

**HIIHTOJAOSTON TOIMINTAKERTOMUS KAUELTA 1.9.2017-31.8.2018**

Jaosto:	<b>HIIHTOJAOSTO</b>
---------	---------------------

Jaoston kokoonpano:

Anne Haataja, pj	Tarja Anttila, rahast.hoit.	Minttu Karppelin, siht.
Ari Haataja	Pasi Makkonen	Matti Ylilauri
Antti Junttola	Olli Mattila	Tapio Korhonen
Jukka Rauma	Eero Lotvonen	

**Toiminta lyhyesti numeroina*****Tapahtumien määrä***

Kpl

Viikoittaisten harjoitusryhmien lukumäärä <i>(myös kausiluontoiset. Jos harjoituksia usean kerran viikossa, lasketaan ne erikseen, esim. maanantaiharjoitukset, keskiviikkoharjoitukset, jne.)</i>	<b>7</b>
- joista alle 18-vuotiaille tarkoitettuja	<b>7</b>
Ryhmien harjoituskertojen määrä (esim. 5 ryhmää kokoontuu 25 kertaa = 125)	<b>180</b>
Järjestettyjen tapahtumien/kilpailuiden lukumäärä	<b>12</b>

***Osallistujamäärät***

Henkilöä

Viikoittaisiin harjoituksiin osallistujien kokonaismäärä	<b>68</b>
- joista alle 18-vuotiaita oli	<b>58</b>
Joukkueiden kokonaismäärä	<b>n.a</b>
Viikoittaisten harjoitusten vetäjien kokonaismäärä	<b>10</b>
Tapahtumiin/kilpailuihin osallistuneiden kokonaismäärä	<b>900</b>
- joista alle 18-vuotiaita oli	<b>700</b>
Näiden lisäksi paikalla olivat osallistujien huoltojoukot, yleisö, sekä toimitsijat	

***Jaoston kolme merkittävintä tapahtumaa***

1.	Limingan kansalliset kilpailut
2.	Ensilumen leiri
3.	Rokuan kesäleirit

## **Hiihtokoulu- ja kuntopiiritoiminta**

Hiihtojaoston toimintavuosi alkoi syyskuun 21. päivä hiihtokoulun merkeissä ennen lumien tuloa. Tästä ilmoitettiin paikallislehden seuratoimintapalstalla, seuran nettisivuilla ja hiihtojaoston facebook-sivustolla. Alkuvaiheessa toiminta oli suunnistukseen liittyvää. Syksyn edetessä painopiste siirtyi pelien ja leikkien avulla tehtyihin hiihtoa tukeviin harjoitteisiin. Toimintaa järjestetään NUORI SUOMI periaatteen mukaisesti ikäluokittain. Toiminnassa ovat seuraavat ryhmät:

4-5 vuotiaat

6-7 vuotiaat eli esikoululaiset ja 1 luokkalaiset

8-9 vuotiaat eli 2-3 luokkalaiset

10-11 vuotiaat eli 4-5 luokkalaiset

Yli 12 vuotiaille järjestettiin harjoituksia soveltuvin osin jaettuna ”Harrasteryhmäläisiin sekä ”Valmennusryhmäläisiin” kulloinkin osallistujien sekä valmentajaresurssien mukaisesti.

Vierailevat - aktiiviurheilijana itsekin toimivat - henkilöt vastasivat pääosin valmennusryhmäläisten tiukemmista harjoitteista joko osittain tai koko harjoituskerran kattavasti. Lumien tultua hiihtokoulun sisältö oli luonnollisesti suksilla tapahtuvissa hiihtoharjoitteissa niin ladulla kuin hiihtomaassakin painottuen eri ikäryhmissä herkkyyskaudet huomioiviin harjoitteisiin. Kevättalvella pidettiin myös aikuisten perinteisen tyylin sekä vapaan tyylin hiihtokoulu.

Hyvän ryhmätoiminnan myötä hiihtäjien määrä on pysynyt lähes vakiona, vaikka talven lumiolosuhteet vaihtelevat vuodesta toiseen. Hiihtokoulun ohjauksesta vastasi 7 kpl VOK1 (valmentaja- ja ohjaajakoulutus taso 1) sekä yksi VOK3 -tason valmentaja. Valmennuskoulutus on saatu siten ulottumaan varhaisnuoruudesta aikuisikään saakka, mahdollistaen myös henkilökohtaisesti räätälöidyt ohjelmat tavoitteelliseen hiihtoharrastukseen. Henkilökohtaiset lajikohtaiset valmennussuunnitelmat laadittiin 3 nuorelle yhteistyössä Limingan lukion sporttilinjatoiminnan kanssa.

Jatkoimme ”Voima, taito ja liikkuvuus” – ympärivuotisen ohjatun harjoituskerran järjestämistä. Harjoitus on tarkoitettu yli 10 vuotiaille. Kesällä ja syksyllä toiminta on ollut ulkona tapahtuvaa, mutta kelien kylmetessä tukeuduimme Rantakylän koulun tiloihin. Kelin ollessa kohdallaan harjoitteita tehtiin myös suksilla. Kyseessä on hieman uudenlainen sovellutus perinteisestä kuntopiiristä. Kaikissa ikäluokissa tärkein tavoitteemme on säilyttää ja tukea yksilön liikunnallisuutta ja hiihtoharrastuksen motivaatiota. Pääpaino on ikäluokkien pitämisessä kiinni harrastuksessa järjestämällä niin korkealuokkaista toimintaa, että mielenkiinto säilyy koko

nuoruusiän. Harrastuskaverien toimintaan sitouttava vaikutus on merkittävää, mikä on pyritty kaikessa harjoitustoiminnassa huomioimaan. Hiihto – vaikkakin perimältään on yksilölaji – on pyritty harjoitustoiminnan avulla muuttamaan harjoittelultaan joukkuelajiksi.

Hiihtokoulun ja kuntopiirin lisäksi kesäajalla järjestettiin neljättä vuotta peräkkäin ”LNM Aarrehaku” harjoitusmuoto muunnelmana geokätköilystä.

### **Leirit toiminta**

Kauden avauksena pidettiin jaoksen oma hiihto- ja harjoitteluleiri Rovaniemellä Lokakuun 20.-22. päivä. Tänne osallistui n.30 henkilöä. Reissu tehtiin aiemman vuoden hyvän kokemuksen perusteella linja-autolla, jolloin porukan yhteishenki kasvoi jo menomatalla. Harjoituksia tehtiin ensilumen ladulla, pujottelurinteessä, voimistelumaassa, sisäpelikentällä sekä Ounasvaaran latu- ja vaellusreiteillä – lähistöllä olevan leikkikentänkin ehtivät nopeimmat testata. Aktiivinen viikonloppu huipentui kylpylän puolella rentoutumiseen ennen kotimatkaa. Rovaniemen leirin lisäksi aktiivisimmat harjoittelijat kävivät Pohjois-Pohjanmaan piirin järjestämällä leireillä. Leirit olivat jaettu minisompalaisten, hopeasompalaisten, kultasompalaisten ja nuorten aikuisten ryhmiin. Kesällä 2018 järjestettiin Rokualla yksi oma päiväleiri ja syyskuulla 1 päiväleiri. Kesäkuun päiväleirillä aamupäivä harjoiteltiin rullasuksilla Rokuanhovin ja kuntokeskuksen välisellä asfaltoidulla pyörätiellä ylä- ja alamäkien hiihtotekniikoita sekä askelluksia nopeavauhtisissa kaarteissa. Suksenhallintaa ja tasapainoa harjoiteltiin rullataitoradalla. Iltapäivä kului vaelluksen ja sauvarinneharjoitusten puitteissa Pookilla. Harjoituspäivä koettiin hyväksi jo kolmantena kesänä peräkkäin. Syyskuun päiväleirille oli vuokrattu fatbiket ja 15 innokasta pyöräilijää otti tuntumaa Rokuan hiekkapohjaisten polkujen tarjoamiin haasteisiin. Fatbike/maastopyöräily osoitti olevan todellakin hiihtoharrastusta hyvin tukeva laji.

### **Kilpailutoiminta**

Aloitimme Rantakylässä viikoittaiset sarjahiihdot, ensimmäiset kisat saatiin pidettyä jo ennen joulua 17.12.2017. Sarjahiihtoja oli 5 kertaa. Lisäksi järjestimme LNM:n seuranmestaruushiihdot (V) 28.3.-18, Kansalliset Limingan hiihdot (V) 17.3-18, Piirikunnallisen Rantalakeus-cupin osakilpailut (P) 24.2-18, kunnanmestaruushiihdot (V) 21.3-18 ja Limingan koulujen väliset kilpailut. Rantalakeus-cupin päättäjäisissä olimme mukana suurella joukolla, jossa palkittiin kaikki kahteen osakilpailuun osallistujat, sekä jaettiin stipendit ja paras seura kiertopalkinto, joka tuli Limingan Niittomiehille.

## **Muuta toimintaa**

Olimme jälleen järjestämässä omalta osaltamme ”Koko perheen talviliikuntatapahtumaa” Rantakylän virkistysalueella. Tapahtuma pidettiin 24.2-18 Rantalakeus-Cupin Limingan osakilpailun yhteydessä. Tapahtumapäivän aamuna ollut -28C pakkasen verotti osallistujien lukumäärää vaikka aurinko lämmittikin ilmaa verraten nopeasti. Paikalle tulleet saivat kuitenkin nauttia päivän järjestelyistä. Kulunut talvi oli luonnonlumen suuren määrän vuoksi merkittävästi parempi kuin vuosikausiin. Joulukuun puolella pidetyt kolatalkoot varmistivat lenkin hiihtokuntoisuuden kauden alussa ja useat hiihtäjät saivatkin tehtyä omat ennätöksensä kilometreillä mitattuna. Kireät pakkaspäivät tammi-helmikuussa verottivat hieman aktiivista hiihtoaikaa. Suksenvoiteluilta pidettiin Rantakylän koululla tammikuussa. Vauhdin tuotteiden käyttöä ja vauhdin uusia tuotteita oli opastamassa ja esittelemässä paikallinen vauhdin edustaja Johan Lind.

Kevään hiihtokauden päättäjaisissä 16.5.2018 palkittiin kauden kisailijat. Päättäjaiset pidettiin Rantakylän koululla. Hiihtäjiämme palkittiin myös oman kehittymisensä perusteella. Ei perinteisesti pelkästään sijoitusten mukaan. Limingan kunnan kanssa yhteistyönä tehtiin syksyllä 2017 latukoneelle katettu varastotila, jonka myötä saatiin lisää varastotilaa myös hiihtojaoston toiminnan tarvikkeille. Alkukesällä 2018 kuntayhteistyönä toteutettiin Rantakylän virkistysalueen laitureiden kokoaminen ja paikalleenasennus. Laiturit saivat heti tulikasteensa käristekupolin myötä.

Lisäksi tehtiin talkoovoimin latupohjan reunaojien kaivuuta, latupohjan nousujen levennystä ja pintavesiputkien kaivuutöitä latupohjan hankalimmille paikoille lumiaitojen korjausten lisäksi. Latupohjan jyräämistä ennen hiihtokautta kokeiltiin nyt ensimmäistä kertaa keskus kentän pesäpallostadionin painavalla jyrällä. Hiihtojaoston toimesta jyrättiin stadionalue ja kunnan toimesta loput 3km lenkistä. Nämä toimet paransivat huomattavasti pohjan toimivuutta vähäisen lumen aikana – suksien pohjat säilyivät naarmuttomina. Keväällä 2018 haettiin Nousevalta Rannikkoseudulta kehittämisrahaa Rantakylän toimintojenohjaustornin äänentoistojärjestelmän parantamiseksi. Hankerahoitus kattoi 75% laitteiston hankintakustannuksista. Laitteet hankittiin ja asennettiin hiihtojaoston toimesta paikoilleen kesäkuun lopussa. Äänentoistojärjestelmä koeponnistettiin hiihtojaoston nuorten ideoimalla ja toteuttamalla Rantakylän Summer Champions -tapahtumalla 6.7.2018 sisältäen lukuisia erilaisia kisailuja aina uinnista kuntopallon heittoon. Limingan kunnan kanssa tehtiin yhteistyönä ladunajoa koko talvikauden ajan. Muuta

varainhankintaa toiminnan mahdollistamiseksi järjestettiin mm. suksien voitelupalvelun, liikenteenohjausten ja ajanottopalvelun avulla. Useat yhteistyökumppanit ja kisatukijat olivat mukana mahdollistamassa kilpailuiden toteuttamista. Siitä lämmin kiitos kaikille mukana olleille. Kaikki nämä toimet mahdollistivat onnistuneen hiihtokauden 2017-2018.

**Jaoston jäsenet:** pj Anne Haataja, sihteeri Minttu Karppelin, rahastonhoitaja Tarja Anttila, Matti Ylilauri, Tapio Korhonen, Eero Lotvonen Ari Haataja, Pasi Makkonen, Antti Junttola, Olli Mattila ja Jukka Rauma.

## **IIIHTOJAOSTON TOIMINTASUUNNITELMA KAUELLE 1.9.2018-31.8.2019**

### **Hiihtokoulu ja kuntopiiritoiminta**

Hiihtojaosto järjestää syksyllä ennen lumien tuloa viikoittaisen hiihtokoulun torstaisin Rantakylän maastossa ja lumien tultua valaistulla radalla. Tästä ilmoitetaan paikallislehden seuratoimintapalstalla sekä seuran nettisivuilla facebookin lisäksi. Alkuvaiheessa toiminta on suunnistukseen liittyvää. Syksyn edetessä painopiste siirtyy hiihtoa tukeviin harjoitteisiin. Hiihtokoulua vetävät valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen saaneet vetäjät apuohjaajineen. Toimintaa järjestetään NUORI SUOMI- periaatteen mukaisesti ikäluokittain. Tällä hetkellä toiminnassa aloitetaan seuraavat ryhmät:

- 4-5 -vuotiaat toimivat omana ryhmänään pääpainon ollessa seikkailuliikunnassa ja oman kehon hallinnassa.
- 6-7-vuotiaat toimivat yhdessä sekä pienempien, että isompien kanssa. Harjoitteet ovat vielä täysin pelin- ja leikinomaisia.
- 8-9 -vuotiailla pääpaino on hiihtoharjoitteiden ja -peliin tekemisessä joukkueena.
- 10-11 -vuotiailla pääpaino edelleen hiihtoharjoitteiden ja -peliin tekemisessä joukkueena, mutta taitotason jo ollessa korkeammalla tasolla voidaan harjoituksia painottaa teknisemmiksi.
- 12 -vuotiaat ja sitä vanhemmat jaetaan kahteen ryhmään (liikkujan- ja urheilijan polut): Harrasteryhmään ja opetellaan erilaisia hiihdon harjoittelutapoja pääasiassa joukkueena. Harjoitukset ovat jo ympärivuotisia ja ohjattujen harjoitusten lisäksi voi käyttää ns. ”kiusauskiekkoja”, mitkä löytyvät hiihtojaoksen nettisivulta. Harrasteryhmä soveltuu myös aikuisille.
- Valmennusryhmään, joka soveltuu osaksi tavoitteellista harjoittelua. Harjoitukset ovat ympärivuotisia henkilökohtaisine valmennusohjelmineen.

10-vuotiaista alkaen jatkuu toisen viikoittaisen ohjatun harjoituskerran ”Voima, taito ja liikkuvuus”-harjoitteiden parissa maanantaisin yleensä Rantakylän virkistysalueen tarjoamassa ympäristössä, mikä soveltuu osaksi tavoitteellista harjoittelua. Pääosin toiminta on ulkona tapahtuvaa, mutta nyt tulevalle kaudelle tuo oman haasteensa sadekeleille ja koviille pakkaskeleille kuivan ja lämpimän sisäharjoittelupaikan löytäminen Rantakylän koulun ollessa pois käytöstä. Kyseessä on kiinnostava ja hyväksi havaittu sovellutus perinteisestä kuntopiiristä. Harjoitusten kehittäjä on Jyrki Uotila Vuokatin Urheiluopistosta. Harjoituksissa hänen koekaniineinaan on toiminut mm. Mari Laukkanen. Myös aikuisille järjestetään

hiihtotekniikkaopetusta sekä perinteisellä, että vapaalla hiihtotavalla. Tästä tiedotetaan niin hiihtojaoston nettisivuston, facebookin kuin paikallislehden välityksellä. Kesäajan Aarrehaku-harjoitusmuodolle on myös olemassa selvä jatkotarve.

### **Leiritoiminta**

Marraskuun 2.-4. päivä (alustavasti) järjestetään LNM:än hiihtoleiri Rovaniemellä, jossa on käytettävissä jo ulkolatu. Mukaan lähtee n. 30 aktiivista hiihtäjää. Hiihtäminen, ryhmäytyminen ja vaellus ovat viikonlopun pääsisällöt - hyvää ja monipuolista ruokaa unohtamatta. Mukana on, sekä ensikertalaisia, että ennen LNM:n hiihtoleireillä olleita. LNM:än hiihtoleirejä on useilla leiriläisillä jo monia takana. Se kertoo leirin tärkeydestä: Hiihtoleirille on päästävä! Rokuan päiväleirejä pyritään järjestämään omana ennen lumiharjoituskautta. Nämä leirit ovat vakiinnuttaneet paikkansa hyvin ja leirien harjoitusohjelmat ovat kehittyneet jokaisella harjoituskerralla eteenpäin. Hiihtojaoksen nuoret ovat osallistuneet aktiivisesti seurojen yhteistyönä järjestettyihin mini-, hopea- ja kultasompaleireille. LNM:n hiihtäjiä ja valmentaja osallistuu myös viikoittaisiin seututreeneihin. Seututreenit toteutetaan yhteistyössä Kempeleen Kirin ja Oulun hiihtoseuran kanssa.

### **Kilpailutoiminta**

Lumien tultua aloitamme Rantakylässä viikoittaiset sarjahiihdot sunnuntaisin, osa kisoista pidetään arki-iltakisana. Hiihtokoulu jatkaa torstaisin klo 18.15. Tiedotamme näistä tarkemmin nettisivuilla, sekä facebookissa. Sarjahiihtoja pidämme mahdollisimman useasti riippuen keleistä. LNM:än seuranmestaruushiihdoissa puolestaan ratkaistaan seuran sisäinen paremmuusjärjestys tällä talvikaudella. Seuramme järjestää maaliskuussa la 16.03.2019 Kansalliset Limingan hiihdot vapaalla hiihtotavalla. Osallistumme myös piirikunnallisten Rantalakeus-Cupien järjestelyyn ja tulemme osallistumaan cupin osakilpailuihin suurella joukolla hiihtäjiä. Järjestämme Piirikunnallisen Rantalakeus-Cupin osakilpailun tulevalla kaudella vapaalla hiihtotavalla. Olemme mukana myös Limingan koulujenvälisissä kisoissa teknisenä avustajana. Lisäksi toimimme kunnanmestaruushiihdon teknisenä toteuttajana.

### **Muuta toimintaa**

”Koko perheen talvitapahtuma” Rantakylässä on saanut vankan jalansijan hyvänä ja tarpeellisena matalan kynnyksen tapahtumana. Talvitapahtuma tullaan uusimaan jälleen hiihtolomien kynnyksellä. Kesäajan tapahtuma rullataitoradan ja ammunnan puitteissa on myös osoittautunut erittäin suosituksi ja tarve tapahtuman jatkamiselle on suuri. Kaikissa ikäluokissa tärkein

tavoitteemme on säilyttää ja tukea yksilön hiihto/liikuntaharrastuksen motivaatiota. Pääpaino on ikäluokkien pitämisessä kiinni harrastuksessa järjestämällä niin korkealuokkaista toimintaa, että mielenkiinto säilyy koko nuoruusiän. Hiihtoharrastuksen tukemiseksi pyritään tekemään yhteistyötä Limingan kunnan kanssa.

**Jaoston jäsenet:** pj Anne Haataja, sihteeri Minttu Karppelin , rahastonhoitaja Tarja Anttila, Eero Lotvonen, Matti Ylilauri, Tapio Korhonen, Ari Haataja, Pasi Makkonen, Antti Junttola, Olli Mattila, Jukka Rauma ja Vesa Rahkolin.

**KIPEILYJAOSTON TOIMINTAKERTOMUS KAUDELTA 1.9.2017-31.8.2018**

Jaosto:	<b>KIPEILYJAOSTO</b>
---------	----------------------

Jaoston kokoonpano:

Pj Niina Matturi	Rahastonhoitaja Henna Kilpeläinen	Mikko Sipola
Markus Ilmonen	Sampo Koivukangas	Eero Lumme

**Toiminta lyhyesti numeroina**

<i>Taphtumien määrä</i>	Kpl
Viikoittaisten harjoitusryhmien lukumäärä	<b>2</b>
- joista alle 18-vuotiaille tarkoitettuja	<b>1</b>
Ryhmien harjoituskertojen määrä	50
Järjestettyjen tapahtumien/kilpailuiden lukumäärä	<b>1</b>

<i>Osallistujamäärät</i>	Henkilöä
Viikoittaisiin harjoituksiin osallistujien kokonaismäärä	<b>10</b>
- joista alle 18-vuotiaita oli	<b>2</b>
Joukkueiden kokonaismäärä	
Viikoittaisten harjoitusten vetäjien kokonaismäärä	
Tapahtumiin/kilpailuihin osallistuneiden kokonaismäärä	
- joista alle 18-vuotiaita oli	
Näiden lisäksi paikalla olivat osallistujien huoltojoukot, yleisö, sekä toimitsijat	

**Jaoston kolme merkittävintä tapahtumaa**

1.	Syyskokous ja seinän muokkaussuunnittelu
2.	Pikkujoulut
3.	Seinätalkoot



## **Yleistä**

Kiipeilyjaoston tarkoituksena on edistää eri kiipeilylajien tunnettavuutta ja parantaa harrastusmahdollisuuksia Limingassa. Jaosto ylläpitää Limingan liikuntahallin kiipeilyseinää yhteistyössä Limingan kunnan kanssa, järjestää lajiin tutustumisiltoja, kouluttaa jäseniään ja järjestää kaksi viikoittaista kiipeilyiltaa jäsenilleen, toinen tarkoitettu enemmän junnujen kiipeilyttämiseen.

Tällä kaudella järjestettiin lähes joka viikko kiipeilyilta jäsenille, sekä keväällä perjantai vuoro junnuille.

Kiipeilyseinällä toimimisen turvallisuuteen kiinnitetään toimintakaudella huomiota:

- Seinällä saa itsenäisesti toimia vain varmistustaitoiset kiipeilijät
- Kiipeilyjaosto ylläpitää varmistuskorttijärjestelmää, jonka saa lunastettua jaoston puheenjohtajalta tai sihteeriltä. Varmistuskortin voi lunastaa itselleen, mikäli seinäkiipeilyn alkeiskurssi on käytynä tai kiipeilijä omaa vastaavat taidot ja kiipeilijä on maksanut Kiipeilyliiton jäsenmaksun.

## **KIPEILYJAOSTONJAOSTON TOIMINTASUUNNITELMA KAUELLE 1.9.2018-31.8.2019**

Kiipeilyjaoston tavoitteena on saada tulevalle kaudelle lisää harrastajia. Syys- ja kevätkauden ajan järjestetään harrastajille kiipeilyilta tiistaisin Limingan liikuntahallilla ja perjantaisin junnuvuoro jäsenille. Kevääksi yritetään löytää oks-91 joukosta joku joka voisi tulla pitämään alkeiskurssia Liminkaan. Mahdollisuuksien mukaan lähetetään aktiivijäseniä köysitoiminnan ohjaaja-kursseille (KTO) joko hakemaan auktorisointia tai päivittämään sitä. Mietinnässä myös kouluttaa joku omasta seurasta päteväksi kiipeilykouluttajaksi.

Marraskuussa hoidetaan kiipeilyiltojen yhteydessä seinän huoltotöitä (otetalkoot, köysien tarkistus, ankkureiden tarkistus, varusteiden järjestely).

Keväällä siivotaan seinät ja matot, tarkastetaan valjaat sekä rautatavarat. Lisäksi pidetään sisäkauden lopettajaiset.

Kesällä toiminta siirtyy ulos kallioille (rovaniemi, Ruotsi) ja boulderkiville (Lumijoki), eikä ohjattua toimintaa ole.

Jaoston kokoonpano: Niina Matturi pj., Eero Lumme, Markus Ilmonen, Henna Kilpeläinen, Miika Kilpeläinen, Sampo Koivukangas, Mikko Sipola

**LENTOPALLOJAOSTON TOIMINTAKERTOMUS KAUELTA 1.9.2017-31.8.2018**

Jaosto:	<b>LENTOPALLOJAOSTO</b>
---------	-------------------------

Jaoston kokoonpano:

Jaakko Savilampi	Leila Kulha	Heidi Kuukasjärvi
Tapani Heikkilä	Veikko Rautio	Merja Peteri

**Toiminta lyhyesti numeroina*****Tapahtumien määrä*****Kpl**

Viikoittaisten harjoitusryhmien lukumäärä	3
- joista alle 18-vuotiaille tarkoitettuja	1
Ryhmien harjoituskertojen määrä	136
Järjestettyjen tapahtumien/kilpailuiden lukumäärä	20

***Osallistujamäärät*****Henkilöä**

Viikoittaisiin harjoituksiin osallistujien kokonaismäärä	35
- joista alle 18-vuotiaita oli	10
Joukkueiden kokonaismäärä	3
Viikoittaisten harjoitusten vetäjien kokonaismäärä	3
Tapahtumiin/kilpailuihin osallistuneiden kokonaismäärä	30
- joista alle 18-vuotiaita oli	10

***Jaoston kolme merkittävintä tapahtumaa***

1.	M50 lopputurnaus
2.	Naisten aluesarjan ottelut
3.	Tyttöjuniorit

## Yleistä

Lentopallojaosto on kokoontunut kauden aikana 3 kertaa. Toimintaan on viime sarjakaudella osallistunut noin 20 miestä ja 20 naista, sekä n 10 juniiori-ikäisiä lentopalloilijaa (tytöt). Sarjoissa oli mukana neljä joukkuetta, miehet pelasivat paikallissarjaa, naiset N50 sarjaa Suomen Mestaruusfinaaleissa, miehet SM-finaaleissa sarjoissa M50 ja M60. Lentopallo saavutukset kaudella 2017-2018: **Miehet 60 joukkue SM pronssia.** Ikämiesten joukkueita oli yksi, M60-veteraanisarjassa. 16 joukkuetta tavoitteli Suomen Mestaruutta Järvenpäässä järjestetyssä lopputurnauksessa. Limingan Niittomiesten joukkue hävisi turnauksessa vain yhden ottelun, (välieräottelu), saavuttaen pronssiset mitalit. **M60-sarjan** pelaajat: Reijo Eerola, Kalevi Ketonen, Vallo Järv, Heikki Tuomaala, Raimo Sangi, Eero Kouva, Juha Hämäläinen, Jarmo Syrjä, Jukka Aho ja Veikko Rautio. **Naiset 50 joukkue, sijoitus 10.** Naiset osallistuivat Oulussa **N50-sarjan SM finaaleihin.** **Naiset:** Eliisa Törmänen, Merja Peteri, Kaire Rohtvee, Salme Rautio, Tiina, Piia Aalto ja Saara Kittilä. **Miehet 50 joukkue, sijoitus 9.** **M50** joukkue pelasi **SM finaaleissa.** Järjestäjänä Limingassa pelatuissa otteluissa oli Tervalentis Oulusta. M50 joukkue: Jukka Aho, Tapani Heikkilä, Timo Keränen, Ari-Pekka Häyrinen, Heikki Mustonen, Heikki Tuomaala, Ilkka Parviainen Tyttöjuniorit aloittivat talvella tutustumisen lentopallon saloihin kerran viikossa, mukana 10 tyttöä. Aikuisten harrasteryhmä, johon kuului sekä naisia, että miehiä kävi kaksi kertaa viikossa pelaamassa lentopalloa Limingan liikuntahallissa.

## LENTOPALLOJAOSTON TOIMINTASUUNNITELMA KAUELLE 1.9.2018-31.8.2019

Tupoksen yhtenäiskoulun sali yhdessä Liikuntahallin kanssa on edelleen tarjonnut hienot puitteet kehittää myös lentopallotoimintaamme ja lentopallo-tapahtumia. Aikuisten sarjoissa Limingan Niittomiehillä on alkavalla kaudella miesten veteraanien joukkue M60 sarjaan ja myös M50 ja M55 joukkueet osallistuvat SM sarjaan. Veteraanisarjoissa tavoitellaan jälleen Suomen Mestaruutta SM-kilpailuissa kaikkien joukkueiden osalta. Miehet harjoittelevat kaksi kertaa viikossa Tupoksen yhtenäiskoulun salissa. Naisten joukkue osallistuu ns paikallissarjaan. Naiset käyvät harjoittelemassa Tupoksen yhtenäiskoulun salissa kerran viikossa otteluiden lisäksi. Janne Suorsa ja Janne Mäkäräinen jatkavat tyttöjuniori joukkueen valmentajina. Joukkue tulee aloittamaan sarjapelit tällä kaudella. Muuten kuluvan syksyn aikana jatketaan edelleen mahdollisten junioriryhmien kokoamista lentopallon opetteluun. Suurena haasteena tässä on ollut valmentajien puute. Lentopallokerhoa esitellään syksyn aikana Limingan ala-asteilla tavoitteena mahdollisimman laaja osanottaja määrä. Lentopallokerhon salivuoro Tupoksen yhtenäiskoulun salissa kaksi kertaa viikossa. Toivoisimme lentopallosta

kiinnostuneiden ihmisten ottavan yhteyttä jaoston jäseniin, sillä uusille ideoille ja lasten ja nuorten ryhmien vetäjille on jatkuvasti tarvetta. Harrasteryhmän naiset ja miehet kokoontuvat myös liikuntahallille ja Ojanperän koulun salissa lentopallon merkeissä kerran viikossa.

Lentopallojaosto: Jaakko Savilampi, puheenjohtaja, Leila Kulha, Merja Peteri, Heidi Kuukasjärvi, Tapani Heikkilä, Veikko Rautio

**PAINIJAOSTON TOIMINTAKERTOMUS KAUELTA 1.9.2017-31.8.2018**

Jaosto:	<b>PAINIJAOSTO</b>
---------	--------------------

Jaoston kokoonpano:

Kari Isokoski pj.	Päivi Meripaasi	Terho Lipsonen
Kalle Vanhala	Janne Veijola	Markku Turunen
Jani Säynäjäaho		

**Toiminta lyhyesti numeroina*****Tapahtumien määrä***

Kpl

Viikoittaisten harjoitusryhmien lukumäärä	7
- joista alle 18-vuotiaille tarkoitettuja	6
Ryhmien harjoituskertojen määrä	334
Järjestettyjen tapahtumien/kilpailuiden lukumäärä	0

***Osallistujamäärät***

Henkilöä

Viikoittaisiin harjoituksiin osallistujien kokonaismäärä	107
- joista alle 18-vuotiaita oli	91
Joukkueiden kokonaismäärä	
Viikoittaisten harjoitusten vetäjien kokonaismäärä	<b>8</b>
Tapahtumiin/kilpailuihin osallistuneiden kokonaismäärä	
- joista alle 18-vuotiaita oli	
Näiden lisäksi paikalla olivat osallistujien huoltojoukot, yleisö, sekä toimitsijat	

***Jaoston kolme merkittävintä tapahtumaa***

1.	
2.	
3.	

## Toiminta

Painijaostossa toimi 2017-2018 seitsemän ryhmää:

Nallepaini 3-4 vuotiaiden, 1h/viikko. Harjoittelivat kerran viikossa yhden tunnin vanhempien kanssa yhdessä 9 kk ajan. Ryhmän koko keskimäärin 8 lasta ja 8 aikuista per harjoitus.

Nallepaini 3-4 vuotiaiden: 4 harjoitusta/kk \* 9kk = 36

Nallepaini 5-6 vuotiaiden, 1h/viikko Harjoittelivat kerran viikossa yhden tunnin vanhempien kanssa yhdessä 9 kk ajan. Ryhmän koko keskimäärin 10 lasta ja 10 aikuista per harjoitus.

Nallepaini 5-6 vuotiaiden: 4 harjoitusta/kk \* 9kk = 36

Paini 7-9 vuotiaat 2,5h/viikko Harjoitteli kaksi kertaa viikossa. Vuodessa 9 kk ajan. Ryhmän koko noin 10-16 kevättä kohden pienentyen. Paini 7-9 vuotiaat: 8 harjoitusta \* 9kk = 72

Paini yli 9 vuotiaat: 3h/viikko Harjoitteli kaksi kertaa viikossa. Vuodessa 10 kk ajan. Noin 6-12 per harjoitus. Paini yli 9 vuotiaat: 8 harjoitusta \* 10kk = 80

Kiertoharjoittelu 1h/viikko. Alunperin yläkouluikäisille painijoille suunnattu voimatreeni, mitä alettiin pitämään avoimena, on muuttunut aikuisten treeneiksi. Osallistujia viikossa noin 8 aikuista ja muutama yläkouluikänen. Kiertoharjoittelu: 4 harjoitusta \* 11kk = 44

## **PAINIJAOSTON TOIMINTASUUNNITELMA KAUELLE 1.9.2018-31.8.2019**

Painiharjoituksia pidetään lapsille syyskaudella 2018 vapaata ja kevätkaudella 2019 Kr.Room. Aikuiset painitaan sunnuntaisin kukin haluamaansa painimuotoa. Kiertoharjoittelu päätettiin lopettaa epäsovivien harjoitusvuorojen vuoksi. Edellisenä vuonna harjoitusta jouduttiin keventämään myöhäisen ajankohdan vuoksi. samasta syystä kiertoharjoitusta ei myöskään voitu hyödyntämään junioreiden kanssa. Kesällä pyritään harjoittelemaan vanhempien harrastajien kanssa ulkosalla, mutta huonolla säällä harjoitellaan molskilla. Painijaosto osallistuu aktiivisesti alueen painitapahtumiin ja osallistuu myös muutamiin valtakunnallisiin kilpailuihin. Painin KLL SM-kilpailut on tärkeä tapahtuma painijoille. Painijaosto pyrkii keräämään joukkueen LNM:n painijoista edustamaan kouluaan ja kuntaansa.

Painijaosto:

Kari Isokoski (pj.), Kalle Vanhala, Päivi Meripaasi, Janne Veijola, Terho Lipsonen, Jani Säynäjäaho, Markku Turunen, Sini-Tuulia Raatikainen, Antti Saarela

**SALIBANDYJAOSTON TOIMINTAKERTOMUS KAUELTA 1.9.2016-31.8.2017**

Jaosto:	<b>SALIBANDYJAOSTO 1.9.2017-31.8.2018</b>
---------	---

Jaoston kokoonpano:

Jukka Teerikangas pj.	Pasi Männynsalo	
Katja Juntunen siht.	Olli Honka	
Markku Vaarala vpj.	Minna Mertaniemi	
Ilari Teerikangas		

**Toiminta lyhyesti numeroina*****Taphtumien määrä*****Kpl**

Viikoittaisten harjoitusryhmien lukumäärä	<b>15</b>
- joista alle 18-vuotiaille tarkoitettuja	<b>10</b>
Ryhmien harjoituskertojen määrä	<b>1320</b>
Järjestettyjen tapahtumien/kilpailuiden lukumäärä	<b>35</b>

***Osallistujamäärät*****Henkilöä**

Viikoittaisiin harjoituksiin osallistujien kokonaismäärä	<b>250</b>
- joista alle 18-vuotiaita oli	<b>200</b>
Joukkueiden kokonaismäärä	<b>15</b>
Viikoittaisten harjoitusten vetäjien kokonaismäärä	<b>40</b>
Tapahtumiin/kilpailuihin osallistuneiden kokonaismäärä	<b>3000</b>
- joista alle 18-vuotiaita oli	<b>2100</b>
Näiden lisäksi paikalla olivat osallistujien huoltojoukot, yleisö, sekä toimitsijat	

***Jaoston kolme merkittävintä tapahtumaa***

1.	Miesten divarin ottelut
2.	B-poikien divarin ottelut
3.	Sm-sarja karsinta A-pojat

## **Yleistä**

Toimintakauden aikana salibandyn miesten edustusjoukkue pelasi neljättä kautta pääsarjatasolla salibandyn miesten divarissa. Joka kaudella on menty eteenpäin ja niin myös tällä kaudella. Divarin joukkue yltyi play off peleihin eli 8 parhaan joukkoon sijoittuen runkosarjassa seitsemänneksi. Joukkue ei kuitenkaan edennyt välieriin vaan helsinkiläinen M-Team vei puolivälierän suoraan kahdella voitolla. Miesten divarin kotiottelut pelattiin Kempeleessä Zemppi Areenalla. Limingan liikuntahallin alamittainen sali estää pääsarjatason pelit kotihallissa.

Limingan Niittomiesten salibandyn historiassa ensimmäistä kertaa osallistuimme lajiliiton veteraanisarjaan kun LNM:n joukkue oli M35 sarjassa. Joukkue jäi niukasti ulos sarjan mitalipeleistä. B-poikien joukkue pelasi myös valtakunnallista sarjaa, B-poikien divaria. Joukkueen menestys oli erinomainen ja myös B-poikien joukkue eteni play off vaiheeseen. Puolivälierässä tie kuitenkin katkesi. B-poikien divarin kotiottelut olivat erinomaisia urheilutapahtumia Limingan liikuntahallilla. Yleisöä niissä kävi yli 200 katsojan keskiarvolla. Kotijoukkueen kannattajat olivat yksi koko sarjan parhaista.

Salibandyliiton Pohjois-Suomen aluesarjassa pelasi seitsemän joukkuetta joista yksi naisten ja yksi tyttöjen joukkue. Parhaiten menestyi D1-05 ikäluokan joukkue. D-tytöt sijoituivat loppuhuipentumassa kolmanneksi. Leijonaliiga harrastesarjassa pelasi neljä joukkuetta ja yksi joukkue Merikosken järjestämässä Oxdog liigassa. Harrasteryhmiä kauden aikana oli 2 juniorijoukkuetta sekä yksi naisten joukkue. Kaikkiaan kauden aikana oli joukkueita 15.

Lisenssipelaajien määrä kauden aikana oli 270. Kaikki kilpasarjojen joukkueet pelasivat ottelut turnausmuotoisina, lukuun ottamatta miesten Divarin- ja B-poikien divarin joukkueita.

Salibandyjaos haluaa kiittää kaikkia niitä henkilöitä, jotka ovat olleet mukana toiminnassamme niin arjen toiminnan pyörittämisessä kuin turnauksien järjestämisessä. Kiitos kaikille lasten ja nuorten vanhemmille, jotka olette olleet mukana turnauksien kyytijärjestelyissä ja kannustamassa ja tukemassa nuorta pelaaja- ja valmentajajoukkoamme turnauksien aikana. Erityinen kiitos kaikille niille yrityksille ja yhteisöille jotka ovat olleet tukemassa toimintaamme monin eri tavoin niin taloudellisesti kuin toiminnallisestikin. Suuri kiitos kuuluu myös otteluiden kotiyleisölle.

## **Yksittäiset ottelu ja turnaustoiminta**

Kauden aikana pelattiin yksittäisiä otteluita ja turnauksia Limingan liikuntahallilla 17 joista 10 oli B- poikien divarin yksittäisiä otteluita. Kiitos kaikille jotka ovat olleet tekemässä toimitsijan



työtä sekä huolehtimassa kioskitoiminnasta. Kioskin pito turnauksissa on olennainen osa jaoston varainhankintaa.

### **Valmennustoiminta**

Koko jaoston valmennustyö on toteutettu omin voimin ja vapaaehtoistyönä. Kauden aikana on ollut 45 henkilön joukko valmennus- ja joukkueen muissa tehtävissä. Suuri kiitos heille siitä vapaaehtoistoiminnasta. Divarin joukkue järjesti salibandyn kaksi salibandyn kesäleiriä junioripelaajille. Leirille osallistui reilu 40 osallistujaa. Leirin ikäryhmä oli -05-10 syntyneille tytöille ja pojille. Leiriläiset olivat innolla mukana ja odottavat, että leiritoiminta saa jatkoa. Leirin vetäjinä olivat divarin joukkueen pelaajat Olli Tornbergin johdolla.

### **Salibandyjaos 2017-2018**

Jukka Teerikangas pj/rahastonhoitaja., Katja Juntunen sihteeri, Markku Vaarala vpj., Olli Honka, Minna Mertaniemi, Ilari Teerikangas, Pasi Männynsalo.

Valmennustyöstä kauden aikana vastanneet:

Tytöt F/E	Sonja Rundgren	Pojat F07-08	Konsta Kustula, Eetu Kinnunen
Tytöt D	Elina Pulkkinen, Pekka Tervo	Pojat D-05	Janne Moilanen, Marko Kärämä
Naiset 3 div.	Simo Nettamo, Terhi Ronkainen	Pojat B divari	Arto Karjalainen, Janne Hannuksela
Pojat G10-11	Kimmo Puusaari	Pojat B aluesarja	Miikka Heiska, Jukka Teerikangas
Pojat F08	Kalle Vaarala, Jetro Maalo	Miehet 5 div.	Kimmo Tolonen
Pojat F09	Pirita Särkkä	Miehet Divari	Olli Honka, Juho-Pekka Hiltunen
Pojat E06-07	Mika Paassilta, Ville Kangas	Naiset harraste	Anna-Maija Tapani

### **Maajoukkupolku**

Limingan Niittomiesten salibandyn junioripelaajia pääsi liiton FBA leiritykseen useita pelaajia. B-poikien joukkueesta U16 maajoukkueen leiritykseen valittiin Aki Karjalainen, Valtteri Lämsä ja Veeti Lahtinen. Aki ja Valtteri pelasivat myös maaotteluita. U17 maajoukkuerinkiin valittiin Henri Mutanen. Liiton FBA leirityksessä oli B-ikäisistä edellisten lisäksi Kalle Vaarala, Jonne Pura, Juho Hannuksela ja Juuso Savilaakso. D-ikäisten FBA leirityksessä oli Olli Oinonen, Konsta Kallio ja Eeli Sanaksenaho.

### **SALIBANDYJAOSTON TOIMINTASUUNNITELMA KAUELLE 1.9.2018-31.8.2019** **Yleistä**

Tulevalla kaudella tulee kuluneeksi 20 vuotta kun LNM:n salibandyjaosto perustettiin, 14.11.1999 pidetyssä Limingan Niittomiesten vuosikokouksessa. Perustetun salibandyjaoston kokoonpano oli: Jukka Teerikangas pj. , Erkki Haverinen siht., Erkki Mettovaara, Riitta Heiskari, Eija Kytöaho, Risto Haverinen, Pirjo Rieki. Jaoston toiminnan suurin kasvu sijoittuu vuosituhaten alkuun kun Liminkaan tuli liikuntahalli, tuolloin jaostossa oli jo 120

lisenssipelaajaa. Saman aikaan myös kunnan väestömäärä kasvoi voimakkaasti, mikä toi lajille lisää harrastajia joka vuosi. Koko tämän vuosituhannen alun ajan lisenssipelaaja määrä on ollut kolmensadan molemmin puolin. Tulevaisuus lajilla näyttääkin hyvältä kun Liminkaan ollaan rakentamassa uutta isoa liikuntatilaa ja sen myötä saamme taas kaiken toimintamme oman kunnan tiloihin.

## **Tuleva kausi**

Salibandyn miesten joukkue jatkaa pelaamista salibandyn valtakunnallisella pääsarjatasolla miesten Divarissa. Joukkueen tavoitteena runkosarjan osalta on taistella paikka kevään play-off vaiheeseen eli 8 parhaan joukkoon. Joukkueen valmennus vaihtui kun edellisten kolmen kauden päävalmentaja Olli Honka luopui tehtävästä ja hänen tilalleen tuli Harri Naumanen. Joukkue pelaa jo viidettä kautta peräkkäin pääsarjatasolla. Joukkueen runko on pysynyt kasassa kaikki kaudet. Nyt mukaan on tullut seuran omia junioripelaajia, -99-02 ikäluokista. Tulevalla kaudella valtakunnallista divarisarjaa pelaavat myös A- ja B-pojat. Joukkuemäärä kokonaisuudessaan kauden aikana on 16 joukkuetta. Jaoston budjetti suureni hieman edellisestä kaudesta kun jaosto sai historiansa toisen kerran A-poikien joukkueen. Ison haasteen talouden puolella asettavat valtakunnallisissa sarjoissa pelaavat joukkueet. Enimmäkseen noiden sarjojen joukkueet ovat Etelä-Suomesta ja näin olleen meidän joukkueiden matka- ja majoitus budjetit ovat kohtuullisen suuret. Niittomiesten salibandyllä on toista kautta myös M35 ikämiessarjassa joukkue. Joukkueella on selkeänä tavoitteena taistella SM-mitalista tulevalla kaudella. Salibandyliiton aluesarjoissa pelaa tulevalla kaudella viisi joukkuetta. OLS:n järjestämää Leijonaliigaa pelaa neljä joukkuetta. Muut joukkueet ovat ns. harrasteryhmiä. Tällaisia matalan kynnyksen joukkueita on tarkoitus jatkossa saada mukaan enemmänkin niin junioreita kuin aikuisjoukkueitakin. Uusia joukkueita perustamme nuorimpiin ikäluokkiin sen mukaan kun kysyntää on ja salivuorojen osalta mahdollista. Valmennustyötä on tekemässä n. 30 henkilön joukko. Lisäksi joukkueiden taustalla toimii vähintään sama määrä pelaajien vanhempia erilaisissa tehtävissä. Valmentaja- ja ohjaajakoulutusta tarvittaisiin kipeästi, mutta koulutusmahdollisuudet ovat rajalliset tällä alueella ja on myös iso kustannuskysymys. Kauden aikana järjestetään Divarijoukkueen toimesta salibandyleiri seuran junioripelaajille, tytöille ja pojille. Leirejä voidaan pitää kauden edessä päivän tai kahden mittaisina mutta sitten kesäkuulle on tarkoitus pitää 1 viikon mittainen leiri.

Kauden tärkeimmät asiat:

- Miesten Divarin säilyminen pääsarjatasolla
- A- ja B-pojat divari
- Aluesarjajoukkueet, yhteensä 4 joukkuetta
- Harrastesarjat vähintään 4 joukkuetta, Leijona- ja Oxdog liigat

- Harrasteryhmät, naiset, tytöt ja pojat, yhteensä 4-5 ryhmää
- Alue- ja Talenttileirit, niihin mukaan pääseminen 5-10 pelaajaa
- Toimitsija- ja tuomarikoulutukset alueella ja niihin osallistuminen mahdollisuuksien mukaan
- Turnausten järjestäminen/aluesarja ja lisäksi yksittäiset ottelutapahtumat Divari/A- ja B-pojat

- Seuratoimijoiden palaverit, jaoston toiminnan kehittäminen
- Mahdollinen osallistuminen Salibandyliiton seura kehitysohjelmaan 360
- Harkitaan OKM:n avustuksen hakemista

### **Varainhankinta**

Joukkueiden pelaajat ovat kausimaksujen muodossa kustantaneet joukkueen sarjatoiminnasta aiheutuneet kulut. Jatkossakin tulemme rahoittamaan joukkueiden kulut pääsääntöisesti pelaajilta perittävien kausimaksujen muodossa. Joukkueet päättävät keskuudessaan tekevätkö varainhankintaa ns. talkootöillä. Talkootöistä vastaa joukkueen vastuhenkilöt, pelaajat ja vanhemmat. Kauden aikana perinteinen talkootyö on kioskin pito turnauksien yhteydessä. Yhteistyösopimusten tekeminen yritysten kanssa on tiivistynyt ja yhteistyökumppaneita saatu kohtuullisen hyvin. Tärkeä osa valtakunnallisissa sarjoissa pelaavien joukkueiden budjetissa. Jokainen joukkue on vastuussa sarjatasonsa vaatimasta rahoituksesta.

### **Salibandyjaosto 2018–2019**

Jukka Teerikangas pj., Katja Juntunen siht., Olli Tornberg, Mika Paassilta, Pasi Männynsalo, Markku Vaarala, Minna Mertaniemi, Marko Kärsämä.

### **Valmennus- ja koulutustoiminta**

Eri ikäasteille sovitaan ohjaajat/valmentajat. Vanhimmat juniorit huolehtivat nuorimpien valmentamisesta. Valmentajille pyritään saamaan koulutusta mahdollisuuksien mukaan. Asiasta kiinnostuneilla on mahdollisuus osallistua tuomarikoulutukseen seuran kustantamana.

Valmennuskoulutusta järjestetään ns. omana toimintana ja sen lisäksi tarjotaan mahdollisuuksia hakeutua salibandyliiton järjestämiin valmentajakoulutuksiin.

### **Joukkueet kaudella 2018-2019**

Valtakunnalliset kilpasarjat:

- Miesten Divari
- A-pojat Divari
- B-pojat Divari

Seniorisarjat:

- M35

Aluesarjat, Pohjois-Suomen alue:

- Naiset 3 divisioona

- Pojat B
- Pojat C2
- Pojat D2

Harrastesarjat:

- Pojat F210-11, Leijonaliiga

- Pojat E2 08-09, Leijoaliiga

- Pojat E2 08, Leijoaliiga

- Pojat D2 06-07, Leijonaliiga

- Tytöt D/E

- Pojat F09

- Naiset

Harrasteryhmät:

- Alle kouluikäiset

**YLEISURHEILUJAOSTON TOIMINTAKERTOMUS KAUELTA 1.9.2017-31.8.2018**

Jaosto:	<b>YLEISURHEILUJAOSTO</b>
---------	---------------------------

Jaoston kokoonpano:

Vesa Kallio , puh.johtaja	Marko Paukkeri	Kari Saarela
Päivi Lumijärvi, rahastonhoitaja	Arja Päri	Markku Maaranto
Jorma Jokela	Jaakko Tornberg	Patrick Ikonen, sihteeri
Patrik Mattsson	Esa Jussinniemi	

**Toiminta lyhyesti numeroina*****Tapahumien määrä***

Kpl

Viikoittaisten harjoitusryhmien lukumäärä	<b>10</b>
- joista alle 18-vuotiaille tarkoitettuja	<b>9</b>
Ryhmien harjoituskertojen määrä	550
Järjestettyjen tapahtumien/kilpailuiden lukumäärä	<b>24</b>

***Osallistujamäärät***

Henkilöä

Viikoittaisiin harjoituksiin osallistujien kokonaismäärä (kesk. koko vuosi)	<b>80</b>
- joista alle 18-vuotiaita oli	<b>70</b>
Joukkueiden kokonaismäärä (ei yhtään joukkuetta, koska yksilölaji)	----
Viikoittaisten harjoitusten vetäjien kokonaismäärä	<b>10</b>
Tapahtumiin/kilpailuihin osallistuneiden kokonaismäärä	<b>1700</b>
- joista alle 18-vuotiaita oli	<b>1200</b>
Näiden lisäksi paikalla olivat osallistujien huoltojoukot, yleisö, sekä toimitsijat	<b>3500</b>

***Jaoston kolme merkittävintä tapahtumaa***

1.	Uudenvuodenjuoksu
2.	Rantalakeusjuoksu
3.	Laidunkauden avauskisat

**Yleistä**

Limingan Niittomiesten tavoitteena on tarjota monipuolista yleisurheilutoimintaa kaiken ikäisille ja kaiken tasoisille yleisurheilusta kiinnostuneille henkilöille aina harrastelijatasosta kilpaurheilijoihin. Yleisurheilujaoston tarjosi mahdollisuuden harrastaa yleisurheilua Limingassa läpi vuoden. Toiminnalla edesautettiin liikunnallisen elämäntavan omaksumista ja sen ylläpitämistä sekä tuettiin yleisurheilussa kilpailevia ja kehittymään omassa lajissaan. Jaoston perustamat eri urheiluryhmät toimivat aktiivisesti ja innokkaita urheilijoita riitti sekä talvi- että kesäharjoitteluryhmiin. Loistava menestys yleisurheilukisoissa kertoo paitsi lahjakkaista urheilijoista myös siitä, että seuratoiminnalla on pystytty mahdollistamaan oikeanlainen harjoittelu ja onnistuttu urheilijoiden ohjaamisessa sekä kannustamisessa. Yleisurheilujaosto järjesti kauden aikana monipuolista toimintaa lapsille, nuorille, aikuisille sekä myös koko perheelle. Lisäksi järjestettiin liikuntatapahtumia ja kilpailuja. Yleisurheilujaosto teki yhteistyötä sekä seuran muiden jaostojen että eri yleisurheiluseurojen kanssa.

### **Lapsille ja nuorille järjestettyä toimintaa**

Yleisurheilujaosto järjesti kaudella 2017–2018 lasten yleisurheilukouluja, valmennusryhmiä sekä talvi- että kesäkaudella. Talvella viikoittaisia urheilukouluryhmiä oli kolme.

Urheilukouluohjaajina toimi yhdeksän nuorta ohjaajaa, joilla on lasten urheilukouluohjaajan koulutus. Lisäksi osalla ohjaajista on lasten ja nuorten urheilukouluohjaajan pätevyys. Talvella valmennusryhmissä oli mukana 20 nuorta. Osa valmennusryhmien harjoituksista pidettiin Ouluhallilla. Kesällä urheilukouluryhmiä oli 7 joista kolme päivällä keskustan urheilukentällä ja kolme päivällä Tupoksessa. Pienten lasten iltaryhmän toimintaa jatkettiin.

Urheilukouluryhmissä harjoittelivat 4 - 6 -vuotiaat, 7 - 8 -vuotiaat ja 9 - 11 -vuotiaat.

Urheilukouluun osallistui yhteensä noin 100 lasta. Urheilukouluohjaajia oli kesällä yhteensä 18. Kesän yleisurheilutoiminnasta vastasi Jorma Jokela. Hänen tehtävinään oli kesäkauden suunnittelu, viikkokisojen organisointi, urheilukoulujen ja osittain myös valmennusryhmien vetäminen sekä toimiminen yhteistyössä kunnan liikuntatoimen kanssa. Kesällä järjestettiin viisi erilaista nuorille ja kilpailemisesta kiinnostuneille lapsille suunnattua valmennusryhmää (yli 11 -vuotiaat). Kilparyhmät (pikajuoksu/hyppylajit + pitkät matkat), joiden tavoitteena oli arvokisoihin (aluemestaruus, SM-kisat) osallistuminen ja niissä menestyminen, harjoitteli neljä-viisi kertaa viikossa, valmennusryhmä kolme kertaa viikossa, fysiikkavalmennusryhmä, jonka tavoitteena oli fysiikan kehittäminen lajista riippumatta kaksi kertaa viikossa ja keihäskoulun lajivalmennus kerran viikossa. Urheilijalla oli mahdollisuus valita kuinka useasti hän harjoittelee kesällä ja millä intensiteetillä hän haluaa urheilla ja valita ryhmä sen mukaan. Valmentajina

toimivat Patrik Mattsson, Jorma Jokela ja Markku Maaranto. Keihäskoulun valmentajana toimi Mika Koski-Vähälä.

### **Aikuisille järjestetty toiminta**

Aikuisille on järjestetty juoksukouluja, kunnontestausta ja kilpailumahdollisuuksia.

Yleisurheilujaosto järjesti jälleen monipuolista kuntotestausta ympäri vuoden. Kaikille avoimien yleisurheilukisojen lisäksi kuntoa oli mahdollisuus testata tunnin mittaisessa

Kunniakierrostapahtumassa. Näiden lisäksi yleisurheilujaosto järjesti kunnontestausta hyppy- ja juoksutestien muodossa oman seuran yksilö- ja joukkueurheilijoille (mm. salibandy) ja kestävyyskunnan testausta tasotestien muodossa omille ja muiden seurojen urheilijoille.

Yleisurheilujaostolla on hyvät testausvälineet ja asiantuntemusta ja ammattitaitoa eri fysiikkaominaisuuksien testauksesta.

Juoksutapahtumissa oli sarjoja sekä harrastaja- että kilpatason juoksijoille. Viikkokisoissa oli mahdollisuus osallistua leikkimieliseen aikuisten sarjaan yhdessä lajissa. Lisäksi kunnan mestaruuskisat sisälsivät myös aikuisille suunnattuja sarjoja.

### **Kaudella 2017-2018 yleisurheilujaoston järjestämät kilpailut**

Elokuun lopussa järjestettiin Hippokisat yhteistyössä Limingan Osuuspankin kanssa. Kisaan osallistui noin 350 lasta. Lajeina olivat pikajuoksu, pallonheitto ja pituushyppy. Aikuisille tapahtumassa järjestettiin leikkimielinen turbokeihäänheitto. Perinteiseksi muodostunut Uudenvuodenjuoksu järjestettiin uuden vuoden aattoiltana 31.12.2016. Tapahtuma järjestettiin jo kymmenennen kerran. Tapahtuman suosio on vakiintunut ja viime vuonna matkoja ja sarjoja oli kaikenikäisille ja kaiken kuntoisille: 5km, 10 km ja lapsille 1,2 km ja 0,5 km. Kunniakierrostapahtuma järjestettiin poikkeuksellisesti syksyllä. Sään suosiessa tapahtumaan osallistui runsas joukko juoksijoita. Huhtikuussa järjestimme Rantakylässä PM-maastokisat. Laidunkauden avauskisa järjestettiin kesäkuun alussa. Kisaan osallistui 160 urheilijaa, joista 120 oli alle 18-vuotiasta. Kisa käytiin kymmenessä eri lajissa. Kisa on suunnattu lapsista aikuisiin. Useissa sarjoissa nähtiin Suomen kärkiurheilijoita. Kempeleen urheilukentällä järjestettiin toukokuun lopussa 10 000 m Ratarasta-kisa Limingan Niittomiesten toimesta. Kisaan osallistui noin 20 urheilijaa.

Rantalakeusjuoksu järjestettiin heinäkuussa tutulla reitillä Lumijoelta Liminkaan. Kisaan osallistui noin 100 juoksijaa. Kunnanmestaruuskisat kisattiin urheilukentällä elokuussa kahden

lajin miniotteluna alle 18-vuotiaille ja aikuisille kolmen lajin otteluna siten, että urheilija sai valita kaksi lajia kolmesta. Kisaan osallistui noin 100 urheilijaa.

Kesällä järjestettiin lapsille ja nuorille suunnattuja viikkokisoja sekä Limingan urheilukentällä että Tupoksen kentällä. Kisoja järjestettiin yhteensä kahdeksan 21.5. - 1.8. välisenä aikana. Viikkokisoissa jokaiselle ikäluokalle oli kaksi lajia, joista toinen oli juoksu ja toinen kenttälaji. Kisoissa päästiin tutustumaan yleisurheilun lajeihin ennen kisoja pidetyn lyhyen lajiopastuksen jälkeen. Kisojen päätteeksi järjestettiin myös aikuisille yksi laji. Viikkokisoihin osallistui yhteensä noin 300 urheilijaa ja ikähaitari oli todella laaja 2-vuotiaista aikuisiin. Kilpailujen toimitsijatehtävät hoidettiin seuran omien aktiivien sekä mukana olevien junioreiden vanhempien toimesta. Lisäksi urheilukouluohjaajat harjoittelivat toimitsijatehtäviä. Elokuussa olimme mukana ensimmäistä kertaa järjestämässä nuorten SM miniotteluita Kempeleessä yhdessä Kuivasjärven Auran ja Kempeleen Kirin kanssa. Kisat sujuivat järjestelyiden puolesta hyvin. Syyskuussa järjestimme yhteistyössä Rantalakeuslehden kanssa Rantalakeusmaastajuoksukisat keskiviikkoiltaisina Kempeleessä, Tyrnävällä, Oulunsalossa, Hailuodossa, Lumijoella ja Limingassa. Juoksutapahtuma sai hyvän vastaanoton ja parhaimmillaan yksittäisessä tapahtumassa oli lähes 100 osallistujaa.

### **Kisamenestys ja seuraluokitus**

Yleisurheilukausi 2017 - 2018 oli taas seuran historian tähän asti urheilullisesti menestyksekkäin kausi. Kilpailutuloksista näkee monien urheilijoiden huiman kehityksen kauden aikana. Limingan Niittomiehillä on useita A-luokkarajan ylittäneitä urheilijoita. Viimevuotiseen tapaan Suomen tilastoissa on edelleen useita seuran urheilijoita sijoilla 1 - 20. Limingan Niittomiesten edustajat saavuttivat yleisurheilussa yhteensä 15 SM-tason mitalia eri ikäluokissa. Jyväskylän Kalevan kisoissa tehtiin seurahistoriaa Toni Keräsen voittaessa hopeaa. Toni voitti M22 sarjan miesten suomenmestaruuden ja samassa sarjassa myös pohjoismaiden mestaruuden. Näillä ansioilla Toni valittiin yleisurheilujaoston ja koko seuran parhaaksi urheilijaksi. Tonin valmentaja Hannu Kangas valittiin yleisurheilujaoston vuoden valmentajaksi. Nuorten sm-kisoissa Samuli juoksi M22 sarjassa 1500 metrillä hopeaa ja lisäksi sm hallikisoissa hän sai pronssia 1500 metrillä. Näillä ansioilla hänet valittiin yleisurheilujaoston kauden parhaaksi urheilijaksi. Kalevan kisoissa Kari Poutianen sijoittui 3000 m esteissä hienosti sijalle 7. ja Samuli Hussa 1500 m sijalle 9. Nuorten sm- kisoissa Samuli juoksi M22 sarjassa 1500 metrillä hopeaa. Johannes Helander voitti M16 sarjan 800 metrillä hopeaa. Sarjassa M17 Jani Juntunen sai sm pronssia. Aarre Paukkeri voitti sarjan P14 sm hopeaa 2000 m matkalla. Aikuisurheilussa saimme myös useita mitaleita. Yleisurheilijamme ovat tehneet myös paljon muita hienoa urheilusuorituksia. Niistä voi lukea jaoston nettisivujen uutisarkistosta.



Seuraluokittelussa olemme sijalla 34 ja Kalevan malja pisteissä sijalla 32.

Nuorisotoimintakilpailussa sijoituksemme oli tällä kaudella 63.

Jaoston laaja toiminta edellyttää aktiivista ja jatkuvaa varainhankintaa. Näin laajan toiminnan perustana on kuitenkin useiden kymmenten vapaaehtoisten urheilun ystävien työpanos ja lukuisat talkootunnit. Viime kaudella myimme nettimainoksia jaoston uusituille nettisivuille. Keväällä olimme järjestämässä yhdessä paikallisen yrittäjäjärjestön kanssa kevätmarkkinoita. Järjestämissämme kilpailuissa ja tapahtumissa on pidetty kisakioskia. Olemme olleet myös haluttu yhteistyökumppani muiden järjestämässä tapahtumissa.

## **YLEISURHEILUJAOSTON TOIMINTASUUNNITELMA KAUELLE 1.9.2018-31.8.2019**

Yleisurheilujaosto tarjoaa toimintaa ympärivuotisesti lapsille, nuorille ja aikuisille. Toiminnan järjestämisessä huomioidaan sekä kilpaurheilijat että kuntoilijat. Suomen urheiluliiton seuraluokittelussa sijoituimme nuorisotoimintakilpailussa sijalle 64 . Seuraluokittelussa 14 – aikuiset sarjassa seuramme sijoittui sijaluvulle 34. Kalevan Maljan pisteissä olimme sijalla 32. Tavoitteenamme on tulevalla kaudella parantaa sijoitustamme kaikissa em. luokitteluissa.

### **Talvikauden toiminta (lokakuu – huhtikuu):**

Talvikaudella yleisurheilujaoston organisoima harjoittelu tapahtuu seuraavissa ryhmissä:

- Lasten yleisurheilukoulu 4 – 5 vuotiaille
- Lasten yleisurheilukoulu 6 -7 vuotiaille
- Lasten yleisurheilukoulu 8 – 11 vuotiaille
- Tyttöjen yleisurheiluryhmä 8 -13 vuotiaille
- Kilparyhmä

### **Talvikauden kilpailutoiminta**

Kilparyhmä osallistuu seuraaviin kilpailuihin:

- Iin testijuoksut kuukausittain
- Jouluhallikisat Oulussa
- Limingan Uudenvuodenjuoksu 31.12
- Alue- ja piirin mestaruuskisat Oulussa
- SM-hallikisat
- Tampere Junior Indoor Games
- Sm maantiejuoksut

### **Kesäkauden toiminta (toukokuu – syyskuu)**

Kesäkaudella yleisurheilujaoston organisoima harjoittelu tapahtuu seuraavissa ryhmissä:

- 4 – 6 vuotiaiden urheilukoulu
- 6 – 9 vuotiaiden urheilukoulu
- 9 – 11 vuotiaiden valmennusryhmä
- Tyttöjen yleisurheiluryhmä 8-13 vuotiaille
- 11 – 17 vuotiaiden fysiikkavalmennusryhmä
- Kilparyhmä nuorille ja aikuisille
- Nuorten keihäskoulu

### **Kesäkauden kilpailutoiminta**

Urheilijamme osallistuvat seuraaviin kilpailuihin:

- Seuran itse järjestämät kilpailutapahtumat
- Alue- ja PM-maastot
- SM maastokisa
- Seuracup
- Youth Athletics Games Lahdessa

- Kilparyhmän kansalliset ja kansainväliset kilpailut
- 9 – 15 vuotiaiden Sisulisäkilpailu
- Aluemestaruusottelut 9 – 15 vuotiaille
- Aluemestaruus viestijuoksut 11 – yleinen sarja
- Kalevan kisat Lappeenrannassa
- 14/15 vuotiaiden SM-kisat
- 16 /17 vuotiaiden SM-kisat
- 19/22 vuotiaiden SM-kisat
- SM-viestit Ylivieskassa
- Osallistumiset massajuoksutapahtumiin ja muut kilparyhmälle sopivat kilpailut
- Lajikarnevaalit
- SM ottelut
- Motonet GP kisat

### Oma kilpailutoiminta ja tapahtumat

Yleisurheilujaosto järjestää kauden aikana seuraavat kilpailut:

- Uudenvuodenjuoksu
- Ratarasta 10.000 m Kempeleessä
- Laidunkauden avauskisa
- Viikkokisat Liminka/Tupos
- Kunnan mestaruuskisat
- Hippokisat
- Halpa-Hallin lastenjuoksut
- Rantalakeus maastajuoksukisat
- Rantalakeusjuoksu
- Perunamarkkinajuoksu Tyrnävällä
- Hailuodon polkujuoksu kesäkuussa

### Urheilijoiden leiritoiminta

Kilparyhmä osallistuu piirileiritykseen. Edustusurheilijat osallistuvat alue- ja

maajoukkueleirityksiin. Kaikille urheilijoille tarkoitettu leiritys järjestetään Iso-Syötteellä 26.10 - 28.10 Iso-Syötteellä.

Yleisurheilujaoston varainhankinta tapahtuu seuraavilla tavoilla:

- kilpailutapahtumien tuotot
- sponsorituotot
- talkootuotot
- mahdolliset yhteistyösopimukset kunnan kanssa
- avustukset
- kunniakierros tapahtuma
- harrastajien osallistumismaksut
- juoksukoulutoiminta
- muu varainhankinta mm. erilaiset tapahtumat

Yleisurheilujaoston kokoonpano:

- **puheenjohtaja Vesa Kallio**, Patrik Mattsson, Päivi Lumijärvi, Jorma Jokela, Jaakko Tornberg, Markku Maaranto, Kari Saarela, Kari Peltokorpi, Patrick Ikonen

**Limingan Niittomiehet ry****TALOUSARVIOESITYS****1.9.2018 – 31.8.2019**

	<b>Tulot</b>	<b>Menot</b>
Hiihtojaosto	18500	18500
Kiipeilyjaosto	1560	1560
Lentopallojaosto	2650	2650
Painijaosto	3500	3500
Salibandyjaosto	160000	160000
Yleisurheilujaosto	63500	63500
Hallinto	10400	10400
<b>KOKO SEURA YHT.</b>	<b>260 110 €</b>	<b>260 110 €</b>