

KU-58 vuonna 2010

**Kenttärheilijät-58 ry:n
toimintasuunnitelma vuodelle 2010**



Puheenjohtajan katsaus

Kentt urheilijat -58 on vantaalainen yleisurheilun erikoisseura, joka on Suomen Urheiluliiton (SUL) ja Helsingin Seudun Yleisurheilu ry:n (Helsy) jäsen. Seurassa on lähes 700 jäsentä. Seuran tehtävä on tarjota yleisurheilua sekä kilpaurheilulajina nuorille ja aikuisille että liikuntamuotona kuntoilijoille. KU-58 tarjoaa tasokasta valmennusta ja j rjest  eritasoisia kilpailuja yksin tai yhdessä muiden kanssa. KU-58:n päätoiminta-alue on Tikkurila, Hakunila ja Hiekkaharju. Seuran toimisto - Allun mökki - sijaitsee Hiekkaharjun urheilupuistossa.

Vuosi 2010 tulee jälleen kerran olemaan mielenkiintoinen. Toiminnan suuntaviiva on jo useita vuosia ollut nousujohteinen, enkä usko sen ensi vuonnakaan muuttavan suuntaansa. Olemme pystyneet vahvistamaan valmennustiimi mme niin voimakkaasti, että kilpailullinen tulos voi olla aika mielenkiintoinen ensi vuonna.

Kuntoliikunnan laajeneminen kaiken kansan keskuuteen jatkaa myös tasaiseen tahtiin kasvuaan. Pyrimme lisäämään erilaiset ulkopuolisille tarjottavia liikunnallisia palveluita. Vaikka olemmekin pääasiassa kilpaurheiluseura, ihmisten liikuttamisella on tärkeä osa seuramme tavoitteissa. Ja kiristyvässä taloudellisessa tilanteessa ulkopuolisten liikuttamisella on myös oma merkityksensä taloutemme tasapainottajana.

Jatkamme yhteistyötämme paitsi yleisurheiluseurojen kanssa myös toisten seurojen kanssa yli lajirajojen. Tikkurilan Naisvoimistelijat (TNV), Vantaan Hiihtoseura (VHS) ja Pihkaniskat (Pihkan) ovat näistä esimerkkeinä. K velytalli toimii ansiokkaasti seuramme lipun alla. Myös maahanmuuttajien liikuttaminen seurassamme jatkuu ensi kesänä. Samoin keilajaosto jatkaa toimintaansa aktiivisesti vuonna 2010.

Menkäämme siis toiveikkain mielin kohti 52. toimintavuottamme!

Vantaalla 6.12.2009

Harri Mannermaa

Sisällysluettelo

Puheenjohtajan katsaus	3
Sisällysluettelo	4
Nuorisajaosto	5
Nuorisajaoston johtoryhmä	5
Lasten ryhmät	5
3-5-vuotiaat – Napero-Sportti	
6-8-vuotiaat – Nappula-Sportti	
9-12-vuotiaat – Nasta-Sportti	
7-12-vuotiaat – Kesä-Sportti 7.-23.6.2010 ja 2.-13.8.2010	
Nuorten ja lasten kilpailut	6
Hakunilan halli CUP	
Nuorten CUP	
Seuraottelut	
Nuorten Kesäkisa-sarja	
Ohjaajia urheilukouluihin	7
Valmennusajaosto	7
Valmennusajaoston johtoryhmä	7
Valmennusryhmät	8
Vuoden 2010 alussa toimivat ryhmät ja niiden valmentajat:	
Valmennukseen osallistuminen	8
Valmentajat	8
Seurassa toimii vuoden 2010 alussa 28 valmentajaa.	
Leirit	8
Valmennusolosuhteet	9
Yhteistyö	9
SM-kilpailut kaudella 2010	9
Kilpailulliset tavoitteet	9
Kilpakävelytalli H.e.v.i. Hard Walk Team	10
Helsyn lajipäivät ja lajikoulutustilaisuudet	
Kilpailutoiminta	
Tallin harjoituspaikat ja valmennustilaisuudet	
Leirit ja valmennuksen tukeminen	
Lajitoiminta tiedottamisen näkökulmasta	
Kilpailujaosto	11
Kilpailujaoston johtoryhmä	11
Kilpailujen järjestäminen	11
Vuonna 2010 KU-58 järjestää yksin tai osallistuu seuraavien kilpailujen järjestämiseen	
Tilastointi	12
Toimitsijat	12
Olosuhteet ja välineet	12
Talli-58	12
Talli-58:n johtoryhmä	
Nestori-Sportti - Kunto- ja veteraanijaosto	13
Jaoston johtoryhmä	13
Veteraanikilpailut	13
Kuntoliikunta	13
Keilajaosto - Bowling 58	13
Jaoston johtoryhmä	13
Toiminta	14
Kilpailut	14
Talous	14
Muuta	14
Tiedottaminen	14
Hallinto	14
Talous	15
Talonmies	15
Erityisryhmien ja maahanmuuttajien liikunta	15
Muuta	16

Nuorisajaosto

Nuorisajaostoon kuuluvat kaikki alle 16-vuotiaat KU-58:n jäsenet. Nuorisajaosto koordinoi KU-58:n lasten liikunnan 3-12-vuotiaille lapsille ja sarjavastaavat hoitavat kunkin ikäluokan asioita. Jaoston haaste on löytää riittävästi sitoutuvia ohjaajia lasten ryhmien vetäjiksi ja sarjavastaavia. Ryhmien koon kasvaessa on päästy Varia Tennistien toimipisteen saliin. Yhteistyötä Tikkurilan naisvoimistelijoiden (TNV) kanssa jatketaan.



Nuorisajaoston johtoryhmä

Nuorisajaoston johtoryhmään kuuluvat puheenjohtaja (nuorisopäällikkö), sarjavastaavat ja muita nuorten liikunnasta kiinnostuneita. Johtoryhmä kokoontuu puheenjohtajan kutsusta tarpeen mukaan 6-8 kertaa vuodessa.

Lasten ryhmät

Lokakuussa 2009 alkaneet ryhmät jatkavat kevätkauden ja vastaavat ryhmät aloittavat syyskaudella 2010. Kesken kauden mukaan otetaan myös uusia lapsia, jos ryhmissä on tilaa. Touko-kesäkuussa kaikki ryhmät kokoontuvat Hiekkaharjun urheilukentällä. Ryhmien ohjelmaan kuuluu säännöllisten kokoontumisten lisäksi myös erikseen listatut kilpailut ja tapahtumat seuraavan syyskuun loppuun asti. Osa kilpailuista ja tapahtumista on vain seuran jäsenille ja osa Helsyn alueella järjestettäviä kisoja, joihin KU-58:n nuoret osallistuvat suurella joukolla.

3-5-vuotiaat – Napero-Sportti

maanantai 17.00-17.45 Varian Tennistien toimipisteen sali

Nykyisen ryhmän suuruus on 30 lasta ja se voi olla enintään 40 lasta. Tarjoamme lapsille monipuolista liikuntaa ikäkauteen sopivalla tavalla, mm. yleisurheilu, leikit ja pelit ovat ohjelmassa. Ryhmän säännölliset kokoontumiset loppuvat toukokuun 2009 lopussa.

6-8-vuotiaat – Nappula-Sportti

maanantai 17.45-19.15 Varian Tennistien toimipisteen sali - KU-58
keskiviikko 18.30-19.30 Jokiniemen koulu toukokuun loppuun – TNV

TNV kanssa yhdessä toteutettu ryhmä, joka kokoontuu kahdesti viikossa. Lapsi voi osallistua joko molempiin tai jompaan kumpaan oman valintansa mukaan. Maanantaisin keskitytään yleisurheilupohjaiseen liikuntaan ja keskiviikkoisin rytmikkaan ja lihassuoltoon – etenkin venyttelyyn. Molempina kertoina myös leikitään ja pelataan. Nykyisessä ryhmässä on 40 lasta. Ryhmä kokoontuu säännöllisesti juhannukseen asti.

9-12-vuotiaat – Nasta-Sportti

tytöt/pojat 9-12v maanantai 17.15-18.45 Hakunilan kalliosuoja – KU-58
tytöt/pojat 9-10v tiistai 18-19.30 Hakunilanrinteen koulu/Hakunilan kalliosuoja – KU-58
tytöt/pojat 11-12v tiistai 18-19.30 Hakunilanrinteen koulu/Hakunilan kalliosuoja – KU-58
tytöt 11-13v keskiviikko 17.30-19 Hakunilan kalliosuoja – KU-58
pojat 11-13v keskiviikko 19-20.30 Hakunilan kalliosuoja – KU-58
tytöt/pojat 9-12v torstai 18.30-19.30 Jokiniemen koulu toukokuun loppuun - TNV
tytöt/pojat 8-10v lauantai 9.30-11 Hakunilan kalliosuoja – KU-58
tytöt/pojat 8-13v touko-kesäkuun Hiekkaharjun kenttä – KU-58

TNV kanssa yhdessä toteutettu ryhmä, joka kokoontumisista kukin valitsee osallistuuko kerran viikossa tai jopa neljästi viikossa harjoituksiin. TNV:n vetämä harjoituskerta on jumppa, joka tukee yleisurheiluharjoittelua monipuolisen liikunnan, rytmikan ja lihassuollon kautta. KU-58:n vetämissä harjoituksissa harjoitellaan leikinomaisesti perusliikuntataitoja sekä yleisurheillaan monipuolisesti harjoitellen kaikkia yleisurheilulajeja. Ryhmä kokoontuu säännöllisesti juhannukseen asti. Ryhmässä on tällä hetkellä 78 lasta.

7-12-vuotiaat – Kesä-Sportti 7.-23.6.2010 ja 2.-13.8.2010

Hiekkaharjun urheilukenttä arkipäivisin sekä kesä- että elokuussa

Viime kesän innoittamina pyrimme saamaan lämpimän aterian Jokiniemen koulun ruokalasta ja tarvittaessa sisäliikuntaan tilat Jokiniemen koululta, jotka ovat Hiekkaharjun kentän vieressä. Lapset kokoontuvat päivällä. Ohjelmassa on monipuolisesti yleisurheilua ja muuta liikuntaa kentän suomien mahdollisuuksien mukaan. Mukaan mahtuu ohjaajien määrästä riippuen 30-70 lasta.

Nuorten ja lasten kilpailut

KU-58 järjestää seuran omille nuorille kilpailuja, joiden tarkoitus on olla hauskoja liikuntatapahtumia ja tarjota mahdollisuus opetella tutussa porukassa kilpailuun osallistumisen pelisääntöjä.

Hakunilan halli CUP

Lajit on valittu Hakunilan kalliosuojan tarjoamien mahdollisuuksien puitteissa. Kaikki seuran jäsenet ovat tervetulleita kilpailemaan, mutta yhteistulokset lasketaan vain nimetyille sarjoille. Yhteistuloksen saa, kun on suoritus kaikissa kolmessa lajissa (60m, pituus, kuula), ja se lasketaan nuorten moniottelupistein.

Ensimmäiset Hakunilan halli CUP –osakilpailut on pidetty marras-joulukuussa 2009

Osakilpailu 3 tiistaina 2.2.2010 klo 18 Ryhmä 1: 60m ja pituus; Ryhmä 2: 60m ja kuula

Osakilpailu 4 tiistaina 2.3.2010 klo 18 Ryhmä 1: 60m ja kuula; Ryhmä 2: 60m ja pituus

Ryhmä 1 - T/P 2000 ja jälkeen syntyneet; Ryhmä 2 - T/P 1999 tai ennen syntyneet

Pituudessa ja kuulassa 3 suoritusta

Uusi Halli CUP –sarja alkaa syksyllä 2010. Sen päivämäärät ja lajit määritetään silloin.

Nuorten CUP

Hiekkaharjun kentällä järjestetään CUP-kisat, joissa on yleisurheilun koko lajikirjo edustavasti mukana kullekin ikäkaudelle sopivalla tavalla. Osakilpailuja on viisi. Nuorten CUP -kilpailut ovat osa kesästä Kesäkisa-sarjaa. Sarjat ovat tytöille ja pojille 12-vuoteen asti. Vanhemmatkin voivat osallistua, mutta heille ei lasketa pisteitä. Kussakin osakilpailussa on 2-3 lajia sarjassa.

Alustavat Nuorten CUP-kilpailujen päivämäärät

maanantai 10.5.2010 CUP 1 Hiekkaharju

maanantai 31.5.2010 CUP 2 Hiekkaharju

maanantai 14.6.2010 CUP 3 Hiekkaharju

maanantai 16.8.2010 CUP 4 Hiekkaharju

maanantai 6.9.2010 CUP 5 Hiekkaharju

Seuraottelut

KU-58 ottelee vuosittain sekä Orimattilan Jymy (OrimJy) (T/P9-15) että Varkauden Kenttä-Veikkoja (VarkKV) (T/P11-15) vastaa vuorovuosin Vantaalla ja vastustajan kotikentällä.

2010 Varkauden Kenttä-Veikot tulee Vantaalle Ruotsi-Suomi-maaotteluviikonloppuna ja Orimattilan Jymyn kanssa neuvotellaan paikasta ja ajankohdasta, koska heillä kotikenttä on remontissa alkukesän 2010. Järjestävä seura määrittelee lajit.

Nuorten Kesäkisa-sarja

Erikseen listattujen kilpailujen suoritukset otetaan mukaan laskettaessa loppupisteitä Nuorten Kesäkisassa. Tulokset muutetaan pisteiksi nuorten moniottelupistetaulukoilla. Saadakseen loppupisteet ja sijoituksen on osallistuttava kaikkien neljän lajiryhmän (pikajuoksu, hyppy, heitto, kestävyyslaji) kilpailuun. Kaikki loppupisteet saaneet palkitaan kauden päättäjäsissä lokakuussa 2010.

Mukana on kesällä 2010 seuraavat kilpailut Alustava aikataulu

9.5.2010	Lusikkajuoksu	Hiekkaharju	KU-58
10.5.2010	CUP 1	Hiekkaharju	KU-58
25.-26.5.2010	Sisuottelut	Leppävaara	
31.5.2010	CUP 2	Hiekkaharju	KU-58
?2010	Seuraottelu KU-58-OrJy	Vantaa?	KU-58
10.6.2010	Vattenfall 1	Vuosaari	
14.6.2010	CUP 3	Hiekkaharju	KU-58
?2010	MaMu-kisat	Hiekkaharju	KU-58
18.-20.6.2010	Finlandia Junior Games	Eläintarha, Leppävaara	FJG
26.7.2010	Aktia nuorten yu-kilpailut	Hiekkaharju	KU-58
31.7.2010	Vattenfall 2	Leppävaara	
2.-3.8.2010	Sisuhuipentuma P/T 14-15	Hiekkaharju	
16.8.2010	CUP 4	Hiekkaharju	KU-58

28.8.2010	Seuraottelu KU-58 - VarkKV	Hiekkaharju	KU-58
28.8.2010	Vattenfall finaali		
4.-5.9.2010	Sisuhuipentuma P/T 9-13	Eläintarha	
6.9.2010	CUP 5	Hiekkaharju	KU-58

Isompiin urheilukilpailuihin sarjavastaavat keräävät osanottajalistat yhdessä valmentajien kanssa ja ilmoittautumiset hoitaa yleensä valmennuspäällikkö; tarkemmat tiedot seuran nettisivuilla mm. Tapahtumakalenterissa. Sarjavastaavat ja muut vanhemmat ovat huoltajina kilpailuissa ja sopivat keskenään, ketkä ovat missäkin kilpailussa huoltajana, jotta heitä on riittävästi suhteessa kilpaileviin lapsiin. Ilmoittautumiset ja maksut muihin kilpailuihin hoitaa kukin itse.

Jaoston johtoryhmä nimeää sisuikäiset urheilijat SM-kisoihin, seuraotteluihin ja muihin erikseen nimettäviin kilpailuihin yhdessä valmennuspäällikön ja valmentajien kanssa.

Nuoret ja heidän vanhempansa osallistuvat tapahtumien järjestämiseen, joiden järjestämisessä KU-58 on seurana mukana, koska tarjonta myös lapsille ja nuorille pyritään voidaan pitää monipuolisena ja runsaana.

Ohjaajia urheilukouluihin

Etenkin uuden urheilukoulukauden aloitusta suunniteltaessa selvitetään ohjaajatilanne ja uusia ohjaajia kysellään seuran omista jäsenistä. Lisäksi ohjaajien saamiseksi tiedotetaan seuran nettisivuilla, Itä-Vantaan kouluissa ja tilanteen mukaan myös muita kanavia käytetään.

Seura kouluttaa kaikki ohjaajat. Aloittaessaan ohjaaja sitoutuu käymään vähintään Nuoren Suomen ohjaajakurssin tai SUL:n Lasten yleisurheiluohjaaja -kurssin ennakkoon tai mahdollisimman pian aloitettuaan. Vastuuohjaajille, joiden tulee olla täysi-ikäisiä, suositellaan myös SUL:n Nuorten yleisurheiluohjaaja -kurssia. Ohjaajien osaamisesta huolehditaan jatkokouluttamalla heitä tarpeen mukaan Nuoren Suomen, SUL:n, Helsingin, seuran omilla tai muilla sopivilla kursseilla. Seura huolehtii kurssien kustannuksista. Ohjaaja sitoutuu koulutuksen kustannusten mukaan ohjaajatehtäviin vähintään määräajaksi, minkä pituuden päättää johtokunta nuorisajaoston johtoryhmän esityksestä.

Valmennusjaosto

Valmennusjaostoon kuuluvat kaikki seuran valmentajat ja seuran urheilijat, jotka valmentautuvat KU-58:n valmennusryhmissä tai ulkopuolisten valmentajien ohjauksessa. Valmennusjaosto ylläpitää ja kehittää kilpaurheiluun panostavien urheilijoiden ja valmentajien toimintaa sekä nimeää ja ilmoittaa SM-kilpailuiden urheilijat. Jaosto turvaa seuran resurssien puitteissa mahdollisimman toimivat harjoitusolosuhteet valmennukseen osallistuville.



Valmennusjaosto koordinoi seuran valmennustoimintaa ja siihen liittyviä tukitoimia 13-vuotiaista yleiseen sarjaan. Lisäksi jaosto tekee yhteistyötä nuorisajaoston kanssa 8-12-vuotiaiden liikuntaryhmien organisoinnissa. Kaikki alle 16-vuotiaiden valmennusasiat hoidetaan yhteistyössä nuorisajaoston kanssa. Omien urheilijoiden lisäksi valmennusjaosto tarjoaa juoksuvalmennusta myös ulkopuolisille tahoille, kuten joukkuelajien harrastajille.

Antidoping-työ käytännön tasolla valmennusryhmissä on valmentajien vastuulla. Seura tukee työtä omien resurssiensa puitteissa valmennusjaoston kautta.

Valmennusjaoston johtoryhmä

Valmennusjaoston johtoryhmän puheenjohtajana toimii valmennuspäällikkö ja jäsenenä seurassa toimivat valmentajat. Jaosto kokoontuu puheenjohtajan kutsusta tarpeen mukaan. Valmennusjaoston johtoryhmä tekee johtokunnalle esitykset urheilijoiden ja valmentajien tukiperiaatteista, urheilijakohtaisista tukisopimuksista ja yli 15-vuotiaiden vuosittaisista palkitsemisista. Johtoryhmän tehtävänä on kehittää valmennuksen suuntaviivoja seurassa luomalla visioita ja strategioita tulevaisuutta ennakoivien. Johtoryhmä edistää valmennukseen

liittyviä asioita käytännön tasolla ja tiedottaa niistä seuran urheilijoille, johtokunnalle, muille jaostoille ja tarvittaessa muille tahoille.

Valmennusryhmät

Valmennustoiminta kehittyy yhä enemmän tiimitoiminnan suuntaan, vaikka osa ryhmistä toimiikin edelleen hyvin itsenäisesti. Myös valmennusryhmien ja -tiimien välillä on yhteistoimintaa. Jokaisella yli 12-vuotiaalla valmennusryhmäläisellä on ikäryhmä- tai muu vastuuvallmentaja, joka koordinoi urheilijan osallistumista harjoituksiin. Tavoitteena on tarjota mahdollisimman monipuolista ja erilaiset tarpeet huomioivaa valmennusta. Ikä- ja lajiryhmäharjoitusten lisäksi urheilijoille on tarjolla yhteisiä lajitekniikka- ja ominaisuusharjoituksia.

Valmennusryhmiä perustetaan lisää tarpeen mukaan resurssien puitteissa.

Vuoden 2010 alussa toimivat ryhmät ja niiden valmentajat:

2000-1999	Joni Oilinki, Toni Kattilamäki
1998-96 tytöt	Jari Harmaala, Minna Uusimäki
1998-96 pojat	Sivi Perttula, Minna Uusimäki
1995-94	Pekka Nurmi, Lauri Lahti
Aitajuoksu	Janne Piispanen
Heitot	Paavo Tiik
Hypyt	Jari Moilanen
Keihäänheitto	Kari Haimakainen
Kestävyysjuoksu 1	Eero Hosio, Arto Laukka
Kestävyysjuoksu 2	Petri Perttula
Kävely yli 14 v.	Pekka Muinonen
Kävely alle 15-v.	Salla Autio
Maraton	Harri Mannermaa, Juha Vesala, Paula Jääskeläinen
Moniottelu	Pekka Nurmi, Lauri Lahti, Jari Moilanen
Pikajuoksu 1.	Arto Pyyhtiä
Pikajuoksu 2.	Kauko Rokala
Pika- ja aitajuoksu	Heli Pohjanen
Seiväshyppy	Tero Kuparinen
Pikajuoksu koulut	Eetu Kansanaho, Jim Antturi, Petri Lemmetyinen, Valteri Nuutinen

Valmennukseen osallistuminen

Valmennusryhmiin voivat osallistua kaikki yli 12-vuotiaat tavoitteellisesta harjoittelusta kiinnostuneet urheilijat. Myös vähemmän tavoitteellisesti harrastavat liikkujat ovat tervetulleita mukaan tiettyihin yhteisharjoituksiin.

Seura maksaa harjoitteluun liittyviä kustannuksia urheilijastipendein yli 15-vuotiaille A-luokan saavuttaneille urheilijoille. Stipendisopimuksessa määritellään sekä seuran että valmennettavan velvollisuudet ja oikeudet. Valmennusjaoston johtoryhmä tekee ehdotuksen johtokunnalle stipendisopimuksesta ja stipendien suuruuksista ja jakoperusteista vuosittain.

Valmentajat

Seurassa toimii vuoden 2010 alussa 28 valmentajaa.

Jim Antturi	Salla Autio	Kari Haimakainen	Jari Harmaala
Eero Hosio	Paula Jääskeläinen	Eetu Kansanaho	Toni Kattilamäki
Tero Kuparinen	Lauri Lahti	Arto Laukka	Petri Lemmetyinen
Harri Mannermaa	Jari Moilanen	Pekka Muinonen	Pekka Nurmi
Valteri Nuutinen	Joni Oilinki	Ari Pelander	Petri Perttula
Sivi Perttula	Janne Piispanen	Heli Pohjanen	Arto Pyyhtiä
Kauko Rokala	Paavo Tiik	Minna Uusimäki	Juha Vesala

Valmentajia rekrytoidaan lisää tarpeen ja saatavuuden mukaan. Etusijalla ovat oman seuran kasvattit, jotka osoittavat kiinnostusta valmennukseen. Koulutusta tuetaan seuran voimavarojen puitteissa. Valmentajien välinen yhteistyö toimii hyvin ja tiimityötä kehitetään jatkuvasti lisää.

Leirit

Seuran omat leirit toteutetaan yhdessä nuorisajaoston kanssa. Piiri- ja alueleiritykseen sekä SUL:n leireille osallistumiset koordinoi valmennuspäällikkö.

Valmennusolosuhteet

Pääharjoittelupaikkoina toimivat talvisin Hakunilan kalliosuoja ja kesäisin Hiekkaharjun ja Hakunilan yleisurheilukentät. Lisäksi harjoitellaan mm. koulujen saleissa, Helsingin Liikuntamylyssä ja Hakunilan urheilupuiston maastossa.

Kenttä- ja salivuorot koordinoidaan yhdessä nuorisajaoston kanssa. Vuorojen hakemisen hoitaa toiminnanjohtaja jaostojen esitysten mukaisesti. Harjoituspaikkoja kehitetään ja ylläpidetään yhteistyössä kaupungin ja muiden seurojen kanssa.

Urheilijoiden tukipalveluita (mm. hieronta, fysioterapia, lääkäri, manageritoiminta) kehitetään resurssien ja mahdollisuuden puitteissa.

Yhteistyö

Yhteistyötä tehdään seura-, piiri- ja liittotasolla. Lisäksi koulu yhteistyötä vantaalaisten koulujen kanssa pidetään yllä ja kehitetään.

Yleisurheiluseurojen kanssa sovitaan mm. yhteiskäyttövuoroista harjoitustiloissa. Lisäksi voidaan järjestää mm. yhteisiä koulutuksia tarpeen mukaan. Muiden lajien urheiluseuroille tarjottava juoksuvalmennus on saavuttanut suuren suosion ja siihen panostetaan myös jatkossa. Piiri- ja liittotasolla valmennusjaosto tekee yhteistyötä mm. koulutus ja leiritysasioissa.

Vantaan peruskoululaisille tarjotaan yleisurheiluopetusta resurssien puitteissa lähinnä Hakunilan kalliosuojassa sekä Hiekkaharjun ja Hakunilan yleisurheilukentillä. Opettajille pidetään kolmen tunnin mittainen yleisurheilukoulutus keväällä ja syksyllä. Seura panostaa vantaalaisten koululaisten yleisurheiluosaamisen lisäämiseen mm. markkinoinnilla, opetusmateriaalilla, työtunneilla sekä omalla yleisurheiluvälineistöllään.

SM-kilpailut kaudella 2010

Valmennusjaosto nimeää seuran edustajat SM-tason kilpailuihin. Perusteina käytetään tulostasoa suhteessa ikäluokkaan. Valmennuspäällikkö koordinoi kuljetukset ja majoitukset, joiden kustannuksiin seura osallistuu sopimusten mukaan.

Vuoden 2010 SM-kilpailut

20.-21.2.2010	SM-Hallit M/N	Turku
27.2. 2010	Talvimestaruuskilpailut – Moukari Yl.-22-19-17	Kaustinen
27.-28.2. 2010	SM-Hallit, nuoret M/N22-19-17	Kuopio
6.3. 2010	Talvimestaruuskilpailut – Kiekko Yl.-22-19-17	Pori
6.-7.3. 2010	SM-Hallimoniottelut M/N+M/N22-19-17	Jyväskylä
7.3. 2010	Talvimestaruuskilpailut – Keihäs Yl.-22-19-17	Pori
25.4. 2010	SM-maantiejuoksut	Hamina
16.5. 2010	SM-maastot	Lahti
10.-11.7. 2010	SM-Viestit	Pedersöre
5.-8.8.2010	Kalevan Kisat	Kajaani
13.-15.8. 2010	SM M/N17-16	Tampere
14.-15.8. 2010	SM M/N19	Ylivieska
14.-15.8. 2010	SM M/N22	Tornio
20.-22.8. 2010	SM P/T15-14	Helsinki
3.-5.9.2010	SM-Moniottelut M/N22-19-17, P/T15-14	Sastamala, Huittinen
18.9. 2010	SM-Maantiekävelyt	Lappeenranta
25.9. 2010	SM-maraton	Joutseno

Kilpailulliset tavoitteet

Seuralla on edustaja kauden jokaisessa SM-kilpailussa

	Tavoite 2010	Tulos 2009
Seuraluokittelusijoitus	12.	13.
Seuraluokittelupisteet	400	369,25
Kalevan malja -pisteet	85	61
mo/ak pisteet	40	30
14-15-vuotiaiden SM-pisteet	37	36,5

Kilpakävelytalli H.e.v.i. Hard Walk Team

Kenttärheilijät-58 toimii vuonna 1995 perustetun H.e.v.i. Hard Walk Teamin isäntäseurana.

Tallin urheilijamäärä on tarkoitus lähimmän vuoden aikana kasvattaa 15 nuoreen ja aikuiseen kilpakävelijään toteuttamalla yhteisharjoituksia, järjestämällä osaavaa lajivalmennusta sekä ohjeistamalla nuoret säännölliseen harjoitustoimintaan.

Toiminnalla pyritään lujittamaan kilpakävelyn vetovoimaa nuorten urheilijoiden keskuudessa sekä tekemään läheistä yhteistyötä kilpakävelyn valmennus- ja muiden taustaryhmien kanssa.

Talli kouluttaa uusia kävelytuomareita sekä toimii yhteistyössä kilpakävelyn tuomari- ja toimitsijakoulutuksen kanssa, joita ilman lajilla on rajalliset kehittymisen mahdollisuudet, edesauttamaa lajitoiminnan kehittymistä yleisurheiluseuroissa ja vakiinnuttaa lajitoiminta seuroissa siten, että toimintamalli välitettävän lajitiedon avulla jatkuu.

Näiden tavoitteiden saavuttamiseksi on luotu edellytyksiä lajivalmennukselle ja kilpakävelytallin kävelykoulun toteuttamiseksi piirin ja seurojen yhteistyöllä.

Kilpakävelytallin kilpakävelykoulun tavoitteena on kehittää kilpakävelyn lajitoimintaa yhteistyössä muiden valmentajien kanssa valmennuksen ja muun koulutuksen keinoin: Kilpa- ja huippu-urheilutavoitteinen nuoren urheilijan ura ja lajitoiminnan periaatteet sekä liikunnallisesti lahjakkaille ja motivoituneille nuorille kiinnostava ja pitkälle aikavälille rakentuva mahdollisuus kasvaa ja valmistautua kilpaurheilijan uralle korostaen kaveruuden ja yhdessä tekemisen merkitystä.

Helsyn lajipäivät ja lajikoulutustilaisuudet

Kilpakävelytalli on mukana koordinoimassa ja järjestämässä Helsyn kilpakävelyn lajipäivätilaisuuksia (kevät; vähintään kaksi tilaisuutta) yhdessä piirin seurojen kanssa ja toimii osana piirin kilpakävelyn lajivalmennusta. Pekka Muinonen toimii Helsingissä kilpakävelytuomarikouluttajana ja kilpakävelytalli järjestää tarvittaessa yhden kävelytuomarikoulutustilaisuuden piirin koulutustilaisuuden lisäksi.

Kilpailutoiminta

Talli järjestää Vantaalla Hiekkaharjun kentällä 6.6.2010 yhteistyössä Kenttärheilijät-58:n kanssa perinteisen ratakauden avauskilpailun Kansalliset Väinön kävelyt ja osallistuu kävelykilpailujen järjestämiseen alueella.

Tallin harjoituspaikat ja valmennustilaisuudet

Tallin harjoituspaikat ovat talvisaikaan lähinnä Hakunilan väestönsuoja ja Liikuntamyly, joissa talli järjestää talvi- ja kesäkautena säännöllisesti viidesti viikossa valvotut yhteisharjoitukset. Harjoituspäivät ovat maanantai, keskiviikko ja perjantai. Lisäksi yhteisharjoituksia pidetään erikseen sovittuina ajankohtina lähinnä viikonloppuisin. Talliin voi tietyin edellytyksin liittyä kilpakävelijöitä eri seuroista.

Leirit ja valmennuksen tukeminen

Talli järjestää valmennukseen sovelletut kynnystestit ja kotimaan harjoitusleirit Vierumäellä. Mahdollinen ulkomaan leiri järjestetään Italian Tirreniassa maaliskuussa.

Talli voi hankkia tukijoita toiminnalleen ja kausimaksulla katetaan valmennuksesta, testeistä ja leireistä aiheutuvia kuluja.

Lajitoiminta tiedottamisen näkökulmasta

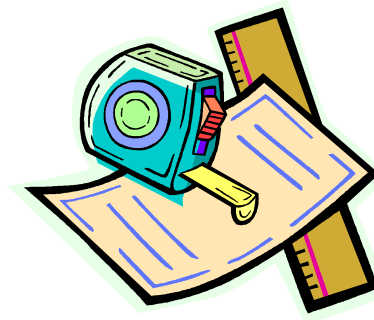
Kilpakävelytalli ylläpitää omia nettisivuja osoitteessa www.kolumbus.fi/walk. Sivuilla kerrotaan tallitoiminnasta, koulutus- ja lajitapahtumista. Sivuilta on ladattavissa tallin tuottamaa ja julkaisemaa valmentajille sekä tuomareille tarkoitettua koulutusaineistoa (Kävelytuomariopas ja tuomarikoulutusaineisto).



Kilpakävelytalli toimii sitoutuneesti ja vastuullisesti puhtaan yleisurheilun puolesta ollen aktiivisesti mukana dopingin vastaisessa rintamassa.

Kilpailujaosto

Kilpailujaoston johtoryhmä koordinoi seuran järjestämien kilpailuiden toteutuksen ja tekee johtokunnalle ehdotukset järjestettävistä kisoista. Samoin se organisoii yhdessä muiden seurojen kanssa järjestettävien kilpailujen toteutuksen KU-58:n osalta. Tärkeä tehtävä on myös ylläpitää seuran valmiuksia järjestää kilpailuja mm. kouluttamalla seuran jäseniä ja huolehtimalla, että kilpailuvälineet ja suorituspakat ovat käyttökunnossa.



Seuran jäsenet osallistuvat kilpailujen järjestämiseen kukin taitonsa mukaan. Myös nuoret otetaan mukaan järjestelyihin, jotta voimme järjestää kilpailuja myös tulevaisuudessa.

KU-58 tekee aktiivisesti yhteistyötä Vantaan seurayhtymän (VSY), jossa ovat mukana Vantaan Salamat, Korson Kunto ja KU-58, puitteissa samoin kuin muidenkin Vantaalla toimivien seurojen ja kaikkien pääkaupunkiseudun seurojen kanssa kilpailujärjestämisessä, koska isommissa kilpailuissa toimitsijatarve kasvaa yli yhden seuran resurssien.

Kilpailujaoston johtoryhmä

Kilpailujaoston johtoryhmään kuuluu puheenjohtaja, sihteeri ja 10-12 jäsentä. Jäseniksi voi liittyä asiasta kiinnostunut seuran jäsen.

Kilpailujaoston johtoryhmä kokoontuu puheenjohtajan kutsusta tarpeen mukaan ja seuraa KU-58:n järjestämien kilpailujen järjestämistilannetta ja puuttuu asioiden hoitoon tarvittaessa.

Kilpailujen järjestäminen

Jaoston johtoryhmä nimeää kullekin kilpailulle kilpailun johtajan, joka tekee kilpailuorganisaation ja yhdessä jaoston johtoryhmän kanssa etsii henkilöt keskeisille paikoille kuten tuomarit, laji- tai lajiryhmäjohtajat, kuuluttajat, toimistopäällikön. Nämä puolestaan kokoavat oman ryhmänsä. Jaoston johtoryhmä määrittelee, mitä kenttiä ja koska tarvitaan kilpailujen järjestämisessä. Toiminnanjohtaja hoitaa kenttävaraukset ja tiedottamisen kenttähenkilökunnalle mm. lajeista jaostolta saamallaan tiedoilla.

Kilpailun johtaja yhdessä laji-, lajiryhmäjohtajien ja kilpailun teknisen asiantuntijan kanssa selvittää etukäteen tarvittavien välineiden kunnan ja sopivuuden mm. painon ja mittojen mukaan käytettäväksi järjestettävässä kilpailussa. Vantaan kaupungin Liikuntapalveluiden ja kenttähenkilökunnan kanssa tehdään yhteistyötä, jotta kenttä välineineen on asianmukaisessa kunnossa kilpailujen aikana.

Vuonna 2010 KU-58 järjestää yksin tai osallistuu seuraavien kilpailujen järjestämiseen

pvm (alustavia)	Kilpailu	Paikka	Järjestäjä
16.1.2010	Aktia maantiejuoksu CUP 3	Hakunila	KU-58
2.2.2010	Hakunilan halli CUP	Hakunila	KU-58
13.2.2010	Aktia maantiejuoksu CUP 4	Hakunila	KU-58
2.3.2010	Hakunilan halli CUP	Hakunila	KU-58
20.3.2010	Aktia maantiejuoksu CUP 5	Hakunila	KU-58
20.3.2010	HELSY:n pm-maantiejuoksu M/N, M/N17-19	Hakunila	KU-58
kevät 2010	Maastojuoksut / 3 osakilpailua	VHS, Pihkan,	KU-58
9.5.2010	Lusikkajuoksu	Hiekkaharju	KU-58
10.5.2010	CUP 1	Hiekkaharju	KU-58
16.5.2010	Aviapolis-juoksu	Aviapolis	VSY
31.5.2010	CUP 2	Hiekkaharju	KU-58
? .2010	Seuraottelu KU-58 – OrimJy	Vantaa?	KU-58
6.6.2010	Aktia veteraanien yu-kilpailut	Hiekkaharju	KU-58
6.6.2010	Väinön kävelyt	Hiekkaharju	KU-58
14.6.2010	CUP 3	Hiekkaharju	KU-58
? .2010	MaMu – yu-tapahtuma	Hiekkaharju	KU-58

18.-20.6.2010	Finlandia Junior Games	Eläintarha/Leppävaara	FJG
26.7.2010	Aktia nuorten yu-kilpailut	Hiekkaharju	KU-58
16.8.2010	CUP 4	Hiekkaharju	KU-58
25.8.2010	KU-58:n kansalliset yleisurheilukilpailut	Hiekkaharju	KU-58
28.8.2010	Seuraottelu KU-58 - VarkKV	Hiekkaharju	KU-58
6.9.2010	CUP 5	Hiekkaharju	KU-58
?9.2010	Vantaan koululaisten maastojuoksut	Hakunila	VSY
10.10.2010	Vantaan maraton	Tikkurila	VSY
syksy 2010	Maastojuoksut / 3 osakilpailua	VHS, Pihkan, KU-58	
13.11.2010	Aktia maantiejuoksu CUP 1	Hakunila	KU-58
?11.2010	Hakunilan halli CUP	Hakunila	KU-58
?12.2010	Hakunilan halli CUP	Hakunila	KU-58
11.12.2010	Aktia maantiejuoksu CUP 2	Hakunila	KU-58
31.12.2010	Hakunilan Uudenvuoden Juoksu	Hakunila	KU-58
15.1.2011	Aktia maantiejuoksu CUP 3	Hakunila	KU-58
12.2.2011	Aktia maantiejuoksu CUP 4	Hakunila	KU-58
19.3.2011	Aktia maantiejuoksu CUP 5	Hakunila	KU-58

Lisäksi KU-58 osallistuu Helsyn ja SUL:n kisojen järjestämiseen.

Yrityksille ja yhteisöille järjestetään omia kilpailuita ja tapahtumia erillisten sopimusten mukaan.

Tilastointi

Seuran nettisivuilla pidetään yllä ajantasaisia tulostilastoja. Myös muihin tarpeisiin mm. julkaisujen tilastot seuran tilastojat vastaavat tarpeen mukaan.

Toimitsijat

Seuran jäsenet osallistuvat tapahtumien järjestämiseen. Etenkin nuorten saaminen mukaan järjestelyihin turvaa toimitsijoiden osaamisen jatkossa. Stipendiuurheilijoiden toimitsijavelvoite (2 kertaa vuodessa) näyttää heille myös järjestelyihin liittyvän tehtävämäärän kisojen aikana mutta myös sekä ennen että jälkeen kilpailujen.

Seura maksaa toimitsija- ja tuomarikoulutukset, jotta voimme osaavasti järjestää kilpailuja myös tulevaisuudessa.

Sportti-ryhmäläisten vanhemmille pidetään kerran tai kaksi vuodessa toimitsijakoulutus, jolla opastetaan yleisurheiluun lajina ja samalla madalletaan kynnystä osallistua toimitsijatehtäviin lasten kisoissa.

Olosuhteet ja välineet

KU-58 järjestää kilpailuja Vantaalla kesäisin Hiekkaharjun urheilukentällä ja Hakunilan urheilupuistossa. Talvisin järjestetään Hakunilan kalliosuojassa on lähinnä seuran nuorille tarkoitettuja harjoituskilpailuja ja maantiejuoksua Sotungin koululla (Aktia maantiejuoksu CUP) ja Hakunilanrinteen koululla (Hakunilan Uudenvuoden juoksu).

Keskustelemalla kaupungin edustajien kanssa pyritään kenttien välineistö pitämään kilpailujen vaatimusten mukaisena. Seura hankkii välineitä, joita käytetään myös valmennuksessa ja urheilukouluissa täydentämään kenttien välineistöä. Välineitä ylläpitää seuran tekninen johtaja yhdessä valmennus- ja kilpailujaoston johtoryhmän kanssa.

Vuoden 2010 keväälle on sovittu Vantaan kenttähenkilöstölle KU-58:n koordinoima koulutus, jonka sisältö painottuu yleisurheilukilpailujen ja lajin vaatimukseen kentille sääntöjen ja yhteistyön puitteissa.

Talli-58

Talli-58 järjestää kestävyysjuoksukilpailuja. Vuonna 2010 Aktia maantiejuoksu CUP ja Uudenvuoden juoksu. Juoksupahtumilla liikutetaan mahdollisimman monia ihmisiä. Osallistumalla sarjan kisoihin voi kukin seurata oman kuntonsa kehitystä. Aktia maantiejuoksu-CUP:n viimeiseen osakilpailuun kutsutaan kestävyysurheilun tai terveyden vaikuttaja kertomaan ajankohtaisesta aiheesta. Vuonna 2010 valmentaja Ensio Hakala pitää luennon aiheesta kestävyysjuoksijan kesäharjoittelu. Tapahtumissa käytetään RFID-pohjaista ajanottoa. KU-58:n jäsenet eivät maksa osallistumismaksua. Aktia maantiejuoksu-CUP:ssa on käytössä sarjapassi, jolla voi osallistua kaikkiin osakilpailuihin ja joka on hiukan edullisempi juoksukertaa kohti.

Talli-58 tukee KU-58:n kestävyysurheilua ja urheilijoita oman harkintansa ja tarpeen mukaan.

Talli-58:n johtoryhmä

Puheenjohtajan lisäksi johtoryhmään kuuluu 2-3 jäsentä.
Johtoryhmä kokoontuu puheenjohtajan kutsusta tarvittaessa.

Nestori-Sportti - Kunto- ja veteraanijaosto



Kunto- ja veteraanijaostoon kuuluvat kaikki ne seuran jäsenet, jotka eivät ole joko nuoriso- tai valmennusjaoston kirjoissa. Perinteisesti jaostossa on ollut mahdollista harrastaa kuntoilua ja kilpailla veteraanisarjoissa (yli 35 vuotiaat) omatoimisesti, mutta nyt ollaan etsimässä uusia mahdollisuuksia kuntoliikuntatarjonnan kehittämiseksi osittain ohjatuksi toiminnaksi. Pitää myös mainita KU-58:n järjestämät Aktia yleisurheilun veteraanikisat eli Kaken kisat kesäkuun alussa. Suoritusten määrä on viime vuosina pysytellyt 300 tuntumassa. KU-58 kuuluu Suomen veteraaniurheiluliittoon, mikä antaa osallistumisoikeuden seuran jäsenille osallistua SM-, PM- ja MM-kisoihin, näihin kilpailuihin veteraaniurheilijat ilmoittautuvat itse kuten kaikkiin muihinkin kilpailuihin.

Jaoston johtoryhmä

Kunto- ja veteraanijaoston johtoryhmään kuuluu puheenjohtajan lisäksi kolme jäsentä. Ryhmä kokoontuu tarpeen mukaan puheenjohtajan kutsusta.

Veteraanikilpailut

KU-58 on saanut kansalliset veteraanikilpailut – Kaken nimikkokisat eli Aktia veteraanien yleisurheilukisat - sunnuntaille 6.6.2010, jotka pidetään perinteisellä aurinkoisella Hiekkaharjun kentällä alkaen klo 12.

Lisäksi muissa seuran kilpailuissa on mukana veteraanisarjat mm. Aktia Maantiejuoksu CUP:ssa ja piirikkunnallisissa kilpailuissa.

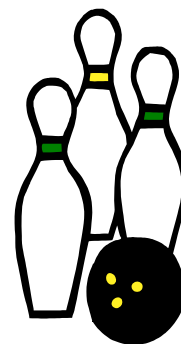
Kuntoliikunta

Vuonna 2010 pyritään käynnistämään kuntoryhmä yhdessä TNV:n kanssa. Ryhmä kokoontuu kahdesti viikossa ja toinen kerta - KU-58:n vetämä kerta - keskittyy pääasiassa yleisurheiluun ja ulkoliikuntaan ja toinen kerta - TNV:n vetämä kerta – keskittyy monipuolisesti jumppaan.

KU-58 on aloittanut myös maratonkoulut, joista viimeisin aloitti marraskuun 2009 alussa ja seuraava aloitetaan keväällä 2010. Ohjelmassa on sekä teorialuentoja, ohjattuja harjoituksia sekä yhteislenkkejä, lisänä on KU-58:n järjestämiä kilpailuja. Juoksuklubi on kestävyysjuoksijoille tarkoitettu lähinnä sähköpostilla tapahtuva ohjaus- ja valmennusmuoto, johon kerran kuussa laadittavan ohjelman lisäksi kuuluu yhteislenkki sunnuntaisin ja KU-58:n juoksukilpailut tarjoushintaan johtokunnan päätöksen mukaan. Molempiin kaivataan lisää ohjaajia.

Keilajaosto - Bowling 58

Keilajaosto kerää yhteen seuran keilaajat. Jaosto järjestää mm. harjoituksia ja harrastuskeilausta sekä osallistuu kilpailuihin.



Jaoston johtoryhmä

Bowling-58:n johtoryhmässä on puheenjohtaja, sihteeri ja 3-6 jäsentä. Johtoryhmä kokoontuu tarvittaessa puheenjohtajan kutsumana.

Toiminta

Keilaajilla on harjoitusvuoro Tikkurilan Keilahallissa tiistaisin klo 19.30-20.30. Harjoitusvuorojen yhteydessä järjestetään koulutusta tarpeen mukaan.

Kilpailut

Keilaajat osallistuvat Vantaan Keilaliiton järjestämään Vantaan sarjan kakkosdivisioonan 1.lohkoon yhdellä sekajoukkueella. Sarja pelataan 23.8.2009 – 16.5.2010. He ovat mukana lisäksi mm Vantaan Keilaliitto ry:n mestaruuskilpailuissa 8.-14.2.2010. Lisäksi veteraanit (yli 60 vuotta) ovat mukana joukkueparikilpailussa.

Uutta on seuraottelu lohjalaisen SähKe:n kansa.

Keilajaoston oma sisäinen kausikilpailu pyörii viikoittain syksystä kevääseen.

Syksyllä järjestetään perinteinen Pirita-kannukisa joko kotimaassa tai ulkomailla. Palkintona kisassa on rajattoman kunnian lisäksi ikuisesti kiertävä Pirita-kannu.

Kauden päätöstilaisuuden yhteydessä pidetään eri lajeista koostuva Tommi-turnaus, jonka voittaja saa haltuunsa vuodeksi keila-aiheisen kiertopalkinnon.

Talous

Jaostolla on oma kirjanpito ja se pyrkii hoitamaan rahoituksen omatoimisesti. Jaosto on siirtynyt Aktia-pankin Tikkurilan konttorin asiakkaaksi.

Muuta

Keilajaoston jäsenet osallistuvat pääseuran toimintaan tarpeen mukaan.

Tiedottaminen

KU-58:lla on nettisivut osoitteessa www.ku-58.fi. Se on seuran tärkein kanava kertoa laajalle yleisölle toiminnasta ja tapahtumista. Sitä kautta tiedotetaan myös seuralaisille ajankohtaisista asioista. Lisäksi käytetään sähköpostia ja perinteisiä tapoja.

KU-58 on Vantaan Sanomien kumppanuusseura. Seuralla on omat uutissivut Vantaan Sanomien nettisivujen urheiluosastossa. Sinne kirjoitetaan laajempaa yleisöä kiinnostavista asioista, kun KU-58 haluaa tiedottaa vantaalaisille toiminnastaan. Vantaan sanomat poimii kumppanien sivuilta ja tapahtumakalenterista painettuun lehteen tapahtumatietoja ja juttuja oman harkintansa mukaan.

Vantaan Sanomat on seuran virallinen ilmoituslehti, jonka painetussa lehdessä julkaistaan vuosikokouskutsut. Samoin siinä tiedotetaan muusta toiminnasta tarpeen mukaan.



Hallinto

Seuraa johtaa puheenjohtaja ja johtokunta, jotka seuran syyskokous valitsee sääntöjen mukaan. Johtokunta kokoontuu tarpeen mukaan (7-9 kertaa vuodessa). Jaostojen puheenjohtajat nimittää vuodeksi kerrallaan myös syyskokous. Jaostojen puheenjohtajat kokoavat kullekin jaostolle johtoryhmän. Ne koordinoivat kukin oman sektorinsa toimintaa ja raportoivat johtokunnalle vähintään johtokunnan kokouksissa.

Käytännön asioita hoitaa palkattu toiminnanjohtaja ja valmennustoimintaa koordinoi ja kehittää palkattu valmennuspäällikkö.



Talous

Taloudenhoitaja huolehtii seuran kirjanpidosta, rahaliikenteestä, laskutuksesta ja laskujen maksusta. Samalla hän toimii jäsenkirjurina ja huolehtii lisenssien maksamisesta Suomen Urheiluliitolle.

Seuran tulot jakaantuvat useaan eri lähteeseen, joista suurimmat ovat

- * oman toiminnan tuotot
 - kilpailut mm. Vantaan maraton, Aktia Maantiejuoksu CUP, Hakunilan Uudenvuoden Juoksu, Aktia veteraanikilpailu, Lusikkajuoksut
 - Sportti-ryhmät, valmennusmaksut
 - jäsenmaksut, valmennusyhteistyö muiden seurojen kanssa
 - liikuntatapahtumien tuotot mm. yrityksille järjestetyt kilpailut ja liikuntapäivät
- * kaupungilta saatava toiminta-avustus
- * yhteistyötahoilta saadut tuet
- * eri yhteisöiltä saatavat avustukset

Menoista suurimman osan muodostavat eri kilpailujen osallistumiskulut, urheilijoiden valmennuskulut ja -stipendit, toimihenkilöiden palkat ja muu seuratoiminta.

Talouden tasapainossa pitäminen vaatii jatkuvaa varojen hankintaa ja eri toimintojen seuranta lähinnä kulujen kannalta.

Vuonna 2010 pyritään lisäämään ulkopuolisten tahojen tukea seuratoimintaan ja tekemään myös seuran tunnettuutta samalla. Urheilijoiden valmentautumista ja kilpailuihin osallistumista tuetaan valmennusjaoston esityksen pohjalta johtikunnan päättämällä tavalla.

Talonmies

Seuran toimistoa Allun mökkiä ylläpitää talonmies, jonka vuosikokous valitsee vuosittain. Hänellä on myös päävastuu Hiekkaharjussa olevan paperinkeräysastian tyhjennyttämisestä. Talonmies raportoi johtokunnalle.

Erityisryhmien ja maahanmuuttajien liikunta

Seurassa toimii erityisryhmiin kuuluvia urheilijoita, jotka osallistuvat valmennusryhmiin yksilöllisillä ohjelmilla. Otamme edelleen resurssien puitteissa erityisryhmien urheilijoita seuran toimintaan: lasten- ja nuorten ryhmät, valmennusryhmät, kuntoliikunta, tapahtumat ja kilpailut.

Maahanmuuttajanuorille järjestetään yhteistyössä muiden järjestöjen kanssa yleisurheilutapahtuma alkukesästä (ehdotettu päivämäärä 16.6.2010). Lisäksi maahan muuttajia on jo useassa toimivassa ryhmässä. He ovat tervetulleita seuran toimintaan sekä aktiivisina urheilijoina että seuratyön tekijöinä.

Muuta

Kauden päättäjäisissä lokakuussa 2010 palkitaan vuoden parhaat urheilijat, valmentajat ja ahkerimmat toimijat.

Johtokunta valitsee seuran jäsenistä usein näkymätöntä seuratyötä vuosia tehneen tai muuten seuran puolesta toimineen jäsenen.

Vuoden Viiskasilainen (kiertopalkinto, lahjoittanut Uudenmaan Palkintotukku)

Nuoriso- että valmennusjaoston johtoryhmät yhdessä valitsevat vuoden parhaat ikäkausittain ja ryhmittäin sekä kirjaavat perustelut valinnoille.

KU-58 Vuoden paras urheilija

KU-58 Vuoden paras Miesurheilija

KU-58 Vuoden paras Junioriurheilija M

KU-58 Vuoden paras Veteraaniurheilija

KU-58 Paras poikaurheilija (kiertopalkinto)

KU-58 Vuoden paras T9, T10, T11, T12, T13, T14, T15, P9, P10, P11, P12, P13, P14, P15

KU-58 Vuoden nuori valmentaja (kiertopalkinto, jonka on lahjoittanut Nuori Suomi)

KU-58 Vuoden moniottelija (kiertopalkinto, jonka on lahjoittanut Helsingin Kisa-Veikot)

KU-58 Vuoden valmentaja (kiertopalkinto, jonka on lahjoittanut KulthaHelmi)

KU-58 Vuoden paras Naisurheilija

KU-58 Vuoden paras Junioriurheilija N

KU-58 Vuoden paras Erityisryhmien urheilija

KU-58 Paras tyttöurheilija (kiertopalkinto)



Nuorisajaoston johtoryhmä valitsee nuorisajaoston stipendien ja tsempparipalkintojen saajat.