

[illegible]

Käsikirja kehittyville urheiluseuroille

Käsikirja kehittyville urheiluseuroille

- Opi kokemuksista ja tarinoista, jotka on kerätty urheiluseuroilta seitsemästä Euroopan maasta Villages on the Move Go -projektissa.
- Opi kehittämään urheiluseuraasi
kouluttamalla lisää valmentajia
hankkimalla lisää vapaaehtoisia
järjestämällä tapahtumia ja kilpailuja yhteistyössä
ympäröivän yhteisön kanssa
linkittymällä matkailun kanssa
olemalla lannistumaton



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

CONTENTS

JOHDANTO..... 7

CROSSKOVACSI, 9

Esimerkki 1: Vapaaehtoisia urheilutapahtumaan 10

Esimerkki 2: Vanhempien mukaan saaminen 12

Esimerkki 3: Urheiluseuran ikääntymisen estäminen..... 14

CSI..... 16

Esimerkki 1: Suurtahtuma – seuran ja lajin markkinointi 17

Esimerkki 2: Yhteiskunnallisten ja liikunnan esteiden poistaminen – Liikunnasta kiinnipitäminen ja tietoisuuden lisääminen 19

Esimerkki 3: Toimintaympäristö ja taloudellinen tuki 22

ESLI..... 24

Esimerkki 1: Perjantai liikuntaa yhdessä (Haukivuoren kisailijat ry) 25

Esimerkki 2: Isänpäivätapahtuma ja paikallisten urheiluseurojen ja aktiviteettien edistäminen (Etelä-Savon Liikunta / ESLi) 27

Esimerkki 3: Maahanmuuttajien mukaan ottaminen (Monaliikury/Ayisat Yusuf) 29

IPLEIRIA 31

Esimerkki 1: Pienten liikuntaan erikoistuneiden koulujen selviäminen 32

Esimerkki 2: Kuinka edistää uutta/erilaista liikuntaa? 35

Esimerkki 3: Kilpailun tärkeys pienissä tietyyn lajiin keskittyneissä seuroissa "kilpakävely"..... 38

KUAS..... 40

Esimerkki 1: Seuran jäsenten yhteisöllisyys ja perheiden mukaan ottaminen..... 41

Esimerkki 2: Kesäloma-aktiviteetteja lapsille 43

Esimerkki 3: Kansallisen juhlapäivän viettäminen ("Vilkaviškis nordic walking club")..... 45

LFO 47

Esimerkki 1: Clara Leão – tanssikoulu, missä jokainen voi tanssia! 48

Esimerkki 2: Centre Orientation Club – Harrastetaan perheenä 50

Esimerkki 3: Manuel Sousa – En koskaan luovu urheilusta 53

SPORTS UNION OF SLOVENIA 55

Esimerkki 1: Aktiiviset kouluyhteisöt 56

Esimerkki 2: Tuulta hiuksissa (Veter v laseh). 59

Esimerkki 3: Elämä on koripalloa 61

UCLL 64

Esimerkki 1: Vapaaehtoisystävällinen urheiluseura 65

Esimerkki 2: Kouluttamattomat valmentajat 68

Esimerkki 3: Vanhempien pelkojen lievittäminen 70

XAMK 72

Esimerkki 1: Nuorten uusi tanssikilpailuinnovaatio 73

Esimerkki 2: Voimisteluseura kehittää oman opetusjärjestelmän saadakseen valmentajia ja laadukkaampaa valmennusta 75

Esimerkki 3: Fyysisesti aktiivisen elämäntavan edistäminen digitaalisilla työkaluilla ThingLink ja Seppo.io 78

URHEILUN TULISIELUT 80

KEYWORDS

Urheilulajit

Koripallo - s. 61

Tanssi -s. 41, 43, 48, 73

Voimistelu - s. 75

Leijalautailu -s. 17

Vapaa-aika - s. 45

Maastopyöräily - s. 10

Luonto -s. 35

Sauvakävely - s. 45

Suunnistus - s. 50

Ulkoilma-aktiviteetit - s. 43, 78

Juoksu - s. 10

Urheiluseuran johtaminen

Johtoryhmän kokoaminen - s. 65

Yhteisön rakentaminen - s. 70

Leiri - s. 12

Valmentajat - s. 68, 75

Kilpailu - s. 38

Monimuotoisuus -s. 22, 35

Sitoutuminen - s. 12

EU-projektit - s. 56

Tapahtumat/ Urheilutapahtumat - s. 10,

17, 19, 27, 41, 42, 50, 59, 73

Innovaatio - s. 17, 27, 32, 48, 73

Kansalliset projektit - s. 59

Nuorentaminen/nuoret - s. 14, 38, 65, 73

Kestävyys - s. 19, 32, 53, 68

Turismi, nuorien jäsenien rekrytointi -s. 14

Vapaaehtoiset - s. 10, 65

Urheiluseurat yhteisöissään

Kaikenikäiset - s. 41

Viihde - s. 43

Perheen rooli - s. 12, 25, 27, 50, 70

Pelot - s. 70

Sukupuolten välinen tasa-arvo - s. 29

Inklusio/

urheilua kaikille - s. 29, 48, 53, 59, 61

Lapset/vanhemmat - s. 12

Paikallisyhteisö - s. 25

Monikulttuurisuus - s. 17

Avoimuus - s. 35

Fyysinen aktiivisuus - s. 78

Periksiantamattomuus - s. 22

Koulu - s. 56, 78

Kausiluontoisuus - s. 32

Resurssien jakaminen - s. 68

Tuki - s. 22

Teemapäivät - s. 41, 45

Perinne - s. 25



JOHDANTO

Maailman terveysjärjestö (WHO) ja Euroopan unioni ovat tunnustaneet laajasti liikunnan hyödyt terveydelle. Tätä silmällä pitäen on käynnistetty maailmanlaajuisia menettelytapoja ja projekteja liikunnallisen elämäntavan edistämiseksi yhteiskunnan eri sektoreilla, erityisesti organisaatioissa, joiden ydintoimintaa ovat terveydenhuolto, koulutus, urheilu, nuorisotyö, vanhustyö tai sosiaalinen osallisuus.

Urheiluseurat ovat tärkeitä toimijoita tällä areenalla, koska ne edistävät fyysisen aktiivisuuden lisäksi sosiaalista vuorovaikutusta ja vahvistavat paikan ja yhteisöllisyyden tunnetta. Liikunnan monipuoliset fyysisen terveyden ja mielenterveyden hyödyt edistävät merkittävästi hyvinvointia. Kun joukkueurheilijoita on verrattu yksin harrastaviin, on saatu näyttöä paremmasta psyykkisestä ja fyysisestä terveydestä. Lisäksi varsinkin pienissä yhteisöissä urheilutapahtumat ovat todennäköisesti tärkeä väline kulttuurisen pääoman ja sosiaalisten verkostojen edistämisessä, ja niillä on matkailun kasvun kautta kiistämätön taloudellinen vaikutus paikalliseen talouteen. Siksi varsinkin syrjäisimmillä maaseutualueilla pienten urheiluseurojen työ on arvokasta monista eri näkökulmista.



CROSSKOVACSI

Crosskovacsi Sport and Environmental Association

Uuden urheiluseuran aloittaminen tai olemassa olevien jatkuvuuden varmistaminen maaseudun autioituneissa ympäristöissä voi olla haastavaa. Urheiluseurat tarvitsevat tiloja, laitteita, rahoitusta ja luultavasti ennen kaikkea ihmisiä. Ihmisiä, jotka ovat tarpeeksi rohkeita ottamaan riskin uuden aloittamisesta (yrittäjiä), johtajia, valmentajia, jäseniä (niin vanhoja kuin uusia seuran asteittaiseksi uudistamiseksi), osallistujia, vapaaehtoisia (voittoa tavoittelemattomassa kontekstissa) ja vetäjiä. Vapaaehtoiset johtajat, jotka toteuttavat yhteistä tarkoitusta ja työskentelevät kovasti saadakseen yhteisön mukaan, ovat avainhenkilöitä. He ovat erityisen tärkeitä auttaessaan voittamaan pelkoja ja vastustusta, jotka liittyvät joko urheilutoiminnan aloittamiseen tai esimerkiksi vammaisten ja/tai heidän perheidensä kokemuksiin pelkoihin.

Tämä käsikirja on Erasmus + Project Villages on the Move GO (VOMGO)I -projektin tuotos, ja se on jaettu kahteen osaan. Ensimmäinen osa tarjoaa 27 esimerkkiä (kolme kultakin yhdeksältä hankekumppanilta) seitsemästä Euroopan maasta, joissa maaseudun urheiluseurat ovat tukeneet terveyttä edistävän liikunnan (HEPA) edistämistoimia ja/tai järjestäneet ruohonjuuritason urheilua. Valitut toimintatavat tarjoavat inspiroivia esimerkkejä siitä, kuinka menestyneet urheiluseurat, koulut tai projektit vastaavat päivittäin eteen tuleviin haasteisiin maasta tai lajista riippumatta. Käsikirjassa esimerkit on ryhmitelty projektikumppanin mukaan aakkosjärjestyksessä. Tämän käsikirjan toisessa osassa esitellään ryhmä vapaaehtoisjohtajia tai yrittäjiä - tulisieluja - joilla oli avainrooli VOMGO-projektin toteutuksessa. Tulisielut on lajiteltu aakkosjärjestykseen etunimen mukaan.

1 VOMGO-projektin tavoitteena on edistää tietoisuutta terveyttä edistävästä liikunnasta (HEPA), joka on yksi EU:n urheilupolitiikan päätavoitteista. Projekti keskittyy urheilun vapaaehtoistoiminnan tukemiseen ja tehostamiseen sekä maaseudun asukkaiden, maahanmuuttajien ja pakolaisten sosiaaliseen osallisuuteen ja tasa-arvoisiin mahdollisuuksiin, jotta urheilu olisi kaikkien saatavilla.



Esimerkki 1: Vapaaehtoisia urheilutapahtumiin

Avainsanat: vapaaehtoisten säilyttäminen, vapaaehtoisten koulutus, urheilutapahtumat, juoksu, maastopyöräily

Tausta

Crosskovacsi Sport and Environmental Association järjestää vuosittain kolme suurta kilpailua. Suurin tapahtumamme on kuitenkin vuosittain kesäkuussa järjestettävä Cross-kovacsi Marathon. Tapahtuma ei ole vain urheilijoiden kilpailu, vaan myös sosiaalinen tapahtuma, joka luo alueelle vahvaa sosiaalista yhteenkuuluvuutta. MTB-kilpailun lisäksi järjestämme myös polkujuoksutapahtuman, joka järjestetään kesäkuun MTB-kilpailua seuraavana päivänä. Näihin kilpailuihin valmistautuminen on ympärivuotista toimintaa ja vaatii valtavasti vapaaehtoistyötä. Suurin osa vapaaehtoisista ei työskentele Crosskovácsilla ympäri vuoden, vaan heidän vapaaehtoistoimintansa keskittyy kilpatapahtumien ympärille. Heidän tehtäviinsä kuuluu ratojen valmistelu, virkistyspisteet, pysäköinti, rakentamisen/purkamisen viimeistely, osallistujien rekisteröinti, lasten hoitaminen vanhempien kilpailemisen aikana, ihmisten ja tavarain siirto, terveys- ja turvallisuuspisteet, kaupat, varastot sekä catering. Koska suurin osa tehtävistä vaatii fyysistä voimaa, ei ole yllättävää, että suurin osa näistä vapaaehtoisista on nuoria miehiä. Pääikäryhmä on 15-25-vuotiaat, joista vanhimmat ovat johtajina. Tietysti johtotehtävissä on myös vanhempia vapaaehtoisia, jotka ovat tavallaan kasvaneet kilpailun mukana sen alkuvaiheista yli 20 vuotta sitten. He ovat enimmäkseen 45-55-vuotiaita ja haluavat välittää kokemuksiaan ja tietämystään nuoremmalle sukupolvelle.

Haaste

Nuorten vapaaehtoisten kanssa on kaksi päähaastetta. Yksi on kouluttaa heidät siihen pisteeseen, missä he eivät enää tarvitse perehdytystä, vaan voivat toimia itsenäisesti myös erityisissä, odottamattomissa tilanteissa. Toinen on heidän pitämisenä toiminnassa mukana. Kun he kerran "ovat jääneet koukuun" ja

ovat keränneet tietoa ja taitoja auttaakseen, olisi kiva pitää heidät mukana pitkällä tähtäimellä. Tämä ei ole helppoa, sillä iässä, jolloin he normaalisti lähtevät mukaan kilpailuumme, he ovat 16-vuotiaita ja heillä on paljon vapaa-aikaa, eikä heillä ole ura- ja perhesitoumuksia. Korkeamman asteen koulutuksen tai työelämän alkaessa kiireisempi aikataulu saattaa estää heitä uhraamasta aikaa vapaaehtoistyöhön.

Ratkaisut

1. Koulutus: uusien vapaaehtoisten normaali koulutusprosessi on "tekemällä oppiminen". Nuoret laitetaan työhön kokeneemman henkilön johdolla ja näiden kokemusten aikana he oppivat työnsä perusasiat. Saadakseen heille apua ja saadakseen heidät näkemään kilpailun koko monimutkaisuudessaan (ei vain omien asemiansa tehtävien kautta) Crosskovacsi on kehittänyt koulutusmateriaalin, joka kerää kaiken tarvittavan tiedon ulkokilpailujen järjestämisestä. Ajoittain pidämme koulutuksia ja opastuspäiviä uusille vapaaehtoisillemme.
2. Vapaaehtoisten pitäminen. Tärkeimmät motivaatiotekijät jäädä vapaaehtoiseksi yhdistykseen ovat "hyvä olo" ja "hyödyllinen olo". Pyrimme luomaan hyvän ilmapiirin toimimalla seurana, jossa on tarjolla myös oheistoimintaa, kuten retkiä, juhlia ja pubikierroksia. Kansainväliset projektimme edistävät tiimin rakentamista ja antavat mahdollisuuden myös yhteiseen toimintaan. Kunnioitamme aina annettua apua - emme rahalla, vaan moraalisisella arvostuksella ja tarvittaessa vasta-avulla.

Esimerkki 2: Vanhempien osallistuminen

Avainsanat: Perherooli, sitoutuminen, leiri, lapset, vanhemmat

Tausta

Monet omistautuneet urheiluvalmentajat ja liikunnanopettajat uskovat, että he eivät voi onnistua lasten motivoinnissa ja urheilun parissa pysymisessä ilman lasten vanhempien osallistumista. Unkarilainen tulisielu Gyula on yksi innostuneista valmentajista, joka ei vain jaa tätä uskomusta, vaan työskentelee aktiivisesti saavuttaakseen sen. Gyula on suosittu liikunnanopettaja, jonka innostuneet lapset ja vanhemmat pysäyttävät aina kadulla juttelemaan. Hän ei koskaan jätä käyttämättä tilaisuutta kannustaa ihmisiä rakastamaan liikkumista.

Haaste

Haaste saada nuoret lapset mukaan urheiluun voi olla hyvin riippuvainen heitä ympäröivästä ympäristöstä. Pienet lapset projisoivat vanhempiaan. Gyula on aina kamppaillut leireillä saadakseen lapset sopeutumaan leirien sääntöihin, omistautumaan urheilulle ja innostumaan joukkuehengestä. Aina on ollut lapsia, jotka ovat olleet hyperaktiivisia ja joita oli vaikea saada käyttäytymään tai jotka ovat olleet arkoja ja on ollut vaikea saada heidät mukaan.

Leirien ulkopuolellakin harjoittelumotivaation lisääminen lasten arjessa on ollut vaikeaa.

Ratkaisut

Gyula on aina pyrkinyt ottamaan vanhemmat mukaan toimintaan. Hän järjesti heidät leireillä osallistujiksi ja auttajiksi ja antoi jopa heidän johtaa pientä toimintaa. **Vanhemmat ja lapset toimivat** Vanhemmat ja lapset toimivat leireillä yhdessä sekä urheillen että leikkien. Vanhemmat saivat myös vastuuta, jotta he sitoutuisivat leirin tavoitteisiin. Päivittäisessä toiminnassa hän järjesti rinnakkaisia liikuntatunteja vanhemmille. Kun lapset leikkivät yhdellä jalkapallokentällä, heidän vanhempansa potkivat palloa toisella kentällä. Lapsille ja vanhemmille järjestetään myös yhteisiä **pyöräretkiä**.

Näin lapset pysyvät motivoituneina toimintaan ja tuntevat olonsa turvalliseksi urheilun parissa alusta alkaen. Lisäksi vanhemmista tulee pieniä urheilun tulisieluja, jotka auttavat Gyulaa levittämään rakkautta urheiluun kotikunnassaan.

Esimerkki 3: Ikääntymisen ehkäisy urheiluseuroissa

Avainsanat: ikääntyminen, matkailu, nuorten jäsenten rekrytointi

Tausta

Valitettavasti monissa urheilulajeissa ikääntyminen on vakava ongelma ja monissa urheiluseuroissa ei ole tarpeeksi nuoria urheilijoita. Kun keskustelimme unkarilaisen tulisielun, László Schönviszkyn (Unkarin matkailuyhdistyksen puheenjohtaja) kanssa, saimme tietää, että uusien jäsenten houkutteleva yhdistykseen on usein ongelma. Se, että näillä urheiluseuroilla on pitkä historia, ei tarkoita, että niistä tulisi suosittuja nuorten keskuudessa.

Haaste

László on painottanut meille, että uusien ihmisten, erityisesti nuorten, houkutteleva vaatii paljon aikaa ja työtä. Tietotekniikan maailma on voimakkaasti läsnä heidän elämässään, ja heitä on vaikea irrottaa siitä. Hän sanoi, että myös keski-ikäisiä on vaikea houkutella, koska heillä on kiireitä perheen elättämisen vuoksi.

Ratkaisut

Unkarin matkailuyhdistyksen jäsenistöä yritetään uudistaa käymällä kouluissa ja tuomalla esiin seuran toimintaa. Lisäksi he haluavat houkutella nuorempia jäseniä vanhempien ja isovanhempien kautta – mikä voi olla hyvä ratkaisu, sillä retket sopivat täydellisesti mukavaan perheohjelmaan. Onneksi on paljon vapaaehtoisia, jotka auttavat heitä lähestyttäessä nuoria. Yksi isoista askeleista oli Facebook-sivuston luominen, josta kävijät voivat helposti saada lisätietoa lajista ja ohjelmista (he käyttävät myös maksettuja mainoksia). Vapaaehtoiset julkaisevat melko usein, jotta tieto tavoittaa ihmiset. He pyrkivät järjestämään ohjelmia, jotka kiinnostaisivat myös nuorempaa ikäryhmää. Paikallisen luonnon kauneuden korostaminen on tärkeää, koska se voi

houkutella enemmän ihmisiä. Seuran päätavoite on Lászlón mukaan saada ihmiset ajattelemaan urheilua ponnistuksen arvoisena kehoa ja mieltä ylläpitävänä toimintana.

Esimerkki 1: Suurtapahtuma – seuran ja lajin markkinointi

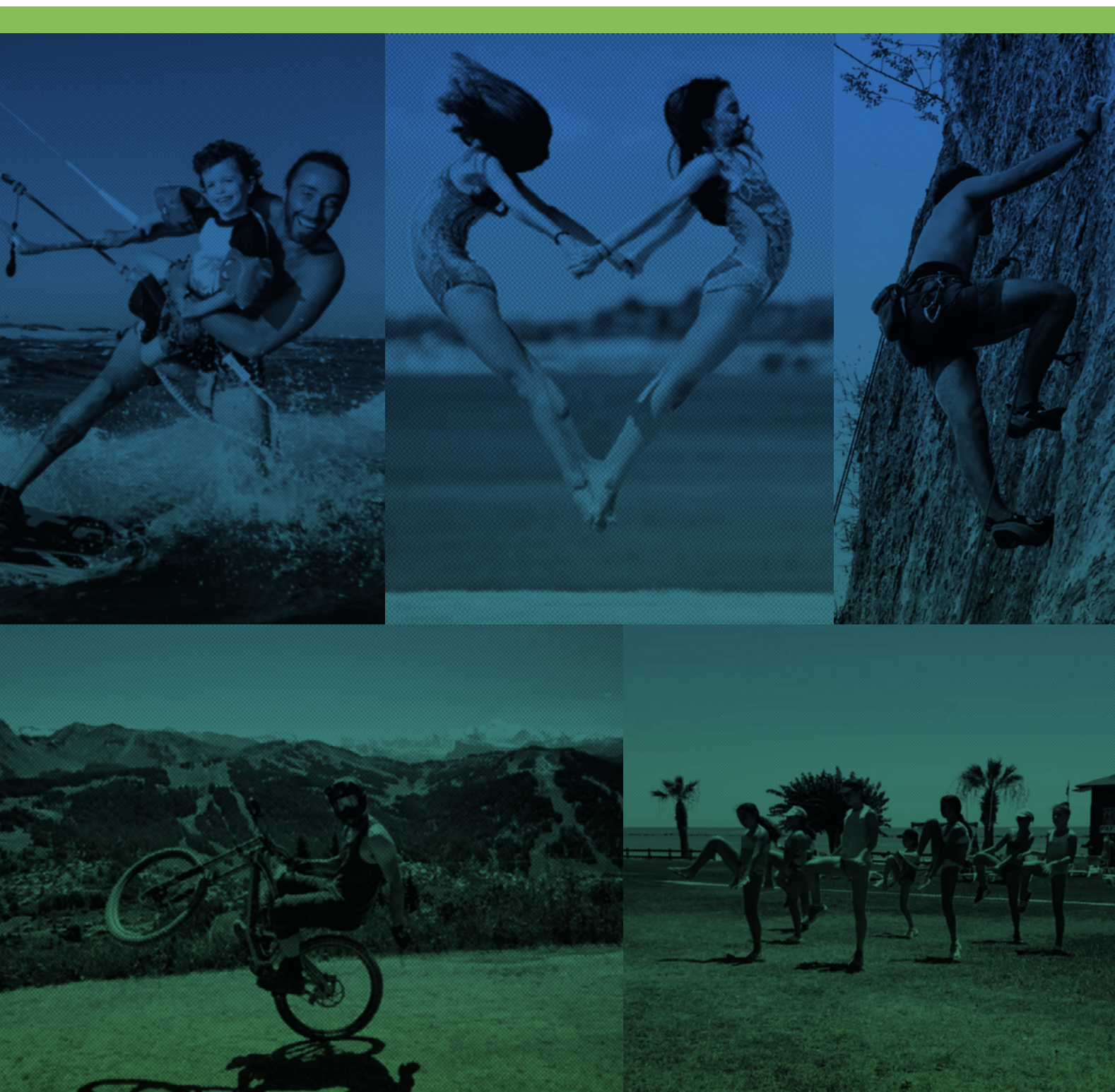
Avainsanat: Innovaatio, monikulttuurisuus, urheilutapahtumat, leijalautailu, iso kirjain innovaatiossa

Tausta

Kahuna Surfhouse kitesurfing school perustettiin vuonna 2008 ja sijaitsee Softadesin rannalla Kitissä, Larnakassa, Kyproksella. Se on ainoa Kyproksen tasavallan hallituksen alainen leijalautailuranta. Tämä paikka valikoitui koulun paikaksi, koska siellä on saaren parhaat leijalautailuolosuhteet ympäri vuoden. Koulun perustajajoukko oli elää elämää ”laineilla”. Koulun perustanut tiimi on maanläheinen ryhmä, joka perusti keskuksen rakkaudesta urheilua kohtaan. He suhtautuvat leijalautailuun ja kaikkeen siihen liittyvään suurella intohimolla. Koulu tarjoaa loistavan sekoituksen paikallista väkeä ja turisteja, kaiken tasoisia leijalautailijoita ja kaikkia kansallisuuksia. Tällä rannalla tapaavat kaikki aloittelijoista aina leijalautailulajin eliittiin asti! Tämä on suuri etu vierailijoille, sillä heillä on aito mahdollisuus olla kanssakäymisissä kyproslaisien kanssa ja keskustella leijalautailun edistämisestä.

Haaste

Yksi ensimmäisistä ja suurimmista haasteista, joita Elias on kohdannut, oli kyseisen lajin edistäminen. Se oli erittäin vaikeaa johtuen siitä, että leijalautailu ei ole tunnettu urheilulaji. Kukaan ei tiennyt siitä. Viranomaiset eivät tienneet siitä, eikä myöskään hallitus. Kaikki, joille hän alkuaikoina puhui, katsoivat häntä oudosti. He eivät tienneet, mistä hän puhui ja mitä leijalautailu oli. Jotkin ihmiset pitivät lajia vaarallisena, ja tämä oli hyvä syy olla vaivautumatta. Kaikki oli vaikeaa alkuvaiheessa! Jokainen lupavirkailija toi uusia hankaluuksia. Elias joutui käymään läpi paljon byrokratian toimenpiteitä virallisten asiakirjojen laatimiseksi tai merenrannan käyttöä koskevan luvan saamiseksi; matkalla oli aina esteitä. Tämä johti siihen, että hän on pyrkinyt menestykseen omia ideoitaan hyödyntäen.



Ratkaisu

Nykyään Kahuna tarjoaa majoitusta rannalla, mahdollisuuden matkustaa saarella, ruokaa ja juomaa sekä työkokemusta Elias kanssa, jolla on 20 vuoden leijalautailukokemus ja 11 vuoden opetuskokemus. Hän kehitti monipuoliset kohdemarkkinat kaikenikäisille ja kaikille kansallisuuksille, niin Kyproksen asukkaille kuin turisteille. Tämä on erittäin houkutteleva mahdollisuus vapaaehtoisille, jotka ovat uusia ohjaajia ja haluavat hankkia kokemusta eri kieliä puhuvien ja eri kulttuuriaustoista tulevien ihmisten opettamisesta. Hän varmisti myös, että paikka on loistava opettamiseen - ei korallia, ei pelottavia mereneläviä, ei voimakkaita virtauksia mutta erittäin lämmin merilämpötila. Hänen ja hänen tiiminsä avulla seura täyttää kaikki leijalautailijoiden, heidän perheidensä ja ystäviensä sekä lajin katselijoiden tarpeet ja toiveet. Pysäköinti, kylpyhuoneet, suihkut, Wi-Fi, leijalautailukauppa, baari, hiekkaleikkialue, ilmaiset istuimet ja aurinkotuolit sekä myös varjoisa alue. Pisteet laitteiden pesuun, nurmikkoinen lähtö- ja laskeutumisalue leijalautailijoille sekä leijavarastopalvelu. Nämä kuulostavat jokaisen seuran välttämättömyyksiltä, mutta kun kehität niitä itse, askel askeleelta, sillä on tulokselle suuri merkitys.

Leijalautailijoille tämä on osa heidän kulttuuriaan, joten sitä arvostetaan. Elias pyrkii myös verkostoitumaan kansainvälisesti ja järjestämään tapahtumia. King of Kiten ideana oli aluksi nostaa kyproslaista tasoa leijalautailussa, koska tämän tyyppisiin tapahtumiin tulisi osallistujia myös ulkomailta, ei vain kyproslaisia. Hän uskoo, että kyproslaiset kiinnittävät huomiota ulkomailta tulevien osallistujien korkeaan tasoon, mikä antaa heille haastetta. Hän toivoo King of Kite -tapahtumaan suurta osanottoa, jotta osallistujia olisi Välimeren alueelta ja muualta Euroopasta. Hän tähtää järjestäjäksi Välimeren ja yleiseurooppalaisiin leijakilpailuihin. Käydessään muissa kilpailuissa ja tarkkaillaessaan niiden järjestelyjä hän on kyennyt näkemään, että seura on menossa hyvään suuntaan. Seuraava suunnitelma on varsinaisten MM-kisojen tuominen Kyprokselle.

Esimerkki 2: Yhteiskunnallisten ja fyysisen aktiivisuuden esteiden ylittäminen – fyysisen aktiivisuuden noudattaminen ja tietoisuuden lisääminen

Avainsanat: resilienssi, muutos, liikuntapedagogiikka

Tausta

Seuran syntyhistoria liittyy Stelioksen henkilökohtaiseen tarinaan. Steliosilla on urheilutausta. Hän oli ennen urheilija ja valmistui urheiluakatemiasta Kreikassa ja jatkoi sitten maisterin tutkintoon, jossa hän erikoistui urheilujohtamiseen. Hän on aina haaveillut pääsevänsä mukaan urheilualalle, vaikka hän tiesikin, että tämä oli erittäin vaikea ala Kyproksella. Hän oli tietoinen vaikeuksista, joita kollegat ja ihmiset tällä alalla kohtasivat. Opintojensa päätyttyä hän oli erittäin innokas perustamaan urheiluun keskittyvän yhdistyksen/seuran/osaston. Hän halusi johtaa urheiluseuraa ja siksi hän päätti rekisteröityä virallisesti ja perustaa urheiluseuran. Se, että hänen vaimollaan on samanlainen tausta, oli ratkaisevaa hänen päätöksensä kannalta. Hän on rytmisen voimistelun valmentaja ja siksi tämän lajin parissa otettiin ensimmäiset askeleet. Heidän seuransa "Akamas Sports Association" on Pafoksen kaupungissa. Se oli Pafoksen ensimmäinen urheiluseura ja yksi Pancyprian Sports Associationin perustajajäsenistä. Valitettavasti se kohtasi joitakin ongelmia, jotka johtivat sen sulkemiseen useiden vuosien ajaksi. Vuonna 2006 he rekisteröivät yhdistyksen uudelleen säilyttäen sen alkuperäisen nimen ja yhdistys on toiminut siitä lähtien. Nimeämällä yhdistyksen "Akamas"-nimellä he kunnioittavat ensimmäisen perustetun yhdistyksen nimeä ja korostavat Akamasin niemimaan merkitystä, joka on yksi Kyproksen saaren upeimmista maaseutupaikoista. He ajattelivat myös, että nimi olisi helppo muistaa ja lausua kaikkialta maailmasta tulevien vierailijoiden kannalta. Akamas on Pafoksen kaupungin keskipiste, ja samalla tavoin he haluavat olla urheiluseurana keskipiste Pafoksen kaupungissa ja Kyproksen saarella.

Haaste

Stelios on tiedostanut ja ymmärtänyt, että nyky-Kyproksella urheilua, liikuntaa ja vastaavia tutkintoja opiskelevat ihmiset kohtaavat yhteiskunnallisia esteitä päättäessään opintojaan ja etsiessään uramahdollisuuksia. Kyproksen yhteiskuntarakenne on täynnä esteitä, jotka vaikeuttavat nuorten ammattilaisten unelmien ja toiveiden toteuttamista. Kuten hän mainitsi, näyttää siltä, että esimerkiksi urheilu- ja kuntaviranomaiset eivät ymmärrä, minkälaista tukea ja apua tarvittaisiin. Hallitsevassa asemassa olevat päätöksentekijät ja sidosryhmät ovat iältään vanhempia, kuuluvat toiseen sukupolveen ja siksi he vastustavat muutoksia. Yritettyään yli viisitoista vuotta ymmärtää tilannetta, Stelios tuli siihen tulokseen, ettei mikään voi muuttua, ellei ota askelta taaksepäin, arvioi uudelleen ja pohdi. Hän ymmärsi, että uusien lähestymistapojen tarve oli ilmeinen.

Ratkaisu

Stelioksen tavoitteena on nyt saada ihmiset tietoisiksi liikunnan ja urheilun eduista. Hän tietää nyt, mitä pyytää, mitä täytyy saavuttaa ja miten tuoda asia esille. Kun hän on yhteydessä yleisöön, hän selittää, mitä hän tavoittelee, minne hän haluaa päästä ja miksi hän pyytää siihen tukea.

Hän tietää, että urheilu ei ole hänen alueensa väelle läheinen asia. Hän luottaa kokemukseensa, yrittää lisätä tietoisuutta, jakaa ihmisille tietoa asianmukaisesti ja on sinnikäs tavoitteissaan. Hän esittelee maantieteellisiä ja ilmastollisia mahdollisuuksia ja pyrkii edistämään urheilun näkyvyyttä kansallisilla ja kansainvälisillä markkinoilla. Hän perustaa toimintansa tunnetuille urheilun periaatteille ja arvoille. Kuten hän mainitsi, hän käyttää kaiken energiansa harrastajien hyvien ominaisuuksien ja luonteenpiirteiden vaalimiseen; hän haluaa lasten ja nuorten

oppivan kunnioittamaan toisiaan, jakamaan toistensa kanssa, vaatimaan heille kuuluvaa, vaatimaan oikeuksiaan, neuvottelemaan ja perääntymään, kun he ovat väärässä. Hän yrittää käynnistää muutosta laajemmin yhteiskunnassa aina päättäjiin asti.

Hän uskoo, että fyysinen aktiivisuus on elintärkeää terveelle yhteiskunnalle, ja kun sidosryhmät ymmärtävät sen ja siirtyvät teoriasta käytäntöön, yhteiskunta on parempi ja terveempi, ja sosiaalinen kehitys lisääntyy. Hänen seuransa tukee hyväntekeväisyystapahtumia ja he osallistuvat useisiin tapahtumiin ylläpitääkseen näkyvyyttä. Heitä kutsutaan erilaisiin tapahtumiin ja he ovat aina paikalla! Heitä kutsutaan myös kouluihin, he puhuvat urheilusta ja luovat näyttelyitä ja urheilulähetyksiä. Kaiken kaikkiaan he yrittävät kaikin keinoin motivoida lapsia urheiluun. On tärkeää mainita, että heidän mottonsa "Akamas Family" kutsuu mukaan kaikenlaiset liikkujat.

Esimerkki 3: Toimintaympäristö ja taloudellinen tuki

Avainsanat: monimuotoisuus, tuki, sinnikkyys

Tausta

Marios on toinen tulisielu, jonka henkilökohtainen tarina kietoutuu seuran perustamiseen. Hän on harrastanut urheilua lapsuudesta asti. Hän oli aktiivinen useissa eri lajeissa, mutta koripallo kiehtoi häntä eniten. Hänen kokemuksensa eri urheilulajeista auttoi häntä menestymään koripallossa, missä hän teki uran ensin pelaajana ja sitten valmentajana. Hänen rakkautensa urheiluun inspiroi häntä opiskelemaan Liikunta-akatemiassa ja ryhtymään liikunnanopettajaksi. Koko opintojensa ajan hän oli aktiivisesti mukana koripallon parissa ja teki ammattimaisesti yhteistyötä ylimpien sarjatasojen joukkueiden kanssa. Hän tiesi kuitenkin aina, että hän nautti lasten kanssa työskentelystä. Palattuaan kotikonnuilleen opintojensa jälkeen hän oppi tuntemaan järjestelmän toimintaa Kyproksen yhdistysten ja liittojen kanssa. Hän havaitsi, että toiminnassa Kyproksella oli selkeä puute, sillä hän sai jatkuvasti vanhemmilta kysymyksiä siitä, mikä on paras urheilulaji heidän lapsilleen ja mitä vaihtoehtoja heillä on. Se oli se kipinä, jota hän tarvitsi, ja siksi hän päätti perustaa akatemian, joka täyttäisi tämän aukon. Hän halusi perustaa urheiluakatemian, joka vastaisi vanhempien huolenaiheisiin lapsille sopivasta urheilusta. Hän visualisoi keskuksen, joka antaisi lapsille mahdollisuuden tutustua useisiin urheilulajeihin, jotta heidät voitaisiin ohjata oikeaan ympäristöön, joka sopisi parhaiten heidän persoonallisuutensa ja yksilöllisyyteensä. Vuonna 2016 hän aloitti Talento Sports Academyn.

Haaste

Mariosin suurin ja tärkein haaste tällä hetkellä on **paikka**, missä hän toimii. Hän kamppaili alussa löytääkseen tilat ja toteuttaakseen toimintasuunnitelmansa haluamallaan tavalla. Akatemian tarpeiden täyttäminen - monipuoliset aktiviteetit ja urheilulajit, eri luokat jokaiselle tasolle, erilliset aikuisluokat ja laadun korostaminen -

muodosti eräänlaisen esteen, koska ympäristön ja varusteiden oli kestävä kaikkia akatemian tavoitteita. Hänen ensimmäinen vuokratilansa oli vuokrattu kunnalta, ja vuokran suhteen oli jatkuvia hallinnollisia muutoksia. Seuran piti käydä neuvotteluja kahden vuoden välein, mikä oli erittäin vaikeaa. Toinen suuri haaste, joka osittain vaikuttaa ensimmäiseen, on taloudellinen tuki. Marios etsii akatemialle pysyvämpää toimipaikkaa ja resursseja toteuttaakseen suunnitelmansa.

Ratkaisu

Seura tarjoaa ainutlaatuista palvelua Kyproksen saarelle. Tämä on ponnahduslauta Mariosille ja hänen ryhmälleen. Marios on päättänyt löytää tarvitsemansa tuen ja katsoa rahoitusmahdollisuudet loppuun. Hän kääntyy valtion mahdollisuuksien ja ohjelmien puoleen ja keskittyy voimakkaasti lasten urheiluun, autististen ja erityistarpeisten lasten tukemiseen. Marios luottaa tiimiinsä ja hankkii tukea toiminnalle kaikkien puolesta. He aloittivat yhdessä ja liikkuvat yhdessä, joten heillä on yhteinen motivaatio. Heillä on yhdessä laajemmat mahdollisuudet, koska Marios ei ole yksin "projektissa". Lisäksi Marios pitää silmänsä auki. Hän korostaa mielellään saavansa inspiraatiota ulkomailta tulevista projekteista. Suurin osa hänen seurassaan tällä hetkellä toteutettavista ideoista on saanut alkusysäyksensä ulkomaisista projekteista. Hän uskoo, että kansainvälinen verkostoituminen on tärkeää ja tuo seuraa lähemmäksi muita organisaatioita, projekteja ja ajatustenvaihtoa.



Esimerkki 1: Perjantai liikuntaa yhdessä

(Haukivuoren kisailijat ry)

Avainsanat: *perhe, paikallinen yhteisö, perinne*

Tausta

Haukivuoren urheiluseura sijaitsee Haukivuoren kylässä Suomessa (2 000 asukasta). Seura perustettiin vuonna 1945. Eri aikoina seura on tarjonnut erilaista toimintaa ja on järjestänyt erilaisia tapahtumia. Seuralla on vuosittain noin 150 jäsentä. He haluavat tarjota asukkaille erilaisia mahdollisuuksia ja tilaisuuksia liikuntaan. Seura tarjoaa laajan valikoiman liikuntamahdollisuuksia kaiken ikäisille.

Haaste

Monissa urheiluseuroissa tai muissa asukkaille tai ihmisille vapaa-ajanviettomahdollisuuksia tarjoavissa järjestöissä "sukupolvien" yhteistyö jää usein huomiotta. Haukivuorella lapsille järjestetään säännöllisesti toimintaa, esimerkiksi viikoittain salibandyryhmä. Lisäksi järjestetään säännöllistä toimintaa esimerkiksi vanhuksille – viikoittaista joogaa. Tietysti myös sosiaalisella puolella on suuri merkitys – yhdessäoloa ikätovereiden tai samanikäisten ihmisten kanssa, ei vain fyysisen toiminnan etuja. Haaste syntyy, kun vanhemmat ja isovanhemmat haluavat viettää aikaa yhdessä lasten ja lastenlasten kanssa ja olla samalla fyysisesti aktiivisia. Kun he haluavat yhdessä kokea uusia tapoja harrastaa liikuntaa. Haasteena on myös se, että kun vanhemmat tuovat lapsensa 45 minuuttia tai enintään tunnin kestäviin toimintoihin, vanhemmat vain istuvat salissa ja odottavat lapsia – tämän ajan voisi käyttää paljon paremmin, jos olisi kehitetty menetelmiä tai aktiviteetteja saada myös vanhemmat mukaan toimintaan.

Ratkaisu

Haukivuoren kisailijat ry:n urheiluseurassa kehitetään ratkaisua

tähän haasteeseen järjestämällä "Liikuntaperjantai" viikoittain. Joka perjantai Haukivuoren kisailijat järjestää avointa toimintaa perheille kahden tunnin ajan. Koko perhettä (lapset, vanhemmat, isovanhemmat, serkut jne.) kannustetaan tulemaan mukaan. Osallistujilla on vapaus valita, millaista toimintaa he haluavat kokeilla tai kokeilla. **Urheiluseura tarjoaa tilat, välineet ja ammattitaitoiset ohjaajat.** Uudessa Haukivuoren salissa on kiipeilyseinä – mutta kukaan ei voi käyttää sitä ilman ammattiohjaajaa – joten perjantaisin seura tarjoaa ohjaajan seinäkiipeilyyn. Osallistujia kannustetaan valitsemaan aktiviteetteja, joita he aidosti haluavat tehdä (jalkapallosta sulkapalloon ja muihin). Samalla he viettävät aikaa perheen ja muiden ihmisten kanssa turvallisessa ympäristössä ammattitaitoisten valmentajien ja ohjaajien kanssa. Toiminnasta veloitetaan pieni kausimaksu (10 € per henkilö tai 30 € per perhe), joka on todella alhainen (myös maan hintatasoon verrattuna), jos verrataan, että yksi käynti seinäkiipeilykeskuksessa voi maksaa yli 20 €. Tämä idea ja sen toteutusluvut puhuvat puolestaan. Keskimäärin perjantaisin osallistujia on noin 30 – 40 ja yhden kauden aikana osallistujia oli yli 1 200. Uusi haaste on ilmaantunut COVID-19:n myötä, mutta seura järjestää edelleen "Liikuntaperjantaita" tiiviisti kansallisia suosituksia ja ohjeita noudattaen. Myös digitalisaatiolla tulee olemaan tärkeä rooli tulevaisuudessa. Tällaisesta viikoittaisesta tapahtumasta tuli perinne Haukivuorella ja se on erinomainen työkalu maaseudun pienten urheiluseurojen erilaisiin jatkuvuuden haasteisiin ja sitä voitaisiin samalla tavalla käyttää myös kaupunkien isommissa urheiluseuroissa.

Esimerkki 2: Isänpäivätapahtuma ja paikallisten urheiluseurojen ja -toimintojen edistäminen

(Etelä-Savon Liikunnan/ESLi:n järjestämä perinteinen tapahtuma)

Avainsanat: perhe, innovaatio, urheilutapahtuma

Tausta

Tausta Etelä-Savon Liikunnan entinen aluejohtaja Heino Lipsanen oli huippujuoksija, joka voitti kansallisia kilpailuja ja edusti Suomea kansainvälisissä tapahtumissa ja kilpailuissa 1970- ja 1980-luvuilla. Seuratasolla hän edusti Juvan urheilijoita. Juva on pieni kunta Etelä-Savon alueella. Heino suhtautui aina intohimoisesti urheiluun ja muiden innostamiseen liikunnalliseen aktiivisuuteen.

Haaste

Etelä-Savon alueella toimii monia erilaisia pieniä urheiluseuroja, jotka haluavat saada uusia jäseniä ja innostaa lapsia liittymään oman alueensa urheilujoukkueisiin. Perheet viettävät yhä enemmän aikaa näyttöjen ääressä ja yhä vähemmän aikaa fyysisten aktiviteettien parissa.

Haaste: koko perheen tapahtuma

Haaste: saada lapset kiinnostumaan urheilusta

Ratkaisu

Heino sai vuonna 2006 idean järjestää isänpäivänä perhetapahtuman (Isän kanssa liikkeelle) ja kutsui paikallisia liikuntaseuroja esittelemään toimintaansa perheille. Heino itse isänä piti tällaista ajatusta erittäin tärkeänä myös siinä mielessä, että tapahtumaa kehitetään niin, että koko perhe on mukana. Joka vuosi lisätään erilaisia aktiviteetteja tai uusi urheiluseura kutsutaan esittelemään toimintaansa. Myös muuta toimintaa, kuten kasvomaalausta lapsille, on lisätty tapahtumaan vuosien varrella. Koska isänpäivä on aina marraskuussa ja sää voi olla haastava, keskitytään yleensä jäällä tapahtuviin aktiviteetteihin, kuten jääkiekkoon, luisteluun jne.

Tapahtumaa on toteutettu menestyksekkäästi vuodesta 2006 lähtien. Tapahtuman järjestäminen antaa paikallisille urheiluseuroille mahdollisuuden esitellä toimintaansa ja yrittää saada uusia jäseniä. Vuonna 2020 COVID19:n vuoksi tapahtuma järjestettiin hieman eri tavalla eräänlaisena viikkotapahtumana, jossa oli erilaista toimintaa isille ympäri Etelä-Savon aluetta. Tätä mallia kehitetään todennäköisesti edelleen.

Esimerkki 3: Maahanmuuttajien osallisuus

(Monaliiku ry/Ayisat Yusuf)

Avainsanat: osallisuus, integraatio, sukupuolten tasa-arvo

Tausta

Tämän esimerkin tausta liittyy tulisieluumme Ayisat Yusufiin. Nykyisin hän työskentelee pääohjaajana Monaliiku ry:ssä. Monaliiku ei ole vain urheiluseura, vaan myös ainutlaatuinen kansalaisjärjestö, joka uudistaa monikulttuuristen naisten sosiaalista osallisuutta tarjoamalla heille mahdollisuuksia aktiivisempaan rooliin yhteiskunnassa. Kaikkialla maailmassa maahanmuuttajat, jotka eivät pysty integroitumaan paikallisiin yhteisöihin, aiheuttavat pitkällä aikavälillä huomattavasti suurempia kuluja verrattuna siihen, jos heidän kunnolliseen integraatioonsa sijoitettaisiin heti alussa. Tällöin maahanmuuttajat ovat paljon motivoituneempia osallistumaan aktiivisesti paikallisiin yhteisöihin.

Haaste

Muuttoliike on vahvempaa kuin koskaan ennen. Maahanmuuttajien kotouttaminen ja osallistaminen ovat edelleen erittäin haastavia toimia kaikkialla maailmassa. Jotkut maat tarjoavat kotouttamisohjelmia, kuten kielikursseja ja apua koulutukseen ja työelämään. Mutta riittääkö tämä? Suomessa on paljon urheiluseuroja, -joukkueita ja -järjestöjä, joihin maahanmuuttajat voisivat mahdollisesti liittyä. Se, mikä yleensä estää heitä osallistumasta, on tiedon puute, yhteisen kommunikointikielen puuttuminen ja pelko tuntemattomasta. Vaikka maahanmuuttajilla on motivaatiota ja he myös osallistuvat johonkin toimintaan, he putoavat pois nopeasti tai osallistuvat vain muutaman kerran. Monaliikun kaltaiset järjestöt joutuvat jatkuvasti löytämään ratkaisuja näihin ongelmiin.

Ratkaisu

Monaliikussa aloitettiin vapaaehtoistyön edistäminen maahanmuuttajien eli jäsenten parissa. Näin he kannustivat aktiivista osallistumista ja antoivat myös mahdollisuuden hankkia kokemusta, josta on hyötyä maahanmuuttajille työelämässä. Tämä

tarjosi ratkaisun myös Ayisatin kaltaisten maahanmuuttajien työllistämiseen ohjaajana/valmentajana. Tällainen ratkaisu edistää osallisuutta, tasa-arvoa jne. Se myös helpottaa muita järjestön prosesseja, kuten uusien jäsenten saamista ja viestintää (työntekijät, jotka puhuvat samoja kieliä kuin jäsenet). Monaliikun vapaaehtoiset voivat houkutella uusia jäseniä ja motivoida muita maahanmuuttajia mukaan urheilutapahtumiin ja liikuntaan.



PORTUGAL

IPLeiria

Instituto Politécnico de Leiria



Esimerkki 1: Pienten ulkoliikuntaan erikoistuneiden urheilukoulujen selviytyminen

Avainsanat: joustavuus, innovaatio, kausiluonteisuus

Tausta

Ulkoliikunnan oppiminen ja harjoittaminen voivat olla hyvin riippuvaisia sääolosuhteista alueilla, joilla ilmasto-olosuhteet vaihtelevat huomattavasti neljän vuodenajan aikana, kuten Euroopan maissa. Esimerkiksi hiihtotunnit vaativat lunta, kun taas surffa- ja lainelautailutunnit edellyttävät suotuisia meriolosuhteita. Näin ollen joidenkin urheilulajien ja erityisesti aloittelijoiden harjoittelun kannalta parhaat olosuhteet vallitsevat vain osan vuodesta.

Maailman terveysjärjestön suositusten mukaisesti ihmisten tulisi liikkua useita kertoja viikossa iästä riippumatta. Uuden ulkoliikuntalajin aloittaminen on kuitenkin helpompaa koulujen taukojen ja lomien aikana.

Ulkoliikuntaan erikoistuneiden koulujen osalta näiden kahden ulkoisen tekijän yhteisvaikutuksen vuoksi on erittäin todennäköistä, että tietyn urheilulajin kysyntä on erittäin epävakaa vuoden aikana, mikä vaikuttaa suoraan seuran tai yrittäjän tuloihin, toimintakustannuksiin ja henkilöstötarpeisiin. Portugalissa kuvattu tilanne on havaittavissa urheilukouluissa, joiden toiminta liittyy suoraan mereen. Näillä kouluilla/seuroilla odotetaan olevan korkea kysyntä kesällä ja erittäin alhainen talvella.

Haaste

Epävakaa kysynnästä kärsivien urheilukoulujen tärkeimmät haasteet ovat: i) koulun taloudellisen elinkelpoisuuden ja kestävyys- ja takaisinmaksun keskipitkällä ja pitkällä aikavälillä; ii) laadukkaan palvelutarjonnan varmistaminen asiakkaille; ja iii) yhtenäisen työntekijätiimin ylläpitäminen, joka on linjassa koulun kulttuurin ja arvojen kanssa.

Oikeanlainen vastaaminen näihin haasteisiin on erityisen tärkeää maaseudulla toimiville urheilukouluille, kaukana suurkaupungeista, joissa potentiaalisten asiakkaiden suuri määrä vähentää näitä ongelmia.

Ratkaisu

Tulisielu Miguel Andrén ratkaisumallit saadut opetukset auttavat mahdollisiin ratkaisuihin Kun Miguel perusti surffa- ja lainelautailuakatemiaa, hän teki koulusta yhtiön. Tähän oikeudelliseen muotoon liittyvät verovelvollisuudet ovat kuitenkin osoittautuneet liian raskaiksi. Niinpä hän lopetti yrityksen toiminnan ja ryhtyi yksityisyrittäjäksi.

Ratkaisu/neuvo – älä toimi mittakaavassa, joka ylittää kapasiteettisi. Liiketoiminnassa on useita vaihtoehtoja. Valitse toimintamalliin ja yrityksen kokoon parhaiten sopiva oikeudellinen muoto. Yksinkertaisempi ja kevyempi on ehkä paras.

Miguel on aina pyrkinyt palvelemaan asiakkaita heidän tarpeidensa mukaan. Joka kesä uusia asiakkaita tulee aikaisempien asiakkaiden suositusten perusteella tai lisäkursseille. Viidentoista vuoden henkilökohtainen kokemus osoitti, että asiakaskyselyjen tulos on aina otettava vakavasti - anna hyvää palvelua asiakkaillesi, sillä viidakkorumpu on tehokkainta julkisuutta.

Ratkaisu/neuvo - sitoudu laadukkaaseen palveluun. Se maksaa itsensä takaisin. Jonkin aikaa kouluaan johdettuaan Miguel tunsikin, että häneltä puuttui johtamistaitoja, joten hän haki johtamiskurssille, missä hän kehitti tietojaan ja suoritti johtamisen tutkinnon. Ratkaisu/neuvo – jos tiedät, että olet hyvä opettamaan urheilua, mutta sinusta tuntuu, että yrityksen pyörittämiseen tarvittavat johtamistaidot puuttuvat, etsi erikoiskoulutusta, joka vastaa tarpeisiisi ja antaa sinulle lisätyökaluja. Siitä on hyötyä enemmän tai myöhemmin, sillä se vaikuttaa koulun tulokseen.

Kun toiminta on kausiluonteista, on lähes mahdotonta pitää kokoaikaisia työntekijöitä, mutta koulun toimintakulttuuria ei ole varaa menettää. Tätä lähtökohtaa noudattaen Miguel on työskennellyt pitääkseen joitakin yhteistyökumppaneita kesästä toiseen ja integroidakseen uudet sujuvasti niin, että he sulautuvat koulun toimintakulttuuriin. Tuloksena on perheyriksen ja sitoutumisen tunne, joka näkyy asiakkaille.

Ratkaisu/neuvo – työskentele niin, että koulujen yhteistyökumppanit eivät muutu kerralla ja koulun toimintakulttuuri siirtyy kokeneemmilta uudemmille. Eräänä päivänä uudemmasta tulee kokeneempi ja hän välittää toimintatapoja seuraaville.

Esimerkki 2: Kuinka edistää uusia/erilaisia urheilulajeja?

Avainsanat: avoimuus, monimuotoisuus, luonto

Tausta

Kun ihminen miettii urheilulajia, sen valinta on hyvin usein seurausta sosiaalisesta ympäristöstä. Lapsuudessa yksilöihin vaikuttavat suuresti läheiset perheenjäsenet (vanhemmat, sisarukset, serkut jne.), ystävät ja koulutoverit sekä opettajat. Aikuisuudessa työtoverit, puoliset ja terveydenhuollon ammattilaisten neuvonta voivat olla ratkaisevia vaikuttajia. Tässä prosessissa jotkut ihmiset voivat löytää sellaisen lajin/fyysisen aktiviteetin, josta he todella pitävät, ja harrastavat sitä koko elämänsä ajan. Mutta on ihmisiä, jotka hylkäävät lajin jonkin ajan kuluttua kyllästyttyään siihen.

Useista syistä maaseudun pienet urheiluseurat ovat hyvin usein keskittyneet johonkin tiettyyn lajiin, kuten jalkapalloon, käsipalloon, tennikseen jne. Yksi syy on se, että jokainen laji vaatii erityisiä tiloja ja välineitä, jotka vaativat taloudellisia investointeja. Toinen pääsyy on se, että seuran johtajilla on kiinnostus tiettyyn lajiin, ja se muokkaa seuraa.

Haaste

Tässä yhteydessä maaseutualueiden pienten urheiluseurojen tärkeimpiä haasteita ovat: i) urheilun monipuolistaminen; ii) motivoida ihmisiä kokeilemaan uusia urheilulajeja / fyysisiä aktiviteetteja, kun he kyllästyvät harjoittamiinsa lajeihin, tai motivoida ihmisiä kokeilemaan uusia urheilulajeja / fyysisiä aktiviteetteja, jotta he eivät kyllästyisi ja luopuisi liikkumisesta; ja iii) löytää tapoja rahoittaa eri urheilulajeissa tarvittavia välineitä. Oikeanlainen vastaaminen näihin haasteisiin on erityisen tärkeää maaseudulla toimiville seuroille, missä urheiluseuroja on tyypillisesti vähän ja vaihtoehdot urheilun harrastamiselle saattavat olla vähemmän ilmeisiä.

Tulisielu José Arturilta ja hänen seuraltaan NEL (Nucleus of Speleology of Leiria) saadut opetukset antavat joitakin ratkaisuja

NEL:n loi kaveriporukka, joilla oli yhteinen kiinnostus luonnonympäristöön tutustumiseen ja luontoon liittyvään liikuntaan. Heitä alkoi houkutella vuorten ja luolien tutkiminen, mutta pian ilmaantui muitakin kiinnostuksen kohteita. Nykyään myös polkujuoksu, kiipeily jne. kuuluvat seuran toimintaan.

Ratkaisu/neuvo – Se, että urheiluseuran johdossa on ryhmä ihmisiä, joilla on yhteiset arvot ja kiinnostuksen kohteet, mutta myös erilaiset henkilökohtaiset maut, laajentaa todennäköisesti mahdollisuuksien kirjoa ja myötävaikuttaa urheiluseuran monipuolistamiseen. Osa NEL:n kulttuuria on motivoida jäseniä uusien aktiviteettien ja lajien pariin. Jäsenet tietävät, että jos heillä on uusi ehdotus, he voivat tulla esittelemään se seuralle. Tällöin he saavat apua selvittääkseen uuden idean toteuttamismahdollisuuksia.

Ratkaisu/neuvo – Seuran kehittymistä edistää, jos jäsenten keskuudessa on selkeä käsitys siitä, että uudet ideat ovat tervetulleita ja niitä tuetaan. Jos tämä on osa toimintakulttuuria, kehitysprosessi voi ruokkia itseään. NEL:n tällä hetkellä kehittämä lajien monimuotoisuus kiinnostaa todennäköisesti eri-ikäisiä, erikuntoisia, eri asioista kiinnostuneita (ja eri tavalla rohkeita) ihmisiä. Paikallinen yhteisö voi osallistua seuran toimintaan kaupunkikävelyillä, luontopoluilla, kaupunkijuoksussa, maastajuoksussa tai jopa extreme-lajeissa, kuten kiipeilyssä ja melonnassa.

Ratkaisu/neuvo – kaikki eivät ole kiinnostuneita samoista lajeista ja liikunta-aktiviteeteista, eivätkä kaikki lajit todennäköisesti houkuttele suurta yleisöä, mutta samassa urheiluseurassa voi olla tilaa kaikille.

Joidenkin urheilulajien harjoittamiseen ja turvallisuusstandardien varmistamiseen tarvittavat välineet ovat joskus melko kalliita. Tapa, jolla NEL:n jäsenet selvittivät tämän haasteen, oli järjestämällä toimintaa yrityksille, jotka maksavat NEL:n palveluista - esimerkiksi ryhmäyttämistoimintaa. NEL:n arvojen mukaisesti nämä varat palautuvat palvelun tuottamiseen osallistuville jäsenille ja niitä voidaan käyttää tarvittavien materiaalien ostamiseen.

Ratkaisu/neuvo – huolimatta siitä, että kyseessä on yhdistys tai voittoa tavoittelematon organisaatio, tietynlainen yrittäjähenkisyys antaa mahdollisuuden saada tarvittavat varat välineiden ja toiminnan rahoittamiseen.

Esimerkki 3: Kilpailullisuuden merkitys pienissä tiettyyn lajiin erikoistuneissa seuroissa, ”kilpakävely”

Avainsanat: kilpailu, seurat, nuoriso

Tausta

Joidenkin lajien ja erityisesti kilpaurheilulajien harjoittelun parempia edellytyksiä tulisi seurata ja arvioida ympäri vuoden.

Leirialla on hyvät olosuhteet yleisurheilun harjoitteluun.

On erittäin tärkeää tukea nuoria, sillä he ovat tulevaisuus. Heidän kanssaan on mahdollisuus luoda huippu-urheilujoukkue.

Haaste

Tärkeimmät haasteet epävakaa kysynnästä kärsiville seuroille ovat: i) luoda olosuhteet, joissa he voivat toimia (tilat); ii) tarjota laadukasta palvelua asiakkaille; ja iii) rakentaa kumppanuutta useiden toimijoiden välille. Näihin haasteisiin vastaaminen on erityisen tärkeää joukkueena toimiville seuroille, joiden toiminta tapahtuu joukkueissa.

Tulisielumme Carlos Carminolta (Marcha Atlética Clube) saadut opetukset tarjoavat joitakin ratkaisuja

Kun Carlos perusti Leiria Marcha Atlética Cluben, hän halusi tehdä jotain erilaista. Erilaisen seuran kuin mitä kaupungissa jo oli. Luoda Leiriaan yhteisön, jota ei kutsuta harrasteseuraksi. Yhteisön, jossa voisi olla nuoria aikuisia tai teini-ien ohittaneita, jotka ovat osoittaneet lahjakkuutta ja tahtoa olla huippu-urheilija tai jotka ovat vasta aloittamassa lajin.

Ratkaisu/neuvo → Voisimme tarjota/luoda huippu-urheilijoille olosuhteet, jotta he voisivat elää ympäristössä, missä meillä on mahdollisuus vaikuttaa heti alusta lähtien voimakkaasti heidän sosiaaliseen, inhimilliseen ja yleissivistävään koulutukseensa.

Ratkaisu/neuvo → Lisäksi panostamme lajiharjoitteluun, jotta he voisivat valmistautua suuriin kansainvälisiin kilpailuihin. He voivat olla urheilijoita mistä tahansa seurasta. Tukea täytyy olla.

Carlosilla ei ole ketään, joka voisi tukea hänen projektiaan, ja yli neljän vuoden urheiluvalmentajakokemuksen ja hankitun tiedon jälkeen hän ei voi velvoittaa muita soveltamaan ideoitaan. Mutta aina voi yrittää!

Ratkaisu/neuvo → Jos tiedät, että olet hyvä valmentamaan, mutta sinusta tuntuu, että yrityksen pyörittämiseen tarvittavat johtamistaidot puuttuvat, etsi erikoiskoulutusta, joka vastaa tarpeisiisi ja antaa sinulle lisätyökaluja. Se on hyödyllistä ennen tai myöhemmin ja vaikuttaa näkyvyyteen ja tuloksiin.

Vuoden 2021 Olympialaisten ja pandemian tuoman epävarmuuden vuoksi, meillä on projekteja, joilla varmistetaan, että maalla on olympialaisurheilijoita kaikesta huolimatta. Emme koskaan pysähdy!

Ratkaisu/neuvo → Valmentamamme urheilijat on saatava mukaan nuorina. Heistä täytyy löytää ne, jotka ovat lahjakkaita, kyvykkäitä ja unelmoivat olympiaurheilijoiksi tulemisesta. Meidän ei tarvitse nähdä heidän urheilutuloksiaan kilpailuissa. Riittää, että näemme heidät harjoittelemassa. Kokemuksemme myötä tiedämme heti, onko nuorella potentiaalia hyviin tuloksiin.

Voisimme antaa/luoda heille olosuhteet, jotta he voisivat elää ympäristössä, jossa meillä on mahdollisuus vaikuttaa aivan alusta alkaen voimakkaasti heidän sosiaaliseen, inhimilliseen ja tiedolliseen kehittymiseensä. Toiseksi panostamme heidän urheiluharjoitteluunsa, jotta he voisivat valmistautua suuriin kansainvälisiin kilpailuihin.

Ratkaisu/neuvo → Leiria voi ja sen pitäisi työskennellä yhteisön hyväksi ja suunnitella urheiluprojekteja kaikille. Koska puhumme erittäin suuresta alueesta, meidän pitäisi käynnistää huippu-urheiluprojekti, joka nostaa Leirian seuraavalle tasolle kohti suuria kansainvälisiä kilpailuja, aina Olympialaisiin saakka.

Esimerkki 1: Seuran jäsenten yhteisöllisyys ja perheiden osallistaminen

Avainsanat: teemapäivät, urheilutapahtumat, kaikenikäiset, tanssi

Tausta

Rasa Simanavičienė on työskennellyt tanssinopettajana yli 28 vuotta. Hän on yksi "Junda"-tanssiseuran perustajista. Seuran opettajat pitävät muutamia erilaisia ryhmiä (lapset, nuoret, aikuiset, naiset, vanhukset) Kaunasin kaupungissa ja eri kylissä Kaunasin alueella. Kaikkiaan seurassa on yli 100 jäsentä. Seura tarjoaa jäsenille erilaisia mahdollisuuksia fyysiseen aktiivisuuteen, ei vain paritanssiin. Se järjestää virallisia tanssikilpailuja, lasten kesäkoulua, tanssitunteja häihin ja rivitanssitoimintaa.

Haaste

Huolimatta seuran ohjaajien pitkäaikaisesta työkokemuksesta ja kansallisen tason tunnustuksesta, nykyään on paljon kilpailua ja paljon vaihtoehtoja liikunnalle. Opettajien on aina pohdittava, kuinka monipuolistaa toimintaansa ja tehdä siitä houkuttelevampaa jäsenille. Yleensä tanssitunneille osallistuvat lapset tai aikuiset eivät tapaa ihmisiä muista kylistä. Opettajat ovat niitä, jotka matkustavat paikasta toiseen ja tapaavat erilaisia ryhmiä. Silloin säännöllisistä toiminnoista voi tulla vain rutiinia. Haasteena on, että ihmiset oppivat tanssimaan, mutta vain ryhmän jäsenet näkevät sen, eikä tieto toiminnasta leviä laajemmalle. Kaikki jäsenet eivät osallistu tanssikilpailuihin, joten osa heidän perheistään ei ole koskaan nähnyt heidän esiintymistään.

Kaksi säännöllisen toiminnan aiheuttamaa haastetta ovat:

1. saada seuran jäsenet tapaamaan toisiaan ja tutustumaan toisiinsa;
2. mahdollisuudet esiintyä yleisölle.



Ratkaisu

"Junda dance clubin" opettajat ovat kehittäneet ratkaisun näihin kahteen haasteeseen järjestämällä joulujuhlagaalatapahtuman. Joka vuosi seuran perustamisesta lähtien he ovat järjestäneet tanssitapahtumia kaikille seuran jäsenille ja heidän perheensä on kutsuttu mukaan. Opettajat aloittavat valmistelut hyvissä ajoin ennen tapahtumapäivää. He kertovat tässä vaiheet, jotka on tehtävä onnistuneen tapahtuman saavuttamiseksi:

1. Päätä teema (vaihda teemaa joka vuosi).
Viime vuonna "Junda dance clubin" opettajat valitsivat kuuluisan liettualaisen Lumikki-runon teemaksi. Runon tekstin mukaan järjestettiin koko tapahtuma. Lapset pukeutuivat kääpiöiksi, tytöt Lumikeiksi jne.
2. Valitse tilat (osallistujamäärän mukaan).
3. Valitse tapahtuman muoto. Yleisö voi istua esiintymisen ajan pöytien ympärillä tai tavallisilla tuoleilla.
4. Päätä pukukoodi (voit myös antaa jäsenten valita, mitä he haluaisivat).
5. Kutsu yleisöä.
6. Suunnittele aikataulu ja roolitus: kuka osallistuu kilpailuun, kuka esiintyy huvin vuoksi, kuinka kauan se kestää.
7. Ajattele yleisön aktiivista osallistumista (voit opettaa flashmob-tanssin kaikille osallistujille).
8. Suunnittele Joulupukin vierailu tapahtuman aikana.
9. Valmistele ohjelma ja seuraa sitä varsinaisen tapahtuman aikana.
10. Jaa vastuut (tapahtuman valvonta, musiikki, valaistus, siivous jne.)

Esimerkki 2: Kesälomatoimintaa lapsille

Avainsanat: urheilutapahtuma, viihde, tanssi, ulkoilu

Tausta

Koululaisten kesäloma alkaa kesäkuun lopussa ja kestää syyskuun alkuun. Se on melko pitkä aika ilman suunniteltua toimintaa lapsille. Kaikilla työssäkäyvillä vanhemmilla ei ole varaa lapsiensa kesäleireihin, varsinkin jos perheessä on useampi kuin yksi lapsi. Maaseudulla lapsilla ei ole juurikaan mahdollisuuksia erilaisiin liikuntalajeihin ja itse aktiivisen tavan löytäminen ei ole aina ratkaisu. Siksi lapset viettävät paljon aikaa katsellen näyttöjä, kuten älypuhelimia, tietokoneita, televisiota jne. Yksi innokas liikunnanopettaja, joka haluaa saada ihmiset, erityisesti teini-ikäiset, liikkumaan enemmän järjestämällä aktiivisesti toimintaa, on liettualainen tulisielu Giedrė.

Haaste

Kesälomakaudella, kun koulut ovat kiinni, lapset eivät aina täytä WHO:n suosituksia liikunnasta. Vanhempien on silti mentävä töihin, joten heidän lapsensa jäävät kotiin ja istuvat suuren osan päivästä. Se on haastavaa myös lapsille, koska heidän tuttu rutiininsa on muuttunut ja heidän olisi itse löydettävä tapa liikkua.

Ratkaisu

Giedrė päätti järjestää "Dance around town" -tapahtuman koko kesän ajalle. Joka perjantai hän kutsuu tanssitunnille tyttöjä, jotka yleensä käyvät hänen tanssitunneillaan. He kokoontuvat yhteen ja tanssivat kouluvuoden aikana oppimiaan liikkeitä. Joka kerta he valitsevat tapahtumalleen eri paikan kaupungissa: kaupungin aukiolla, puistossa, kaupunginmuseon takapihalla jne. He eivät tanssi vain ryhmänä. He kutsuvat kaikkia kaupunkilaisia liittymään mukaan, oppimaan tanssia ja pitämään hauskaa, viihtymään ja nauttimaan. Joskus ihmiset tulevat vain katsomaan heidän tanssiaan. Kesäloman päätteeksi tanssivien joukko on

kasvanut pienestä isommaksi, tanssimaan tulee enemmän ihmisiä, he ovat ystävällisempiä toisilleen, hymyilevät enemmän ja arvostavat aktiivisesti vietettyä aikaa.

Esimerkki 3: Kansallisen juhlapäivän viettäminen

("Vilkaviškisin sauvakävelyseura")

Avainsanat: teemapäivät, sauvakävely, urheilutapahtumat, vapaa-aika

Tausta

Vilkaviškisin sauvakävelyseura sijaitsee Vilkaviškisin kaupungissa Lounais-Liettuassa (9 444 asukasta). Seura on perustettu vuonna 2013. Seuran päätavoitteena on edistää sauvakävelyä ja järjestää laadukasta vapaa-aikaa seuran jäsenille ja heidän perheilleen sekä kaupungin asukkaille. He järjestävät vaellusmatkoja Liettuassa ja ulkomailla sekä suuria urheilutapahtumia alueen kauneimmilla alueilla.

Haaste

Liettuassa yleisiä vapaapäiviä juhliitaan yleensä kulttuuritoiminnalla, kun ihmiset kokoontuvat yhteen paikkaan tai isoon saliin. He istuvat enimmäkseen passiivisesti ja kuuntelevat musiikkia tai katsovat taiteilijoiden esityksiä. Tulisielu Irma Vilkaviškisin sauvakävelyseurasta on tunnettu henkilö ja hän osallistuu mielellään kaikkiin suuriin tapahtumiin ja juhliin. Hän on kuitenkin aina täynnä energiaa ja innostusta, ja hänen on jotenkin vaikeaa vain istua 2-3 tuntia samassa paikassa katsomassa esityksiä. Hänen mielestään myöskään nuoret ja lapset eivät halua osallistua tällaiseen tapahtumaan sen passiivisen sisällön ja toiminnan vuoksi. Tällä kertaa Irma päätti, että aikaa voisi käyttää aktiivisemmin, jos kerran on kehitetty myös liikunnallisia menetelmiä.

Ratkaisu

Vilkaviškisin sauvakävelyseurassa kehitettiin ratkaisu tähän haasteeseen järjestämällä itse ohjelmaa. Liettuan itsenäisyyspäivänä – 11. maaliskuuta – he järjestävät suuren vaellustapahtuman kaikille kiinnostuneille.

Seuran jäseniä, heidän perheitään ja ystäviään, vilkaviškilaisia sekä muita kaupunkia ja alueita kannustetaan liittymään mukaan. Osallistujat voivat valita, haluavatko he kävellä kävelysauvojen kanssa vai vain tavallisia kävelylenkkejä. Urheiluseura tarjoaa tilat tapahtumia, välipaloja ja matkamuistoja varten. Irma tekee aina tapahtumalle erikoisreitin, koska hän on myös koulutettu opas. Reitti on aina erilainen. Osallistujia pyydetään pukeutumaan Liettuan lipun värisiin vaatteisiin. Jossain kävelyreitillä varrella pysähdytään syömään välipalaa, ja perinteenä on laulaa Liettuan kansallislaulu. Viime vuonna se tehtiin kukkulalla. Tämä on tapa yhdistää perinteitä, yhteishenkeä ja kaikille hyödyllistä toimintaa.



LFO

Leiria Flying Objects



PORTUGAL



Esimerkki 1: Clara Leão Tanssikoulu – jossa kaikki voivat tanssia!

Avainsanat: osallisuus, innovaatio, tanssi

Tausta

Clara Leão päätti tulla suurkaupungista Portosta pienempään Leiriaan. Hän oli nuori, eikä Leiriassa tuolloin tapahtunut paljon. Hän aloitti koulunsa opettamalla oppilailleen sitä, mitä hänelle oli opetettu. Alku oli rankkaa, sillä Leirian ihmisten välillä ei ollut yhteisöllisyyttä tai vuorovaikutusta eikä juurikaan tapahtumia, joissa hän olisi päässyt esittelemään töitään.

Haaste

Alussa Leiria oli hyvin pieni kaupunki, hyvin suljettu, jossa ei tapahtunut juuri mitään. Kaupungissa järjestettiin vain musiikkifestivaali. Tanssikoulun perustaminen ei ollut helppoa, eikä Clara löytänyt mallia, jota voisi koulussaan soveltaa. Sitten Leiria alkoi kasvaa, tanssikouluja ilmestyi lisää, ja markkinoinnista ja opiskelijoiden houkuttelemisesta tuli vaikeampaa, koska monet vanhemmat halusivat vain lastensa "loistavan". Pandemian aikana tanssin opettaminen etenkin vanhemmille opiskelijoille oli myös vaikeaa.

Ratkaisu

Clara päätti, että hänen koulustaan tulisi "ihmisten koulu". Yritettyään kokeilla erilaisia tanssin opetustyyliä, joista mikään ei vastannut hänen toiveisiinsa, hän tajusi, että ihmiset olivat se asia, joka inspiroi häntä. Sillä ei olisi väliä, jos hänen oppilaansa olisivat vanhoja, nuoria, lihavia, laihoja, pitkiä, ontuvia, taitavia ihmisiä, keitä tahansa – jokainen voisi tanssia. Kaikki olivat tervetulleita oppimaan tanssia. Hän alkoi tehdä monipuolisempia tapahtumia ja projekteja eri kohderyhmien kanssa, myös yhteisöprojekteja. Ja monet opiskelijat saapuivat paikalle. Vanhukset, pienet lapset, vangit ja jopa jotkut aikuiset, jotka eivät olleet koskaan ennen tanssineet. Hän päätti myös yrittää

vaikuttaa ihmisten elämänlaatuun ja antaa heille pieniä kokemuksia, joista tulisi tärkeitä muistoja. Vanhemmat harrastajat alkoivat ymmärtää näiden kokemusten tärkeyttä ja sitä, kuinka heistä alkoi tulla parempia ihmisiä sen ansiosta. Täällä iäkkäät opiskelijat tuntevat olonsa tanssituntien aloittamisen jälkeen elävämmiksi, osaavat ilmaista itseään uusilla tavoilla ja voivat tehdä asioita, joita eivät koskaan uskoneet voivansa. Hän löysi myös luovan tanssin, jossa lapset voivat ilmaista itseään omalla tavallaan ja luoda monia asioita mielikuvituksestaan ja tarinoistaan. Pandemiasulun aikana Clara pystyi antamaan Zoom-tunteja jopa iäkkäille opiskelijoille, ja se oli heille loistava tapa käsitellä kaikkea tapahtuvaa. Tässä koulussa jokainen voi loistaa omalla tavallaan.

Esimerkki 2: Center Orienteering Club – Perheen yhteinen suunnistusharrastus

Avainsanat: perheen rooli, suunnistus, urheilutapahtumat

Tausta

Isabel lähti mukaan Orienteering Clubin toimintaan Leiriassa miehensä kannustamana vuosi sen perustamisen jälkeen, vuonna 1998. Seura alkoi järjestää suunnistustoimintaa ja pian sen jälkeen hän alkoi osallistua suunnistustoimintaan. Isabel teki vähän kaikkea seurassa, hän oli urheilija, varustevastaava, kokki, rahastonhoitaja. Seura kasvoi erittäin nopeasti ja niin nopeasti, että Portugalin suunnistusliitto luotti siihen ja antoi vastuun suunnistuskilpailujen järjestämisestä Leirian alueella. Vuonna 2002 suunnistusseura vastasi "Portugal'O'Meeting" -tapahtuman järjestämisestä. Osallistujia oli peräti 1 000 4 päivän aikana. Isabelin mukaan tämä on Portugalin upein suunnistuskilpailu. Hän auttoi myös veteraanien maailmanmestaruuskilpailujen järjestämisessä vuonna 2008, joka kokosi noin 4 000 osallistujaa.

Haaste

Isabelille yksi suurimmista ongelmista oli vapaaehtoisten johtaminen, organisoiminen ja aikataulutus. Useisiin tehtäviin motivoiminen on aina vaikeaa, varsinkin kun kyseessä on vapaaehtoistyö. Lisäksi oli vielä vaikeampaa saada ihmisiä liittymään seuraan valmentajiksi. Hän sanoo, että nykyään on yhä vaikeampaa saada valmentajia ja kouluttaa heitä.

Nykyiset alkavat vanhentua ja heidän on vaikea jatkaa. Siten on vaikeaa pitää yllä seuran toimintavarmuutta. Vanhimmat jäsenet, jotka ovat olleet seurassa alusta asti, ovat niitä, jotka voivat johtaa seuran toimintaa ja viedä sitä eteenpäin, mutta joskus tarvitaan nuorta verta.

Ratkaisu

Vuonna 2010 seura teki selvityksen nuorten urheilijoiden pääasiallisista syistä suunnistusharrastukselle. Selvityksessä todettiin, että suurimpia kannustajia olivat perhe ja koulu. Sieltä syntyi ajatus aloittaa aktiviteetteja ja kilpailuja, joihin kaikki perheenjäsenet voivat osallistua. Antaa lapsille ja nuorille helppolukuiset kartat, ei numeroilla vaan piirustuksilla varustetut, joilla he voivat löytää rasteja. Näin vanhemmat voisivat tehdä asioita yhdessä lasten kanssa. Seura aloitti myös yhteistyön koulujen kanssa ja esitteli lajia oppilaille. Monet heistä eivät tienneet suunnistuksesta, kokeilivat sitä ja nauttivat siitä paljon. Monet heistä lähtivät perheineen mukaan seuran toimintaan ja ymmärsivät, että he voivat nähdä uusia paikkoja ja pitää hauskaa liikkeudessaan. Myös monet seurasta hetken poissa olleet päättivät palata lastensa kanssa, mikä myös lisäsi urheilijoiden määrää seurassa.

Talven aikana seura kehitti myös harjoitusratoja, joilla oli rasteja metsässä ja useita piirrettyjä polkuja, jotta urheilijat pääsivät harjoittelemaan yksin aina kun halusivat. Myös huipputason ulkomaalaisurheilijoita vieraili talven harjoitusradalla, koska he eivät päässeet harjoittelemaan omassa maassaan vaikean sään vuoksi.

Tapahtuneiden metsäpalojen vuoksi seura päätti muuttaa läheisille maaseutualueille, joissa yritetään edelleen kehittää kaikkia näitä toimintoja, jotka mahdollistavat seuran kasvun ja tuovat lisää vapaaehtoisia toimintaan.

Esimerkki 3: Manuel Sousa – En koskaan luovu urheilusta

Avainsanat: lannistumattomuus, haaste, urheilu kaikille (osallisuus)

Tausta

Manuel joutui onnettomuuteen 20-vuotiaana, ja koripallon ansiosta hän pystyi selviytymään siitä. Hän perusti koripallojoukkueen ja yhdistyksen itse. Hän edusti Portugalia kelaajana eri maissa. Yksi hänen merkittävimmistä hetkistään oli, kun hän lähti Japaniin. Hän oli jo voittanut Portugalissa kaiken mitä voi. Hän onnistui olemaan toiseksi paras eurooppalainen kyseisessä kilpailussa (puolimaraton) ja päihitti Portugalin ennätyksen. Vielä yksi hänen upeista muistoistaan on ensimmäinen Portugalissa tehty vammautuneen laskuvarjohyppy, sillä se oli hänen unelmansa. Sen jälkeen hän osallistui myös useisiin kansainvälisiin laskuvarjoturnauksiin. Manuel on henkilö, joka on innokas kokeilemaan uusia haasteita, sillä hän on harrastanut monenlaisia urheilulajeja maratoneista ja laskuvarjohypystä purjehdukseen ja kartingiin ja odottaa innolla uusia haasteita, kuten benjihyppyä.

Haaste

Manuel on ollut halvaantunut 47 vuotta. Hän kohtasi aluksi vakavia haasteita useilla elämänsä osa-alueilla. Onnettomuuden jälkeen hän ajautui huumeiden ja alkoholin maailmaan, ja hänestä tuli hyvin epäkiitollinen yhteisössään. Kun hän sitten lähti mukaan urheiluun, välineet, joita he tarvitsivat, kuten mukautetut pyörätuolit, olivat erittäin kalliita. Heidän oli muutettava tavallisia pyörätuolejaan voidakseen kilpailla. Silloin järjestelmissä oli myös "vähemmän oikeudenmukaisuutta", koska pisteet eivät perustuneet vammaisuuden tasoon. Myös urheilijoiden kuljetusten ja materiaalien järjestäminen oli vaikeaa. Nykyään yksi Manuelin suurimmista haasteista on saada nuoret vammautuneet mukaan seuraan ja muuttaa heidän asenteitaan.

Mitä tulee kansallisiin ja kansainvälisiin kilpailuihin, Manuel kohtasi jonkin verran syrjintää, ja häntä välteltiin koska hän ei ollut pääkaupungista Lissabonista.

Ratkaisu

Manuelille urheilu oli ratkaisu hänen huonoihin elämäntapoihinsa, jotka hänen elämänsä hallitsivat onnettomuuden jälkeen. Hän yritti saada ihmisten luottamuksen nauttiakseen jälleen yhteiskunnan hyväksyntää ja onnistui siinä urheilun avulla. Hän alkoi kilpailla puolimaratonilla ja maratoneilla, oli sanomalehdissä ja ihmiset alkoivat puhua nähdessään hänet, että hän oli parempaan suuntaan muuttunut mies. Hän alkoi myös pitää luentoja ja muuttui sosiaalisesti syrjäytyneestä miehestä esimerkilliseksi yhteiskunnan jäseneksi.

Urheilun osalta tilanne on parantunut melkoisesti näiden 47 vuoden aikana, monia sääntöjä on mukautettu ja apua saa myös paikallisilta instituutioilta, kuten Marinha Granden kaupungintalolta. Manuelin tekemät kouluvierailut auttavat nuoria ymmärtämään vammaisten ongelmia ja huomaamaan, että myös vammaiset voivat saavuttamaan ihmeellisiä asioita. Nuorten kanssa hän yrittää olla kärsivällinen ja selittää, ettei hän ole paikalla ikuisesti, ja heidän on tehtävä työtä seuran ja sen mahdollisuuksien ylläpitämiseksi. Seura tarvitsee lisää ihmisiä, joilla on nöyryyttä ja tahtoa tehdä työtä nähdäkseen seuran ja sovelletun vammaisurheilulajin kasvavan. Hän pyrkii myös osoittamaan tarinallaan, että ihmiset voivat kääntää elämänsä suunnan, vaikka mitä tapahtuisi. Se onnistuu myös urheilun avulla.



SLOVENIA

SUS

Sports Union of Slovenia



Esimerkki 1: Aktiiviset kouluyhteisöt

Avainsanat: Aktiivikoulu, EU-projektit, työkalut

Tausta

"Urheiluun ja liikuntaan käytettyä aikaa koulutuksessa voitaisiin parantaa edullisesti sekä koulun opetussuunnitelman ulkopuolella että sisällä. Liikuntakasvatusohjelmien laatu ja mukana olevien opettajien pätevyys ovat edelleen huolenaihe monissa jäsenvaltioissa. Yhteistyö urheilujärjestöjen ja oppilaitosten välillä on hyödyllistä molemmille sektoreille ja sitä voidaan tukea yliopistojen taholta. Euroopan komission tiedonanto urheilun eurooppalaisen ulottuvuuden kehittämisestä (Euroopan komissio, 2011).

Haaste

Active School Communities -hankkeen painopiste yhteisön liikuntajärjestöjen ja koulujen välisten yhteyksien vahvistamisessa tarjoaa edullisen ratkaisun koulujen liikunnan ja liikuntakasvatuksen parantamiseen sekä yhteistyömahdollisuuksia luomalla kumppanuuksia sidosryhmien välille. Nämä toimivat jo yhteisötasolla, mutta usein erillään. Tavoitteena on kannustaa lapsia olemaan aktiivisempia.

Todisteet osoittavat, että aktiiviset oppilaat ovat onnellisempia, terveempiä ja oppivat paremmin, joten Active School Communities -hankkeen tavoitteena on tehdä kouluista fyysisesti aktiivisempia paikkoja kaikille nuorille. Tämän projektin tavoitteena on rakentaa yhteisön urheiluorganisaatioiden valmiuksia ja hyödyntää mahdollisia kumppanuuksia peruskoulun ympäristössä. Näin edistetään urheilua ja liikuntaa terveellisten elämäntapojen ja parempien oppimistulosten saavuttamiseksi.

Ratkaisu

EU:n tukema Active School Communities -projekti on julkaissut joukon menetelmiä, jotka auttavat yhteisön urheiluorganisaatioita lähestymään kouluja uudennlaisin ideoin ja työskentelemään koulujen kanssa liikuntaprojekteissa kouluympäristössä ja sen ulkopuolella.

Koripalloseura Orli Postojna (tulisielu Miha Kobe) on käyttänyt tätä projektin työkalupakkia päivittääkseen tarjontaansa ja koripallo-ohjelmiaan paikallisessa yhteisössään sekä vahvistaakseen yhteistyötä sekä paikallisten päättäjien että paikallisten koulujen kanssa.

Aktiivisten kouluyhteisöjen itsearviointityökalu

Itsearviointityökalu on tarkoitettu urheilujärjestöille arvioimaan kykyä työskennellä kouluissa nuorten liikunnan lisäämiseksi. Tämän työkalun kysymysten systemaattinen käsittely auttaa seuroja arvioimaan nykytilanteensa, päättämään tavoitteistaan ja laatimaan reittikartan tavoitteidensa saavuttamiseksi. Itsearvioinnin toteuttamisesta tulisi vastata urheilujärjestön vanhimpien jäsenten, jotka ovat vastuussa nuorista ja yhteisöllisyydestä.

Lataa työkalu: <https://www.slideshare.net/NowWeMOVE/active-school-communities-self-assessment-tool>

Active School Communities Toolkit

Kattavan Active School Communities Toolkit -työkalupaketin tavoitteena on tukea yhteisön urheiluorganisaatioita kumppanuuksien solmimisessa koulujen kanssa niiden nykyisen sitoutumisen tasosta riippumatta. Vasta-alkajat pitävät yksityiskohtaisia neuvoja hyödyllisenä, kun taas toiset eivät välttämättä vaadi niin paljon tietoa, mutta voivat käyttää työkalupakkia arvioidakseen ja parantaakseen nykyisiä toimintatapojaan.

Lataa työkalu: <https://www.slideshare.net/NowWeMOVE/active-school-communities-toolkit-for-community-sports-organisations>

Active School Communities Action Planning Toolkit

Käytäntösuosituksia aktiivisten kouluyhteisöjen luomiseen, jotta koululaiset voivat harjoittaa oikeuttaan LIIKKUA. Käytäntösuositukset edistävät Active School Communities -mallia, jotta yhä useammat urheiluseurat ja koulut osallistuisivat toimintaan ja saisivat paikallisten, kansallisten ja EU:n päättäjien tuen.

Lataa työkalu: <https://www.slideshare.net/NowWeMOVE/active-school-communities-action-planning-toolkit>

Active School Community -toimintasuositukset

Toimintasuosituksia aktiivisten kouluyhteisöjen luomiseen, jotta koululaiset voivat harjoittaa oikeuttaan LIIKKUA. Toimintasuositukset edistävät Active School Communities -mallia, jotta yhä useammat urheiluseurat ja koulut osallistuisivat toimintaan ja saisivat paikallisten, kansallisten ja EU:n päättäjien tuen.

Lataa työkalu: <https://www.slideshare.net/NowWeMOVE/active-school-communities-policy-recommendations>

Näiden menetelmien kehittämisestä ovat vastanneet EU:n Erasmus + -tuetun Active School Communities -projektin kumppanit: BG BeActive (johtava rooli), Youth Sport Trust, Kansainvälinen urheilu- ja kulttuuriliitto (ISCA), Unkarin koulu-urheiluliitto (HSSF), DGI, South Lanarkshire Leisure and Culture, Sport and Citizenship, UISP, Slovenian urheiluliitto ja Willibald Gebhardt Institute.

Esimerkki 2: Tuuli hiuksissasi

(Veter v Laseh)

Avainsanat: kansallinen hanke, tapahtuma, osallisuus

Tausta

Urheilulla on tärkeä rooli yleisen terveyden parantamisessa ja monien muiden terveyteen liittyvien sairauksien vaikutusten vähentämisessä. Säännöllinen liikunta ja urheilun harrastaminen ovat tärkeitä fyysisen ja henkisen kunnon kannalta. Urheilutoiminta auttaa ratkaisemaan paino- ja liikalihavuusongelmia ja sillä on tärkeä osa monien muiden terveyteen liittyvien sairauksien ehkäisyssä tai vähentämisessä. Yksittäisten terveyshyötyjen lisäksi on näyttöä myös urheilun ja liikunnan myönteisistä suorista ja epäsuorista taloudellisista vaikutuksista. Tutkimukset osoittavat, että suuri joukko ihmisiä eri puolilla Eurooppaa ei harrasta liikuntaa. Liikunnan ja urheilutoimintaan osallistumisen puute vaikuttaa vakavasti yleiseen terveyteen, ehkäistävissä olevien sairauksien määrään ja ennenaikaisten kuolemien määrään. Liikkumattomuuteen liittyy myös vakavia sosiaalisia ja taloudellisia kustannuksia (Euroopan komissio).

Haaste

Hankkeella pyritään kannustamaan nuoria osallistumaan urheiluun ja liikuntaan sekä vahvistamaan paikallisten liikuntajärjestöjen ja koulujen välistä yhteistyötä, jotta lapsille voidaan tarjota mahdollisuuksia olla aktiivisempia.

Ratkaisu

Projektissa on kyse hauskanpidosta ystävien ja perheen kesken urheilun avulla. "Tuuli hiuksissa" on projekti, joka on inspiroinut ja aktivoinut fyysisesti nuoria kaikkialla Sloveniassa viimeisen 26 vuoden ajan. Tällä hankkeella Slovenian Urheiluliitto (SUS) tavoittaa ja kokoaa yhteen 12 000 ihmistä vuosittain.

Kyseessä on Slovenian suurin lapsille ja nuorille suunnattu sosiaalinen urheiluprojekti, jonka avulla voimme herätellä ja rohkaista nuoria ja tarjota heille aktiivisen, ystävällisen, iloisen ja dynaamisen suhtautumistavan elämäänsä ja vapaa-ajan viettoon. Paikalliset järjestäjät pitävät yhden päivän tapahtuman, joka on täynnä erilaisia urheiluaktiviteetteja sekä luovia työpajoja. Tapahtuma pohjautuu tiimihenkeen, yhteistyöhön ja joukkueen jäsenten yhdistämiseen. Ryhmä valitsee, mitä aktiviteetteja he haluavat ja missä järjestyksessä. Kaikki aktiviteetit on valmistettu siten, että lapset, joilla ei ole osaamista, voivat myös osallistua, mutta aktiviteetit ovat silti kiinnostavia niille, jotka jo harjoittavat tiettyä lajia. Motivaatio ja sitoutuminen palkitaan, kun taas toteutuksen tulos ei ole niin tärkeää.

Projektin myötä SUS on vakiinnuttanut paikkansa lasten ja nuorten parissa työskentelevänä yhdistyksenä, ja hanketta toteutetaan paikallisesti yhteistyössä koulujen, urheiluseurojen ja muiden sidosryhmien kanssa. Monet Slovenian Urheiluliiton jäsenet liittyivät hankkeeseen paikallisina järjestäjinä, muun muassa Villages On Move GO -projektissa esiteltyt tulisielut. Iskulauseella "Urheilulla riippuvuutta vastaan" projekti edistää nuorten urheilua ja aktiivista vapaa-ajan viettoa. Ajatuksena on esittää urheilu hauskana, ystävien kanssa harrastettavana ja iloisena harrastuksena sekä parhaana vapaa-ajanviettovaihtoehtona. Hanke lisää myös tietoisuutta kaikenlaisten riippuvuuksien, kuten huumeiden, television ja tietokonepelien, negatiivisista vaikutuksista sekä säännöllisen liikunnan eduista.

Esimerkki 3: Elämä on koripalloa

Avainsanat: osallisuus, koripallo, ammatti

Tausta

Sen lisäksi, että urheilu ja fyysinen aktiivisuus ovat hyödyllisiä osallistujien fyysiselle ja henkiselle terveydelle, ne voivat olla erittäin arvokkaita sosiaalisen osallisuuden ja yhteenkuuluvuuden kannalta. Tällainen toiminta tarjoaa mahdollisuuksia syrjäytyneille ja vähäosaisille ryhmille, kuten esim. maahanmuuttajille ja syrjäytymisvaarassa oleville ihmisille, vuorovaikutukseen ja integroitumiseen muiden yhteiskuntaryhmien kanssa. Urheilu tarjoaa myös mahdollisuuden esitellä kykyjään ja haastaa stereotypioita niille, joilla on jokin vamma. Urheilun sosiaalinen ja yhteiskunnallinen toiminta ei aina saavuta täyttä potentiaaliaan syrjäytyneiden ja vähäosaisten ryhmien kannalta. Monet näistä ryhmistä ovat myös aliedustettuina urheiluammattilaisten, vapaaehtoisten sekä työryhmien ja hallintoelinten jäsenistössä – olipa kyse paikallisesta, kansallisesta tai eurooppalaisesta tasosta.

Urheilua korostetaan EU-neuvoston päätelmissä urheilun roolista – EU-komission urheilua koskevassa tiedonannossa ja EU-neuvoston päätelmissä urheilun vaikutuksesta EU:n talouteen sekä aktiivisen sosiaalisen osallisuuden edistäjänä. Erityisesti komissio on tullut siihen tulokseen, että urheilulla on keskeinen rooli nuorten työllisyyden ja sosiaalisen osallisuuden edistämiseksi. EU:n vammaisstrategia 2010-2020 pyrkii myös voimaannuttamaan vammaisia, jotta he voivat nauttia oikeuksistaan ja osallistua täysipainoisesti yhteiskuntaan (Euroopan komissio).

Boštjan Nachbar ja Siniša Drobňjak ovat entisiä slovenialaisia koripalloilijoita ja ovat "Life is Basketball" -projektin johtajia. He työskentelevät käsi kädessä Kranjin ja Koperin amatööristen toimintakeskusten, Teknologiakeskus Kranjin ja Elementary School Koperin kanssa. Entinen NBA- ja maajoukkuepelaaja Boštjan

Nachbar järjestää oman koripalloleirin, joka on yksi suosituimmista koripalloleiristä Sloveniassa ja Euroopassa.

Leiriä tarjotaan 7–18-vuotiaille pojille ja tytöille, ja se on järjestetty joka kesä, vuodesta 2007 lähtien. Ensimmäinen askel tapahtui, kun ammatilliset toimintakeskukset Kranj ja Koper vierailivat Boštjan Nachbarin koripalloleirillä haastavien lasten ystävyysottelussa vuonna 2009.

Haaste

Haasteena oli koripallon avulla estää vammaisten leimautumista ja mielenterveydellisesti haastavien ihmisten syrjäytymistä yhteiskunnassa. He elävät erilaisissa olosuhteissa, ja heidän on vaikea laajentaa sosiaalista verkostoaan tai oppia uutta.

Ratkaisu

Life is Basketball -projekti käyttää koripalloa yhteisöjen yhtenäisyyden ja syrjäytymisvaarassa olevien ihmisten elämän parantamisen välineenä. Projektin alullepanija Boštjan Nachbar ja projektipäällikkö Siniša Drobnjak työskentelevät yhdessä Slovenian Kranjin ja Koperin kaupunkien peruskoulujen, teknologiakeskusten ja ammatillisten toimintakeskusten kanssa rohkaistakseen mielenterveyden haasteita kokevia hyödyntämään koripalloa integroitumisessa yhteiskuntaan.

"Elämä on koripalloa" -projektin tavoitteena on perustaa säätiö mielenterveyden haasteita kokevien saattamiseksi mukaan nykyaikaiseen motoriseen toimintaan ja antaa heille myös loistava mahdollisuus sosiaalisen verkoston laajentamiseen. Tavoitteena on kehittää mielenterveyden haasteita kokevien ihmisten psykofyysisiä kykyjä ja auttaa heitä sosiaalisesti olemalla vuorovaikutuksessa ja pelaamalla koripalloa tavallisten opiskelijoiden ja muiden ammatillisten toimintakeskusten jäsenten kanssa sekä rohkaista heitä hyväksymään toisensa sellaisena kuin he ovat erilaisine arvoineen ja tottumuksineen. Koripallo voi olla peli, mutta myös hyvä oppimisväline ja jopa elämäntapa. Hyvä olo voi auttaa meitä pääsemään yli monista päivittäin kohtaamistamme esteistä.

Jokaisen koripalloharjoituksen aikana luomme mukavan ja nautinnollisen ilmapiirin kaikille mukana oleville. Projekti auttaa rakentamaan mielenterveyden haasteita kokevien ihmisten ja heidän perheidensä sosiaalista verkostoa, sillä tällä on keskeinen rooli heidän itseluottamuksensa ja elämänlaatunsa kannalta.

Aluksi kyse oli vain ystävyysottelusta Boki Nachbar -koripalloleirillä, mutta nyt yhä useammat ammatilliset toimintakeskukset ovat liittyneet mukaan projektiin ja tarjoavat säännöllisiä koripalloharjoituksia opiskelijoilleen. Hankkeen yhteinen periaate on: Olemme kaikki yhtä!

Ammatillisten keskusten opiskelijat käyvät lukukauden aikana pelaamassa kerran kuukaudessa. He harjoittelevat yhdessä, pelaavat koripalloa ja oppivat koripallon perustaitoja. He kaikki nauttivat harjoittelusta yhdessä sekaryhmissä.

Esimerkki 1: Vapaaehtoisystävällinen urheiluseura

Avainsanat: vapaaehtoisten rekrytointi, hallitus/jaosto-organisaatio, nuorten sitoutuminen

Tausta

Jo Van Driessche on tennisseuran (ja nyt myös padelseuran) puheenjohtaja Eeklossa (kaupunki Belgian Itä-Flanderin maakunnassa). Seuran jäsenmäärä on kasvanut huomattavasti viimeisen kymmenen vuoden aikana. Nyt jäseniä on noin 600, taaperoista aina yli 70-vuotiaisiin, minkä seurauksena työtä on enemmän ja vapaaehtoisia tarvitaan lisää. Jon mukaan seuran tulevaisuuden takaaminen riippuu sen kyvystä työskennellä näiden vapaaehtoisten kanssa.

Jo uskoo, että seurassa mukana olevat ihmiset voivat saada aikaan myönteisiä muutoksia eri tasoilla. Tämä voi tapahtua palkkaamalla erittäin motivoitunut sihteeri, joka toimii myös esimiestehtävässä, tukemalla uuden puheenjohtajan valintaa neljän vuoden välein ja kannustamalla nuoria osallistumaan. Tämä "uutta verta, uudet tuulet" -mentaliteetti, kuten hän sanoo, voi auttaa kehittämään seuran eri osa-alueita ja pysymään ajan hermolla tulevaisuudessa.

Seuralla on vain muutama palkattu työntekijä, loput ovat vapaaehtoisia. Jo kiittää vapaaehtoisia usein heidän sanoistaan ja teoistaan. He kutsuvat vapaaehtoisia ja yhteistyökumppaneita illalliselle/rantailtaan, jossa on erilaisia pelejä tai vesiurheilulajeja. Illallisista ja peli-illoista otetaan myös kuvia, jotka jaetaan sitten sosiaalisen median kanaviin. Julkaisemalla kuvia muut ihmiset motivoituvat liittymään urheiluseuraan vapaaehtoiseksi.

Haaste

Seuran mielestä ilman uusia vapaaehtoisia ja nuoria vapaaehtoisia seuran saama tuki hiipuu ja eikä toiminta ole enää kestävä. Jo on utelias näkemään, kuinka muut seuravat hoitavat vapaaehtoistyön sekä



rekrytoinnin ja johtamisen, koska hyviä käytäntöjä voitaisiin jakaa paremmin vapaaehtoistyöntekijöihin tukeutuvien organisaatioiden välillä.

Ratkaisu

Jo ilmoittautui yhdessä toisen hallituksen jäsenen kanssa kurssille, joka käsitteli vapaaehtoisystävällistä urheiluseuraa. Hän oppi asioita, joita hän voisi toteuttaa urheiluseurassa, sekä kuinka kehittää seuran olemassa olevia hyviä puolia. Ohjelman aikana he tapasivat jäseniä kajakkiseurasta, joka oli perustanut nuorisotoimikunnan, johon kuuluivat kaikki 15–22-vuotiaat nuoret. Jo toi idean käyttöön omaan seuraansa ja perusti nuorisotoimikunnan, joka sai tehdä erilaisia tehtäviä. Antamalla heille tämän vapauden, nuoret päätyivät osallistumaan enemmän urheiluseuran toimintaan. Nuorisotoimikunta on sittemmin oppinut erilaisia varainhankinnan ja tapahtumasuunnittelun tapoja, jotka ovat johtaneet onnistuneisiin projekteihin, kuten rahankeräykseen hyväntekeväisyysjärjestöille sekä projekteihin seuran infrastruktuurin parantamiseksi.

Lisäksi Jo haluaa koota tiedot kaikista urheiluseurassa suoritettavista tehtävistä ja antaa enemmän vastuuta nuorisotoimikunnalle, jotta he oppivat lisää seurasta ja voivat edelleen olla osa seuraa ja mahdollisesti kasvaa muihin rooleihin. Jo oppi myös kurssilla, että nuorten jäsenten oli tärkeää valita heitä kiinnostava tehtävä, joka voi auttaa heitä sitoutumaan positiivisesti seuraan.

Jo on käyttänyt toimikuntia helpottaakseen puheenjohtajan työtaakkaa erityisesti tietyissä tapahtumissa sekä päivittäisessä ylläpidossa. Tällä hetkellä jokaisessa toimikunnassa on mukana yksi hallituksen jäsen esimiestehtävissä, joka auttaa siten vastuiden jakamisessa. Uusia toimikuntia perustetaan tarpeen mukaan. Esimerkiksi Jo haluaa perustaa viestintä- ja padeltoimikunnan. Vapaaehtoisten ja hallituksen jäsenten osaamisen ja kiinnostuksen kohteiden yhteensovittaminen toimikuntien tehtäviin voi auttaa ylläpitämään kiinnostusta osallistumiseen.

Jo uskoo, että on tärkeää kiittää KAIKKIA vapaaehtoisia, ja hän on oppinut erilaisia tapoja ylläpitää viestintää vapaaehtoisten kanssa ja osoittaa heille arvostusta.

Pienet teot, kuten viestit WhatsApp-ryhmissä tai satunnainen puhelu, ovat edesauttaneet siinä, että muut vapaaehtoiset jatkavat työtään ja ymmärtävät, että työtä ei pidetä itsestäänselvyytenä. Jo on myös oppinut, että seuran on tärkeää olla läpinäkyvä, erityisesti vapaaehtoisten kannalta. Seuran menestys on riippuvaista vapaaehtoisista, ja johdon pitää kertoa tämä vapaaehtoisille.

Esimerkki 2: Kouluttamattomat kouluttajat

Avainsanat: valmentajat/kouluttajat (opastus), resurssien jakaminen, resilienssi

Tausta

Tausta Vuonna 1988, 31-vuotiaana, Jan Smeyers ja hänen vaimonsa liittyivät jousimiesten kiltaan. Vuotta myöhemmin hänet valittiin kilpailussa killan kuninkaaksi ja vuonna 1991 hänet valittiin tämän ampujakillan päälliköksi (puheenjohtajaksi), jota hän on edelleenkin. Kilta ei ole vain ampujien kilta (käsijousi), vaan myös kulttuuriyhdistys. Vuonna 2022 kilta täyttää 600 vuotta. Heidän velvollisuutensa on ylläpitää ja säilyttää kiltan arkistoja, jotta he voivat siirtää ne tuleville sukupolville. Tähän päivään asti killan jäsenet ovat harrastaneet jousiammuntaa. Viime vuonna kiltaan liittyi 12 nuorta jousiampujaa (35-40-vuotiaita). He harjoittelevat jousiammuntaa viikoittain, kesällä ulkona ja talvella sisällä. Kesäisin he osallistuvat viikonloppukilpailuihin muita kiltoja vastaan Kempenissä (Pohjois-Belgia), mutta koronaviruspandemian vuoksi tämä ei ole viime vuosina toteutunut.

Haaste

Killan ongelmana on, että heillä ei ole tarpeeksi opettajia, jotka todella tuntevat tekniset taidot yksityiskohtaisesti ja osaavat välittää ne nuorille.

Ratkaisu

Tähän ongelmaan on useita ratkaisuja. Ensinnäkin itse seurassa heidän on selvitettävä, kenellä on tekniset taidot. Tarvittaessa he voivat pyytää tätä henkilöä ottamaan yhteyttä johonkin opetusmenetelmiä tuntevaan opettajaan oppiakseen opettamaan taitoja paremmin. Lisäksi he voivat käyttää muiden kiltojen tietämystä. Flanderissa on useita muita kiltoja, joissa voi olla jäseniä, jotka hallitsevat tekniset taidot. Flanderissa on myös ohjaajakursseja.

Flanderin Trainers School on ainoa virallinen urheilujohtamiskoulutuksen akkreditointielin Flanderissa, ja se järjestää paljon koulutusmahdollisuuksia: ammatti-, valmennus- ja urheilukoulutusta. Jäsen voi rekisteröityä tällaiseen koulutukseen oppiakseen teknisiä taitoja ja niiden selittämistä ja opettamista. Nämä kurssit ovat maksullisia ja ne jakautuvat usein useille päiville. Siksi se edellyttää jäseneltä tarvittavaa sitoutumista.

Tarkkuusammunta (esimerkki):

Tämän kurssin suorittamalla osallistuja oppii ohjaamaan aloittelija- ja/tai harrasteampujia (lapset, nuoret ja aikuiset) seuratasolla ottaen huomioon kohderyhmän. Kurssille osallistuja hankkii taidot, joilla hänen ohjauksessaan harrasteampujat saavuttavat oppimistavoitteet mukautettujen lajin teknisten ja taktisten harjoitusten avulla.

Jäsenen on suoritettava neljä moduulia tullakseen lopulta ohjaajaksi.

Moduuli 1: General Initiator Course (15 tuntia, 50 euroa)

Moduuli 2: Sport Technical Module Goal Shooting Initiator (21 tuntia, 75 euroa)

Moduuli 3: Didactic- methodical module Goal Shooting initiator (14 tuntia ja 60 euroa)

Moduuli 4: Target Shooting Initiator Training Module (8 tuntia ja 5 euroa)

Esimerkki 3: Vanhempien pelkojen hälvettäminen

Avainsanat: pelot, vanhempien osallistuminen, yhteisön rakentaminen

Tausta

Leuven Bears-on-Wheels (LBOW) on yksi suuren emoseuran Stella Artois Leuven Bearsin seniorijoukkueista (pyörätuolikoripallo). He pelaavat National Leaguessa ja voittivat kahdesti Flanderin Cupin ja Belgian Cupin. Tällä kaudella he pelaavat kansallisen tason pelaajien ydinjoukkueen kanssa ja eri yhdistelmällä kansallisessa divisioonassa. Joukkue osallistuu myös virkistysturnausten sarjaan, jotta aloittelevilla pelaajilla ja harrastusmielessä pelaavilla on mahdollisuus osallistua.

Joukkueessa on noin 20 pelaajaa aloittelijoista kokeneisiin urheilijoihin. Kansallisliigassa kilpailevat kokeneimmat pelaajat ja vahvistusta on hankittu lupaavista lahjakkuuksista. Näitä pelaajia johtavat Servaas Kamerling, Kor van der Werf ja Jan Van Bael sekä Danny Sacré. Servaas antaa laajan kansainvälisen kokemuksensa joukkueen käyttöön tavoitteenaan joukkueen tason nostaminen. Muutaman lisävoiton tuominen kotiin ja omien mahdollisuuksien puolustaminen onnistuneesti Belgian cupin otteluissa ovat osa tätä... Tai jopa kansallinen mestaruus, jos he uskaltavat haaveilla siitä.

Molemmat joukkueet toimivat Basketball Flandersin, entisen Parantee-Psylos - Flander League Disabled Sports -liiton sisällä. Kansallisissa kilpailuissa ne antavat muille pelaajille mahdollisuuden hankkia kokemusta ja kasvaa edelleen. Pyörätuolikoripalloa pelataan sekajoukkueissa, ja naisten panokseen joukkueessa ollaan erittäin tyytyväisiä. Useat nuorisopelaajat harjoittelevat erittäin lujasti JBOW:ssa, ja voivat lopulta vahvistaa joukkuetta kansallisessa kilpailussa. Kaikki nämä pelaajat ovat Servaasin koordinoiman valmentajaryhmän kokeneen johdon alaisina. JBOW:n nuorisokoulutuksesta vastaa Heidi.

Haaste

Freddy Hernou (Bears on Wheels -järjestön koordinaattori) mainitsee ongelman, että vanhemmat usein pelkäävät antaa lapsensa pelata koripalloa pyörätuolissa. Pelko on kynnyks, joka vanhempien on ylitettävä. Vasta sitten he voivat antaa lapsensa pelata koripalloa pyörätuolissa.

Ratkaisu

On olemassa useita tapoja lievittää vanhempien pelkoja. Ensinnäkin on tärkeää, että valmentajat ja seura saavat vanhempien luottamuksen. Tämä voidaan tehdä keskustelemalla kahden kesken vanhempien kanssa ja antamalla vanhempien osallistua harjoitteluun esimerkiksi heittämällä palloa, syöttämällä lapselleen tai jopa kokeilemalla itse pyörätuolia. Jos heidän annetaan tulla mukaan, voivat vanhemmatkin viime kädessä nauttia harjoituksista joka kerta. Lisäksi vanhemmat voidaan saattaa yhteyteen keskenään, jotta he voivat alkaa kehittää yhteisöllisyyttä ja antaa tukea aina johtamisesta kokemusten vaihtoon ja ehkä jopa kimppakyytijärjestelyihin. Lisäksi urheiluseura voi laajentaa mainonta- ja markkinointijärjestelmäänsä saavuttamaan vanhemmat vammaisten lasten leireillä tai tekemällä videon siitä, millaista on pelata koripalloa pyörätuolissa. Lopuksi vanhemmat voivat harkita liittymistä urheiluseuraa koskevia päätöksiä tekevään johtokuntaan. He voivat sitten alkaa järjestää tapahtumia, joiden ansiosta he tuntevat olevansa enemmän mukana lapsensa urheilussa. Lyhyesti sanottuna vanhempien on oltava mukana ennen kuin he antavat lapsensa urheilla.

Esimerkki 1: Nuorten jäsenten uusi tanssikilpailuinnovaatio

Avainsanat: innovaatio, nuoriso, tanssi, urheilukilpailu

XAMK

Kaakkois- Suomen ammattikorkeakoulu



Tausta

Mäntyharjun Virkistys, MäVi, on 100 vuotta vanha monilajinen urheiluseura Itä-Suomessa. Mäntyharjun kunnassa urheilu on erittäin suosittua ja asukkaista yli 10 % on seuran jäseniä. MäVillä on useita eri urheilulajeja, joista suurin on voimistelu ja tanssi yli 300 jäsenellä. Viikoittain on noin 20 ryhmää kaikille ikäryhmille, jotka harjoittavat erilaisia voimistelu- ja tanssimuotoja. Mukana on sekä vapaaehtoisia valmentajia että eri ryhmiä ja joukkueita johtavia ammattilaisia. Nuorilla voimistelijoilla ja tanssijoilla on mahdollisuus aloittaa valmentaminen seurassa ja siihen tarjotaan myös koulutusta. MäVi-voimistelijoilla ja -tanssijoilla on näytös joka kevät ja joulukuuta. MäVi on järjestänyt voimistelu- ja tanssikilpailuja Suomen Voimisteluliiton konseptin mukaisesti.

Haaste

Tanssissa kilpailevilla joukkueilla on pitkät perinteet osallistua kilpailuihin eri puolilla Suomea. Järjestelmä ja eri kategoriat eivät toisinaan täysin vastanneet MäVin joukkueiden odotuksia. Koska tanssin ilo ja varsinkin omien koreografioiden tekemisen ilo on MäVi-tanssijoiden päämotivaatio, he alkoivat kehittää ideaa nuorten tanssijoiden matalan kynnyksen kilpailuista, joissa olisi myös pari- ja soolotanssijakategorioita, koska nämä puuttuivat kilpailuista, joihin he olivat osallistuneet. Kilpailevilla ryhmillä oli myös varsin laajat verkostot ainakin sosiaalisessa mediassa, joten he kehittivät pian kilpailukonseptin markkinointistrategian.

Nuorina seuran jäseninä he halusivat luoda jotain uutta ja jotain omaa eivätkä vain seurata seuran perinteitä.

Ratkaisu

Idea "erilaisesta" tanssikilpailusta esiteltiin MäVi:n voimistelijoiden ja tanssijoiden johtokunnan kokouksessa, kun myös nuoret valmentajat olivat mukana. Kaikki tukivat ideaa, ja tehtävät jaettiin niille vapaaehtoisille, jotka olivat halukkaita osallistumaan tuotantoryhmään. Seuran puheenjohtaja lupasi auttaa ja toimia nuorten mentorina. My Moves oli syntynyt.

Seuralla oli tehtävälista kilpailujen ja tapahtumien järjestämisestä, joten aloittaminen oli helpompaa. Taloudellista tukea saatiin EU:n maatalousrahastosta, Nuoriso-Leaderistä ja osallistuvat joukkueet maksoivat pienen osallistumismaksun. Mäntyharjun kunta tarjosi tilat liikuntahallista.

Suurin innovaatio oli My Moves -konsepti, joka kutsui kokemattomia tanssijoita kilpailemaan ehkä ensimmäistä kertaa, ja kutsu rohkaisi heitä osallistumaan omalla koreografialla. Aktiiviset nuoret kehittivät itse kilpailun säännöt.

Tämän lisäksi markkinointistrategia oli uudenlainen, sillä kutsu julkaistiin sosiaalisessa mediassa ja osoitettiin useimmiten suoraan joukkueille ja valmentajille – ei virallisille yhteyshenkilöille.

Ja lopuksi nuoret kehittivät osallistujille tanssin improvisaatiokilpailun antaakseen jokaiselle tanssijalle mahdollisuuden tuoda esiin luovuuttaan.

Tarvittiin paljon vapaaehtoistyötä järjestelyjen parissa, talkoita kuten suomeksi sanotaan: tilojen varaukset, ilmoittautumisjärjestelmän tekeminen, tuomareiden saaminen, näyttämötekniikka, infopiste, mitalit, diplomit, catering jne. Kyseessä on ollut valtava oppimisprosessi kaikille. Paras palkinto on ollut iloiset osallistujat ja upeat esitykset.

Konsepti on onnistunut ja My Moves on järjestetty jo neljä kertaa. Viime kerralla mukana oli 78 erilaista kilpailevaa esitystä. My Moves kertoo meille, kuinka tärkeää on antaa nuorille mahdollisuus työskennellä omien ideoidensa eteen.

Esimerkki 2: Voimisteluseura kehittää omaa koulutusjärjestelmää saadakseen lisää valmentajia ja tehdäkseen koulutuksesta laadukkaampaa

Avainsanat: valmentajat, voimistelu, tehokas valmentajakoulutus

Tausta

Savonlinnan Voimistelu ja Liikunta on Savonlinnalainen voimisteluseura. Heillä on kilpailevia ryhmiä telinevoimistelussa. Lisäksi heillä on harrasteryhmiä telinevoimistelussa, joukkuevoimistelussa, perhevoimistelussa, ilmainen kuntosali, aikuisten ryhmiä, parkouria ja cheerleadingiä. Seuralla on 400 jäsentä ja oma halli, kooltaan 700 neliömetriä.

Lisäpalveluina he järjestävät kuntosalilla syntymäpäiviä ja Puuhapäiviä, jolloin kuntosali on lasten ja nuorten vapaassa käytössä (pienellä sisäänpääsymaksulla). Kävijöitä on ollut yleensä yli 100. SaVoLissa on 30 ohjaajaa ja kaksi kokopäiväistä työntekijää. Ohjaajat saavat palkkaa työstään.

Haaste

Seurassa uusille valmentajille on jatkuva tarve. Nuoret muuttavat opintojensa jälkeen pois Savonlinnasta. Toisaalta he saavat myös uusia valmentajia nuorista, jotka tulevat opiskelemaan Savonlinnaan. Suomen Voimisteluliitolla on koulutusjärjestelmä uusille valmentajille, mutta seuran tarpeisiin se ei aina vastaa. Uusilla valmentajilla on vahva tausta omasta lajistaan, telinevoimistelusta, ja he haluavat keskittyä siihen. Siksi SaVoLi-seura haluaa käyttää omia kokeneita kouluttajiaan ja valmentajiaan omassa koulutusjärjestelmässään.

Seuran kokeneet valmentajat viettävät uusien tulokkaiden seurassa vähintään yhden päivän joka kausi. Heille kerrotaan, miten hallin eri laitteet ja alueet toimivat ja miten harjoituksista tulisi tehokkaimpia.

Seuran valmentajilla on myös yhteisiä kehittämisiltoja, joissa he suunnittelevat toimintaa erittäin kompaktissa salissa. He kehittävät ideoita siitä, "miten tehdä jotain erilaista" laitteilla.

Uuden valmentajan polku alkaa työskentelyllä kokeneemman apuvalmentajana. Näin myös seuran työkalut pysyy vahvana. Tietenkin seura ostaa kursseja myös ulkopuolelta, mutta ne ovat useimmissa tapauksissa räätälöityjä juuri heidän tarpeisiinsa. Heillä on ollut kursseja, kuten "Kuinka avustaa" - eri liikkeiden avustaminen (kuten voltti), "Kuinka kohdata ja olla vuorovaikutuksessa joukkueen kanssa", "Monipuolinen voimistelu", jne.

He myös pitävät huolta voimistelijoidensa terveydestä ja pitävät kolmen tunnin fysioterapeutin luentoja, joissa keskitytään eri kehon osiin ja telinevoimistelun turvallisiin suoritustapoihin. Fysioterapeutti tuntee SaVoLin salin olosuhteet, sillä hän oli aiemmin itse kilpaileva voimistelija. Seura on käyttänyt projektirahoitusta tehdäkseen videoalustan, joka auttaa ohjaamaan ja suunnittelemaan oppitunteja.

Ratkaisu

Suurin osa valmentajista tulee itse seurasta. Nuoret voimistelijat kiinnostuvat valmennuksesta. He saavat myös uusia ohjaajia Xamkin ammattikorkeakoulun opiskelijoista, kun he opiskelevat liikuntaohjaajiksi Savonlinnassa. Tämä yhteistyö on tuonut lisää osaamista cheerleadingin aloittamiseen seurassa.

SaVoLissa valmentajien on helpompi osallistua koulutuksiin, kun ne järjestetään heidän kotikaupungissaan ja omalla hallilla. Se on myös kannattavaa, koska he saavat erityisesti telinevoimistelukoulutusta, eivätkä vain yleisellä tasolla kuten usein liiton koulutuksissa.

Seuralle järjestelmä on kustannustehokas, ja he pystyvät ylläpitämään koulutuksen laatutasoa ja myös seuran harjoittelukulttuuria. Kuten monissa Suomen seuroissa, myös SaVoLissa on koulutustason mukaiset luokat palkkauksessa. Myös valmentajat hyötyvät koulutuksiin osallistumisesta sillä tavalla. Savonlinnassa voidaan olla ylpeitä valmentajien koulutuslaadusta.

Vaikka koulutukset ovat helposti saavutettavissa, ei ole aina helppoa motivoida valmentajia osallistumaan koulutuksiin. Henkilökunnan tulee olla henkilökohtaisesti yhteydessä valmentajiin saadakseen heidät mukaan. Useimmissa tapauksissa, kun osallistut ensimmäiseen koulutukseen – saat inspiraatiota oppia lisää ja seurata koulutuspolkua. Lyhyet yhden päivän koulutukset ovat suosituimpia – ja ne on myös helpompi järjestää kuin 2-3 päivän koulutukset. COVID19:n aikana monet koulutukset ovat olleet verkossa.

SaVoLilla oli kaudella 2020-2021 Voimisteluliiton koulutuksissa 50 valmentajaa. Niistä 27 oli räätälöityjä koulutuksia vain SaVoLille. Omissa koulutuksissa heillä oli 15 valmentajaa. Cheerleading-liiton koulutuksiin osallistui 5 valmentajaa.

Esimerkki 3: Fyysisesti aktiivisen elämäntavan edistäminen digitaalisilla työkaluilla Thing Link ja Seppo.io

Avainsanat: digitaaliset työkalut, ulkoilu, fyysinen aktivointi, koulut

Tausta

Anna Haapalainen on liikunnanopettaja Mikkelissä. Hän on menestyksekkäästi käyttänyt useita digitaalisia työkaluja edistääkseen oppilaidensa motivaatiota liikuntaan koulussa, liikuntatunneilla sekä muilla tunneilla ja tauoilla.

Haaste

Haasteena oli saada lisää liikuntaa koulupäivien aikana. Annan mielestä on erittäin tärkeää, että oppilaat osallistuvat itse suunnitteluprosessiin. Näin he motivoituvat tekemään kaikkia aktiviteetteja.

Ratkaisu

Joulukalenterihaasteessa koulun opettajien vastuulla oli kehittää aktiviteetti ja tehdä siitä video. He kehittivät ideoita tietysti oppilaidensa kanssa. Kriittisin kohta oli videon tekeminen ja sen toimittaminen Annalle. Mutta teknistä tukea oli saatavilla. Koko koulu saattoi seurata kampanjan menestystä Youtuben kautta. He näkivät, kuinka monta kertaa videot katsottiin. Tulokset olivat 300-1165 kertaa/video.

Tulevaisuudessa Anna haluaa edelleen kehittää tällaisia haasteita tekemällä niistä entistä enemmän pelien kaltaisia. Tämä on mahdollista Seppo.io-sovelluksella. Tämä sovellus vaatii lisenssin. Kun Anna työskenteli vuonna 2016 pienemmässä koulussa, Ristiinan yhtenäiskoulussa, he loivat 150 oppilaan kanssa aktivoivan joulukalenterin Thing Linkin kautta, <https://www.thinglink.com/>

Eräänä päivänä kaikkien luokkien haasteena oli järjestää esitys tuolien kanssa.

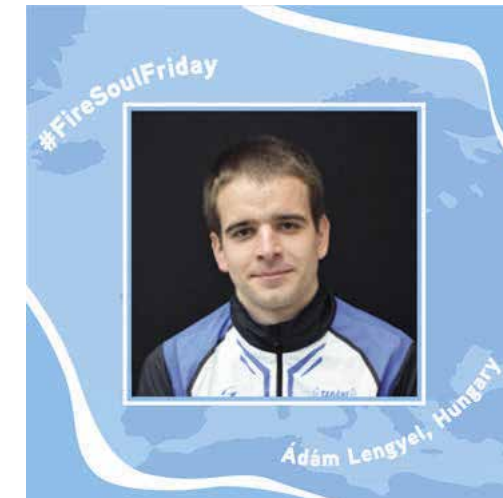
Tuoliralli: Kun oppilaat näkivät myös opettajiensa ja koulun henkilökunnan pitävän hauskaa liikunnan parissa, he motivoituivat myös itse. <https://youtu.be/tauDGDlk6ml>

Koulun oppilaat osallistuivat myös kansalliseen haasteeseen, Koko Suomi tanssii, kun Suomi juhli 100-vuotista itsenäisyyttään:

Joulukalenterikampanjan aikana uusi Liikkuva koulu-konsepti Suomessa sai huomiota koulussa. He saivat paljon ideoita kaikkien oppituntien aktivoimiseksi. Asenne liikuntaa kohtaan koko koulupäivän aikana muuttui. Se vahvisti yhteistyötä koulussa ja oppilaiden ideat tulivat kuulluksi. Oppilaat saivat näyttää taitonsa. Myös tietotekniset taidot kehittyivät paljon – niin oppilaiden kuin opettajien mielestä.

Aikataulut ovat aina haastavia. Myös tekninen tuki vaati lisää aikaa. Muita Annan toteuttamia ideoita ovat digitaaliset Liikunta-Bingot, joissa pääsee vierailemaan useimmissa Mikkelin urheiluseuroissa ja kokeilemaan, mikä laji sopisi sinulle parhaiten.

FIRE SOULS



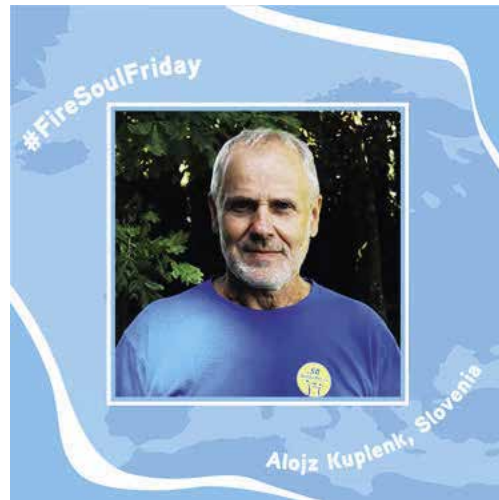
Ádám Lengyel is representing Tabáni Spartacus SKE which is the biggest orienteering club in Hungary. Ádám is a very young but enthusiastic orienteering coach in the club and also the executive president. He trains mainly children.

Lengyel Ádám képviseli a Tabáni Spartacus SKE-t, amely Magyarország legnagyobb tájfutó klubja. Ádám nagyon fiatal, de lelkes tájfutó edző, és ügyvezető elnök is a klubban. Főleg gyerekeket oktat.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Ádám Lengyel | VOMGO](#)

Organization: <http://www.tabanispartacus.hu/tajfuto/wordpress/>

Email: lengyel.adam96@gmail.com



Alojz and Stanka Kuplenk represent sports club Sports club Dobropolje that was established in 1995. Municipality Dobropolje has 3850 citizens. Alojz Kuplenk is the president of Sports club Dobropolje and he is responsible for organisation and coordination of club's programmes: recreative basketball, volleyball and futsal. They have also organized exercise programme for adults and elderly. The club has 120 members, 4 trainers and 10 volunteers.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Alojz and Stanka Kuplenk | VOMGO](#)

Organization: [Sports club Dobropolje](#)

Email: sd.dobropolje@siol.net

Športno društvo se nahaja v vasi Dobropolje in je bilo ustanovljeno leta 1995. Občina Dobropolje ima 3850 prebivalcev. Stankin mož Alojz Kuplenk je predsednik društva in je odgovoren za organizacijo in koordinacijo športnih programov društva, ki vključujejo rekreativno košarko, rekreativno odbojko, futsal, in vodene vadbe za starejše. Društvo ima 120 članov, 4 trenerje in 10 prostovoljcev.



Andreas Theodorou is a nature and outdoors lover and enthusiast. He has established the Cyprus Downhill Club and he has been a professional mountain biker for the last 3 years, racing both in local and international events.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Andreas Theodorou | VOMGO](#)

Organization: [Cyprus Downhill Club](#)

Email: andreas190593@gmail.com

Λάτρης της φύσης και της υπαίθρου. Είναι επαγγελματίας ποδηλατικής κατάβασης τα τελευταία 3 χρόνια, και αγωνίζεται σε τοπικούς και διεθνείς αγώνες.



Anna Astikainen is a gymnast from her heart. She has created her own job in Savonlinnan Voimistelu ja Liikunta artistic gymnastic club. After a big investment she now works in a new built gym as the executive manager.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Anna Astikainen | VOMGO](#)

Organization: [Savonlinnan Voimistelu ja Liikunta](#)

Email: savoli@outlook.com

Anna Astikainen on sydämeltään voimistelija. Hän on luonut oman työpaikkansa Savonlinnan Voimistelu ja liikunta – telinevoimistelu-seurassa. Suuren investoinnin jälkeen hän saa nyt työskennellä toiminnanjohtajana täysin uudessa salissa.



Anna Haapalainen is a Physical Education and health education teacher from Mikkeli, Finland. She uses several digital apps and in PE and health education, where she has developed several materials herself and shared them for colleagues.

For this work she has been nominated “*The teacher of Health education of the year*” in Finland. Anna loves her work, and she is active also herself when having free time. Gymnastics, dance and outdoor activities give her joy and wellbeing.

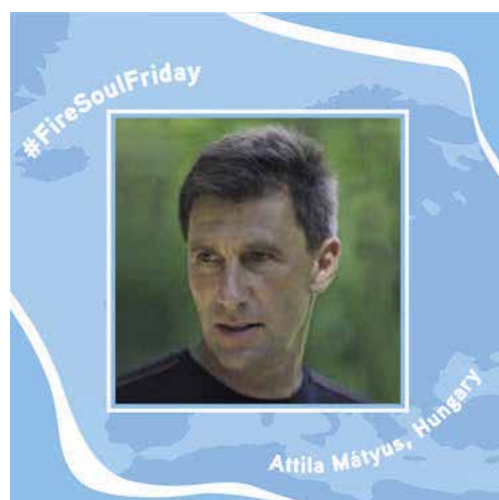
Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Anna Haapalainen | VOMGO](#)

Organization: [Rantakylä school in Mikkeli](#)

Email: anna.haapalainen@sivistys.mikkeli.fi

Anna Haapalainen on liikunnan ja terveystiedon opettaja Mikkelin Rantakylän yhtenäiskoulusta. Hän käyttää opetuksessaan lukuisia eri digitaalisia sovelluksia ja tekee niihin materiaaleja, joita hän jakaa myös kollegoidensa kanssa.

Anna on valittu ansioistaan Vuoden terveystiedon opettajaksi Suomessa. Anna rakastaa työtään ja liikkuu itsekin aktiivisesti vapaa-aikanaan. Voimistelu, tanssi ja ulkoilu antavat hänelle iloa ja hyvinvointia.



Attila Mátyus is the president of Crosskovácsi SKE. The club organizes the annual event of the Crosskovácsi MTB race and the adjoining trail running race. It also runs a bike school and operates as a hub in the region.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Attila Mátyus | VOMGO](#)

Organization: [CROSSKOVÁCSI SKE](#)

Email: crosskovacsi.se@gmail.com

Mátyus Attila a Crosskovácsi Sport és Környezetvédő Egyesület elnöke, és a Crosskovácsi MTB verseny fő szervezője. Az egyesület a népszerű, évente megrendezésre kerülő hegyikerékpár verseny mellett egyéb MTB versenyeket, tájfutóversenyeket és terepfutóversenyeket is rendez, és közösségformáló hatása is elvitathatatlan.



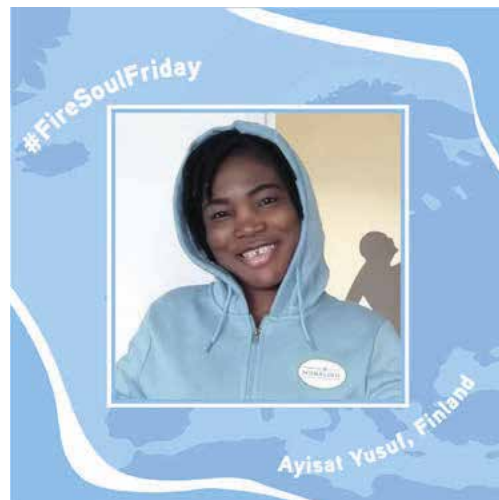
Audronė Vizbarienė represents the Republican association of pre-school physical education teachers. The organization unites teachers from all Lithuanian regions, organizes education and leading projects for physical activity promotion among preschool children.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Audronė Vizbarienė | VOMGO](#)

Organization: [Respublikinė ikimokyklinio ugdymo kūno kultūros pedagogų asociacija \(RIUKKPA\)](#)

Email: riukkpa@gmail.com

Audronė Vizbarienė yra Respublikinės ikimokyklinio ugdymo kūno kultūros pedagogų asociacijos (RIUKKPA) prezidentė. Ši organizacija vienija pedagogus iš visų Lietuvos regionų, vykdo šviečiamąją bei projektinę veiklą, susijusią su ikimokyklinio amžiaus vaikų fizinio aktyvumo skatinimu.

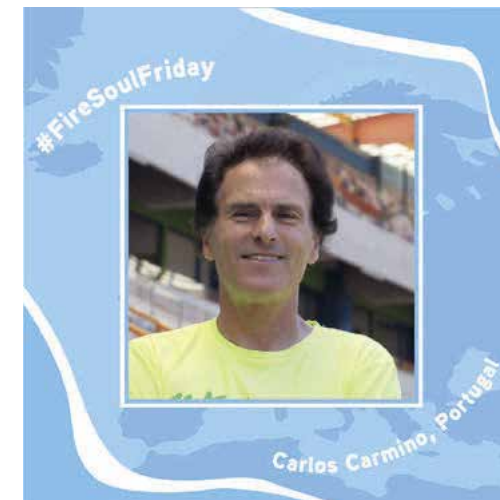


Ayisat Yusuf represents Monaliiku ry. They provide physical activities and inclusion among immigrant women and immigrant families. Ayisat has strong passion and interest for sport, women empowerment and equality.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Ayisat Yusuf | VOMGO](#)

Organization: [Monaliiku ry](#)

Email: ayizat7@yahoo.com



Carlos Carmino is a physical education teacher, a coach and an athlete who does not live without sports. He represents the Leiria Marcha Atlético Clube. He is one of the establishers of this small club in Leiria. During his carrier Carlos has coached several athletes, who has participated important racewalking competitions, including the Olympic Games.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Carlos Carmino | VOMGO](#)

Organization: [Leiria Marcha Atlético Clube](#)

Email: carlos.carmino@gmail.com

Carlos Carmino é professor de educação física, treinador e um atleta que não vive sem desporto. Representa o Leiria Marcha Atlético Clube, um pequeno clube de Leiria, que ajudou a fundar. Durante sua carreira como técnico, ele tem ajudado vários atletas a prepararem-se para competições importantes, inclusive para os Jogos Olímpicos.



Carlos Vieira the “firefighter-cyclist”, had the passion for cycling. He started his career as a professional cyclist at a very young age and went through several clubs, representing them in competitions. At the União de Ciclismo de Leiria he was the manager, the coach, and the inspiration for the younger cyclists.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Carlos Vieira | VOMGO](#)

Organization: [União de Ciclismo de Leiria](#)

Email: info@ucl.pt (not private)

Carlos Vieira o “bombeiro-ciclista”, representa a paixão pelo ciclismo. Iniciou a sua carreira como ciclista profissional ainda muito jovem e passou por vários clubes, representando-os em competições. Na União de Ciclismo de Leiria foi o gestor, o treinador e a inspiração dos mais jovens.



Clara Leão is a Fire Soul from Portugal. She is a professor and director of Escola de Dança Clara Leão that accepts to teach classes to any individual as she defends dance is for everyone! She aims for people in the future to experience dancing and feel the extraordinary power it has on allowing each person to discover themselves.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Clara Leão | VOMGO](#)

Organization: [Escola De Dança Clara Leão](#)

Email: clara.leao@ipleiria.pt

Clara Leão é uma Fire Soul de Portugal. É professora e diretora da Escola de Dança Clara Leão e aceita dar aulas a qualquer indivíduo pois defende que a dança serve para todos!

Clara Leão chegou a Leiria há vários anos e desempenhou um papel fulcral no desenvolvimento da dança na cidade. Pretende que no futuro mais indivíduos experimentem a dança para sentirem a extraordinária capacidade que esta tem de promover a descoberta de si próprio.



Dainius Čiuprinskas represents “Tornado” basketball school in Kaunas and Kaunas district. They have more than 850 young basketball players practicing their skills. Every year the school organizes a few social physical activity events that involves the whole community.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Dainius Čiuprinskas | VOMGO](#)

Organization: [Basketball school “Tornadas”](#)

Email: dainius.ciuprinskas@tornadas.lt

Dainius Čiuprinskas yra Kauno “Tornado” krepšinio mokyklos direktorius. Jie turi daugiau nei 850 jaunų krepšininkų, praktikuojančių savo įgūdžius. Kiekvienais metais mokykla organizuoja keletą socialinių akcijų apie fizinį aktyvumą, į kurias įtraukiami ne tik darbuotojai, bet ir visa sporto mokyklos bendruomenė.



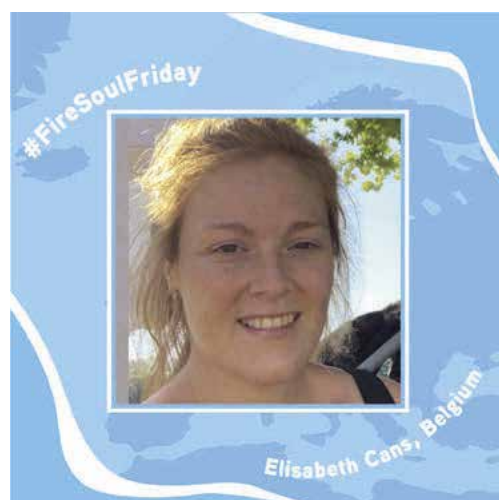
Elias Mantovanis has a passion for kitesurfing. He developed his own enterprise, Kahuna Surfhouse, to fulfill all needs of a kitesurfer, their families and friends and spectators of the sport. Elias discovered kitesurfing 20 years ago before it was a mainstream sport in Cyprus. After searching for knowledge and business models of kitesurfing abroad, he was the first one in Cyprus to become a certified instructor, gave up his ‘normal’ job and dedicated everything to his passion.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Elias Mantovanis | VOMGO](#)

Organization: [Kahuna Surfhouse](#)

Email: info@kahunasurfhouse.eu

Το Kahuna Surfhouse είναι πλήρως εξοπλισμένο για να παρέχει όλες τις διευκολύνσεις που έχουν ανάγκη ένας kitesurfer, η οικογένεια και οι φίλοι του όπως επίσης και οι θεατές του αθλήματος. Ο Ηλίας ανακάλυψε το kitesurfing 20 χρόνια πριν να διαδοθεί σαν άθλημα στην Κύπρο. Εθίστηκε στο άθλημα και άρχισε να ταξιδεύει σε hotspots παγκοσμίως. Οι φίλοι του ζητούσαν να τους διδάξει (δεν υπήρχαν εκπαιδευτές στην Κύπρο). Έγινε πιστοποιημένος εκπαιδευτής, εγκατέλειψε τη «φυσιολογική» δουλειά του και αφιέρωσε τα πάντα στη δημιουργία ενός πλήρως εξοπλισμένου κέντρου surfing όπως είχε δει σε άλλες χώρες.



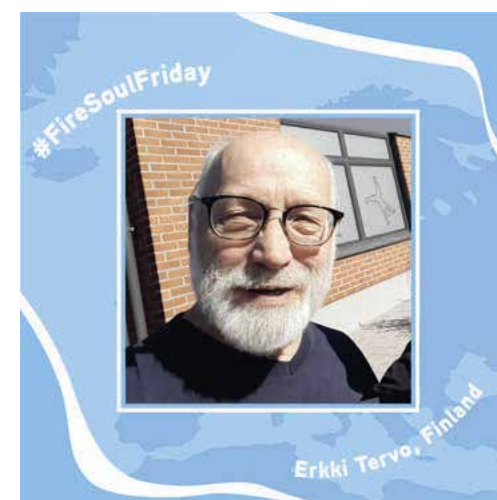
Elisabeth Cans represents G-sport Tienen vzw sport club. The sports club offers tennis, dance, gymnastics and swimming to children and adults with disabilities. The ages of the participants range from 6 to 60. They work a lot with volunteers, to whom they pass on their knowledge of the sport and their teaching skills. Elisabeth mainly coaches the gymnasts and the dancers. She is also the coordinator of the club.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Elisabeth Cans | VOMGO](#)

Organization: [G-sport Tienen vzw](#)

Email: elisabeth.cans@ucll.be

De sportclub biedt tennis, dans, gym en zwemmen aan kinderen en volwassenen met een beperking aan. De leeftijden van de deelnemers gaan van 6 tot 60. Ze werken veel met vrijwilligers aan wie ze hun kennis van de sport en hun didactische vaardigheden doorgeven. Elisabeth begeleidt voornamelijk de gymnasten en de dansers. Ze is ook de coördinator van de club.



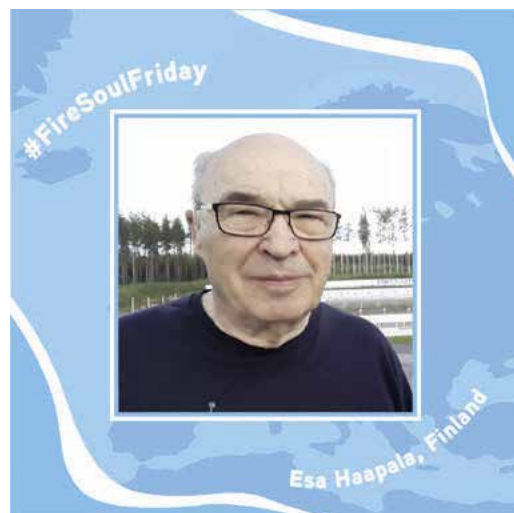
Erkki Tervo is representing Keurusjumppa ry. gymnastic club in a rural town in Finland. He is a specialist in making facilities for gymnastics, and he has helped tens of clubs and training centers to develop their gyms and equipment in Finland. As a lecturer in the University of Jyväskylä he educated gymnastics for PE teachers for several decades.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Erkki Tervo | VOMGO](#)

Organization: [Keurusjumppa ry.](#)

Email: erkki.tervo@gmail.com

Erkki Tervo edustaa Keurusjumppa ry:tä. Hän on voimistelulosuhteiden suvereeni asiantuntija Suomessa ja on auttanut kymmeniä seuroja ja valmennuskeskuksia Suomessa kehittämään voimistelun olosuhteitaan. Toimiessaan yliopistolehtorina Jyväskylässä hän opetti telinevoimistelua tuleville liikunnanopettajille vuosikymmenien ajan.



Esa Haapala is from Kontiolahden Urheilijat ry., biathlon club from Joensuu, Finland. He has developed the Biathlon stadium in Kontiolahti to a world famous biathlon venue. They organize a yearly World Cup competitions there, and they have had also two World Championship competitions. In December 2020 Esa was nominated as the chair of honor in the Finnish Biathlon Federation.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Esa Haapala | VOMGO](#)

Organization: [Kontiolahden Urheilijat ry.](#)

Email: esa.haapala2@gmail.com

Esa Haapala on kehittänyt Kontiolahden ampumahiihtostadionista maailmankuulun kilpailupaikan. Vuosittain stadionilla järjestetään maailman Cupin osakilpailu, ja kaksi kertaa on järjestetty myös Maailmanmestaruuskisat ampumahiihdossa. Ampumahiihtoliiton syysliittokokous kutsui joulukuussa 2020 Esa Haapalan Suomen Ampumahiihtoliiton kunniapuheenjohtajaksi.



Giedrė Žlibinienė is a physical education teacher at Rietavas Laurynas Ivinskis Gymnasium. Her disciplines are dance, aerobic, volleyball and fitness exercise. She organizes games and challenges that promote physical activity not only among children and young adults, but also adults and elderly within Rietavas community.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Giedrė Žlibinienė | VOMGO](#)

Organization: [Rietavas Laurynas Ivinskis Gymnasium](#)

Email: lenggrete@gmail.com

Giedrė Žlibinienė yra Rietavo Lauryno Ivinskio gimnazijos kūno kultūros mokytoja. Jos propaguojamos fizinio aktyvumo formos yra linijiniai ir aerobiniai šokiai, tinklinis bei sveikatingumo mankštos. Ji kartu su bendraminčiais organizuoja žaidimus ir iššūkius, skatinančius fizinį aktyvumą ne tik vaikams ir jaunimui, bet ir visai Rietavo bendruomenei.



Gyula Pásztor is a physical education teacher and a coach in the Kiskörös area in Hungary. However, he is much more than that. He has inspired and motivated people of various ages to get engaged in movement and sport and created communities around health related activities. Besides general PE tasks in schools he has also raised generations of athletes in gymnastics, handball, football and swimming.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Gyula Pásztor | VOMGO](#)

Organization: [Kiskörösi Petőfi Sándor Evangélikus Iskola](#)

Email: crosskovacsi.se@gmail.com (not private)

Pásztor Gyula testnevelő tanár és edző a Kiskörös térségében. Ő azonban ennél sokkal több. Mozgásra ösztönzi és motiválja az embereket, kortól függetlenül és inspiráló, jókedvű közösségeket hoz létre az egészségmegőrzéssel kapcsolatos tevékenységeken keresztül. Az iskolai testnevelési feladatokon túl edzőként tornász, kézilabda, futball és úszás sportolók generációit is felnevelte.



Helena Manninen represents Haukivuoren kisailijat ry sport club. It is a multidisciplinary sport club with different divisions: track and field, skiing, fitness, orienteering, gymnastics and ball sports. The club offers wide range of sport possibilities for all ages.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Helena Manninen | VOMGO](#)

Organization: [Haukivuoren kisailijat ry](#)

Email: helena.manninen@haukivuori.fi



Irma Maurienė represents Vilkaviškis Nordic Walking Club. The aim of their activities and ideas is to promote Nordic walking as a great form of leisure physical activity and to develop modern approach to exercise and healthy lifestyle.

Irma Maurienė atstovauja Vilkaviškio šiaurietiško ėjimo klubą. Mūsų veiklos ir idėjų tikslas – populiarinti šiaurietišką ėjimą, kaip puikią sporto šaką, laisvalaikio leidimo formą, formuoti šiuolaikišką požiūrį į mankštinimąsi, plėtoti sveiką gyvenseną.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Irma Maurienė | VOMGO](#)

Organization: [Vilkaviškis Nordic Walking Club](#)

Email: nwcvilkaviskis@gmail.com



Isabel Monteiro is a Fire Soul from Portugal. She is one of the original founding members of COC – Center Orientation Club. Besides being a devoted athlete with a lot of passion for the sport, she has worked for good management in the club. She has joined in organizing the veteran world's championship in 2008 and Portugal-O-meeting in 2004, both held near Leiria.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Isabel Monteiro | VOMGO](#)

Organization: [COC – Clube de Orientação do Centro](#)

Email: info@coc.pt

Isabel Monteiro é uma Fire Soul de Portugal. É um dos membros iniciais do que tornaria o COC – Clube de Orientação do Centro de hoje. Além de ser uma atleta devota com imensa paixão pelo desporto, ela é uma pedra basilar na gestão do clube. Ela também ajudou na gestão de dois grandes eventos na região, o campeonato do mundo de veteranos em 2008 e o Portugal-o-meeting em 2004. Ambos grandes eventos que necessitaram de imensas pessoas, imensos recursos, preparação e paixão.



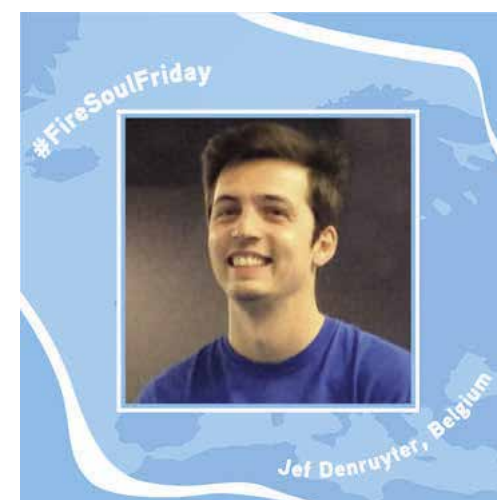
Jan Smeyers has been elected as King and headman (chairman) of Sint-Sebastiaansgilde, a traditional marksmen's guild. They practice archery (handbows), but they also are a cultural association. In 2022, the club will celebrate its 600th anniversary. "Unsolicited and unpaid": that is the true guild spirit.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Jan Smeyers | VOMGO](#)

Organization: [Saint Sebastians guild of Retie](#)

Email: smeyersjan@telenet.be

Op 31 jarige leeftijd in 1988 is Jan samen met zijn vrouw bij de schuttersgilde gegaan. Een jaar later werd hij koning van deze gilde en in 1991 werd hij verkozen tot hoofdman (voorzitter) van deze schuttersgilde. Dat is hij tot op heden nog steeds. De gilde is niet alleen een schuttersgilde (handboog) maar ook een culturele vereniging. In 2022 bestaat de club 600 jaar. "Ongevraagd en onbetaald": dat is de echte gildegeest.



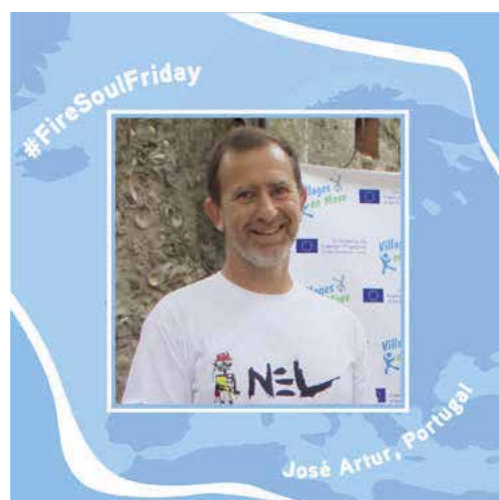
Jef Denruyter is trainer, administrator and youth and event coordinator of Gymnastics club Tienen. Together with the swimming club they are the largest sports club in Tienen. The club offer sports for all ages. They have also introduced new sports such as freerunning and parkours. Recently they invested in a new hall. Next year also people with special needs can enjoy sports in Gymnastics club Tienen.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Jef Denruyter | VOMGO](#)

Organization: [Gymnastics club Tienen](#)

Email: jef.denruyter@gymclubtienen.be

Jef is trainer, administrateur en jeugd- en evenementencoördinator van de sportclub. Samen met de zwemclub is de gymclub de grootste sportclub in Tienen. Ze bieden sporten aan voor alle leeftijden. Ook hebben ze nieuwe sporten geïntroduceerd zoals freerunning en parcours. Het 650ste lid heeft zich onlangs ingeschreven. Ze hebben een nieuwe zaal sinds kort. Volgend jaar zullen ze ook starten met G-sport.



José Artur represents the Speleology Nucleus of Leiria (NEL) and is one of its founders. NEL started in 1981 with speleology, but now its members practice many other sports, such as climbing, diving, paragliding, trail – and the club remains open to new interests. NEL is a group of friends and they love to be connected with nature.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | José Artur | VOMGO](#)

Organization: [Núcleo de Espeleologia de Leiria](#)

Email: zeartur1@gmail.com

José Artur representa o Núcleo de Espeleologia de Leiria (NEL) e é um dos seus fundadores. O NEL começou em 1981 com a espeleologia, mas os seus membros praticam hoje muitas outras modalidades, como escalada, mergulho, parapente, trail, e o clube continua aberto a novos interesses. O NEL é um clube que gosta muito de desporto, sempre em comunhão com a natureza e é, acima de tudo, um grupo de amigos.



László Schönviszky has been the president of MTE since 2009. Established in 1891, MTE is one of the most important tourist associations in Hungary. At present it has over 500 members, and they organize excursions, races, cultural events and get-togethers throughout the year. It also operates the tourist house in Dobogókő.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | László Schönviszky | VOMGO](#)

Organization: [Magyar Turista Egyesület \(MTE\)](#)

Email: mte.elnok@gmail.com

A Magyar Turista Egyesület (MTE) Magyarország legrégebbi és egyik legjelentősebb turista egyesülete. Schönviszky László 2009 óta vezeti az egyesületet.



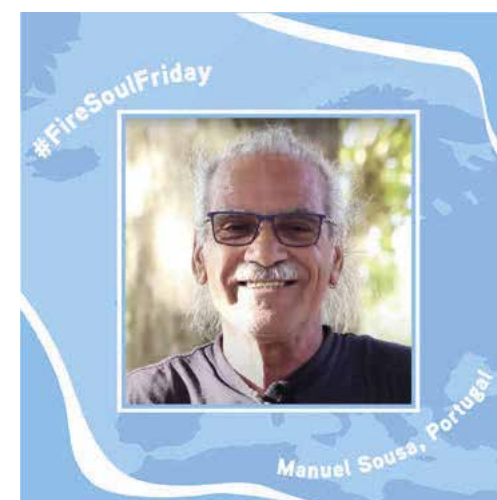
Liam Iakovou represents rock climbing sport. They climb up, down or across natural rock formations in Cyprus or artificial rock walls.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Liam Iakovou | VOMGO](#)

Organization: Climbing club – RedPoint (coming soon)

Email: not available

Η αναρρίχηση είναι ένα άθλημα στο οποίο οι συμμετέχοντες ανεβαίνουν πάνω, κάτω ή κατά μήκος φυσικών πετρωμάτων ή τεχνητών βράχων.



Manuel Sousa is a Fire Soul from Portugal. Although his physical limitations he has a powerful soul that led him to establish his club APD – Leiria. Manuel has represented Portugal in several countries and has done challenging sports like karting, athletics, skydiving, sailing and others. Manuel is a perfect example of a selfless person who loves what he does, from the bottom of his heart.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Manuel Sousa | VOMGO](#)

Organization: [APD – Leiria \(Associação Portuguesa de Deficientes – Leiria\)](#)

Email: info-leiria@apd.org.pt

Manuel Sousa é uma Fire Soul de Portugal. Apesar das suas visíveis limitações tem uma garra que o levou a fundar o seu clube, representar Portugal em vários países e a fazer vários desportos como karting, atletismo, salto de paraquedas, navegar, entre outros. Manuel é o exemplo perfeito de uma pessoa altruísta que adora o que faz, do fundo do seu coração.



Marios Argyrou is the founder of TALENTO Sports Academy, a multisport academy, which aims to engage kids from the age of 3 in the sports environment and philosophy. The club is very innovative in the field of sports and they aim at intervening with the whole family.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Marios Argyrou | VOMGO](#)

Organization: [Talento Sports Academy](#)

Email: margyrou9@hotmail.com

Ο Μάριος είναι ο ιδρυτής της Αθλητικής Ακαδημίας TALENTO, μιας ακαδημίας διαφόρων αθλημάτων, η οποία στοχεύει να προσελκύσει παιδιά από την ηλικία των 3 στο αθλητικό περιβάλλον και φιλοσοφία. Το Talento Sports είναι μια καινοτόμα ακαδημία στο χώρο του αθλητισμού με στόχο την παρέμβαση σε όλη την οικογένεια.



Marisa Barroso is a teacher at IPL, Leiria, Portugal. Her passion is to pass her students the role of Portuguese culture, mainly Traditional Dances. Marisa Barroso is organising a big event in Leiria, All Dance. There, it doesn't matter if an individual doesn't know how to dance, the important thing is that everyone move and respect each other while having fun. Marisa's students teach traditional dances in All Dance in the real life context to a group of people with diversity of several generations, nationalities and cultures.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Marisa Barroso | VOMGO](#)

Organization: [Polytechnic Institute of Leiria \(IPL\) / All Dance](#)

Email: marisa.barroso@ipleiria.pt

Marisa Barroso é uma jovem professora do IPL, Leiria, Portugal. Marisa tenta transmitir aos seus alunos o papel das danças tradicionais na cultura portuguesa. Esta professora é a responsável pelo evento All Dance que ocorre todos os anos em Leiria. Este é um evento importante para a cidade pois não importa se os participantes não sabem dançar, o importante é que haja respeito e muita diversão. O All Dance é um evento no qual a professora Marisa Barroso coloca os seus alunos em palco, para que estes ensinem uma parte da cultura portuguesa, as danças tradicionais. Os estudantes partilham o seu conhecimento num contexto em que existe uma grande diversidade de culturas, gerações e nacionalidades.



Markku Häkkinen represents Juvan Kisa ry (JiiKoo) sport club. The club was established to promote football in Juva. Later also floorball. No paid employees; all people involved are volunteers.

“Seuramme on perustettu aikoinaan edistämään jalkapalloilua Juvalla. Vuonna 1997 lajivalikoimaan tuli mukaan salibandy ja sähly. Jäseniä seurassamme on n. 200. Palkattua henkilöä meillä ei tällä hetkellä ole lainkaan, kaikki toimivat vapaaehtoisina.”

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Markku Häkkinen | VOMGO](#)

Organization: <http://www.juvankisa.fi/>

Email: markku.hakkinen@ppc.inet.fi



Martina Hirschmann represents Sports club Ando Hirschmann. The club is a member of the Association of Mixed Martial Arts and submission grappling of Slovenia A.M.A.H. since 2005 and participates in the national championships in Jiu-jitsu submission grappling (ground fight, Combat Jiu Jitsu).

The club is also a member of the Sports Union of Slovenia from 2013 to 2014 and obtained the Healthy Association Quality Label by promoting healthy lifestyle and physical activity to strengthen health through appropriate planning, management and implementation in recreational sports programs.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Martina Hirschmann | VOMGO](#)

Organization: [Sports club Ando Hirschmann](#)

Email: martinaagv@gmail.com

Društvo je član Zveze mešanih borilnih veščin in submission grappling Slovenije A.M.A.H. od leta 2005 in sodeluje na državnih prvenstvih v Jiu-jitsu submission grappling (parterna borba, Combat Jiu Jitsu).

Društvo je član Športne unije Slovenije od leta 2013 in v letu 2014 je pridobilo Znak kakovosti Zdravo društvo z omogočanjem in spodbujanjem zdravega življenjskega sloga in telesne dejavnosti za krepitev zdravja z ustreznim načrtovanjem, vodenjem, izvajanjem in ovrednotenjem športno rekreativnih programov.



Miguel André loves the sea. First he started practicing bodyboarding as a hobby during his Summer holidays and then he became a lifeguard. Later he graduated from Sports and Physical Education university and founded a surfing and bodyboarding school. Since the opening in 2006 MURILLO`S Surf & Bodyboard ACADEMY has served hundreds of clients, Portuguese and foreign.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Miguel André | VOMGO](#)

Organization: [Murillo's Surf and Bodyboard Academy](#)

Email: miguel.andre@murillosacademy.com

Miguel André está ligado ao mar desde a infância. Começou a praticar bodyboard como hobby nas férias de verão, depois tornou-se salva-vidas, depois formou-se em Desporto e Educação Física e fundou uma escola de surf e bodyboard. Desde a sua inauguração em 2006 a escola recebeu centenas de pessoas, portuguesas e estrangeiras.



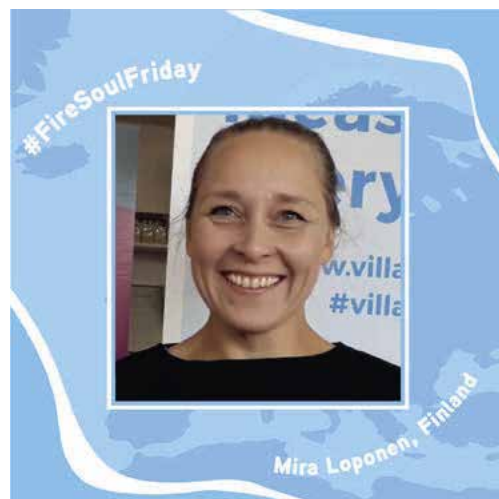
Miha Kobe represents basketball club Eagles Postojna. The club provides basketball programmes to citizens of Postojna in both, grassroots sport and competitive sport. Municipality Postojna has 16.000 citizens. Even though the club was established only three years ago, the club already has 80 members. With the idea to connect all members they organize several sport events throughout the whole year. In this way they get to know and play sports with each other.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Miha Kobe | VOMGO](#)

Organization: [Basketball Club Eagles Postojna](#)

Email: miha.kobe@kkorlipostojna.si

Košarkarski klub Orli Postojna zagotavlja programe za občane Postojne, tako rekreativne kot tekmovalne. Postojna ima 16000 prebivalcev. Trije košarkarski trenerji vzgajajo nove košarkarske upe, nudijo pa tudi programe za začetnike in odrasle rekreativce. Klub je bil ustanovljen pred tremi leti, kljub temu pa ima že 80 uradnih članov. Z željo povezovalna skupnosti organizirajo različne dogodke skozi celotno leto, kjer se lahko občani zabavajo in družijo ob igranju športa.



Mira Lojonen represents Viinijärven urheilijat, a Finnish Baseball “Pesis” club in Eastern Finland. The club is specialized in women’s teams, but they also have nowadays men playing in a recreational team.

The club has earlier been in the highest level in the League in Finland, and now the board is making hard work to develop their own young players’ teams to be able to rise again the steps towards the League.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Mira Lojonen | VOMGO](#)

Organization: [Viinijärven Urheilijat ry](#)

Email: mira.c.lojonen@gmail.com

Mira Lojonen johtaa naisten pesäpalloseurana tunnettua Viinijärven Urheilijoita. Nykyisin heillä tosin on myös miehiä pelaamassa ”höntsä”pesistä. Seuralla on maineikas historia naisten pesäpallo-sarjoissa. Nyt ViU:n hallitus Miran johdolla tekee hartiavoimin töitä nostaakseen nuoret joukkueensa takaisin kohti ylintä sarjatasoa.



Petri Tikkanen has made huge development work in RiU multidisciplinary sport club with different sport activities for everyone. The club owns dancing center Metsälinna, where they are organizing different events and have over 10 000 visitors every summer.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Petri Tikkanen | VOMGO](#)

Organization: [Ristiinan Urheilijat ry \(RiU\)](#)

Email: p.tikkanen@gmail.com

Ristiinan Urheilijat r.y. on yleisseura, jossa on lajeina yleisurheilu, hiihto, lentopallo, salibandy ja harrasteliikunta. Lisäksi seuralla on omistuksessa huvi- ja tanssikeskus Metsälinna, missä järjestetään tansseja muita tapahtumia kesä-syyskuun välisenä aikana. Metsälinnassa on kesän aikana yli 10000 käyntiä eri tapahtumissa.



Rasa Semoškienė is an active member of Raudondvaris community. With her everyday activities she inspires people to move more and have healthy lifestyle. Every year she and her family organize a bicycle tour for their community members and friends.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Rasa Semoškienė | VOMGO](#)

Organization: Raudondvaris community

Email: rasasemos@gmail.com

Rasa Semoškienė yra aktyvi Raudondvario bendruomenės narė. Savo kasdiene veikla ji įkvepia žmones daugiau judėti ir sveikai gyventi. Ji ir jos šeima kiekvienais metais organizuoja dviračių turo dieną savo bendruomenės nariams bei draugams.



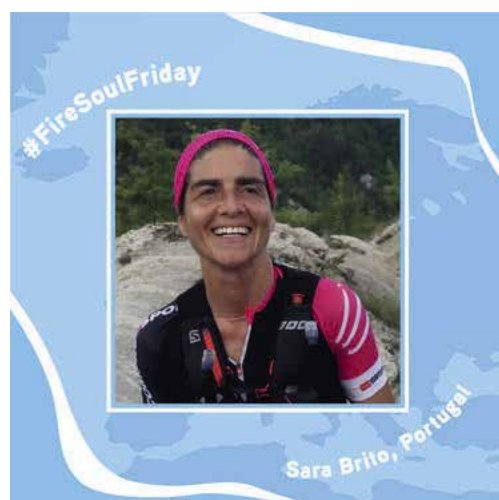
Rasa Simanavičienė represents sport dance club "Junda". They provide dancing lessons for all ages and organize concerts, competitions, festivals, parties, also summer camps for children. The goal of the club is to bring together as many people as possible for a cultural and active sports leisure.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Rasa Simanavičienė | VOMGO](#)

Organization: [Dance club "Junda"](#)

Email: rasa.simana@gmail.com

Rasa Simanavičienė atstovauja sportinių šokių klubui „Junda“. Jie rengia šokių pamokas įvairaus amžiaus asmenims ir organizuoja šokių konkursus, festivalius, koncertus bei vakarėlius, taip pat vasaros stovyklas vaikams. Klubo tikslas – suburti kuo daugiau žmonių kultūringam, aktyviam, sportiškam laisvalaikiui.



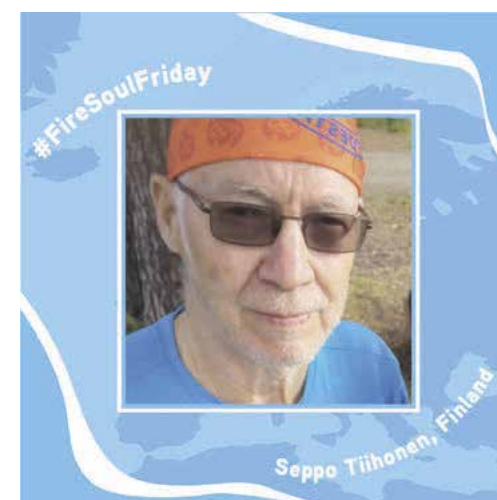
Sara Brito is a physical education teacher and trail athlete who represented Portugal many times in Trail Competitions. At the club Sara stimulates the younger generations to enjoy the wellbeing and appreciate the pleasure of little moments in quotidian, she also desires that each of them respects each other. Sara intends to continue to be the role model for her students and for her young athletes at the club. She wants to inspire them to practise physical activity and to know the importance of that to the human wellbeing.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Sara Brito | VOMGO](#)

Organizations: [Clube de Atletismo da Barreira \(Athletics\)](#),
[Escola Secundária Francisco Rodrigues Lobo \(Highschool\)](#)

Email: sabrito70@gmail.com

Sara Brito é uma professora de educação física e uma atleta de Trail que representou Portugal inúmeras vezes em competições internacionais. No seu clube, Sara estimula uma nova geração de praticantes a desfrutar do bem-estar (da prática de atividade física) e também dos pequenos momentos do quotidiano, igualmente quer que haja respeito mútuo entre os seus atletas. Sara pretende continuar a ser um exemplo para os seus estudantes e para os seus atletas, tenciona inspirar a geração mais jovem a praticar atividade física e em simultâneo a reconhecerem a importância da mesma no bem-estar do ser humano.



Seppo Tiihonen says that “Developing hobbies benefits the community, but you need to be willing to “sacrifice” your own time”. In Seppo’s club all activities are based on voluntary pursuits.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Seppo Tiihonen | VOMGO](#)

Organization: [Mikkelin Latu ry](#)

Email: seppotiiho@gmail.com

Seppo Tiihosen mukaan “Mikkelin Latu ry tukee ja edistää kaikenikäisten kansalaisten ulkoilua ja liikunnallista elämäntapaa. Harrastustoiminnassa on paljon tekemistä yhteiseksi hyväksi, mutta omaa aikaa pitää olla valmis uhraamaan. Omassa yhdistyksessäni kaikki toiminta perustuu vapaaehtoiseen harrastamiseen.”



Stelios Papageorgiou is the founder of Akamas Sports Club and a passionate individual actively involved in various sports activities. He creates and promotes events and sports opportunities in Cyprus and especially in his hometown Paphos.

Akamas Sports Club is a Rhythmic and Artistic Gymnastics club based in Paphos. The purpose of the club is to give the opportunity to all children, to be actively involved in sports, love sports, socialize, increase confidence and quality of their life.

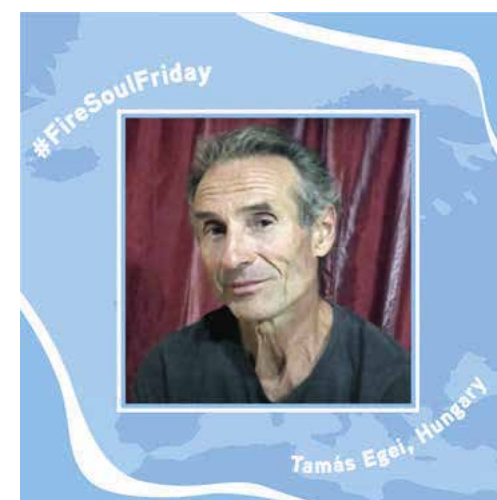
Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Stelios Papageorgiou | VOMGO](#)

Organization: [Akamas Sports Club](#)

Email: papageoste@gmail.com

Ο Ακάμας είναι ένας νέος Πολιτιστικός – Γυμναστικός σύλλογος με έδρα την Πάφο. Σκοπός ίδρυσης του συλλόγου είναι να δώσει την ευκαιρία σε όλα τα παιδιά, να ασχοληθούν ενεργά με τον αθλητισμό, να αγαπήσουν τον αθλητισμό, να κοινωνικοποιηθούν, να αναπτύξουν αυτοπεποίθηση και ποιότητα στο τρόπο ζωής τους.

Ο Στέλιος είναι ένα παθιασμένο άτομο που συμμετέχει ενεργά σε διάφορες αθλητικές δραστηριότητες και είναι ιδρυτής του Γυμναστικού συλλόγου Ακάμας. Δημιουργεί και να προωθεί εκδηλώσεις και αθλητικές ευκαιρίες στην Κύπρο και ιδιαίτερα στην πόλη του Πάφο.



Tamás Egei comes from a small village and although he no longer lives in Kincsesbánya, he wants to boost the sporting life there. They started organizing trail run races for primary school children in the village with a couple of his childhood friends.

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Tamás Egei | VOMGO](#)

Organization: [Kincses-Cross SKE](#)

Email: uepitoalpin@gmail.com

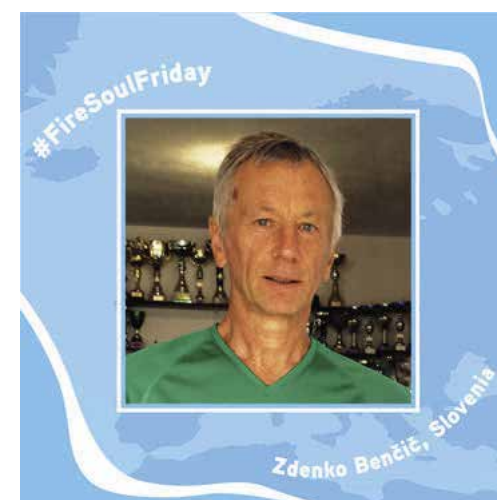
Tamás egy kis faluból származik, és bár már nem ott lakik, fel akarja lendíteni az ottani sportéletet. Emiatt terepfutó versenyeket kezdtek szervezni a faluban pár gyermekkori barátjával, főleg általános iskolások számára.



Ticha Penicheiro

Basketball was her first love, so she knew that once she retires, she would stay close to the game, so she is a sports agent now representing women basketball players in WNBA and overseas. Once retired she did not want to be just an agent but also a mentor, as somebody that can help young ladies have a future, a great career on and off the court. It has a way of giving back to the game of basketball. She considers the physical activity to be very important for physical and mental health. Although she stopped playing eight years ago, she remained active. She tries to practice physical activity at least five times a week to stay in shape and take care of her body.

O basquetebol foi o seu primeiro amor e sempre soube que quando terminasse a carreira enquanto jogadora, ficaria em contacto com a modalidade. É atualmente agente desportiva, representando mulheres jogadoras de basquetebol na WNBA e em outros Países e também uma mentora, que ajuda jovens atletas a ter um futuro, uma excelente carreira dentro e fora do campo. Uma forma de retribuir ao basquetebol o que o desporto fez por si. Ticha considera a atividade física muito importante para a saúde física e mental e por isso permanece ativa.



Zdenko Benčič represents Sports club Vrhpolje. The club was established in 2002, and has now 30 members. Village Vrhpolje is a part of the Municipality Hrpelje – Kozina, the whole municipality has a little more than 4 thousand citizens. The club organizes several sport events for recreatives, the most popular is called Vrhpoljada. Fifteen volunteers and three trainers organize sport activities to the local community (futsal, cycling, hiking, Nordic walking).

Video: [FIRE SOULS OF SPORT | Zdenko Benčič | VOMGO](#)

Organization: [Sports Recreative Club Vrhpolje](#)

Email: zdenko.bencic@gmail.com

Športno društvo Vrhpolje organizira več športnih dogodkov za reaktivne športnike, najbolj znani se imenuje Vrhpoljada. 15 prostovoljcev in trije usposobljeni trenerji zagotavljajo športne dejavnosti za skupnost, kot so futsal, nordijska hoja, kolesarjenje. Klub je bil ustanovljen leta 2002 in ima 30 uradnih članov in se nahaja v vasi Vrhpolje, ki je del občine Hrpelje-Kozina. Celotna občina ima samo 4 tisoč prebivalcev.

Tietolomake

Otsikko Käsikirja kehittyville urheiluseuroille

Kustantaja Polytechnic of Leiria

Oikeudet pidätetään Mitään tämän julkaisun osaa ei saa jäljentää tai välittää millään tavalla, sähköisesti, mekaanisesti, valokopioimalla tai muuten ilman julkaisijan lupaa. © 2022

Toimittajat José Amoroso e Paula Simões

Esimerkkien keräämisestä ovat vastanneet ja niitä ovat kirjoittaneet

Marita Mattila (Xamk), Sari Tuuva-Hongisto (Xamk), Michalis Koliandris (CSI), Efstathios Christodoulides (CSI), Petra Muraus (ESLi), Laura Žlibinaitė (KUAS), Viktorija Piščalkienė (KUAS), Petras Aleksonis (KUAS), Zachary Egish (UCLL), Enikő Nagy (Crosskovacsi), Petra Egei (Crosskovacsi), Mojca Markovič (SUS), Domen Žigante (SUS), Ana Poim (LFO), João Botas (LFO), Paula Simões (IPLeiria), José Amoroso (IP Leiria)

Omistaja Vilages on the Move GO projekti

Design Rui Lobo

Tuottaja Vilages on the Move GO projekti

ISBN 978-989-8797-76-6



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

