja sektorikohtaisten katsausten lisäksi paneudutaan laaditun vuosikellon mukaisesti lisäksi 1-3 aihealueeseen tarkemmin niiden ajankohtaisuuden vuoksi.

Lisätietoa: ***Vuosikello 2023.***

3 Eettiset pelisäännöt

Yleisurheilujaostossa noudatetaan reilun pelin periaatteita ja olemme sitoutuneet Suomen Urheiluliiton vastuullisuusohjelmaan: Lisätietoa:
<https://www.yleisurheilu.fi/seurat/vastuullisuus/>



1. Toisen ihmisen ja elämän kunnioitus.
2. Terveiden ja hyvinvoinnin edistäminen.
3. Vastuu kasvatuksesta.
4. Avoimuus, demokratia, rehellisyys ja oikeudenmukaisuus.
5. Kaikkien tasavertainen oikeus liikuntaan ja urheiluun.
6. Kestävä kehitys ja luonnon kunnioittaminen.

Yleisurheilujaoston toimijoille on laadittu eettiset pelisäännöt. Koko seuran tasolla kehitetään yhteisiä periaatteita ja malleja.

3.1 Valmentaja

Tampereen Pyrinnön yleisurheilujaostossa toimiva valmentaja

- Kunnioittaa jokaisen urheilijan oikeuksia ja ymmärtää jokaisen urheilijan arvon omassa ryhmässään riippumatta urheilijan taustasta tai kyvyistä.
- Asettaa urheilijan hyvinvoinnin ja turvallisuuden aina tuloksenteon yläpuolelle.
- Pyrkii estämään asiatonta käyttäytymistä ja kielenkäyttöä omassa ryhmässään sekä kaikissa mahdollisissa sidosryhmissä.
- Ei koskaan aseta itseään sellaiseen tilanteeseen, jossa haavoittuvan urheilijan hyväksikäyttö tai huono kohtelu voisi olla edes teoriassa mahdollista.
- Varmistaa olevansa riittävän hyvin koulutettu tehtävään, jossa hän seurassa toimii. On halukas kehittämään itseään valmentajana seuran ja Suomen Urheiluliiton tarjoamien koulutusmahdollisuuksien puitteissa.
- Ymmärtää valmentajan roolin asettamat vaatimukset ja valmentajan / urheilijan välisen suhteen herkkyyden sekä etenkin ystävyyden ja intimitetin terveen suhteen.
- On vastuussa siitä, että on suunnitellut jokaisen harjoituksen etukäteen niin hyvin, että ryhmän jokaisella urheilijalla on mahdollisuus tehdä kykyjensä mukainen, hyödyllinen harjoitus.
- On aina valmis selittämään urheilijoilleen, millaisesta harjoituksesta milloinkin on kysymys ja miksi se milloinkin tehdään.
- Ymmärtää, että jokainen harjoitus on vedettävä intohimoisesti, eikä pelkästään viran puolesta – korostaen urheilun positiivisia puolia, etunenässä rehti peli, kaikkensa yrittäminen ja terveys.



- Käyttäytyy ja toimii esimerkillisesti harjoituksessa ja kaikissa muissa mahdollisissa urheilijan kohtaamistilanteissa. On itse esimerkkinä joka hetki kaikissa tilanteissa, mukaan lukien haitallisten elämäntapojen kuten tupakoinnin, alkoholinkäytön, huumausaineiden sekä kiellettyjen lääkeaineiden käytön suhteen. Ainoa mahdollinen toleranssi on nollatoleranssi.
- On aina roolimalli ja kunnioittaa tätä asemaansa sekä ymmärtää sen sisältämät vaatimukset.
- Pyytää aina luvan ja selittää tarkoituksen koskettaessaan urheilijaa. Ymmärtää nuoren urheilijan herkkyyden kyseisessä tilanteessa.
- Toimii vilpittömässä yhteistyössä urheilijoiden parhaaksi muiden valmentajien, managerien, lääkäreiden, fysioterapeuttien, seurajohdon, urheilijoiden vanhempien ja muiden sidosryhmien kanssa.
- Kuuntelee ja ymmärtää valmennettaviaan joka tilanteessa ja saa heidät tuntemaan, että he ovat valmentajalle tärkeitä harjoituksissa ja myös niiden ulkopuolella.
- Suhtautuu urheilijoiden antamaan palautteeseen vakavasti. Ymmärtää urheilijan mahdollisia ongelmia sekä on valmis ymmärtämään, että koti ja koulu voivat olla monissa tapauksissa urheilijalle vähintään yhtä tärkeitä – elleivät tärkeämpiä – asioita kuin urheileminen.
- Ymmärtää tosiasiat sen suhteen, ketä hänen on järkevää valmentaa ja ymmärtää, jos omat kyvyt eivät riitä valmentamaan urheilijaa hänen potentiaalinsa sallimissa rajoissa. Ajattelee aina urheilijan parasta, eikä koskaan aseta omaa etuaan tämän edelle. Ymmärtää, koska omat kyvyt ovat rajalliset ja on aika ohjata urheilija osaavampiin käsiin.
- Kunnioittaa myös toisia valmentajia sekä heidän toimintatapojaan. Ei himoitse lähimmäisensä valmennettavia.
- Reagoi poikkeuksesta tilanteeseen, jossa näkee urheilijoita kohdeltavan fyysisesti, verbaalisesti tai muilla tavoin sopimattomasti ja raportoi näistä tilanteista poikkeuksesta seuran johdolle.
- Ymmärtää kodin ja urheilijan läheisten merkityksen, eikä ylitä valtuuksiaan vain urheilutulosten saavuttamiseksi, mikäli urheilijan kotiasiat ja henkilökohtainen elämä sotivat sitä vastaan. On aina valmis keskustelemaan em. asioista urheilijan ja kodin ehdoilla.



3.2 Urheilija

Tampereen Pyrinnön yleisurheilujaostossa toimiva urheilija:

- Ymmärtää vastuunsa urheilijana ja ihmisenä sekä lupaa käyttäytyä hyvin ja vastuullisesti harjoituksissa, kilpailuissa ja muissa yhteisissä tapahtumissa.
- Kohtelee muita urheilijoita poikkeuksetta kunnioittavasti ja korrektisti, hyväksyy sekä harjoituskavereidensa että kilpakumppaneidensa erilaisuuden ja yksilöllisyyden koskaan väheksymättä tai halveksimatta heitä.
- Ei koskaan saata omaa seuraansa tai ryhmäänsä huonoon valoon. Arvostaa seuraansa sekä sen toiminnassa mukana olevien ihmisten panosta. Ymmärtää, että jokainen yleisurheilussa toimiva henkilö on mukana omasta tahdostaan ja halustaan, oli sitten kyse kilpailujen järjestäjistä, toimitsijoista tai kenestä tahansa.
- Osallistuu aina harjoituksiin intohimoisesti ja haluaa harjoitella niin hyvin kuin mahdollista.
- Ilmoittaa valmentajalleen poikkeuksetta, jos saa valmennusapua jostakin muualta tai jos on halukas valmentautumaan jonkun toisen valmentajan opeilla.
- Noudattaa aina valmentajansa antamia ohjeita ja ilmoittaa, jos on niistä eri mieltä. Kysyy aina, kun haluaa tietää, miksi jotakin harjoitusta tehdään.
- Sitoutuu tulemaan aina ajoissa harjoituksiin ja asennoitumaan jokaiseen harjoitukseen parhaan kykynsä mukaan innostaen myös muita harjoitusryhmänsä urheilijoita.
- Ymmärtää oikean ravinnon, unen, lihashuollon sekä terveellisten elintapojen merkityksen omassa urheiluharrastuksessaan.
- On valmis keskustelemaan valmentajansa kanssa, jos jokin henkilökohtainen asia esimerkiksi koulussa tai kotona estää tai vaikeuttaa harjoittelua tai kilpailemista.
- Ymmärtää roolinsa urheilijana sekä mahdollisena esikuvana sekä sen asettamat vaatimukset. Sitoutuu noudattamaan hyviä ja esimerkillisiä elintapoja harjoituksissa, kilpailuissa sekä kaikissa muissa yhteisissä tapaamisissa.
- Ilmoittaa heti seuran johdolle tai muille valmentajille, jos havaitsee minkäänlaista epäasiallista tai sopimatonta käyttäytymistä valmentajien tai muiden urheilijoiden taholta.



- On valmis ottamaan henkilökohtaisesti vastuun siitä, että hoitaa poikkeuksetta parhaalla mahdollisella tavalla verryttelyt, venyttelyt, valmistautumiset harjoituksiin tai kilpailuihin sekä niiden suorittamisen.
- Haluaa kilpailla ja antaa aina kaikkensa, eikä suhtaudu kilpailemiseen yliolkaisesti. Yrittää aina parhaansa. Pitää kunnia-asiana seuransa edustamista sekä Pyrinnön paidan pukemista päälle.
- Kunnioittaa valmentajaansa sekä kaikkia muita sellaisia ihmisiä kotona, koulussa ja urheiluseurassa, jotka vaikuttavat positiivisesti hänen harjoitteluunsa ja urheilemiseensa.

3.3 Sidosryhmien jäsenet

Tampereen Pyrinnön yleisurheilujaostossa toimiva sidosryhmän jäsenet (toimisija, tuomari, jaoston jäsen, urheilijan vanhempi, tukiryhmä, sponsori):

- Ovat tutustuneet edellä kirjattuihin valmentajan ja urheilijoiden vastuihin, velvollisuuksiin ja oikeuksiin ja sitoutuu soveltamaan niihin kirjattuja periaatteita omissa Pyrintöön ja urheilemiseen liittyvissä toimissaan.
- Erityisesti huolehtivat siitä, että kaikkia oman seuran (ja kilpailutilanteissa kaikkien muidenkin seurojen) urheilijoita, heidän valmentajiaan, huoltajiaan ja vanhempiaan sekä kilpailuihin saapunutta yleisöä kohdellaan asiallisesti, tasapuolisesti, ehdottoman oikeudenmukaisesti ja heidän persoonallisuuttaan kunnioittaen unohtamatta yksittäistapauksissa urheilun reilun pelin henkeä.
- Harjoituksissa ja kilpailuissa sidosryhmien tehtävänä on tukea ja kannustaa urheilijoita tekemään parhaansa. Valmennusvastuu on urheilijan henkilökohtaisella valmentajalla tai valmennusryhmän vetäjillä. Tämä koskee harjoitusten läpivientiä, joukkueiden ja lajien valintaa seuraotteluihin ja viesteihin sekä käytännön ohjausta kilpailujen aikana.

4 Talous

4.1 Varainhankinta

Tapahtumat ovat yksi yleisurheilujaoston taloudellisista kivijaloista. Seuralla on useita vuosittain toistuvia tapahtumia, joiden taloudellinen tuotto on merkittävä.

Tapahtumien, laajan perustoiminnan sekä suuren kesäurheilukoulutoiminnan avulla perustoiminnan maksut pystytään pitämään kohtuullisina. Kumppaninhankinta ulottuu seurataso kumppaneihin sekä tapahtumien tukijoihin.



4.2 Valmennusryhmämaksut kaudella 2022-2023

Valmennusryhmien vuosimaksu kattaa koko toimintakauden (lokakuu 2022 – syyskuu 2023). Sisältö vaihtelee ikäryhmittäin.

Ikäryhmä	Syntymävuosi	Vuosimaksu	Harjoituksia / vko	Toimintakausi
8-11 -vuotiaat	2015-2012	270 €	2	10/22-09/23
12-13 -vuotiaat	2011-2010	380 €	3	10/22-09/23
12-15 -vuotiaat	2011-2008	250 €	2	10/22-09/23
10-13 -vuotiaat	2013-2010	120 € (150 €)	1	11/22-05/23
14-17 -vuotiaat	2009-2006	590 €	4-5	10/22-09/23

4.2.1 Juniorivalmennusryhmät (8-11 –vuotiaat)

Vuosimaksu sisältää:

- Harjoitusohjelman mukaiset ohjatut harjoitukset ja tapahtumat (keskimäärin 2 krt / viikko)
- Lisenssi
- Liikuntapaikkamaksut
- Pyrinnön heitto-, hyppy- ja maastocup sekä 6-/7-ottelu
- Osallistumismaksut pm-kisoihin ja Pyrinnön järjestämiin kisoihin
- Seuraottelumatkat

4.2.2 Valmennusryhmät (12-13 –vuotiaat)

Vuosimaksu sisältää:

- Harjoitusohjelman mukaiset ohjatut harjoitukset ja tapahtumat (keskimäärin 3 krt / viikko)
- Lisenssi
- Liikuntapaikkamaksut



- Painonnostajaoston vetämä tankojumppa
- Pyrinnön heitto-, hyppy- ja maastocup sekä 7-ottelu
- Osallistumismaksut pm-kisoihin ja Pyrinnön järjestämiin kisoihin
- Seuraottelumatkat

4.2.3 Yleisurheiluryhmä (12-15 –vuotiaat)

Vuosimaksu sisältää:

- Ohjatut harjoitukset 2x vko (ei treenejä koulujen loma-aikoina)
- Lisenssi
- Liikuntapaikkamaksut
- Osallistumismaksut pm-kisoihin ja kaikkiin Pyrinnön järjestämiin kisoihin
- Seuraottelumatkat, SM-kilpailut

4.2.4 Junioreiden juoksukoulu (10-13 –vuotiaat)

- Juoksukoulu sopii lisäharjoitteeksi niin yleisurheilun, suunnistuksen, hiihdon kuin palloilulajien harrastajille tai juoksusta muuten innostuneille lapsille ja nuorille.
- Juoksukoulun hinta on 150 euroa, Pyrinnön jäsenille 120 euroa
- Hinta sisältää harjoitukset, kerran viikossa (marraskuusta toukokuuhun)

4.2.5 Valmennusryhmät (14-17 –vuotiaat)

Vuosimaksu sisältää:

- Harjoitusohjelman mukaiset harjoitukset ja tapahtumat
- Lisenssi
- Liikuntapaikkamaksut
- Lajivalmentajien tekniikkatreenit



- Pyrinnön heitto-, hyppy- ja maastocup sekä 7-ottelu (14-15-vuotiaat)
- Osallistumismaksut pm-kisoihin ja Pyrinnön järjestämiin kisoihin
- Seuraottelumatkat
- SM-kilpailuiden osallistumismaksut, matkat, majoitus ja ruokailu (joissain tapauksissa pieni majoituksen omavastuuosuus mahdollinen)

4.2.6 Valmennus yli 16-vuotiaille

Yli 16-vuotiaiden urheilijoiden maksut riippuvat, kuinka valmennus on järjestetty. Ryhmävalmennuksella tarkoitetaan Pyrinnön ryhmävalmentajan vetämää ryhmää.

Kaikki maksut sisältävät:

- Harjoituspaikkamaksut
- Lisenssin.
- Osallistumismaksut seuran omiin kisoihin, pm-kisoihin sekä SM-kilpailuissa.
- SM-kilpailuissa seuran osoittaman majoituksen sekä seuran osoittaman ruokailun.
- Yhteistreenit + muun urheilijaohjelman.
- Pyrinnön urheilupaikkamaksut.

Maksu	19-22-vuotiaat	Yli 22-vuotiaat
Toimintamaksu	420 €	200 €
Ryhmävalmennus (sis. Toimintamaksu)	700 €	600 €
Jäsenmaksu	30 €	30 €

4.3 Valmentajien kulukorvaukset

Tampereen Pyrinnön valmentajien kulukorvauksiin vaikuttavat urheilijoiden ikä ja ryhmän koko, sekä valmentajan aktiivisuus. Korvausten laskuttamiseen käytetään lomaketta: **TP-YU-valmennuskertojen-raportointipohja_kausi-22-23.xlsx**



4.3.1 Alle 17-vuotiaita urheilijoita valmentavat

Valmentajakorvausten maksu muuttui kertaperusteiseksi kaudelle 2022-23. Valmentajan kertakorvauksen suuruus määräytyy oheisten periaatteiden mukaisesti.

Koulutustaso / valmennuskokemus	€ / kerta
Koulutus 1. taso tai 1-2-vuotta kokemusta	9
Koulutus 2. taso ja 3-5 vuotta kokemusta	12
Koulutus VAT, 3. taso, liikunnanohjaaja ja yli 5 vuotta kokemusta	16
Koulutus Veat tai liikuntatieteiden maisteri/kandi ja/tai yli 15 vuotta valmennuskokemusta	18

4.3.2 Yli 17-vuotiaita urheilijoita valmentavat

Yli 17-vuotiaiden urheilijoiden valmentajien korvaus kattaa koko kauden eli on kiinteä korvaus, joka määritetään kauden aluksi. Korvauksen suuruus perustuu urheilijoiden lukumäärään, joiden maksamista kausimaksuista %-osuus jyvitetään suoraan valmentajan kausikorvaukseen.

4.3.3 Muut tuet

Valmentajien kouluttautumiseen varataan vuosittain koulutusbudjetti, jonka käyttöön valmennusvastaava tekee esitykset varojen käytöstä. Lisäksi valmentajien arvokilpailumatkoja avustetaan harkinnanvaraisesti sekä Euroopassa että Euroopan ulkopuolella.

Tukikäytäntö arvioidaan vuosittain uudelleen.

4.3.4 Kulukorvausten laskuttaminen

Koko seuralla on käytössä yhteinen kulukorvauslomake: ***Pyrintön kulukorvauskaavake_2023.xlsx***.

4.4 Urheilijoiden valmennustukijärjestelmä

Yleisurheilujaosto myöntää urheilijoilleen valmennustukea, johon ovat oikeutettuja täysi-ikäiset urheilijat. Tuki myönnetään lähtökohtaisesti edellisen kauden tulosten perusteella laskutettavaksi seuralta valmennuskulukorvauksina. Urheilijoiden valmennustuet budjetoidaan vuosittain.



Valmennustuen määräytymiseen vaikuttaa luokkatulos, Kalevan malja –pisteet (25-30 €), arvokisaedustukset ja seuran eteen tehty pr-työ.

Vuosittaiset korvaussummat ovat 400-6000 euroa per urheilija. Yleisurheilujaoston maksimikorvaussumma on 3000 euroa. Mahdollinen lisäkorvaus, vähintään Team Finland -tason urheilijoille tulee seuran edustusurheilurahastosta.

Seura huomioi maajoukkueurheilijoita ja heidän valmentajiaan kausittain palkitsemistilaisuuksissa sekä yhteisissä siipihetkissä. Aiemmin liiton valtakunnallisessa seurarankingissa huomioitiin seurojen tuottamien arvokisaurheilijoiden määrät. Tämä kannustin olisi jatkossa tärkeä, jotta seuran olisi helppo tukea urheilijoita myös arvokisoihin pääsystä.

Valmennustukijärjestelmään kuuluu lisäksi, että yleisurheilujaosto vastaa SM-kilpailujen osanottomaksuista sekä matka-, majoitus- ja ruokailukuluista toimintakäsikirjassa esitettyjen periaatteiden mukaisesti.

4.4.1 Urheilijasopimukset

Jokaisen tukiurheilijan kanssa laaditaan edustussopimus tukikauden ajalle (yleisurheilun lisenssikausi). Sopimuksen perusteella urheilija sitoutuu noudattamaan Suomen Urheiluliiton sääntöjä, kansainvälisen yleisurheiluliiton (WA) antidoping-sääntöjä ja lisäksi sopimus velvoittaa urheilijan:

- Maksamaan seuran jäsenmaksun (30 euroa). Urheilija voi hakeutua myös Tampereen urheiluakatemiaan jäseneksi (hakemus suoraan akatemialle erillisen ohjeen mukaan). Hakea voivat kaikki urheilijat, myös ei-opiskelevat. Maksamaan seuran valmennusmaksun.
- Edustamaan seuraa kaikissa oman lajinsa SM-kilpailuissa sekä lajista riippuen myös pm-kilpailuissa. Edustusvelvollisuus koskee myös Turun viestiseuraottelua sekä seuran järjestämiä kansainvälisiä kisoja kuten esim. Tähtien kisat (kansainvälinen hallikisa) ja Motonet GP. Urheilija suhtautuu myös suopeasti muihin seuralle tärkeisiin kisoihin ja osallistuu kutsuttaessa mahdollisuuksiensa mukaan.
- Käyttämään kaikissa SM- ja pm-kilpailuissa virallista seuran verryttely- ja kilpailuasua. Lisäksi pyrkii käyttämään seuran edustusasuja kaikissa Tampereen Pyrintön järjestämissä kilpailuissa.
- Vastaamaan siitä, että edustusasuja käyttäessään sijoittaa kilpailunumeron siten, että tukijan mainokset kilpailuasussa jäävät kokonaisuudessaan näkyviin.



- Osallistumaan tarvittaessa seuran ryhmien harjoituksiin tai tapahtumiin PR-tarkoituksessa. Urheilijalle nimetään oma kummiryhmä, jonka harjoituksissa urheilija vieraillee muutamia kertoja kauden aikana.
- Pyrkimään tositaroituksella yhteisesti sovittuihin kilpailu- ja tulostavoitteisiin, käyttäytymään kaikissa olosuhteissa seurahenkeä edistävästi Pyrintö Rules mukaisesti, sekä yleisurheilujaoston eettisiä pelisääntöjä noudattaen.
- Huolehtimaan terveydentilastaan ja valmennuksen vaatimista huoltotoimenpiteistä niin, että kilpailulliset ja tulostavoitteet ovat näiltäkin osin saavutettavissa. Urheilijalla on oltava asianmukainen sairauskulu- ja tapaturmavakuutus. Seuran maksama lisenssi sisältää vain tapaturmavakuutuksen, ja yli 17-vuotiailla lisenssi ei sisällä mitään vakuutusta. Erittäin suositeltavaa oman talouden kannalta ja urheiluvammojen välittömän hoidon turvaamiseksi on hankkia / ylläpitää sairauskulu- ja tapaturmavakuutus, jonka kuluista vastaa urheilija.
- Ymmärtämään, että ellei urheilija noudata jotain tämän edustusopimuksen kohtaa, on yleisurheilujaostolla oikeus tarkistaa valmennustukea tai vakavan rikkomuksen kyseessä ollen evätä se kokonaan.
- Sisällyttämään omille nettisivuille linkki seuranta sivustolle. Sosiaalisen median käytössä urheilija käyttää #pyrinto #munseura. Haastatteluissa urheilija esiintyy seuran vaatteissa.
- Sallimaan urheilijan kuvan käyttäminen seuran materiaaleissa, joissa promotaan seuraa tai seuran tapahtumia.
- Ymmärtämään päihteiden käytön haittavaikutukset. Seuran asussa tai urheilutapahtumassa ei tule esiintyä päihtyneenä. Tämän kohdan laiminlyönti voi johtaa valmennustuen eväämiseen.
- Vakuuttamaan, ettei hänellä ole hallussaan eikä hän käytä aineita, jotka ovat kiellettyjä kansallisten tai kansainvälisten säännösten perusteella ja jotka testattaessa aiheuttavat positiivisen testituloksen. Tämän sopimuskohdan rikkominen aiheuttaa välittömän sopimuksen purkamisen, valmennustuen peruutuksen ja jo mahdollisesti maksetun valmennustuen takaisinperimisen.

4.5 Osanottomaksut

Yleisurheilujaosto maksaa pm- ja SM-kisojen osanottomaksut kaikille kisoihin osallistuville urheilijoille. Pyrinnön urheilijat kilpailevat seuran järjestämissä kilpailuissa veloitusetta.



4.6 Lisenssi ja vakuutus

Lisenssit otetaan ennen vuoden vaihdetta automaattisesti kaikille toiminnassa mukana oleville urheilijoille.

Uusille urheilijoille lisenssi otetaan heti, kun valmennusryhmämaksu on suoritettu.

Lisenssimaksu sisältyy aina valmennusryhmämaksuun.

Lisenssiin kuuluu tapaturmavakuutus alle 18-vuotiaille, vakuutuskausi katkeaa vuoden vaihteessa. Yli 18-vuotiaille suositellaan seuran yhteistyökumppanin vakuutusta.

4.7 Kilpailuasujen maksut

Aikuiset 7:n luokkapisteen urheilijat saavat veloitusetta seuran virallisen edustusasun (ns. kilpailuasun) sekä tarpeen mukaan hupparin/collegepaidan ja T-paidan.

5 Valmennustoiminta

Yleisurheilukausi käynnistyy vuosittain täydellä teholla aina koulujen syysloman jälkeen. Useisiin ryhmiin voi kuitenkin tulla mukaan missä vaiheessa kautta tahansa.

Ympärivuotisten harrastusmahdollisuuksien lisäksi Tampereen Pyrintön yleisurheilujaosto tarjoaa vuosittain monipuolista kesätoimintaa kaiken ikäisille.

5.1 Valmennusvastaavat

5.1.1 *Urheilukoulukoordinaattori*

Urheilukoulukoordinaattori (20 h / vko) vastaa kesä- ja talvikauden urheilukoulutoiminnasta, aikuisurheilutoiminnasta ja koulu yhteistyöstä.

5.1.2 *Valmennusvastaava*

Yleisurheilun päätoiminen valmennusvastaava vastaa ja koordinoi alle 17-vuotiaiden valmennusryhmätoimintaa. Hän auttaa valmennuksen järjestämisessä, klinikkatoiminnan kehittämisessä, valmentajarekrytoinnissa ja valmentajakoulutuksessa. Päämääränä on huolehtia, että urheilijat saavat halutessaan tehokasta valmennusta. Valmennusvastaava koordinoi valmentajien tutor-toimintaa, valmentajakoulutuksia sekä edistää jaostojen välistä yhteistyötä. Valmennusvastaavan johdolla valmentajat ja sarjavastaavat kokoontuvat säännöllisesti kauden aikana.



Valmennusvastaava toimii ensimmäisen valintavaiheen (perusopetus) akatemiavalmentajana ja toiminnan kehittäjänä yhteistyössä Tampereen urheiluakatemia ja Suomen Urheiluliiton kanssa.

5.1.3 Sarjavastaavat

Sarjavastaavat nimetään vuosittain 15-sarjasta eteenpäin. Tavoitteena on vuoropuhelu oman sarjan valmentajien ja urheilijoiden kanssa. Sarjavastaava tuo kokouksiin oman sarjansa kuulumisia, mahdollisia olosuhdehaasteita, välinetarpeita tai muita kehittämiskohteita.

Sarjavastaavat toimivat lähtökohtaisesti SM-kilpailujen joukkueenjohtajina, vastaavat oman ikäluokkansa seuraotteluvalinnoista, sekä SM-viestien joukkuevalinnoista. Sarjavastaavat pitävät yhtä yhteisellä wa-kanavalla sekä säännöllisillä tapaamisilla.

5.2 Urheilijanpolku

Valmennustoimintaa ohjaamaan on kehitetty urheilijan polku, joka erittelee lapsuusvaiheen (8-13 –vuotiaat), nuoruusvaiheen (14-19 –vuotiaat) ja aikuisvaiheen (20-vuotiaat ja vanhemmat).

Jokaiselle vaiheelle on määritetty painopisteet ja ikäkausittain juoksemisen, loikkimisen ja hyppelyiden, lihaskunnon ja liikkuvuuden sekä voimaharjoittelun sisällölliset ja määrälliset periaatteet.

Lisäksi urheilijanpolku linjaa viikottaisten harjoituskertojen lukumäärän, oheisharjoitukset, harjoitustunnit, vastuupalmentajan tason ja muut mahdolliset tiimivalmentajat. Myös kilpailut, leirit ja testaus kuuluvat urheilijanpolkuun.

Lisätietoa: ***Urheilijanpolku***

5.2.1 ”Kaikille mahdollisuus” –rahasto

”Kaikille mahdollisuus” –rahasto on vuonna 2016 Tampereen Pyrinnön Tukisäätiön perustama tukirahasto, jonka tuotoilla mahdollistetaan vähävaraisten lasten ja nuorten liikunnan harrastamista. ”Kaikille mahdollisuus” -rahastosta myönnetään tukea anomuksia vastaan äkilliseen, hetkelliseen ja tilapäiseen tarpeeseen.

Rahastoa hoitaa tukisäätiön hallituksesta nimetty viiden jäsenen työryhmä.

”Kaikille mahdollisuus” -rahastolla pyritään mahdollistamaan mahdollisimman monen nuoren pääseminen mukaan urheiluharrastuksen pariin esim. hankkimalla hänelle



harrastuksessa tarvittavat välineet; urheilujalkineet, asut, tms kilpailuvälineet. Myös harrastukseen liittyvien maksullisten leiritysten kustannuksiin voidaan myöntää tukea.

Lisätietoa: <https://tampereenpyrinto.fi/tukisaatio/kaikille-mahdollisuus-rahasto/>

5.3 Valmentajanpolku

Yleisurheilujaoston valmentajanpolku jakaa valmentajan uravaiheen karkeasti kolmeen tasoon ja määrittää jokaiselle tasolle sekä liiton että seuran edellyttetyt koulutukset, valmentajan tukihenkilöt ja tavoiteltavan etenemisen valmentajan urapolulla.

Lisätietoa: *Valmentajanpolku*

5.3.1 Valmentajien koulutus

Koko seuran valmentajille on perustettu yhteinen valmentajaklubi, joka yhdistää laajan osaamisen eri jaostojen valmentajista. Valmentajaklubilla on yhteinen wa-ryhmä tiedotukseen ja sparraukseen.

Valmentajaklubista vastaavat yleisurheilun valmennusvastaava, suunnistuksen nuorisovastaava ja koripallon valmennuspäällikkö. Valmentajaklubi järjestää vuosittain yhteistyössä Varalan urheiluopiston kanssa 1-2 seminaaripäivää. Tämän lisäksi Varalan urheiluopiston kanssa järjestetään verkkokoulutuksia ajankohtaisista aiheista.

2. Tason ja sitä korkeammista koulutuksista seuran tuki edellyttää sitoutumista, joka määräytyy koulutuksen tason mukaan ja joka varmistetaan koulutussopimuksella.

Yleisurheiluvalmentajia kannustetaan suorittamaan piirin ja liiton organisoimaa koulutusta.

Tarpeen mukaan pyritään järjestämään seuran sisäisiä koulutus- ja kehittämistilaisuuksia.

5.4 Huippu-urheilu

Yleisurheilujaosto on kehittänyt Huippuseura-strategiaansa yhdessä muiden kärkeurojen kanssa. Yleisurheilujaosto on asettanut strategiset tavoitteet ohjaamaan toimintaansa tähdäten vuoteen 2030.

Tavoitteet vuodelle 2030:

- Euroopan houkuttelevin yleisseura (HS1)
- Suomen johtavin seura kansainvälisten huippu-urheilijoiden kasvatuksessa (HS2)



- Yksi Euroopan luotettavimmista kansainvälisten yleisurheilutapahtumien järjestäjistä (HS3)
- Paras seura valmentaa (HS4)
- Suomen houkuttelevin seuratoimijoiden yhteisö (HS5)
- Suomen parhaat ympärivuotiset olosuhteet (HS6)

Vuodelle 2023 yleisurheilujaoston painopisteet ovat:

- Kilpa- ja huippu-urheilu (HS1, HS2, HS4, HS6)
- Olosuhteet (HS3, HS5, HS6)
- Yleisurheiluyhteisö - meidän Pyrintö (HS1, HS4, HS5)

5.4.1 *Huippu-urheilutiimi*

Yleisurheilujaoston huippu-urheilua ohjaamaan ja koordinoimaan on perustettu huippu-urheilutiimi, jolla on vastuu yli 18-vuotiaiden urheilijoiden toiminnasta. Huippu-urheilutiimi huolehtii urheilijasopimuksista, urheilijoiden henkilökohtaisista tarpeista, sparrausstoista / keskusteluista, olosuhdekehityksestä, urheilijoiden tukipalveluverkoston kehittamisestä, akatemia-, liitto- ja olympiakomiteayhteistyöstä. Huippu-urheilutiimistä löytyy myös tukea kaksoisura-asioiden, kuten opiskelun ja urheilun yhdistäminen. Urheilijoille on tiedotettu huippu-urheilutiimin jäsenten yhteystiedot, roolit ja osaamisalueet ja yhteydenottoon kehoitetaan matalalla kynnyksellä.

Rooli	Jäsen
Puheenjohtaja	Timo Väliharju
M/N22-v. sarjavastaava	Timo Väliharju
M19-v. sarjavastaava	Maarit Palmroos
N19-v. sarjavastaava	Joanna Riihimäki
Lääkäripalvelut	Heidi Haapasalo, Tanja Komulainen
Urheiluakatemia	Hannele Hiilloskorpi
Tiedotus	Johanna Järvensivu



Seura	Tuuli Merikoski, Elisa Hakanen
-------	--------------------------------

Huippu-urheilutiimin toimintaa valvoo ja ohjaa yleisurheilujaosto. Huippu-urheilutiimin sihteerinä toimii seuran toiminnanjohtaja ja lisäksi huippu-urheilutiimissä on edustaja seuran hallituksesta.

5.5 Valmennusryhmätoiminta, yli 14-vuotiaat

14-17-vuotiaiden valmennusryhmien toimintakausi kestää lokakuusta seuraavan vuoden syyskuuhun. Valmennusryhmissä tavoitteena on aktiivinen osallistuminen ympärivuotiseen kilpailutoimintaan, mm. yleisurheilun SM-kisat alkavat 14 vuoden iässä. Harrastajat ovat motivoituneita ja sitoutuneita harjoittelemaan sekä kehittymään urheilijana. Harjoitus muuttuu hiljalleen yleisurheilupainotteiseksi, perusominaisuuksien kehittämistä jatkaen. Edelleen harjoitellaan monipuolisesti eri lajien tekniikoita. Valmennusryhmissä harjoitellaan harjoitusohjelman mukaisesti keskimäärin 4-5 kertaa viikossa ja tärkeänä osana harrastusta on monipuolinen kilpaileminen eri yleisurheilulajeissa.

Yli 16-vuotiaiden kilpaurheilijoiden valmennus tapahtuu joko ryhmissä tai yksittäisten valmentajien johdolla.

Kestävyysjuoksuun suuntautunut ryhmä on tarkoitettu noin 15-19-vuotiaille. Ryhmä harjoittelee yhdessä kolme kertaa viikossa. Osa treeneistä tehdään yhdessä Pyrinnön saman ikäluokan suunnistajien kanssa. Harjoitusten luonne on juoksuharjoittelussa, johon kuuluvat eri pituiset vetoharjoitukset, juokсутekniikka, voima sekä lihaskunto.

5.5.1 Lajiklinikat

Lajiklinikoiden tavoite on tukea ryhmien tekniikkaharjoittelua urheilijan vahvuuslajeissa. Lajiklinikoilla seuran tekniikkavalmentajat tuovat asiantuntemuksensa nuorempien urheilijoiden käyttöön ja luovat samalla lajikulttuuria seuraan.

Lajiklinikat on tarkoitettu 14-17-vuotiaille urheilijoille ja klinikoita järjestetään kerran viikossa.

5.6 Junioritoiminta, alle 14-vuotiaat

5.6.1 Juniorivalmennusryhmät 8-11 –vuotiaat

8–11-vuotiaiden tyttöjen ja poikien juniorivalmennusryhmillä on harjoituksia kaksi kertaa viikossa. Lisäksi ryhmissä kannustetaan myös monipuoliseen kilpailemiseen eri yleisurheilulajeissa.



Ryhmien perusajatuksena on monipuolinen liikkuminen sekä perusliikunnan huomioiminen. Harjoittelu koostuu juoksemisesta, hyppäämisestä ja heittämisestä sekä näiden perusliikkeiden yhdistelystä ja muuntelusta. Harjoituksissa kehitetään sekä perusominaisuuksia (nopeus, kimmoisuus, kestävyys, liikkuvuus jne.) että kaikkien eri yleisurheilulajien lajitaitoja moukarinheitosta aitajuoksuun ja korkeushypystä kuulantyyntöön.

5.6.2 Valmennusryhmät 12-13 –vuotiaat

Pyrintön valmennusryhmissä tavoitteena on aktiivinen osallistuminen ympärivuotiseen kilpailutoimintaan. Harrastajat ovat motivoituneita ja sitoutuneita harjoittelemaan sekä kehittämään urheilijana. Monipuolinen kilpaileminen kuuluu olennaisena osana ryhmän toimintaan. Mikäli urheilija harrastaa aktiivisesti toista lajia, mutta haluaa panostaa myös yleisurheiluun niin ole yhteydessä ryhmän vastuvalmentajaan. Mietimme yhdessä parhaan ratkaisun.

12- ja 13-vuotiaiden tyttöjen ja poikien valmennusryhmillä on harjoituksia keskimäärin kolme kertaa viikossa. Ryhmien perusajatuksena on monipuolinen liikkuminen sekä perusliikunnan huomioiminen. Harjoittelu koostuu juoksemisesta, hyppäämisestä ja heittämisestä sekä näiden perusliikkeiden yhdistelystä ja muuntelusta. Harjoituksissa kehitetään sekä perusominaisuuksia (nopeus, kimmoisuus, kestävyys, liikkuvuus jne.) että kaikkien eri yleisurheilulajien lajitaitoja kiekonheitosta aitajuoksuun ja seiväshypystä kuulantyyntöön.

5.6.3 Junioreiden juoksukoulu

Juoksukoulu sopii lisäharjoitteeksi niin yleisurheilun, suunnistuksen, hiihdon kuin palloilulajien harrastajille tai juoksusta muuten innostuneille lapsille ja nuorille. Harjoituksissa juoksijat jaetaan tarvittaessa pienempiin ryhmiin iän ja tason mukaan, joten jokainen pääsee harjoittelemaan mielekkäällä ja kehittäväällä tasolla.

Juoksukoulussa kehität juoksutekniikkaasi ja peruskestävyyttä sekä opit harjoittelemaan oikein. Juoksemme monipuolisesti matkaa ja vauhtia vaihdellen. Lihaskunto ja lihaskunto ovat osa jokaista harjoituskertaamme.



5.7 Kesätoiminta

5.7.1 HIPPO-urheilukoulut

Laaja kesätoiminta pitää sisällään useita HIPPO-urheilukouluja toukokuun alusta syyskuun loppuun. Ideana on tarjota 4-12 vuotiaille viiden viikon urheilukouluja, jotka sisältävät kymmenet harjoitukset.

Urheilukouluja on ympäri kaupunkia ja mahdollisuuksien mukaan kesän aikana käydään kaikilla kentillä (Ratina, Pynikki, Hervanta, Lamminpää ja Vehmainen). Urheilukenttien lisäksi pyritään löytämään uusia kaupunginosia ja viemään urheilukouluja mm. koulujen pihoille, mistä löytyy yleisurheilun suorituspaikkoja.

Urheilukoulutoimintaa koordinoi urheilukoulukoordinaattorina. Vetäjinä toimivat seuran ohjaajat, jotka ovat käyneet Suomen Urheiluliiton ohjaajakoulutuksen.

Urheilukoulut keräävät vuosittain noin 500-600 osallistujaa.

5.7.2 HIPPO-viikkokisat

HIPPO-Viikkokisat on yksi yleisurheiluharrastamisen sisäänheittotuote. Kisoja järjestetään kesästä riippuen 5-7 kappaletta. Ne on tarkoitettu 4-17 sarjalaisille. Mahdollisuuksien mukaan kisoista löytyy myös aikuisten kuntosarja.

Kisojen ilmoittautumisessa on kaksi tapaa: lisenssiurheilijat (yli 8-vuotiaat) ilmoittautuvat kilpailukalenteri.fi -palvelun kautta ja ei-lisenssiurheilijat sekä alle 9-vuotiaat seuran nettisivujen lomakkeen kautta.

Lisenssittömille urheilijoille kilpailut ovat ilmaiset. Osuuspankki lahjoittaa palkinnot kaikille alle 12-vuotiaille osallistujille. Pyrintö vastaa palkintojen jaosta sekä koko kisojen toimitsijatehtävistä. Muuten Hipoissa pyöritetään kahviota ja myydään seuratuotteita sekä pidetään kirpputoria mahdollisuuksien mukaisesti.

Kilpailut pyritään järjestämään Ratinassa. HIPPO-Viikkokisojen kilpailuiden toimitsijatehtävät hoidetaan ryhmänjohtajien koordinoimina.



5.8 Urheilukoulutoiminta

5.8.1 Talvikauden urheilukoulu alle 8-vuotiaat

Talvikaudella järjestetään perheen pienimmille monipuolista yleisurheilukoulua. Urheilukoulu on tarkoitettu 5-7 vuotiaille. Urheilukoulun toimintakausi on lokakuusta toukokuuhun.

Yleisurheilukoulu harjoittelee kerran viikossa, sunnuntaisin Juhannuskylän koulun (Tammerkoski) liikuntasalissa.

Toimintaa koordinoi urheilukouluvastaava ja ohjaajina toimivat seuran ohjaajat.

5.8.2 Yleisurheiluryhmä (12-15-vuotiaat)

12-15-vuotiaiden tyttöjen ja poikien yleisurheiluryhmässä on mahdollisuus harrastaa yleisurheilua monipuolisesti kaksi kertaa viikossa. Perusajatuksena on monipuolinen liikkuminen sekä perusliikunnan huomioiminen, mutta myös eri yleisurheilulajien tekniikat tulevat tutuksi. Harjoittelu koostuu juoksemisesta, hyppäämisestä ja heittämisestä sekä näiden perusliikkeiden yhdistelystä ja muuntelusta. Kilpailutoiminta voi halutessa olla osa harrastusta, mutta pääpaino on säännöllisessä harjoittelussa.

Yleisurheiluryhmän monipuolinen perusliikkuminen sopii mainiosti niin toisen lajin rinnalle kuin ainoaksi liikuntaharrastukseksi.

5.9 Kouluyhteistyö

5.9.1 Lupa liikkua –tunnit

Seura on mukana tarjoamassa lupa liikkua – lajien näytetunteja varhaiskasvatus- ja peruskouluikäisille. Tampereen kaupunki ostaa palvelun seuroilta ja järjestöiltä. Tuntien varauksista ja ohjaajarekrytoinnista vastaa yleisurheilun urheilukoulukoordinaattori.

Lukukausittain Pyrinnön yleisurheilu pitää noin 30 tuntia päiväkodeille ja 50 peruskoululaisille.

5.9.2 Lupa harrastaa –kerhot

Seura on yksi palvelun tarjoaja lupa harrastaa – kerhoissa, jotka sijoittuvat pääasiassa iltapäiviin. Yhteistyötä tehdään perusopetuksen kanssa ja palvelun ostaja on Tampereen



kaupunki tai suoraan ns. yksityinen koulu. Pyrintö tekee aktiivista yhteistyötä mm. suoraan Svenska samskolanin kanssa kehitellen erilaisia iltapäivätoiminnan malleja.

Toimintaa koordinoi yleisurheilun urheilukoulukoordinaattori.

5.10 Kansainvälinen yhteistyö

5.10.1 HSV

Hamburger Sport Vereinin kanssa on tehty yhteistyötä vuodesta 2006. Vuosittain HSV:n nuoret vierailevat TJIG:n aikaa Tampereella ja Pyrinnön nuoret syyskuun lopulla Hampurissa järjestettävissä kansainvälisissä yleisurheilukisoissa.

Nuorten urheilijoiden majoittuminen tapahtuu paikallisten urheilijoiden perheissä. Mukana on aina 2-3 valmentajaa. Kansainvälinen projekti on tarkoitettu pääasiassa 14-15 vuotiaille. Mikäli majoittajien joukossa on 13 sarjalaisia, tarjotaan myös heille reissua. Ryhmän koko on noin 20 henkeä / kisareissu.

5.10.2 Vuosittainen ulkomaan kisareissu

12-17 sarjalaisten kanssa pyritään toteuttamaan vuosittain yksi ulkomaan kisareissu. Viime vuodet reissu on suuntautunut juhannuksen jälkeen Göteborgiin, Ullevin stadionille pidettäviin kansainvälisiin nuorisokisoihin. Reissun ajankohta varmistetaan vuosittain.

Mahdollisuuksien mukaan kisareissua tarjotaan myös vanhemmille urheilijoille. Vastuu matkasta jaoston nuorisovastaava, valmennusvastaava sekä toiminnanjohtaja.

5.11 Leiritoiminta

5.11.1 Terve urheilija –leiri

Kerran tai kahdesti vuodessa toteutettava yhden vuorokauden leiri 11-13 sarjalaisille nuorille. Leiri toteutetaan yhdessä Varalan urheiluopiston kanssa. Leirin suunnittelusta vastaa ko.sarjojen valmentajat yhdessä jaoston nuorisovastaavan avustuksella.

Seuran toimisto hoitaa ilmoittautumisten vastaanoton, laskutuksen ja tilavaraukset Varalan suuntaan. Leirillä yövytään Varalassa.



5.11.2 Seuran etelänleiri

Seuran yhteinen etelänleiri pyritään järjestämään keväisin. Leiri on tarkoitettu erityisesti niille, joita maajoukkueleirit eivät koske. Leirin ikäraja on noin 17-vuotta. Jaosto pyrkii osallistumaan leirille lähtevien valmentajien kustannuksiin. Etelänleirin toimintaa koordinoi valmennusvastaava.

6 Ryhmänjohtajat

Jokaiselle valmennusryhmälle (8-17-vuotiaat) on nimetty oma ryhmänjohtaja vastaamaan valmennustoiminnan ulkopuolisista asioista. Ryhmänjohtaja toimii ryhmän vastuuvallmentajan apuna erityisesti ryhmän viestinnässä. Lisäksi ryhmänjohtaja vastaa oman ryhmänsä toimitsijarekrytoinnista sekä yhteydenpidosta seuran toimiston suuntaan (rekisteripäivitykset, ryhmämaksuasiat jne.)

6.1 18+ urheilijoiden tiedotus

Huippu-urheilutiimissä on mukana 18+ urheilijoiden tiedotuksesta vastaava henkilö. Hän kokoaa 2-3 kertaa vuodessa tulevien kuukausien infopakettien urheilijoille. Urheilijoiden lisäksi info lähetetään valmentajille sekä 18-22 sarjan urheilijoiden vanhemmille. Muuna aikana urheilijatiedotus hoidetaan pääasiassa urheilijoiden wa-ryhmissä.

7 SM- ja pm-kilpailut

Seura maksaa kaikki osallistumismaksut SM- ja pm-kisoihin. SM-kisoihin järjestetään yleensä yhteiskuljetus tai muuten korvataan matkakulut. Piirinmestaruuskisat ovat yleensä niin lähellä, ettei yhteiskuljetusta tai matkakorvauksia tarvita.

7.1 Ilmoittautuminen SM- ja pm-kilpailuihin

Ilmoittautuminen tapahtuu aina keskitetysti seuran kautta.

Pyrinnön omassa toimintakalenterissa on viimeinen ilmoittautumisaika, yleensä päivää ennen virallisen ilmoittautumisajan päättymistä ja kisavastaava, joka hoitaa ilmoittautumiset eteenpäin.

Ilmoittautumisia SM- ja pm-kisoihin ei tehdä itse www.kilpailukalenteri.fi kautta.

Lisätietoa: <https://tampereenpyrinto.fi/yleisurheilu/toimintakalenteri/>



7.2 Matkakulut SM-kisoihin

Jos on järjestetty yhteiskuljetus, erillisiä kyytejä ei korvata ilman pätevää syytä.

Jos ei ole yhteiskuljetusta, korvataan bussi/junalippujen mukaan tai bensakuluina 0,25 euroa/km. Bensakulut maksetaan vaan, jos kyydissä on vähintään kolme urheilijaa ja/tai valmentajaa, mielellään auto täynnä.

Valmentajista maksetaan vain kisojen vastuupalmentajat, jotka seura nimeää erikseen osaksi SM-kisatiimiä.

Matkakulut maksetaan SM-kisoihin, mutta seura asettaa yleensä tulosrajat, jotka urheilijan tulee saavuttaa. Osallistua voi ilman tulosrajaakin, mutta silloin seura maksaa vain osanottomaksun.

7.3 Majoittuminen SM-kisoissa

Seura huolehtii SM-kisojen majoitusten varaamisesta. Majoitustarpeet selvitetään seuran omalla ilmoittautumislomakkeella. SM-kisarajojen tehneiden urheilijoiden majoitukset pyritään maksamaan täysimääräisesti. Mahdolliset poikkeukset 14-15 SM-kisoissa (majoituskapasiteetti paikkakunnalla haastava) sekä seuran omat tulosrajat nuorten SM-halleissa. Omavalintaisia majoituksia ei korvata. Kisatiimeihin valittujen valmentajien majoitukset korvataan. Kalevan Kisoissa pyritään maksamaan kaikki henkilökohtaiset valmentajat. Mikäli valmentajalla on useita urheilijoita, eri seuroista, jaetaan näiden valmentajien majoituskorvauksia yhdessä muiden seurojen kanssa.

7.4 Ruokailut SM-kilpailuissa

Seura tarjoaa lämpimän ruoan / kilpailupäivä. Seura pyrkii hankkimaan ruokaliput etukäteen tai järjestämään listan ruokailijoista. Seura käyttää kisajärjestäjän tarjoamaa ruokamahdollisuutta.

Mikäli ruokaa ei ole tarjolla, asettaa seura summan, minkä edestä urheilija voi toimittaa kisaviikonlopun ruokakuitin / kuitit. Kuitit toimitetaan erikseen määriteltyyn päivämäärään seuran toimistolle yhdessä kulukorvauslomakkeen kanssa.

8 Kilpailutoiminta

8.1 Kilpailutoiminnan tavoitteet

Pyrintöön kilpailutoiminnan tavoitteena on järjestää Suomen oloissa kovatasoisia kansainvälisiä kilpailuja sekä halli- että kesäkaudella. Tavoitteena on saada myös TV



mukaan tärkeimpiin ja suurta yleisöä eniten kiinnostaviin tapahtumiin. Tätä tavoitetta tukee myös Tampereen kaupungin strategia toimia kansainvälisten arvokilpailujen kotikaupunkina eri lajeissa.

Yhtä tärkeä osa, kuin aikuisten kansainväliset kilpailut, ovat junioreiden kattava kilpailutoiminta. Tässä tavoitteena on taata oman seuran junioreille kovatasoisia kilpailuja omalla paikkakunnalla. Tärkeänä tavoitteena on myös auttaa junioritoiminnan rahoitusta ja näin taata kohtuulliset kausimaksut nuorimmille ryhmille, jolloin kynnys osallistua toimintaan madaltuu.

8.2 Tärkeimmät kilpailut

Pyrintö pyrkii hakemaan normaalien vuosittaisten kilpailutapahtumien lisäksi kansainvälisiä tai kansallisia arvokilpailuja. Kansallisen tason mestaruuskilpailuja aikuisten tai nuorten sarjoissa järjestetään käytännössä vuosittain vähintäänkin yhdet. Kansallisen tason suur tapahtuma Kalevan Kisat järjestetään normaalin kiertojärjestyksen mukaisesti, kun oikeus on omalla alueella. Tämä tapahtuu noin 10-15 vuoden välein.

Vuosittaisista kilpailutapahtumista merkittävimmät ovat Tampere Junior Indoor Games (TJIG), jonka osallistujamäärät hipovat kahden tuhannen rajaa. Kesäkaudella vuosittain järjestettävät nuorisotapahtumat ovat selvästi TJIG:tä pienempiä. Seura pyrkii järjestämään tasaisin väliajoin isoja kansallisia ja kansainvälisiä tapahtumia.

Seuraavat suuret tapahtumat ovat:

- Kesä 2024 Youth Athletics Games
- Kesä 2025 U20 EM-kilpailut

Seuran tavoitteena on kasvattaa ja panostaa vuosittaisiin aikuisten kansainvälisiin yhden päivän kilpailuihin (Tampere Indoor Meeting ja Motonet GP).

Vuosittain toistuvat kilpailut:

Hallikausi

- Hippohalli
- Seuraottelu TP-HKV-LA-TuUI
- Tampere Indoor Meeting
- Kansalliset



- SM-hallimoniottelut (myönnetty Pyrinnölle toistaiseksi vuodesta 2024 lähtien)
- Tampere Junior Indoor Games (lähtökohtaisesti aina vko 10 viikonloppuna)

Ulkorata

- Alueottelut
- Motonet GP
- Pm-sisulisähuipentuma
- Aamulehden viestikarnevaalit
- Tampere juoksee

Kaiken kaikkiaan Pyrintö järjestää joka kausi noin 40-60 virallista kilpailutapahtumaa, jossa isompien kisojen lisäksi mukana mm. kesän viikkokisat ja heitto-cup tapahtumat.

8.3 Kilpailujen hakeminen

Käytännössä kaikille virallisille kilpailuille tulee hakea kilpailulupa. Kansalliset ja sitä suuremmat kilpailut anotaan SUL:n taholta siten, että koko kalenterivuoden tapahtumat on haettava edellisen vuoden marraskuun aikana. Tarkka päivämäärä kunakin vuonna on löydettävissä SUL:n nettisivuilta. Piirikunnallisen tason kilpailut ja piirinmestaruuskilpailut myöntää Hämsy aina kunkin kilpailuvuoden alussa.

Kilpailunhaun yhteydessä haetaan WA:n statukset erikseen sovituille kilpailuille. Mahdolliset bronze-kategorian kilpailut haetaan EA:n/WA:n aikataulun mukaisesti (halli- ja kesäkaudelle eri aikataulut).

Kansallisen tason mestaruuskilpailuille on oma hakumenettelynsä, joka selviää tarkemmin SUL:n julkaisemista mestaruuskilpailusäännöistä.

8.4 Kilpailujen käytännön järjestelyt

Ennen kunkin kilpailukauden alkua käydään Tampereen kaupungin liikuntapalveluiden vastaavien henkilöiden kanssa läpi kilpailukalenteri ja tärkeimmät vaatimukset eri kilpailuille. Myös sekä Pirkkahallin että Ratinan varuste- ja välinetilanne on hyvä käydä läpi mahdollisten puutteiden korjaamiseksi.

Kuhunkin yksittäiseen kilpailuun on varmistettava riittävä määrä toimitsijoita ennalta määrättyihin tehtäviin. Kilpailuihin nimetään kilpailunjohtajat sekä toimitsijavastaavat



hyvissä ajoin. Kilpailunjohtajan enakkoon suurimmat tehtävät ovat aikataulun laatiminen sekä tarvittavien välineistöjen kommunikointi kaupungin kanssa. Toimitsijavastaava vastaa toimitsijoiden ilmoittautumislomakkeen päivytyksestä sekä sen levittämisestä ryhmänjohtajien kautta junnuryhmille, sähköpostitse ns. konkaritoimitsijoille sekä kilpailupuolen wa-ryhmiin.

Toimitsijavastaava seuraa vapaaehtoisten ilmoittautumistilannetta, jakaa tehtävät sekä lähettää infokirjeen ennen tapahtumaa ja kiitoskirjeen tapahtuman jälkeen.

Seuran toimisto hoitaa ison osan hallinnollisista enakkovalmisteluista kuten erilaiset tilaukset (palkinnot, numerot, akkreditointikortit, mainosmateriaalit), vastaa viranomaisilmoituksista, kaupungin mainospintojen käytöstä, tapahtuman tiedottamisesta, sosiaalisen median nostoista sekä kilpailun koosta riippuen kirjeenvaihdosta kaupungin, Suomen Urheiluliiton ja kansainvälisten liittojen kanssa.

Seuran toimistolta käsin hoidetaan myös mahdolliset urheilijahankinnat, majoitus- ja kuljetuskoordinoinnit, toimitsija-asut sekä kahvio- ja ravintolatilaukset.

8.5 Kilpailuihin liittyvää materiaalia

Tähän on koottu joitain olennaisia kilpailutoimintaan liittyvää sääntö- ja muuta kirjallisuutta. Tärkein lähde on kuitenkin SUL nettisivut johon on koottu kattavasti materiaalia säännöistä, ohjeista, välineistä ja myös kilpailutoimintaan liittyvät SUL:n kokousten pöytäkirjat.

WA: Yleisurheilun kansainväliset säännöt

SUL: Yleisurheilun mestaruuskilpailusäännöt

SUL: Lasten yleisurheilusäännöt

9 Toimitsijat

Mukaan vapaaehtoiseksi ovat tervetulleita kaikki vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneet. Kokemusta Yleisurheilusta tai vapaaehtoistoiminnasta ei tarvita. Vapaaehtoistoiminta painottuu kisatapahtumien ympärille lähtien lasten Hippokisoista aina kansainvälisen tason kisoihin.

9.1 Toimitsijoiden rekrytointi

Yleisurheilukilpailujen järjestäminen vaatii joka tasolla suuren määrän toimitsijoita. Pyrintö panostaa toimitsijoiden hankkimisessa kahteen asiaan. Uusien aloittavien junioreiden vanhemmilta kysytään jo heti alusta asti halukkuutta toimitsijatehtäviin ja annetaan tehtäviä aluksi juniorikisoissa mutta myös isommissa kisoissa halukkuuden ja tarpeen mukaan. Näin



pyritään saamaan myös vanhemmat mukaan lapsen harrastustoimintaan. Toinen tärkeä osa-alue toimitsijoiden hankinnassa on pitää aikuiset mukana tehtävissä vaikka lapsi olisikin jo lopettanut yleisurheilun. Näin toiminnasta tulee aikuiselle oma harrastus, joka voi joissain tapauksissa jatkua vuosia.

Pyrintö ei kompensoi erikseen toimitsijatehtäviin käytettyä aikaa esimerkiksi yksittäisen lapsen valmennusmaksuissa. Kilpailutoiminnasta saatavat tulot käytetään yleisesti toiminnan tukemiseen. Juniorikilpailuista saatavat tulot käytetään junioritoimintaan jne. Toimitsijatehtävät perustuvat pitkälle henkilöiden omaan motivaatioon toimia osana kilpailuiden järjestelykoneistoa. Tämän on havaittu olevan hyvä asia kilpailuiden onnistumisen ja toimitsijoiden keskinäisen ilmapiirin kannalta.

9.2 Tuomarikoulutus

Tuomarikoulutus on tärkeä osa kilpailutoimintaa. Pyrintö järjestää itse eritasoista tuomarikoulutusta. Kilpailujen sujuvuuden ja onnistumisen kannalta tärkeän ryhmän muodostavat lajijohtajat. Tämä koulutus järjestetään henkilöille, jotka tulevat toimimaan isoimmissa kilpailuissa lajinjohtajina. Lajihohtajatasolta seuraavat koulutukset järjestää SUL oman koulutuskalenterinsa mukaisesti. Näistä mainittakoon mm. kilpailujen johtajan koulutus.

Perustuomarikoulutuksen lisäksi kilpailuissa on omia erikoisalueitaan, joihin on saatavissa omaa koulutusta. Näitä ovat mm. maalikamerakoulutus, lähettäjäkoulutus ja tulospalvelukoulutus. Lisäksi SUL järjestää tarvittaessa yhteisiä koulutuksia eri ryhmille, joissa käydään läpi sääntöjen uusimpia muutoksia sekä kokemuksia menneistä kilpailuista.

9.3 Tehtäväkuvaukset

Järjestämme monen tasoisia tapahtumia matalankynnyksen lasten Hippokisoista maailmanluokan huippu-urheilukisoihin. Kaikkien näiden tapahtumien tärkeä voimavara ovat vapaaehtoiset toimitsijat.

Tärkeimpinä ominaisuuksina ovat iloisuus ja halu tehdä tapahtumasta onnistunut sekä urheilijoille että katsojille. Tarjolla on useita tehtäviä lajitoiminnasta, kahvioon ja rakentamiseen.

Kaikkiin tehtäviin saa opastusta ja tarjoamme myös koulutusta lajituomarin tehtäviin.

9.3.1 Rakentaminen

Ennen suurimpia tapahtumia rakennetaan mainosaitoja, palkintokorokkeita ja eri alueita urheilijoille. Rakentamisen vastuulla on myös rakenteiden purku kisojen jälkeen.



9.3.2 *Kenttälajit ja juoksut*

Sisältää eritasoisia tehtäviä välineen palautuksesta, lajijohtajaan. Toimitsijat hoitavat sekä kenttälajien että juoksujen läpiviennin tiimityöskentelyinä, jota ohjaa jokaisessa lajissa nimetty lajijohtaja. Hyvän toimitsijan ominaisuudet ovat terve maalaisjärki ja yleinen tahdikkaus, tarkka keskittyminen omaan tehtävään.

9.3.3 *Ensiapu ja anti-doping avustus*

Ensiapu varmistaa, että loukkaantunut urheilija saa avun mahdollisimman nopeasti ja arvion vamman jatkohoitotarpeesta. Yleisemmin kuitenkin paikkaillaan pieniä naarmuja ja hoidetaan venähdyksiä ja huolehditaan nesteytyksestä.

Anti-doping avustajat saattavat urheilijat doping-testaukseen. Tehtävässä vaaditaan yli 18-vuoden ikää.

9.3.4 *Kuulutus*

Jokaisessa kisassa tärkeä rooli, jossa kerrotaan urheilijoille ja yleisölle kisa-aikaisista tapahtumista kuulutetaan juoksujen erissä juoksevat, palkintojen jaossa palkittavat ja mahdollisesti myös kenttälajien tilannetta kisan aikana

9.3.5 *Kahvio/ruokahuolto*

Tärkeä osa kisoja, jossa hoidetaan mahdollisesti urheilijoiden ja toimitsijoiden ruokailu, myydään yleisölle kahvia ja pientä syötävää, valmistetaan myytävät sämpylät. Kahvion tuotto on tärkeä tulonlähde yleisurheilujaostolle.

9.3.6 *Vapaaehtoiskeskus*

Isoimmissa kisoissa, jossa vapaaehtoisia on satoja tarvitaan keskus, jossa vapaaehtoiset otetaan vastaan, jaetaan mahdolliset vaatteet, ja hoidetaan kaikki vapaaehtoisille liittyvä viestintä kisojen aikana. Vapaaehtoiskeskus toimii myös vapaaehtoisten lepo- ja kokoontumispaikkana.

9.3.7 *Calling*

On käytössä lähinnä SM- ja kansainvälisissä kilpailuissa, toimitsijat valvovat kilpailijoiden siirtymistä lämmittelyalueelta kilpailuareenalle. He varmistavat, että kilpailijat ja heidän



varusteensa tarkistetaan kokoontumispaikalla ja että urheilijat johdetaan aikataulun mukaisesti kilpailupaikalle

9.3.8 *Maalikamera*

Maalikameratoimitsija määrittää maalikuvasta kilpailijoiden sijoitukset ja ajat. Kun käytävissä on hyväksytyt sähköiset ajanottolaitteet, ne muodostavat kilpailun virallisen ajanotto-järjestelmän ja tulokset määrätään sen perusteella

9.3.9 *Lähtettäjä*

Lähtettäjä on vastuussa juoksujen lähdöstä. Lähtettäjällä on avustajia, palauttajia ja lähdönjärjestelijöitä.

9.3.10 *Tulospalvelu/Pöytäkirjat*

Tulospalvelussa syötetään tulokset tulospalveluohjelmaan pöytäkirjojen mukaan, tarkistetaan, että tulokset maalikameralta ovat saapuneet. Pöytäkirjat huolehtivat pöytäkirjojen, lähtölistojen ja tulosten kopioinnista ja toimittamisesta oikeisiin paikkoihin. Usein myös numeroiden jako pitkille matkoille kuuluu pöytäkirjatoimistoon.

9.3.11 *Turvallisuus ja liikenteenohjaus*

Turvallisuuspalveluiden vapaaehtoiset vastaava muun turvahenkilöstön kanssa koko tapahtuma-alueen turvallisuudesta. Järjestyksenvalvonnan tehtävät vaativat hyvää tilannetajua ja ohjeiden noudattamista. Järjestyksenvalvojakortti ja aiempi kokemus on eduksi, mutta ei pakollinen.

Liikenteenohjauksen järjestyksenvalvojat ohjaavat liikennettä ja valvovat alueelle saapuvien kulkuneuvojen kulkulupia.

9.3.12 *Yleisöohjaus*

Yleisöohjaajat opastavat yleisöä oikeilla paikoille ja auttavat yleisöä mahdollisissa kysymyksissä.



9.3.13 *VIP ja Media avustajat*

Media avustajat huolehtivat median edustajien ohjaamista mm. kisoissa toimivilla toimittajilla on tarvittavat tiedot kuten WiFi tunnukset, lähtölistat ja tulokset käytettävissään ja mahdollisten ongelmatilanteiden ratkaisemista

VIP vapaaehtoisten tehtäviin kuulu VIP-alueen toimintojen sujuvuudesta huolehtiminen ja vieraiden ohjeistus. VIP-alueen tulee pysyä siistinä ja vapaaehtoiset avustavat tarvittaessa VIP-palveluiden tuottajia.

9.3.14 *Sometiimi*

Sometiimi avustaa tapahtumien sosiaalisen median päivityksessä. Tehtävä vaatii erinomaista sosiaalisen median sovellusten hallintaa, tarkkuutta, huomion kiinnittämistä yksityiskohtiin ja hyvää suomen kielen kirjallista ilmaisua.

9.3.15 *Kilpailukanslia (TIC)*

Ottaa vastaan urheilijoiden ja viestijoukkueiden varmistukset kisoihin, huolehtivat protestien käsittelystä.

9.3.16 *Lipunmyynti*

Lipunmyyjät myyvät lippuja sisäänkäynneillä ja jakavat noutolippuja VIP- ja kutsuvieraille. Tehtävä vaatii tarkkuutta ja asiakaspalveluhenkisyttä.

10 Viestintä

Viestinnän tavoitteena on tuoda Tampereen Pyrinnön yleisurheilu esille dynaamisena, kehittyvänä ja laadukasta toimintaa tarjoavana seurana, joka näkyy ja kuuluu muiden harrasteseurojen rinnalla.

10.1 Sisäinen viestintä

Jaoston sisäisen viestinnän tärkeitä kanavia ovat sähköposti ja nettisivut. Jaosto ja säännöllisesti kokoontuvat ryhmät toimivat sisäisen viestinnän kanavina. Säännöllisesti kokoontuvat ryhmät ovat

Säännölliset kokoukset ovat:

- Sarjavastaavat (5-6 kertaa vuodessa)



- Ryhmänjohtajat (2-3 kertaa vuodessa)
- Valmentajat (1-2 kertaa vuodessa)
- Huippu-urheilutiimi (2-3 kertaa vuodessa)
- Urheilijatapaamiset (2 kertaa vuodessa)

10.2 Sosiaalinen media

Instagram @tampereenpyrintoyleisurheilu

Facebook Tampereen Pyrintö

Twitter @TrePyrintoYU

Hastags #pyrintö #AINA #munseura

10.3 Kriisiviestintä

Kriisiviestinnästä vastaavat jaostotasolla jaoston puheenjohtaja ja seuran toiminnanjohtaja, seuratasolla seuran puheenjohtaja ja seuran toiminnanjohtaja.

Suurten tapahtumien yhteydessä kriisiviestintä sovitaan erikseen – yleensä siitä vastaavat kilpailunjohtaja, tapahtuman pääsihteeri ja järjestelytoimikunnan puheenjohtaja.

11 Muutoshistoria

Versio	Pvm	Muutoksen kuvaus
1.0	27.03.2023	Toimintakäsikirja päivitetty ja otettu käyttöön versiohallinta.