



LIIKUNTASEURA PORI



TOIMINTAKERTOMUS 2019

SISÄLLYSLUETTELO

1. YLEISTÄ.....	4
2. HALLINTO	5
2.1. SEURAN PUHEENJOHTAJA.....	5
2.2. SEURAN TOIMINNANJOHTAJA JA MUUT TYÖNTEKIJÄT	5
2.3. JOHTOKUNTA JA SEN JÄSENTEN TEHTÄVÄT	5
2.4. EDUSTUS.....	6
2.5. KOULUTUKSET JA MUUT KOKOUKSET.....	6
2.6. TIEDOTUS	7
2.7. TILINTARKASTAJAT	7
2.8. SAADUT AVUSTUKSET	7
2.9. USKOLLISUUDEN KILTA	8
2.10. OPETUS- JA KULTTUURIMINISTERIÖN HANKE.....	9
3. TOIMIALOJEN VUOSIKATSAUKSET.....	10
3.1. AIKUISTEN LIIKUNTA (AiLi).....	10
3.2. LASTEN JA NUORTEN LIIKUNTA.....	11
3.2.1. LASTEN JA NUORTEN HARRASTERYHMÄT	11
3.2.2. TELINEVOIMISTELU JA TEAMGYM	12
3.2.3 CHEERLEADING.....	14
3.2.4. JOUKKUEVOIMISTELU.....	18
3.2.5. TANSSILLINEN VOIMISTELU	23
4. OHJAAJAKUNTA	24
4.1. OHJAAJAT.....	24
4.2. KOULUTUSTOIMINTA	25
4.3. VIRKISTYSTOIMINTA	28
5. JÄSENKUNNAN TAPAHTUMAT.....	29
5.1. LIIKUNTAHARJOITUKSET	29
5.2. SEURAN JÄRJESTÄMÄT TILAISUUDET	29
5.3. ESIINTYMISET	31
6. KILPAILUTOIMINTA	32
6.1. CHEERLEADING.....	32
6.2. JOUKKUEVOIMISTELU.....	32
6.3. TANSSILLINEN VOIMISTELU.....	33
6.4. STARA-TAPAHTUMAT.....	34
6.5 TELINEVOIMISTELU	34

6.6 TEAMGYM.....	36
7. MUISTAMISET JA PALKITSEMISET	37
7.1. MERKKITAPAHTUMAT	37
7.2. PALKITUT	37
8. YHTEISTYÖ	37
LIITTEET	39
1. Kevätnäytöksen ”Taivaalta kuu, meiltä tähdet” käsiohjelma	
2. Telinevoimistelun lukujärjestys ja ohjaajat kevät 2019	
3. Telinevoimistelun lukujärjestys ja ohjaajat syksy 2019	
4. Lasten ja nuorten lukujärjestys ja ohjaajat kevät 2019	
5. Lasten ja nuorten lukujärjestys ja ohjaajat syksy 2019	
6. Aikuisten liikunnan lukujärjestys ja ohjaajat kevät 2019	
7. Aikuisten liikunnan lukujärjestys ja ohjaajat syksy 2019	
8. Kilpa- ja valmennusryhmien lukujärjestys ja ohjaajat kevät 2019	
9. Kilpa- ja valmennusryhmien lukujärjestys ja ohjaajat syksy 2019	
10. Kesäkausi 2019	

1. YLEISTÄ

Vuonna 2019 jatkettiin seuran hallinnon kehittämistä ja uusien toimintatapojen luomista. Hallinnon puolella luotiin vuosikalenteri ja laajennettiin johtokunnan Driven käyttöä tallentamalla sinne enemmän johtokunnan tarvitsemaa materiaalia. Luotiin Viestintätiimi suunnittelemaan seuran viestintää ja markkinointi. Seuralle hankittiin oma tabletti ja pankkikorttipäät.

Cheerleading-tiimi järjestäytyi uudelleen tiimin johtokuntalaisten luopuessa paikastaan sekä monen valmentajan siirtyessä uuteen porilaiseen cheer-seuraan. Harrastajamäärän tuli pieni notkahdus, mutta siltikin harrastajia oli n. 200 lajin suuren suosion johdosta. Cheerleading sai uutta näkyvyyttä, kun järjestettiin Porin ensimmäiset cheerleadingin aluekilpailut, PoriSpirit, marraskuussa. Satakunnan Kansa teki live-lähetyksen kilpailusta.

Syksyllä hankittiin koko seuran Seurasydän-paita, joka annettiin johtokuntalaisille, salikavereille ja ohjaajille/valmentajille sekä joukkueenjohtajille joululahjaksi. Harrastajat saivat tilata sen itselleen ja sovitusta varten järjestettiin salikiertue mallipaitojen kanssa.

Liikuntapaikkojen remontit aiheuttivat murhetta tänäkin vuonna Ruosniemen koulun luopuessa iltakäytöstä, mutta onneksi tilalle valmistui uusi koulu Itä-Poriin, Itätuuli, josta saatiin vuoroja.

Vuonna 2019 seurassa oli 1827 jäsentä. Jäsenmäärän jakautuminen eri ikäryhmiin ilmenee alla olevasta taulukosta. Ohjaajia seurassa oli 124.

Ikäryhmä	v. 2019	joista poikia	v. 2018	joista poikia	ero 19/18
yli 64 v.	150	3	151	0	-1
19 - 64 v	312	14	352	16	-40
13 - 18 v	293	8	297	6	-4
7 - 12 v	743	80	709	49	34
alle 7 v.	329	97	355	131	-26
yhteensä	1827	202	1864	202	-37

2. HALLINTO

2.1. SEURAN PUHEENJOHTAJA

Marja Koskinen 29.2.2012 alkaen.

2.2. SEURAN TOIMINNANJOHTAJA JA MUUT TYÖNTEKIJÄT

Anette Isoviita 8.1.2009 alkaen.

Kristiina Uusitalo-Lindholm, nuorisokoordinaattori 1.6.2018 alkaen.

2.3. JOHTOKUNTA JA SEN JÄSENTEN TEHTÄVÄT

Marja Koskinen	Puheenjohtaja Kehittämistiimi Lapset ja Nuoret –tiimi/joukkuevoimistelu Näytöstiimi Markkinointi- ja viestintätiimi
Susanne Kokko	Varapuheenjohtaja Lapset ja Nuoret -tiimi/telinevoimistelu Tähtiseura-vastaava Kehittämistiimi
Leena Peltomäki	Rahastonhoitaja Kehittämistiimi Aili- ja salikaverit–tiimi
Kati Jalaja	Sihteeri Lanu -tiimin vetäjä/telinevoimistelu Näytöstiimi Markkinointi- ja viestintätiimi
Hanna Jalonen	Markkinointi- ja viestintätiimi Näytöstiimi Kehittämistiimi
Maarit Myllymäki	Aili- ja salikaverit–tiimi Kehittämistiimi sinettivastaava
Elina Rautanen	Lapset ja Nuoret -tiimi/cheerleading Kehittämistiimi
Katri Sundvall	Lapset ja Nuoret -tiimi /harrastetoiminta, Näytöstiimi Kehittämistiimi
Kati Taipale	Lapset ja Nuoret -tiimi/joukkuevoimistelu Näytöstiimi

Emmi Tuomi	Lapset ja Nuoret -tiimi/harrastetoiminta Näytöstiimi Markkinointi- ja viestintätiimi Nuvo-vastaava
Krista Leväjärvi	Lapset ja Nuoret -tiimi/cheerleading, Näytöstiimi

Toiminnanjohtaja Anette Isoviita on seuran koulutusvastaava.

Johtokunta kokoontui 11 kertaa. Vuosikokous oli 27.2. Satakunnan Kansan Kansantorilla.

2.4. EDUSTUS

- Jenniina Ojamäki toimi Suomen Cheerleadingliiton tuomarina.
- Jenniina Ojamäki toimi Suomen Cheerleadingliiton sääntötoimikunnassa.
- Anette Isoviita on mukana Porin Seuraparlamentissa aikuisliikunnan edustajana.
- Seura on mukana Porin alueen olosuhdeverkostossa.

2.5. KOULUTUKSET JA MUUT KOKOUKSET

Porin olosuhdeverkoston aloituspalaveri Suomen Voimisteluliiton Porin toimistolla 20.3. ja 10.4. Kristiina Uusitalo-Lindholm osallistui.

Voimisteluliiton harrastevoimistelun toimijaverkoston päivä Espoossa 8.6. Kristiina Uusitalo-Lindholm ja Emmi Tuomi osallistuivat.

Tähtiseura-päivään Porissa 21.3. osallistui Emmi Tuomi.

Suomen Voimisteluliiton Seurapäivä oli 12.10. Turussa. Kristiina Uusitalo-Lindholm, Anette Isoviita, Marja Koskinen, Susanne Kokko, Hanna Jalonen, Maarit Myllymäki, Kati Jalaja, Krista Leväjärvi ja Leena Peltomäki osallistuivat.

Koulutukset:

- 4.4. Seuratoiminnan työpaja 2.0 Pori
Marja Koskinen ja Kristiina Uusitalo-Lindholm
- 15.5. Tulorekisteri-koulutus Pori
Anette Isoviita
- 27.5. Hoika-jäsenrekisterikoulutusHelsinki
Anette Isoviita

2.6. TIEDOTUS

Päätiedotuskanavina toimivat seuran nettisivut (www.liikuntaseurapori.fi) ja somekanavista seuran Facebook-sivu ja Instagram-tili. Näiden lisäksi tiedotettiin ryhmittäin sähköpostilla, tekstiviesteillä ja WhatsApp-sovelluksella. Ohjaajien tiedotuskanavat ovat tiimeille luodut WhatsApp-ryhmä. Ohjaajien Facebook-ryhmästä luovuttiin jäätyä vähäiselle käytölle. Nuorisokilparyhmät ja osa harrasteryhmistä ovat ottaneet omaksi tiedotuskanavakseen WhatsApp-sovelluksen. Painettu versio lukujärjestyksistä julkaistiin vain aikuisten lukujärjestyksestä ja painatuksen hoiti Paino-Tarkat. Lukujärjestykset julkaistiin Satakunnan Kansan Porilaine-lehdessä.

Seuran nettisivuja päivittivät toiminnanjohtaja Anette Isoviita, Hanna Jalonen ja Kristiina Uusitalo-Lindholm. Seuran Facebook- ja Instagram-sivuja ylläpitivät Anette Isoviita, Leena Peltomäki, Marja Koskinen, Hanna Jalonen, Kristiina Uusitalo-Lindholm ja Katri Sundvall sekä ohjaajat.

Tiedotuksen suunnitteluun perustettiin keväällä Viestintätiimi, johon kuuluivat Hanna Jalonen (tiimin vetäjä), Emmi Tuomi, Marja Koskinen, Kristiina Uusitalo-Lindholm, Anette Isoviita ja Susanne Kokko.

2.7. TILINTARKASTAJAT

Tilintarkastajana toimi HT Kaarina Pyydönniemi ja varatilintarkastajana HT Heikki Santavuo.

2.8. SAADUT AVUSTUKSET

Porin kaupungin toiminta-avustus oli 17 700 euroa.

Porin kaupungin avustus omalle toimitilalle oli 1 450 euroa.

Opetus- ja kulttuuriministeriön tuki seuratyöntekijän palkkaukseen oli 13 000 euroa.

Länsi-Suomen Osuuspankin tuki kesätyöntekijän palkkaukseen 400 euroa.

SVUL Satakunnan piiri myönsi 900 euron avustuksen aikuisliikunnan workshopeihin.

Valio Akatemian stipendi 750 euroa TeamGymin Cristals-joukkueelle.

2.9. USKOLLISUUDEN KILTA

Vuosi 2019 oli 68. toimintavuosi. Kilta on perustettu 1.5.1951. Killan jäseniä 63

Emännistö:

Kiltamuori Laura Hakaste

Kiltaäiti Marja-Liisa Myllyniemi

Kiltaemäntä Eila Alikoski

Tähystäjä Päivikki Hyvätti

Raha-arkunvartija Riitta Halme

Kiltamenojen ohjaaja Maija-Liisa Mäkipää

Jäsenmaksujen kerääjä Sirkka-Liisa Manninen

Muistiinmerkitsijä Anneli Kangas

Emännistön kokouksia oli 5. Jäsentapahtumia oli 8. Jäsenmaksu on 15 €.

Kiltatilaisuudet:

Tammikuu 16. Osallistujia 31.

Kiltalaiset osallistuivat innolla hyväntuuliseen yhteiseen iltaamme

Kiltaäiti avasi illan ”hyvän kunnon teesillä” ja jakoi tulevan vuodelle 2019 toimintasuunnitelman, sekä tulevan syntymäpäiväjuhlan kutsun.

Kiltailta ”VANHA VAATE ” 12 kiltalaista vei meidät vuosien muistoihin ja pukuihin liittyviin tarinoihin. Lopuksi yhteislaulu raikui Eeva Lindholmin säestyksellä ja Laura Hakaste ohjasi meidät tanssin pyörteisiin. Ilta oli lämminhenkinen ja mieleenpainuva.

Helmikuu 15. Osallistujia 26.

Vanhan perinteen mukaan kahdeksan syntymäpäiväsankaria marssitettiin saliin aplodien saattelemana juhlasaliin. Juhlaan saatiin yllätysesijä Pentti Laakso, joka lausui runoja. Porin Suomalainen Klubi oli kattanut herkullisen juhla-aterian, josta nautimme täysin siemauksin. Perinteeksi tulleet ”tanssit” lähtivät kevyesti käyntiin Pentti Laineen ja Esa Laihon säestyksellä.

Maaliskuu 28. Vuosikokous. Osallistujia 26 sekä Marja Koskinen.

Emännistö kokoontui vuosikokousasioiden tiimoilta.

Vuosikokous pidettiin 28.3.2019 ja puheenjohtajaksi valittiin Liisa Sahko ja sihteeriksi Anneli Kangas.

Erovuoroisten tilalle:

- Entiset jäsenet jatkavat valituilla tehtävillään
- Tanssin vetovastuu pysyy Laura Hakastella

Vierailijana tilaisuudessa oli pääseuran toiminnan terveisiä toi edustaja Marja Koskinen.

Toukokuu 15. Osallistujia 26.

Vietimme ulkoilupäivää Kirjurinluodossa. Kisailu mukavassa auringon paisteessa ja hyviä ”eväitä” syöden, päivä oli täydellinen.

Kesäkuu 8.

Länsi-Suomen sisarpäivät vietettiin Raumalla hienossa kesäisessä ilmapiirissä, saimme tutustua raumalaiseen kulttuuriin ja mielenkiintoisiin ostospaikkoihin

”Äm holla tosa leppätäns, eik ol viinan tippa huushollis”

Osallistuttiin 10 hengen voimalla tilaisuuteen.

Syyskuu 6. Osallistujia 21.

Tehtiin retki Diakonialaitoksen kodalle. Paistettiin makkarat ja nautittiin kota-kahvit.

Lokakuu 2. Kynttiläilta. Osallistujia 33.

Tunnelmallinen Kynttiläilta Ravintola Liisanpuistossa. Kiltäiti avasi tunnelmallisen illan aforismeilla. Päätettiin siirtää kiltailat tiistai-iltoihin.

Marraskuu 16.

Valtakunnallinen kiltapäivä Helsingissä. Päivikki Hyvätti edusti seuraa.

Marraskuu 27. Osallistujia 28 ja yllätyksenä Anette Isoviita.

Pikkujoulut Ravintola Liisanpuistossa. Maittavan jouluaterian nautittuamme lauloimme joululauluja ja suoritettiin piparkakkutalon arpajaiset vanhan perinteen mukaisesti.

Tunnelma oli varsin jouluinen ja lämminhenkinen. Toivotimme hyvää Joulua kaikille ja kiitimme menneestä vuodesta.

Näin yhteisöllisyys, ystävällisyys, ilo ja perinteitä noudattaen, vuosi saatiin päätökseen.

Porissa 22.1.2020 Emännistön puolesta muistiinmerkitsijä Anneli Kangas

2.10. OPETUS- JA KULTTUURIMINISTERIÖN HANKE

Tänä vuonna hankkeelle haettiin jatkorahoitus ja tehtiin selvitys edellisestä vuodesta.

Jatkorahoitushakemuksen tekivät Anette Isoviita, Kristiina Uusitalo-Lindholm ja Susanne Kokko. Hankkeen keskeisinä tavoitteina olivat toiminnan laajentaminen Porissa ja hankkeen mukaisesti Laviaan perustettiin Liikuntaseura Porin ensimmäinen lasten harrasteryhmä. LasVekaras toimi Lavian koululla keskiviikkoisin yhden ohjaajan ja kahden apuohjaajan voimin.

Harrastajapolun rakentaminen saatiin valmiiksi syksyllä. Harrastajapolkua lähdettiin rakentamaan ajatuksella vauvasta vaariin. Polusta muodostui harrastajapiirakka, jossa keskiössä ovat aikuisten ja lasten yhteinen liikunta. Sen jälkeen harrastajapiirakasta lohkottiin osiot teamgyymiin, telinevoimisteluun, joukkuevoimisteluun, cheerleadingiin sekä lasten ja nuorten harrasteryhmiin. Jokainen laji eriteltiin vielä harraste- ja kilpaliikuntaan. Piirakka on esillä seuran nettisivuilla ja vuoden 2020 tavoite on vakiinnuttaa sen käyttö niin ohjaajien kuin asiakkaidenkin keskuudessa. Harrastajapiirakka on luotu selkeyttämään seuran tarjoamia mahdollisuuksia liikuntaan sekä helpottamaan asiakkaiden ilmoittautumista.

Ohjaajapolun päivitys aloitettiin keväällä ja se saatetaan loppuun vuonna 2020. Ohjaajapolun alaportailta käydään läpi netissä tehtävä verkkokoulutus. Elokuussa pidettiin yleinen uusien valmentajien koulutus ja joulukuussa pidettiin uusien, 2020 aloittavien cheerleading-apuvalmentajien koulutus/perehdytys. Joukkuevoimistelun apuvalmentajista muodostettiin apuvalmentajarinki. Ohjaajaksi sitoutumisesta tehtiin lisäksi infokirje alaikäisten ohjaajien vanhemmille, jossa selvitetään mitä ohjaaminen Liikuntaseura Porissa tarkoittaa.

Nuvo-toiminnan käynnistämässä on ollut vaikeuksia. Nuorilla ohjaajilla on valmentamisen lisäksi omat harrastukset ja opiskelut, joten vapaa-aikaa on rajallisesti. Varsinainen Nuvo-tiimi on jäänyt siis kokoontumatta, mutta lajien sisäiset palaverit poikivat lähes viikoittain uusia ideoita lajien kehittämiseen, lähinnä WA-ryhmien ja tiimitapaamisten kautta.

Tutor-toimintaa, niin nuorisokoordinaattorin kuin tiimien tutoreidenkin toimesta, tulee kehittää lisää ja kartoittaa mihin nuoret ohjaajat tutoreiden apua kaipaavat.

Sisäiset koulutukset liittyivät pitkälti uusien ohjaajien koulutukseen, mutta tarjosivat myös kokeneimmille ohjaajille mahdollisuuden kehittää omaa osaamistaan.

Tuntisisältöjen yhdenmukaistamisessa iso työ tehtiin koko telinevoimistelupuolen tuntitarjonnan uudelleen organisoinnissa. Pohjana käytettiin Voimisteluliiton merkkijärjestelmää ja näin luotiin taitotasoja vastaavat ryhmät.

3. TOIMIALOJEN VUOSIKATSAUKSET

3.1. AIKUISTEN LIIKUNTA (AiLi)

Vuoden 2019 kevätkauden aikuisten liikuntatunnit alkoivat 7.1. Voimisteluviikolla syksyn 2018 lukujärjestyksen mukaan.

Torstaina Ystävänäpäivänä 14.2. sai ottaa kaverin mukaan liikkumaan ilmaiseksi.

Koulujen talvi- ja syyslomaviikolla aikuisten tuntitarjontaa supistettiin.

Lauantaina 9.3. oli Toejoen koululla koko perheen liikuntatapahtuma. Aikuisille ohjelmassa oli lajikokeiluja.

Kevätkausi kouluilla päättyi toukokuun puoleen väliin mennessä. Kesätreenit jatkuivat maanantaisin ja keskiviikkoisin 20.05.-17.6. välisen ajan. Lajeina olivat Lihaskunto, Kristiina Uusitalo-Lindholmin ja BodyBalance, Anette Isoviidan ohjaamana. Lisäksi 22.5. oli Heli Salokankaan ohjaama Kunto- ja venyttelytunti.

Kesätreenit jatkuivat taas elokuussa kahtena Startti-kertana.

Keväkirmauksen Jatkot oli oma kokonaisuutensa, joka toteutui yhteistyössä Radio Porin kanssa. Kristiina Uusitalo-Lindholm ohjasi avaustapahtuman jumpan Mukulatorin Satakieli-

lavalla sunnuntaina 9.6. Seuraavaksi jumpattiin ke 10.7. klo 18 Raatihuoneen puistossa. Torstaina 22.8. oli paikkana Kirjurinluodon Lokkilava. Syksyllä jatkettiin 12.9. torstaina, paikkana oli nyt Isomäki. Liisantorin uusi ulkoilupuisto oli vuorossa torstaina 17.10 ja marraskuun porrastreenit olivat 11.11. Isomäki-areenalla.

Syksyn salikausi käynnistyi 2. syyskuuta ilmaisella tutustumisviikolla. Syksyn lukujärjestyksessä oli aikuisille liikuntaa kaikkina viikonpäivinä. Suurin muutos oli lauantaille saadut kuntosali- ja venyttelytunnit. Uutuutena saatiin myös Bodyfunc-tunti, joka yhdistää kamppailulajeja ja rauhoittumista. Lisäksi BodyBalance siirtyi sunnuntai-iltapäivään. Babybic siirtyi myös iltatunniksi alkaen klo 17.

Miehille sopivia tunteja oli nyt kuusi, miesten oman tunnin lisäksi kaksi kahvakuula-tuntia, Hiit, kuntosali sekä venyttely.

Seurasydän- ja seurapaitapäivään 24.9. osallistuttiin näyttävästi. Seuralle tilattiin oma seurapaita, joka annettiin etukäteen joululahjaksi niin ohjaajille, salikavereille kuin johtokunnankin jäsenille. Lisäksi paitaa myytiin 15 euron hintaan jäsenille.

Barre Move Workshopit järjestettiin kolmena lauantaina: 21.9., 19.10. ja 23.11. Ohjaajana toimi Marjaana Auravalta.

Aili-tiimi kokoontui aloituspalaveriin 31.7., toiminnansuunnitteluun ja kevättapaamiseen.

Salikavereiden aloituspalaveri oli toimistolla 21.8. Salikavereina toimivat Aulikki Järvenpää, Helena Kuusisto, Katariina Heiskanen, Kirsti Noukka, Sirpa Maja, Sirpa Sandelin, Taina Kleemola, Tiina Kujansuu ja Marja-Leena Kallio.

Lukujärjestyksessä pidettiin hyväksi havaitut värikoodit, joista ilmeni tunnin sisältö; tanssillinen, kevyt tai raskas lihaskuntotunti ja kehonhuolto.

Joulujuhla vietettiin tänäkin vuonna kaikkien ohjaajien ja salikavereiden yhteistapaamisella 15.12. Satakunnan Kansan kansalaistorilla. Joululahjaksi annoimme, seurapaitojen lisäksi, Fazerin sinisen suklaalevyn.

Kaikille yhteiset Jouluiset tanssit, Lavis ja High Heels, järjestettiin maanantaina 16.12. ja tarjolla oli suklaata. Kauden päätöstunti Retrobic+lihaskunto pidettiin Kristiina Uusitalo-Lindholmin ohjaamana 30.12.

3.2. LASTEN JA NUORTEN LIIKUNTA

3.2.1. LASTEN JA NUORTEN HARRASTERYHMÄT

Lasten ja nuorten harrasteryhmät toimivat eri puolilla kaupunkia ja mahdollistavat liikunnan harrastamisen vauvaiästä lähtien. Lasten ja nuorten tiimissä olivat mukana Katri Sundvall ja Emmi Tuomi, Kristiina Uusitalo-Lindholm täydensi ryhmää nuorisokoordinaattorin ominaisuudessa.

Vuosi 2019 käynnistyi tammikuussa suoraan viikkotunneilla ilman erillistä toiminnansuunnittelupäivää. Alkuvuosi sujui totuttuun tapaan. Esiintyvien lasten ja nuorten harrastusryhmien kauden kohokohta oli Promenadin Kevätnäytös "Kasvutarinoita" toukokuussa. Kevätkausi päätettiin perinteisesti ohjaajien toukokuiseen kiitos- ja palkitsemistilaisuuteen.

Syyskauden alkajaisiksi ohjaajat kokoontuivat elokuussa ohjaajapalaveriin. Lasten ja nuorten harrasteliikuntaan saatiin uusina lajeina Liikkuvuutta ja Lihaskuntoa sekä Tunteella Tanssien. Vekarat-ryhmän nimi muuttui Las Vekaras -konseptiksi ja Tartzanit Ninjoiksi. Laviaan perustettiin seuran ensimmäinen lasten ja nuorten ryhmä: LasVekaras. Lavian LasVekaroiden syksy meni mainiosti ja koko syksyn paikalla oli hyvä määrä lavialaisia vekaroita. Ohjaajiksi saatiin paikkakuntalaisia.

Jokainen ohjaaja teki tuttuun tapaan henkilökohtaisen ohjaajasopimuksen, johon kirjataan sovitut tunnit ja suunnitellut koulutukset. Ohjaajasopimukseen kirjattiin lisäksi ohjaajan tutor, joka auttaa käytännön asioissa sekä mm. sijaisten etsimisessä. Lasten ja nuorten ohjaajien tutoreina toimivat johtokunnan jäsenet sekä kokeneet ohjaajat aikaisempien vuosien tapaan. Monta ohjaajaharjoittelijaa aloitti uransa seuran ryhmien ohjaajatehtävissä. Ohjausharjoittelua uudistettiin syksyllä entisestään ja nyt uudet ohjaajaharjoittelijat suorittavat koulutuksia (5h), tuntien suunnittelua (5h) ja toimivat apuohjaajana omalla tunnillaan (10h).

Vuosi 2019 päättyi ohjaajien joulujuhlaan. Joulujuhlan ohjelmanumerona oli yllätysnäytelmä, jossa rooleissa oli niin johtokunnan jäseniä kuin ohjaajia aikuisten ja lasten ryhmistäkin. Perinteiset pizzat tilattiin Rollista.

Nuvo-tiimiä ei tänä vuonna saatu käynnistettyä halutulla tavalla muutamista yrityksistä huolimatta. Tätä yrittivät yhdessä mm. Emmi Tuomi ja Kristiina Uusitalo-Lindholm. Nuvo-tiimejä on saatu käynnistettyä vain vähän myös muualla Suomessa. Positiivista on se, että myös vuonna 2019 seuramme ohjaajat kehittävät toimintaa ja haluavat kertoa mielipiteitään arjessa ilman varsinaista Nuvo-tiimiä, omissa tiimeissään ja tiimipalavereissaan.

3.2.2. TELINEVOIMISTELU JA TEAMGYM

Telinevoimistelun lukujärjestys suunniteltiin uudelleen, kun luovuttiin eläinten nimistä ryhmien niminä. Ryhmät jaettiin Taito1 ja Taito2 -ryhmiin. Pohjana tälle uudistukselle oli se, että haluttiin yhdenmukaistaa tuntisisältöjä ja ottaa käyttöön Voimisteluliiton merkkijärjestelmä. Taito1-ryhmiä oli 5 ja ne olivat kaikille 7-15-vuotiaille, ryhmät erotettiin toisistaan väri-nimillä, esim. Taito 1 sininen mm. helpottamaan ilmoittautumista. Taito2-ryhmän pääsyvaatimuksena oli Stara-merkin suorittaminen. Keväällä järjestettiin ensimmäinen avoin merkkitestipäivä ja toinen merkkitestipäivä oli joulukuussa. Molemmat päivät olivat suosittuja ja osallistujia oli jopa ruuhkaksi asti.

Kesällä, 17.-20.6., järjestettiin TeamGymin leirit 7-9-vuotiaille ja 10-12-vuotiaille. Ohjaajina olivat Aada Tilenius, Lottamari Heino ja Riikka Raitaniemi, leiriemäntänä Olivia Myntti.

Telinevoimisteluun perustettiin syksyllä uusi ryhmä, Telinevoimistelun voimistelukoulu 4-6-vuotiaille, jossa harjoitellaan voimistelun perustaitoja ja se luo mahtavan pohjan seuran kaikkiin lajeihin. Ryhmä oli todella suosittu.

Telinevoimistelijoille ja TeamGymin harrastajille valittiin seuravaatteeksi musta svetari.

Telinevoimistelu sai Teljän Rotareilta tukea voimistelumuodulien hankintaan. Seura hankki tuella kuperkeikkakiilan sekä ilmatäytteen sylinterin, jotka luovutettiin käyttöön toukokuussa telinevoimistelun kevätnäytöksessä Porin urheilutalolla. Voimistelijoiden käyttöön hankittiin myös jumppapalloja, kuminauhoja, tekniikkatikkaat ja slidereita monipuolistamaan harjoittelua.

Koko seuran kevätnäytöksessä Promenadialissa esiintyi telinevoimistelun kilparyhmät Timantit ja Starat sekä TeamGym-joukkueet Cristals ja Cesium.

Telinevoimistelun ja TeamGymin valmennusryhmät

Telinevoimistelun kilparyhmiä on tällä kaudella ollut Timantit, Starat, Tähdet ja Helmet. Kaikista telinevoimistelun valmennusryhmistä osallistui voimistelijoina Suomen Voimisteluliiton treenipäiviin Porissa 26.1. ja 31.8.

Helmet ja Tähdet ovat kauden aikana keskittyneet voimaan, vartalon asentojen harjoitteluun sekä perusliikkeiden tekniikkaan ja huolelliseen suorittamiseen. Tähdet ja Helmet osallistuivat syyskaudella seuran omaan joulustaraan 2.12. Meri-Porin koululla. Helmien ja Tähtien valmentajana toimii Kristiina Pirttilä ja Riikka Flinck.

Telinevoimistelun kilparyhmä Timantit ja Starat osallistuivat NTV kilpalinjan kilpailuihin vaihtelevalla kokoonpanolla. Keväällä Timantit ja Starat kilpailivat Vaasassa, Isokyrössä ja Espoossa Voimistelupäivillä. Syksyllä kilpailuihin osallistuttiin Lohjalla, Pietarsaareissa ja Tampereella. Timanttien ja Starojenvalmentajana toimii Raisa Koppelomäki.

TeamGym jatkoi toimintaansa kolmen joukkueen voimin, joista kaikki, myös viime vuonna harrastejoukkueena aloittanut Chabitan, tähtäävät tai ovat jo mukana kilpailutoiminnassa.

TeamGymin valmennusjoukkue Cesium osallistui Tg cup kilpaharrasteluokan kisoihin kevätkaudella Tampereella ja Vierumäellä sekä kisasi myös Voimistelupäivillä Espoossa. Joukkueessa mukana olivat Sara Yli-Anttila, Oona Teperi, Heidi Rintamäki, Iida Vaitiniemi, Sara Norrkniivilä, Eerika Heikkinen, Enna Simola ja Susanne Sisask. Valmentajina olivat Raisa Koppelomäki ja Julia Elo.

Syksyllä Cesium kisasi Tampereella ja Espoossa. Joukkue esiintyi seuran kevätnäytöksissä Promenadissa ja Urheilutalolla. Joukkueessa mukana olivat Sara Norrkniivilä lukuunottamatta muut harrastajat. Valmentajana Raisa Koppelomäki

Team Gymin joukkue Cristals kisasi keväällä Starassa Espoossa Voimistelupäivillä harrastejoukkueena. Syksyllä joukkue aloitti myös valmennusjoukkueena ja kisasi ensimmäiset kisansa tällä kokoonpanolla Espoossa kilpaharrasteluokassa. Syksyn aikana Cristals on myös ehtinyt leireilemään seuran omalla hallilla järjestetyllä leirillä lokakuussa sekä Kuortaneella joulukuussa. Cristalsia valmentavat Lottamari Heino ja Jenna Juhola.

Sekä telinevoimistelun että teamgymin kisoissa saavutettiin sijoituksia kymmenen joukkoon sekä useita luokkanousuja. Myös upeita ykkössijoja on nähty kauden aikana. Kilpailutoiminnan kasvaessa ja kilpailulajien lisääntyessä, myös seuran omien tuomareiden tarve on edelleen kova. Telinepuolelle saatiin muutama uusi tuomari, mutta tarvetta olisi vielä mm. TeamGym puolen tuomarille.

Joukkueet ovat keränneet varoja omiin kuluihinsa mm. myyjäisillä ja myymällä varainhankintaan tarkoitettuja tuotteita sekä pitämällä kahviota seuran tapahtumissa. Cristals joukkue sai lisäksi Valio Akatemian stipendin, 750 €, kilpailumatkoja varten.

3.2.3 CHEERLEADING

Liikuntaseura Porin cheerleading eli Divine Spirit Cheerleaders järjestäytyi uudelleen valmentajista suuren osan siirryttyä uuteen porilaiseen cheer-seuraan. Valmentajia aloitti n. 20 osan ollessa vanhoja. Joukkueiden karsinnat pidettiin tammikuun alussa ja joukkueita täydennettiin tammikuun aikana. Maaliskuussa perustettiin cheer-tiimi, jossa aloitti Krista Levjäjärvi, Elina Rautanen, Meri Penttilä, Kristiina Uusitalo-Lindholm ja Anette Isoviita. Meri ja Elina jäivät pois seuran toiminnasta kesän aikana. Syksyllä käynnistettiin uudelleen valkkutreffit ja ensimmäinen kokoontuminen oli lokakuussa. Valkkutreffien tavoitteena on yhdessä päättää cheer-toimintaan liittyvistä asioista. Myös joukkueenjohtajat kokoontuivat syksyn aikana.

Vuoden alussa puvusto pestiin ja kesän aikana hallia maalattiin, siivottiin DiaPorin toimesta ja sekä sisään että ulos laitettiin seuran tarrat. Syksyllä Diamondseille hankittiin uudet puvut, jotta kaikille harrastajille löytyisi sopivan kokoinen kilpailupuku. Lisäksi huiskat päivitettiin uusiin.

Syksyllä edessä oli suuri koitos, kun järjestettiin yhdessä Suomen Cheerleadingliiton kanssa Porin ensimmäiset aluekilpailut. Kilpailuihin osallistui 13 joukkuetta.

Syksyllä yritettiin käynnistää mini-ikäisten stunttiryhmä, mutta siihen ei ollut tarpeeksi kiinnostusta. Myös keväällä aloitettu sennujen joukkue jäi syksyllä tauolle.

Keväällä ja syksyllä järjestettiin kaikille avoimet tutustumispäivät lajiin sekä akro-koulutuksia, jotka olivat suosittuja. Lajiin saattoi tutustua myös seuran järjestämällä cheerleading-leireillä 3.-6.6., jossa oli omat leirit 7-9- ja 10-12-vuotiaille. Leirillä ohjaajina toimivat Emma Salonoja, Ella-Mari Halminen ja Susanna Jokinen.

Joukkuekohtaiset tapahtumat, kilpailut ja esiintymiset on kirjoitettu joukkuekohtaisiin toimintakertomuksiin alapuolelle.

Dragons minit level 2

Kausi alkoi 8.1. Joukkueessa oli aluksi 21 tyttöä, jonka jälkeen tammikuun aikana joukkuetta täydennettiin vielä 11 urheilijalla. Treenejä oli kolme kertaa viikossa. Valmentajina toimivat Jenniina Ojamäki, Ronja Kalli sekä Siiri Kerminen ja joukkueenjohtajina Eeva Näsi ja Anette Isoviita. Joukkueelle hankittiin viininpunaiset joukkuepaidat ja hopeiset rusetit. Pitkin vuotta järjestettiin erilaisia varainkeruutapahtumia. Keväällä Dragons osallistui kevätnäytökseen 4.5. Sen jälkeen alkoi kova harjoittelu kohti kevään kisoja Summer cheer cupia, jossa Dragons kilpaili 9.6. ja sijoittui 18/28. Lomaa pidettiin loppukesäkuun ja heinäkuun. Elokuun alussa pidettiin täydennystreenit ja joukkueen koko oli sen jälkeen 36. Syksyllä Dragons sai neljännen valmentajan Susanna Jokisen. Joukkue esiintyi Eurajoen markkinoilla 17.8. Syksyllä pidettiin leiriviikonloppu Spine Performancen Emilian kanssa. Joukkue osallistui Föri cheer fest -kilpailuihin sijoittuen 11/15. Marraskuussa joukkue kilpaili myös Porin ensimmäisissä cheer-kisoissa, Pori Spiritissä, ja sijoittui 2/4. Tämän jälkeen kauden päätteeksi Super cheer -kilpailussa sijoitus oli 12/34. Viimeinen esiintyminen vuodelle 2019 oli seuran joulunäytöksessä 8.12. Kauden päätteeksi pidettiin joukkueilta 17.12. Ultra action parkissa, jonka jälkeen joukkueilta jatkui saunatila Färjäämössä.

Delight minit (level 1)

Kausi alkoi 8.1. Joukkueessa oli 19 tyttöä, lopulta tammikuun aikana saimme kasaan 29 urheilijaa. Kevään aikana varainkeruuna oli karkkien myynti. 4.5. oli seuramme kevätnäytös, jonka jälkeen treenasimme vielä ahkerammin kohti ensimmäisiä kilpailuja. 18.5. osallistuimme May Madness -kilpailuihin. Sijoituimme level 1 -sarjassa 22/28. Treenasimme kesäkuun alkuun asti ja tämän jälkeen lomailtiin elokuuhun saakka. Elokuussa pidimme avoimet treenit, jossa saimme koottua joukkueen 32 urheilijalla.

Heti syyskuussa ulkopuolinen valmentaja piti meille leiriviikonlopun, jossa opimme erilaisia taitoja. Syksyllä varainkeruuna oli: karkkien myynti, Gutz, sukkiemyynti sekä joukkueen myyjäiset Prismassa. Osallistuimme syksyllä kahteen kilpailuun. Pori Spirit, jossa meidän sarjassa kaikki sijoittuvat ensimmäiselle sijalle! Sekä Winter Wildness, jossa sijoituimme 17/34! Viimeinen esiintyminen oli seuramme joulunäytöksessä 8.12. Seuraavana päivänä pidimme joukkueen päättäjäiset seinäkiipeilyn merkeissä!

Diamonds, minit aluekilpaminit

Keväällä joukkuetta valmensivat Emilia Vehmanen, Silja Elonen, Ida Hartila ja Elina Viikilä. Joukkueessa urheili 25 taitavaa tyttöä. Treenejä oli kaksi kertaa viikossa keskiviikkoisin ja sunnuntaisin cheer-hallilla. Joukkueenjohtajina toimi Katri Martens ja Natalia Kuusela ja joukkueen virallisena huoltajana Susanna Sällilä. Tytöille tilattiin BlingBowsilta kultaiset donitsit ja Wildcheeriltä mustat joukkuepaidat. Keväällä toteutettiin Kakkutukun tuotteilla varainkeruun, jotta kisamatka saatiin mahdollistettua.

Joukkue esiintyi seuran kevätnäytöksessä hienosti. Se oli hyvää harjoitusta toukokuussa pidettäviin Tampereen CheerNääs-aluekisoihin. Joukkue matkasi siis Tampereelle joukkueen ensimmäisiin kisoihin! Tytöt suoriutuivat todella mahtavasti puhtaalla ohjelmalla. Sijoja sarjassa ei jaettu, joten kaikki saivat mitalit.

Syksyllä joukkuetta syyskaudella valmensivat Ida Hartila, Elina Viikilä, Emilia Vehmanen sekä Silja Elonen. Joukkueenjohtajina jatkoivat Katri Martens sekä Natalia Viitala ja joukkueen virallisena huoltajana Susanna Sällilä. Diamonds treenasi syyskaudella kaksi kertaa viikossa, keskiviikkoisin ja sunnuntaisin. Joukkueessa urheili 32 innokasta tyttöä. Syyskaudella aloitettiin ahkera treenaus kohti Pori Spirit -kilpailuja ja ensimmäinen askel oli tehdä varainkeruuta Kakkutukun tuotteilla, jotka tuottivat hyvin. Lisäksi hankittiin sponsoreita. Varustehankintoja tehtiin myös, sponsori T-paidat Wildcheeriltä sekä hopeiset rusetit Blingbowsilta. Pori Spirit -kisat sujuivat mallikkaasti, vaikka puhtaaseen ohjelmaan ei päästykään niin kaikki palkittiin mitaleilla ja pidettiin mukava kisapäivä. Loppukausi keskityttiin treenaamaan kohti joulunäytöstä ja tytöt saivat koko kauden odotetuimman yllätyksen, uudet kisapuvut! Joukkueelle järjestettiin treenit, jossa joukkueenjohtajien hankkima valokuvaaja kävi ottamassa kuvia tytöistä uusien pukujen kanssa. Diamonds kausi huipentui urheilutalolla pidettyyn joulunäytökseen 8.12.

Damage (04-) harrastesennujoukkue

Keväällä käynnistettiin sennu-joukkue Damage, johon tuli mukaan yli 20 tyttöä. Valmentajina aloittivat Viola Kivikoski ja Tasha Raumalta ja Tashan jäädessä pois tilalle tuli Emma Salonoja. Joukkue osallistui seuran kevätnäytökseen. Syksyllä joukkueen toiminta ei lähtenyt kunnolla käyntiin monen harrastajan lähdettyä opiskelemaan.

Dazzlings (07-03 syntyneet) junnut aluekilpajoukkue

Joukkuetta keväällä valmensivat Emilia Vehmanen, Viivi Niekka, Silja Elonen ja Dominika Bajacek. Joukkueessa urheili 19 innokasta tyttöä. Joukkue treenasi seuran Cheer-hallilla kerran viikossa keskiviikkoisin. Dazzlings esiintyi seuran kevätnäytöksessä ja suoriutuivat mahtavasti! Näytökseen tytöille tilattiin BlingBowsilta valkoiset strassidonitsit ja Wildcheeriltä vaaleanpunaiset joukkuepaidat.

Keväällä kehitystä tapahtui paljon niin perusstunteissa kuin hieman vaikeammissakin stunteissa. Uusia akrojakin saatiin. Valmentajat olivat todella ylpeitä tytöistä. Varsinkin siitä, kuinka nopeasti tytöt omaksuivat uudet asiat ja tekivät parhaansa treeneissä.

Syksyllä joukkuetta syksyllä valmensivat Viivi Niekka, Silja Elonen, Alina Ala-Tuori ja Emilia Vehmanen ja joukkueenjohtajina olivat Johanna Koivisto ja Anu Jaatinen. Joukkue harjoitteli kahdesti viikossa cheer-hallilla, 1,5h + 1h. Lisäksi pidimme lisätreenejä sekä leiriviikonloppuja. Joukkueessa oli 21 tyttöä.

Joukkue kilpaili PoriSpirit aluekilpailuissa ja sijoittui juniorit level 2- sarjassa toiseksi. Joukkue esiintyi myös joulunäytöksessä Urheilutalolla.

Joukkue tilasi syksyllä WildCheeriltä uudet joukkuepaidat sekä uusillekin harrastajille donitsit BlingBowsilta. Kisaohjelmaan tilattiin musiikki Top Cheeriltä.

Tytöt kehittivät huimasti sekä lajitaidoissa että joukkueena. Kauden alussa vanhemmille pidettiin vanhempainillan ja kauden lopussa tytöille joukkueilta cheer-hallilla. Kehitys tytöillä oli kauden aikana todella nopeaa, ja he suoriutuivat loistavasti ihan ensimmäisissä kilpailuissaan. Saimme uusia akroja ja opittiin tärkeitä level 2 -lajitaitoja.

Valmentajat olivat tytöistä todella ylpeitä koko kauden ajan.

Dynamites (12-08 syntyneet) harrasteminijoukkue

Dynamites esiintyi ensimmäisen kerran yleisölle seuran kevätinäytöksessä Promenadissa toukokuussa. Keväällä harjoiteltiin cheerleadingin perustaitoja. Joukkuetta valmensivat keväällä Viola Kivikoski, Susanna Jokinen ja Emma Salonoja. Syksyllä uusien taitojen harjoittelua on jatkettu, leikkiä unohtamatta. Dynamites esiintyi toisen kerran seuran omassa joulunäytöksessä urheilutalolla. Ryhmä on hankkinut esiintymisrusetit, vanhempien maksamana. Syksyllä joukkuetta valmensivat Lottamari Heino, Amanda Malen ja Ida-Maria Hartila. Syyskauden aikana treeneissä kävi aktiivisesti keskimäärin 17 lasta.

Dust (12-08 syntyneet) harrasteminijoukkue

Keväällä joukkuetta valmensivat Oona Jutila, Sini Saarinen ja Ella Virtanen. Joukkue osallistui seuran kevätinäytökseen Promenadialissa.

Syksyllä joukkue harjoitteli edelleen kerran viikossa. Harrastajamäärät vaihtelivat 27-30 välillä. Joukkue osallistui seuran joulunäytökseen urheilutalolla. Syksyllä joukkueen valmentajina toimivat Jutta Tervo, Peppi Riento sekä Janna Saarinen.

Damselflies, mikrot (Harrastejoukkue)

Mikrot esiintyivät seuran kevät- ja joulunäytöksissä. Mikrot-ryhmä on sekä kevät- että syyskauden aikana harjoitellut cheerleadingin perusasioita, leikkien ja hauskanpidon lomassa. Ryhmä hankki syksyllä trenidonitsit seuran joulunäytökseen vanhempien maksamana.

Joukkuetta valmensivat keväällä Jutta Tervo, Iina Nikmo, Valeria Lindeman ja Vivian Lindeman. Syksyllä joukkueen valmentajina toimivat Jutta Tervo, Lottamari Heino, Aava Laatu ja Janella Aalto.

3.2.4. JOUKKUEVOIMISTELU

Joukkuevoimistelua harrastettiin seurassamme useassa joukkueessa vuonna 2019. Joukkuevoimisteluun voi tutustua Nuppuvoimistelussa tai Voimistelukoulussa, jotka ryhminä kuuluvat lasten harrasteliikuntaan.

Lajiin pystyi tutustumaan kevään koulukiertueella. Johanna Mattila ja Olivia Myntti vierailivat 6.5. Uudenkoiviston koululla, 8.5. Cygnaeuksessa, 15.5. Ruosniemen koululla sekä Enäjärven koululla. Vastaanotto oli hieno ja kouluvierailut ovat mainio keino saada lajia esiin. Cygnaeuksessa päästiin opetusta tekemään myös englanniksi.

Lisäksi järjestettiin joukkuevoimistelun leiri 7-9-vuotiaille 10.-13.6., jossa leiriohjaajina toimivat Isa Ilomäki, Linnea Österlund, Riikka Raitaniemi ja leiriemäntänä toimi Olivia Myntti.

Joukkuevoimistelijoilta valittiin lämmittelytakiksi tummansininen svetari jo olemassa olevien mustien trikoiden ja turkoosin topin seuraksi. Lisäksi hankittiin seuratuotteeksi musta pukupussi seuran logolla.

Joukkuevoimistelun vastuvalmentajat nimettiin syyskaudella uudestaan. Juuli Vilppola aloitti kolmen joukkueen vastuvalmentajana. Nuorista apuvalmentajista tehtiin apuvalmentajarinki, jolloin he kiertävät kaikissa omaa ikäluokkaansa nuoremmissa jv-joukkueissa. Näin ollen he näkevät ja saavat kokemusta eri valmentajien ja joukkueiden toimintatavoista.

Uuden Breksia-joukkueen budjetti laskettiin kokeiluluontoisesti kattamaan lisenssiä lukuunottamatta kaikki kulut. Kokeilu sai vanhempien keskuudessa hyvän vastaanoton.

JouluStara-tapahtuma oli perinteisesti syyskauden lopussa Meri-Porissa. Mukana oli jv-joukkueet sekä harrastejoukkueet, telinevoimistelijoina, TeamGym-joukkue sekä aikuisten tanssillisen voimistelun joukkue Kuiske. Ulvilasta oli vieraana kolme esiintyvää ryhmää. Tapahtuman arpajaiset ja puffetti järjestettiin jv-stipendiraaston hyväksi.

Kevätkaudella Nuppuvoimistelua oli kaksi ryhmää 4-5-vuotiaille ja yksi ryhmä 6-7-vuotiaille. Nuppuja ohjasi Marja Koskinen ja Jenny Helenius sekä Mineral-joukkueen voimistelijoita. Voimistelukoulun Jade- ja Opaali-ryhmät jatkoivat, vaikkakin molemmissa joukkueissa oli vähemmän harrastajia kuin syksyllä. Heitä ohjasi Kati Taipale, Eeva Sadova sekä Mineral-joukkueen voimistelijoita.

Syyskaudella joukkuevoimistelun harrasteryhmiin ilmoittautui ennätysmäärä tyttöjä. 4-5-vuotiaita Nuppuja ohjasi Marja Koskinen, Amanda Nenonen sekä apuvalmennusrinki. Kahdessa ryhmässä oli yhteensä 44 tyttöä. 6-7-vuotiaita Nuppuja oli 24 ja heitä ohjasi Iida Kivikko, Hanna-Maija Peurala, Anni Katajisto, Pinja Polvi, ja Isabel Smith. Voimistelukoulun ryhmät yhdistettiin Opaaliksi ja ohjaajaksi tuli Henna Puranen sekä Mineral-joukkueen tyttöjä. Lisäksi perustimme uuden joukkueen Breksian, 6-7-vuotiaille voimistelijoille.

Breksia (2012-2013 syntyneet)

Breksia aloitti elokuussa ensimmäisen kautensa jv-joukkueena 24 voimistelijan voimin. Joukkue harjoitteli sunnuntaisin Käppärässä 1,5 h. Joukkue aloitti heti narutekniikka-harjoittelut ensimmäistä naruohjelmaa varten. Naruohjelman koreografina oli Juuli Vilppola. Ohjelman tytöt oppivat nopeasti ja treeneissä aikaa jäi hyvin myös venyttelylle ja muulle tekniikalle. Joukkueen vastuvalmentajana ja koreografina toimi Juuli Vilppola sekä Mineral- ja Zirkonium-voimistelijoiden apuvalmennusrinki. Ensimmäisen kisakokemuksen tytöt saivat Tampereella. Kovasta jännityksestä huolimatta ohjelma meni hyvin ja suuri iloinen joukkue sai todella upeaa palautetta tuomaristolta. Hyvä palaute jatkui myös toisessa Starassamme Meri-Porin Joulustarassa. Tytöt ovat kehittyneet jo ensimmäisen kauden aikana niin paljon, ettei valmennustiimi malta odottaa mitä kevät tuo Breksian kanssa tullessaan.

Sirine (2010-2011)

Elokuussa Sirine kohtasi paljon muutoksia. Tytöistä muutama lopetti ja valmennustiimissäkin tapahtui muutoksia. Joukkueen vastuvalmentajaksi tuli Juuli Vilppola ja apuvalmentajana jatkoi Isa Ilomäki. Apuvalmennusringin tytöt olivat apuna. Aika pian joukkue alkoi harjoitella naruohjelmaa 7 voimistelijan voimin ja tytöt oppivat sen nopeasti, sillä naru oli heille tuttu väline. Kati Taipaleen koreografia sopi tytöille täydellisesti ja loppukaudesta tyttöjen tekeminen alkoi olla varmaa. Joukkue trenasi kaksi kertaa viikossa, yleensä ohjelman lisäksi paljon tekniikkaa ja venyttelytkin sulautui hyvin treenirutiineihin. Myös Zirkonium-valmentajan Inkeri Kermisen oppeihin tytöt pääsivät maanantaisin. Kehitys oli suuri ja tuomaritkin sen huomasivat. Stara-kisoissa Tampereella

palaute oli todella hyvää ja tytöt valmentajineen olivat tyytyväisiä suoritukseen. Ennen toista Staraa joukkue sai uuden voimistelijan ja näin Meri-Porissa esiintyi upeasti kahdeksan tyttöä.

Sirium (2009-2008)

Keväällä joukkue kisasi kahdessa kilpailussa Vaiana-elokuvan inspiroimalla ohjelmalla ja esiintyi seuran kevätnäytöksessä. Kisakokoonpanoon kuului kahdeksan iloista voimistelijanalkua. Valmentajina toimivat Tilda Tuurala ja Henna Mattila, Elli Harju ja Eeva Sadova. Kilpailemisesta joukkue sai hyvää motivaatiota syksyyn ja itsensä kehittämiseen.

Syyskausi keskittyi joukkuevoimistelutekniikkaan ja uusien vaativampien liikkeiden opetteluun Hennan ja Tildan valmennuksessa. Syksyllä joukkue esiintyi Stara-sarjassa ja Jääprinsessa-vapaaohjelmaa esitettiin seuran Joul-Staran lisäksi Tampereella ja Valkeakoskella. Joukkue tiivistyi kauden aikana paljon ja koki onnistumisia yhdessä, joka loi intoa saavuttaa entistä suurempia tavoitteita niin yksilönä kuin joukkueenakin.

Zirkonium (2007-2006)

Joulun jälkeen Zirkonium jatkoi treenejään kuuden voimistelijan voimin (Neela, Veera, Viivi, Venla, Kerttu ja Fanny) ja heti kauden alussa mukaan kuvioihin tuli Iris. Tyttöjä keväällä joukkueessa oli siis seitsemän. Kisakokoonpanossa mukana oli vain viisi tyttöä, kun Kerttu oli loukkaantunut ja Iris treenasi vielä perustaitoja. Joukkueen vastuvalmentajina jatkoivat Inkeri Kerminen sekä Johanna Mattila ja fysiikkavalmentajana Olivia Myntti. Lajitreeniä piti Aino Aavanen.

11.-12. tammikuuta tytöt leireilivät Voimisteluliiton rinkileirillä Kuortaneella, jossa treenattiin erityisesti lajitekniikkaa sekä perusvoimistelutaitoja. Heti leirin jälkeen joukkue aloitti uuden Revontuli-teemaisen ohjelman opetteluun, mistä sekä tytöt että valmentajat olivat hyvin innoissaan. Koreografina oli Johanna Mattila. Ohjelman hiominen eteni nopeasti, ja tytöt pääsivät esittämään sen ensimmäistä kertaa Liikuntaseura Porin järjestämässä koko perheen liikuntatapahtumassa 9. maaliskuuta.

Ensimmäiset kisat olivat Turussa 31. maaliskuuta TUL:n Varsinais-Suomen piirin kisat. Siellä tytöt ylsivät kategoriaan 5 ja saavuttivat hienosti hopeamitalin. Kisakausi jatkui heti seuraavana viikonloppuna 6. huhtikuuta TV Openissa, jossa tytöt saivat kategorian 4. Seuraavaksi kisattiin 14. huhtikuuta Forssa Cupissa, jossa myös sijoitus kategoriaan 4. Tämän jälkeen esiinnyttiin 4. toukokuuta, kun oli seuran "Kasvutarinoita"-kevätnäytös. Voimistelun täyteinen kevät loppui 11.5. Tampereella Sisu Cupissa, josta jälleen kerran kategoria 4.

Kauden aikana tytöt kehittyivät valtavasti ja omaksuivat hyvin uudenlaisen ohjelmansa. Valmentajat olivatkin kevääseen erittäin tyytyväisiä!

Elokuussa Zirkonium jatkoi treenejään seitsemällä voimistelijalla (Iiris, Kerttu, Neela, Venla, Viivi, Fanny ja Veera). Kaikki seitsemän tyttöä olivat myös mukana kisakokoonpanossa. Joukkueen vastuvalmentajina syksyllä toimivat Inkeri Kerminen sekä Linnea Österlund. Johanna Mattila piti myös Zirkoniumille muutamia treenejä ja otti päävastuun koreografiasta ja musiikista. Joukkueen fysiikkavalmentajana toimi Viola Messo ja lajitreeniä piti Juuli Vilppola.

Treenien alettua elokuussa ohjelma yritettiin saada mahdollisimman nopeasti kasaan. Ohjelman teemana syksyllä oli merenneito ja välineenä vanne. Syyskuun lopulla Zirkonium leireili Suomen Voimisteluliiton rinkileirillä Kuortaneella, jossa joukkue treenasi erityisesti jalkatekniikkaa ja liikkuvuutta. Leirillä tytöt pääsivät myös hiomaan ohjelmaa parempaan kuntoon.

Ensimmäiset kisat olivat Tampereella TTNV Cup 3. marraskuuta. Ensimmäisissä kisoissa tytöt saavuttivat kategorian 5. Seuraavana viikonloppuna Zirkonium kisasi Nokialla NVS Cup:ssa 9. marraskuuta, missä tytöt ylsivät jälleen kategoriaan 5. Seuraavat kilpailut olivat Tampereella TV Open 23. marraskuuta. Sielläkin tytöt saavuttivat kategorian 5. Viimeiset kilpailut olivat Seinäjoella, Välinemestaruuskilpailut 30. marraskuuta. Kisoihin lähti vain kuusi voimistelijaa. Kovasta tasosta huolimatta kotiin tuomisina oli taas tuttu kategoria 5.

Joukkueen viimeinen esiintyminen syyskaudella oli seuran omassa Joulustarassa joulukuussa. Kauden aikana tytöt ovat kehittyneet huomasti ja kasvaneet voimistelijoina. Kaikki olivat tyytyväisiä siitä, että kaikki seitsemän tyttöä pääsivät mukaan kisamatolle.

Mineral (2002-2005)

Jv-kilpajoukkue Mineral jatkoi kevätkaudella 2019 harjoittelua 7 tytön kokoonpanolla, kun Iidan, Isabelin, Pinjan, Annin ja Hanna-Maijan joukkoon liittyivät myös Linnea ja Isa. Päävalmentajana toimi Sofianna Kiuru apunaan Olivia Myntti, Pia Kiuru ja Aino Aavanen. Treenejä pidettiin neljästi viikossa. Kaksi treeniä keskittyi kisaohjelmaan, yksi lajitaitoon ja yksi oli fysiikkatreeni. Mineral siirtyi 14-16-vuotiaiden vaatimaan kilpasarjaan Sofiannan tekemällä koreografialla Pahatar. Mineral kisasi Turun TUL-kisoissa 31.3., TV Openissa 6.4., Valkeakoski Cupissa 13.4., 12.5. Sisu Openissa ja 18.5. Valtakunnallisissa mestaruuskilpailuissa Jyväskylässä. Kisojen pisteet olivat 11,4 ja 14 välillä. Kisaohjelma esitettiin kilpailujen lisäksi seuran kevätnäytöksissä.

Syyskausi alkoi 7 voimistelijan ja uuden valmentajan Juuli Vilppolan voimin elokuussa. Joukkue treenasi 4 kertaa viikossa ja joukkueen fysiikkavalmentajana toimii Viola Messo. Tiistain treenien vaihtuvaan valmennustiimiin kuului Kati Taipale, Emmi Tuomi sekä Leena Äijälä. Alussa keskittyminen oli tiukasti tekniikassa ja valmistautumisessa ohjelman aloittamiseen. Sofianna Kiuru teki koreografian ja välineenä oli tytöille tuttu vanne. Loukkaantumiset ja sairastelut kuitenkin varjostivat joukkueen syksyä ja lopulta matolla olikin vain viisi voimistelijaa. Muutoksia oli pakko koko ajan tehdä vaihtuvan miehityksen vuoksi ja stressi tilanteesta kisoja kohden alkoi kasvaa. Kisoissa joukkue kävi Nokiolla, Tampereella kahdesti ja Seinäjoella. Kauden parhaiksi pisteiksi jäi 12.7, joka oli pettymys koko joukkueelle. Vastoinkäymisistä huolimatta tyttöjen kehitys on ollut huimaa ja paljon uusia juttuja on opittu.

Mimosa (2000-2002 synt.)

Mimosoista puolet kirjoitti ylioppilaiksi keväällä 2019. Joukkue päätti säännöllisen yhdessä treenaamisen kilpasarjan kisoihin keväällä 2018. Mimosat halusivat kuitenkin osallistua yhdessä vielä yksin kilpailuihin kevään 2019 yo-kirjoitusten jälkeen. Tavoitteeksi otettiin harrastesarjan kisa avoimissa Tul-mestaruuskisoissa 27.-28.4. Turussa. Osa joukkueesta suunnitteli koskettavan koreografian Vesa- Matti Loirin Nocturne-kappaleeseen. Koreografiaa ehdittiin harjoitella kymmenkunta kertaa. Kisat Turussa menivät hienosti. Mimosa oli johdossa heti alkukilpailun jälkeen pisteillä 16,633 (sis. kolme bonusta: kaksi taiteellisesta ja yksi suorituksesta). Tiukassa finaalissa joukkue saavutti pisteet 17,367 (Tv 4,8, Av 4,267, Exe 8,3. Sis 2 bonusta taiteellisesta ja yhden teknisestä taitotasosta). Yhteispisteet upeasti 34,000.

Kevätkausi päättyi seuran kevätnäytökseen 4.5. Näytöksessä muisteltiin Mimosoiden voimisteluvuosia valmentajien puheen ja eri vuosien ohjelmista tehdyn videokoosteen avulla. Näytöksen kruunasi tietysti Nocturne-esitys. Syksyllä 2019 Mimosat harjoittelivat muutaman kerran yhdessä, vaikka osa joukkueesta opiskeli jo Turussa. Joukkue esiintyi Liikuntaseura Porin Joulustarassa uuteen musiikkiin muokatulla kevään kisaohjelmalla. Lisäksi Mimosat esittivät Nocturnen Porin suomalaisen yhteislyseon lukion ylioppilasjuhlassa 5.12.

Brienne (2002-1998)

Brienne aloitti toimintansa syksyllä entisten Selene-voimistelijoiden haluttua palata joukkuevoimistelun pariin. Joukkueessa voimisteli neljä tyttöä sekä valmentaja Juuli Vilppola. Joukkueella oli tavoitteena osallistua kaksiiin kilpailuihin syksyn aikana, mutta

osallistumiset peruttiin sairastapauksen vuoksi. Joukkue harjoitteli kaksi kertaa viikossa. Joukkueelle tilattiin uudet voimistelupuvut sekä joukkuepaidat.

3.2.5. TANSSILLINEN VOIMISTELU

Selene

Selene-joukkueessa voimisteli keväällä 13 nuorta naista ja koreografina toimi Tiina Santavuo. Joukkue harjoitteli kerran viikossa Kuninkaanhaan koululla. Kati Taipale auttoi valmentamisessa. Joukkue osallistui tanssillisen voimistelun cup-kilpailuihin sijoittuen molemmissa neljänneksi sekä seuran kevätnäytökseen. Joukkue lopetti kevääseen.

Kuiske

Syksyllä 2018 perustettu naisten joukkue Kuiske jatkoi harjoittelua kevätkaudella noin 30 voimistelijan voimin. Joukkue osallistui Pia Kiurun, Emmi Tuomen ja Kati Taipaleen tekemällä koreografilla "Natural Woman" ensimmäisiin kilpailuihinsa. Kilpailuissa oli Kuiskeesta mukana 19 voimistelijaa. Kisat olivat:

1. Tanssillisen voimistelu Cup 2 -kilpailu Vantaalla, yli 30-vuotiaiden sarja, sijoitus 9.
2. TUL:n Joukkuevoimistelun mestaruuskilpailut Turussa, yli 25 v. sarja, sijoitus 3. pisteet 9,267/10. "Natural Woman" palkittiin Turussa kaikkien aikuissarjojen parhaana koreografina.

Joukkue esiintyi lisäksi Ulvilan Voimistelu ja Liikunnan ja Liikuntaseura Porin kevätinäytöksissä Porin Promenadikeskuksessa. Näytöksissä oli mukana 24 voimistelijaa. Syksyllä jatkettiin edellisen vuoden tapaan treenejä kerran viikossa. Lisäksi pidettiin kolme viikonlopputreeniä. Uusi koreografia "Aina vierelläsi" saatiin juuri ja juuri kasaan ennen ensimmäisiä kilpailuja. Kuiske osallistui harjoitusmielessä Lumo-tapahtumaan Raisiossa 30.11. (pronssikategoria) sekä 8.12. avoimiin TUL-mestaruuskisoihin Tampereella (4. sija). Joukkueen päätavoite on saada ohjelma parempaan kuntoon kevään 2020 kisoihin ja näytöksiin.

4. OHJAAJAKUNTA

4.1. OHJAAJAT

Seuramme 124 ohjaajaa ovat mahdollistaneet toimintakauden runsaan tuntitarjonnan. He ovat:

Aalto Janella	Katajisto Anni
Aavanen Aino	Keita Aida
Ala-Tuori Alina	Kerminen Inkeri
Areva Neela	Kerminen Siiri
Bajacek Dominika	Kirkanen Fanny
Collander Sara	Kiuru Pia
Elo Veera	Kiuru Sofianna
Elo Julia	Kivikko Iida
Elomaa Ira	Kivikoski Veera
Elonen Silja	Koppelomäki Raisa
Eskelinen Kiia	Koskinen Antti-Jussi
Flinck Riikka	Koskinen Kerttu
Hakakoski Venla	Koskinen Marja
Halmela Reija	Kotiranta Saara
Halminen Ella-Mari	Kukkula Emma
Harju Elli	Kuusisto Jutta
Hartila Ida-Maria	Laatu Aava
Heilä Jonathan	Laine Alisa
Heilä Sebastian	Lamminen Viivi
Heino Lottamari	Lappalainen Janika
Helenius Jenny	Lappalainen Jenna
Hokkanen Toni	Lehtinen Anne
Huida Maritta	Lehtinen Emmimari
Ilomäki Anne	Lehtinen Veera
Ilomäki Isa	Lilja Hely
Ilvonen Silja-Sofia	Lindeman Valeria
Isoviita Anette	Lindeman Vivian
Jalaja Emilia	Lindgren Sirpa
Johansson Jade	Lousti Jenny
Johansson Liisa	Luomansuu Katri
Jokela Sade-Maria	Lyly-Yrjänäinen Emma
Jokinen Susanna	Lähteenmäki Katri
Juhola Jenna	Malen Amanda
Jutila Oona	Marjakoski Minna
Järvenpää Reetta	Mattila Henna
Järvinen Iris	Mattila Johanna
Kaapeli Anniina	Mattila Marika
Kalli Ronja	Messo Viola

Myllymäki Maarit	Smith Isabel
Myntti Olivia	Sundvall Emmi
Mäkinen Vivianna	Sundvall Sanni
Nenonen Amanda	Taipale Kati
Niekka Viivi	Tervaselkä Emmi
Niemi Roosa	Tervo Jutta
Nikmo Iina	Tilenius Aada
Ojamäki Jenniina	Tilenius Heidi
Perttula Laura	Tuhkanen Suvi
Peurala Hanna-Maija	Tuohiniemi Tiia
Pirtilä Kristiina	Tuomi Emmi
Polvi Pinja	Tuurala Tilda
Puranen Henna	Uusitalo Elli
Raitaniemi Riikka	Uusitalo-Lindholm Kristiina
Raitaniemi Petra	Vainio Sari
Rantahalme Päivi	Varhelahti Ronja
Riento Peppi	Vehkalahti Emma
Rintamäki Heidi	Vehmanen Emilia
Saarinen Janna	Viikilä Elina
Saarinen Sini	Villemson Susan
Sadova Eeva-Karoliina	Vilppola Juuli
Salokangas Heli	Virtanen Ella
Salonoja Emma	Äijälä Leena
Schrey Marianne	Österlund Linnea

4.2. KOULUTUSTOIMINTA

Liikuntaseura Pori koulutti ohjaajia ja valmentajia runsaasti. Alla koulutukset lueteltuna tiimeittäin.

Lasten ja Nuorten toimiala:

10.2.	Villisti välineillä Sade-Maria Jokela	Saara Kotiranta	Tampere
2019	Arvi-ohjaajan verkkokoulutus Pinja Polvi		

10.8.	Suomen Voimisteluliiton Tutor-koulutus 2.		Pori
	Elviira Mäkinen	Ira Elomaa	
	Emmi Sundvall	Emma Kukkula	
	Amanda Malén	Janna Saarinen	
	Peppi Riento	Isabel Smith	
	Ida Kivikko	Lottamari Heino	
	Hanna-Maija Peurala	Anni Katajisto	
	Inkeri Kerminen	Aada Tilenius	
31.8.	Ohjaajien perehdytys		Pori
	Ala-Tuori Alina	Elomaa Ira	
	Keita Aida	Kirkanen Fanny	
	Kivikko Iida	Koskinen Kerttu	
	Lamminen Viivi	Lehtinen Veera	
	Mäkinen Vivianna	Peurala Hanna-Maija	
	Polvi Pinja	Rantahalme Venla	
	Riento Peppi	Smith Isabel	
	Villemson	Susan	
31.8.	Innosta ja innostu -koulutus		Pori
	Ala-Tuori Alina	Elo Veera	
	Elomaa Ira	Keita Aida	
	Kirkanen Fanny	Kivikko Iida	
	Koskinen Kerttu	Laine Alisa	
	Lamminen Viivi	Lappalainen Janika	
	Lehtinen Veera	Lousti Jenny	
	Lyly-Yrjänäinen Emma	Mäkinen Vivianna	
	Peurala Hanna-Maija	Polvi Pinja	
	Rantahalme Venla	Riento Peppi	
	Smith Isabel	Villemson Susan	
2019	Arvi-ohjaajan verkkokoulutus		
	Juuli Vilppola		
7.9.	Voimisteluohjaajan startti		Pori
	Alina Ala-Tuori		
14.9.	Sporttimestari, ennaltaehkäiseminen harjoituksissa		Pori
	Aada Tilenius	Kerttu Koskinen	
	Veera Lehtinen	Viivi Lamminen	
	Neela Areva	Iiris Järvinen	
	Venla Rantahalme	Jenniina Ojamäki	
	Jutta Tervo	Emilia Vehmanen	
15.9.	Väripallo pyörii		Pori
	Emma Kukkula	Katri Lähteenmäki	
	Aada Tilenius	Saara Kotiranta	
	Marika Mattila	Jenna Lappalainen	

Telinevoimistelu:

30.3.	Seuran oma akro-koulutus. Kouluttaja: Minna Viljanen Heidi Tilenius	Aada Tilenius	Pori
-------	--	---------------	------

Joukkuevoimistelu:

2.3.	Monipuolista harjoittelua Inkeri Kerminen		Helsinki
24.-25.8.	Lajitaidon peruskoulutus Inkeri Kerminen		Tampere
7.-8.9.	Joukkuevoimistelun tuomarikoulutus 2 Tilda Tuurala		Seinäjoki
14.-15.9.	Joukkuevoimistelun tuomarikoulutus Olivia Myntti		Helsinki

Tanssillinen voimistelu:

7.-8.9.	Lajitaidon peruskoulutus Emmi Tuomi		Helsinki
---------	--	--	----------

Cheerleading:

13.1.	Ohjauksen perusteet Dominika Bajacek Ida-Maria Hartila Viola Kivikoski Sini Saarinen Elina Viikilä	Silja Elonen Oona Jutila Viivi Niekka Emma Salonoja Ella Virtanen	Pori
16.3.	Stuntti-tekniikka 1-2 Dominika Bajacek Ida-Maria Hartila Ronja Kalli Emma Salonoja Emilia Vehmanen	Silja Elonen Susanna Jokinen Amanda Malén Elina Viikilä	Pori
17.-19.5.	Teknisen tuomaroinnin -kurssi Jenniina Ojamäki		Vantaa
16.11.	Sääntöfoorumi ja level 1-2 -koulutus Ronja Kalli	Susanna Jokinen	Helsinki

30.12.	Uusien cheer-apuvalmentajien perehdytys Anni Haapala Janessa Jokinen Kristiina Myllymäki Riina Telin Mimosa Vesalainen	Eerika Andersson Janni Räisänen Lotta Kuortti Vilma Paavilainen	Pori
Aikuisten Liikunnan toimiala:			
9.2.	Convention Maarit Myllymäki	Marianne Schrey	Tampere
10.3.	SuperTreenit Sari Vainio		Naantali
23.3.	Foamroller-koulutus, itse järjestetty Lottamari Heino Saara Kotiranta Katri Lähteenmäki	Hanna Jalonen Sade-Maria Jokela Susanne Kokko	Pori
7.9.	Bodybalance Anette Isoviita		Turku
syksy	Aikuisflamenco Katri Luomansuu		Pori
syksy	Aikuisflamenco 2 Katri Luomansuu		Pori
syksy	Lavis-ideapäivä Marianne Schrey		

4.3. VIRKISTYSTOIMINTA

Koko seuran toiminnansuunnittelupäivää ei tänä vuonna pidetty vaan tiimit suunnittelivat omaa toimintaansa tiimeittäin.

Kevätjuhla ohjaajille pidettiin Ravintola Sofiassa 23.5. perinteisesti tiimipalaverien, ruokailun ja palkitsemisten merkeissä.

Ohjaajien ja salikavereiden yhteinen joulujuhla pidettiin toimistolla su 15.12. Ohjelmassa oli palaverit tiimeittäin, yleiset asiat ja lopuksi pieni näytelmä, johon valittiin osallistujat. Sen jälkeen herkuteltiin tuttuun tapaan pitsalla. Lahjaksi kaikki saivat jo syksyllä annetun Seurasydän-paidan ja suklaalevyn.

5. JÄSENKUNNAN TAPAHTUMAT

5.1. LIIKUNTAHARJOITUKSET

Erilaisia ryhmiä on ollut vauvoista ikivireisiin. Ohjattuja, säännöllisiä tunteja on ollut runsaasti eri puolilla kaupunkia. Toimintakertomuksen liitteinä ovat telinevoimistelun lukujärjestykset ja ohjaajat (liitteet 2 ja 3), lasten ja nuorten tuntien lukujärjestykset ja ohjaajat (liitteet 4 ja 5), aikuisten tuntien lukujärjestykset ja ohjaajat (liitteet 6 ja 7), kilpailu- ja valmennusryhmien lukujärjestykset ja ohjaajat (liitteet 8 ja 9) sekä kesäkauden jumppatarjonta (liite 10).

5.2. SEURAN JÄRJESTÄMÄT TILAISUUDET

Kevätnäytös "Kasvutarina" Promenadialissa lauantaina 3.5.

Kevätnäytös "Kasvutarina" pidettiin totuttuun tapaan Promenadialissa lauantaina 3.5. Kevätnäytöksiä oli yksi ja se alkoi klo 14.00. Näytöksen kenraali alkoi klo 11.00. Esiintyviä ryhmiä oli yhteensä 25. Juontajana toimi tänä vuonna Kristiina Uusitalo-Lindholm. Näytöksestä tehtiin tallenne, joka oli tänä vuonna muistitikku-muodossa ja sen hinta oli 12 euroa. Satakunnan Kansa lähetti myös live-lähetyksen kevätnäytöksestä.

Ruusuja myytiin tänäkin vuonna. Ne olivat kotimaisia Ali-marttilan puutarhan kasvattamia. Ruusuja tilattiin 200 kpl. Ruusumyynnin tuotosta 80 % meni Zirkoniumin ja Mineralien hyväksi. Kevätnäytösohjelma on liitteenä.

Näytöstiimiin kuuluivat Hanna Jalonen, Kati Jalaja, Krista Levjäjärvi, Anette Isoviita, Marja Koskinen, Katri Sundvall ja Kati Taipale. Taiteelliseen tiimiin kuuluivat Johanna Mattila, Sanni Sundvall ja Tilda Tuurala.

Telinevoimistelun kevätnäytös urheilutalolla torstaina 16.5.

Telinevoimistelun ja TeamGymin perinteinen kevään sirkusilta järjestettiin nyt uutena ajankohtana kauden lopussa 16.5. lajien omana kevätnäytöksenä Porin urheilutalolla. Tapahtuma keräsi edellisten vuosien tapaan katsomon täyteen telinevoimistelun ja TeamGymin ystäviä. Näytöksessä jaettiin myös seuran ensimmäisessä merkkitestipäivässä merkin suorittaneille suoritusmerkit.

Seuran järjestämät kesäleirit

Cheerhallilla pidettiin kesäkuussa leirejä cheerleadingin, joukkuevoimistelun ja TeamGymin harrastajille ja tutustujille. Ohjaajien palkkaamisen saatiin avustusta Länsi-Suomen Osuuspankilta. Leirejä oli kaksi joukkuevoimisteluleiriä lukuun ottamatta. Lisäksi palkattiin kaikkien lajien tueksi ns. leiriemäntä, joka oli leirien jana ohjaajien esimiehenä sekä linkki toimistoon sekä vanhempiin. Leiriemäntänä toimi Olivia Myntti.

Cheerleading 7-9 vuotiaat ja 10-12 vuotiaat 3.-6.6.

1. Leiri: klo 9.30-12.00 2. Leiri: klo 12.30-15.30

Leireille osallistui yhteensä 38 innokasta cheer-tyttöä ja ohjaajia leirille palkattiin yhteensä kolme. Leirillä ohjaajina toimivat Emma Salonoja, Ella-Mari Halminen ja Susanna Jokinen.

TeamGym kesäleiri pidettiin 17.-20.6.

1. 7-9 vuotiaat klo 9.30-12.00 2. 10-12 vuotiaat: klo 12.30-15.30.

Innokkaita telinetaitureita leirillä oli yhteensä 39 tyttöä. Ohjaajina leirillä toimivat Aada Tilenius, Lottamari Heino sekä Riikka Raitaniemi.

Joukkuevoimistelun kesäleiri järjestettiin 10.-13.6.

1. Leiri: klo 9.30-12.00

Joukkuevoimistelu 7-9 vuotiaat. Vanhempien tyttöjen leiri ei toteutunut, mutta nuoremmissa oli innokkaita leiriläisiä 16 tytön verran. Leiriohjaajina toimivat Isa Ilomäki, Linnea Österlund ja Riikka Raitaniemi.

PoriSpirit 2019 aluekilpailut sunnuntaina 3.11.

Jo hyvissä ajoin keväällä saatiin tietää, että seura sai järjestettäväkseen seuran ensimmäiset cheerleading-kilpailut. Kilpailujen ajankohta oli 3.11. Kilpailut pidettiin Porin urheilutalolla ja valmistautuminen kilpailujärjestelyihin aloitettiin hyvissä ajoin keväällä 2019. PoriSpirit valittiin ohjaajien nimiehdotuksista. Kilpailut olivat onnistuneet ja sekä ennakkojärjestelyt että itse kilpailupäivä sujuivat hienosti ja tunnelma oli loistava. Juontajana toimi Krista Tuomisto. Kilpailuista tehtiin live-lähetys Satakunnan Kansan toimesta. Kilpailevia joukkueita oli yhteensä 13. Sarjoja olivat: Minit level 1 cheer, Minit level 1 tanssi, Minit level 2, Junnut level 2 sekä aikuiset level 3.

Tapahtuma jätti hyvän fiiliksen ja sen vuoksi seura päätti hakea aluekilpailuja myös vuodelle 2020. PoriSpirit 2020 järjestetään toukokuun 9. Porin urheilutalolla.

JouluStara Meri-Porin koululla 10.12.

Tämän vuoden JouluStara-tapahtuma järjestettiin ohjaajien, johtokuntalaisten ja entisten johtokuntalaisten "Donnien" voimin. Marja Koskinen koordinoi tapahtuman ja jakoi tehtävät. Donnat järjestivät arpajaiset ja puffetin, joiden tuotto meni Joukkuevoimistelun stipendirahastoon. Jokainen joukkue kokosi arpajaispalkinnoksi herkkukorin.

Esiintymässä oli oman seuran Jv-joukkueet, Nuppuvoimistelun kolme ryhmää, Voimistelukoulun harrastejoukkueet Opaali, TeamGymin joukkueet, telinevoimistelun Timantit, Starat, Tähdet ja Helmet sekä kolme vierailevaa joukkuetta Ulvilasta. Paikalla oli noin 350 maksanutta katsojaa.

Arvioitsijoita toimivat Susanne Kokko, Viola Messo, Minna Marjamäki ja Essi Rantamäki.

DSC joulushow Porin urheilutalolla 8.12.

Cheerleadereiden joulunäytös järjestettiin Porin Urheilutalolla sunnuntaina 8.12. Maksaneita katsojia oli n. 350, alle 12-vuotiaat pääsivät ilmaiseksi. Joukkueiden jojat myivät cheer-hallilla lippuja ennakkoon ja lisäksi niitä sai ostaa paikan päällä. Joukkueenjohtajat organisoivat joulunäytöksen järjestelyvastuut ja tehtävät joukkueilleen ja hankkivat joukkueen vanhemmista talkooporukan. Kaikki kilpajoukkueet toivat arpajaisiin 1-2 lahjakoria, jotka arvottiin tilaisuuden lopussa. Kuuluttajana toimi Kristiina Uusitalo-Lindholm. Kaikki seuramme 7 cheer-joukkuetta esiintyivät näytöksessä.

5.3. ESIINTYMISET

Oheisesta listauksesta näkee esiintymiset seuraavasti:

- 14.5. Lounais-Suomen JYTY-seniorien valtakunnallinen vuosikokous, Vatsatanssi
- 15.5. Kaupungin sairaalan geriatrisen osaston kevätjuhla, Vatsatanssi
- 8.6. TeamGym-leiriläiset, Mukulatori, Pori
- 17.8. Eurajoen markkinat, Dragons

6. KILPAILUTOIMINTA

6.1. CHEERLEADING

Cheerleading May Madness Vantaa 18.5.

Minit 22. Delight level 1

Cheerleading Aluekilpailut Tampere 25.5.

Minit Diamonds (vain sanallinen arvostelu)

Cheerleading Summer Cheer Cup Alahärmä 8.-9.6.

Minit 18. Dragons level 2

Syyskilpailut Turku 12.10.

Minit 11/15. Dragons level 2

Cheerleading Aluekilpailut Pori 3.11.

Minit Diamonds (vain sanallinen arvostelu)
2/4 Dragons level 1
Delight level 1

Junnut 2/2 Dazzlings level 2

Cheerleading Super Cheer Competition Vantaa 17.11.

Minit 12/34 Dragons level 2

Cheerleading Winter Wildness Leppävirta 30.11.

Minit 17. Delight level 1

6.2. JOUKKUEVOIMISTELU

TUL:n Varsinais-Suomen aluekilpailut, Turku 31.3.

12-14 v. kat. 5 Zirkonium (hopea) kilpa

14-16 v. 4. Mineral kilpa

TV Open, Tampere 6.4.

10-12 v. kat. 9 Sirium kilpa

12-14 v. kat. 4 Zirkonium kilpa

14-16 v. 13. Mineral kilpa

Haka Cup, Valkeakoski 13.4.

10-12 v. kat. 9 Sirium kilpa

14-16 v. 13. Mineral kilpa

Forssa Cup, Forssa 14.4.

12-14 v. kat. 4 Zirkonium kilpa

TUL:n mestaruuskilpailut, Turku 27.-28.4.

16-20v. 1. Mimosa harraste

yli 25 v. 3. Kuiske

Sisu Cup Tampere 11.-12.5.

10-12 v. kat. 4 Zirkonium

14-16 v. 7. Mineral

Voimisteluliiton mestaruuskilpailut yli 14 v., Jyväskylä 18.5.

14-16v. 36. Mineral

TTNV Cup Tampere 2.-3.11.

12-14 v. kilpa kat. 5 (jaettu 7. sija) Zirkonium

14-16 v. kilpa 12. Mineral

NVS Cup 9.11.

12-14 v. kilpa kat. 5 (jaettu 8. sija) Zirkonium

14-16 v. kilpa 7. Mineral

TV Open Tampere 23.11.

12-14 v. kilpa kat. 5 (jaettu 10. sija) Zirkonium

14-16 v. kilpa sija 4/4 Mineral

Voimisteluliiton välinemestaruuskilpailut Seinäjoki 30.11.-1.12.

12-14 v. kilpa kat. 5 (jaettu 31. sija) Zirkonium

14-16 v. kilpa (sija 30.) Mineral

6.3. TANSILLINEN VOIMISTELU**Tansillisen voimistelun Cup 2 Vantaa 30.3.**

16-20 v. 4. Selene

yli 40 v. 10. Kuiske

Voimistelupäivät Cup 3 Vantaa 7.-9.6.

16-20 v. 4. Selene

Tansillisen voimistelu, Raision lumo, Raisio 30.11.

kat. pronssi Kuiske

TUL mestikset, Tampere 7.-8.12.

yli 25 v. 4. Kuiske

6.4. STARA-TAPAHTUMAT

Länsi-Suomen Voimistelu Stara Huittinen 23.3.

Breksia, Sirine ja Sirium

Sydän-Suomen Voimistelu Stara Valkeakoski 14.4.

Sirine

Sydän-Suomen Isku Stara Tampere 25.5.

Sirine

Voimistelupäivät Espoo 8.6.

TeamGym Cristals

Telinevoimistelu:

Sylvi Laitomaa

Pihla Väänänen

Telinevoimistelun Stara Pietarsaari 4.10.

Agda Tuominen

Pihla Väänänen

TUL:n avoimet välinemestaruuskilpailut, Tampere 16.11.

Stara Breksia
Sirine
Sirium

Sydän-Suomen Voimistelu Stara Valkeakoski 14.12.

Sirium

6.5 TELINEVOIMISTELU

Kilpalinjan kilpailu Vaasa 16.-17.3.

B-lk vanh. 4. kat 4. Eevi Virta
10. kat 4. Olivia Furuholm
kat. 3 Nea Heimosalmi
kat. 3 Kaisa Majasaari
kat. 3 Peppi Mäkelä
kat. 3 Emmi Prihti
kat. 2 Kiira Vepsä
kat 1. Anna Järvenpää
kat 1. Felicia Roitto

B-lk nuor. kat 3. Helka Wiik
kat 1. Silja Penttilä

C-lk vanh. 9. kat 4. Essi Väänänen

C-lk nuor. kat 3. Mila Raunela

Kilpailinjan kilpailu Kyrö 13.4.

B-lk vanh. 3. kat 6. Olivia Furuholm
kat 5. Eevi Virta
kat 3. Anna Järvenpää
kat 3. Felicia Roitto

B-lk nuor. kat 3. Varpu Koppelomäki
kat 3. Helka Wiik
kat 1. Silja Penttilä

C-lk vanh. 9. kat 4. Essi Väänänen

C-lk nuor. kat 3. Mila Raunela

Voimistelupäivät Espoo 7.-8.6.

B-lk vanh. Eevi Virta
Anna Järvenpää

B-lk nuor. Varpu Koppelomäki
Helka Wiik

C-lk vanh. 9. kat 4. Essi Väänänen

Kilpailinjan kilpailu Lohja 28.9.2019

B-lk vanh. kat 2 Felicia Roitto

B-lk nuor. kat 4. Helka Wiik

C-lk vanh. 6. kat 4 Essi Väänänen
kat 2. Eevi Virta

Pietarsaari 4.10.2019

B-lk vanh. kat 3. Nea Heimosalmi
kat 2. Anna Järvenpää

C-lk vanh. 1. kat 7 Essi Väänänen
kat 1. Enni Pösö (vain nojapuut)

C-lk nuor. kat 4. Mila Raunela

Kilpalinjan kilpailu Tampere 19.10.2019

B-lk vanh. kat 3. Nea Heimosalmi
kat 3. Felicia Roitto
kat 2. Anna Järvenpää

B-lk nuor. kat 3. Helka Wiik

C-lk vanh. 3. kat 5. Essi Väänänen
kat 2. Eevi Virta

C-lk nuor. kat 3. Mila Raunela

6.6 TEAMGYM**TG Cup 1 Tampere 14.4.**

yli 12 v. 1. Cesium Kilpaharraste

TG Cup 2 Vierumäki 28.4.

yli 12 v. 4. Cesium Kilpaharraste

Voimistelupäivät Espoo 7.-9.6.

yli 12 v. Ottelu: 5. Cesium Kilpaharraste
Vapaaohjelma: 6. Cesium
Volltirata: 5. Cesium
Trampetti: 1. Cesium

Luokkakilpailut Tampere 26.10.

yli 12v. 2. Cesium Kilpaharraste

Luokkakilpailut Espoo 16.11.

yli 12v. 5. Cesium Kilpaharraste

Erityismaininta vapaaohjelmasta: Saumaton joukkuetyöskentely
9. Cristals

7. MUISTAMISET JA PALKITSEMISET

7.1. MERKKITAPAHTUMAT

Seuramme ohjaajista kevään ylioppilaaksi kirjoittivat Jenny Helenius, Sofianna Kiuru, Henna Mattila, Johanna Mattila, Olivia Myntti ja Petra Raitaniemi. Lahjaksi he saivat 35 euron lahjakortin seuratuotteisiin.

Ohjaajille ja salikavereille annettiin joululahjaksi Seurasydän-paita ja suklaalevy.

Kunniajäsenille ja yhteistyökumppaneille varatut joulumuistamisrahat lahjoitettiin perinteisesti elokuvalippujen muodossa (2 lahjaa, yhteensä 4 lippua) Joulupuuhyväntekeväisyyskeräykseen.

7.2. PALKITUT

Ohjaajien kevätjuhlassa palkittiin ohjaajia. Ohjaajat saivat palkinnon lisäksi diplomin.

Kauden 2018-2019 ohjaaja, lahjakortti seurakauppaan, telinevoimistelun ohjaaja Roosa Niemi.

Rakkaudesta lajiin -palkinnon, Murano-lasisen sydämen, saivat Pia Kiuru, Leena Äijälä, Aino Aavanen, Jenny Helenius, Inkeri Kerminen, Sofianna Kiuru, Henna Mattila, Johanna Mattila, Viola Messo, Olivia Myntti, Henna Puranen, Petra Raitaniemi, Nelli Riitahaara Sanni Sundvall, Tilda Tuurala ja Linnea Österlund, lisäksi sen sai Raisa Koppelomäki.

Mahdollistaja-palkinto Jungle Juice -lahjakortti Amanda Malén ja Ronja Kalli cheer, Lottamari Heino TeamGym, Anni Katajisto, Hanna-Maija Peurala, Iida Kivikko, Pinja Polvi, Amanda Nenonen jv-valmentajat, Pia Kiuru, Kati Taipale ja Emmi Tuomi aikuisten tanssillinen voimistelu sekä Hanna Jalonen seuran kehittäminen.

8. YHTEISTYÖ

Yhteistyösopimus Länsi-Suomen Osuuspankin kanssa uusittiin.

Seura ja Porin Leipä jatkoivat yhteistyötä. Saamme tuotteita esim. puffettiin ja sitä vasten annamme netti- ja facebook-näkyvyyttä.

Jatkettiin Satakunnan Osuuskaupan Kannustajat-tuen piirissä myös kuluvana vuonna.

Jatkettiin yhteistyötä Puuvillan Kukan ja Antinkukan kanssa.

Osallistuttiin vapaa-aikaviraston Nuori Pori harrastaa -tapahtumaan Porin Karhuhallissa lauantaina 24.8. Tapahtumassa eri tahot esittelivät harrastustarjontaansa.

Jatkettiin yhteistyötä TeamPlacen kanssa ja perustimme heidän kautta seuravaatekaupan cheer-vaatteiden lisäksi myös Liikuntaseura Porin tuotteille.

Jatketaan yhteistyötä Ballerina & Liikunnan kanssa ja heiltä tilataan trikoot ja topit.

Jatkettiin yhteistyötä Satakunnan Kansan kanssa ja lukujärjestykset julkaistiin Porilaine-lehdessä. Satakunnan Kansan henkilökunnalle järjestetään taukojumppa kaksi kertaa viikossa.

Jatkettiin yhteistyötä SVUL:n kanssa.

Jatkettiin yhteistyötä LiikUn kanssa.

Jatkettiin yhteistyötä Smartumin ja Tykyn kanssa ottamalla vastaan liikunta- ja kulttuuriseteleitä.

Jatkettiin yhteistyötä Suomen Voimisteluliiton kanssa.

Pidettiin Päivämartoille luento liikunnasta ja ravitsemuksesta.

Tehtiin yhteistyötä Porin Teljän Rotareiden kanssa järjestämällä perheliikuntatapahtuman Toejoen koululla 9.3. Yhteistyön tuloksena seuralle lahjoitettiin kaksi telinevoimistelumuodua.

Jatkettiin yhteistyötä Ajo-Expertin kanssa.

Jatkettiin yhteistyötä Radio Porin kanssa Kirmausjatkot-liikuntahankkeen puitteissa. Järjestettiin kuusi liikuntakertaa kaikille porilaisille eri puolilla kaupunkia.

Järjestettiin Liinaharjan vastaanottokeskuksen lapsille liikuntaa kahtena päivänä. Ohjaajina toimivat joukkuevoimisteluleirin ohjaajat.

Osallistuttiin FC Jazzin järjestämään liikuntapahtumaan pitämällä toimintapisteen 16.6. Ohjaajina toimivat joukkuevoimisteluleirin ohjaajat.

Aloitettiin yhteistyö Sanserin kanssa seurapaita-tilauksella.

Aloitettiin yhteistyö Radio Porin kanssa aikuisliikunnan Kevätkirmauksen jatkot - hankkeessa. Ohjattiin kuutena kuukautena yksi vaihteleva aikuisten liikuntatunti ulkona.

LIITTEET

- 1. Kevätnäytöksen "Taivaalta kuu, meiltä tähdet" käsiohjelma**
- 2. Telinevoimistelun lukujärjestys ja ohjaajat kevät 2019**
- 3. Telinevoimistelun lukujärjestys ja ohjaajat syksy 2019**
- 4. Lasten ja nuorten lukujärjestys ja ohjaajat kevät 2019**
- 5. Lasten ja nuorten lukujärjestys ja ohjaajat syksy 2019**
- 6. Aikuisten liikunnan lukujärjestys ja ohjaajat kevät 2019**
- 7. Aikuisten liikunnan lukujärjestys ja ohjaajat syksy 2019**
- 8. Kilpa- ja valmennusryhmien lukujärjestys ja ohjaajat kevät 2019**
- 9. Kilpa- ja valmennusryhmien lukujärjestys ja ohjaajat syksy 2019**
- 10. Kesäkausi 2019**

Kevätnäytöksen "Taivaalta kuu, meiltä tähdet" käsiohjelma Liite 1

Telinevoimistelun lukujärjestys ja ohjaajat kevät 2019

Liite 2

MAANANTAI

Perhe 2, 4-6-vuotiaat (2012-2014)

16.45-17.30

Anne Ilomäki

Pienet 1 (2012-2010)

17.30-18.15

Jenna Lappalainen, Janika Lappalainen, Suvi
Tuhkanen, Elli Uusitalo, Heidi Rintamäki,
Janna Saarinen

Tavoite pienet (2011-2009)

18.15-20.00 (+ torstai 18.30-20.00)

Roosa Niemi, Emilia Jalaja, Riikka
Flinck/Ronja Varhelahti

Tavoite isot 3 (2008-2005)

18.15-20.00 (+ torstai 18.30-20.00)

Marika Mattila

Tavoite isot Team Gym painotus (2008-2005)

18.15-20.00 (+ torstai 18.30-20.00)

Lottamari Heino

Isot 3 (2008-2006)

20.00-21.00

Roosa Niemi, Jenna Lappalainen, Janika
Lappalainen, Kiia Eskelinen, Sara Collander,
Jenna Juhola ja Jenny Lousti

TIISTAI

Yläkoulu 7-9 lk.

20.00-21.00

Heidi Tilenius, Aada Tilenius ja Emilia Jalaja

TORSTAI

Perhe 3, 2-4-vuotiaat (14-16 syntyneet)

17.00-17.45

Laura Perttula

Pienet 2 (2011-2009)

17.45-18.30

Reetta Järvenpää, Venla Hakakoski, Riikka
Flinck, Alisa Laine, Emma Lyly-Yrjänäinen,
Jenny Lousti, Jenna Lappalainen, Elli
Uusitalo

Isot 1 (2009-2007)

20.00-21.00

Marika Mattila, Riikka Flinck, Alisa Laine,
Emma Lyly-Yrjänäinen, Emilia Jalaja ja
Jenna Juhola

TEAM CHABITAN TeamGym (2010-2008

ma 16.30-17.45 Toejoki

to 16.00-17.00 Urheilutalo

Emilia Jalaja ja Ronja Varhelahti

Telinevoimistelu lukujärjestys ja ohjaajat syksy 2019

Liite 3

MAANANTAI

15.30-16.15 Perhe (2013-2015)
Liisa Johansson ja Jade Johansson

16.45-17.30 Perhe (2015-2017) Toejoki
Laura Perttula

14.30-15.30 Taito 1 punainen (2007-2012)
Raisa Koppelomäki

17.30-18.30 Taito 1 sininen (2004-2012)
Marika Mattila, Lottamari Heino, Janika
Lappalainen ja Elviira Mäkinen

18.00-19.30 TG Chabitan (2009-2012)
Raisa Koppelomäki ja Jenna Juhola

18.30-20.00 Taito 2 (2004-2012)
Marika Mattila, Roosa Niemi, Riikka Flinck,
Jenny Lousti ja Elli Uusitalo

19.45-21.00 Nuoret (2002-2006)
Jenna Juhola ja Sara Collander

19.45-21.00 K18 (-2001)
Raisa Koppelomäki

TIISTAI

19.00-20.00 Taito 1 valkoinen (2004-2008)
Jenna Lappalainen ja Janika Lappalainen

KESKIVIIKKO

Voimistelukoulu (2013-2015)
16.30-17.30
Marika Mattila ja Jenna Lappalainen

TORSTAI

16.30-17.30 Taito 1 musta (2009-2012)
Alisa Laine ja Emma Lyly-Yrjänäinen

17.30-18.30 Taito 1 oranssi (2004-2012)
Riikka Flinck, Venla Hakakoski, Jenny Lousti,
Alisa Laine ja Emma Lyly-Yrjänäinen

18.00-19.30 TG Chabitan (2009-2012)
Raisa Koppelomäki ja Jenna Juhola

18.30-20.00 Taito 2 (2004-2012)
Marika Mattila, Roosa Niemi, Riikka Flinck,
Jenny Lousti ja Elli Uusitalo

Lasten ja nuorten lukujärjestys ja ohjaajat kevät 2019

Liite 4

MAANANTAI

Vekarat 4-6 v.
18.00-18.45
Toejoen koulu
Emmi Sundvall ja Emma Kukkula

MixTreeni 7-10 v.
18.45-19.30
Toejoen koulu
Emma Kukkula ja Emmi Sundvall

TIISTAI

Vekarat 4-6 v.
18.00-18.45
Ruosniemen koulu
Anniina Kaapeli, Ira Elomaa, Susan
Willemson ja Emmi Tervaselkä

Pelit ja leikit tytöille ja pojille 7-10 v.
18.45-19.30
Ruosniemen koulu
Anniina Kaapeli, Ira Elomaa, Susan
Willemson ja Emmi Tervaselkä

Parkour 7-9 v.
19.00-20.00
Cygnaeuksen koulu
Toni Hokkanen ja Sebastian Heilä

Cheerleading Dynamites 10-06 synt.
19.30-20.30
Cheer-halli
Viola Kivikoski, Susanna Jokinen, Emma
Salonoja

Parkour 10-14 v.
20.00-21.00
Cygnaeuksen koulu
Toni Hokkanen ja Sebastian Heilä

KESKIVIIKKO

Vauvat alle 1 v. + aik.
17.15-17.45
Uudenkoiviston päiväkoti
Saara Kotiranta ja Sade-Maria Jokela

Taaperot 1-2 v. + aik.
17.45-18.30
Uudenkoiviston päiväkoti
Saara Kotiranta ja Sade-Maria Jokela

Taaperot 2-3 v. + aik.
18.30-19.15
Uudenkoiviston päiväkoti
Saara Kotiranta ja Sade-Maria Jokela

Nuppuvoimistelu 4-5 v.
17-17.45
Cygnaeuksen koulu
Marja Koskinen, Jenny Helenius, Anni
katajisto, Hanna-Maija Peurala ja Iida
Kivikko

Nuppuvoimistelu 4-5 v.
17.45-18.30
Cygnaeuksen koulu
Marja Koskinen, Jenny Helenius, Anni
Katajisto, Hanna-Maija Peurala ja Iida
Kivikko

Nuppuvoimistelu 6-7 v.
18.30-19.15
Cygnaeuksen koulu
Marja Koskinen, Jenny Helenius, Anni
Katajisto, Hanna-Maija Peurala ja Iida
Kivikko

Voimistelukoulu 8-10 v. Opaali
16.30-18.00
Cygnaeuksen koulu
Kati Taipale, Eeva Sadova, Pinja Polvi,
Hanna-Maija Peurala, Anni Katajisto ja Iida
Kivikko

Voimistelukoulu 11-14 v. Jade
18.00-19.30
Kati Taipale, Eeva Sadova, Pinja Polvi,
Hanna-Maija Peurala, Anni Katajisto ja Iida
Kivikko

Vekarat 4-6 v.
17.45-18.30
Herttuan koulu
Katri Lähteenmäki, Amanda Nenonen ja
Oona Hohkala

Cheerleading Dazzlings 07-03 synt.
18.30-20.00
Cheer-halli
Emilia Vehmanen, Viivi Niekka, Silja Elonen
ja Dominika Bajacek

Cheerleading Dazzlings 07-03 synt.
18.30-20.00
Cheer-halli
Emilia Vehmanen, Viivi Niekka, Silja Elonen
ja Dominika Bajacek

TORSTAI

BabyBic
13.00-13.45
Nuorisotalo peilisali
Sade-Maria Jokela

Little Dance 9-12 v.
16.30-18.00
Cygnaeuksen koulu
Riikka Raitaniemi ja Petra Raitaniemi

Pirpanat, alle kouluikäisten lasten perheille
16.30-17.15
Cygnaeuksen koulu
Reija Halmela ja Heidi Tilenius

Cheerleading Dust (2008-2012)
16.30-18.00
Cheer-halli
Oona Jutila, Sini Saarinen ja Ella Virtanen

Tarzan 4-6 v.
17.15-18.00
Cygnaeuksen koulu
Reija Halmela ja Heidi Tilenius

Cheerleading Damage 03-ja aiemmin synt.
19.30-21.00
Cheer-halli
Viola Kivikoski ja Tasha

SUNNUNTAI

Cheerleading Damselies 14-12 synt.
14.30-15.30
Cheer-halli
Jutta Tervo, Valeria Lindeman, Vivian
Lindeman ja Iina Nikmo

Cheerleading Dynamites 10-06 synt.
15.30-17.30
Cheer-halli
Viola Kivikoski, Susanna Jokinen, Emma
Salonoja

Cheerleading Damage 03-ja aiemmin synt.
19.00-20.30
Cheer-halli
Viola Kivikoski ja Tasha

Lasten ja nuorten lukujärjestys ja ohjaajat syksy 2019

Liite 5

MAANANTAI

LasVekaras 4-6 v.

18.00-18.45

Toejoen koulu

Emma Kukkula, Susan Villemson, Aida Keita

MixTreeni 7-10 v.

18.45-19.30

Toejoen koulu

Emma Kukkula, Susan Villemson, Aida Keita

Cheer-sennut Damage (2005-)

19.00-21.00

cheerhalli

Emma Salonoja ja Viola Kivikoski

TIISTAI

Liikkuvuutta ja lihaskuntoa 8-13 v.

18.00-19.00

cheerhalli

Emmi Sundvall ja Elviira Mäkinen

KESKIVIIKKO

LasVekaras 4-6 v.

16.45-17.30

Cygnaeuksen koulu

Reija Halmela ja Ira Elomaa

LasVekaras 4-6 v.

17.30-18.15

Lavian yhtenäiskoulu koulu

Hely Lilja

Nuppuvoimistelu 6-7 v.

17.30-18.30

Cygnaeuksen koulu

Iida Kivikko, Pinja Polvi, Isabel Smith,

Hanna-Maija Peurala ja Anni Katajisto

Taaperot 1-2 v. + aik.

17.45-18.30

Uudenkoiviston päiväkoti

Saara Kotiranta ja Laura Perttula

Cheer-junnut Dazzlings (2003-2007)

18.00-19.30

cheerhalli

Emilia Vehmanen, Silja Elonen ja Viivi

Niekka

Taaperot 2-3 v. + aik.

18.30-19.15

Uudenkoiviston päiväkoti

Saara Kotiranta ja Laura Perttula

Voimistelukoulu 8-10 v. Opaali

18.30-19.30

Cygnaeuksen koulu

Henna Puranen

TORSTAI

Pirpanat, alle kouluikäisten lasten perheille

16.30-17.15

Cygnaeuksen koulu

Katri Lähteenmäki ja Amanda Nenonen

Cheer-Minit Dust 7-11 v.

16.30-18.00

cheerhalli

Jutta Tervo, Peppi Riento ja Janna Saarinen

BabyBic

17.00-17.45

Kuninkaanhaan koulu

Sade-Maria Jokela

Ninjat 4-6 v.

17.15-18.00

Cygnaeuksen koulu

Katri Lähteenmäki ja Amanda Nenonen

Cheer-sennut Damage (2005-)

19.00-21.00

cheerhalli

Emma Salonoja ja Viola Kivikoski

Little Dance 7-11 v.

19.00-20.00

Nuorisotalo

Susan Villemson ja Aida Keita

Parkour 7-9 v.

20.00-21.00

Urheilutalo

Toni Hokkanen, Sebastian Heilä ja Jonathan Heilä

Parkour 10-14 v.

20.00-21.00

Urheilutalo

Toni Hokkanen, Sebastian Heilä ja Jonathan Heilä

SUNNUNTAI

Cheer-mikrot Damselves 5-7 v.

14.30-15.30

cheerhalli

Jutta Tervo, Lottamari Heino, Aava Laatu ja Janella Aalto

Tunteella tanssien 13-16 v.

15.30-16.30

Kuninkaanhaan koulu

Vivianna Mäkinen ja Sanni Sundvall

Nuppuvoimistelu 4-5 v.

17.00-17.45

Käppärän koulu

Marja Koskinen

Nuppuvoimistelu 4-5 v.

17.45-18.30

Käppärän koulu

Marja Koskinen

Cheer-junnut Dazzlings (2003-2007)

19.00-20.00

cheerhalli

Emilia Vehmanen, Silja Elonen ja Viivi Niekka

Aikuisten liikunnan lukujärjestys ja ohjaajat kevät 2019

Liite 6

MAANANTAI

Kuntojumppa
9.30-10.30 palloilusali 3
Urheilutalo
Kristiina Uusitalo-Lindholm

RetroBic 45'
18.00-18.45
Toejoki
Kristiina Uusitalo-Lindholm

Muokkaustunti 45'
18.45-19.30
Jutta Kuusisto

Lihaskuntotunti
18.15-19.15
Nuorisotalo
Sari Vainio

Tanssillinen voimistelu
19.30-21.30
Kuninkaanhaka
Pia Kiuru, Kati Taipale, Emmi Tuomi

TIISTAI

Lavis
17.30-18.30
Nuorisotalo isosali
Maarit Myllymäki

Kahvakuula 50'
18.40-19.30
Nuorisotalo isosali
naisille ja miehille, oma kuula mukaan.
Päivi Rantahalme

Miesten kuntotreeni
19.30-20.30
Antti-Jussi Koskinen

KESKIVIIKKO

Venyttely 45` UUSI
9.30-10.15
Urheilutalo judotila
Kristiina Uusitalo-Lindholm

Ikivireät leikit
16.15-17.15
Kuninkaanhaan koulu
Heli Salokangas

Vatsatanssi alkeisjatko
16.30-18.00
Nuorisotalo pikkusali
Katri Luomansuu

Vatsatanssi ohjelmaharjoitus
18.00-19.00
Katri Luomansuu ja Maritta Huida

HIIT 30'
18.30-19.00
Nuorisotalo Isosali
Päivi Rantahalme

TORSTAI

BabyBic
klo 13.00-13.45
Nuorisotalo pikkusali
Sade-Maria Jokela

Kuntojumppa
16.45-17.45
Käppärän koulu
Heli Salokangas

Lavis
17.30-18.15
Kuninkaanhaan koulu
Marianne Schrey

Lihaskunto 30'
18.20-18.50
Kuninkaanhaan koulu
Marianne Schrey

BodyBalance
19.00-20.00
Kuninkaanhaan koulu
Anette Isoviita

PERJANTAI

Jooga
17.30-19.00
Cygneuksen koulu
Sirpa Lindgren

LAUANTAI

Body
10.00-11.00
Kuninkaanhaan koulu
Vaihtuva ohjaaja

Aikuisten liikunnan lukujärjestys ja ohjaajat syksy 2019

Liite 7

MAANANTAI

Kunto + venyttely
9.30-10.30 palloilusali 3
Urheilutalo
Kristiina Uusitalo-Lindholm

RetroBic 45'
17.55-18.40
Toejoki
Kristiina Uusitalo-Lindholm

Muokkaustunti 45'
18.45-19.30
Jutta Kuusisto

Kahvakuula
18.20-19.10
Nuorisotalo
Anne Lehtinen

Tanssillinen voimistelu
19.30-20.30
Toejoen koulu
Pia Kiuru, Kati Taipale, Emmi Tuomi

Telinevoimistelu
19.45-21.00
Urheilutalo
Raisa Koppelomäki

TIISTAI

Lavis
17.30-18.30
Nuorisotalo isosali
Maarit Myllymäki

Bodufunc
18.40-19.30
Emmimari Lehtinen

19.30-20.30
Miesten kuntotreeni
Antti-Jussi Koskinen

KESKIVIIKKO

Venyttely
9.30-10.15
Urheilutalo
Kristiina Uusitalo-Lindholm

Ikivireät leikit
16.30-17.30
Kuninkaanhaan koulu
Heli Salokangas

Kahvakuula
16.45-17.30
Cygnaeuksen koulu
Reija Halmela

Vatsatanssi alkeisjatko
16.30-18.00
Nuorisotalo pikkusali
Katri Luomansuu

Vatsatanssi ohjelmaharjoitus
18.00-19.00
Katri Luomansuu ja Maritta Huida

HIIT 30'
18.30-19.00 iso sali
Päivi Rantahalme

TORSTAI

Kunto
17.00-18.00
Länsi-Porin koulu
Heli Salokangas

Babybic
17.00-17.45
Kuninkaanhaan koulu
Sade-Maria Jokela

Lavis
18.00-18.50
Kuninkaanhaan koulu
Marianne Schrey

Lihaskunto 30'+venyttely
18.55-19.40
Kuninkaanhaan koulu
Marianne Schrey

PERJANTAI

Sixpack & Booty
16.45-17.30
Cygnaeuksen koulu
Sari Vainio

Jooga
17.40-19.10
Sirpa Lindgren

LAUANTAI

Kuntosali
10.00-10.45
Urheilutalo
Vaihtuva ohjaaja

Foamroller/venyttely
11.00-11.45
Urheilutalo
Vaihtuva ohjaaja

SUNNUNTAI

Bodybalance
16.30-17.30
Kuninkaanhaan koulu
Anette Isoviita

Kilpa- ja valmennusryhmien lukujärjestys ja ohjaajat kevät 2019 Liite 8

CHEERLEADING, Mehiläishaukantie 1

Dragons level 2, 10-06 synt.

Jenniina Ojamäki, Ronja Kalli ja Siiri Kerminen

Ti 16.30-18.00 Cheer-halli

Pe 16.30-18.00 Cheer-halli

Su 12.00-13.30 Cheer-halli

Delight level 1, 10-06 synt.

Ella-Mari Halminen, Silja-Sofia Ilvonen, Amanda Malén, Jenniina Ojamäki

Ti 18.00-19.30 Cheer-halli

To 18.00-19.30 Cheer-halli

Diamonds aluekilpailut, 12-08 synt.

Emilia Vehmanen, Elina Viikilä, Ida-Maria Hartila ja Silja Elonen

Ke 17.00-18.30 Cheer-halli

Su 17.30-19.00 Cheer-halli

TELINEVOIMISTELU

TG Cesium 2 lk.

Raisa Koppelomäki ja Julia Elo

Ma 15.30-17.45

Ke 16.00-18.00

To 19.30-21.00

TV Timantit (kilpa B lk. + C lk.)

Raisa Koppelomäki

Ma 15.30-17.30

Ti 18.00-20.30

To 15.00-17.30

TV Starat (kilpa B)

Raisa Koppelomäki

Ma 15.30-17.30

Ti 18.00-20.30

To 15.30-17.30

TV Tähdet (Stara)

Kristiina Pirttilä ja Veera Elo

Ti 18.00-20.00

To 15.30-17.30

Tv Helmet (Stara)

Kristiina Pirttilä ja Veera Elo

Ti 18.00-20.00

To 15.30-17.30

JOUKKUEVOIMISTELU

Sirine

Isa Ilomäki, Amanda Nenonen ja Minna Karvonen

Ma 16.30-18.00 Meri-Porin yhtenäiskoulu

To 19.00-20.00 Nuorisotalo baletti (paril.viikot)

Su 17.00-18.30 Käppärä

Sirium 09-06 synt.

Tilda Tuurala ja Henna Mattila, apuna Elli Harju

Ma 16.30-18.00 Toejoki

Ti 16.30-18.00 Meri-Pori

To 19.00-20.00 Nuorisotalo pikkusali (perustreeni/baletti)

Zirkonium 07-06 synt.

Inkeri Kerminen ja Johanna Mattila, apuna Eeva Sadova ja Olivia Myntti

Ma 17.00-19.00 Meri-Pori

Ti 17.00-19.00 Meri-Porin yhtenäiskoulu

Ke 16.30-18.30 Vähärauma

Su 18.30-20.00

Mineral 05-04 synt.

Linnea Österlund ja Sofianna Kiuru, apuna Olivia Myntti

Ma 18.00-20.00 Meri-Porin yhtenäiskoulu

Ti 17.00-19.00 Meri-Porin yhtenäiskoulu

To 16.30-18.30 Meri-Pori

Su 18.30-20.00 Käppärä

TANSSILLINEN VOIMISTELU

Selene

Tiina Santavuo

To 16.30-18.30 Kuninkaanhaka

Kuiske (aikuiset)

Pia Kiuru, Kati Taipale, Emmi Tuomi

Ma 19.30-21.30 Kuninkaanhaan koulu

Kilpa- ja valmennusryhmien lukujärjestys ja ohjaajat syksy 2019 Liite 9

CHEERLEADING

Dragons, minit level, 06-10 synt.

Jenniina Ojamäki, Ronja Kalli, Siiri Kerminen,
Susanna Jokinen

Ti 16.30-18.00 cheer-halli

Pe 16.30-18.0 cheer-halli

Su 15.30-17.30 cheer-halli

Delight minit level 1, 06-10 synt.

Ella-Mari Halminen, Silja-Sofia Ilvonen,
Amanda Malén

Ma 17.30-19.00 Cheer-halli

To 18.00-19.30 Cheer-halli

Diamonds minit aluekilpailut, 08-12 synt.

Emilia Vehmanen, Elina Viikilä, Ida-Maria
Hartila ja Silja Elonen

Ke 18.00-19.30 Cheer-halli

Su 17.30-19.00 Cheer-halli

Dazzlings junnut aluekilpailut, 03-07 synt.

Emilia Vehmanen, Viivi Niekka, Alina Ala-
Tuori, Silja Elonen

Ke 16.30-18.00

Su 19.00-20.00

JOUKKUEVOIMISTELU

Breksia 11-12 synt.

Juuli Vilppola

Su 17.00-18.30 Käppärän koulu

Sirine, 10-11 synt.

Juuli Vilppola ja Isa Iломäki

Ma 17.00-19.00 Meri-Porin Yhtenäiskoulu

Pe 16.30-18.00 Itätuuli

Sirium 07-09 synt.

Tilda Tuurala ja Henna Mattila

Ma 16.30-18.00 Toejoen koulu

To 16.30-18.00 Meri-Porin Yhtenäiskoulu

Su 18.00-20.00 Käppärän koulu

Zirkonium 07-06 synt.

Inkeri Kerminen, Linnea Österlund ja
Johanna Mattila

Ma 16.30-18.30 Meri-Porin yhtenäiskoulu

Ti 17.00-19.00 Meri-Porin yhtenäiskoulu

To 17.00-18.30 Meri-Porin yhtenäiskoulu

Su 14.30-16.30 Toejoen koulu

Mineral 05-04 synt.

Juuli Vilppola ja Sofianna Kiuru

Ma 18.00-20.00 Meri-Porin yhtenäiskoulu

Ti 17.00-19.00 Meri-Porin yhtenäiskoulu

To 17.00-18.30 Meri-Porin yhtenäiskoulu

Su 14.30-16.30 Toejoen koulu

Brienne 02-98 synt.

Juuli Vilppola

Pe 18.00-20.00 Itätuuli

Su 18.30-21.00 Käppärän koulu

TELINEVOIMISTELU

TG Cesium kilpaharraste yli 12 v.

Raisa Koppelomäki

Ma 16.00-17.30

Ke 19.30-21.00

To 19.00-20.30

TG Cristals kilpaharraste yli 12 v.

Lottamari Heino

Ma 16.00-17.30

Ke 16.00-17.30

To 16.00-17.30

TV Timantit (kilpa B, C ja D lk)

Raisa Koppelomäki

Ma 16.00-18.00

Ti 18.00-20.30

To 15.30-18.00

TV Starat (kilpa B, C ja D lk)

Raisa Koppelomäki

Ma 16.00-18.00

Ti 18.00-20.30

To 15.30-18.00

TV Tähdet (Stara ja B lk)

Kristiina Pirttilä

Ma 16.00-18.00

Ti 18.00-20.00

To 16.00-18.00

Tv Helmet (Stara ja B lk)

Kristiina Pirttilä

Ma 16.00-18.00

Ti 18.00-20.00

To 16.00-18.00

TANSSILLINEN VOIMISTELU

Kuiske

Pia Kiuru, Kati Taipale, Emmi Tuomi

Ma 19.30-21.30 Toejoen koulu

Kesäkausi

Liite 10

Joukkuevoimistelu

Mineral ja Zirkonium

Kuninkaanhaan koulu/Käppärän koulu 20.5.–13.6. ja 6.–31.8. 3 krt viikossa

Sirine ja Sirium

Kuninkaanhaan koulu 20.5.–4.6. ja 6.–31.8. 2 krt viikossa

Cheerleading

Dragons ja Delight

Halli 20.5.-18.6. ja 29.7.-31.8.

Diamonds

Halli 20.-29.5. ja 6.8.-31.8.

Telinevoimistelu

Timantit, Starat, Helmet ja Tähdet

Urheilutalon telinetila 20.5.–20.6. ja 29.7.-30.8. 2 krt viikossa

TeamGym

Cecium

Urheilutalon telinetila 20.5.–18.6. ja 12.-30.8. 2 krt viikossa

Cristals

Urheilutalon telinetila ja cheerhalli 20.5.–12.6. 3 krt viikossa ja 12.-31.8. 2 krt viikossa

Tanssillinen voimistelu

Selene

Käppärän koulu 20.5.-6.6.

Aikuisten liikunnan kesäjumpat 2019 Kuninkaanhaan koulussa

ma 17.30-18.30 Lihaskunto (20.5.-17.6.), Kristiina Uusitalo-Lindholm

ke 18.30-19.30 Bodybalance (22.5.-19.6.) lisämaksu 2 €/kerta, Anette Isoviita

ke 16.15-17.15 Helin Kunto+veny (22.5.), Heli Salokangas

ma 17.30-18.30 Startti (12.-26.8.)

2018-2019 jäsenkortti tai 7 €/kerta.

HYVÄSSÄ SEURASSA ON ILO LIIKKUA, TULE MUKAAN JOUKKOON!