



**KAJAANIN JUDOKERHO RY  
TOIMINTASUUNNITELMA  
2014**

Sääntömääräinen syyskokous 16.12.2013

## Sisällysluettelo

<b>JUDOKERHON HALLINTO 2014 JA SEURAJOHTAMINEN .....</b>	<b>4</b>
HALLITUS JA TOIMIHENKILÖT 2014 .....	4
<i>Judokerhon hallitus 2014</i> .....	4
<i>Judokerhon kokoukset 2014</i> .....	5
<i>Toimihenkilöt 2014</i> .....	5
<i>Rahastonhoitaja</i> .....	5
<i>Tilin- ja toiminnantarkastus 2014</i> .....	5
<i>Liitto- ja aluetason toiminta 2014</i> .....	6
<i>Muu suhdetoiminta</i> .....	6
<b>KAJAANIN JUDOKERHON TOIMINTALINJA .....</b>	<b>7</b>
SEURATOIMINNAN VISIO 2014 .....	7
EETTISET LINJAUKSET .....	7
JUDOTOIMINNAN TAVOITTEET.....	7
<i>Käytännön toimintatavat</i> .....	7
JUDOKERHON SEURATOIMINNAN KEHITTÄMISTAVOITTEET 2014 .....	8
<b>NUORI SUOMI -TOIMINTA .....</b>	<b>9</b>
NUORI SUOMI -TOIMINNAN TAVOITTEET 2014 .....	9
<b>HARJOITUSRYHMIEN TOIMINTA .....</b>	<b>10</b>
LASTEN NUORTEN JUDON TOIMINTAPERIAATTEET 2014 .....	11
AIKUISTEN JUDOTOIMINNAN PERIAATTEET 2014 .....	12
<b>KILPAJUDO .....</b>	<b>13</b>
KILPAJUDON TAVOITTEET 2014.....	13
<b>KOULUTUKSET.....</b>	<b>14</b>
OHJAAJIEN KOULUTUSTASOT .....	14
KOULUTUSTAVOITTEET 2014.....	15
<b>GRADUOINNIT .....</b>	<b>16</b>
JUDOKERHON GRADUOIJAT 2014 .....	16
GRADUOINTITAVOITTEET HARJOITUSRYHMISSÄ 2014 .....	16
<b>VIESTINTÄ JA MARKKINOINTI.....</b>	<b>17</b>
YHTEISTYÖSOPIMUKSET .....	17
VIESTINTÄ JA MARKKINOINTI .....	17
<i>Judokerhon viestintä ja markkinointi tavoitteet 2014</i> .....	17
<b>TALOUS.....</b>	<b>18</b>
MATKUSTUSSÄÄNTÖ VUONNA 2014.....	18
VARAINHANKINTA 2014.....	18
MAKSUT VUONNA 2014 .....	19
<i>Judokerhon maksut vuonna 2014</i> .....	19
<b>LIITE 1.....</b>	<b>20</b>
KILPAILUT JA LEIRIT 2014 .....	20

## *Esipuhe*

Vuosi 2014 on Kajaanin Judokerhon 46. toimintavuosi. Kuluneiden vuosikymmenien saatossa Judo ja Kajaanin Judokerhon on vakiinnuttanut paikkansa kajaanilaisessa ja kainuulaisessa urheilu- ja liikuntaseurakentässä. Vaikka Judo lajina nojaakin pitkälle perinteisiinsä ja osa lajin vetovoimasta johtuu tästä perinteiden vaalimisesta, tulee meidän myös huomioida toiminnassamme vallitsevan toimintaympäristön muutokset ja reagoida niihin judokalle sopivalla tavalla: Ei työntämällä vastaan, vaan käyttämällä hyväksi ”vastustajan” voimaa oman suorituksen tekemiseksi. Toimintaympäristössämme tapahtuvat muutokset vaativat meiltä kykyä joustaa ja hyödyntää näiden muutoksien mahdollisuudet oman toimintamme kehittämiseksi entistäkin laadukkaammaksi.

Kajaanin Judokerhossa olemme tunnistanee muutostarpeen ja lähteneet kehittämään seuramme toimintaa suunnitellusti ja tavoitteellisesti. Judoliiton Seurakehittämiskoulutuksesta saatu osaaminen on luonut perustan omalle 2013 vuoden aikana alkaneelle seurakehittämisen työllemme ja tämä työ jatkuu edelleen seurassamme myös vuoden 2014 aikana.

Toimintavuodelle 2014 olemme määritelleet kehittämistyön pääkohteiksi seurajohtamisen ja hallinnon sekä eri harjoitusryhmiemme toiminnan kehittämisen. Olemme edelleen lasten ja nuorten urheiluseura, mikä näkyy myös jäsenistömme ikäprofiilissa. Tämän myötä kannustammekin kaikkia lasten ja nuorten jäsentemme vanhempia tuomaan esille toiveitanne ja näkemyksiänne esimerkiksi ohjaajien kautta sekä osallistumalla Judokerhon hallituksen kokouksiin ja vuoden 2014 aikana järjestettäviin vanhempien tapaamisiin. Kuulemalla toiveenne ja näkemyksenne koskien lasten ja nuorten judoliikuntaa voimme kehittää sitä ja näin varmistaa mielekkään ja turvallisen liikuntakokemuksen jokaiselle lapselle ja nuorelle jäsenellemme. Kannustamme myös Teitä vanhempia tulemaan seuraamaan lasten ja nuorten harjoituksia salillemme sekä salillamme järjestettäviä kuukausikilpailuja. Lasten ja nuorten judotoiminnan lisäksi tulemme vuoden 2014 aikana kehittämään edelleen myös aikuisten judoliikuntaa entistä monipuolisemmaksi kokonaisuudeksi.

Sitoutumalla yhteisesti asetettuihin tavoitteisiin ja tekemällä yhdessä määrätietoista työtä niiden saavuttamiseksi kehitämme edelleen lajiamme sen perinteitä vaalien ja kunnioittaen myös tulevaisuudessa. Näin takaamme myös jatkossakin kaikenikäisille kajaanilaisille mahdollisuuden tulla lajin pariin ja saada itselleen hyvä harrastus hyvässä seurassa.

Judokerhon hallituksen puolesta 16.12.2013

*Aki Flöjt*

Puheenjohtaja

## Judokerhon hallinto 2014 ja seurajohtaminen

Judokerhon toiminnasta vastaa seuran toimivaltainen hallitus puheenjohtajan johdolla. Hallitus kokoontuu puheenjohtajan kutsumana 4-5 kertaa vuodessa. Hallituksen kokousten lisäksi pidetään sääntömääräiset kevät- ja syyskokoukset. Sekä hallituksen että sääntömääräiset syyskokoukset ovat jäsenille avoimia tilaisuuksia ja jäsenet voivat tehdä ennen kokouksia esityksiä puheenjohtajalle käsiteltävistä asioista.

Vuoden 2014 aikana seuratoiminnan johtamista tullaan kehittämään edelleen. Hallitukseen otetaan uusia jäseniä ja samoin seuratoiminnan eri osa-alueita vastuutetaan entistä selkeämmin. Seuratoiminnan kehittämisen tavoitteena on lisätä seuratoiminnan avoimuutta ja läpinäkyvyyttä, tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta sekä tehostaa Judokerhon seuratoimintaa.

### Hallitus ja toimihenkilöt 2014

Judokerhon hallitus laatii toimintasuunnitelman sekä talousarvion puheenjohtajan johdolla ja vastaa seuran toiminnallisten ja taloudellisten tavoitteiden toteutumisesta. Hallitus kokoontuu vuonna 2014 puheenjohtajan kutsumana hallituksen kokouksiin, joiden lisäksi pidetään sääntömääräiset kevät- ja syyskokous. Jäsenistöä kannustetaan osallistumaan seuratoiminnan kehittämiseen mm. osallistumalla hallituksen kokouksiin sekä sääntömääräisiin kokouksiin ja tekemällä esityksiä puheenjohtajalle kokouksen esityslistalle käsiteltävistä asioista. Judokerhon ylin päättävä elin on yleiskokous, joita pidetään kaksi kertaa vuodessa (kevät- ja syyskokous).

Vuoden 2014 hallituksen kokouksista ilmoitetaan jäsenistölle judosalin ilmoitustaululla sekä Judokerhon WWW- ja Facebook-sivuilla. Kokouksen esityslista sekä tiedote kokouksen päätöksistä ovat nähtävissä sekä Judosalin ilmoitustaululla sekä Judokerhon WWW-sivuilla. Tarkoituksena on lisätä jäsenistön mahdollisuuksia osallistua Judokerhon päätöksentekoon ja toimintaan sekä lisätä seuratoiminnan avoimuutta ja läpinäkyvyyttä. Näin tuemme osaltamme myös Suomen Judoliiton vuosille 2013–2020 laaditun kehittämissstrategian toteutumista.

### Judokerhon hallitus 2014

Puheenjohtaja	Aki Flöjt
Varapuheenjohtaja	Antti Jyrkäs
Hallituksen jäsen	Matti Lehtinen Hannu Immonen Hanne Kinnunen Jorma Korhonen Jani Sarkkinen Juha Keränen

### ***Judokerhon kokoukset 2014***

- ❖ Vuoden 2014 aikana Judokerhon hallitus kokoontuu puheenjohtajan koolle kutsumana:
  - Tammikuu: Järjestäytymiskokous ja kevätkauden suunnittelu
  - Maaliskuu: Tilinpäätöskokous ennen sääntömääräistä vuosikokousta
  - Touko-kesäkuu: Toiminnan seuranta- ja suunnittelukokous
  - Elokuu: Toiminnan seuranta- ja suunnittelukokous
  - Loka- marraskuu: Toimintasuunnitelman ja talousarvion laadinta kokous
- ❖ Hallituksen kokoukset ovat kaikille jäsenille avoimia tilaisuuksia.
- ❖ Hallituksen kokousten lisäksi pidetään kaksi sääntömääräistä yleiskokousta:
  - Kevätkokous maaliskuussa 2014 paikkana ruokala Eines, Judokerhon salin alakerrassa
  - Syyskokous joulukuussa 2014, paikka avoin
- ❖ Sääntömääräisistä kokouksista ilmoitetaan jäsenistölle erillisellä kutsulla.

### ***Toimihenkilöt 2014***

Seuratoiminnan eri osa-alueita hoitavat ja kehittävät nimetyt vastuuhenkilöt apunaan Judokerhon hallitus ja jäsenistö.

- ❖ Judokerhon sihteeri: Matti Lehtinen
- ❖ Päävalmentaja: Marko Korhonen
- ❖ Nuori Suomi -vastuuhenkilö(t): Matti Lehtinen ja Jani Sarkkinen
- ❖ Seuragraduoijat: Jarmo Kinnunen, Heikki Kovalainen, Ari-Pekka Haapakoski (kurssigraduoija.)
- ❖ Passisihteeri: Juha Keränen
- ❖ Viestintävastaava: Hanne Kinnunen

### ***Rahastonhoitaja***

Judokerhon rahastonhoitaja hoitaa Judokerhon raha- ja maksuliikenteen. Rahastonhoitaja laatii ennen kevätkokousta Judokerhon vuositilinpäätöksen. Lisäksi rahastonhoitaja huolehtii Sporttirekisterin (Judokerhon jäsenrekisteri) ylläpidosta.

- ❖ Judokerhon rahastonhoitaja on Eero Saxholm. Osoite tilitoimisto Eero Saxholm, Syväojankatu 2, 87700 Kajaani.

### ***Tilin- ja toiminnantarkastus 2014***

Judokerhon tilin- ja toiminnantarkastus tehdään ennen sääntömääräistä kevätkokousta laaditun tilinpäätöksen perusteella. Toiminnantarkastaja antaa kevätkokoukselle tilin- ja

toiminnantarkastuskertomuksen, jonka perusteella kevätkokous myöntää hallitukselle vastuuvapauden. Tilinpäätös sekä toiminnantarkastajan laatima tilin- ja toiminnantarkastuskertomus ovat julkisia asiakirjoja ja ovat tulevat nähtäville sekä Judokerhon ilmoitustaululle että Judokerhon WWW-sivuilla kevätkokouksen jälkeen.

- ❖ Judokerhon toiminnan(tilin)tarkastajana vuonna 2014 toimii Pekka Lackman
- ❖ Varahenkilönä Arto Saxholm

### ***Liitto- ja aluetason toiminta 2014***

Kajaanin Judokerho kuuluu Judoliiton Pohjois-Suomen alueeseen ja tavoitteenamme on olla Pohjois-Suomen alueen judotoiminnan aktiivinen seuravaikuttaja. Lisäksi teemme yhteistyötä Judoliiton Itä-Suomen alueen judoseurojen kanssa. Judoliiton toiminnassa olemme mukana osallistumalla mm. Judoliiton kevät- ja syyskokouksiin, jolloin voimme tuoda esille Pohjois-Suomen alueelle tärkeitä judoa koskevia asioita.

- ❖ Osallistumme Pohjois-Suomen alueen judotoimintaan aktiivisesti
- ❖ Järjestämme Pohjois- ja Itä-Suomen alueiden judoleirin Kajaanissa 17.-19.1.2014.
- ❖ Järjestämme Oppimisen ja ohjaamisen perusteet koulutuksen, joihin osallistuu myös Pohjois-Suomen alueen judoseurojen jäseniä
- ❖ Järjestämme vuoden 2014 aikana säännöllisesti kotisalikisoja, jonne kutsumme myös muiden lähialueiden judoseurojen judokoita
- ❖ Judokerhosta osallistuu yksi tuomari kansallisen- ja kv-tason judokilpailuihin
- ❖ Kajaanin Judokerhosta osallistuu edustaja Suomen Judoliiton kevät- ja syyskokouksiin

### ***Muu suhdetoiminta***

- ❖ Suhdetoiminnasta kaupunkiin, muihin urheiluseuroihin yhteisöihin ym. vastaa Judokerhon puheenjohtaja hallituksen avustamana
- ❖ Huomioimme läheisten urheiluseurojen sekä muiden judoseurojen merkkipäivät, jäsentemme merkkipäivät sekä ylioppilasjuhlat että ammattiin valmistumiset
- ❖ Järjestämme seuran ohjaajille, toimihenkilöille sekä talkotoiminnassa mukana olleille kevät- ja syyskauden päättäjäiset hyvän ruuan ja saunan merkeissä
- ❖ Huomioimme seuramme eri toimihenkilöitä sekä ohjaajia että seuratoiminnassa aktiivisesti mukana olevia erilaisin huomionosoituksin hallituksen päätöksien mukaisesti
- ❖ Järjestämme lasten ja nuorten jäsentemme vanhemmille kevät- ja syyskaudella vanhempainillan

## **Kajaanin Judokerhon toimintalinja**

### **Seuratoiminnan visio 2014**

Kajaanin Judokerhon tavoitteena on tarjota monipuolista judoliikuntaa kajaanilaisille lapsille, nuorille ja aikuisille. Harjoitustoiminta on laadukasta ja seuratoimintamme on kehittyvää, monimuotoista ja kaikille avointa.

### **Eettiset linjaukset**

Judokerhossa on yhteiset pelisäännöt, joihin ovat sitoutuneet niin harrastajat, ohjaajat ja valmentajat kuin lasten ja nuorten jäsentemme vanhemmat. Eettisinä periaatteinamme ovat yhdenvertaisuus, suvaitsevaisuus sekä anti-dopinghenki. Seuratoiminnan johtaminen perustuu avoimuuteen ja läpinäkyvyyteen ja kaikkea toimintaamme ohjaavat judon kasvatukselliset ja yhteisölliset periaatteet. Lasten ja nuorten judotoiminnassa sitoudumme noudattamaan myös Nuori Suomi-pelisääntöjä kaikilta osin.

### **Judotoiminnan tavoitteet**

Judokerhona mahdollistamme kaiken ikäisille lajista kiinnostuneille ja lajia harrastaville mielekkään, monipuolisen ja kehittävän harrastuksen sekä kilpalajin ikään ja sukupuoleen katsomatta. Seuratoiminnasta kiinnostuneille tarjoamme mahdollisuuden osallistua seuratyöhön sen eri osa-alueilla. Harjoitustoiminnan suunnitelmallisuudella ja koulutetuilla ohjaajilla varmistamme judoharjoitusten laadun ja turvallisuuden kaikissa harjoitusryhmissä. Vaihtelevien ja monipuolisten harjoitusten kautta varmistamme liikunnan monipuolisuuden.

### **Käytännön toimintatavat**

- ❖ Huomioimme toiminnassamme ja sen suunnittelussa Kajaanin kaupungin liikunnan olosuhdestrategian 2010-2020
  - Tarjoamme turvallista ja terveyttä edistävää judoliikuntaa kaiken ikäisille kajaanilaisille
  - Toimintamme on kaikille avointa ikään, sukupuoleen, etniseen taustaan tai sosioekonomiseen taustaan katsomatta. Huomioimme mahdollisuuksiemme mukaan myös erityisryhmät (esimerkiksi soveltava judo)
  - Omalla kotisalillamme mahdollistamme turvalliset judon harjoittelumahdollisuudet sekä tarkoituksenmukaiset harjoitusvuorot eri ikäisten judokoiden harjoitusryhmille
  - Toimimalla yhteistyössä Kajaanin kaupungin kanssa olemme osaltamme mukana tuottamassa kajaanilaisille liikuntapalveluja ja edistämässä terveyttä ja hyvinvointia jäsentemme elämänkaaren eri vaiheissa

### **Judokerhon seuratoiminnan kehittämistavoitteet 2014**

Vuoden 2014 aikana jatkamme toimintamme kehittämistä Suomen Judoliiton Seurakehittämiskoulutuksessa laaditun kehittämissuunnitelman mukaisesti. Kehittämissuunnitelman toteutumista tarkastellaan säännöllisin väliajoin muun muassa hallituksen kokouksissa sekä sääntömääräisessä kevätkokouksessa, jossa käydään läpi menneen vuoden toimintakertomus ja tavoitteiden toteutuminen.

Oman seuratoimintamme kehittämisessä huomioimme myös Suomen Judoliiton vuosille 2013-2020 laaditussa strategiassa olevia asioita, joita Judoliitto toivoo judoseurojen sisällyttävän omiin kehittämistavoitteisiinsa. Judoliiton strategisia tavoitteita ovat muun muassa:

- ❖ Kaikissa Suomen judoseuroissa harjoitellaan Judokan urapolun suuntaisesti
- ❖ Judoseuroissa otetaan käyttöön nuorten judopassi tukemaan urapolkua
- ❖ Judoseuroissa tarkastellaan vyöjärjestelmää (tukee urapolkua)
- ❖ Junioriryhmien ohjaukseen taataan parhaat valmentajat
- ❖ Judoseurat tekevät yhteistyötä muiden lajiseurojen kanssa
- ❖ Lisätään markkinointia yli 11-vuotiaiden uusien harrastajien saamiseksi lajiin
- ❖ Aloittelijoiden kynnystä osallistua judokilpailuihin madalletaan
- ❖ Viestintää muutetaan avoimeksi ja toinen toistaan arvostavaksi
- ❖ Luodaan uskoa omiin ja toisten mahdollisuuksiin

Suomen Judoliiton strategia on luettavissa kokonaisuudessa Judoliiton nettisivuilta osoitteesta <http://www.judoliitto.fi/judoliitto/strategia/>.

### **Judokerhon seuratoiminnan kehittämistavoitteet vuodelle 2014:**

- Voimassa olevien Judokerhon sääntöjen uudistaminen
- Toimintakäsikirjan luominen
- Lasten ja nuorten judoryhmien ohjaajien koulutustason nostaminen koulutussuunnitelman avulla
- Seuratoiminnasta ja sen laadusta kertovien mittarien kehittäminen (esim. ohjaajien ohjauskerrat /kk ja vuosi)
- Judokan urapolun ja nuorten judopassin huomioiminen lasten ja nuorten judoryhmien harjoitustoiminnassa (kausi- ja vuosikohtaiset harjoitussuunnitelmat)
- Tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden lisääminen seuran hallinnossa ja toiminnassa.
- Yhteistyön lisääminen kajaanilaisten ja kainuulaisten urheilu- ja liikuntaseurojen kanssa (mm. Vuokatin Urheiluakatemia, Kasva Urheilijaksi -leirit)
- Aikuisten kuntoliikunnan kehittäminen (testaustoiminta, aikuisten kuntojudo/-kahvakuula)



## Nuori Suomi -toiminta

Judokerhossa toimintamme perustuu Nuori Suomi-ideologian mukaisesti monipuolisen judoliikunnan tarjoamiseen lapsille ja nuorille. Toiminnassamme huomioimme ja tarjoamme kaikille tasapuoliset ja yhdenvertaiset mahdollisuudet osallistua harjoituksiin, leireille ja kilpailuihin sekä muuhun seuratoimintaan. Judokerhon koulutetut ohjaajat huomioivat jokaisen harjoitukseen osallistujan yksilönä ja tukevat lasta tai nuorta judon oppimisessa huomioiden iänmukainen kehitystaso sekä mahdolliset oppimista hidastavat tekijät.

Vuoden 2013 aikana Judokerhossa toteutettiin auditointi Sinettiseura-statusen jatkamiseksi. Huomioimme uudistuneet Sinettiseurakriteerit seuratoimintamme kehittämisessä myös vuonna 2014. Judokerhosta osallistuu edustaja SJuL:n Sinettiseuratapaamiseen Rovaniemellä helmikuussa 2014 sekä valtakunnalliseen Sinettiseuraseminaariin Helsingissä syksyllä 2014.

### Nuori Suomi -toiminnan tavoitteet 2014

Nuori Suomi ja Sinettiseurakriteerien mukaisesti:

- ❖ Judokerhossa on nimetty Nuori Suomi -vastuuhenkilö(t)
- ❖ Kaikissa lasten ja nuorten harjoitusryhmissämme käydään syksyisin pelisääntö-keskustelut. Näistä tehdään ryhmäkohtaiset pelisäännöt, joita jokainen sitoutuu osaltaan noudattamaan. Pelisäännöt ovat nähtävillä ilmoitustaululla.
- ❖ Vuoden 2014 aikana järjestämme lasten ja nuorten vanhemmille harjoitusryhmäkohtaiset keskustelutilaisuudet keväällä ja syksyllä saadaksemme palautetta onnistumisestamme lasten ja nuorten urheiluseurana
- ❖ Huomioimme Sinettiseurakriteerit seuratoiminnan tavoitteellisessa kehittämisessä
- ❖ Osallistumme valtakunnallisiin Nuori Suomi tapaamisiin, kuten Sinettiseuraseminaareihin
- ❖ Huomioimme vuosittain ohjaajien, valmentajien sekä seuratoimijoiden että jäseniemme tekemän työn seuran ja judon hyväksi palkitsemalla eri tavoin heitä hallituksen päätöksellä
- ❖ Teemme ennaltaehkäisevää ja lasten ja nuorten tervettä edistävää työtä
  - Päihteettömyys ja niiden käytön vaaroista kertominen
  - Tupakointiin ja nuuskankäyttöön puuttuminen ja sen vaaroista kertominen nuorille. Salilla ja salin välittömässä läheisyydessä on tupakointi- ja nuuskauskielto
  - Energiajuomakielto salin sisällä, harjoituksissa sekä kisa- ja leirimatkoilla
  - Anti -Doping -työ
  - Kaikki Judokerhon jäsentilaisuudet, kilpailut ja leirimatkat ovat päihteettömiä ja näitä sääntöjä sitoutuvat noudattamaan myös ohjaajat ja vanhemmat
  - Järjestämme kevätkaudella 2014 lapsille ja nuorille ”Terveellinen välipala” -teemailla
- ❖ Kehitämme yhdessä lasten ja nuorten sekä vanhempien kanssa harjoitustoimintaamme kutsumalla lasten vanhemmat kevät- ja syyskaudella järjestettäviin vanhempainiltoihin.

## Harjoitusryhmien toiminta

Kajaanin Judokerhon tarkoituksena on tarjota monipuolista judoliikuntaa kaiken ikäisille lajin harrastajille ja lajista kiinnostuneille. Valtaosa Judokerhon jäsenistöstä on alle 18 -vuotiaita lapsia ja nuoria. Näin ollen harjoitusryhmien toiminnassa painottuu eri ikäisten lasten ja nuorten monipuolinen judoliikunta sekä terveiden elämäntapojen edistäminen. Ohjaajat ja valmentajat kiinnittävät harjoituksissa huomiota perusliikuntataitojen ja judon opettamisen lisäksi myös judon kasvatuksellisiin näkökulmiin. Jokaisessa harjoitusryhmässä käydään syksyisin pelisääntökeskustelut, joissa sovitaan ryhmän yhteiset pelisäännöt ja joita jokainen sitoutuu noudattamaan. Lisäksi lapsille ja nuorille kerrotaan ikä ja kehitysaste huomioiden terveellisistä urheilijan elämäntavoista sekä päihteettömyydestä ja anti-doping-asioista.

Jokaisessa harjoitusryhmässä on nimetty pääohjaaja sekä 1-2 apuohjaajaa. Pääohjaajat ovat kokeneita judokkaita, jotka ovat käyneet Suomen Judoliiton eri tasoisia ohjaaja- ja valmentajakoulutuksia.

- ❖ Toimintakaudella 1.9.2014-31.8.2015 toimivat harjoitusryhmät:
  - Muksujudo I ja II
  - Lasten ja nuorten peruskurssi
  - Jatkokurssit I-III
  - Aikuisten peruskurssi
  - Aikuisten jatkokurssi/kuntojudo
  - Kilpajudoryhmä (jatkokurssi IV)
- ❖ Jokaisessa harjoitusryhmässä vähintään kaksi koulutettua ohjaajaa (pääohjaaja ja apuohjaaja)
- ❖ Jokaiselle harjoitusryhmällä on kirjallinen harjoitussuunnitelma (syys- ja kevätkausi)
- ❖ Harjoitusryhmien harjoitussuunnitelmissa huomioidaan mm. Judokan urapolku sekä graduointitavoitteet

### Harjoitusryhmät 2014

Harjoitusryhmä	Osallistujatavoite	Toteutunut
Muksujudo I	15	
Muksujudo II	10	
Lasten ja nuorten peruskurssi	25	
Jatkokurssi I	20	
Jatkokurssi II/III	25	
Kilpajudoryhmä (Jatkokurssi IV)	20	
Aikuisten peruskurssi	15	
Aikuisten jatkokurssi/ kuntojudo	10	
<b>Osallistujia yhteensä</b>	140	

### Lasten nuorten judon toimintaperiaatteet 2014

- ❖ Kaikki pääsevät osallistumaan tasavertaisina harjoituksiin, leireille ja kilpailuihin sekä muihin seuran tapahtumiin
- ❖ Kaikkia kannustetaan osallistumaan oman taitotasonsa mukaisesti → Kajaanin Judokerhossa ei ole vilttiketjuja!
- ❖ Lasten kasvun ohjaukseen kiinnitetään huomiota ikä- ja kehitystaso huomioiden
- ❖ Judoharjoituksissa korostetaan hyvää dojo-käytöstä sekä salilla että salin ulkopuolella
- ❖ Kaikissa harjoitusryhmissä on yhdessä sovitut pelisäännöt, joita noudatetaan niin salilla kuin salin ulkopuolella
- ❖ Lasten ja nuorten harjoitusten suunnittelussa ja toteutuksessa huomioidaan Judokan Urapolku-ajattelu sekä Nuorten Judopassi.
- ❖ Lasten ja nuorten judoryhmissä toteutetaan erilaisia testejä lasten ikä ja kehitystaso huomioiden. Testeistä saatu palaute kannustaa lapsia ja nuoria kehittämään liikunnallisuuttaan ja judotaitojaan.
- ❖ Harjoitusryhmien ohjaajat ovat koulutettuja kokeneita judokoita. Seura tukee ohjaajien koulutuksiin osallistumista taloudellisten resurssien mukaan
- ❖ Ohjaajille ei makseta rahallista korvausta judoharjoitusten ohjaamisesta



### **Aikuisten judotoiminnan periaatteet 2014**

- ❖ Aikuisten judotoiminta perustuu judon monipuolisuuteen lajina. tavoitteena on tarjota mahdollisuus monipuoliseen judoliikuntaan ja oman kunnon kehittymiseen
- ❖ Aikuisten peruskurssilaisilla ja kuntojudokoilla on mahdollisuus osallistua judoharjoitusten lisäksi ohjattuihin kahvakuulaharjoituksiin. Tämä tukee peruskunnan ja lihasvoiman kehittymistä ja toimii hyvänä oheisharjoitteena
- ❖ Aikuisten judo-ohjaajat ovat kokeneita ja koulutettuja judo-ohjaajia
- ❖ Aikuisten judoryhmissä toteutetaan tarpeen mukaan erilaisia testejä, joista saatu palaute kannustaa ja ohjaa harjoittelemaan tavoitteellisesti
- ❖ Aikuisilla judokoilla on mahdollista osallistua myös kilpajudoryhmän harjoituksiin ja osallistua judokilpailuihin ja -leireille oman halunsa mukaisesti
- ❖ Pidemmälle judoharrastuksessaan edenneitä judokoita kannustetaan osallistumaan myös seuratoimintaan, kuten kouluttautumaan judo-ohjaajiksi sekä muuhun seuratoimintaan

## Kilpajudo

Judokerhossa toimii aktiivinen, pääosin lasten ja nuorten kilpajudoryhmä, jonka valmennuksesta vastaavat Marko Korhonen ja Jorma Korhonen, apuvalmentajinaan Juha Keränen sekä Henri Mylly ja Jani Sarkkinen. Kilpajudoryhmä harjoittelee suunnitelmallisesti ja tavoitteellisesti heille laaditun kilpailu- ja leirisuunnitelman mukaisesti. Judokerho tukee kilpailu- ja leirimatkoista koituvia kustannuksia suunnitelman mukaisesti (Kts. Liite 1). Kilpajudoryhmän harjoitukset ovat avoimia kaikille seuran jäsenille. Kilpailuihin ja leireille osallistuminen on vapaaehtoista, mutta lapsia ja nuoria myös kannustetaan osallistumaan näihin tapahtumiin oman taitotasonsa mukaisesti ja kokeilemaan kilpajudoa.

Vuoden 2014 aikana järjestämme kotisalillamme säännöllisesti kotisalikisoja, joissa seuramme judokat saavat kokeilla kilpailemista kannustavassa ja turvallisessa ympäristössä. Kotisalikisoihin kutsumme ottelemaan myös lähijudoseurojen judokoita.

### Kilpajudon tavoitteet 2014

- ❖ Seurassamme harjoittelee aktiivinen lasten ja nuorten kilpajudoryhmä
- ❖ Ryhmän judokat osallistuvat heille laaditun kilpailu- ja leirisuunnitelman mukaisesti vuoden 2014 aikana kansallisen ja KV-tason kilpailuihin sekä judoleireille
- ❖ Vuoden 2014 aikana seuramme kilpajudokat osallistuvat Pohjois- ja Itä-Suomen alueiden alueleireille, tavoitteena 10-20 judokaa/alueleiri
- ❖ Kilpajudokamme osallistuvat myös muille leireille erillisen suunnitelman mukaisesti
- ❖ Kilpailuihin ja leireille osallistuminen on vapaaehtoista ja kaikilla Judokerhon jäsenillä on oikeus osallistua judoleireille

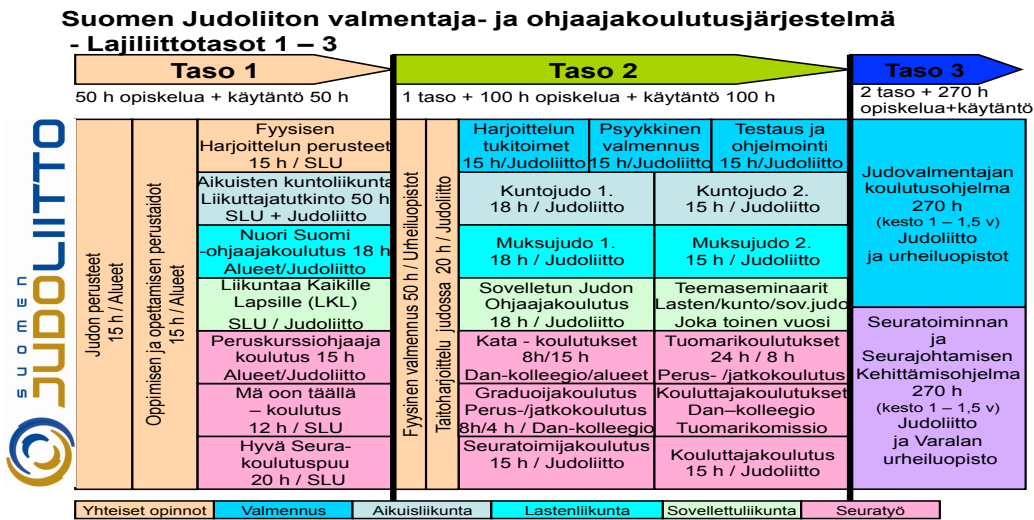


## Koulutukset

### Ohjaajien koulutustasot

Kajaanin Judokerhossa ohjaajien koulutustasot perustuvat Suomen Judoliiton koulutusjärjestelmään, jossa tasot 1 – 3 kuuluvat Judoliiton vastuulle sekä koulutuksien järjestämisen että sisältöjen puitteissa. Judoliiton järjestämissä valmentaja- ja ohjaajakoulutuksissa huomioidaan eri ryhmien ohjaamiseen liittyvien valmiuksien kehittäminen. Kajaanin Judokerhossa jokaisella on mahdollisuus valita Judoliiton koulutusjärjestelmästä itseään kiinnostava koulutuslinja esimerkiksi valmennukseen ja ohjaamiseen, seuratyöhön tai tuomaritoimintaan liittyen.

Valitsemansa koulutuslinjan mukaisesti seuramme jäsen voi edetä helposti 3- tasolle ja siitä edelleen jopa yliopistotasolle saakka. Judoliiton koulutusjärjestelmä on luotu VOK – perusteiden pohjalta annettujen vähimmäisvaatimusten mukaan, korostaen judossa käytännön oppimista ja yksilöllistä mahdollisuutta valita itselle mielenkiintoisin toimintakenttä.



Judoliiton koulutusjärjestelmä tasot 1-3 (lähde: <http://www.judoliitto.fi/koulutus/koulutusjarjestelma/>)

- ❖ Harjoitusryhmän pääohjaajan koulutustason tavoitteena on vähintään Judoliiton 1 -tason ohjaajakoulutukset
- ❖ Harjoitusryhmien apuohjaajien koulutustavoitteena on Judon perusteet ja Opetuksen ja ohjauksen perusteet, lisäksi jokin muu tai muita Suomen Judoliiton tai Kainuun liikunnan järjestämä ohjaajakoulutus
- ❖ Ohjaajakoulutuksiin osallistumista tuetaan taloudellisesti:
  - Judokerho maksaa koulutuksesta koituvat kustannukset täysimääräisesti, kun pää- tai apuohjaaja sitoutuu toimimaan harjoitustyhmän ohjaajana
  - Muiden osalta koulutuskustannuksissa tukemisesta päättää Judokerhon hallitus tapauskohtaisesti

**Koulutustavoitteet 2014**

- ❖ Koulutustavoitteet perustuvat Suomen Judoliiton koulutusjärjestelmään sekä Judoliiton julkaisemaan koulutuskalenteriin vuodelle 2014.
- ❖ Koulutuksien tavoitteena on kehittää judokerhon ohjaajien ja seuratoimijoiden osaamista seuratoiminnan eri osa-alueilla, mikä osaltaan takaa seuratoiminnan laadukkuuden ja seuratoiminnan kehittymisen
- ❖ Vuoden 2014 aikana tavoitteena on järjestää ohjaajille ja muille seuratoimijoille sekä jäsenille erilaisia koulutuksia kotisalillamme omina ”sisäisinä koulutuksina”:
  - Päätä Oikein -seurajohtamisenkoulutus
  - Peruskurssiohjaaja-koulutus
  - Opetuksen ja ohjauksen perusteet
  - EA1- koulutus ohjaajille

**Koulutustavoitteet 2014**

<b>Koulutus</b>	<b>Ajankohta</b>	<b>Osallistujatavoite</b>
Päätä Oikein -seurajohtamisenkoulutus	Helmikuu 2014	12 osallistujaa
SJuL:n seurajohtaja ja seuratoimijapäivät	Syksy 2014	1 osallistuja
Muksujudo 2. -ohjaajakoulutus	Avoim	2-3 ohjaajaa
Peruskurssi-ohjaajakoulutus	Toukokuu 2014	2-4 ohjaajaa
Fyysinen valmennus 2. tason koulutus	Kevät/syksy 2014	2-3 ohjaajaa
Opetuksen ja ohjauksen perusteet -koulutus	Syksy 2014 2014	15-20 osallistujaa
Junioriohjaaja seminaari	Tammikuu 2014	3 ohjaajaa
Nage-no-kata -koulutus	Tammikuu 2014	3-4 osallistujaa
Taitoharjoittelu Judossa	Avoim	2 ohjaajaa
Tuomarien jatkokoulutus	Avoim	1 osallistuja
SJuL Sinettiseuratapaaminen		1 osallistuja
Valtakunnallinen sinettiseminaari	Syksy 2014	1 osallistuja
EA-1 -koulutus judo-ohjaajille	Avoim	

## Graduoinnit

Graduointien eli vyöarvokorostusten tarkoituksena on kannustaa seuramme jäseniä etenemään judourallaan. Tavoitteena on, että seurassamme judoa harrastavat etenevät vyöarvoissa oma taitotasonsa huomioiden tasaisesti. Graduointitoiminnassa noudatamme kulloinkin voimassa Suomen Judoliiton vahvistamia Graduointisääntöjä. Vuoden 2014 aikana harjoitusryhmien harjoitussuunnitelmien laadinnassa huomioidaan graduointisäännöt sekä uudistunut judopassi etenkin lasten ja nuorten harjoitusryhmien osalta.

Graduointien lisäksi lasten ja nuorten judoryhmissä järjestetään ns. natsakokeita, joiden avulla seurataan harjoitusryhmän judokoiden etenemistä ja kannustetaan lapsia ja nuoria etenemään vyöarvoissa.

- ❖ Harjoitusryhmien ohjaajat huomioivat harjoitussuunnitelmien teossa harjoitusryhmän tulevat graduoinnit (judokan harjoituskertojen määrä ennen vyöarvon korotusta)

### Judokerhon graduoijat 2014

Kajaanin Judokerhossa on kolme seuragraduoijaa, jotka voivat graduoija 5-2 kyu vyöarvot. Lisäksi seurastamme on yksi aluegraduoija Pohjois-Suomen alueelle.

- ❖ Seuragraduoijat: Heikki Kovalainen (2. dan), Jarmo Kinnunen (2. dan) ja Ari-Pekka Haapakoski (1. dan)
- ❖ Aluegraduoija Harry Halttu (5. dan)
- ❖ Seuragraduoijat osallistuvat Pohjois-Suomen alueella järjestettävään Nage-no-Kata -koulutukseen graduointioikeuksien uusimiseksi

### Graduointitavoitteet harjoitusryhmissä 2014

- ❖ Tavoitteena 38 kappaletta 5. kyu vyösuoritusta lasten ja aikuisten peruskursseilta huhtitoukokuussa 2014
- ❖ Muiden kyu-arvojen osalta graduointitavoitteet ovat alla olevan taulukon mukaiset

#### Graduointitavoitteet 2014

Vyöarvo	Tavoitemäärä	Seura-/alue-/liittograduointi
5 kyu	38	Seuragraduointi
4 kyu	4	Seuragraduointi
3 kyu	2	Seuragraduointi
2 kyu	0	Seuragraduointi
1 kyu	2	Seura-/aluegraduointi



## **Viestintä ja markkinointi**

Judokerhon toiminnan viestinnästä ja markkinoinnista vastaa Judokerhon puheenjohtaja hallituksen avustamana erikseen laaditun viestintä- ja markkinointisuunnitelman mukaisesti. Judokerhon suhdetoiminnasta vastaa puheenjohtaja hallituksen avustamana.

### **Yhteistyösopimukset**

- ❖ Uudistetaan voimassa olevia yhteistyösopimuksia niiltä osin kuin niitä on päättymässä vuoden 2014 aikana
- ❖ Hankkia kaksi uutta yhteistyökumppania pitkäaikaiseen yhteistyöhön tukemaan lasten ja nuorten judotoimintaa

### **Viestintä ja markkinointi**

Judokerhon toiminnan markkinoinnista ja viestinnästä vastaa Judokerhon hallitus puheenjohtajan johdolla. Viestinnän kehittämiseksi on luotu viestintäsuunnitelma, jota päivitetään tarpeen mukaan seuran hallituksen ja viestintävastaavan toimesta.

### ***Judokerhon viestintä ja markkinointi tavoitteet 2014***

- ❖ Viestintää ja seuratoiminnan markkinointia jäsenille, heidän perheilleen sekä ulkopuolisille tahoille tehostetaan vuoden 2014 aikana viestintäsuunnitelman mukaisesti
- ❖ Judokerhon Sporttisaitti WWW-sivujen sisältöä ja toimintoja kehitetään edelleen toimimaan viestintä- ja markkinointikanavana
- ❖ Judokerhon Facebook- profiilia hyödynnetään yhtenä sosiaalisen median viestintä- ja markkinointikanavana
- ❖ Kisa- ja leirimatkoista sekä muista Judokerhon seuratahtumista uutisoidaan paikallisissa lehdissä (Koti-Kajaani, Kainuun Sanomat)
- ❖ Judosalin ulkoisen imagon kehittäminen seuran toiminnan markkinoinnissa ja viestinnässä
- ❖ Järjestetään judonäytöksiä syksyllä ennen uusien kurssien alkamista kotisalillamme sekä Kajaanin kouluissa. Toteutetaan Kajaanin lukiolaisille mahdollisuus tulla kokeilemaan lajia liikuntatunnilla.
- ❖ Judon tunnettavuuden lisääminen kaikenikäisille sopivana monipuolisena liikuntamuotona

## Judokerhon talous

Kajaanin Judokerho on yleishyödyllinen yhteisö, jonka tarkoituksena ei ole kerätä taloudellista voittoa. Seuran toiminnan ja sen jatkuvuuden kannalta on kuitenkin tärkeää, että talous on vakaalla pohjalla, sillä näin voimme kehittää mahdollisuuksiamme tarjota laadukasta ja monipuolista judoliikuntaa kaikenikäisille kajaanilaisille sekä seuramme jäsenille. Seuralle mahdollisesti kertyviä varoja kohdennetaan suunnitellusti erityisesti seuramme ohjaajien ja valmentajien kouluttamiseen sekä lasten ja nuorten jäsentemme leiri- ja kilpailumatkojen tukemiseen. Lisäksi mahdollisesti kertyviä varoja kohdennetaan judosalin tilan kehittämiseen sekä uusien harjoitus- ja opetusvälineiden hankintaan.

Vuoden 2014 Tulo- ja menoarvion laadinnassa on huomioitu Suomen Judoliiton jäsenmaksuissa tapahtuvat muutokset ajalle 1.9.2014–31.8.2015. Judoliitto on päättänyt 1.12.2013 pitämässään sääntömääräisessä syyskokouksessa 1.9.2014 voimaan tuleviksi jäsenmaksuiksi 41 € alle 7-vuotiailta jäseniltä ja 76 € yli 7-vuotiailta jäseniltä. Lisäksi Tulo- ja menoarvion laadinnassa on huomioitu judosalin vuokratason ja ylläpitokustannusten nousu vuoden 2014 aikana. Ylläpitoon liittyviä lisääntyviä ylläpitokustannuksia on muun muassa salin siivoukseen liittyvien kustannusten todennäköinen nousu vuoden 2014 alusta lähtien.

### Matkustussääntö vuonna 2014

- ❖ Kilpailu- leirikustannusten korvaaminen kilpailijoille ja valmentajille tai ohjaajille toteutuu erillisen suunnitelman mukaisesti
- ❖ Ohjaajien/ valmentajien sekä muiden seuratoimijoiden koulutuksista syntyvät matkakustannukset korvataan koulutustavoitteiden sekä vahvistetun talousarvion mukaisesti
- ❖ Muiden kuin suunniteltujen kilpailu-, leiri- ja koulutusmatkojen korvaamisesta päättää seuran toimivaltainen hallitus sille tehdyn esityksen mukaisesti ennakoon
- ❖ Kaikista korvattavista matkakustannuksista tulee tehdä matkalasku, joka toimitetaan puheenjohtajalle hyväksyttäväksi (poislukien kilpailu- ja leirisuunnitelmassa olevat kilpailu- ja leirimatkat)
- ❖ Matkakustannuksien korvaaminen tapahtuu toteutuneiden kustannusten mukaan halvinta tarkoituksenmukaisinta kulkuneuvoa käyttäen
- ❖ Graduointien osalta korvataan pääsääntöisesti
  - matkakustannukset aluegraduointiin osallistuttaessa
  - matkakustannukset sekä graduointimaksu liittograduointiin (dan-graduointi) osallistuttaessa
  - Seura maksaa dan-kollegion jäsenmaksun dan-arvoisilta seuran jäseniltä, kun jäsen on maksanut Judokerhon vuosittaisen jäsenmaksun

### Varainhankinta 2014

Judokerhon tulot muodostuvat pääosin jäsenmaksutuotoista, avustuksista sekä talkootoiminnasta saatavista tuloista. Lisäksi tuloja muodostuu vähemmissä määrin järjestettävistä leiri- ja kilpailutapahtumista.

- ❖ Judokerho hakee vuonna 2014 Kajaanin kaupungin myöntämät erilaiset liikunta- ja urheiluseuroille tarkoitetut avustukset normaaliin tapaan
- ❖ Muiden avustusten hakemisesta päätetään tapauskohtaisesti hallituksen päätöksellä
- ❖ Talkootoiminta sekä seuran jäsenten harjoittama judotoimintaan liittyvä varainhankinta tapahtuu aina Judokerhon kautta

### Maksut vuonna 2014

Kajaanin Judokerhon maksut muodostuvat sääntömääräisessä syyskokouksessa vahvistettavista vuosittaisesta jäsenmaksusta sekä kausimaksuista. Jäsenmaksun maksavat kaikki seuran jäsenet. Syyskauden kausimaksu sisältää kulloinkin voimassa olevan Suomen Judoliiton määrittelemän jäsenmaksun (vuonna 2014 41 € alle 7-v. jäsen ja 76 € yli 7-v. jäsen). Kaikki syyskauden kausimaksun maksaneet jäsenet ovat siten vakuutettuja Judoliiton Sporttivakuutuksella.

- ❖ Jäsenmaksujärjestelmän kehittämisen tavoitteena on turvata toimintamme jatkuvuus ja seuran talouden säilyminen tasapainossa myös kustannustason noustessa
- ❖ Jäsenmaksujärjestelmän kehittämisessä tavoitteena on myös turvata jäsenten pysyvyys Judokerhossa sekä madaltaa kynnystä tulla seuran jäseneksi ja aloittaa säännöllinen liikuntaharrastus judon parissa
- ❖ Jäsenmaksujärjestelmän kehittämisellä pyrimme mahdollistamaan mahdollisimman monen lajista kiinnostuneen aloittaa judoharrastus tulotasosta riippumatta

### *Judokerhon jäsen- ja kausimaksut 1.9.2014 – 31.8.2015*

- **Jäsenmaksu** **30 €/ toimintavuosi**
  - Jäsenmaksun maksavat kaikki
  
- **Kausimaksu** **110 €/ kausi**
  - Syyskausi 1.9.- 31.12.
  - Kevätkausi 1.1.-31.8.
  - Syyskauden kausimaksu sisältää SJuL:n vakuutuksen 76 € yli 7 v. / 41 € alle 7 v.
    - Vakuutus voimassa 1.9.2014-31.8.2015
  
- **Liittymismaksu uusille jäsenille** **60 €**
  - Sisältää jäsenmaksu 30 €
  
- **Graduointimaksu 5.-1. kyu** **60 €**
  - Sisältää judopassin (5 kyu), rekisteröintimaksun Judoliittoon sekä vyön
  
- **Perheenjäsenalennus** **10 €/jäsen**
  - Alennus syyskauden kausimaksusta
  
- **Kannatusjäsenmaksu** **50 € yksityishenkilö**  
**150 € yritys/yhteisöt**
  
- **Kahvakuula** **50 €/kausi (syyskausi/ kevätkausi)**

## Liite 1.

## Kilpailut ja leirit 2014

AIKA	TAPAHTUMA	PAIKKA	SEURA	OMAVAS.	VALM.	KILP.	VALM.
<b>TAMMIKUU</b>							
17.-19.2014	ALUELEIRI	KAJAANI				30	8
25.1.2014	ICE POWER CUP	TAMPERE	150 €	100 €	25 €	4	1
<b>HELMIKUU</b>							
15.-16.2.2014	TALLIN CUP	TALLINNA	150 €	75 €	100 €	1	1
<b>MAALISKUU</b>							
14.-16.3.2014	ALUELEIRI		900 €	600 €	250 €	16	2
24.3.2014	ALEM.VÖIDEN SM	VANTAA	200 €	200 €	100 €	4	1
<b>HUHTIKUU</b>							
26.4.2014	HÄMEENLIN. SHIAI	HÄMEENLIN.	200 €	200 €	100 €	4	1
<b>TOUKOKUU</b>							
3.5.2014	HARU-SHIAI	OULU	300 €	150 €		12	2
9.-11.5.2014	ALUELEIRI	OULU	900 €	600 €	100 €	12	2
19.5.2014	KOYAMA-SHIAI	ROVANIEMI	300 €	300 €	100 €	8	2
<b>KESÄKUU</b>							
25.-29.6.2014	YANAGI JUDO CAMP	HEINÄVESI	400 €	400 €	150 €	4	1
<b>HEINÄKUU</b>							
7.-11.7.2014	SUMMER JUDO	ARTJÄRVI	400 €	400 €	150 €	4	1
<b>ELOKUU</b>							
7.-10.8.2014	HELSINKI JUDO	HELSINKI	400 €	400 €	150 €	4	1
<b>SYYSKU</b>							
17.9.2014	YAWARA-SHIAI	JOENSUU	175 €	175 €		8	2
<b>LOKAKUU</b>							
4.10.2014	EDEN-SHIAI	TAMPERE	150 €	100 €	25 €	4	1
18.10.2014	RUSKA SHIAI	ROVANIEMI	300 €	300 €	100 €	8	2
<b>MARRASKUU</b>							
9.11.2014	GENELEC-SHIAI	IISALMI	200 €	200 €		12	3
9.11.2014	KAIMU KEERAK	TARTO/EST	200 €	50 €		1	
23.11.2014	NUORTEN FJO	KOUVOLA	200 €	100 €	50 €	4	1
<b>JOULUKUU</b>							
7.12.2014	LAHTI-SHIAI	LAHTI	250 €	250 €	50 €	4	1

<b>SEURA</b>	<b>5775 €</b>
<b>OMAVASTUU</b>	<b>4600 €</b>
<b>VALMENTAJA</b>	<b>1450 €</b>
<b>YHT.</b>	<b>-2625 €</b>

# TOIMINTASUUNNITELMA 2014