

## ANJALAN JUMPPASEURAN

### TOIMINTASUUNNITELMA 2018

1(3)

Vuonna 2018 aikuisten ryhmissä on tavoitteena tarjota seuran jäsenille monipuolisesti erilaisia jumppatunteja ja näin edesauttaa fyysisen terveystason saavuttamista ja ylläpitämistä. Myös psyykkisen hyvinvoinnin lisääminen on yksi toiminnan tavoitteista. Lisäksi jumppareille halutaan tarjota mahdollisuutta sosiaaliseen kanssakäymiseen. Aikuisten jumpparyhmät kokoontuvat viikoittain.

Lasten ja nuorten ryhmissä tarjotaan laadukkaita jumppatunteja turvallisissa olosuhteissa ja koulutettujen ohjaajien vetäminä. Myös lasten ryhmät kokoontuvat viikoittain. Lasten ryhmissä toimii useampia apuohjaajia ohjaajien apuna. Lasten ryhmien toiminnan tavoitteena on innostaa lapsia hyvän ja monipuolisen liikuntaharrastuksen pariin ja ohjata lapsia vaalimaan terveellisiä elämäntapoja.

### HARJOITUSTOIMINTA

Lapset ja nuoret				
VIIKONPÄIVÄ	JUMPPAPAIKKA	RYHMÄ	OHJAAJA	OSALLISTUJEN LUKUMÄÄRÄ
Maanantai	Anjalatalo	Tanssi & Voimistelu 7 – 12 v Valon leikki	Satu Oivaranta	
Maanantai	Nuorisokeskus Anjala	Naperot 2 - 4 v	Jenny Ahola- Virtanen Henna Moisio Riina Siitonen Apuohjaajat: Jenna Leinonen Hertta Tyyskä Nanna Lepokallio Ella Rakkolainen	
Maanantai	Urheilutalo	Pelit & Palloilu 6 - 9 v	Miki Toikander Mari Danielsbacka	
Maanantai	Urheilutalo	Pelit & Palloilu 10 - 12 v	Miki Toikander Mari Danielsbacka	
Tiistai	Nuorisokeskus Anjala	Naperot 4 - 6 v	Riikka Vainonen Apuohjaajat: Hertta Tyyskä Nanna Lepokallio Suvi Räikkönen Enni Peltola	
Tiistai	Anjalatalo	Tanssi & Voimistelu 10 – 12 v	Meiju Harjula	

## ANJALAN JUMPPASEURAN

### TOIMINTASUUNNITELMA 2018

2(3)

Tiistai	Anjalatalo	Tanssi & Voimistelu yli 12 v	Meiju Harjula	
Torstai	Urheilutalo	Tanssi & Voimistelu 6 – 9 v	Maisa Inkiläinen Julia Haikonen	
Perjantai	Nuorisokeskus Anjala	Peli, Tempu & Seikkailu 9 – 12 v	Jutta Tiitinen Aino Tiitinen Juuli Leonen	

<b>Aikuiset</b>				
<b>VIIKONPÄIVÄ</b>	<b>JUMPPAPAIKKA</b>	<b>RYHMÄ</b>	<b>OHJAAJA</b>	<b>OSALLISTUJEN LUKUMÄÄRÄ</b>
Maanantai	Anjalatalo	Lavis	Kaisa Kuoppamäki	
Maanantai	Anjalatalo	Piloxing	Heidi Turtiainen	
Maanantai	Inkeröisten uimahalli	Treeni kuntosali	Miia Ahola	
Tiistai	Anjalatalo	Ikinuoret miehet & Ikinuoret naiset	Ritva Naakka Raija Anttila	
Tiistai	Nuorisokeskus Anjala	Kuntojumppa	Marjukka Junkkari	
Tiistai	Nuorisokeskus Anjala	Gymstick	Kati Peltonen	
Keskiviikko	Inkeröisten uimahalli	Kevennetty kuntosali	Varpu Rantala	
Keskiviikko	Anjalatalo	Kahvakuula	Jaana Vainio	
Keskiviikko	Anjalatalo	Reisi-Vatsa-Pakara (4.10. alk.)	Jutta Tiitinen	
Torstai	Urheilutalo	Kehonhuolto	Heli Korhonen	
Torstai	Urheilutalo	Tehotreeni	Jutta Tiitinen Aino Tiitinen Juuli Leonen	
Lauantai	Nuorisokeskus Anjala	Gymnaestrada Turku 2018 -kenttäohjelmat: Elämän Voima	Heli Korhonen Essi Korhonen	

Syyskauden 2017 tapaan keväälle 2018 on suunnitteilla järjestää myös aikuisten balettikurssi.

## ANJALAN JUMPPASEURAN

### TOIMINTASUUNNITELMA 2018

3(3)

#### **KURSSI- JA KOULUTUSTOIMINTA**

Koulutusta ja kursseja on tarjolla ohjaajille tarpeen ja tarjonnan mukaan.

#### **HALLINNOLLINEN TOIMINTA**

Voimisteluliiton kevätkokous

Voimisteluliiton syyskokous

Aluetapaamiset

Seuran yleiset kokoukset kaksi kertaa vuodessa, keväällä ja syksyllä

Johtokunnan kokoukset

Ilmoittautumistilaisuudet jumpille

#### **VARAINHANKINTA**

Esiintymiset

Tuotemyynti

#### **MUUT TAPAHTUMAT**

Seuran kevätnäytös

Johtokunnan ja taloustoimikunnan virkistyspäivä/kesäpyöräily

Gymnaestrada Turku 2018

12 tunnin jumppatapahtuma