

## **Herttoniemen Syke ry**

Hiihtomäentie 26 B 34

00800 Helsinki

[herttoniemensyke@outlook.com](mailto:herttoniemensyke@outlook.com)

[www.herttoniemensyke.fi](http://www.herttoniemensyke.fi)

TOIMINTAKERTOMUS 1.1.2014–31.12.2014

### **Yleistä**

Herttoniemen Syke ry:n (ent. Herttoniemen naisvoimisteluseura) virallinen rekisteröintipäivä on 5.9.1953. Seuran tarkoituksena on järjestää Herttoniemen alueella liikuntatunteja jumpan, tanssin ja vesivoimistelun merkeissä. Tunnit ovat eritasoisia, jotta tarjontaa olisi mahdollisimman monelle. Tunnit soveltuvat naisille ja miehille. Lapsille on omat ryhmät. Hinnat ovat sen suuruiset, että mahdollisimman monella olisi varaa osallistua seuran tarjoamille tunneille.

### **Hallitus ja muut toimihenkilöt**

Seuran hallitukseen kuului vuonna 2014 yhdeksän jäsentä sekä kaksi tukijäsentä.

Leena Piira erosi puheenjohtajan tehtävästään seuran vuosikokouksessa. Uudeksi puheenjohtajaksi valittiin Marika Luoso. Eeva Toikka-Valjus erosi sihteerin tehtävästään, ja Minna Rantamäki aloitti uutena sihteerinä. Hallituksen varsinaisina jäseninä jatkoivat varapuheenjohtaja Jasmine Nylund, sihteerit Minna Rantamäki, Leena Piira, Eeva Toikka-Valjus, Hilikka Rannus ja Pirkko Keskinen. Uusina varsinaisina jäseninä aloittivat Tiina Hallberg ja Pirjo Vesinen. Tukijäseniä olivat Anita Kinnunen sekä uutena Maala Nieminen.

Rahastonhoitaja-kirjanpitäjä Päivi Etumäki erotettiin toimestaan elokuussa. Uutena rahastonhoitajana aloitti hallituksen varsinainen jäsen Pirjo Vesinen. Kirjanpito ja palkanlaskenta siirrettiin Tilipros Oy:lle. Tilintarkastajina toimivat Tiliextra Oy:n Matti A. Mäkinen ja Matti J. Mäkinen.

### **Yhdistyksen kokoukset ja jäsenistö**

Hallitus kokoontui toimintavuonna kahdeksan kertaa. Tämän lisäksi pidettiin sääntömääräinen vuosikokous 26.3.

Seuran jäsenmäärä oli kevätkaudella 197 aikuista ja 52 lasta. Jäsenmäärä nousi syyskaudella, jolloin aikuisia oli jäseninä 202 ja lapsia 57.

## **Talous**

Seuran taloudellinen tilanne on hyvä. Toimintaa rahoitetaan jäsen- ja kausimaksuilla sekä Helsingin liikuntaviraston toiminta- ja vuokra-avustuksilla.

Lisäksi seura on käyttänyt Helsingin kaupungin subventoimia liikuntaviraston, kouluviraston ja nuorisotoimen tiloja.

Kausimaksut, jotka sisältävät 20 euron jäsenmaksun, olivat vuonna 2014 seuraavat:

vapaavuoro 80€, vakiovuoro 60€, lasten ja nuorten tunnit 50€, vesijumppa 65€, vesijumppa + vapaavuoro 110€, vesijumppa + vakiovuoro 95€.

Kausimaksut ovat pysyneet samoina jo usean vuoden ajan.

## **Tunnit ja ohjaajat**

Liikuntavuosi 2014 alkoi talvisissa merkeissä syksyn 2013 ohjelman mukaisesti. Kevätkausi 2014 alkoi loppiaisen jälkeen 7.1. ja päättyi toukokuun aikana. Herttoniemenrannan liikuntahallilla sekä Itäkeskuksen uimahallilla kausi päättyi jo huhtikuun lopussa. Syyskausi käynnistyi 1.9. ja päättyi 21.12. mennessä. Herttoniemen kirkolla kausi päättyi kuitenkin jo 2.12.

Seuran riveissä toimi kevätkaudella 12 ohjaajaa ja kaksi apuohjaajaa, syyskaudella 11 ohjaajaa ja kaksi apuohjaajaa.

Ohjaaja- ja tunti muutoksilta ei välttytty syyskauden alkaessa. Ryhmäliikunnanohjaaja Sanna Salovuori aloitti sunnuntai-illan kehohuollon vetäjänä. Tunnin nimi muutettiin Kehon hyväksi -tunniksi houkuttelevuuden takia. Jouni Puhakka lopetti keskiviikon kuntojumpan pitämisen. Marika Luoso aloitti tunnin vetäjänä. Tuntisisältö pysyi samantapaisena, mutta nimi muutettiin Syke-tunniksi. Anneli Vetri jättäytyi kesän lopulla pois vesijumpan ohjaajana. Piia Hammarén-Luoso sijaisti syyskuun vesijumppia, kunnes liikunnanohjaajaopiskelija Erika Tanner aloitti lokakuun alussa uutena vesijumppaohjaajana.

Syksyn aikuisbalettikurssi otettiin keväällä ohjelmistoon. Tunti siirrettiin syksyllä tiistaille, koska nuorisotalo on perjantaisin nuorten käytössä. Nuorten tanssitunnin ajankohdaksi vaihtui näin ollen perjantai. Vaihdon johdosta tiistain kuntojumpan ajankohta myöheni 15 minuutilla.

Itäkeskuksen uimahallista seura sai syyskaudeksi vain 60 minuutin myöhäisvuoron. Tämän takia vesijumpparyhmiä muodostui vain yksi.

Kesäjumppa järjestettiin kesäkuussa Kettutien nuorisotalolla neljänä tiistaina. Ohjaajana oli Marika Luoso. Kinkkujumppa järjestettiin niin ikään kolmena kertana joulun välipäivinä. Ohjaajana oli Carita Konttinen.

Seuran tarkat kevät- ja syyskauden ohjelmat ovat toimintakertomuksen liitteinä (liite 1: Kevään 2014 ohjelma, liite 2: Syksyn 2014 ohjelma).

## **Tapahtumat**

Seuran kevätjuhla järjestettiin Kettutien nuorisotalolla lauantaina 17.5. Juhlissa saimme nauttia niin lasten tuntien, temppukoulun, nuorten tanssin, zumban, aikuisbaletin, salsan kuin cubamixin esityksistä.

Seuramme osallistui Herttoniemi-seuran järjestämään joulubasaariin lauantaina 29.11. Joulubasaarissa puheenjohtaja ja seuran zumba-ryhmä tekivät töitä seuran tunnettavuuden parantamiseksi.

Temppukoulujen perinteinen jouluesitys vanhemmille järjestettiin 18.12. Herttoniemenrannan liikuntahallilla.

## **Jäsenyydet**

Herttoniemen Syke ry on Suomen Voimisteluliiton jäsen.

## **Tiedotus**

Tiedotus on tapahtunut lähinnä suullisen ilmoittamisen kautta jumpissa tai seuran kotisivujen avulla. Loppusyksystä Syke aloitti yhteistyön Herttoniemi-seuran kanssa, jonka postituslistaa hyödynnettiin tiedottamiseen loppuvuonna.

## **Tulevaisuuden näkymät**

Jumpat, tanssilliset tunnit sekä temppukoulut ovat pysyneet asiakkaiden suosiossa jo pitkään, eikä liikuntavuosi 2014 tuonut muutosta tilanteeseen. Lähitulevaisuudessa suosion ei odoteta hiipuvan. "Aina on aika liikkua."

Helsingissä 17.1.2015

Marika Luoso

Puheenjohtaja

Herttoniemen Syke ry

## Liite 1: Kevätkausi 2014

### Kevään 2014 ohjelma

#### **HERTTONIEMEN NUORISOTALO KETTUKERHO, KETTUTIE 8**

ti 18.45 - 19.30 SHOWTANSSI / Tiina Vuorenpää  
ti 19.30 - 20.30 KUNTOJUMPPA / Salla Kyheröinen  
pe 17.00 - 18.00 AIKUISBALETTI / Meria Suikki  
la 10.00 - 11.00 SLOWBALL / Carita Konttinen  
la 11.00 - 12.15 BODY + STRETCHING / Carita Konttinen  
su 17.00 - 18.00 SALSA 2/ Justo Silverio  
su 18.00 - 19.00 KEHOHUOLTO / Jussi Kejo

#### **KIRKON LIIKUNTASALI, HIIHTOMÄENTIE 23**

ma 19.15 - 20.15 KUNTOJUMPPA/ Marika Luoso  
ti 19.00 - 19.55 ZUMBA / Jaana Schorin  
ti 20.00 - 20.45 VENYTTELY / Jaana Schorin

#### **SIILITIEN PERUSKOULU, HILLERIKUJA 4**

ke 17.00 - 17.45 LASTEN JUMPPA 3-5 v. / Leena Holmstedt  
ke 17.45 - 18.30 LASTEN JUMPPA 7-11 v. / Leena Holmstedt  
ke 18.30 - 19.30 CUBAMIX / Anna Silverio  
ke 19.30 - 20.30 KUNTOJUMPPA / Jouni Puhakka

#### **HERTTONIEMENRANNAN LIIKUNTAHALLI, PETTER WETTERIN TIE 5**

to 17.30 - 18.15 TEMPPUKOULU 1 n. 5-7 v. pojat ja tytöt / Meria Suikki ja Ona Holmstedt  
to 18.15 - 19.00 TEMPPUKOULU 2 n. 8-11 v. pojat ja tytöt / Meria Suikki ja Ona Holmstedt

#### **ITÄKESKUKSEN UIMAHALLI, OLAVINLINNANTIE 6**

ke 19.00 - 19.40 VESIJUMPPA / Anneli Vetri  
ke 19.45 - 20.25 VESIJUMPPA / Anneli Vetri

## Liite 2: Syyskausi 2014

### Syksyn 2014 ohjelma

#### **HERTTONIEMEN NUORISOTALO KETTUKERHO, KETTUTIE 8**

ti 18.45 - 19.45 AIKUISBALETTI / Meria Suikki  
ti 19.45 - 20.45 KUNTOJUMPPA / Salla Kyheröinen  
pe 17.00 - 18.00 HIPHOP - STREET - DANCE n. 10-16v/ Tiina Vuorenpää  
la 10.00 - 11.00 SLOWBALL / Carita Konttinen  
la 11.00 - 12.15 BODY + STRETCHING / Carita Konttinen  
su 17.00 - 18.00 SALSA 2/ Justo Silverio  
su 18.00 - 19.00 KEHON HYVÄKSI/ Sanna Salovuori

#### **KIRKON LIIKUNTASALI, HIIHTOMÄENTIE 23**

ma 19.15 - 20.15 KUNTOJUMPPA/ Marika Luoso  
ti 19.00 - 19.55 ZUMBA / Jaana Schorin  
ti 20.00 - 20.45 VENYTTELY / Jaana Schorin

#### **SIILITIEN PERUSKOULU, HILLERIKUJA 4**

ke 17.00 - 17.45 LASTEN JUMPPA 3-5 v. / Leena Holmstedt ja Ona Holmstedt  
ke 17.45 - 18.30 LASTEN JUMPPA 7-11 v. / Leena Holmstedt ja Ona Holmstedt  
ke 18.30 - 19.30 CUBAMIX / Anna Silverio  
ke 19.30 - 20.30 SYKE / Marika Luoso

#### **HERTTONIEMENRANNAN LIIKUNTAHALLI, PETTER WETTERIN TIE 5**

to 17.30 - 18.15 TEMPPUKOULU 1 n. 5-7 v. pojat ja tytöt / Meria Suikki ja Ona Holmstedt  
to 18.15 - 19.00 TEMPPUKOULU 2 n. 8-11 v. pojat ja tytöt / Meria Suikki ja Ona Holmstedt

#### **ITÄKESKUKSEN UIMAHALLI, OLAVINLINNANTIE 6**

ke 20.00 - 20.45 VESIJUMPPA / Erika Tanner