

PAKILAN VOIMISTELIJAT PNV

TOIMINTAKERTOMUS

1.8.2022-31.7.2023





Sisällysluettelo

1.Pakilan Voimistelijat PNV	3
1.1. Yleistä.....	3
1.2. Toiminnan kehitys.....	3
1.3. Strategia	4
1.4. Vastuullisuus.....	5
2.Hallinto ja resurssit	6
2.1. Hallinto.....	6
2.2. Henkilöstö.....	6
2.3. Työryhmät	7
3.Harrasteliikunta.....	8
3.1. Lapset ja nuoret	8
3.2. Aikuiset.....	9
4. Joukkuevoimistelu	10
5. PNV Dancers.....	12
6. Koulutus.....	13
7. Tilat.....	14
8. Tapahtumat.....	14
8.1. Kilpailut	14
8.2. Näytökset	15
8.3. Muut tapahtumat.....	16
9. Markkinointi ja viestintä.....	17
10. Yhteistyö	17
11. Talous	18

Liitteet:

Harrasteliikunnan aikataulut
Uskollisuuden killan toimintakertomus 2022



1. Pakilan Voimistelijat PNV ry

1.1. Yleistä

Pakilan Voimistelijat PNV ry (myöhemmin PNV) on voimisteluseura, joka tarjoaa laadukasta liikuntaa, voimistelua ja tanssia kaikenikäisille. Toimimme Pohjois-Helsingissä Pakilan, Paloheinän, Torpparinmäen ja Oulunkylän alueilla.

PNV on Suomen Voimisteluliiton sekä Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry:n jäsen. Aikuisliikunnallamme sekä lasten ja nuorten toiminnallamme on kummallakin laadusta kertova Olympiakomitean Tähtiseura-tunnus.

Joukkuevoimistelussa haluamme olla edelläkävijöitä vastuullisuudessa. Tarjoamme mahdollisuuden kehittyä voimistelussa kansainväliselle huipulle asti, minkä lisäksi panostamme myös laadukkaaseen kilpasarjapolkuun. Keskeisessä asemassa kaikilla voimistelun tasoilla on laadukas pohja lasten valmennuksessa. Koulutamme aktiivisesti valmentajiamme ja kehitämme valmennustamme. Tavoitteenamme on Olympiakomitean joukkuevoimistelun huippu-urheilu Tähtiseura-status.

Lasten ja nuorten harrasteliikunnassa tarjoamme monipuolisen voimistelijan polun lapsuuden ja nuoruuden kaikissa ikävaiheissa sekä erilaisilla tavoitetasoilla. Panostamme monipuoliseen liikkumiseen sekä liikuntaharrastuksen jatkuvuuden varmistamiseen.

Aikuisten ryhmäliikunnassa laadukas ohjaus on tunnusmerkkimme. Tuntivalikoimamme kehittyi liikkujien toiveiden mukaisesti. Haluamme liikuttaa aikuisia laajasti Pohjois-Helsingissä ja lähialueilla monipuolisen, matalan kynnyksen ryhmäliikunnan keinoin. Haluamme myös aktivoida senioreita liikkumaan.

Tanssin saralla haluamme tarjota laadukasta ja kohtuuhintaista tanssiharrastusta seuramuotoisesti. Tarjoamme monipuolisia tapoja tanssin harrastamiseen niin lapsille kuin aikuisillekin.

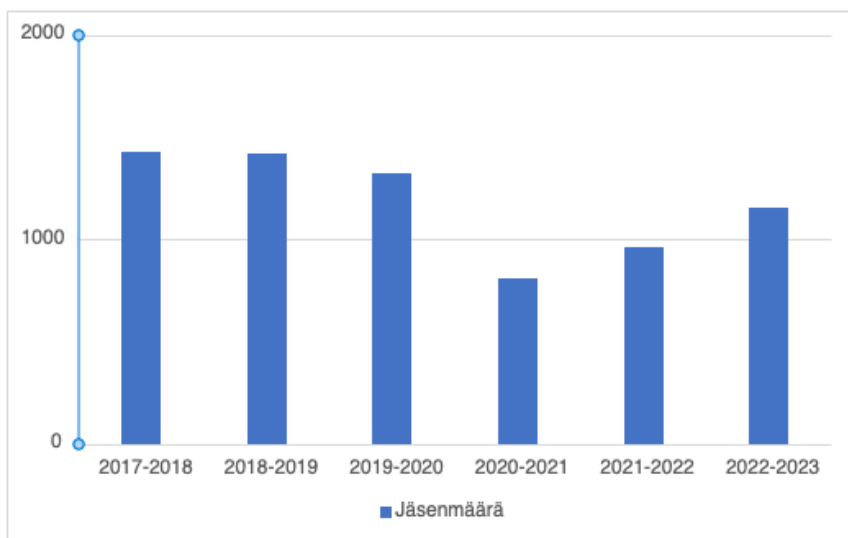
Seuratoimintaamme ohjaa huippu-urheiluseuran asenne. Hallintomme on vastuullista ja meillä on jatkuvan kehittämisen kulttuuri. Kehitämme PNV-brändiä ja tunnettuuttamme. Työntekijöidemme hyvinvointi on seuralle tärkeää.

1.2. Toiminnan kehitys

PNV:llä toimintaa ohjaa jatkuvan kehittämisen malli. Kauden 2022-2023 aikana otimme käyttöömmme uuden jäsentietojärjestelmän myClubin sekä Netvisor-palkanlaskentaohjelman. Tavoitteena oli modernisoida järjestelmiä ja näin ollen tehostaa prosesseja ja työtä. Uuden jäsentietojärjestelmän avulla laskutus sekä viestintä on parantunut selvästi. Lisäksi uusien harrastajien ilmoittautuminen, toiminnan seuraaminen sekä raportointi on parantunut myClub järjestelmän käyttöönoton myötä. Netvisor-palkanlaskentaohjelman käyttöönotto tehosti seuran palkanlaskentaa, kun monista manuaalisista työvaiheista pystyttiin luopumaan.

PNV:n jäsenmäärä kaudella 2022-2023 oli 1151. Kuvassa 1 on esitetty PNV:n jäsenmäärän kehitys viimeisen kuuden vuoden aikana. Korona-aikana, kaudella 2020-2021, PNV:n

jäsenmäärä notkahti, erityisesti aikuisharrastajissa. Nyt jäsenmäärä on lähtenyt nousuun, mutta vielä ei ole saavutettu tasoa, joka oli ennen korona-aikaa.



Kuva 1. PNV jäsenmäärän kehitys.

1.3. Strategia

PNV uudisti seuran vision ja strategian kauden 2022-2023 aikana ja ne hyväksyttiin seuran kevätkokouksessa 05/2023. Tämän lisäksi seuran arvot päivitettiin strategiatyön yhteydessä. Toimintamme pohjautuu arvoille, jotka näkyvät päivittäisessä toiminnassamme. Uusi strategiakausi ulottuu vuoteen 2028 asti.

Visio kuvastaa millainen PNV haluaa olla vuonna 2028 ja strategiset tavoitteet ovat konkreettisia ja mitattavia tavoitteita.

Visio 2028

- PNV on joukkuevoimistelun kansainvälinen huippuseura
- PNV on laajalti tunnettu suomalainen voimistelun ja tanssin brändi
- PNV on helsinkiläinen kaikille avoin urheiluyhteisö
- PNV edistää liikunnallista elämäntapaa sekä tarjoaa liikunnan iloa ja elämyksiä
- PNV:ssä ihmiset viihtyvät pitkään ja löytävät meiltä sopivan tavan liikkua eri elämänvaiheessaan

Strategia 2028

- PNV:llä on vakiintunut asema joukkuevoimistelun kansainvälisellä huipulla. Saavutamme vuosittain MM-mitalin, vastuullisuus keskiössä.
- PNV:n harrastajamäärä on kaksinkertainen vuoden 2023 tasoon verrattuna.
- PNV on yksi tunnetuimmista suomalaisista joukkuevoimisteluseuroista. Olemme myös tunnettu tanssiseura.
- PNV:n jäsenenä viihdytään pitkään, jopa läpi elämän.
- PNV:llä on päätoiminen työntekijä kaikilla sektoreilla ja toimintamme pyörii pääosin omissa toimitiloissa.



Arvot

- Vastuullisuus
- Laatu
- Tavoitteellisuus
- Yhteisöllisyys ja liikunnallinen elämäntapa

Strategian ytimessä ovat seuran jäsenet. Strategian mahdollistajina ovat seuran vahva talous, laajivaatimusten mukaiset toimitilat, jatkuvasti kehittyvät toimintatavat, työntekijät ja vapaaehtoiset sekä yhteistyökumppanit.

1.4. Vastuullisuus

PNV on sitoutunut urheiluyhteisön ja Voimisteluliiton vastuullisuusohjelmaan, jonka osatekijöitä ovat hyvä hallinto, turvallinen toimintaympäristö, yhdenvertaisuus ja tasa-arvo. PNV:n hallitus päätti tammikuussa 2023, että PNV tavoittelee vastuullisuuden pro-seuratason saavuttamista vuoden 2023 aikana.

PNV:n hallitus johtaa seuran vastuullisuustyötä. PNV:n vastuullisuusohjelma löytyy seuran nettisivuilta ja on kaikkien saatavilla siellä. Lisäksi vastuullisuusasioita käydään säännöllisesti läpi valmentajien, ohjaajien ja hallituksen kokouksissa sekä vanhempaininfoissa, jotta voidaan varmistaa, että kaikki toimijat ovat tietoisia vastuullisuustyöstä ja vastuullisuus näkyy pysyvänä osana seuran arkea.

Turvallinen toimintaympäristö on toiminnassamme tärkeää. Emme hyväksy kiusaamista tai epäasiallista käytöstä. Kaikki valmentajamme sekä hallituksen jäsenet ja toimihenkilöt suorittavat Olympiakomitean *Vastuullisen valmentajan* - sekä Väestöliiton *Et ole yksin* – verkkokurssin viimeistään vuoden 2023 aikana. Tarkistamme myös rikosrekisteriotteen lasten ja nuorten kanssa toimivilta ohjaajilta ja valmentajilta.

PNV:llä on ongelmanratkaisupolku, jonka mukaan käsitellään harjoitukseen tai muuhun tilanteeseen liittyvät haasteet mukaan lukien kiusaamis, häirintä tai muu epäasiallinen käyttäytyminen. Lisäksi seuralle on mahdollista jättää anonyymisti palautetta nettilomakkeen kautta.

Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo on tärkeää PNV:ssä, ja se huomioidaan toiminnassamme monin tavoin. Tarjoamme erilaisia ja eritasoisia harrastusvaihtoehtoja, jotta harrastaminen PNV:ssä olisi mahdollista mahdollisimman monelle riippumatta iästä, tasosta tai muista taustatekijöistä. Teemme yhteistyötä Helsingin kaupungin kanssa ja tarjoamme liikuntamahdollisuuksia myös erityisen tuen tarpeessa oleville lapsille.

Otamme ympäristöteemat huomioon toiminnassamme mm. järjestämällä ympäristövastuullisia tapahtumia. Suosittelemme kulkemaan jalan tai pyöräillen harjoituksiin sekä suosimaan kimpakyytejä. Kauden 2022-2023 aikana otimme käyttöön selkeät ohjeistukset esiintymisasujen kierrätykseen.



Urheilijat ja urheilun piirissä toimivat urheilijan tukihenkilöt ovat velvollisia noudattamaan kulloinkin voimassa olevaa WADAn antidopingsäännöstöä, sen piiriin kuuluvia kansainvälisiä standardeja, Suomen antidopingsäännöstöä, laji- ja kilpailukohtaisia antidopingsäännöstyöjä. Kaikki PNV:n yli 14-vuotiaiden SM-sarjoissa urheilevat voimistelijat sekä heidän valmentajansa suorittavat *Puhtaasti paras* -verkkokurssin. Seuran antidopingvastaavana toimii päävalmentaja.

2.Hallinto ja resurssit

2.1. Hallinto

PNV:tä johtaa hallitus, johon kuului kauden 2022-2023 aikana puheenjohtaja sekä kuusi jäsentä. Hallituksen valitsee seuran sääntöjen mukaisesti seurakokous ja hallituskausi on kaksivuotinen.

Hallitus 2022-2023:

- **Meri Hovi**, puheenjohtaja
- **Satu Pulkkinen** varapuheenjohtaja, viestintä ja markkinointi
- **Johanna Lentonen**, joukkuevoimistelu & seurayhteistyö
- **Minna Aravirta**, aikuisliikunta, PNV Dancers ja tilaprojekti (10/2022-)
- **Jonna Vermilä-Alajääski**, jojo-rahuritoiminta
- **Riikka Luoto**, talous
- **Marianne Uppa**, lasten ja nuorten harrasteliikunta

PNV:n operatiivista toimintaa johtaa toiminnanjohtaja Sanna Mäkelä, joka myös toimii esittelijänä hallituksen kokouksissa.

Kokoukset

PNV hallitus kokoontui kauden aikana yhteensä 18 kertaa. PNV sääntömääräinen syyskokous pidettiin 24.10.2022 ja sääntömääräinen kevätkokous 22.5.2023.

2.2. Henkilöstö

PNV:n henkilöstö koostuu päätoimisista työntekijöistä sekä tuntityöntekijöistä.

Päätoimisina työntekijöinä seurassa toimi kaudella 2022-2023:

- Toiminnanjohtaja Sanna Mäkelä
- Päävalmentaja Virve Arjanne
- Valmennuspäällikkö Tinja Salminen (01/2023-)
- Nuorisovalmennuspäällikkö Sanna Peltola
- Valmennuskoordinaattori Henni Aro
- Valmentaja Essi Hannuksela
- Seuras sihteeri Ulla Turunen (-11/2022)
- Seurakoordinaattori Riia Turpela (01/2023-)



PNV vahvisti resursseja joukkuevoimistelun sektorilla palkkaamalla valmennuspäällikön 01/2023.

Tuntityöntekijöitä oli yhteensä 61 kaudella 2022-2023. Heistä 30 toimi kilpavoimistelun puolella, neljä opettajaa PNV Dancers:issa, 12 ohjaajaa ja 8 apuohjaajaa lasten- ja nuorten liikunnassa sekä 11 ohjaajaa aikuisliikunnassa.

2.3. Työryhmät

Hallituksen ja henkilöstön lisäksi PNV:n toimintaa kehittää työryhmät. Vakituksia työryhmiä kauden 2022–2023 aikana olivat lasten ja nuorten liikunnan ryhmä (LaNu), aikuisten liikunnan ryhmä (AiLi), kilpa- ja valmennusryhmä (KiVa), markkinointi- ja viestintätyöryhmä, PNV Dancers-työryhmä sekä talousryhmä. Tarpeen vaatiessa perustettiin erilaisia projektikohtaisia työryhmiä, kuten syysstartti- ja kilpailutyöryhmä.

Lasten ja nuorten liikunnan työryhmän vetäjänä toimi nuorisovalmennuspäällikkö Sanna Peltola ja ryhmän jäseninä toimivat hallituksessa lastenliikunnasta vastaava Marianne Uppa sekä Maija Miinalainen, Ulla Turunen (mukana syksyllä 2022) sekä kevätkaudella 2023 mukana myös Laura Karonen ja Riia Turpela. Työryhmä kokoontui kauden aikana lähes kuukausittain. Työryhmän tehtävänä oli ideoida ja kehittää lasten ja nuorten harrastetoimintaa sekä tapahtumia.

Aikuisten liikunnan työryhmän vetäjänä toimi seuran toiminnanjohtaja ja aikuisten liikunnan vastaava Sanna Mäkelä. Työryhmän jäseninä olivat Minna Aravirta, Karita Kousa, Harri Saarimäki, Ritva Vanhanen, Donna Suomi ja Eeva Särkilähti. Työryhmä kokoontui kauden aikana kaksi kertaa.

Kilpa- ja valmennustoiminnan työryhmän vetäjänä toimi hallituksen kilpa- ja valmennustoiminnasta vastaava Johanna Lentonen ja ryhmän jäseninä olivat päävalmentaja Virve Arjanne, valmennuspäällikkö Tinja Salminen (tammikuusta 2023 alkaen), valmennuskoordinaattori Henni Aro, toiminnanjohtaja Sanna Mäkelä sekä hallituksessa jojo-/rahuri toiminnasta vastaava Jonna Vermilä-Alajääski. Työryhmä kokoontui kauden aikana kuukausittain. Työryhmän tehtävänä oli kehittää ja seurata joukkuevoimistelun kilpailu- ja valmennustoimintaa.

PNV Dancers työryhmän vetäjänä toimi seuran toiminnanjohtaja ja PNV Dancers vastaava Sanna Mäkelä. Työryhmän jäseniä olivat Minna Aravirta, Marjukka Lukkaroinen, keväällä ryhmässä oli mukana lisäksi Jenni Kotala, Laura Turpeinen, Tiina Kauppinen ja Veera Vikman.

Viestintä - ja markkinointityöryhmän vetäjänä toimi hallituksen viestintä - ja markkinointivastaava Satu Pulkinen. Työryhmän jäseniä olivat Virve Arjanne, Sanna Peltola, Sanna Mäkelä ja kevään aikana myös Tinja Salminen sekä Riia Turpela.

Talousryhmässä toimi hallituksen talousvastaava Riikka Luoto, Sanna Mäkelä, syksyn aikana Ulla Turunen sekä kirjanpitäjä Piia Matilainen.



3. Harrasteliikunta

PNV järjesti monipuolisista liikuntaharrastustoimintaa lapsille ja nuorille sekä aikuisille toiminta-alueellaan. Harrasteryhmien syyskausi alkoi 29.8.2022 ja päättyi 11.12.2022 sekä kevätkausi alkoi 9.1.2023 ja päättyi 14.5.2023.

3.1. Lapset ja nuoret

Lasten ja nuorten harrastepuolella harrastajia oli kauden aikana yhteensä 355 ja viikoittain kokoontuvia liikuntaryhmiä oli 21 (lukujärjestys löytyy liitteistä). Lisäksi järjestimme aikuinen-lapsi-jumppatunnin kymmenen kerran kurssina sekä syksyllä että keväällä. Jäsenmäärä oli lähes sama kuin edellisellä kaudella vaikka tavoitteena oli kasvattaa jäsenmäärää edellisestä kaudesta 30-50 henkilöllä.

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

LaNu-työryhmän jäsenet kävivät tapaamassa lasten vanhempia syyskauden alussa sekä keväällä kauden viimeisillä viikoilla. Asiakkaille tehtiin toukokuussa sähköinen kysely lasten liikunnan toiminnasta. Kyselyyn saatiin vain 6 vastausta.

Lasten tähtiseuramerkin vaatimusten mukaisesti seuran ohjauslinjaukset koottiin ja kirjattiin internetsivuille. Linjausten jalkauttaminen ohjaajille, valmentajille ja opettajille toteutetaan seuraavalla kaudella.

Syksyllä 2022 järjestettiin liikunnallinen syyslomaleiri (viikko 42 ma-pe) ja keväällä liikunnallinen talvilomaleiri (viikko 8, ma-pe) Lisäksi järjestettiin neljä liikunnallista kesälomaleiriä (elokuussa 2022 viikoilla 31 ja 32, ma-ke, sekä kesällä 2023 viikoilla 23 ja 24). Kaikki leirit järjestettiin PNV:n toimiston tiloissa. Leireille osallistui keskimäärin 10 lasta. Kesäleirille seura sai rekrytointitukea kesätyöntekijöihin Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilulta (ESLU) kahden ohjaajan palkkoihin.

Suunnitellut perhepeuhutapahtumat päätettiin jättää pitämättä ohjaajaresurssien puutteen takia.

Keväällä 2022 seura pääsi osallistumaan Voimisteluliiton Erityistä Voimaa –hankkeeseen, jonka tarkoituksena on lisätä soveltavan liikunnan mahdollisuuksia ja mahdollistaa voimisteluharrastus 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. Erityistä Voimaa -hankkeen puitteissa järjestettiin erityisliikunnan koulutusta ohjaajille kauden aloituspalaverin yhteydessä elokuussa 2022 ja koottiin ohjaajan opas erityisliikuntaan. Hankeen ja koulutuksen avulla saatiin



rekrytoitua ohjaajia erityisliikuntaan ja Paloheinän koulun Easysport-erityisryhmän lisäksi keväällä 2023 aloitettiin toiset Easysport-erityisryhmät myös Toukolan koululla maanantaisin. Erityistä Voimaa -hanke päättyi vuoden lopussa 2022 ja sen vaikutuksista raportoitiin Voimisteluliitolle.

3.2. Aikuiset

PNV järjesti kaudella 2022–2023 yhteensä 26 viikoittaista aikuisten ryhmäliikuntatuntia (lukujärjestys löytyy liitteistä). Edelliseen kauteen verrattuna tarjosimme jäsenillemme lisää toivottuja lihaskuntotunteja ja aikuisten tanssitunteja. Tunneille osallistui yhteensä 404 aikuisliikkujaa. Tämä oli 53 jäsentä enemmän kuin edellisellä kaudella. Tavoitteena oli nostaa kävijämäärää edellisestä kaudesta 100:lla jäsenellä.

Kaudelle 2022–2023 uusittiin toimintasuunnitelman mukaisesti korttivaihtoehdot. Tavoitteena oli selkeyttää valikoimaa sekä hyödyntää myClub jäsenjärjestelmän tarjoamia tuotteita. Kaudella 2022-2023 valikoimassamme oli Anytime-kortit; päivä (tunnit ennen klo 17) ja koko päivä. Lisäksi valikoimassamme oli erillismaksullisia tunteja kuten pilates ja jooga.

Kesällä 2023 pidimme puistojumppaa kaksi kertaa viikossa, tiistaisin ja torstaisin klo 18.00–19.00 Soih tupuistossa Paloheinässä. Kesäjumppakausi oli 30.5–29.6. sekä 1.-31.8.2023. Kesäjumppiin osallistuttiin innokkaasti. Kävijöitä oli arviolta 30–60 jumppaajaa. Ulkojummat sisältyivät Anytime-korttiin, kesäjumppiin pystyi osallistumaan kesäkauden 10x-kortilla tai 5 € kertamaksulla.

Kauden aikana PNV järjesti kursseja aikuisliikkujille. Gymnaestrada-kurssi Kirkkaat vedet pidettiin keväällä 12 kerran kurssina. Kurssilla harjoiteltiin Kirkkaat vedet kenttäohjelmaa elokuun Amsterdamissa World Gymnaestraadan esiintymistä varten. Kesäkurssina pidimme etätuntina 9 x Voimaa, hallintaa ja liikkuvuutta –kurssin, ohjaajana toimi Kerttu Valve. Osallistujia kurssilla oli 43 ja hinta 100 €. Osallistujille jäi tunteista tallenne käyttöön määräajaksi.

PNV:ssä on myös kilpailevia aikuisten ryhmiä: tanssillisen voimistelun ryhmä Fintastic Moms (25 jäsentä) sekä tanssiryhmä Sisters in Sync (12 jäsentä). Molemmat ryhmät osallistuivat kauden aikana kilpailuihin.

PNV:n aikuistenryhmäliikunnan tunteja pitää 11 koulutettua ohjaajaa, joista kaksi ohjaajaa on palvelusopimuksella. Ohjaajia tiedotettiin syksyllä kauden toiminnasta infokirjeellä ja WhatsApp-ryhmän kautta viestittiin ajankohtaisia asioita kauden aikana.

Keväällä 2023 järjestimme jäsenkyselyn aikuisliikkujille. Vastauksia kyselyyn tuli 164 kpl. Suurin osa vastaajista oli 60–69- vuotiaita niin kuin valtaosa meidän jäsenistämmekin. Jäsenet tulevat tunnille mielellään pyörällä tai kävellen mutta voivat tunnin sisällön takia tulla myös muulle kuin lähimmälle koululle. Tunnin sisältö olikin ratkaisevin kriteeri valittaessa sopivaa tuntia. 66 % vastaajista halusi ostaa kortin, joka oikeuttaa liikkumaan mihin aikaan tahansa eli meidän Anytime-kortin. Kyselyn perusteella lisäsimme syksyn 2023 lukujärjestykseen lihaskuntotunteja.

4. Joukkuevoimistelu

PNV:n valmennusryhmien toimintaan osallistui kaudella 2022–2023 yhteensä 238 lasta ja nuorta, jotka kilpailivat ja esiintyivät 23:ssa joukkueessa sekä Gloria- ja Gloria Jr -seurayhteistyö-joukkueissa. SM-sarjaan osallistuneita joukkueita oli viisi, 10-12-vuotiaiden sarjan joukkueita oli neljä, 8-10-vuotiaiden sarjassa kilpaili kolme joukkuetta ja starajoukkueita oli yhteensä neljä. Kilpasarjoissa (yli 12v.) joukkueita oli seitsemän. Tavoitteena ollut alle 10-vuotiaiden voimistelijoiden määrän lisääminen onnistui. Tavoiteltua laatutason nostoa lasten sarjojen joukkueissa edesauttoi ennen kaikkea se, että 8-10-vuotiaiden sarjaan perustettiin uusi huipulle tähtäävä joukkue, Dione Elegance, sekä se, että 10-12-vuotiaiden sarjaan perustettiin Elegance-joukkueen rinnalle selkeä haastajajoukkue, Xena Elea.

Valmentajia ja apuvalmentajia PNV:n riveissä toimi kaikkiaan 40. Valmentajien koulutustason nostoon panostettiin, ja tavoitteiden mukaisesti koulutuksia järjestettiin ja niihin osallistuttiin ahkerasti (ks. luku 6). Lisäksi joukkueiden ja ohjelmien kehittymistä kävi säännöllisesti arvioimassa ja kommentoimassa seuran ulkopuolisia tuomareita ja valmentajia.

Tuki- ja yhteistyötahoina valmennuksessa toimi fysioterapeutti Satu Ranta. Balettivalmentajina toimivat Hanna Korjus ja Aliisa Seppänen.

Valmennusta työstettiin tavoitteiden mukaan järjestelmällisemmäksi viemällä eteenpäin seuran omaa valmennusjärjestelmää sekä pilotoimalla voimistelijan harjoituskirja 10-12-vuotiaiden ikäluokassa. Lisäksi selkeytettiin voimistelijan polkua PNV:ssä tuomalla paremmin esiin eri vaihtoehdot kilpasarjasta aina kansainväliseen huippuun asti.

Leiritoiminta

Voimisteluliiton järjestämiin rinkileirityksiin osallistuivat seuraavat joukkueet:

- Maajoukkuerinki: Gloria
- Junioreiden B-ringit: Gloria Jr (B1), Elegance Jr (B2)
- Yläkoululeiritys: Gloria Elegance ja Elegance Pre Jr
- Haastajarinki 10-12v: Xena Elegance
- Aluevalmennusringit: Xena Elea, Xena Rose, Dione Elegance

Rinkipaikkojen osalta kaudelle asetetut tavoitteet saavutettiin melko hyvin. Yläkoululeiritys korvasi talent-leiritystä 12-14-vuotiassa, mutta 10-12-vuotiaissa talent-rinkipaikan sijaan saavutettiin alempi haastajarinkipaikka.

Voimisteluliiton järjestämän leirityksen lisäksi joukkueet järjestivät omia ja ikäkauden yhteisiä leiripäiviä TUPA-harjoitteluhallilla lähes jokaisena lauantaina harjoittelukauden aikana.

Kilpailutoiminta

Valmennustoiminnan joukkueen vuosiryhtiin kuuluu normaalisti 4-5 kilpailutapahtumaa sekä syys- että kevätkaudella. Voimisteluliiton kilpailuiden lisäksi joukkueiden kalenteriin kuuluvat



kilpailukauden alkuun ajoittuvat seuran omat harjoituskilpailut, jotka järjestettiin syksyllä 2022 Maunulan liikuntahallilla ja keväällä 2023 Urhea-hallilla. Elegance-edustuslinjan sekä Gloria Elegance joukkueet osallistuivat kauden aikana myös kansainvälisiin kilpailuihin, jotka pidettiin Virossa, Tanskassa ja Helsingissä.

Kilpailumenestys syksy 2022

- Joukkuevoimistelun MM-kilpailuissa Gloria saavutti pronssia.
- Kilpasarjojen mestaruuskilpailuissa Massimo Jr oli yli 18v sarjassa 3.

Kilpailumenestys kevät 2023

- Joukkuevoimistelun EM-kilpailuissa Gloria saavutti pronssia
- SM-kilpailuissa Gloria oli naisten sarjan 2. Junioreiden sarjassa Gloria Jr. oli 5. ja Elegance Jr 12. 12-14v sarjassa Gloria Elegance oli 12.
- Kilpasarjojen mestaruuskilpailuissa 16-20v sarjassa Vidal oli 1. ja yli 18v sarjassa Massimo Jr. oli 3.

Elegance-joukkueiden kisamenestys jäi tavoiteltua vaatimattomammaksi, joskin 10-12-vuotiaiden sarjassa Xena Elegance saavutti osassa kilpailuista tavoitekategorian 1. Sarjassa 8-10 vuotta Dione Elegance sijoittui parhaimmillaan kategoriaan 2 (mutta saavutti useammassa kilpailuissa kunniamaininnan).

Huippuvoimistelu

Kansainvälisen tason edustusjoukkueet olivat naisten sarjassa Gloria ja nuorten sarjassa Gloria Jr. Syyskaudella 2022 joukkueiden takana olevassa yhteistyössä olivat mukana PNV:n lisäksi Attitude Sports ja Elise Gymnastics. Vuoden 2023 alusta yhteistyössä olivat mukana ainoastaan PNV ja Elise Gymnastics. Joukkueiden vastuuvallmentajina toimivat Riikka Penttilä (Gloria) ja Pia Räikkä (Gloria Jr).

Syyskaudella 2022 Gloria voitti Suomen MM-karsinnat ja lunasti maajoukkuepaikan ja samalla MM-kilpailupaikan Itävaltaan. MM-kilpailuissa marraskuussa 2022 Gloria voitti pronssia ja maakilpailussa kultaa. PNV:n jäseniä voittoisassa joukkueessa olivat Laura Airila, Josefina Ketola, Hertta Martikainen, Justiina Tiittanen ja Varvara Yulle.

Kevätkaudella 2023 Gloria saavutti paikan Bulgarian, Ranskan ja Suomen maailman cupin osakilpailuihin. SM-kilpailuissa Gloria sijoittui hopealle. Bulgariassa Gloria karsiutui uudella ohjelmallaan ensimmäisenä finaalista, mutta Ranskan ja Suomen maailman cupin osakilpailuihin mennessä ohjelma oli jo hioutunut ja joukkue sijoittui toiseksi (Ranska) ja kolmanneksi (Suomi). Suomen osakilpailun yhteydessä kilpailtiin myös EM-mitaleista, ja Gloria saavutti samalla myös EM-pronssia. PNV:n jäseniä tässä EM- ja SM-mitalijoukkueessa olivat Josefina Ketola, Erika Luoto, Noora Luoto, Hertta Martikainen, Justiina Tiittanen ja Varvara Yulle.

Syksyllä 2022 Gloria Jr saavutti Suomen ensimmäisessä MM-karsinnassa 4. sijan mutta putosi toisen karsinnan perusteella pois MM-kilpailujoukkueesta. Keväällä 2023 joukkue saavutti



edustuspaikan Ranskan Challenge cup –osakilpailuun, mutta putosi siellä maakiintiön vuoksi pois finaalista. SM-kilpailuissa Gloria Jr sijoittui viidenneksi.

Kauden 2022-2023 aikana Suomi ei osallistunut samoihin kilpailuihin Venäjän kanssa maailmanpoliittisen tilanteen vuoksi (Ukrainan sota). Käytännössä Suomen suurin kilpakumppani kansainvälisissä kisoissa oli Bulgaria.

Huippuvoimistelun osalta saavutettiin kaudelle asetetut menestystavoitteet eli Gloria pääsi MM-finaaliin ja Gloria Jr lunasti paikan Challenge Cup –osakilpailuun.

5. PNV Dancers

PNV:n tanssilinja, PNV Dancers (aiemmin Pro Dance), tarjoaa mahdollisuuden nuorille harrastaa tanssia ja kilpailla tanssissa seuramuotoisesti. Tanssilinjan syyskausi alkoi 13.8.2022 leirillä ja loppui 17.12.2022 ja kevätkausi alkoi 7.1.2023 leirillä ja loppui 31.5.2023. PNV Dancersissa oli kauden aikana neljä kilpailevaa ryhmää ja yksi pienryhmä sekä kaikille avoimia tanssitunteja. Kilpailevien ryhmien lisäksi tanssijoille tarjottiin mahdollisuus sooloon tai duoon, ja näihin valmennusta järjestettiin kurssimuotoisesti. PNV Dancersin tarjoamat avoimet tunnit nuorille olivat Street & Show 10-13v. perustaso, Show & Jazz 12v.+ jatkotaso, Show & nyky 14+ edistyneet sekä Show & nyky 10-13v. perustaso. Yhteensä tanssijoita oli kauden 2022-2023 aikana 49, mikä ylitti tanssilinjalle asetetun tavoitteen.

Kilpailevat ryhmät olivat kaudella 2022-2023:

- Utopia (14 tanssijaa)
- Illuusio (10 tanssijaa)
- Fantasia (10 tanssijaa)
- Harmonia (12 tanssijaa) sekä pienryhmä Melodia.

Marjukka Lukkaroinen toimi PNV Dancersin vastuuopettajana. Lisäksi tanssinopettajina toimivat Nea Oksanen ja Maija Miinalainen. Hallituksen tanssilinjavastaavana toimi Minna Aravirta.

Kilpailevat ryhmät sekä soolot ja duot kilpailivat useissa tanssikilpailuissa kauden 2022-2023 aikana ja menestyivät niissä hyvin saavuttaen useita voittoja, palkintosijoja ja kunniamainintoja ylittäen tanssilinjalle asetetut kilpailulliset tavoitteet. PNV järjesti myös oman, jo suosituksi nousseen, kilpailun Pink Dance Starsin 5.3.2023.

Kilpailumenestys syksy 2022

- Dance and Show:
 - Illuusio sija 2.
- Estradi (26.-27.11.):
 - Ainon ja Pihlan duo sija 1 ja he saivat kunniakirjan esityksestä.
 - Sooloissa Niilo sijoittui kolmanneksi ja Aino sai kunniakirjan.

Kilpailumenestys kevät 2023

- HML-Dance (25.-26.3.)



- Utopia sija 2, Harmonia sija 3, Illusio sija 4.
- Estradi (15.-16.4.)
 - Utopia sija 2 ja Illuusio sija 3.
 - Sooloissa liris sija 2.
- Performing Arts SM/IKM (18.-21.5.)
 - Aino voitti junioreiden soolojen rising stars-sarjan.
 - Duoissa Aino ja Pihla sija 2.
- Vision (20.-21.5.)
 - Utopia sija 1 ja Illuusio sija 3.
 - Duoissa Aino ja Pihla sija 3.

PNV Dancers oli mukana myös PNV:n 75-vuotis juhlagaalassa joulukuussa sekä keväällä kevätnäytöksessä ja kevätgaalassa, joissa esiintyivät tanssiryhmät. Tanssilinjan omassa syyskauden päätösnäytöksessä PNV:n TUPA-hallilla 17.12. esiintyivät soolot ja duot sekä oheistuntien harjoittelijat omilla esityksillään.

Keväällä järjestettiin tanssin intensiivileiri (20.-22.2.2023) PNV:n TUPA-hallilla. Lisäksi joukkueet leireilivät kauden aikana Solvallassa sekä PNV Dancers:t osallistuivat kesällä järjestettyyn World Gymnaestradaan Amsterdamissa.

Kilpaileviin ryhmiin valitaan koetanssitilaisuuden kautta. Koetanssitilaisuus pidettiin 27.5.2023 PNV:n TUPA-hallilla.

6. Koulutus

Valmentaja- ja ohjaajakoulutus on tärkeä osa PNV:n toiminnan laadun kehittämistä. Jokaisen valmentajan ja ohjaajan edellytetään käyvän ainakin ohjaajakoulutusjärjestelmän 1-tason läpi. Tuomarikoulutuksien kautta varmistetaan, että seuralla on riittävästi tuomareita ja, että pystymme täyttämään tuomarivelvoitteemme kilpailuissa. Samalla sääntöosaaminen seuran joukkuevoimistelutoiminnassa laajenee.

Alla luetellut joukkuevoimisteluvallmentajien ja lasten harrasteohjaajien koulutukset on pidetty Voimisteluliiton koulutuslisenssin puitteissa (apuvalmentajakoulutus oma koulutuskonsepti):

- Starttikoulutus 20.8.2022
- Voimistelukoulu 4.9.2022
- Apuvalmentajakoulutus syyskuu
- Fyysisen valmennuksen peruskoulutus 10.12.2022
- Lajitaidon peruskoulutus la-su 28.-29.1.2023

Muut koulutukset, joihin on osallistuttu kauden aikana:

- Valmentajan ammattitutkintoon valmistava koulutus (Essi Hannuksela ja Tuulikki Muurman)
- Valmennuksen erikoisammattitutkintoon valmistava koulutus (Henni Aro)



- Kv-tuomarikurssi JV (Henni Aro uutena, päivityskoe Virpi Europaeus, Emilia Peuronen)
- Joukkuevoimistelun tuomarikoulutus, uudistuneiden sääntöjen päivityskoe (Eeva Aaltonen, Virve Arjanne, Essi Hannuksela, Satu Ranta)

Aikuisliikunnan puolella Eeva Särkilahti kouluttautui PowerMethod ohjaajaksi ja Kerttu Valve päivitti oman PowerMethod koulutuksensa. Lisäksi Eeva sekä Kerttu päivittivät FasciaMethod-koulutuksensa.

7. Tilat

PNV järjesti toimintaa omissa, vuokraamissaan, tiloissa sekä Helsingin kaupungin tiloissa kaudella 2022-2023. PNV:n omia tiloja ovat toimisto (Ohrahuhdantie 2), TUPA-harjoitushalli (Teerikukonkuja 3) sekä PikkuTUPA (Teerisuonkuja 4). PikkuTUPA saatiin käyttöön syksyllä 2022. Kaupungin tilat olivat lähialueen koulujen liikuntasaleja.

PNV:llä on hyvät harjoitteluolosuhteet joukkuevoimistelussa. TUPA-harjoitushalli tarjoaa joukkuevoimistelulle kaksi täysimittaista kanveesia sekä tilavan peilisalin, jossa on matto sekä balettiin tarvittavat tangot. Uusi PikkuTUPA paransi entisestään PNV:n joukkuevoimistelun ja PNV Dancers:ien harjoitteluolosuhteita. Kevätkaudella 2023 harjoitusolosuhteita heikensi Maunulan liikuntahallin remontti, joka alkoi toukokuun alussa. Maunulassa salivuorotunteja oli n. 10 viikossa ja siten joukkueiden viikkoharjoitustunteja lähes 30, jotka jouduttiin siirtämään hallilta muihin tiloihin.

Kaudella 2022-2023 PNV Dancers harjoitteli PNV:n toimistolla, Kustaankartanon palvelukeskuksen salissa sekä Tuvalla ja PikkuTuvalla. Aikuisten ja lasten sekä nuorten harrasteliikuntatunnit järjestettiin toiminta-alueen lähikouluilla.

8. Tapahtumat

Näytökset ja kilpailut ovat merkittävä osa seuran varainhankintaa. Samalla edistetään myös kilpa- ja harrastevoimistelun sekä tanssin tunnettuutta suuren yleisön keskuudessa ja mediassa. PNV järjesti toimintakauden aikana useita näytöksiä, joihin osallistuvat seuramme harrastajia niin joukkuevoimistelun, tanssin kuin harrasteliikunnan puolelta. Tavoitteena on, että kaikilla seuramme harrastajilla on mahdollisuus esiintyä. PNV järjesti myös joukkuevoimistelun ja tanssin kilpailuja sekä Stara-tapahtumia: PNV Cup, Pinkki Stara ja Pink Dance Stars. Kaikki PNV:n järjestämät tapahtumat ja kilpailut onnistuivat hyvin.

8.1. Kilpailut

PNV Cup la 12.11.2022 ja su 23.4.2023, Urhea



- PNV järjesti kaksi joukkuevoimistelun Cup-kilpailua kauden 2022-2023 aikana, yhden syksyllä ja toisen keväällä. Molemmat kilpailut pidettiin Urhea-hallissa ja ne olivat todella suosittuja. Ilmoittautuneita joukkueita syksyn kilpailussa oli 104 ja keväällä 110. Yleisöä oli myös mukavasti kannustamassa joukkueita molemmissa kilpailuissa.

Pinkki Stara la 19.11.2022 ja la 15.4.2023, Pasilan urheiluhalli

- PNV järjesti kaksi Stara-tapahtumaa, Pinkkiä Staraa, kauden 2022-2023 aikana Pasilan urheiluhallissa. Syksyn tapahtumaan osallistui 53 joukkuetta ja keväällä 39 joukkuetta.

Pink Dance Stars su 5.3.2023, Tikkurilan lukio

- PNV järjesti kauden aikana avoimen tanssikilpailun Pink Dance Star. Kilpailu järjestettiin aiemmista vuosista poiketen Tikkurilan lukiossa, joka osoittautui hyväksi paikaksi tanssikilpailulle. Osallistujia oli paljon, yli 100 esitystä.

8.2. Näytökset

75-vuotis juhlaa la 3.12.2022, SYK

- PNV täytti 75 vuotta marraskuussa 2022. Upea *Pinkki sydän* juhlaa järjestettiin SYK:ssa. Molemmat näytökset sujuivat erinomaisesti ja yleisö sai nauttia aivan mahtavasta voimistelun ja tanssin elämyksestä tarinallisessa voimistelijan polkua kuvaavassa esityksessä. Lavalla nähtiin seuramme koko kirjo aivan pienimmistä 3-vuotiaista aina ”äijiin” saakka. Sokerina pohjalla molemmissa näytöksissä oli tietysti Gloria, joka ansaitusti sai koko SYK:n salin raikumaan aplodeista ja kannatushuudoista. Gaalan juonsivat Eeva Aaltonen ja Liisa Merkkiniemi. Jälkimmäisen näytöksen yhteydessä järjestettiin kutsuvierastilaisuus, jossa muisteltiin seuran historiaa ja saavutuksia sekä palkittiin seuran eteen valtavasti töitä tehneitä ansioituneita jäseniä. Kunniapuheenjohtajaksi nimettiin keväällä seuran puheenjohtajan nuijasta luopunut Päivi Lehtovirta ja kunniajäseniksi Eija Alastalo-Lysmä, Kaisa Lunkka, Sari Turunen sekä Eeva Särkilahti. Lisäksi palkittiin seuraavat henkilöt heidän seuran eteen tekemästään työstä eri osa-alueilla: Ulla Turunen, Sirpa Lahervo, Virve Arjanne, Karita Kousa, Tom Valve, Marko Jokinen, Sanna Peltola, Tuulikki Muurman, Riia Kivimäki ja Riikka Penttilä.

Kevätnäytös la 13.5.2023, Pirkkolan palloiluhalli

- PNV:n perinteikkäässä kevätnäytöksessä Pirkkolan palloiluhallilla esiintyvät kaikki lasten liikunnan harrasteryhmät. Lisäksi kevätnäytöksessä esiintyi muutamia joukkuevoimistelun joukkueita, PNV Dancers:ien tanssiryhmiä ja aikuisten harrasteliikunnan ryhmiä.

Kevätgaala to 18.5.2023, SYK

- Kevätgaala *Yhdessä olemme enemmän* järjestettiin SYK:ssa. Gaalassa esiintyivät upeat joukkuevoimistelijat kilpailuohjelmillaan, PNV Dancers -tanssiryhmät, aikuisten kilpailevat tanssiryhmät sekä muutamia lasten harrasteliikunnan ryhmiä. Lopuksi



esiintyivät seurayhteistyöjoukkueemme Gloria Jr ja Gloria. Gaalan juonsi Essi Hannuksela.

8.3. Muut tapahtumat

Kauden starttitapahtuma su 14.8.2022

- Tapahtuma järjestettiin Paloheinässä Suomen Ladun majan edessä. Lapsille oli ohjattu tempurata, aikuisille puistojumppa ja joukkuevoimistelun joukkue esiintyi. Tilaisuudessa Xena Elegance -joukkueen vanhemmat pitivät buffetia. Paikalla oli seuran edustajia kertomassa PNV:n toiminnasta. Tapahtuma oli onnistunut ja paikalla oli runsaasti ihmisiä.

Kylätapahtuma la 3.9.2022

- Pakilan Kylätapahtuma on Pakinkylän leijonien järjestämä alueellinen tapahtuma, johon PNV osallistuu vuosittain. Tapahtuma järjestettiin Pakilan uudella koululla Halkosuontielle ja siellä oli mukana suuri määrä alueen toimijoita. PNV järjesti tapahtumassa tempuradan ja erillisen infopöydän tapahtumatorilla. Lisäksi PNV Dancers:ien ryhmät esiintyivät tapahtumassa. PNV sai järjestäjiltä kiitosta osallistumisesta.

Treenaa Glorian kanssa la 17.9.2022 ja 6.6.2023

- *Treenaa Glorian kanssa* –harjoitus on tärkeä yhteinen tapahtuma, jossa seuran nuoremmat voimistelijat pääsevät Gloria-joukkueiden voimistelijoiden valmennettavaksi ja ihailemaan idoleitaan. Syksyn tapahtuma järjestettiin yhteistyössä Elisen kanssa. Kauden toinen *Treenaa Glorian kanssa* –harjoitus pidettiin tällä kertaa seuran valmennusryhmien kesäleirin yhteydessä.

Mariya Asparuhovan treenipäivä 3.10.2022

- Bulgarialainen joukkuevoimisteluvälmentaja ja tuomari tuli vierailemaan Glorian harjoituksissa ja samassa yhteydessä pidettiin myös seuran edustusjoukkueille ja muille halukkaille treenipäivä huippuvälmentajan opissa.

Notkea messu su 11.12.2022, Hyvän Paimenen kirkko

- PNV oli mukana perinteisessä messussa kolmantena adventtina. Messussa esiintyi Astra Fenix joukkue tunnelmallisella tanssiesityksellä ja pikkuenkeleinä toimivat nuoret voimistelijat. PNV tarjosi messuun osallistuneille joulutorttuja ja kahvia.

Kisakatselmus su 26.3.2023, Urhea

- PNV järjesti ensimmäisen kerran koko seuran yhteisen joukkuevoimistelun kisakatselmuksen Urheassa. Joukkueet esittivät ensi kertaa kevään uudet kilpailuohjelmat isolle yleisölle ja saivat hyvää esiintymiskokemusta. Tapahtuma oli onnistunut ja tarkoitus on järjestää vastaava myös tulevaisuudessa.

Palkitsemistilaisuus to 15.6.2023, Pakin talo

- Palkitsemistilaisuus järjestettiin ensimmäisen kerran Pakin talolla, joka osoittautui hyväksi paikaksi, etenkin kauniilla ilmalla. Tilaisuudessa palkittiin mm. jokaisesta

joukkueesta ja ryhmästä valmentajan valitsema henkilö, vuoden valmentaja ja vuoden joukkue. Seuran kiertopalkinnon, *Pinkki Sydän* -palkinnon, sai Sirpa Lahervo. Paikalla oli paljon voimistelijoita ja tanssijoita ja tunnelma oli mukava.

World Gymnaestrada 30.7.-5.8.2023, Amsterdam

- Järjestyksessään 17. World Gymnaestrada järjestettiin 30.7.-5.8.2023 Amsterdamissa Hollannissa ja sinne osallistui Suomesta 1700 hengen delegaatio yli 100:sta eri seurasta. PNV:stä Gymnaestradaan osallistui huikeat 68 eri-ikäistä voimistelijaa mukaan luettuna joukkuevoimistelujoukkueet Alpha (16-18v.), Astra Fenix (16-18v.) ja Massimo jr (yli 18v.) sekä kaksi PNV Dancers:ien tanssijaa. PNV piti tapahtumassa hallinäytöksen, jonka koreografeina toimivat Emilia Peuronen, Karoliina Suokko ja Filippa Väänänen. Hallinäytös toteutettiin yhdessä Tapanilan Erän Alexia-joukkueen, Elise Gymnasticsin Kookooma-ryhmän sekä Otsonpoikien kanssa ja siihen osallistui yhteensä yli 80 esiintyjää. Hallinäytöksen nimi oli Emotion in Motion ja se sai suurta kiitosta vaikuttavuudesta ja taidokkuudesta niin yleisöltä kuin Voimisteluliiton edustajilta tapahtumassa. Lisäksi tapahtumaan lähtijöistä 22 osallistui aikuisten tanssillisen voimistelun kenttänäytökseen Clear Waters -ohjelmaan ja kaksi nuorta nuorten tanssillisen voimistelun kenttänäytökseen Your Story -ohjelmaan. Viisi PNV:n jäsentä osallistui kansalliseen Nordig Evening -näytökseen yhdessä Kookooma-ryhmän kanssa Thunderstorm nimisellä esityksellä. Tapahtuman gymppinä toimi nuorisovalmennuspäällikkö Sanna Peltola.

9. Markkinointi ja viestintä

Viestintää ja markkinointia tehtiin kauden 2022-2023 aikana sosiaalisen median kanavissa (Instagram, Facebook) sekä PNV:n nettisivuilla. Seuraajien määrää saatiin nostettua Instagramissa tavoitteiden mukaisesti.

PNV:n sisäisen viestinnän tärkeimmät kanavat ovat sähköposti, jäsenkirjeet, WhatsApp-ryhmät ja myClub. Seuran hallituksella, ohjaajilla, valmentajilla sekä joukkueenjohtajilla on omat keskusteluryhmät WhatsAppissa. Myös uutta jäsenjärjestelmää myClubia aloitettiin käyttämään yhä enemmän viestintäkanavana ja tätä tullaan hyödyntämään jatkossa enemmän sisäisessä ja ulkoisessa viestinnässä.

10. Yhteistyö

PNV:n pääyhteistyökumppani oli kaudella 2022-2023 Helsingin kaupunki, jonka kautta suurin osa seuran harrastetoiminnan tiloista vuokrataan. Helsingin kaupunki on myös merkittävä avustusten myöntäjä. PNV:n toiminnanjohtaja Sanna Mäkelä toimii PNV:n edustajana Helsingin kaupungin järjestämässä seuraparlamentissa.



Voimisteluliitto on tärkeä yhteistyötaho. Voimisteluliiton joukkuevoimistelun kehittämissuunnan alaisissa työryhmissä PNV:llä oli edustus jokaisessa tiimissä. Kilpailutiimin puheenjohtajana toimi Päivi Lehtovirta, tuomaritiimin jäsenenä Emilia Peuronen ja koulutustiimin jäsenenä Virve Arjanne.

PNV:llä oli edustus myös kansainvälisessä liitossa IFAGG:ssa (International Federation of Aesthetic Group Gymnastics), jonka eettisessä komiteassa jäsenenä oli Päivi Lehtovirta.

11. Talous

PNV:n tilikauden tulos oli selkeästi positiivinen. Jäsenmäärän nousujohteinen kehittyminen sekä tuotot kilpailuista ja tapahtumista vaikuttivat positiivisesti tilikauden tulokseen.

Tilikauden aikana ei ollut olennaisesti poikkeavia tapahtumia.

Tilintarkastajana toimi Anni Laamanen, HT-tilintarkastaja, ja varatilintarkastajana Terhi Kare, HT-tilintarkastaja.

Toimintakautena 2022–2023 PNV sai avustuksia eri tahoilta. Helsingin kaupunki myönsi toiminta-avustusta 23 880 € sekä tilankäyttö-avustusta 86 241 €. Opetus- ja kulttuuriministeriö myönsi PNV:lle 9000 € seuratukea Voimistelua kaikille hankkeeseen, joka tullaan toteuttamaan 2023 ja 2024 vuosien aikana. Edellä mainittujen lisäksi Helsingin kaupunki myönsi seuralle erillisavustuksen, joka on suunnattu helsinkiläisten lasten ja nuorten liikkumiseen. Tämän avustuksen suuruus on 8000 €. Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu myönsi 1400 € tukea lasten ja nuorten kesätoiminnasta aiheutuviin kuluihin. Pienempiä avustuksia saimme Pakinkylän Lions Clubilta, Pakilan Lions Clubilta ja Pakilan seurakunnalta sekä K-supermarket Torpparinmäeltä.

Kaudella 2022-2023 harrastemaksut lasten ja nuorten liikunnassa olivat 138 €–149,50 €/kausi riippuen harrastetunnin kestosta, aikuisliikunnassa 93 €–315 €/kausi. Valmennusryhmissä maksut olivat 56 €–185 €/kk. Valmennusmaksun lisäksi joukkueen jäsenet maksavat joukkuekuluja, jotka koostuvat muun muassa kilpailuasusta, leireistä ja kilpailumatkoista.

Seurakokouksen päätöksen mukaisesti jäsenmaksu oli kaudella 2022–2023 30 €.



Liitteet:

Aikuisten harrasteliikunnan lukujärjestys:

PNV FINLAND		AIKUISTEN RYHMÄLIIKUNNAN LUKUJÄRJESTYS 2022 - 2023					#pnvfinland www.pnv.fi
KLO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
9	PowerMethod Kerttu Oulunkylän liikuntahalli 9:00-9:55	Latnofit Juan Paloheinän jäähalli 9:00-9:55	Ikivireät Satu Paloheinän jäähalli 9:00-9:55				
10		Kehonhuolto Juan Paloheinän jäähalli 10:00-10:55	Sporttjumppa Satu Paloheinän jäähalli 10:00-10:55	Pilates Satu Paloheinän jäähalli 10:30-11:30		Lauantaiattarit Donna Paloheinän ala-aste 10:00-10:55	Cymtick Eeva Paloheinän ala-aste 10:00-10:55
11			Ikämiehet Satu Paloheinän jäähalli 11:00-11:55			Bootcamp Donna Paloheinän ala-aste 11:00-11:55	FasclaMethod Eeva Paloheinän ala-aste 11:00-11:55
17	Ikivireät Ulla Maunulan ala-aste 17:00-17:55	HIIT, Milla Oulunkylän ala-aste 18:30-19:25					
18	Sporttjumppa Ulla Maunulan ala-aste 18:00-19:15	Pilates, Airi Pakilanpuiston koulu 19:00-19:55					
19	Jooga Matilda PNV toimisto 19:00-20:00	Äijätreeni ja keho- huolto, Eeva Pakilan vaistokoulu 19:00-20:30	Latnofit Juan Pakilanpuiston koulu 19:00-19:55	PowerMethod, Kerttu Pakilan vaistokoulu 18:30-19:25	Jooga Matilda PNV toimisto 18:30-20:00		
20	Lavis Kikka Maunulan ala-aste 19:30-20:25	Dynaaminen venyttely, Milla Oulunkylän ala-aste 19:30-20:15	Yin Jooga Sanna Pakilanpuiston koulu 20:00-20:55	Sporttjumppa, Satu Oulunkylän ala-aste 19:00-19:55			
		Pilates jatko, Airi Pakilanpuiston koulu 20:00-20:55		FasclaMethod, Kerttu Pakilan vaistokoulu 19:30-20:25			

Muutokset ovat mahdollisia, seuraathan nettisivujamme pnv.fi muutosten varalta.



Lasten ja nuorten harrasteliikunnan lukujärjestys:

PNV FINLAND		LASTEN JA NUORTEN RYHMÄLIIKUNNAN LUKUJÄRJESTYS 2022 - 2023				#pnvfinland www.pnv.fi		
KLO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI				
16	Voimistelukoulu Temppuli 5-6 v. Viilma ja Sanni Metsolan ala-aste, Itä-Pakila 60' 16:45-17:45	Rytmisen voimis- telu alkeis 7-10v. Alissa ja Riina PNV toimisto 75' 16:45-18:00	Voimistelukoulu Temppuli 5-6 v. Sanna ja Beatrice Oulunkylän ala-aste, Veräjäläiskä 60' 16:45-17:45	Joukkue- voimistelu 7-8 v. Ines PNV toimisto 75' 16:30-17:45				
17	Akro 7-8v. Viilma ja Sanni Metsolan ala-aste, Itä-Pakila 75' 17:45-19:00	Voimistelukoulu Satutanssi 5-6 v. Kevät ja Kerttu PNV toimisto, peili 60' 17:00-18:00	Voimistelukoulu Temppuli 3-4 v. Sanna ja Beatrice Oulunkylän ala-aste, Veräjäläiskä 60' 17:45-18:45	Voimistelukoulu 5-6v. Ines ja Selma PNV toimisto 60' 17:45-18:45	Voimistelukoulu Rytmisen voimistelu 5-7v. Seidi ja Julia Pakilanpuiston koulu 60' 17:00-18:00	Voimistelukoulu 3-4v. Viilma ja Sanni Paloheinän ala-aste 60' 17:00-18:00	Akro 7-8 v. Essi W. ja Kerttu Metsolan ala-aste, Itä-Pakila 17:00-18:15	Dancemix 6-8v. Ulla PNV toimisto, peili 17:00-18:00
18	Voimistelukoulu Satutanssi 3-4 v. Kevät ja Veera PNV toimisto, peili 60' 18:00-19:00	Voimistelukoulu 5-6v. Alissa ja Riina PNV toimisto 60' 18:00-19:00	Akro (10x kurssi) 10-12v. Sanna ja Beatrice Oulunkylän ala-aste, Veräjäläiskä 75' 18:45-20:00	Joukkue- voimistelu 9-10 v. Ines PNV toimisto 75' 18:45-20:00		Voimistelukoulu Temppuli 5-6 v. Viilma ja Sanni Paloheinän ala-aste 60' 18:00-19:00	Voimistelukoulu 4-6v. Sirpa ja Elina Torpparinmäen peruskoulu 17:00-18:00	Dancemix 9-11 v. Ulla PNV toimisto, peili 18:00-19:00
19						Voimistelukoulu Satutanssi 3-5v. Sirpa ja Elina Torpparinmäen peruskoulu 18:00-19:00	Akro 9-10 v. Essi W. ja Kerttu Metsolan ala-aste, Itä-Pakila 18:15-19:30	

Muutokset ovat mahdollisia, seuraathan nettisivujamme pnv.fi muutosten varalta.





Uskollisuuden killan toimintakertomus:

Pakilan Voimistelijat PNVry/ Uskollisuuden kiltta

Toimintakertomus vuosi 2022

Vuoden alkaessa korona sävytti vielä siinä määrin elämää, että PNV järjesti aikuisten liikuntaa vain etänä. Etelä-Suomen AVI:n päätös rajoituksista kesti 7.2.2022 asti.

Emännistö (johtokunta) pääsi kokoontumaan vasta 9.helmikuuta. Muut kokoukset vuoden aikana olivat 25.8 ja 22.11. Kaikissa kokouksissa johtokunta oli täysimääräinen. Kiltamuori osallistui vain ensimmäiseen kokoukseen.

Johtokunnan kokoonpano säilyi ennallaan; erovuorossa olleet Harriet Lahti-Nuutila ja Arja Kuoppamäki hyväksyttiin kevätkokouksessa jatkamaan seuraavalle kaudelle. Muut johtokunnan jäsenet olivat Pirkko Joutsimäki, Arja Toivola, Riitta Maijola ja Kaarina santavuori. Kiltamuorina Helka Mäkinen.

Johtokunnan suunnittelema ohjelma toteutui ilman koronarajoituksia koko vuoden osalta.

Kevätkokous pidettiin 23.3. Hyvän Paimenen kirkon Paimensalissa, osallistujia 29. Sääntömääräisten asioiden lisäksi kuulumme pääkaupunkiseudun Luustoyhdistyksen pj:n Helena Paulaston esitelmän ”kuinka hoidan luustoani”.

Merkkipäivälounasta vietettiin 22.4. ravintola Meripaviljongissa. Osallistujia oli 23. 7 kiltalaista vietti merkkipäiväänsä.

Käynti Lotta-Svärd-museossa 17.5. 10 kiltalaista osallistui retkeen.

PNV:n kevätnäytös oli 10.5. Pirkkolan palloiluhallissa.

Gymnaestrada Tampere 2022 –tapahtumaan kesäkuussa ei järjestetty yhteistä osallistumista.

Kauan suunniteltu retki Humalaan ja Krapulaan alkusyksystä peruuntui lopullisesti, koska museon rakennukset oli annettu asuinkäyttöön.

Syksyn ohjelma alkoi 14.9. käynnillä Helsingin Taidehallissa, jossa oli näyttely ”Aallot – Aino ja Alvar keräilijän silmin”. Osallistujia oli 11. Näyttelyn jälkeen kahvit Pikku Finlandiassa.

Syyskokous pidettiin 12.10. Hyvän Paimenen kirkon Paimensalissa. Osallistujia oli 27. Yleisten asioiden lisäksi kuulumme Lotta-Svärd-säätiön hallituksen puheenjohtajan Pirjo Björkin esitelmän ”Lotat eilen, tänään, huomenna”.



26.10. kävimme Aleksanterin teatterissa katsomassa näytelmää ” Kaikki ystäväni”. 24 kiltalaista osallistui. Väliajalla kiltta tarjosi osallistujille kuohuviinit.

Pakilan seurakunta oli pyytänyt killan apua syksyn kirkkokahvitukseen. 2-3 killan jäsentä kerrallaan osallistui kolmena sunnuntaina loka-marraskuussa kahvituksen hoitamiseen.

Killan pikkujoulua vietettiin 30.11. toista kertaa Hyvän Paimenen kirkon juhlasalissa. Emännistö järjesti herkulliset kalaisat tarjoilut ja Leo Silolahti laulatti osallistujia.

Valtakunnallista kiltapäivää vietettiin 19.11. Jyväskylässä.

Pakilan Voimistelijat PNV ry vietti 75-vuotisjuhlaansa 3.12.

Pakilan Voimistelijoiden perinteinen joulumessu (Notkea messu) kolmantena adventtina 11.12. Perinteistä poiketen kahveilla ei tarjottu kakkuja.

Loppuvuodesta muistettiin joulukukalla killan puheenjohtajaa Harriet Lahti-Nuutilaa, killan kunniajäsentä Maija Rasimusta ja kiltamuori Helka Mäkistä. Seurakunta ja kirkon vahtimestarit saivat joulukortin.

Uskollisuuden killan jäsenmäärä oli vuoden 2022 lopulla 50. Vuoden aikana kilttaan liittyi 4 uutta jäsentä.

Rahastonhoitaja Arja Toivolan ilmoituksen mukaan killan tilin saldo vuoden lopussa 1174,01€. Jäsenmaksu 2022 oli 20€.

2.3.2023

Kaarina Santavuori/ sihteeri