

Pakilan Voimistelijat PNV ry

Pakilan Voimistelijat PNV ry

Vuosikertomus 1.8.2021–31.7.2022

Sisällysluettelo

1. Pakilan Voimistelijat PNV ry:n kausi 2021-2022	3
2. VOIMISTELUTOIMINTA	4
2.1 AIKUISTEN HARRASTELIIKUNTA	4
2.2 LASTEN HARRASTELIIKUNTA	5
2.3 PRO DANCE	6
2.4 Kilpailu- ja valmennustoiminta	7
2.4.1 KILPAILUT	8
2.4.2. KOULUTUKSET	9
3. TAPAHTUMAT	10
4 TALOUS JA AVUSTUKSET	11
4.1 JÄSEN- JA JUMPPAMAKSUT	11
Liitteet:	12
Liite 1 Tuntiohjelmat	13
LIITE 2 Pakilan Voimistelijat PNV ry / Uskollisuuden kiltä: Vuoden 2021 toimintakertomus	14

1. Pakilan Voimistelijat PNV ry:n kausi 2021-2022

Pakilan Voimistelijat PNV ry (myöhemmin myös PNV) on perustettu vuonna 1947 nimellä Pakilan Naisvoimistelijat. Seura on Suomen Voimisteluliitto ry:n ja Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu (ESLU) ry:n jäsen. Kaudella 2021–2022 seuran jäsenmäärä oli 992 jäsentä. Seuran jäsenistä aikuisia oli 383, lapsia ja nuoria 575 sekä kunniajäseniä kahdeksan.

Seuran toimisto sijaitsee Helsingin Itä-Pakilassa, osoitteessa Ohraruhdantie 2 A, 2.krs. Seuran täysipäiväisinä työntekijöinä jatkoivat toimistos sihteeri Ulla Turunen, päävalmentaja Virve Arjanne, nuorisovalmennuspäällikkö Sanna Peltola ja valmennuskoordinaattori Henni Aro ja puolipäiväisenä valmentajana/ohjaajana Essi Hannuksela sekä uutena työntekijänä toiminnanjohtaja Sanna Mäkelä, joka aloitti 1.8.2021

Seuran hallitukseen kuuluivat Päivi Lehtovirta (puheenjohtaja), Satu Pulkkinen (varapuheenjohtaja), Sari Campbell (helmikuuhun 2022 asti), Marjo Heijari, Piia Kaija, Johanna Lentonen, Meri Hovi, Riikka Luoto ja Donna Suomi. Hallitus kokoontui kauden aikana varsinaisiin kokouksiin 10 kertaa, joista kerran Vierumäen Urheiluoopistolle.

Seuran vakinaiset työryhmät olivat aikuisten liikunnan ryhmä (AiLi), kilpa- ja valmennusryhmä (KiVa), lasten ja nuorten liikunnan ryhmä (LaNu), markkinointi- ja viestintätyöryhmä, Pro Dance-työryhmä sekä talousryhmä. Tarpeen vaatiessa on perustettu erilaisia projektikohtaisia työryhmiä, kuten syysstartti- ja kilpailutyöryhmä.

Seuran sääntömääräinen syyskokous pidettiin 25.10.2021 ja kevätkokous 23.5.2022.

Tilintarkastajana toimi Jonas Sandell KHT, JHTT ja varatilintarkastajana Tom Sandell, KHT, JHTT.

Pakilan Voimistelijoiden Uskollisuuden kilta on perustettu vuonna 1977 ja siinä on jäseniä 48. Puheenjohtajana toimi Harriet Lahti-Nuutila, varapuheenjohtajana Pirjo Joutsimäki, rahastonhoitajana Arja Toivola, sihteerinä Tuula Helander. Killan toimintakertomus on liitteenä.

Seuran toimintaa markkinoitiin lähialueille jaetulla esitteellä (painos 18.000 kpl), seuran verkkosivustolla ja sosiaalisen median tileillä (Facebook ja Instagram). Kuluneella kaudella jatkettiin jäsenille kohdennettua viestintää sähköisillä jäsenkirjeillä ja Facebook-mainonnalla.

Maailmanlaajuinen Covid-19 pandemia rajoitti toimintaa edelleen syksyllä 2021. Kauden alussa voimassa olivat Helsingin kaupungin rajoitukset ja ohjeet, jotka vaikuttivat toimintaamme. Teimme myös kirjallisen ohjeistuksen siitä, miten turvavälit toteutuvat toiminnassamme. Rajoitimme asiakasmäärää ryhmäliikuntatunneilla niin, että turvavälit oli mahdollista toteuttaa ja suosittelimme maskin käyttöä. Koulukummit lisäksi kirjasivat ylös osallistujat jokaisella tunnilla. Ohjaajat ja valmentajat käyttivät maskia syksyn aikana. Lasten ja nuorten tunneilla kiinnitimme huomiota käsienpesuun ja hygieniaan. Lasten vanhemmat eivät tulleet liikuntatiloihin, vaan hakivat ja toivat lapset liikuntatilojen ovelle. Suosittelimme myös vanhemmille maskin käyttöä. Lokakuun aikana turvaväleistä luovuttiin, mutta maskin käyttöä suosittelimme edelleen, joten valmentajat sekä ohjaajat käyttivät maskeja. Etelä-Suomen aluehallintoviraston päätöksen nojalla edellytimme koronatodistusta seuramme aikuisliikuntatunneilla 4.12.2021 alkaen. Koulukummit latasivat

Commented [MH1]: @Sanna Mäkelä Voisitko kysyä Killan toimintakertomusta 2021 jotta saadaan se liitteeksi?

Pakilan Voimistelijat PNV ry

kännyköihin sovelluksen, jolla he lukivat todistuksen ennen tunnin alkua. Koronapassia edellytettiin kaikilta yli 16-vuotiailta, näin ollen myös valmentajat lukivat voimistelijoiden koronapasseja ennen tunteja. Kevätkausi alkoi koronan varjossa. Aluehallintovirasto päätti, että yli 18-vuotiaiden harrastus ei ole liikuntapaikoilla mahdollista. Aloitimme osittaisen etäharjoittelun kilpavoimistelun valmennuksen puolella kevätkauden alussa. Aikuisten harrasteliikunnassa siirryimme etätunteihin heti kauden alettua. Toteutimme etätunnit lukujärjestyksen mukaisesti aina 7.2.2022 asti. Vihdoin 8.2.2022 pääsimme aloittamaan normaalitoimintamme täysmääräisesti, kun myös aikuisten koronarajoitukset purettiin.

2. VOIMISTELUTOIMINTA

Kauden 2021–2022 aikana liikuntatunteja on järjestetty seuraavissa toimipaikoissa: Pakilan ala-asteen väistötila, Paloheinän ala-aste, Metsolan ala-asteen Itä-Pakilan toimipiste sekä Torpparinmäen peruskoulu, Maunulan liikuntahalli, Maunulan ala-aste, Yhtenäiskoulu, Kisahalli, Paloheinän jäähalli, Käpylän peruskoulut, seuran toimiston sali ja Oulunkylän urheilupuiston liikuntasali sekä TUPA. Seura on hankkinut tarpeen mukaan myös väliaikaisia vuoroja muista lähialueen kouluista.

2.1 AIKUISTEN HARRASTELIIKUNTA

Pakilan Voimistelijat järjestivät kaudella 2021–2022 yhteensä 26 viikoittaista aikuisten ryhmäliikuntatuntia. Tunneille osallistui yhteensä 351 aikuisliikkuja.

Aikuisten ryhmäliikuntatuntien lisäksi toimintaan kuului tanssillisen voimistelun ryhmä Fintastic Moms (21 jäsentä) sekä tanssiryhmä Sisters in Sync (13 jäsentä).

Seuran palkkaloilla oli 8 aikuisten ohjaajaa ja kaksi ohjaajaa palvelusopimuksella. Ohjaajat saivat tiedon syksyn toiminnasta infokirjeen ja WhatsApp-ryhmän kautta. Kevätkaudelle ei järjestetty yhteistä lopetustilaisuutta.

Syyskaudella järjestimme tunteja huomioiden turvavälit, osallistujamäärät ja maskisuositukset sekä käsidesit jokaisella ohjaajalla tai toimipaikalla. Kevätkauden alussa oli koronasulku 8.2 asti, jolloin järjestimme lukujärjestyksen mukaiset tunnit etätunteina. 8.2 alkaen tunnit toteutettiin normaalisti ilman turvavälejä ja maskisuosituksia.

Kesällä 2022 jumpattiin jälleen ulkona viime vuoden tapaan kaksi kertaa viikossa, tiistaisin ja torstaisin kello 18.30–19.30 Suomen Ladun majan vierisellä kentällä Paloheinässä. Kesäjumppa-kausi oli 18.5–31.8.2021. Jumpat ohjattiin säällä kuin säällä kuuden ohjaajan voimin, yhteensä 24 tuntia. Osallistujia oli erittäin paljon (30–60 ihmistä) aina juhannukseen asti, jonka jälkeen osallistujamäärä tippui heinäkuussa noin 20 osallistujaan. Ulkojumpppiin pääsi kausikortilla maksutta sekä maksamalla 10x-kortilla tai 5 € kertamaksulla.

Aikuisten tunteja markkinoimme ilmaisilla viikoilla: syyskauden alussa kaksi ensimmäistä ja kevätkauden alussa ensimmäinen viikko olivat maksutta avoimia kaikille.

Järjestimme myös kursseja seuramme aikuisliikkujille: syksyllä Gymnaestrada-kurssi Kirkkaat vedet (ohjaajana Sari Turunen) syksyllä 5x (osallistujia 10) ja keväällä 12x (osallistujia 21). Kesällä tämä ryhmä osallistui Tampereen Gymnaestradaan kenttäohjelmaan nimeltä Kirkkaat vedet. Keväällä

Commented [MH2]: @Sanna Mäkelä eikö tammikuussa ollut koronasulku?

Commented [SM3R2]: korjasin

Pakilan Voimistelijat PNV ry

järjestimme jazztanssin tiiviskurssin (ohjaajana Jaana Toikkanen) 2.4.2022 ja 9.4.2022.

Loppukeväästä aloitimme etätuntina Voimaa, hallintaa ja liikkuvuutta -kurssin (9x), joka kesti syksyyn asti, ohjaajana toimi Kerttu Valve. Osallistujia kurssilla oli 20 ja hinta 90 €. Kokeilimme myös lattarikursssia, mutta tälle ei ollut kiinnostusta ja kurssia ei järjestetty. Syksyllä ja keväällä pidimme myös muutamia ulkotunteja.

Aikuisten liikunnan (AiLi) työryhmä kokoontui kauden aikana kaksi kertaa. Työryhmän vetäjänä toimi seuran toiminnanjohtaja ja aikuisten liikunnan vastaava Sanna Mäkelä. Työryhmän jäseninä olivat Karita Kousa, Harri Saarimäki, Ritva Vanhanen, Donna Suomi ja Eeva Särkilahdi.

Työryhmän tehtävät ovat: toimintasuunnitelman rakentaminen, toiminnan kehittäminen, tuntien sisällön suunnittelu ja kokonaisuuden miettiminen, kurssien rakentaminen, jäsenyytyväisyyskyselyjen rakentaminen, laaduntarkkailun suunnitelma, ohjaajarekrytoinnit ja sisäisen koulutuksen ideointi ja organisointi. Työryhmä vastaa toiminnastaan seuran hallitukselle.

PNV on hankkinut Eeva Särkilahdelle sekä Kerttu Valveelle Fascia Method lisenssit vuodeksi.

2.2 LASTEN HARRASTELIIKUNTA

Lasten ja nuorten harrastepuolella harrastajia oli kauden aikana yhteensä 353 ja viikoittain kokoontuvia liikuntaryhmiä oli 20. Lisäksi järjestimme Perhegym -tunnin kymmenen kerran kurssina sekä syksyllä että keväällä, Perheliikuntatunnin kymmenen kerran kurssina syksyllä ja Gymnaestrada-kenttäohjelmakurssin 7-12-vuotiaille 12 kerran kurssina keväällä.

Vakituksia ohjaajia lasten ja nuorten harrastetunneilla oli 12 vastuuhajaaja ja 8 apuohjaajaa. Ohjaajat tekivät viikkotunneilleen kausisuunnitelmat, jotka he lähettivät nuorisovalmennuspäällikölle hyväksyttäväksi. Nuorisovalmennuspäällikkö piti jokaiselle ohjaajalle henkilökohtaisen kehityskeskustelun kevään aikana.

Lasten ja nuorten (LaNu) työryhmän jäsenet kävivät tapaamassa lasten vanhempia syyskauden alussa sekä keväällä kauden viimeisillä viikoilla. Asiakkaille tehtiin toukokuussa sähköinen kysely lasten liikunnan toiminnasta. Kyselystä selvisi, että harrastusryhmien ja ohjaajien toiminta jakoi mielipiteitä selkeästi enemmän kuin aiempina vuosina. Osa vastaajista antoi erinomaisia arvosanoja laadukkaasta toiminnasta ja osa oli selkeästi tyytymättömiä toimintaan. Seuran asiakasviestintään, harrastusmaksuihin ja tarjonnan monipuolisuuteen oltiin jokseenkin tyytyväisiä kuten aiempinakin vuosina. Selkeitä kehityskohteita olivat ryhmien viestinnässä, etenkin nopeiden muutosten kohdalla ja se, ettei osa ryhmistä pystyneet osallistumaan seuran näytöksiin, mikä aiheutti selkeästi harmia jäsenille. Suosittelemme tippui edellisvuoden 79:stä 57,2:een.

Syksyllä 2021 järjestettiin voimistelullinen sekä tanssillinen syyslomaleiri (viikko 42 ma-ke). Talvilomalle suunniteltu voimistelullinen talvilomaleiri peruuntui vähäisen osallistujamäärän takia, mutta tanssillinen talvilomaleiri järjestettiin maanantaista keskiviikkoon viikolla 8. Lisäksi järjestettiin kaksi liikunnallista kesälomaleiriä (viikot 23 ja 24) ja tanssillinen kesäleiri (viikko24). Kaikki leirit järjestettiin PNV:n toimiston ja TUPA-harjoitushallin tiloissa. Leireille osallistui keskimäärin 10 lasta. Kesäleirille seura sai rekrytointitukea kesätyöntekijöihin Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilulta (ESLU) kahden ohjaajan palkkoihin.

Commented [SM4]: lisätty

Commented [MH5]: @Sanna Mäkelä montako kertaa yhteensä

Commented [MH6]: @Sanna Mäkelä Mitä nämä ovat?

Commented [SM7R6]: vuosimaksu kyseiselle lisenssille

Commented [SM8R6]: eli että tuntia voidaan jatkossa pitää

Commented [SP9R6]: Tämä pitäisi kirjoittaa jotenkin auki. Jos siis seura on nämä lisenssit hankkinut.

Commented [MH10R6]: Kirjoitin jotain. @Sanna Mäkelä onko oikein yllä?

Commented [MH11]: @Sanna Peltola montako harrastajaa oli Lanussa?

Pakilan Voimistelijat PNV ry

Lasten liikunnan puolelta osallistuttiin myös Suomi Gymnaestradaan Tampereelle 9.-12.6.2022 voimistelun kenttänäytösohjelmalla ”Sateen jälkeen paistaa aurinko” 10 lapsen voimin. Ohjelmaa harjoiteltiin kevään aikana 12 kertaa järjestetyillä kursseilla, jota ohjasi Sanna Peltola.

Ohjaajia koulutettiin seuraavasti:

- 29.8.2021 Ohjaajien kauden avaustilaisuus ja suunnittelupäivä
- 11.8.2021 Voimisteluohjaajan startti
- 21.8 ja 22.8.2021 Voimistelukoulukoulutus
- 12.12.21 Ohjaajakokous ja pikkujoulu
- 9.1.2022 Ohjaajapalaveri ja kauden aloitus

Pakilan Voimistelijat sai auditoinnissa lasten liikunnan Tähtimerkin keväällä 2022. Auditoinnin itsearviointista vastasi nuorisovalmennuspäällikkö ja auditointitilaisuus pidettiin Zoomissa 10.2.2022. Tilaisuuteen osallistui nuorisovalmennuspäällikön lisäksi toiminnanjohtaja, päävalmentaja, seuras sihteeri sekä hallituksen lastenliikunnan vastaava. Tähtimerkki luovutettiin PNV:lle seuran kevätnäytöksessä Voimisteluliiton edustajan toimesta ja sitä olivat vastaanottamassa nuorisovalmennuspäällikkö ja seuran hallituksen puheenjohtaja.

Keväällä 2022 seura pääsi osallistumaan Voimisteluliiton Erytystä Voimaa –hankkeeseen, jonka tarkoituksena on lisätä soveltavan liikunnan mahdollisuuksia ja mahdollista voimisteluharrastusta kaikille. Projektipäälliköksi valittiin Maija Miinalainen, joka suunnitteli ja järjesti hankkeen tiimoilta ohjaajakoulutusta soveltavaan liikuntaan sekä soveltavan liikunnan kurssia seuraavalle kaudelle. Aluksi projektin kohderyhmäksi valittiin nepsy-oireiset lapset, mutta kesällä varmistui mahdollisuus ohjata Helsingin kaupungin kanssa yhteistyössä Easysport erityiset -ryhmiä Paloheinän ala-asteen POI-luokkien iltapäiväkerholaisille ja siten kohderyhmä muuttui kehitysvammaisiin lapsiin.

LaNu-työryhmän vetäjänä toimi nuorisovalmennuspäällikkö Sanna Peltola ja ryhmän jäseninä olivat Ulla Turunen, Maija Miinalainen, Pro Dance -vastuopettaja Marjukka Lukkaroinen ja hallituksessa lastenliikunnasta vastaava Piia Kaija sekä Pro Dance -vastaava Marjo Heijari. Työryhmä kokoontui kauden aikana lähes kuukausittain. Työryhmän tehtävänä oli ideoida ja kehittää lasten ja nuorten harrastetoimintaa sekä tapahtumia. Kauden lopussa päätettiin eriyttää Pro Dance -työryhmä LaNu-työryhmästä seuraavalle kaudelle.

2.3 PRO DANCE

Pro Dance -tanssilinjalla oli kaudella 2021–2022 kolme tanssin kilpailevaa ryhmää: 11–13-vuotiaiden Utopia (14 tanssijaa), 13–15-vuotiaiden Illuusio (10 tanssijaa) sekä uutena aloittanut 9–11-vuotiaiden kisaryhmä Fantasia (10 tanssijaa). Marjukka Lukkaroinen toimi Pro Dancen vastuopettajana, ja hallituksessa tanssilinjan vastaavana oli Marjo Heijari. Marjukka Lukkaroinen lisäksi tanssinopettajina toimivat Nea Oksanen ja Maija Miinalainen.

Illusion opettajana ja koreografina toimi Marjukka Lukkaroinen, Utopian Nea Oksanen ja Fantasian Maija Miinalainen. Ryhmillä oli kaksi harjoituskertaa viikossa (1,5–2 h/kerta) sekä yksi ns. oheistunti viikossa (1,25–1,5 h/kerta). Oheistunneilla tanssinopettajina vuorottelivat Marjukka Lukkaroinen ja

Commented [MH12]: @Sanna Mäkelä Montako tanssijaa oli kussakin ryhmässä?

Commented [SM13R12]: lisätty

Pakilan Voimistelijat PNV ry

Nea Oksanen. Näiden lisäksi tarjolla oli myös kurssimuotoisia sooloharjoituksia, joita opetti Marjukka Lukkaroinen.

Syyskausi 2021 starttasi 7.8. koetanssilaisuudella, jonka kautta saattoi hakea kisaryhmiin mukaan. Varsinainen tanssikausi alkoi Pro Dancen leiriviikonlopulla 14.–15.8.2021. Syyslomalla järjestettiin tanssileiri 18.–20.10.2022 TUPA-harjoitushallilla.

Fantasia aloitti esiintymiskauden marraskuussa Tanssikatselmus Stoorissa, josta ryhmä sai rakentavaa palautetta esiintymisestään. Illuusio ja Utopia aloittivat syksyn kisakauden Tampereella marraskuussa Dance & Show-kilpailussa. Joulukuussa Fantasia kilpaili My Moves -tanssikilpailussa Mäntyharjulla, jossa kaikki lasten sarjan osallistujat palkittiin kultaisella mitalilla.

Syyskausi päätettiin koko Pro Dancen yhteiseen leiripäivään ja hakutilaisuuteen 18.12.2021. Pro Danceen valittiinkin useampi uusi tanssija kevätkaudelle. Myös monta uutta innokasta solistia ja duoparia halusi aloittaa harjoittelun kevätkaudella Marjukan opissa.

Kevätkaudelle päätettiin muuttaa Pro Dancen oheistunnit avoimiksi tanssitunneiksi, joille pystyi ilmoittautumaan myös Pro Dancen kilpailuryhmien ulkopuolelta. Avoimet tanssitunnit olivat Street & Show 10–12v perustaso, Show & Jazz 12–15v jatkotaso sekä Street & Show 12–15v jatkotaso. Tunneille ilmoittautui muutamia uusia tanssijoita kilpailuryhmien ulkopuolelta. Lisäksi päätettiin, että keväällä pidetään tiivis Gymnaestrada-opetuskurssi, jonka opettajana toimii Maija Miinalainen.

Kevätkauden alun yhteinen leiripäivä jouduttiin perumaan koronarajoitusten kiristyessä. Koronan vaikutus näkyi myös mm. kisojen perumisina tai muuttamisena videokilpailuiksi. Illusion Aino ja Kerttu osallistuivat sooloillaan Show your dance by Cailap -videokilpailuun tammikuussa.

Hiihtolomalla järjestettiin tanssileiri 21.–23.2.2022 TUPA-harjoitushallilla.

Kevään aikana tanssin kilpailevat ryhmät osallistuivat PNV:n järjestämään Pink Dance Star tanssi kilpailuun sekä moniin muihin kilpailuihin ja katselmuksiin. Huhtikuussa kaikki ryhmät osallistuivat Helsingissä Estradi -tanssikilpailuun, jossa Illuusio palkittiin hopealla ja Fantasia sai kunniamaininnan. Illuusio ja Utopia osallistuivat huhtikuussa myös Stoori -tanssikatselmukseen Vantaalla. Toukokuussa Illuusio osallistui Vision-tanssikilpailuun Mäntsälässä, jossa ryhmä sekä Illusion Aino soolo voittivat pronssia. Toukokuun lopussa Fantasia, Utopia sekä useita sooloja ja duoja osallistuivat Pyörre-tanssikatselmukseen Tampereella. Viimeinen tapahtuma oli Gymnaestrada Tampereella, jossa muutama Illusion tanssija oli mukana Luonnon lumoissa -kenttänytösohjelmassa.

Kevätkauden lopussa päätettiin, että tulevalle syyskaudelle perustetaan uusi 11–13-vuotiaiden tanssin kisaryhmä Harmonia, jonka opettajaksi tulisi Maija Miinalainen. Lauantaina 28.5.2022 järjestettiin hakutilaisuus uusille tanssijoille.

Tanssilinjan tavoitteeksi asetettiin tanssijamäärän kasvattaminen 50 tanssijaan. Lisäksi päätettiin Pro Dance -nimen vaihdoksesta muotoon PNV Dancers.

2.4 KILPAILU- JA VALMENNUSTOIMINTA

Pakilan Voimistelijoiden valmennusryhmien toimintaan osallistui kaudella 2021-2022 yhteensä 237 lasta ja nuorta, jotka kilpailivat ja esiintyivät 21 joukkueessa sekä Gloria- ja Gloria Jr -

Commented [MH14]: @Sanna Mäkelä Missä leiri pidettiin?

Commented [SM15R14]: Tuvalla

Pakilan Voimistelijat PNV ry

seurayhteistyöjoukkueissa. SM-sarjaan osallistuneita joukkueita oli viisi, 10–12-vuotiaiden sarjan joukkueita oli kolme, 8-10 -vuotiaiden sarjassa kilpaili neljä joukkuetta ja starajoukkueita oli yhteensä kolme. Kilpasarjoissa (yli 12v) joukkueita oli kahdeksan. Valmentajia ja apuvalmentajia PNV:n riveissä toimi kaikkiaan 40. Lisäksi joukkueiden ja ohjelmien kehittymistä kävi säännöllisesti arvioimassa seuran ulkopuolisia tuomareita ja valmentajia.

Heinäkuussa 2019 alkanut seurayhteistyö Gloria- ja Gloria Jr –joukkueiden osalta jatkui vuoden 2021 loppuun siten, että yhteistyössä oli mukana Attitude Sports, Elise Gymnastics, Pakilan Voimistelijat ja Tapiolan Voimistelijat. Vuoden 2021 lopussa Tapiolan Voimistelijat jäi pois yhteistyöstä. Joukkueiden päävalmentajina jatkoivat Riikka Penttilä ja Pia Rääkkä.

Tuki- ja yhteistyötahoina valmennuksessa toimi fysioterapeutti Satu Ranta. Gloria- ja Gloria Jr -joukkueiden fyysisestä valmennuksesta vastasi Sergio Navadijo. Balettivalmentajina toimivat Hanna Korjus ja Aliisa Seppänen.

Voimisteluliiton järjestämiin rinkileirityksiin osallistuivat seuraavat joukkueet:

- Maajoukkuerinki: Gloria, Gloria Jr
- Talent-ringit 10-12v ja 12-14v: Gloria Elegance ja Elegance Jr
- Haastaja 1-rinki 12-14v: Elegance PreJr
- Aluevalmennusringit: Xena Elegance, Xena Pink

Lisäksi joukkueet ovat järjestäneet omia ja ikäkauden yhteisiä leiripäiviä omalla TUPA-harjoitteluhallilla lähes jokaisena lauantaia harjoittelukauden aikana.

Kilpa- ja valmennustoiminnan (KiVa) työryhmän vetäjänä toimi hallituksen kilpa- ja valmennustoiminnasta vastaava Johanna Lentonen ja ryhmän jäseninä olivat päävalmentaja Virve Arjanne, valmennuskoordinaattori Henni Aro, tuntivalmentaja Tuulikki Muurman, toiminnanjohtaja Sanna Mäkelä, sekä hallituksessa jojo-/rahuri toiminnasta ja tapahtumista vastaava Meri Hovi. Työryhmä kokoontui kauden aikana kuukausittain. Työryhmän tehtävänä oli kehittää ja seurata kilpailu- ja valmennustoimintaa.

2.4.1 KILPAILUT

Valmennustoiminnan joukkueen vuosiryhtiin kuuluu normaalisti 4-5 kilpailutapahtumaa että syys- että kevätkaudella. Edellisten kausien koronatilanteen vuoksi kilpailujaksotus oli tällä kaudella poikkeuksellinen, kun syyskaudella 2021 käytiin poikkeuksellisesti 12-14-vuotiaiden SM-kilpailut ja kilpasarjojen mestaruuskilpailut, joiden olisi lähtökohtaisesti pitänyt olla kevätkaudella 2021. Normaaliin vuosiryhtiin kuuluvat kilpailukauden alkuun ajoittuvat harjoituskilpailut, jotka järjestettiin Maunulan hallilla sekä syys- että kevätkaudella blokeissa.

2.4.1.1 KILPAILUMENESTYS SYKSY 2021

Joukkuevoimistelun MM-kilpailuissa Helsingissä marraskuussa Gloria ei päässyt maakiintiön vuoksi loppukilpailuun (alkukilpailun 7.), mutta saavutti maakilpailussa hopeamitalin yhdessä Minettien ja OVO Teamin kanssa.

Syksyllä 2021 siirretyissä mestaruuskilpailuissa saavutettiin seuraavat sijat:

Commented [MH16]: @Virve Arjanne Voisitko lisätä KiVa-työryhmän kokoonpanon, kokoontumiskerrat/-välin ja mikä on työryhmän tehtävä?

Pakilan Voimistelijat PNV ry

SM 12-14v: Gloria Pre Jr 5., Gloria Prima 10.

Kilpasarjojen mestaruuskilpailut 14-16v: Alpha 2., 16-20v: Vidal 2., yli 18v: Massimo Jr 1.

2.4.1.2 KILPAILUMENESTYS KEVÄT 2022

Tallinnan World Cupin 1. osakilpailuissa maaliskuussa Gloria sijoittui alkukilpailun kolmanneksi, mutta karsiutui maakiintiön vuoksi finaalista. Sofian 2. osakilpailussa joukkue oli alkukilpailun 5. ja karsiutui taas finaalista. World Cupin kolmanteen osakilpailuun valittiin sekä Gloria että Gloria Jr, ja Gloria sijoittui kilpailussa upeasti hopealle. Juniorisarjassa Gloria Jr oli alkukilpailun 3., mutta karsiutui loppukilpailuista maakiintiön vuoksi.

Toukokuun SM-kilpailuissa joukkueet saavuttivat seuraavat sijoitukset:

- Naisten sarja: Gloria 3.
- Juniorisarja: Gloria Jr 5., Elegance Jr 9.
- 12-14v: Gloria Elegance 10.

Gymnaestrada-tapahtuman yhteydessä kesäkuussa pidettiin myös kilpasarjan mestaruuskilpailut. Niissä sekä Massimo Jr (yli 18v) ja Vidal (16-20v) saavuttivat kultaa.

2.4.2. KOULUTUKSET

Henni Aro aloitti keväällä oppisopimuskoulutuksessa valmentajan erikoisammattitutkinnon suorittamisen. Essi Hannuksela kävi Voimisteluvallmentajan jatkokoulutuksen (2-taso). Voimisteluliiton vastuullisuuslinikalle syyskuussa osallistuivat Sanna Peltola ja Virve Arjanne.

Seura järjesti seuraavat koulutuslisenssin alaiset valmentajakoulutukset 2021-2022:

- Voimistelukoulukoulutus 21.-22.8.
- Fyysisen valmennuksen peruskoulutus 12.12.
- Lajitaidon peruskoulutus 15.-16.1.

Joukkuevoimistelun tuomarikoulutuksiin osallistuttiin seuraavasti:

- Tuomarikoulutus 2: Liisa Merkkiniemi ja Karoliina Suokko
- Tuomarikoulutus 3: Siri Juvonen
- Tuomariseminaari: Virpi Europaeus, Satu Ranta, Filippa Väänänen, Eeva Aaltonen, Essi Hannuksela, Jaana Hillebrandt, Henni Aro, Elina Heinonen, Liisa Merkkiniemi ja Neea Löyttyniemi

Yllä mainittujen koulutusten lisäksi seura on aktiivisesti kouluttanut valmentajiaan omilla koulutuksillaan. Valmentajille on järjestetty kausi-info sekä syys- että kevätkauden aluksi ja apuvalmentajakoulutus syyskauden aluksi. Ikäkausivalmennusjärjestelmän myötä valmentajat ovat olleet entistä aktiivisemmin yhteistyössä toistensa kanssa ja antaneet sekä saaneet vertaistukea toisiltaan.

Commented [MH17]: @Virve Arjanne Puuttuuko tästä jotain?

Commented [MH18]: @Virve Arjanne Lisäisitkö koulutusten osallistujat?

Commented [MH19]: @Virve Arjanne Onko tuomarikoulutukset olleet jonain tietynä päivänä? Jos on voisitko lisätä?

3. TAPAHTUMAT

Kauden alussa 10.8.2021 pidettiin Startti-tapahtuma Paloheinän ulkoilualueella Suomen Ladun majan vieressä. Tapahtumassa oli mahdollisuus ilmoittautua syksyn tunneille ja lapsilla oli tempurata. Perinteistä Pakilan alueen kylätapahtumaa ei järjestetty Covid-19 pandemian vuoksi.

Kick-Start –tapahtuma oli 31.8.2021 Oulunkylän peruskoulun, Veräjälakson toimipisteen pihalla.

Seura järjesti joukkuevoimistelun MM-valintakilpailun sekä PNV Cupin 25.9.2021 Töölön Kisahallilla. Kilpailuun osallistui 38 joukkuetta (SM-sarjat 12-14v, juniorit ja naiset sekä juniorien lyhytohjelmasarja).

Stara-tapahtuma järjestettiin Pasilassa 27.11.2021. Starassa esiintyi yhteensä 27 joukkuetta sekä yhdeksän rytmistä.

Koronan jälkeen oli myös mahdollisuus järjestää joulujuhla ilman koronarajoituksia 11.12.2021 Pasilan urheiluhallilla.

Osallistuimme perinteiseen Notkeaan messuun 12.12.2021 Pyhän Paimenen kirkossa, jossa PNV:lta oli mukana enkelityöt ja tunnelmallinen tanssiesitys. Lisäksi PNV:n hallitus kahvitti kirkkoväen messun jälkeen.

Pro Dance järjesti 13.3.2022 Pink Dance Stars -tanssikilpailun Helsingin Suomalaisella Yhteiskoululla. Järjestelyvastuussa tapahtumasta olivat Marjukka Lukkaroinen, Sanna Mäkelä ja Marjo Heijari. Talkootöissä oli mukana mm. PNV:n hallituksen jäseniä, aikuisten kilpailevien tanssiryhmien tanssijoita sekä tanssilinjalaisten vanhempia. Esityksiä kilpailuun osallistui n. 110 ja tanssijoita oli mukana useita satoja. Kisapäivä onnistui upeasti ja kisan tuotto oli seuralle merkittävä. Päivän kruunasi Illusion voitto omassa sarjassaan sekä Illusion Ainos hopeamitali.

Kevään PNV Cup järjestettiin 23.4.2022 ensimmäistä kertaa uudessa Urhea-hallissa. Kilpailuun osallistui 93 joukkuetta sarjoissa 8-10v, 10-12v sekä kaikki kilpasarjat. Uudesta kilpailupaikasta ja kilpailujärjestelyiden toimivuudesta saatiin paljon positiivista palautetta.

Kevätjuhla pidettiin 10.5.2022 Pirkkolan urheiluhallilla.

Keväällä 2022 Stara-tapahtumaa ei järjestetty vähäisen osallistujamäärän takia.

Seura osallistui noin 150 jäsenen kanssa Suomi Gymnastradaan Tampereelle 9.-12.6.2022 kenttänäytösohjelmilla ”Sateen jälkeen paistaa aurinko” 10 lapsen voimin, ”Luonnon lumoissa” viiden tanssijan ryhmänä sekä ”Kirkkaat vedet”, jossa mukana oli n 20 tanssillisen voimistelun aikuista voimistelijaa, sekä seuran omalla hallinäytösohjelmalla ”Emotion in Motion”. Lisäksi Gymnastradan yhteydessä järjestettyihin Kilpamestaruuskilpailuihin osallistui seitsemän joukkuetta.

Valmennuskoordinaattori Henni Aro organisoi palkitsemistilaisuuden 15.6.2022 Etupellon leikkipuistossa, jossa palkittiin kustakin joukkueesta yksi valmentajien valitsema voimistelija. Koko seuran vuoden voimistelijaksi valittiin Gloria-joukkueen Justiina Tiittanen, vuoden valmentajaksi pitkäaikainen valmentajamme Siri Juvonen ja vuoden joukkueeksi valittiin Gloria. Vuoden lasten valmentajaksi valittiin Annika Luoto, vuoden lasten ohjaajaksi Inka Lindström ja vuoden aikuisten

Pakilan Voimistelijat PNV ry

ohjaajaksi Satu Huttunen. Lisäksi palkittiin vuoden apuvalmentajana Josefina Ketola, vuoden tuomarina Eeva Aaltonen, vuoden jojona Mari Marjoneva, vuoden tanssijana Veera Tähtinen ja vuoden Pinkki Sydän -kiertopalkinnon sai Päivi Lehtovirta.

4 TALOUS JA AVUSTUKSET

Tilikauden tulos oli vähemmän tappiollinen kuin talousarviossa. Yksi tähän vaikuttavista asioista oli se, että Helsingin kaupunki jakoi erityistä avustusta Covid-19 –pandemian aiheuttamien haittojen kompensoimiseksi 25.000 euroa. Koronatilanteen vaikutukset seuran toimintaan heijastuivat aikuisten harrasteliikuntaan harrasteliikkujien määrän jäädessä yhä normaalia alhaisemmaksi. Lisäksi kisojen ja tapahtumien tuotot jäivät suunniteltua pienemmiksi, kun osallistujamääriä ja katsojamääriä piti rajoittaa.

Toimintakautena 2021–2022 seura sai Helsingin kaupungilta vuokra- ja toiminta-avustusta 89.081 euroa.

Pieniä avustuksia saatiin K-Supermarket Torpparinmäeltä, Pakinkylän Lions Clubilta, Pakilan Lions Clubilta ja Pakilan Seurakunnalta.

4.1 JÄSEN- JA JUMPPAMAKSUT

Kaudella 2021–2022 jäsenmaksu kaikilta jäseniltä oli 30 euroa.

Aikuisten harrasteliikunnan hinnat:

- Kultakortti: 282 €
- Hopeakortti: 268 €
- Vihreäkortti: 258 €
- Pronssikortti: 190 €
- 10x jumppakortti: 125 €
- Kertamaksu: 13 €

Lasten ja nuorten liikunnan hinnat:

- 45 min: 215 €/vuosi
- 60 min: 240 €/vuosi
- 75 min: 260 €/vuosi
- 90 min: 290 €/vuosi

Commented [MH20]: @Riikka Luoto Sisältääkö tämä vuokra-avustuksen?

Commented [RL21R20]: Sisältää. Tieto saatu Ullalta

Commented [MH22]: @Riikka Luoto Saatiinko K-Supermarket Torpparinmäestä avustusta (ed vuonna saatiin muutama satanen)?

Commented [RL23R22]: Ullalle laitoin kyselyä

Commented [SP24]: @Sanna Mäkelä Saisiko tähän vielä lanun maksut myös?

Commented [SM25R24]: tehty

Pakilan Voimistelijat PNV ry

Liitteet:

1. Tuntiohjelmat
2. Uskollisuuden Killan toimintakertomus

Liite 1 | Tuntiohjelmat

KLO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
9	9-9.55 PowerMethod-voimaharjoittelu Oulunkylän liikuntasali Kerttu	9-9.55 LatinoFit Paloheinän jäähallin liikuntasali Juana Rios	9-9.55 Kuntojumppa Paloheinän jäähallin liikuntasali Sara				
10		10-10.55 Kehonhuolto Paloheinän jäähallin liikuntasali Juana Rios	10-10.55 Sporttjumppa Paloheinän jäähallin liikuntasali Sara	10.30-11.30 Pilates Paloheinän jäähallin liikuntasali Sara		10-10.55 Sporttjumppa Paloheinän ala-aste Teija	10-10.55 Gymstick Paloheinän ala-aste Eeva
11			11-11.55 Ikämiehet Paloheinän jäähallin liikuntasali Sara			11-11.55 Kahvakuula Paloheinän ala-aste Teija	11-11.55 FasciaMethod-kehonhuolto Paloheinän ala-aste Eeva
16	16-16.55 Kuntojumppa Pakilan yläaste, Iso salli Liia						
17							
18	18-18.55 Lavis 1 Oulunkylän ala-aste, Verigöökän toimipiste Kikka	SUOSITTU LAVIS PALAAN OHJELMISTOON!		18.30-19.25 PowerMethod-voimaharjoittelu Pakilan ala-aste väistötila, Aulinkipuuisto Kerttu	18-19.30 Jooga PNV Toimisto Mutilla		
19	19-19.55 Lavis 2 Oulunkylän ala-aste, Verigöökän toimipiste Kikka	19-19.55 Pilates alkeisjätko PNV Toimisto Airi	19-19.55 LatinoFit Pakilan yläaste, Iso salli Juana Rios	19-19.55 Jooga Oulunkylän ala-aste Mutilla			
	19.30-20.30 Jooga PNV Toimisto, maakkopiston Sali Mutilla	19-19.55 HIIT Oulunkylän ala-aste Miia	19-20.30 Kardiotreeni + venyttely Oulunkylän ala-aste Eeva	19.30-20.15 FasciaMethod- kehonhuolto Pakilan ala-aste väistötila, Aulinkipuuisto Kerttu			
20		20-20.55 Pilates jatko PNV Toimisto Airi	20-20.55 Kahvakuula Pakilan yläaste, Iso salli Juana Rios				
		20-20.45 Dynaaminen venyttely Oulunkylän ala-aste Miia					

LIIKU
LAHELLA
KOTIA!

SPORTTI-
JUMPPA SOPII
KAIKILLE - EI
VAIKEITA ASKEL-
SARJOJA!

TUNTITYYPIT: SPORTTI TANSSI KEHONHUOLTO

Maukkoiset mahdollisia, seuraathan nettisivujemme muutosten varalta.

PNV.FI

LASTEN JA NUORTEN LUKUJÄRJESTYS 2021-2022

KLO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI
16	16.45-18 (75 min) Rytminen voimistelu alkoet 7-8 v. PNV:n toimisto, musiikkiopiston Sali Inka	16.30-18 (90 min) Joukkuevoimistelu 7-8 v. PNV:n toimisto, musiikkiopiston Sali Sanna	16.45-17.30 (45 min) Perheleikkunta 1-4 v. Metsolan ala-aste, Itä-Pakilan toimipiste Päivi	
		16.45-17.45 (60 min) Sirkusakro 7-8 v. Oulunkylän ala-aste, Veräjälakaason toimipiste Kia		
17	17-17.45 (45 min) Ninjabgym 5-6 v. Metsolan ala-aste, Itä-Pakilan toimipiste Mira	17.45-18.30 (45 min) Sirkusakro 5-6 v. Oulunkylän ala-aste, Veräjälakaason toimipiste Kia	17-18 (60 min) Voikkis 5-6 v. Torpparinmäen peruskoulu Sirja	17-18.15 (75 min) Akro 7-8 v. Metsolan ala-aste, Itä-Pakilan toimipiste Senni
	17.15-18 (45 min) Dancemix 8-10 v. Pakilan VPK Jukka		17-18 (60 min) Boys' street 8-10 v. PNV:n toimisto, peillisali Nea	17.30-18.15 (45 min) Satutanssi 5-6 v. PNV:n toimisto, peillisali Marjatta
	17.45-19 (75 min) Freegym 10-13 v. Metsolan ala-aste, Itä-Pakilan toimipiste Mira		17-18 (60 min) Minityönninen 5-7 v. Oulunkylän ala-aste, Veräjälakaason toimipiste Inka	
			17.30-18.15 (45 min) Tempppi 3-4 v. Metsolan ala-aste, Itä-Pakilan toimipiste Päivi	
18	18-18.45 (45 min) Satutanssi 3-4 v. Pakilan VPK Mira	18-19 (60 min) Voikkis 5-6 v. PNV:n toimisto, musiikkiopiston Sali Sanna	18-18.45 (45 min) Voikkis 3-4 v. Torpparinmäen peruskoulu Sirja	18.15-19.15 (60 min) Kepparijumpa 6-8 v. PNV:n toimisto, peillisali Jukka
	18-19 (60 min) Voikkis 5-6 v. PNV:n toimisto, musiikkiopiston Sali Inka	18.15-19 (45 min) Dancemix 6-7 v. PNV:n toimisto, peillisali Maja	18-19 (60 min) Streetmix 9-12 v. PNV:n toimisto, peillisali Nea	18.15-19.30 (75 min) Akro 9-10 v. Metsolan ala-aste, Itä-Pakilan toimipiste Senni
	19-20.15 (75 min) Rytminen voimistelu jatto 8-10 v. PNV:n toimisto, musiikkiopiston Sali Inka	18.30-19.15 (45 min) Perhegym 1-4 v. Oulunkylän ala-aste, Veräjälakaason toimipiste Kia	18.15-19 (45 min) Tempppi 4-6 v. Metsolan ala-aste, Itä-Pakilan toimipiste Päivi	
		19-20 (60 min) Dancemix 10-13 v. PNV:n toimisto, peillisali Maja		

TUNTITYYPIT: VOIMISTELU TEMPPILU TANSSI PERHE Muutokset mahdollisia, seuraathan nettisivujamme muutosten varalta.

LIITE 2 | Pakilan Voimistelijat PNV ry / Uskollisuuden kilta: Vuoden 2021 toimintakertomus

Uskollisuuden killan jäsenmäärä oli vuoden 2021 lopulla 48.

Johtokunnassa erovuorossa olleet Pirkko Joutsimäki ja Riitta Majola valittiin jatkamaan seuraavat 3 vuotta. Koska kevätkokousta ei voitu järjestää, valinta tehtiin poikkeuksellisesti johtokunnan kokouksessa 27.4.

Johtokunnan kokoonpano:

- Harriet Lahti-Nuutila , puh.joht.
- Pirkko Joutsimäki, varapuh.joht
- Arja Toivola , rahastonhoit.
- Arja Kuoppamäki, yl.as.hoit.
- Riitta Majola, yl.as.hoit.
- Kaarina Santavuori, sihteeri
- Kiltamuorina Helka Mäkinen

Johtokunta kokoontui vuoden aikana kolme kertaa: 27.4. 26.8. ja 10.11., joka kerta täysimääräisenä. Kiltamuori Helka Mäkinen oli mukana kaksi kertaa.

Pakilan Voimistelijat PNV ry

Kevät 2021 alkoi lokakuussa 2020 voimaantulleiden koronarajoitusten jatkuessa: kaikki PNV:n sisäliikunta oli edelleen tauolla. Jumppaamaan pääsi kuitenkin virtuaalisesti. Tauko kesti koko kevään 2021 ajan.

Koska kevätkokousta ei voitu koronarajoitusten vuoksi järjestää, käsitteli johtokunta ensimmäisessä kokouksessaan 27.4. vuosikokousasiat. Puheenjohtaja lähetti päätöksistä tiedotteen jäsenille. Aluehallintoviraston kokoontumisrajoitukset olivat edelleen voimassa, joten johtokunta päätti, ettei yhteisiä tapahtumia järjestetä kevään 2021 aikana.

Seuraavassa johtokunnan kokouksessa 26.8. voitiin jo tehdä suunnitelmia syksyn ohjelmasta, tosin vielä epätietoisina niiden toteutumisesta. Ryhmäliikunta oli alkamassa 1.9. rajoitetulla osallistujamäärällä.

Johtokunnan kokouksessa 10.11. suunniteltiin pikkujoulua, joka oli tarkoitus järjestää poikkeuksellisesti Hyvän Paimenen kirkolla ja tarjoilut järjestäisi johtokunta.

Syksylle suunnitellusta ohjelmasta toteutui 22.9. merkkipäivälounas ravintola Meripaviljongissa. Merkkipäiväänsä viettäviä oli 17. Lounaalle osallistui 29 kiltalaista. Meripaviljonki osoittautui juhlapaikkana hyväksi valinnaksi ja tunnelma oli korkealla pitkän tapaamistauon jälkeen.

Käynti Urheilumuseossa toteutui 8.10. Osallistujia oli 7.

Syyskokous pidettiin 20.10. Hyvän Paimenen kirkon Paimensalissa. Osallistujia oli 28. Kynttiläseremonian jälkeen suunniteltiin syksyn ohjelmaa, kahviteltiin ja seurusteltiin. Kokouksessa ei ollut ulkopuolista ohjelmaa.

24.11. vietettiin Uskollisuuden killan pikkujoulua Hyvän Paimenen kirkon Paimensalissa suunnitellusti. Johtokunta oli järjestänyt glögitarjoilun, joulukalapöydän, juomat ja kakkukahvit. Osallistujia oli 27. Ohjelmasta vastasi Katri Silolahti, joka soitti ja lauloi sekä myös laulatti osallistujia. Pikkujoulun uusi viettämistapa tuntui olevan monille mieleinen ja sen uusimista toivottiin.

20.11. oli Voimisteluliiton järjestämä kiltapäivä ”Kiltatähti säteilee”. Uskollisuuden Killasta osallistui neljä jäsentä.

12.12. toteutui PNV:n perinteinen kauden päätösmessu rajoitetulla osallistujamäärällä.

Loppuvuodesta muistettiin joulukukalla kiltamuori Helka Mäkistä, killan kunniajäsentä Maija Rasimusta ja killan puheenjohtajaa Harriet Lahti-Nuutilaa. Joulukortin sai Pakilan seurakunta yhdessä vahtimestarien kanssa.

Rahastonhoitaja Arja Toivolan ilmoituksen mukaan Uskollisuuden killan tilin saldo on 889,07 €. Vuonna 2021 ei peritty kiltamaksua.

1.2.2022

Kaarina Santavuori/ sihteeri