

MUURAMEN  
SYKE ry



Hyvällä Sykkeellä!



## Muuramen Syke ry vuosikertomus vuosi 2017

Vuosi 2017 oli Muuramen Syke ry:n yhdeksäs toimintavuosi. Seuran jäsenmäärä pysyi lähestulkoon samana kuin edellisenä vuonna, aivan kuten toimintasuunnitelmaan kuuluikin – Sykkeen tavoitteena oli etupäässä laadukas toiminta, ei niinkään jäsenmäärän kasvattaminen. Jäsenmäärä vuoden lopussa oli 1046 jäsentä, josta aikuisia oli 329 ja lapsia 717. Edellisenä vuonna jäsenmäärä oli 1041 jäsentä.

### Seuran hallitus

Muuramen Syke ry:n hallitus, valittu syyskokouksessa:

Hallituksen puheenjohtajana valittiin jatkamaan Elina Hienola. Erovuorossa olevista hallituksen jäsenistä valittiin jatkamaan Minna Erkkilä, Sari Oksanen, Niina Rantakeisu ja Jenni Hyötynen. Hallituksessa jatkavat myös Marika Manninen ja Emmi Lahti. Uutena jäsenenä hallitukseen valittiin Daisy Kangas. Hallituksen jäsen Jenni Hovila pyysi eroa hallitustyöstä ja se hänelle myönnettiin. Johanna Pitkälä jatkaa seuran toiminnanjohtajana ja osallistuu seuran hallituksen kokouksiin esitelläkseen asioita.

### Seuran strateginen työ 2017

Vuoden 2017 alussa seuran hallitus kokoontui päivittämään seuran toimintaa ohjaavat arvot, tavoitteet ja toiminta-ajatuksen vastaamaan toimintaa. Toiminnan ohjauksellisiin periaatteisiin ei tullut paljon muutoksia. Uusiksi arvoiksi valikoitui: liikunnanilo, terveys ja hyvinvointi, yhteisöllisyys sekä vastuullisuus. Toiminnan visio korvattiin samassa yhteydessä tavoitteilla, joita ovat laadukas tarjonta niin harraste kuin kilpailu- ja valmennus -ryhmissä, seuran tunnettuuden lisääminen voimistelu- ja

tanssiseurana, jäsenkunnan pysyvyyden ja yhteisöllisyyden vahvistaminen sekä voimistelun tunnettuuden lisääminen perusliikuntamuotona. Tavoitteet asetettiin linjaan Voimisteluliiton strategiatyön kanssa.

Muuramen Syke ry:n toiminta-ajatuksena on tarjota muuramelaisille ja lähialueilla asuville mahdollisuus voimistelu- ja tanssiliikunnan harrastamiseen ja kilpailutoimintaan lähellä kotia. Syke tarjoaa voimistelu- ja tanssiliikunnan iloa vauvasta vaariin liikuntaseuran edullisin hinnoin. Monipuolisella tarjonnallaan Syke pyrkii laajentamaan ja vahvistamaan käsitystä voimistelusta ja tanssista perusliikuntamuotona ihan kaikille. Toiminta-ajatukseseen kuuluu olennaisena osana jatkuva uudistuminen jäsenten toiveita huomioiden, ohjaajien kouluttaminen ja yhteisöllisyyden tukeminen. Syke toimii kotiseurana, jonka toimintaan on helppo tulla tutustumaan ja jäädä mukaan. Syke tukee jäsentensä kasvua liikkuvaan ja terveelliseen elämäntapaan.

Seuran sloganista järjestettiin äänestys alkuvuodesta 2017, ja sloganiksi valikoitui:

Hyvällä Sykkeellä!

## **Muuramen Syke ry henkilöstö**

Sykkeessä toimi vuonna 2017 yksi kokopäiväinen toiminnanjohtaja, Johanna Pitkälä. Niina Rantakeisun työsopimus muutettiin vakituiseksi samassa yhteydessä, kun Heidi Suominen irtisanoi itsensä hoitovapaansa päättyessä. Niina Rantakeisun työsopimus on osa-aikainen toimistotyö, keskimäärin 16 h viikossa ja tämä lisäksi valmennustyö keskimäärin 16 h viikossa. Palkkaukseen ei saatu tukea vuodelle 2017.

Lisäksi liikunnanohjaajille maksettiin palkkaa ohjaustyöstä sekä maksettiin matkalaskujen mukaisia kilometrikorvauksia. Kilometrikorvauksia maksettiin yhteensä 12 861 e. Palkkakuluihin palkansivukuluineen ja kilometrikorvauksineen meni yhteensä 121 765 e. Palkkakustannukset olivat kulueränä merkittävästi suurin. Palkallisia osa-aikaisia liikunnanohjaajia Sykkeellä oli vuoden 2017 aikana yhteensä 54 henkilöä. Hallituksen jäsenille ei maksettu kokouspalkkioita tai muuta korvausta hallitus- tai muusta talkootyöstä.

## **Vuoden 2017 toimintaa**

Muuramen Sykkeen tärkeimpänä toimintaperiaatteena on tarjota edullisesti, monipuolisesti ja laadukkaasti liikuntaa kaikenikäisille tytöille ja pojille, naisille ja miehille. Muuramen Syke ry:n toiminta ei tavoittele voittoa vaan haluaa mahdollistaa liikunnan laadukkaasti harrastamisen kaikille tulotasosta riippumatta ja helpottaa liikunnan aloittamista kaikissa ryhmissä.

Sykkeen ryhmissä lasten on mahdollista "vain" harrastaa, olla mukana harrastusryhmässä, jossa ei kilpailla tai esiinnytä ja tämä myös mahdollistaa pienet osallistumiskustannukset. Samalla kuitenkin tarjotaan mahdollisuus myös kilpailemiseen niihin keskittyneissä ryhmissä. Kilpailevien joukkueiden määrä lisääntyi vuoden 2017 aikana.

Aikuisten esiintyvät ja kilpailevat ryhmät Sykettäret, naisten tanssillisen voimistelun esiintyvä ryhmä, ja Ladies IN! show-tanssiryhmä olivat aktiivisesti mukana erilaisissa esiintymissä ja kilpailuissa. Ladies IN! saavutti ohjelmallaan Uraputkassa oman sarjansa voiton Voimisteluliiton valtakunnallisessa tanssin ja voimistelun LUMO-finaalissa 23.4. Mikkelissä! Lisäksi aikuisten joukkueeksi luokitellaan cheertanssin seniori-ikäisten joukkue Dynamic, jossa tanssi ja kilpaili 16-vuotiaita ja sitä vanhempia tanssijoita.

Joukkuevoimistelun puolella kilpailu- ja valmennustoimintaa kehitettiin iso harppaus eteenpäin ja sille myös myönnettiin vuoden 2017 Muuramen kunnan liikuntateko-palkinto. Niina Rantakeisu vastasi toiminnan kehittämisestä yhdessä valmentajakollegansa Anniina Hiekkataipaleen kanssa. Voimistelun kilpailu- ja valmennusjoukkueet eli KiVa-joukkueet saatiin yhteisen nimen Sykkeen Timantit alle ja joukkueet nimettiin timanttiteeman mukaisesti. Esivalmennusjoukkue Opaalit, 8-10 vuotiaiden joukkue Rubiinit, 10-12 vuotiaiden joukkue Safiirit ja 12-14 vuotiaiden joukkue Kvartsit. Joukkueet osallistuivat vuoden aikana seuran näytöksiin sekä Voimisteluliiton joukkuevoimistelun kilpailuihin. Kvartsin saavuttivat syyskaudella 12-14 vuotiaiden harrastesarjassa kultaa (kategoria 6) ja hopeaa (kategoria 3). Safiirien kauden paras sijoitus oli jaettu neljäs sija (5 kategoria). Rubiinit saivat kultaiset mitalit ensimmäisissä kilpailuissaan 8-10 vuotiaiden sarjassa saaden kategorian 2 ja kunniamaininnan. Safiirit valittiin myös mukaan Suomen Voimisteluliiton Joukkuevoimistelun aluevalmennusrinkiin kaudelle 2017-2018. Syksyllä 2017 joukkue leireili Vesileppiksessä yhden viikonlopun ajan (yhden yön leiri).

Tanssillisen voimistelun joukkue Flow kilpaili vuoden 2017 aikana useissa tanvo-kilpailuissa eri puolilla Suomea ja saavutti monissa kilpailuissa hyviä sijoituksia. Korkeimmat sijoitukset olivat pronssi TanVo Cup 1-kilpailussa 5.11. ja TanVon valtakunnallisissa kilpailuissa 25.11. pronssi. Lisäksi perustettiin uusi tanssilliseen voimisteluun ja joukkuevoimisteluun keskittynyt joukkue Kromit, johon otettiin 9 - 14 vuotiaita voimistelusta ja tanssillisesta voimistelusta kiinnostuneita tyttöjä. Näitä joukkueita ohjasi ja valmensi Daisy Kangas.

Myös cheertanssissa kilpailu- ja valmennustoiminta kehittyi ja kilpailevia joukkueita oli yhteensä neljä, mini-ikäisten harrestekilpailujoukkue Dazzling ja kilpailujoukkue Devotion, juniori-ikäisten kilpailujoukkue Dione ja seniori-ikäisten joukkue Dynamic. Joukkueet Dione ja Dazzling osallistuivat useisiin näytöksiin ja kilpailuihin vuoden

2017 aikana. Dione saavutti juniorisarjassa (12 – 15 vuotiaat) sm-kisapaikan lajin sm-karsinnoissa Vaasassa marraskuussa ja joulukuussa Helsingissä pidetyissä kovatasoisissa sm-kisoissa Dione saavutti upeasti viidennen sijan. Myös Dynamic osallistui sm-karsintoihin, mutta ei tällä kertaa saavuttanut sm-kisapaikkaa. Dynamicille myönnettiin Muuramen kunnan 457 euron stipendi joukkueen nousemisesta sm-tasolle, stipendi haettiin alkuvuonna 2017 ja se koski vuonna 2016 saavutettua sm-tasoa. Cheertanssi toteutettiin yhteistyössä Jaguars Spirit Athletes ry:n eli JSA:n kanssa, kilpailevien ryhmien tanssijat olivat molempien seurojen jäseniä ja Suomen Cheerleadingliiton alaisiin cheertanssi-kilpailuihin osallistuttiin JSA:n alla.

Kilpailevat ryhmät ja joukkueet maksoivat pääsääntöisesti itse kaikki kisoihin kohdistuneet kulunsa, joko kauttalaskutuksen kautta tai osan kuluista omalla varainhankinnallaan. Seura maksoi hyvin menestyneille joukkueille yhden osallistumismaksun kannustuksena ja kiitoksena. Varainhankinnassa merkittävässä roolissa olivat tapahtumat ja niiden kahviot, kuten Sykähdys ja PikkujouluShow.

## **Korpilahti ja Tikkala**

Korpilahdella ja Tikkalassa toiminta jatkui vuonna 2017. Ohjaajapulan vuoksi Tikkalassa ei saatu järjestettyä toimintaa syksyllä 2017, mutta keväälle 2018 toiminnalle on luvassa taas jatkoa uuden ohjaajan myötä. Korpilahden toiminta lapsille oli kouluikäisten parkour sekä aikuisten tunnit kuten Zumba, kahvakuula ja tehojumppa. Kesällä järjestettiin myös muutaman kerran Lavista Korpilahden satamassa.

## **Sykkeen ryhmät vuonna 2017**

Vuoden 2017 aikana Muuramen Sykkeellä toimivat seuraavat lasten ryhmät:

1. Taaperotanssi n. 1 – 2 v lapselle ja hänen vanhemmalleen
2. Perheparkour alle kouluikäisille lapsille ja vanhemmille (syyskaudella 2017)
3. Satubaletti-ryhmät 3-4 ja 5-6 vuotiaille sekä alkeisbaletti (3 ryhmää)
4. Sporttikerhot 3-4 vuotiaille ja 5-6-vuotiaille tytöille ja pojille (4 ryhmää)
5. Tarzan-koulut 3-4 vuotiaille ja 5-6-vuotiaille, joista yksi isä-lapsi Tarzan-koulu (4 ryhmää)
6. Pikku Myy jumppa 3-4-vuotiaille ja 5-6-vuotiaille tytöille (kaksi ryhmää)
7. Voimistelukoulut 5-6 ja 7-9 vuotiaille tytöille (kaksi ryhmää)
8. Lasten tanssi 4-5 ja 6-7 vuotiaille Leikarilla, Muuratsalossa ja Tikkalassa (5 ryhmää)
9. Breakdance-ryhmät 6-7 vuotiaille ja alakouluikäisille pojille sekä mini-breakdance 4-5 vuotiaille (3 ryhmää)

10. Kouluikäisille tanssia, Mixdance ja Showdance -nimisenä (3 ryhmää syksyllä 2017)
11. Cheertanssi-joukkueet (6 ryhmää)
12. Parkour 1-2 ja 3-4 luokkalaisille sekä oma ryhmä Korpilahdella (3 ryhmää)
13. Telinevoimistelu alakouluikäisille tytöille (4 ryhmää)
14. Joukkuevoimistelu (5 joukkuetta, joista kolme kilpailujoukkueena)
15. Tanssillinen voimistelu TanVo (2 joukkuetta)
16. Reggaeton, rento tanssiryhmä 15 - 18 vuotiaalle (syksystä 2017)

Yhteensä toimivia lasten ryhmiä syyskaudella 2017 oli 47 (sama määrä kuin vuonna 2016), joista kilpailevat ja esiintyvät ryhmät kokoontuivat 2-4 kertaa viikossa, muut 1-2 kertaa viikossa.

Aikuisten ryhmät syksyllä 2017:

1. Bailatino®(2 ryhmää)
2. Lavis®
3. Kahvakuulatreenit ulkona kaksi kertaa viikossa ja kerran viikossa Korpilahdella
4. Zumba®ja Zumba® toning
5. Sykejumppa (2 ryhmää)
6. Pumppi (2 ryhmää)
7. Kehonhuolto
8. Hathajooga
9. Pilates
10. SykePyöräily
11. SykePyöräily + pumppi
12. Flowgymnastics®
13. Naisten esiintyvät ja kilpailevat ryhmät Ladies IN! ja Sykettäret
14. Ukkojumppa
15. Seniorijumppa (2 ryhmä)
16. Naisten terveysliikunta sähly
17. Aikuisbaletti
18. RVP - reisi-vatsa-pakara tehojumppa
19. Liikkeelle Muuramessa -ryhmä vähän tai ei lainkaan liikkuville

Yhteensä toimivia aikuisten ryhmiä syyskaudella 2017 oli 27.

Muuramen Sykkeen toiminta tapahtui pääasiassa Muuramen Kulttuurikeskuksella sekä eri koulujen liikuntasaleissa niin Muuramen keskustan alueella kuin Niittyahossa ja Kinkomaalla. Lisäksi Leikarin kenttä oli ahkeralla käytöllä kesätuntien aikana sekä

kahvakuulatunneilla. Kentän ollessa jäädytettynä kuulatreenit siirrettiin Mäkelänmäen koulun pihaan. Muuramen ulkopuolella toimintaa oli Muuratsalon koululla lasten tanssiryhmille, Korpilahdella, Korpilahden yhtenäiskoululla ja Tikkanen koululla sekä Jyväskylässä kilpajäähallin liikuntasalissa (cheertanssi).

## **Sykähdys**

Sykkeen vuoden suurin tapahtuma on jo perinteisesti kevätnäytös Sykähdys. Vuonna 2017 se pidettiin lauantaina 29.4. Muuramen Kulttuurikeskuksella ja näytöksen teemana oli Suomi 100. Tapahtuma hyväksyttiin viralliseksi Suomi 100 -tapahtumaksi ja Suomi 100 logoa ja materiaalia käytettiin tapahtumassa näkyvällä tavalla esimerkiksi käsiohjelmassa, tapahtuman mainoksissa ja tapahtumassa oli myös juhlaliputus niin Suomen lipuin kuin Suomi 100 lipuin. Näytöksen esitykset kuvastivat Suomea monin eri tavoin ja myös juhlavuoden teema Yhdessä saatiin mukaan Sykähdykseen monella tavoin, esimerkiksi tapahtuman toivottivat tervetulleeksi Sykkeen eri-ikäiset jumpparit. Paikan päälle kertyi yhteensä n. 1 000 henkilöä esiintymään ja nauttimaan esityksistä.

Kevätnäytöksessä myönnettiin Sinetti-sertifikaatin mukaisesti Vuoden lasten ja nuorten ohjaajan palkinto. Palkinnon sai vuonna 2017 valmentaja ja ohjaaja Anniina Hiekkataipale. Anniinan ansiona on erityisesti voimistelun eteen tehty valmennus- ja kehitystyö.

Tulevaisuudessakin kevätnäytös tulee olemaan seuran suurin yksittäinen tapahtuma, joka tuo laaja-alaisesti esille seuran monipuolista tanssi- ja voimisteluosaamista.

## **Tornipuiston karnevaalit**

Osana Muurame-päiviä järjestettiin uuden Tornipuiston avajaiset 13.6. Syke oli keskeisessä roolissa suunnittelemassa ja toteuttamassa avajaistapahtumaa, joka sai nimekseen Tornipuiston karnevaalit. Järjestöjen ohjelmallisessa kulkueessa oli Sykkeeltä mukana aikuis- ja lapsivoimistelijoita sekä cheertanssijoita. Lisäksi karnevaaleilla osallistuttiin Sykkeen johdolla Koko Suomi tanssii -tanssihaasteeseen. Tapahtumaa ideoi ja toteutti Jenni Hyötynen ja Jennin apuna olivat Sykkeen toimistolta Johanna ja Ninna.

## **Kesä 2017**

Aikuisille oli paljon tarjontaa kesällä 2017, joista alkukesän Lavis ja Zumba sekä aikuisbaletti sisätunteina sekä koko kesän ajan järjestetty Pilates aina huonolla säällä sisällä. Leikarilla pidettiin kahvakuulatreenit, tehojumppa sekä kesäjumppa. Urheilukentällä jatkettiin aiempien kesien tapaan crosstraining-tunnilla. Korpilahdella tarjonnassa oli tehojumppa ja kahvakuulatunti. Sykettäret harjoittelivat kesäkaudella

maastovoimistellen Muuramenharjulla. Kesän 2017 tunteihin uudistettiin Voimistelu-liiton aikuisliikunnan kehittäjän Anna Takalan ehdotusten mukaisesti niin tuntien värikoodeja, hinnoittelua kuin tuntien nimiäkin. Uudistuksella haettiin selkeyttä ja laadun esilletuomista ja uudistetulla linjalla jatkettiin myös syksyn 2017 markkinointivies-tintään.

Lasten ja nuorten toiminnassa keskityttiin tavoitteellisten ryhmien kesätreeneihin niin voimistelussa kuin cheertanssissa. Lisäksi toukokuussa ja elokuussa pidettiin Leikarin päiväkodin pihalla Tarzan & Jane -kesäseikkailu 5-7 vuotiaille. Kouluikäisille ja aikuisille järjestettiin toimintaa myös Mikko Ahlgrenin tanssikurssien muodossa, Kurseille osallistui mukava määrä lapsia ja aikuisia.

### **Muuramen kunnan itsenäisyyspäivän juhla**

Satavuotiaan Suomen kunniaksi itsenäisyyspäivän juhliminen oli vuonna 2017 erityisen näyttävää ympäri maata. Syke osallistui Muuramen kunnan juhlallisuuksiin 6.12. toteuttamalla tanssiteoksen Hiljaiset vuodet. Koreografiasta ja ohjauksesta vastasivat Sari Oksanen, Minna Erkkilä ja Daisy Kangas. Teoksessa olivat tanssimassa Safiirit- ja Flow-joukkueet sekä kuusi naista ja lisäksi kilpatanssija Joni Ihanus.

Lisäksi Syke osallistui itsenäisyyspäivänä viime vuoden tapaan Suomalaiseen messuun Muuramen kirkossa, jossa oli Ladies In - ja Sykettäret-ryhmien jäseniä tanssimassa.

### **Sykkeeseen voimistelijoiden Joulunäytös**

Sykkeeseen voimistelijoiden syyskausi huipentui voimistelijoiden joulunäytökseen, joka pidettiin 10.12. Muuramen Kulttuurikeskuksella. Näytöksessä esiintyivät Voimistelukoulu- ja telinevoimisteluryhmät, sekä joukkuevoimistelun joukkueet. Lisäksi näytöksessä nähtiin itsenäisyyspäiväjuhliä varten tehty tanssiteos Hiljaiset vuodet. Näytös toteutettiin lähestulkoon talkoovoimin ja näytöksen tuotto jaettiin järjestäjien joukkueiden kesken joukkueiden hyväksi. Yleisöä saapui paikalle myös mukavasti.

Flow- ja Kromit-joukkueet pitivät oman, tanssillisen voimistelun joulunäytöksensä 3.12. Kulttuurikeskuksella. Järjestelyistä vastasivat joukkueet itse valmentaja Daisy Kankaan johdolla.

### **PikkujouluShow**

10.12. järjestettiin jo perinteisesti nuorten tanssiryhmien oma PikkujouluShow varainkeruutapahtumana, tällä kertaa samana päivänä kuin Joulunäytös, joka oli ollut aiemmin päivällä. Pääroolissa showssa olivat cheertanssi-joukkueet Dione ja Dynamic sekä Dazzling. Lisäksi mukana olivat Showdance, Mixdance Rajala ja Reg-

gaeton sekä cheertanssijoukkueet Dazzling, Destiny ja Davida. Tapahtuma pidettiin Muurame-salissa ja sen juonsi Tuija Telanne. Tapahtuma oli lähes loppuunmyyty.

## **Suomi Gymnaestrada**

Suomi Gymnaestrada järjestetään kesäkuussa 2018 Turussa, mutta tapahtumaan ja kenttäohjelmiin osallistuminen piti markkinoida ja ilmoittautumiset varmistaa syksyn 2017 aikana. Sykkeen gymppinä toimii Jenni Hyötynen. Sykkeestä osallistuu reilu 30 jäsentä Turun tapahtumaan ja kenttäohjelmien harjoitukset alkavat tammikuussa 2018. Kenttäohjelmia ohjaavat Jenni Hyötynen, Daisy Kangas, Niina Rantakeisu ja Sara Hänninen. Gymnaestradaan osallistuminen on yksi tärkeä osa yhdessä tekemistä ja Voimisteluliiton alaista näkyvää toimintaa.

## **Muita pienempiä tapahtumia vuonna 2017**

- Opettajien Vesopäivä 4.4. - Sykkeen ohjaajia pitämässä toiminnallisia tunteille
- Alakoulun liikuntapäivä Kevätkäryle 3.5. - Syke mukana koulun tapahtumassa mm. toiminnallisella voimistelupisteellä ja parkour-radalla
- Unelmien liikuntapäivä 10.5. Muuramen Kulttuurikeskuksen takana, ohjelmassa mm. perheparkour, parkour sekä aikuisille Syketreeni. Tapahtuma toteutettiin yhteistyössä Muuramen kunnan kanssa.
- Yläkaupungin yö 20.5. Jyväskylässä, Sykettäret ja Ladies IN! esiintymässä tapahtumassa
- Muuramen markkinat 10.6, Flow-joukkue esiintymässä markkinoilla ja breakdance esiintymässä katutaidetapahtumassa
- Turnfest -voimistelun suur tapahtuma Berliinissä, Sykkeestä viisi naista mukana esiintymässä Suomen kenttäohjelmassa Valkea lintu
- Suppailukurssi 16.7. Verkkoniemen rannasta
- Korpilahden Satamassa Lavista muutaman kerran heinäkuun aikana
- Hyppää mukaan! -tapahtuma 2.9.
- Polkujuoksu-tapahtuma 24.9. Syke mukana Muuramen Yrityksen järjestämässä tapahtumassa alkulämmittelyjumpalla
- Sykkeen Cats-musikaaliretki 7.10. Tampereen Teatteriin
- 29.10. - 10.12. Flowgymnastics® Suomi 100 -teemalla, osana juhlavuoden ohjelmaa
- Black Friday 24.11. - Sykkeen kevään aikuisten kausikortti myynnissä alennushintaan yhden päivän ajan
- Ukkojumpan pikkujoulut 4.12. Sport Bar Silverissä

## **Yhteistyötä**



Vuoden aikana tiivistä seurayhteistyötä oli erityisesti jyvaskyläläisen cheerleading-seura Jaguars Spirit Athletes JSA ry:n kanssa toteuttamalla cheertanssi-ryhmät yhteistyössä. Niin sanottujen sisarusseurojen eli Palokan ILO:n (ent. Palokan naisvoimistelijat), Tikkakosken Voimistelu- ja liikuntaseuran, Vaajakosken tanssi- ja voimistelu Illusionin sekä Jyvaskylän naisvoimistelijoiden JNV:n kanssa tehtiin yhteistyötä perustamalla yhteiset Facebook-sivut Jyvässeudun voimistelutarjonta ja järjestämällä samana päivänä kunkin seuran toiminta-alueella Hyppää mukaan! -tapahtuma 2.9.2017. Sykkeen tapahtumapaikkana oli K-Supermarketin aula, tapahtumassa oli aktiivista toimintaa sekä seuran toiminnan esittelyä. Lisäksi seuran työntekijät tapasivat toisiaan erilaisissa ideointi- ja ajatustenvaihtopalaverissa. Sykkeellä oli myös yhteistyötä Muuramen Yrityksen, Säynätsalon Riennon ja Korpilahden Pyrinnön kanssa.

### **Sinetti ja Priima -laatusertifikaatit**

Sykkeelle on myönnetty sekä lasten liikunnan laatusertifikaatti Sinetti että aikuisten liikunnan laatusertifikaatti Priima. Toiminta tulee siirtymään vuoden 2018 aikana Suomen Olympiakomitean alle ja Sykkeelle on tulossa molempien sertifikaattien uudelleenarvioinnit kevään 2018 aikana.

### **KKI ja Sydän tekee hyvää - Liikkeelle Muuramessa**

Syke valittiin mukaan Voimisteluliiton ja Sydänliiton yhteiseen Sydän tekee hyvää -hankkeeseen, jossa tarjottiin osallistujille Terveiden 3-ottelun mittauksia ja Sydänliiton informaatiota. Ryhmä muotoutui Liikkeelle Muuramessa ryhmäksi, jolle pian muodostui myös lyhenne-lempinimi Limu. Limulle myönnettiin Kunnossa kaiken ikää KKI -hanketukea 1 000 e ohjaajien palkkioita ja koulutusta varten ja lisäksi Muuramen kunta lähti aktiivisesti mukaan niin ryhmän markkinointiin kuin muutenkin sen toimintaan. Liikkeelle Muuramessa -ryhmä toteutettiin syksyllä 2017 ja siihen otettiin mukaan vähän tai ei lainkaan liikkuvia ja ohjelmassa oli syksyn aikana monipuolisesti eri liikuntamuotoihin tutustumista sekä myös muutama teemaluento. Ryhmän vastuunohjaajana toimi Susanna Tommola. KKI tuen loppuessa vuoden vaihteeseen saadaan ryhmän jatkumiseen keväällä 2018 Muuramen kunnan tukea, sillä ryhmän todettiin sopivan hyvin Liikkuva Muurame -strategiaan.

### **Seuran viestintä ja markkinointi**

Seuran budjetissa oli varattuna pienehkö summa ilmoittelua ja markkinointia varten. Mainostamiseen ja ilmoitteluun käytettiin vuoden aikana reilu 3 000 e. Maksullista ilmoittelua oli paikallislehti Muuramelaisessa sekä ilmaisjakelulehti SuurJyvaskylän lehdessä muutaman kerran.

Keväällä 2017 uudistettiin Sykkeen visuaalista linjaa, Anne Kalliola teki Sykkeelle arvokasta talkootyötä ja suunnitteli niin logon kuin graafisen ilmeen uusiksi. Uudessa

logossa näkyy Sykkeen slogan Hyvällä Sykkeellä ja fontiksi valikoitui century gothic. Fonttia käytetään aina kun mahdollista, mutta kaikkeen mainosmateriaaliin se ei taivu, joten fontin käyttö on jatkossakin vain suositus. Sykkeen aikuisliikunnan markkinointia uudistettiin myös Voimisteluliiton aikuisliikunnan kehittäjän Anna Takalan ehdotusten pohjalta, kuitenkin Sykkeelle sopivaksi. Uudistuksen alla olivat mm. aikuisliikunnan kalenterin värikoodit sekä hinnoittelun selkeyttäminen.

Seuran markkinointi tapahtui muutamia lehti-ilmoituksia lukuun ottamatta ilmaisia tai lähes ilmaisia kanavia käyttäen ja sosiaalisen median rooli kasvoi edelleen vuonna 2017. Jäsenille lähti tietoa sähköpostitse, seuran omat internet-sivut olivat tärkeä viestintäkeino, samoin käytettiin Facebookin Sykkeen omia sivuja sekä muutamia Facebook-ryhmiä Sykkeen mainontaan ja viestintään. Whatsappin rooli viestintäkanavana kasvoi entisestään ja se jopa syrjäytti sähköpostia. Instagramin kautta tavoitettiin erityisesti nuoria jäseniä ja osalla kiva-joukkueista oli myös omia Instagram-tilejä, joiden käyttöä aina kuitenkin aikuinen hallinnoi. Syvämmempänä viestintäkanavana käytettiin Sykkeen blogia, joten ahkerana ylläpitäjänä jatkoi hallituksen jäsen Jenni Hyötynen. Blogin avulla voi niin markkinoida seuran toimintaa kuin tuoda sen jäsenille muuta lisäarvoa, esimerkiksi terveellisiä välipalareseptejä tai säärystimien neulontaohjeita. Se on myös tärkeä osa yhteisöllisyyden lisäämistä.

Sanomalehti Keski-suomalaisen maksuttoman menopalstan käyttöä vähennettiin huomattavasti vuoden 2017 aikana, sillä sen ei todettu juurikaan tuovan uusia kävijöitä perusviikkotunneille. Palstaa kuitenkin edelleen käytettiin esim. uutuustuntien ja tapahtumien mainostamiseen. Myös kunnan nettisivuilla olevaan Muuramessa tapahtuu -osioon laitettiin infoa tapahtumista ja uutuustunneista. Tärkeänä markkinointikeinona pidettiin edelleen jäsenten mahdollisuutta olla henkilökohtaisesti yhteydessä seuran toiminnanjohtajaan, puhelimitse tai sähköpostitse ja myös tавata hänet eri jumpilla. Pienellä paikkakunnalla toimimisen etuja on myös se, että "kaikki tuntevat toisensa" ja tätä pyrittiin hyödyntämään seuran viestinnässä ja markkinoinnissa, olla helposti lähestyttävä, "tule sellaisena kuin olet" seura.

Yhden kerran ilmainen tutustumismahdollisuus muutettiin syksyllä 2017 viiden kerran tutustumiskortiksi eli kortin pääsi hakemaan Sykkeen toimistolta ja sillä pääsi tutustumaan maksutta viidelle eri tunnille. Tämä uudistus vaikutti hyvälle tavalle ja sitä tullaan jatkamaan myös vuonna 2018.

Tärkeiksi markkinointikeinoiksi yllämainittujen lisäksi todettiin erilaiset tapahtumat ja esiintymiset. Myös postilaatikoihin jaettavat seuran omat mainokset toivat mukavasti kävijöitä lisää tunneille. Mainosten jakaminen toteutettiin talkootyönä ja tästä johtuen sen kustannukset pysyivät mukavan alhaisina.

## **Seuratuotteet ja seura-asu**

Keväällä 2017 seuran edustusasu yhtenäistettiin, jotta jokaisella ryhmällä ei olisi omanlaistaan asua vaan koko seuralla yhtenäinen. Seuratuotevalikoimaa laajennettiin muutenkin entisen hupparin ja t-paidan rinnalle. Vanhan turkoosin hupparin

rinnalle valikoitui joustavaa suplexia oleva seuratakki, joka on väriltään muuten musta, mutta vasen hiha on turkoosi. Seuratakin lisäksi tuli myös toppi (mahdollista tilata turkoosina tai mustana). Näitä tuotteita valmistaa Suomalainen ompelimo Mia-tuote Tampereella. Seuratakin ja topin lisäksi tuli vielä trikoot, jotka hankittiin STADIUMIN TeamSalesin kautta ja Muuramelaisen Barasmainoksen kautta seuratuotevalikoimaan lisättiin vielä jumppapussi ja urheilukassi. Barasmainos hoitaa myös tuotteiden painatukset. Seuratuotteet saivat mukavan vastaanoton ja niitä tilattiinkin ensimmäisellä tilauskerralla mukava määrä (etenkin seuran KiVa-joukkueet tilasivat tuotteita). Samalla päätettiin myös, että jäsenten on mahdollista tilata seuratuotteita kerran kaudessa, eli kaksi kertaa vuodessa.

## **Koulutus**

Ohjaajat osallistuivat vuoden aikana lukuisiin koulutuksiin ja ideapäiviin. Sisäistä koulutusta pidettiin myös lasten ryhmien ohjaajille. Koulutukseen käytettiin rahaa vuoden aikana 2 514 e. Tämän lisäksi sisäisen koulutuksen kuluja syntyi Muut kulut -tilille. Erityisesti koulutusta ostettiin Voimisteluliitosta.

## **Tuet seuran toimintaan**

Erilaiset yhteistyökumppanuudet, tapahtumien lipunmyynti ja kahvio, kannatusmaksutuotot sekä muu joukkueiden varainhankinta toivat seuran kassaan rahaa reilu 24 000 e. Rahaa käytettiin varainhankintaa tehneiden joukkueiden hyväksi eli käytännössä kattamaan osittain kisamatkojen kustannuksia tai esiintymisvaatteiden hankintaa, seuran varsinaisen toiminnan kulujen kattamiseen varainhankintarahoja ei käytetty.

Muuramen Sykkeelle myönnettiin vuoden 2017 aikana yhteensä yhteiskunnan tukia 25 548 e, josta 1 000 e KKI tukea ja loppusumma muodostui Muuramen kunnan vuosivastuksesta, vuokratuesta sekä koulutusavustuksesta. Lisäksi Dynamic-joukkueelle myönnettiin stipendi 457 e sm-tasolle nousemisesta.

## **Hallituksen ja seuran varsinaiset kokoukset vuonna 2017**

Seuran hallitus kokoontui hallituksen kokouksiin vuoden 2017 aikana yhteensä yhdeksän kertaa. Lisäksi pidettiin paljon erilaisia ideointipalavereja, työryhmissä ja sähköpostitse mietittiin eri tapahtumia ja seuran toimintaa. Budjetin työstämistä varten oli oma budjettiriihi, joka kokoontui 18.11. valmistelemaan budjettia syyskokousta varten.

Seuran vuosikokous eli kevätkokous pidettiin 30.3.2017 Muuramen Sykkeen toimistolla ja syyskokous pidettiin 29.11.2017 myös Muuramen Sykkeen toimistolla.

## **Jäsenmäärät vuonna 2017**

Seuran jäsenmäärä 31.12.2016 oli 1046 jäsentä, josta aikuisia 329 ja lapsia 717. Seuran jäsenmäärä pysyi lähes jäsenelleen samana kuin edellisenä vuonna. Muuramen Syke ry kuuluu Suomen voimisteluliittoon, jossa on yhteensä 374 jäsenseuraa. Syke oli vuoden 2017 lopussa jäsenmäärällään alle 30-vuotiaista seuroista katsottuna suurin ja alle 18 000 asukkaan kunnista katsottuna Suomen suurin voimisteluseura.

## **Tuloslaskelma ja tase**

Muuramen Sykkeen vuoden 2017 tulos oli 951,54 e ylijäämäinen.

## **Muuta**

Vuosi 2017 oli Sykkeen toiminnassa vakaan toiminnan vuosi, jota ohjasi alkuvuonna hallituksen linjaamat arvot ja toiminta-ajatusten kirkastaminen. Toimintaa väritti ja elävöitti näkyvällä tavalla Suomen 100-vuotisjuhlavuoden teemaan osallistuminen. Edellisvuonna hankittu voimistelumatto mahdollisti joukkuevoimistelun kehittämistä ja kilpailutoiminnan kasvaminen toi lajin pariin myös lisää harrastajia. Seuran aikuisliikunnassa korostui seuran rooli terveystoimittajana, näkyvimmin tämä tuli esille seniori-ikäisten miesten Ukkojumpassa ja Liikkeelle Muuramessa -ryhmän kautta. Sykkeen toiminnassa korostettiin vuoden aikana yhteisöllisyyttä, avointa ja kannustavaa ilmapiiriä. **Hyvällä Sykkeellä!**