

Muuramen Syke ry

Toimintakertomus vuosi 2022



Vuosi 2022 oli Muuramen Sykkeen 13. toimintavuosi. Alkuvuotta leimasi vielä COVID19pandemian mukanaan tuomat haasteet aikuisten ryhmäliikunnan osalta, mutta tilanne normalisoitui helmikuussa. Seuran jäsenmäärä oli vuoden 2022 lopussa 982 jäsentä (822 vuonna 2021).

Seuran hallitus

Muuramen Syke ry:n hallitukseen vuonna 2022 kuuluivat seuraavat henkilöt: Elina Hienola (puheenjohtaja), Minna Erkkilä, Jenni Hyötynen, Annika Häkkinen, Marika Manninen, Niina Rantakeisu ja Sakari Tuikka.

Syyskokouksessa 30.11.2022 vuodelle 2023 valittu hallitus:

Valittiin erovuorossa olevista hallituksen jäsenistä Marika Manninen jatkamaan hallituksessa. Annika Häkkinen pyysi eroa hallituksesta ja ero myönnettiin hänelle. Uutena hallitukseen valittiin Asta Lepistö. Hallituksen puheenjohtajana valittiin jatkamaan Elina Hienola. Edellä mainittujen lisäksi seuran hallituksen jäsenet ovat Minna Erkkilä, Jenni Hyötynen ja Niina Rantakeisu.

Seuran strateginen työ 2022

Vuonna 2022 toimintaa jatkettiin edellisten vuosien arvojen ja toiminta-ajatuksen mukaisesti. Seuran toimintaa ohjaavat arvot olivat liikunnanilo, terveys ja hyvinvointi, yhteisöllisyys sekä vastuullisuus.

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 tarjonnalla Syke pyrkii laajentamaan ja vahvistamaan käsitystä voimistelusta ja tanssista perusliikuntamuotona ihan kaikille. Toiminta-ajatuksen

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.

Vuoden 2022 alussa seura otti käyttöön sähköisen Vismasign-allekirjoituspalvelun allekirjoitusprosessien sujuvoittamiseksi ja paperin vähentämiseksi. Vuonna 2021 käyttöönotetun Askelma-taloushallintojärjestelmän käyttöä jatkettiin ja sähköinen Basecamp-työskentelyalusta toimi edelleen hallitustyöskentelyn tukena. Sähköinen Vello tuntivarausjärjestelmä oli käytössä alkuvuodesta aikuisten tunneilla, joille koronatilanteen vuoksi oli parin viikon ajan voimassa henkilömäärärajoitus.

Vuoden 2022 yleisiä tavoitteita oli:

- Laadukas tarjonta niin harraste- kuin kilpailu- ja valmennusryhmissä
- Seuran tunnettuuden lisääminen voimistelu- ja tanssiseurana
- Jäsenkunnan maltillinen kasvattaminen ja yhteisöllisyyden vahvistaminen
- Tapahtumien järjestäminen
- Vapaaehtoisten mukaan saaminen eri toimintoihin ja tapahtumiin
- Näkyminen paikallisessa mediassa

Yleisistä tavoitteista jäsenkunnan maltillinen kasvattaminen ja seuran tunnettuuden lisääminen toteutui erityisen hyvin, sillä jäsenmäärä kasvoi edellisvuodesta 160 jäsenellä. Tämä viittaa myös tarjonnan laadukkuuteen. Suunniteltua joukkuevoimistelun kilpailutapahtumaa ei järjestetty, koska osallistujamäärä jäi vähäiseksi. Alueella järjestettiin loppuvuodesta 2022 useita vastaavia kilpailutapahtumia. Muita tapahtumia toteutettiin kuitenkin edelleen laadukkaasti.

Erityisiä tavoitteita vuodelle 2022 oli taloudellisesti vakaa toiminta niin, että ulkopuolista rahoitusta voidaan kuitenkin hakea ja käyttää toiminnan kehittämiseen. Tavoitteina oli myös aktiivisten liikkuvien jäsenten määrän kasvattaminen koronavuosien jälkeen, erityisesti aikuisjäsenten saaminen takaisin toimintaan, kilpa- ja valmennustoiminnan jatkuvuuden turvaaminen ja kehittäminen sekä uusien aktiivien saaminen mukaan tapahtumiin ja seuratyöhön.

Vuoden 2022 talous toteutui suunnitellusti.

Aikuisliikkujia onnistuttiin saamaan koronavuosien jälkeen takaisin toimintaan ja lasten ja nuorten kilpa- ja valmennustoimintaa kehitettiin mm. perustamalla uusia joukkueita.

Muuramen Syke ry henkilöstö

Tiina Riihinen jatkoi toiminnanjohtajana osittaisella hoitovapaalla 80 % työajalla. Terhi Hiltunen jatkoi seuratyöntekijänä 50 % työajalla heinäkuun loppuun saakka ja elokuusta alkaen palkkaus jatkui 80 % työajalla. Niina Rantakeisu jatkoi tuntityöntekijänä palkkojen maksun ja alustavan kirjanpidon parissa.

Liikuntaryhmien ohjaajia, joille maksettiin ohjauspalkkiota vuonna 2022 oli 49 (2021 määrä oli myös 49). Entistä suurempi osa liikunnanohjauksesta hankittiin ostopalveluna. Vuonna 2022 ohjaustyötä teki laskuttamalla 12 ohjaajaa (vuonna 2021 11 ohjaajaa). Lisäksi vuoden aikana 1-3 ohjaajaa ohjasi talkootyönä. Hallituksen jäsenille ei maksettu kokouspalkkioita eikä korvauksia talkootyöstä.

Kesälle seura palkkasi Keski-Suomen Liikunta ry:n kesätyöavustuksella 4 kesätyöntekijää kahden viikon mittaisiin työsuhteisiin. Kesätyöntekijöiden tehtäviin kuului mm. apuohjausta kesäleirillä, muuta ryhmien ohjausta, markkinointimateriaalien tuottamista ja avustavia toimistotehtäviä.

Palkkoihin ja palkkioihin sivukuluineen vuonna 2022 meni n. 133 500 euroa (2021 summa oli n. 86 000 e - koronan vuoksi pienempi). Palkat ja palkkiot sivukuluineen olivat kuluina merkittävästi suurin, mutta kesätyöavustuksella palkkakustannuksia katettiin 2800 e.

Vuoden 2022 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 laadukkaan harrastamisen kaikille tulotasosta riippumatta ja helpottaa liikunnan aloittamista kaikissa ryhmissä.

Aikuisten ryhmäliikunta toteutui tammikuun 2022 ajan koronarajoitusten vuoksi ulkotunteina sekä kevään kausikortin ostaneille näkyvänä etätuntikirjastona. Lasten ja nuorten toiminta puolestaan käynnistyi heti tammikuussa suunnitellusti ja helmikuussa koronarajoitusten purkauduttua aikuisliikuntakin pääsi käynnistymään myös sisätiloissa.

Sykkeen lasten ryhmissä on mahdollista harrastaa ilman kilpaurheilullisia tai esiintymistavoitteita pienin kustannuksin ja toisaalta tarjotaan myös mahdollisuus kilpailemiseen niihin keskittyneissä ryhmissä.

Joukkuevoimistelun puolella toimi vuoden 2022 aikana kolme kilpailevaa joukkuetta:

Ceria (12-14 -vuotiaiden harrastesarja), Felia (10-12 -vuotiaiden sarja) ja Diane (8-10 vuotiaiden sarja). Lisäksi Dahlia (9-11 -vuotiaat) osallistuivat kevätkaudella sekä Fiia (10-12 -vuotiaat) ja Kaste (6-8 -vuotiaat) syyskaudella yhteen Stara-tapahtumaan.

Keväällä Ceria osallistui neljään kilpailuun, Felia 5 viiteen kilpailuun ja Diane kolmeen kilpailuun. Syksyllä kaikki joukkueet osallistuivat kolmeen kilpailuun.

Cheertanssin puolella Sykkeellä oli vuoden aikana kaksi kilpailevaa joukkuetta Devotion (14-17 -vuotiaat) ja syksyllä 2022 perustettu Dazzling (9-13 -vuotiaat). Devotion osallistui keväällä kolmeen kilpailuun.

Aikuisten vapaan tanssin LadiesIN-joukkue harjoitteli tavoitteellisesti viikottain uudella ohjelmallaan "Going on a Birdway". Joukkue esiintyi seuran kevätnäytöksessä ja osallistui kahteen kilpailuun: tanssin ja voimistelun LUMO Sydän-Suomi (saavutuksena hopeamitali) ja FDO SM-kilpailut (Performing Arts muodostelma aikuiset 2-sarja). Loppuvuodesta 2022 aloitettiin rakentamaan uutta koreografiaa "Lähtöjä".

Aikuisten tanssillisen voimistelun joukkue Sykettäret joutui vielä alkuvuodesta pitämään ulkoharjoituksia, koska korona esti aikuisryhmien pääsyn sisätiloihin. Keväällä Sykettäret pääsi kuitenkin vihdoon koronan jälkeen osallistumaan kisatapahtumaan: Polkuja koreografiakilpailuun Kuopiossa toukokuussa. Kesän ajan Sykettäret liikkui tuttuun tapaan maastovoimistellen Muuramenharjun kuntopoluilla. Syksyllä alettiin Rajalassa harjoitella jälleen uutta koreografiaa.

Kilpailevat ryhmät ja joukkueet maksoivat pääsääntöisesti itse kaikki kisoihin ja leirityksiin kohdistuneet kulunsa, joko kauttalaskutuksen kautta tai osan kuluista omalla varainhankinnallaan.

Sykkeeseen ryhmät vuonna 2022

Vuoden 2022 aikana Muuramen Sykkeellä toimivat seuraavat **lasten ja nuorten ryhmät:**

- Satubaletti-ryhmät 3-4 ja 5-6-vuotiaille
- Sporttikerhot 3-4-vuotiaille ja 5-6-vuotiaille Leikarilla, Sporttikerhot 3-4-vuotiaille (syksyllä Vanhempi-lapsi Sporttikerho) ja 5-6-vuotiaille Kinkomaalla, Sporttikerho 4-6vuotiaille Tikkalassa (vain keväällä)
- Tarzan-koulut 3-4-vuotiaille ja 5-6-vuotiaille (vain keväällä), Vanhempi-lapsi-Tarzankoulu 3-6-vuotiaille (vain syksyllä) sekä isä-lapsi -Tarzan 3-5 -vuotiaille

- Voimistelukoulut Leikarilla 3-4-, 5-6- ja 7-9-vuotiaille (syksyllä 5-6-vuotiaiden ryhmiä oli 2), Voimistelukoulu 6-8-vuotiaille (vain keväällä), Voimistelukoulu 7-10v. Keljonkankaalla (vain syksyllä)
- Lasten tanssi 5-7 -vuotiaille ja DanceMix 1-4 luokkalaisille Säynätsalossa • Lasten tanssi 5-7 -vuotiaille, DanceMix 1-4 -luokkalaisille ja Showdance yli 12vuotiaille Leikarilla
- Ninjagym 1-2 -luokkaisille ja Freegym 3-6 -luokkalaisille
- Telinevoimistelun 5 ryhmää alakouluikäisille (keväällä 4)
- Breakdance / Hip hop 2 ryhmää alakouluikäisille (vain syksyllä)
- Akrobatiavoimistelu 10-14 -vuotiaille (vain keväällä), Akrobatiaa ja rytmistä voimistelua 10-14 -vuotiaille (vain syksyllä)
- Joukkuevoimistelun 5 joukkuetta (keväällä 4)
- Cheertanssin 4 joukkuetta (keväällä 3) ja cheertanssin alkeisryhmä 5-6-vuotiaille (vain syksyllä)
- Parkour 1-4lk Kinkomaalla ja 2lk ylöspäin Nisulanmäellä (vain syksyllä)

Yhteensä lasten ryhmiä oli kevätkaudella 33 kpl (32 kpl vuonna 2021) ja syyskaudella 40 (34 kpl vuonna 2021), joista harrasteryhmät kokoontuivat 1-2 kertaa viikossa ja esiintyvät ja kilpailevat ryhmät 2-5 kertaa viikossa.

Lisäksi Muuramen kunnan kanssa yhteistyössä pidettiin maksuttomia Harrastamisen Suomen Mallin liikunnallisia iltapäiväkerhoja (keväällä 2, syksyllä 1).

Kesällä 6.-10.6. pidettiin 6-10 -vuotiaille tanssi- ja voimisteluleiri. Lasten ja nuorten KiVaryhmät harjoittelivat osan kesästä.

Vuonna 2022 Sykkeellä toimivat seuraavat **aikuisten ryhmät**:

- Bailatino®
- Lavis® -lavatanssijumppa
- Flowgymnastics®
- Zumba® Muuramen keskustassa ja Korpilahdella, keväällä myös Kinkomaalla
- Soolo-lattarit (vain syksyllä)
- Kehonhuolto
- Jooga (vain syksyllä)
- FasciaMethod (toinen tunti illalla, toinen aamupäivällä)
- Sykejumppa Muuramen keskustassa ja Kinkomaalla
- Kunnon Treeni
- Pumppi

- Sykepyöräily
- Strong Nation / Tabata + core (vain keväällä)
- Kahvakuula ulkona Muuramessa 2 kertaa viikossa
- Toiminnallinen Treeni ulkona Korpilahdella
- Astangajooga (erillismaksun ryhmänä)
- Pilates (erillismaksun ryhmänä)
- Eläkeläisille suunnattu pilates (vain syksyllä erillismaksun ryhmänä)
- Ukkojumppa (erillismaksun ryhmänä)
- Kuntonyrkkeily (vain syksyllä erillismaksun ryhmänä)
- Terveysliikuntasähly-ryhmät Kinkomaalla ja Niittyahossa
- Senioreiden sauvakävely, maksuton ryhmä yhteistyössä Muuramen kunnan kanssa (vain keväällä)
- Esiintyvät ja kilpailevat ryhmät LadiesIN ja Sykettäret

Aikuisten ryhmiä vuonna 2022 oli yhteensä 30. (26 kpl vuonna 2021) Keväällä ryhmiä oli 26 ja syksyllä 27.

Aikuisliikunnan kesäkalenterissa oli yhteensä 10 viikkotuntia ulkona: kahvakuula 2 kertaa viikossa, Zumba sekä Muuramessa että Korpilahdella, FasciaMethod, Kesäjamit, Kesäjumppa, Puistopilates, Korpilahden Toiminnallinen treeni sekä senioreiden maksuton sauvakävelyjumppa yhteistyössä Muuramen kunnan kanssa. Kahvakuula-tunnit, Muuramen Zumba ja Kesäjumppa pyörivät läpi kesän, FasciaMethod, Puistopilates ja Kesäjamit kesäkuusta alkaen ja Korpilahden tunnit olivat osan kesästä tauolla. Toukokuussa oli lisäksi vielä sisätunteina Lavista, Bailatinoa sekä FasciaMethod-kehonhuoltoa.

Kevät- ja syyskaudella toiminta tapahtui pääasiassa Muuramen Kulttuurikeskuksella sekä koulujen ja päiväkotien liikuntasaleissa niin Muuramen keskustan alueella kuin Niittyahossa ja Kinkomaallakin. Lisäksi Leikarin kenttä oli ahkeralla käytöllä aikuisten kesätuntien aikana ja kahvakuulatunneilla. Kentän ollessa jäädytettynä kuulatreenit siirrettiin Mäkelänmäen koulun pihaan. Muuramen ulkopuolella toimintaa oli Säynätsalon päiväkotikoululla, Korpilahden yhtenäiskoululla, Tikkanen koululla ja ensi kertaa myös Keljonkankaan Yhtenäiskoululla.

Vuoden 2022 tapahtumia

Seuran perinteinen kevätinäytös Sykähdytys järjestettiin talkoovoimin 23.4. Muuramen Kulttuurikeskuksella teemalla "Fantasia". Lavalla nähtiin lasten ja nuorten kilpa- ja harrasteryhmien esityksiä sekä aikuisten ryhmistä Sykettäret ja LadiesIN! Vuoden

juniorivalmentajan kiertopalkinto myönnettiin Minttu Sinkkoselle ja Päivi Häkkistä muistettiin vapaaehtoistyöstä.

Voimisteluliitto järjesti 9.- 12.6. kansallisen suurtapahtuman Gymnaestradan Tampereella. Sykkeeltä oli mukana myös voimistelijoita: 12 nuorta ja aikuista oli mukana "Ystäväni, elämäni"-kenttäohjelmassa ja lisäksi Felia-joukkue oli mukana päiväpassilla kisaamassa joukkuevoimistelukilpailuissa ja katsomassa joukkuevoimistelun MM-kisoja. Myös Sykkeen Ceria-joukkue oli mukana tapahtumassa "Millaisen tarinan kirjoitat elämällesi?" kenttäohjelmassa, mutta he osallistuivat virallisesti Jyväskylän Naisvoimistelijoiden riveissä, josta löytyi ohjaaja tuolle kenttäohjelmalle.

13.8. Syke oli mukana Muuramen kunnan harrastemessuilla pitämässä tempurataa ja esittelemässä tulevan kauden toimintaa.

Maksuton aikuisliikkujien jumppatapahtuma pidettiin 3.9. Päivä sisälsi non-stop näytetunteja syksyn tarjonnasta.

Kevät- ja syyskaudella joukkuevoimistelun kilpajoukkueet järjestivät kisakatselmuksen vanhemmille. Joulukuussa 17.12. cheertanssin KiVa-joukkueet järjestivät Pikkujoulushow'n, jossa esiintyivät myös seuran joukkuevoimistelujoukkueet sekä lasten ja nuorten harrasteryhmiä.

Yhteistyötä

Vuoden aikana yhteistyötä tehtiin erityisesti Muuramen kunnan kanssa toteuttaen mm. senioreiden sauvakävelyjumppaa ja Suomen Mallin kerhoja. Niin sanottujen sisarusseurojen eli Palokan ILO:n, Tikkakosken Voimistelu- ja liikuntaseuran, Vaajakosken tanssi- ja voimistelu Illusionin sekä Jyväskylän Naisvoimistelijoiden JNV:n kanssa tehtiin yhteistyötä jakamalla kokemuksia ja toimintatapoja whatsapp-ryhmässä. Yhteistyö Muuramen Yrityksen kanssa vahvistui yhteisessä toimistotilassa. Lisäksi Syke jatkoi salivuoroyhteistyötä Säynätsalon Riennon kanssa.

Seuran viestintä ja markkinointi

Jäsenistöä tiedotettiin sähköpostitse sekä seuran internet-sivujen kautta ja sosiaalisen median kanavien (Facebook, Instagram) välityksellä.

WhatsApp:n rooli etenkin sisäisessä viestinnässä oli merkittävä. Aikuisliikkujien tiedottamiseen keskittyvien WhatsApp-ryhmien merkitys kasvoi entisestään.

Seuran markkinointi tapahtui muutamaa lehti-ilmoitusta lukuun ottamatta pääosin maksuttomia markkinointikanavia (nettisivut, sähköposti, some) hyödyntäen. Lisäksi jatkettiin edellisvuosien tapaan aikuisten ryhmäliikunnan mainosten jakamista postilaatikoihin hallituksen jäsenten talkootyönä toteutettuna.

Tärkeänä markkinointikeinona pidettiin edelleen jäsenten mahdollisuutta olla henkilökohtaisesti yhteydessä seuran henkilökuntaan sähköpostitse, puhelimitse ja WhatsAppin välityksellä sekä myös kasvokkain Sykkeen toimistolla tavaten.

Instagramin kautta tavoitettiin erityisesti nuoria jäseniä ja osalla KiVa-joukkueista oli myös omia Instagram-tilejä, joiden käyttöä aina kuitenkin aikuinen hallinnoi. Sosiaalista mediaa pyrittiin pitämään aktiivisena läpi vuoden.

Seuratuotteet ja seura-asu

Seuratuotteita ja -asuja pääsi edellisvuoden tapaan tilaamaan kätevästi TeamPlaceverkkokaupasta suoraan itselleen milloin tahansa.

Koulutus

Koulutuksiin käytettiin vuoden aikana rahaa vain 735,50 e (4111 e vuonna 2021), sillä vuoden 2021 lopulla oli juuri pidetty lasten ja nuorten ohjaajille 3 Voimisteluliiton tilauskoulutusta.

Tuet seuran toimintaan

Seuran suurin varainhankintatapahtuma oli kevätnäytös Sykähdys ja lisäksi KiVa- joukkueilla oli omaa varainhankintaa esim. kahviotalkoiden, sponsoriyhteistyön ja joulunäytöksen muodossa. Varainhankinnan tulot olivat yhteensä n. 11 155 e (reilu 7600 e vuonna 2021). KiVa-joukkueiden tekemä varainhankinta kattoi osittain kisa- ja leirimatkojen kustannuksia sekä muita hankintoja eli vähensi varainhankintaa tehneiden joukkueiden kauttalaskutusta.

Muuramen Sykkeelle myönnettiin vuoden 2022 aikana avustuksia yhteensä 27 007 e, (20 521 e vuonna 2021), joista merkittävin oli edellisvuosien tapaan Muuramen kunnan vuosiaavustus sekä vuokratuki. Uutena avustuksena saatiin Keski-Suomen Liikunta ry:n kesätyöavustus 2800 e, jolla palkattiin 4 kesätyöntekijää 60 tunnin kesätyösuhteisiin.

Hallituksen ja yhdistyksen varsinaiset kokoukset vuonna 2022

Hallituksen kokouksia pidettiin vuoden 2022 aikana yhteensä 14. (vuonna 2021 kokouksia oli 18) Lisäksi budjetin ja toimintasuunnitelman työstämistä varten pidettiin marraskuussa budjettiriihi. Osa kokouksista toteutettiin etänä Zoom-alustaa hyödyntäen.

Ylimääräiset yhdistyksen kokoukset sääntöjen muuttamiseksi pidettiin 24.2.2022 ja 27.10.2022. Kevätkokous pidettiin 31.3.2022 ja syyskokous 30.11.2022 Sykkeen toimistolla.

Tuloslaskelma ja tase

Muuramen Sykkeen vuoden 2022 tulos oli 1 049,03 euroa ylijäämäinen (vuonna 2021 ylijäämää 7 455,60 e). Talous toteutui kokonaisuudessaan budjettiin nähden suunnitellusti.