

Kuntourheilujaosto toimintasuunnitelma 2017

Jaostossa on jäseninä

Heimo Turunen puheenjohtaja 0400 385 281 heimo.turunen@vkkmedia.fi

Timo Kerälä varapuheenjohtaja 0400 285 409 timo.kerala@gmail.com

Senja Pihlaja sihteeri 040 767 2317 senja.pihlaja@luukku.com

Tarmo Kokko 040 595 4107 tarmo.kokko1@luukku.com

Sointu Veivo 040 758 4183 soveivo@gmail.com

Aktiiveja mukana:

Virpi Linatti

Mikko Liehu

Olavi Lammela

Suoma Lammela

Maija-Liisa Piri

Sirkka Alatalo

Sisko Kälkäjä

Pentti Kellolampi

Eila Lahtinen

Jorma Puurunen

Lisäksi on toiminnan piirissä harvemmin toimintaan osallistuvia henkilöitä.

Säännöllisen toiminnan piirissä on reilut 20 henkilöä. Kirjeitä ja tiedotusta menee noin 40:lle toimintaan joskus osallistuneille.

Hempan hölökkä/kävely – tunti liikuntaa joka sunnuntai-ilta on toiminnan keskeisin muoto. Mukaan pyritään saamaan koko ajan uusia henkilöitä. Tehokkain tapa siihen on osallistujien henkilökohtainen kutsu; lähde mukaan! **Yhteislenkkejä** myös muina päivinä pyritään sopimaan ja tekemään ja saamaan mukaan uusiakin henkilöitä.

Tehokävely kansalaisopiston piirinä kerran kuukaudessa kansalaisopiston piirinä, vetäjänä Jimi Parkkinen Oulusta.

Kävelyvaelluksia järjestetään tulevana kesänä Pudasjärven ja lähipaikkakuntien merkityillä vaellusreiteillä.

Kuntotanssitoimintaan osallistutaan, ken koee sen omakseen.

Kuntosalin käyttöä suositellaan ja pyritään järjestämään ohjattuja tilanteita.

Liikuntatapahtumiin osallistuminen ja vetäminen uusia henkilöitä mukaan on tavoitteena, koska Pudasjärvellä ja lähipaikkakunnilla on monia liikuntatapahtumia mm. Hirvaskoskella useita kesän mittaan, Syötteellä useita mm. Umpihankihiihto, Syötehiihto, Huippukymppi ja Kurenalla ollaan mukana yu-jaoston kanssa mm. kunniakierroksella.

Talvi-/avantouinti yhdessä uimajaoston kanssa. Tavoitteensa saada myös uusia harrastajia. Nykyisin talviuintipaikka järjestetty Rajamaan rantaan, jossa kausi kestää ympäri vuoden.

Uintijaoston kanssa on viritelty laajemminkin yhteistoimintaa. Iijokiseudun liikuntatempauksessa pyritään olemaan mukana helmikuussa. Apteekki pyrki liikuttamaan ihmisiä ja on viritelty yhteistyötä.

Keilaaminen urheilumuotona, esim. retkiä Oulun keilahalleihin.

Tiedottaminen on ollut koko ajan jo nyt kuvioissa ja tarkoitus jatkaa samalla linjalla. Näin saadaan yleistä henkeä nostatettua kuntoilun ja terveellisten elämäntapojen suuntaan, jossa myös painonhallinta on mukana. Tavoitteena on myös saada tätä kautta lisää jäseniä Pudasjärven Urheilijoihin. PuU uudistuneita nettisivuja pyritään käyttämään aktiivisesti ja päivittämään sinne tulevaa ja mennyttä toimintaa.

Pääseuran järjestämien tapahtumien talkoisiin osallistutaan vointimme ja kuntosomme mukaan mm. Kesäpilikkisaviikon aikana.

Talouasioissa toimitaan niillä varoilla, mitä on käytettävissä ja pyritään kartuttamaan tiliä mm. seuran tapahtumiin talkoilemalla.