



VANHEMPAINIENO

KEVÄT 2025





GOLDEN SPIRIT

Golden Spirit ry eli tuttavallisemmin GS, on vuonna 1997 perustettu helsinkiläinen kilpacheerleadingiin erikoistunut urheiluseura, joka tarjoaa jäsenilleen järjestelmällisellä toiminnalla olosuhteet laadukkaaseen sekä monipuoliseen harraste- ja kilpaurheiluun.

Seura tarjoaa jäsenilleen mahdollisuuden kehittyä liikkuvasta lapsesta aina kansainvälisen tason urheilijaksi, valmentajaksi tai seuratoimijaksi.

Seuran värit ovat viininpunainen, tummansininen ja valkoinen.

Seuran jäsenmäärä on noin 1000, 35:ssa eri joukkueessa.

GS on kolmen merkin Tähtiseura: lapset ja nuoret (2018), huippu-urheilu (2023), aikuiset (2023).

GS on vuoden helsinkiläinen urheiluseura 2023.



HALLITUS 2024-2025

Meeri Mustonen, puheenjohtaja

Hanneli Alho-Ignatius, varapuheenjohtaja

Jenni Maksimainen

Mila Tanntu

Veera Lindh

Rosalie Gilberg

Turo Lipponen

Venla Monter

Heidi Eriksson

Petra Rekola



SEURAN TYÖNTEKIJÄT 2024-2025 - TOIMISTO



Toiminnanjohtajat

Saara Pettersson ja Johanna Luttinen

saara.pettersson@goldenspirit.fi

johanna.luttinen@goldenspirit.fi

0505337656

Seurakoordinaattori

Maria Kettunen

toimisto@goldenspirit.fi

040 932 6206

Valmennuskoordinaattorit

Emma Nederström, Amanda Alinikula

valmennus@goldenspirit.fi

044 241 5293



ALKEISTASO

Alkeistasolla joukkueet harjoittelevat kevätkaudella 1-2 kertaa viikossa.

Alkeistason joukkueessa harjoittelemisen ei vaadi sitoutumista.

Alkeisjoukkueet esiintyvät seuran syysnäytöksessä, 2 x viikossa harrastavat myös STAGE-näytöstapahtumassa, joihin kaikki joukkueen jäsenet voivat halutessaan osallistua.

HARRASTETASO



Harrastetasolla joukkueet harjoittelevat kevätkaudella pääsääntöisesti kahdesti viikossa 1,5-2 tuntia kerrallaan.

Harrastetason joukkueessa harjoittelemisen vaatii jonkin verran sitoutumista. Lähtökohta on, että kaikki joukkueen jäsenet osallistuvat kaikkiin harjoituksiin. Kaikista poissaoloista tulee ilmoittaa joukkueen valmentajalle hyvissä ajoin etukäteen.

Kilpailevan kokoonpanon henkilömäärä on kilpailusäännöissä rajoitettu (24), jolloin osa joukkueen jäsenistä saattaa toimia varahenkilönä. Kaikki osallistuvat kuitenkin harjoituksissa kilpailuohjelman harjoitteluun samalla tavalla ja jokaisella joukkueen jäsenellä on paikka ohjelmassa, sillä sama koreografia esitetään myös seuran näytöksessä.

JOUKKUEET KAUDELLA 2024-2025



	MINIT 2013-2015 (-2017)	YOUTH 2010-2013	JUNIORIT 2006-2010	AIKUISET 2008+	KLASSIKOT +25
LEVEL 6				Angels Phoenix Valkyries Cyrenes (tanssi)	
LEVEL 5			Whitelighters Dragons	Genies	
LEVEL 4		Divines	Saints	Shapeshifters	
LEVEL 3		Spellbinders	Melids	Pegasi	
LEVEL 2	Pixies	Tinkerbells	Sprites	Diwatas	Dinosaurs
LEVEL 1	Fairies Unicorns Nereids Minotaurs	Gnomes Goblins Gaia	Naiads Celtines (tanssi)		
LEVEL 0	Dryads 2012-2016 Bunnies 2014-2017 Oreads 2012-2015 Elves 2012-2015 Hobbits 2016-2019 Griffins 2013-2017 Mermaids (tanssi) 2011-2017	Hyades		Mammoths	

PELISÄÄNNÖT



Seuran pelisäännöt

on koottu yhteistyössä urheilijoiden, vanhempien ja seuran toimihenkilöiden kesken. Pelisäännöt ovat olemassa, jotta jokaisen olisi mahdollisimman mukavaa osallistua seuran toimintaan.

Hyväksymme yksilön erilaisuuden

Seurassamme ei sallita kiusaamista missään muodossa.

Vaalimme urheilullista elämäntapaa

Kaikenlaiset päihteet, tupakkatuotteet ja energiajuomat ovat ehdottomasti kiellettyjä kaikessa seuran toiminnassa ja seuraan yhdistettävissä tilanteissa.

Jokaisen seuran jäsenen pitää noudattaa antidoping-säännöstöä

Suosittellemme, että jokainen harrastaja perheineen tutustuu Antidoping.fi-sivuston sääntöihin ja ohjeisiin.

Kunnioitamme toisiamme ja yhdessä sovittuja pelisääntöjä

Kohtelemme toisia kuten haluaisimme itseämme kohdeltavan

Seuran toimintalinjauksiin, strategiaan ja sosiaalisen median ohjeistuksiin voi tutustua nettisivuilta:

<https://www.goldenspirit.fi/golden-spirit/golden-spirit-ry/>

Joukkueet luovat omat pelisäännöt, jotka lisätään myClubiin joukkueen nähtäville.

MYCLUB

<https://goldenspirit.myclub.fi>



- Seuran käyttämä jäsenrekisterijärjestelmä
- Virallinen viestintäkanava seuran sisäisessä viestinnässä (kuukausikirjeet ja muut tiedotteet)

Pidäthän ajantasalla:

- Allergiat, sairaudet ja erityisruokavaliot
- Aloitusvuosi seurassa
- Vaatekoko
- Puhelinnumerot
- Sportti(lisenssi)-ID
- Syntymäaika
- Sähköposti, johon haluatte infot ja laskut





MUUT VIESTINTÄKANAVAT

- Nettisivut: goldenspirit.fi
 - Facebook: Golden Spirit
 - Instagram: [@gsfinland](https://www.instagram.com/gsfinland)
 - TikTok: [@gsfinland](https://www.tiktok.com/@gsfinland)
- Joukkueilla omat instagram-tilit samassa muodossa, esim. [@gsnereids](https://www.instagram.com/gsnereids)





KUSTANNUKSET

Harjoitusmaksu 250€ (alkeet 1 x vko) / 310€ (alkeet 2 x vko) / 350€ (harrasteet)

Jäsenmaksu 50€

SCL:n kilpailulisenssi (harrastetaso) / Harrastelisenssi (alkeistaso)

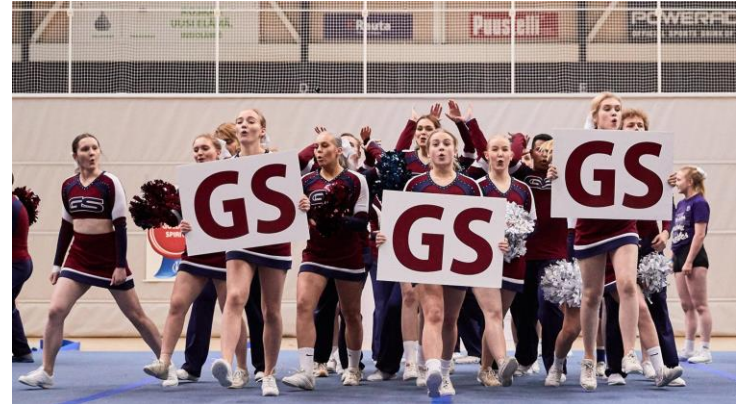
Kilpailukulut (harrastetaso)

Myclub verkkokauppa (vapaaehtoiset):

Joukkuepaita (harrastetaso)

Seuran lettinauha / hiusdonitsi

Seura- ja treenivarusteet





KILPALISENSSIT

Jokaisella Suomen Cheerleadingliiton (SCL) jäsen seurassa* harrastavalla (7-vuotiaat ja sitä vanhemmat harrastajat) tulee olla joko harraste- tai kilpailulisenssi.

A-lisenssi; Kilpailulupa ja Sporttiturva-vakuutus 31.7.2010 tai aikaisemmin syntyneille

B-lisenssi; Kilpailulupa ja Sporttiturva-vakuutus 1.8.2010-31.7.2013 syntyneille

C-lisenssi; Kilpailulupa ja Sporttiturva-vakuutus 1.8.2013 tai myöhemmin syntyneille

Lisenssi	Vakuutus	Hallinto-osa	Hinta
Kilpailulisenssi A	215€	57€	272€
Kilpailulisenssi B	114€	57€	171€
Kilpailulisenssi C	66€	57€	123€



HARRASTELISENSSIT

Harrastevakuutus (ei kilpailulupaa)

Harrastevakuutus sisältää OP Vakuutus Oy:n Sporttiturva-vakuutuksen, joka vakuuttaa vakuutuksen ostaneen harrastajan cheerleadingiin liittyvän tapaturman varalta jäsenseuran ohjatuissa lajiharjoituksissa ja leiritoiminnassa.

Harrastevakuutus ei oikeuta osallistumaan kilpailutoimintaan, mutta oikeuttaa osallitumaan STAGE-näytöstapahtumiin.

Lisenssi	Vakuutus Hallinto-osa Hinta		
Harrastelisenssi A	99€	15€	114€
Harrastelisenssi B	55€	15€	70€
Harrastelisenssi C	46€	15€	61€



VAKUUTUKSETON LISENSSI

Vakuutukseton lisenssi (ei vakuutusta)

Vakuutukseton lisenssi sisältää kilpailuluvan, mutta ei vakuutusta. Vakuutukseton lisenssi on samanhintainen kaikenikäisille. Varmistathan aina ennen vakuutuksettoman lisenssin ostamista omasta vakuutusyhtiöstäsi, että olemassa oleva vakuutus kattaa kilpacheerleadingin harrastamisen ja kilpailemisen.

Lisenssi	Vakuutus	Hallinto-osa	Hinta
Vakuutukseton kilpalisenssi	0€	57€	57€
Vakuutukseton harrastelisenssi	0€	15€	15€

HARRASTAMISEN TUKIRAHASTO



HARRASTAMINEN KUULUU KAIKILLE – GS ON KAIKILLE!

- Perustettu marraskuussa 2021
- Toiminta-ajatuksena mahdollistaa GS-perheen jäsenten harrastaminen taloudellisesta tilanteesta riippumatta
- Hakuaika on kaksi kertaa vuodessa, elokuussa ja tammikuussa, seuran jäsenen harrastuskuluihin
- Seuraava hakuaika tammikuussa 2025
→ päätös helmikuussa 2025



HUOLTAJAN ROOLI



- Kuljetukset ja kimpakyydit
- Varainhankinta, keikat
- Leirien ja kisamatkojen järjestelyissä auttaminen
- Asiantuntijuuden tuominen tai hyödyntäminen valmennuksessa & seuratoiminnassa
- Urheilijan ravinnosta, levosta ja arjesta huolehtiminen

Youtube: Huippuaikuisen valmennusvideo2012

<https://www.youtube.com/watch?v=mRRqGjFg5sA>

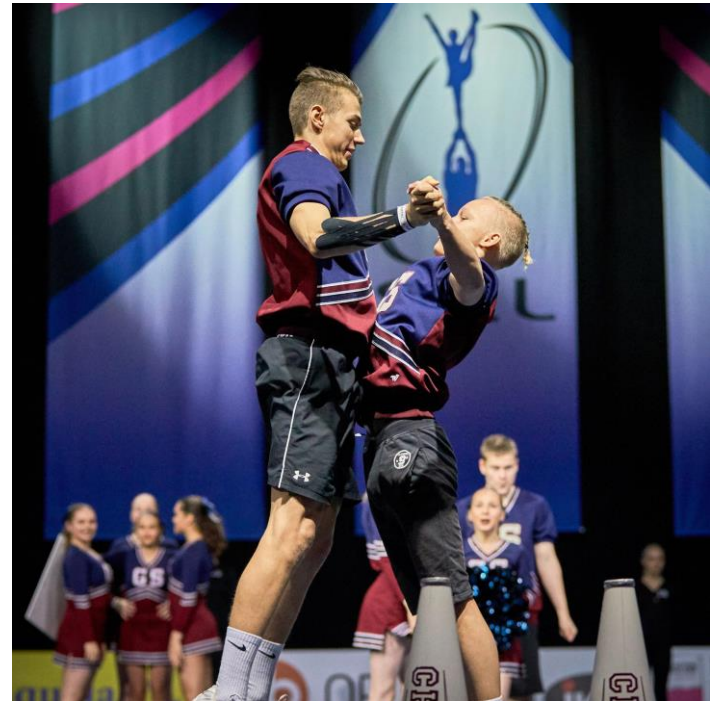
Vanhempien pelisäännöt:

- Kuljeta, kustanna, kannusta
- Pidetään yhdessä huoli kaikista GS-perheen jäsenistä
 - Annetaan valmennusrauha



HUOLTAJAN ROOLI: JOUKKUEENJOHTAJAKSI?

- jokaisella joukkueella tulisi olla joukkueenjohtaja = jojo
- jojon tarkoitus on toimia apuna joukkuearjen pyörittämisessä
- seuralla oma opas jojoille
- jojovalinnoista ilmoitetaan toimistolle
→ toimisto@goldenspirit.fi



STUNTTIROOLIT ELI NOSTOPAIKAT CHEERLEADINGISSA

ERI ROOLIT

- Mousti
- Ykköspohja
- Kakkospohja
- Päällinen

MIKÄ VAIKUTTAA?

- Koko
- Fyysiset ominaisuudet
- Psyykkiset ominaisuudet
- Joukkueen kokoonpano
- Ohjelmatekniset asiat
- Onnistumiset
- Taitokriteerit (edustustaso)
- Monipuolinen liikunta



**KAIKKI ROOLIT OVAT TÄRKEITÄ
JA VOIVAT VAIHDELLA!**

STRATEGIA 2022-2027

Visio: Cheerleadingin huippuseura, joka menestyy erinomaisesti kaikilla toiminnan osa-alueillaan



Yhteisöllisyys

Laadukkuus

Cheerleadingia kultaisella sydämellä alkeista maailman huipulle

Urheiluhenki

Yhdenvertaisuus

Päävalinta: Huippu-urheilun kehittäminen

Tavoite: Huippu-urheilun tähtiseuramerkki

- huippu-urheilun tähtiseuramerkin saavuttaminen kaikissa alalajeissa (all-girl, coed, tanssi)
- uudelleenauditointi kaikissa alalajeissa entistä paremmin arvosanoin (täsmennetään ensimmäisen auditoinnin jälkeen)
- maajoukkueurheilijoita vuosittain kaikissa liittojohtoisissa maajoukkueissa ja urheilijoiden määrän nosto 30:een vuoteen 2027 mennessä

Tavoite: SM-sarjamenestys

- Jokaisella edustusjoukkueella vuosittain EM-edustus oikeus (SM-kilpailuissa sijoilla 1-2)
- Jokainen edustusjoukkue vuosittain parhailla pisteillä tai enintään kymmenen pisteen päässä kärjestä SM-kilpailuissa

Päävalinta: Jäsenmäärän kasvu

Tavoite: Uudet harrastajat

- Harrastajamäärän nosto 1100 jäseneseen

Tavoite: Nykyisten jäsenten seurassa pitämisen edistäminen

- jäsenmäärän kasvu vuosittain
- yli 5v valmentavien valmentajien määrän vuosittainen kasvu

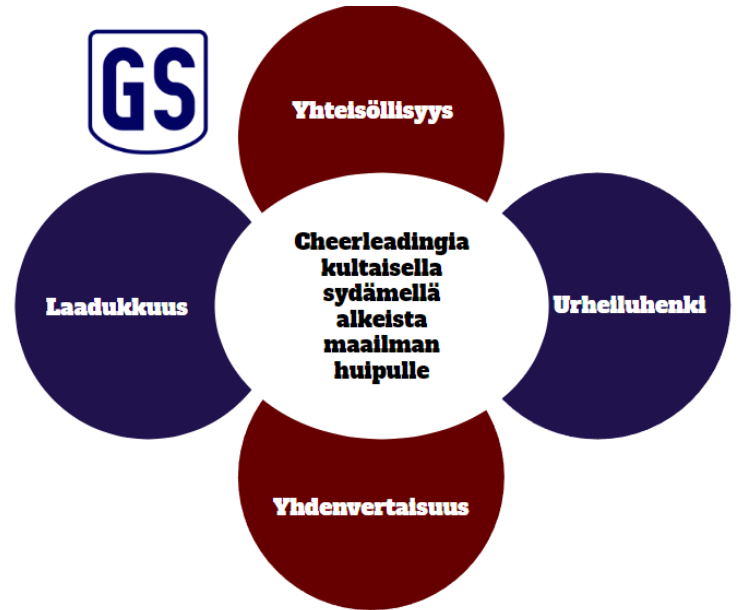
STRATEGIA 2022-2027

Mitä olemme jo tehneet?

- Auditoitu huippu-urheilun ja aikuisten Tähtimerkit
- Jäsenmäärä noin 1000
- Moniammatillisuus: akrobatiavalmentajan palkkaaminen, yhteistyö tiivistynyt psyykkisen valmennuksen ja fysiikkavalmennuksen osalta, tasovalmentaja alkeis- ja harrastetason valmentajien apuna
- Kurssitoimintaa lisätty ja monipuolistettu
- Aktivoitu TikTokissa, viestintä- ja markkinointistrategia
- Täydennetty harjoitteluvälineitä
- Liikuntasetelien käyttöönotto

Mitä teemme parhaillaan/tänä vuonna?

- Valmentajien palkkaus- ja korvausmallin kehittäminen, mentoroinnin ja vertaisvalmennuksen lisääminen
- Maksualennusten/porrastusten suunnittelu (ml. huippu-urheilun tuen kehittäminen)
- Sponsorointi – kartoitus ja lisääminen
- Harjoitusolosuhteiden jatkuva parantaminen (akrobatia- ja fysiikkaolosuhteet + välineistö)
- Osaajarekisteri, jojotoiminnan kehittäminen
- Lisää yhteisiä kohtaamistapahtumia/iltoja





GS

KIITOS!

KYSYTTÄVÄÄ?