



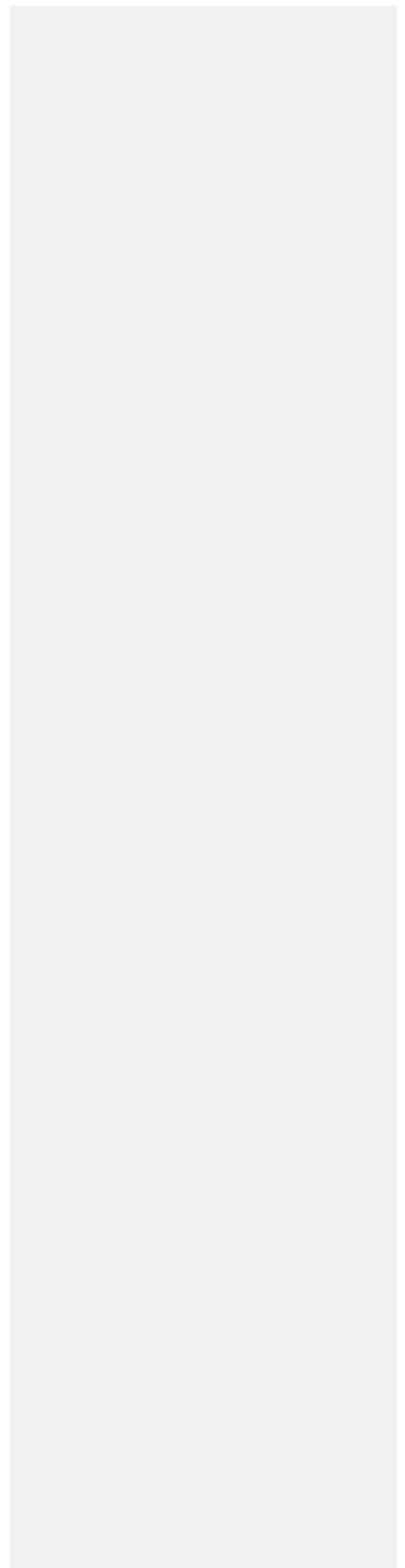
LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU

Uuden edellä

Liiketoimintasuunnitelma lajikehityksen edistämiseksi - TeamGym

Rantalankila, Minna

2014 Otaniemi



Laurea-ammattikorkeakoulu
Otaniemi

Liiketoimintasuunnitelma lajikehityksen edistämiseksi - TeamGym

|
Rantalankila, Minna
Liiketalous
Opinnäytetyö
Joulukuu, 2014

Minna Rantalankila

Liiketoimintasuunnitelma lajikehityksen edistämiseksi - TeamGym

Vuosi 2014 Sivumäärä 62

Työn lähtökohtana oli TeamGym-harrastajien harjoitteluolosuhteisiin ja harrastajamääriin perehtyminen pääkaupunkiseudulla. Tavoitteena oli selvittää, kuinka lajikehitystä voitaisiin edesauttaa perustamalla yritys TeamGym-toiminnan edistämiseksi ja uuden harjoitteluympäristön luomiseksi. Työ lähti liikkeelle halusta perustaa oma yritys ja edesauttaa kasvavan urheilulajin kehitystä Helsingissä.

TeamGym lajikehityksen muutokset viimeisen viiden vuoden ajalta tuli selvittää työn alkuvaiheessa. Lajikehityksen muutoksien selvittäminen keskitettiin Uudenmaan ja Helsingin alueelle. Lajikehityksen tulokset saatiin pääosin Suomen Voimisteluliiton (Voimisteluliitto) TeamGym lajiasiantuntijaryhmältä.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää TeamGym-voimistelulajin kasvun hidasteet ja luoda saatujen tietojen pohjalta liiketoimintasuunnitelma muutosta varten. Työssä keskityttiin pääkaupunkiseudun voimisteluseuroihin, niiden harrastaja- ja kilpailijamäärien muutoksiin ja TeamGym-valmentajien mielipiteisiin harjoitteluolosuhteista.

Kehittämistyön toiminnallisena osuutena syntyi liiketoimintasuunnitelma TeamGym-salitoiminnalle. Pääpaino on siis TeamGymissa ja tavoitteena on turvallinen harjoitteluympäristö, joka mahdollistaa uusien voimisteluliikkeiden oppimisen.

Asiasanat: liiketoimintasuunnitelma, TeamGym, lajikehitys

Minna Rantalankila

Business plan for contributing the development of the sport TeamGym

Year 2014 Pages 62

The starting point of the study was to become familiar with the training environments of TeamGym and the number of TeamGym gymnasts in the greater Helsinki area in Finland. The thesis describes how the development of the sport TeamGym could be improved by establishing a company promoting the development of TeamGym and creating a new training environment. The study started with a desire to start my own business and help to develop TeamGym in Helsinki.

The aim was to chart the changes in the development at TeamGym in the last five years and how to contribute it in the future. The charting focused on the greater Helsinki region. The changes of development in TeamGym were collected mainly from the TeamGym specialist group of the Finnish Gymnastics Federation.

The purpose of this thesis was to study the growth-limiting factors of TeamGym and to create a business plan on the basis of the collected information of this thesis. The thesis focuses on the gymnastics clubs on the greater Helsinki area, the changes in the amount of both amateur and competitor gymnasts and the opinions of TeamGym coaches about the training conditions.

The functional part of this thesis was to create a business plan for the training hall of TeamGym gymnastics. The main focus of the hall is TeamGym with the aim of providing a safe training environment, which allows learning of new movements in different areas of gymnastics.

Keywords: business plan, TeamGym, sport development

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Työn tavoitteet	7
3	Työn tausta ja lähtökohtatilanne	7
4	TeamGym lajiesittely	8
5	Työn toteutus	9
6	Tulokset	11
6.1	TeamGym -lajikehityksen muutokset	11
6.1.1	TeamGym -lajikehitys Suomessa	11
6.1.2	TeamGym -kilpailijoiden jakauma Suomessa	14
6.1.3	Suomen menestys kansainvälisissä kilpailuissa	16
6.2	Kysely TeamGym -lajivastaaville	17
6.3	Kysely TeamGym -valmentajille	19
7	Toiminnallinen tuotos - liiketoimintasuunnitelma	23
7.1	Liikeidean tiivistelmä	24
7.2	Liiketoiminnan tavoitteet	24
7.3	Swot-analyysi	27
7.4	Palvelut	29
7.5	Asiakasryhmät	30
7.6	TeamGym -voimistelusalin kilpailijat	32
7.7	TeamGym -voimistelusalin talous	34
7.7.1	Rahan tarve	34
7.7.2	TeamGym -voimistelusalin viiden vuoden budjetti	35
7.7.3	TeamGym -joukkueiden tuottamat vuokrasaamiset	36
8	Johtopäätökset	37
9	Työn tulosten arviointi	38
	Lähteet	40
	Kuviot	42
	Taulukot	43
	Liitteet	44

1 Johdanto

TeamGym on tällä hetkellä Suomessa suosiotaan nostava voimistelulaji. Pääkaupunkiseudulla voimistelusalien määrä on vähäinen suhteutettuna voimistelijoiden määriin, ja voimisteluseurat eivät voi laajentaa toimintaansa harjoitustilojen puutteen vuoksi. Seurojen harraste- ja kilpavoimistelijat harjoittelevat kaikki samassa voimistelusalissa, pahimmillaan jopa samaan aikaan.

Helsingissä on kaksi kaupungin voimistelusalua, Liikuntamyly ja KisaHalli. Liikuntamyly on saleista ainut, jossa on TeamGymin kannalta lähes ideaaliset kilpailutelineet. Liikuntamylyssä ei ole oikeaa kilpailualustaa vapaaohjelmalle, joka on yksi TeamGymin kilpailusuorituksista. Näin ollen Helsingin harjoittelusaleissa ei kummassakaan ole täysin oikeita harjoitteluympäristöjä lajin harrastajille. Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää ne ongelmakohdat, jotka hidastavat lajikehityksen kasvua Helsingissä.

Lajikehityksen kasvua selvitetään Suomen Voimisteluliiton (Voimisteluliitto) lisenssitilastojen, TeamGym-lajivastaaville suunnatun kyselyn ja TeamGym-valmentajille luodun kyselyn avulla. Näiden tietojen pohjalta luodaan liiketoimintasuunnitelma TeamGym-lajikehityksen edistämiseksi Helsingissä.

Työn toiminnallisena osuutena toimii liiketoimintasuunnitelma, joka luodaan (kuten edellä mainittiin) tilastojen ja kyselyiden tulosten pohjalta edesauttamaan lajikehitystä. Harjoitteluolosuhteet eivät ole pääkaupunkiseudulla kehittyneet parempaan suuntaan, vaikka voimistelijoiden määrä on kasvanut viimeisen viiden vuoden aikana huomattavasti. Tämän työn avulla halutaan selvittää, kuinka lajikehitystä voitaisiin edesauttaa perustamalla yritys.

2 Työn tavoitteet

Työn tavoitteena oli luoda liiketoimintasuunnitelma TeamGymin lajikehityksen edistämiseksi Helsingissä. Liiketoimintasuunnitelma luotiin kerättyjen tilastojen ja tehtyjen kyselyiden pohjalta. Liiketoiminnan tavoitteena on lajikehityksen edistäminen, joten tilastojen ja kyselyiden tulokset ovat liiketoimintasuunnitelman kannalta oleellisia taustatietoja. Työn tavoitteena oli saada selville lajikehityksen kannalta hidastavat tekijät Helsingissä. Näiden tietojen pohjalta voitiin luoda liiketoimintasuunnitelma lajikehityksen edistämiseksi.

Kuten Vilka toiminnallisen opinnäytetyön ohjeissaan mainitsee: ”Toiminnallinen opinnäytetyö tavoittelee tietoa, jolla tekijä itse voi toiminnallista osuutta ja tuotosta perustellusti tämentää, rajata, kehittää, uudistaa sekä luoda kohdetta ja käyttäjää paremmin palvelevaksi” (Vilka 2010, 5). Tämän työn tavoitteena oli löytää ne asiat, joita kehittämällä TeamGymin lajikehitystä voidaan edesauttaa Helsingissä.

Tarkoituksena oli, että löydettyjen kehityspisteiden pohjalta laaditaan liiketoimintasuunnitelma, jonka tavoitteena on lajikehityksen edesauttaminen Helsingissä. TeamGym -valmentajille tehdyn kyselyn perusteella lajikehityksen kannalta merkittävää ja lajin kehitystä edistävää on se, että Helsinkiin avataan uusi voimistelusalusi keskittyen nimenomaan TeamGymiin.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää TeamGymin lajikehitys viimeisen viiden vuoden ajalta Suomessa, etenkin pääkaupunkiseudulla. TeamGym -valmentajille suunnatun kyselyn avulla voitiin selvittää mahdolliset asiat, jotka hidastavat lajin kehitystä pääkaupunkiseudulla.

3 Työn tausta ja lähtökohtatilanne

Työ lähti liikkeelle halusta perustaa oma yritys. Voimistelu on ollut suurena osana elämäni aina ja olen voimistelutoiminnassa edelleen erittäin aktiivisesti mukana. Viimeisen 10 vuoden aikana olen toiminut TeamGymin parissa ja nähnyt lajin kehityksen Suomessa ja Pohjoismaissa henkilökohtaisesti.

Kaikista voimistelulajeista valittiin TeamGym siksi, että sen suosio on viimeisen viiden vuoden aikana ollut jatkuvasti kasvussa ja viimeisen kahden vuoden aikana Suomeen on tullut useita uusia kilpailevia joukkueita. Tämän lisäksi yksi tärkeä tekijä lajin valinnan osalta oli se, että

itse toimin lajin parissa tällä hetkellä erittäin aktiivisesti. Olen tämänhetkisen joukkueeni päävalmentaja ja erään voimisteluseuran TeamGym -lajivastaava. Lajivastaavan tehtävinä on muun muassa huolehtia, että kaikki voimisteluseuran joukkueet ja sen voimistelijat ilmoittautuvat kilpailuihin ja leireille ajallaan. Lajivastaava toimii seuran hallituksen ja voimisteluvalmentajien välisenä henkilönä ja informoi joukkueiden valmentajia heitä koskevissa asioissa.

Tutkimalla lajikehitystä tarkemmin haluttiin selvittää lajin todellinen kasvu Suomessa ja nähdä onko lajin kasvulle jotakin esteitä Helsingin ja pääkaupunkiseudun alueella. Näiden tietojen avulla voitiin luoda liiketoimintasuunnitelma lajikehityksen edistämiseksi. TeamGym on Ruotsissa ja Tanskassa voimistelulajeista suosituin ja harrastajia Ruotsissa on tällä hetkellä yli 20 000 (Lius-Liimatainen 2014, 18-19). Näin suuri kasvu lajin parissa on myös Suomessa mahdollinen.

Helsinki valittiin liiketoiminnan toimipaikaksi siksi, että suurin osa lajin parissa kilpailevista urheilijoista sijoittuu Helsinkiin. Helsingin lisäksi muun muassa Espoossa on paljon TeamGym -kilpailijoita sekä harrastajia. Koska Espoon puolelle kulkeva länsimetro avataan vuonna 2016 (Länsimetro 2014), edesauttaa se sitä, että Espoossa asuvat voimistelijat voivat helpommin harjoitella myös Helsingin puolella. TeamGym -voimistelijoiden jakaumaa Suomessa on käsitelty tarkemmin luvussa 6.1.2.

4 TeamGym lajiesittely

TeamGym on Euroopan Voimisteluliiton (UEG) voimistelulaji, jossa kilpaillaan joukkueena. Joukkue koostuu vähintään kuudesta urheilijasta ja alimmissa kilpailuluokissa (startti-3.lk) voimistelijoiden määrän ylärajaa ei ole määritelty. Kansainvälisissä kilpailuissa joukkueessa saa kilpailla 8-12 voimistelijaa. TeamGym kilpailusuoritukset koostuvat vapaaohjelmasta, votttiradasta sekä trampetista ja monista lajeista poiketen TeamGymissä kilpaillaan naisten, miesten sekä sekajoukkueiden sarjoissa.

Joukkueiden kilpailusuoritukset koostuvat kolmesta eri osa-alueesta, jotka kaikki suoritetaan musiikin parissa. Osa-alueita ovat trampetti, votttirata ja vapaaohjelma. Kilpailuissa näiden kolmen eri osa-alueen yhteispisteet ratkaisevat kilpailusijoituksen.

Kaikissa sarjoissa voi kilpailla niin junioreilla kuin seniorisarjoissa ikärajoitteiden mukaan. TeamGymin monipuolisuudesta johtuen lajia voi harrastaa pienestä aina aikuisiälle asti ja huippujoukkueiden keski-ikä on yli kahdenkymmenen. TeamGymissä voi kilpailla kansallisella ja kansainvälisellä tasolla. Kansainvälisiä kilpailuita järjestetään Pohjoismaiden mestaruus (PM) ja Euroopan mestaruus (EM) tasolla. (Suomen Voimisteluliitto 2014h)

Lajin monipuolisuuden ansiosta sen kasvumahdollisuudet ovat Suomessa erinomaiset ja Ruotsissa sekä Tanskassa laji onkin voimistelulajeista suosituin. (Suomen Voimisteluliitto. 2014i.) Suomessa laji on voimistelulajeista tällä hetkellä kolmanneksi suosituin, tulos perustuu kilpailukauden 2013-2014 ostettujen kilpailulisenssien lukumäärään. Voimistelulajien suosioita Suomessa käsitellään tarkemmin luvussa 6.1.1.

Laji syntyi 1980-luvun alussa Ruotsissa ja Tanskassa ja luvun puolessa välissä laji levisi Suomeen. Ensimmäiset Suomen mestaruuskilpailut (SM-kilpailut) pidettiin Helsingissä vuonna 1987 ja ensimmäiset PM-kilpailut pidettiin vuonna 1986 Kööpenhaminassa. 1990-luvun alussa laji levisi muualle Eurooppaan ja ensimmäiset epäviralliset EM-kilpailut järjestettiin vuonna 1993. Ensimmäiset maajoukkueiden EM-kilpailut järjestettiin vuonna 2010 Malmössä Ruotsissa ja tällöin myös juniorisarjat saivat luvan osallistua EM-kilpailuihin. Ennen vuotta 2010 EM-kilpailut kilpailtiin seurajoukkueina. (Suomen Voimisteluliitto 2014i.)

5 Työn toteutus

Opinnäytetyön tutkimusmenetelmien (tilastot, kyselyt) avulla haluttiin saada selvittää seuraavat kysymykset: Mihin suuntaan laji on kehittynyt viimeisen viiden vuoden aikana Suomessa? Kuinka suuri osuus kaikista TeamGymin parissa kilpailevista sijaitsee Uudellamaalla? Kuinka suuri osuus TeamGym urheilijoista sijaitsee Helsingissä? Onko TeamGymin lajikehitykselle esteitä Helsingissä? Saamalla vastaus näihin kysymyksiin, saatiin TeamGymin lajikehityksen muutoksista kattava kuva pääkaupunkiseudun alueelta. Tiedonkeruumenetelminä käytettiin kvalitatiivista eli laadullista tutkimusta, sillä tutkittavasta ilmiöstä haluttiin saada kattava kuvaus nopealla aikavälillä.

Tietoa kerättiin kirjallisesti sekä kyselyiden avulla. Kirjallisia lähteitä olivat muun muassa Voimisteluliitolta saadut tilastot TeamGymin lajikehityksen muutoksista viimeiseltä viideltä vuodelta. Näiden tilastojen lisäksi kirjallisia lähteitä olivat muun muassa erilaiset lehtileikkeet ja mediatiedotteet lajiin liittyen. Voimisteluliitolta saadut tilastot tiivistettiin ja niistä käytettiin ainoastaan työn kannalta oleelliset tiedot. Näitä tietoja olivat esimerkiksi lisenssimäärien muutokset viimeisen viiden vuoden ajalta TeamGymissä ja eri voimistelulajien lisenssimäärien muutokset suhteessa muihin voimistelulajeihin. Tilastojen käsittelyssä keskityttiin Uudenmaan ja pääkaupunkiseudun TeamGym -voimisteluseuroihin ja niissä tapahtuneisiin muutoksiin lajin parissa. Tilastoja käytetään hyödyksi niin lajikehityksen kuvaamisessa opinnäytetyön tuloksissa kuin toiminnallisessa tuotoksessa eli liiketoimintasuunnitelmassa.

TeamGym -lajivastaaville teetetty kysely laadittiin täydentämään Voimisteluliitolle lähetettyjä kysymyksiä. Koska Voimisteluliitolta saatiin tilastot lajin parissa kilpailevista voimistelijoista, haluttiin lajivastaavilta selvittää kuinka paljon harrastajia heidän voimisteluseurassa on lajin parissa toiminut viimeisen viiden vuoden aikana. Lajivastaaville suunnattu kysely lähetettiin kaikille pääkaupunkiseudun voimisteluseuroille, joilla on ennakkotietojen mukaan ollut TeamGym -joukkueita viimeisen viiden vuoden aikana.

Koska toimintatutkimuksen lähtökohtana on toimintojen tai käytänteiden muuttaminen (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti, 2009, 59) olisi tämä menetelmä sopinut myös työn toteutukseen, mutta kyselyä pidettiin kuitenkin parempana vaihtoehtona. Työn tavoitteena oli löytää ne mahdolliset kohdat, jotka hidastavat TeamGymin lajikehitystä Helsingissä. Näiden tietojen pohjalta voitiin luoda liiketoimintasuunnitelma tilanteen muuttamiseksi.

Koska tämän opinnäytetyön tavoitteena oli löytää TeamGymin lajikehityksen kehittämisen kohteet, oli erityisen tärkeää sitouttaa TeamGym -valmentajat opinnäytetyöhön mukaan. TeamGym -valmentajat toimivat aktiivisesti lajin parissa ja näin ollen heidän tieto-taito on tärkeä ottaa huomioon. TeamGym -valmentajille suunnattu kysely toteutettiin pääkaupunkiseudun suurimman (verratessa kilpailukauden 2013-2014 kilpailijoiden lukumääriä) TeamGym -voimisteluseuran valmentajille.

Tiedonkeruun tavoitteena oli saada vahvistus lajin suosion kasvusta Suomessa ja löytää ne ongelmakohdat, jotka mahdollisesti hidastavat lajin kehitystä voimisteluseuroissa TeamGym -valmentajien näkökulmasta. Näiden tietojen pohjalta voitiin luoda toiminnallinen tuotos eli liiketoimintasuunnitelma TeamGymin lajikehityksen edistämiseksi. Saatujen tietojen pohjalta voitiin todeta, että uuden voimistelusalin perustaminen Helsinkiin edesauttaisi lajikehitystä Helsingin alueella ja näin ollen liiketoimintasuunnitelma keskittyy voimistelusalin perustamiseen ja sen kustannuksiin.

6 Tulokset

Tässä luvussa käsitellään Voimisteluliitolta saatuja tilastoja koskien TeamGymin lajikehitystä, TeamGym-lajivastaaville suunnatun kyselyn tuloksia ja TeamGym-valmentajille teetetyn kyselyn tuloksia. Näiden tietojen pohjalta voitiin luoda liiketoimintasuunnitelma eli toiminnallinen tuotos, edesauttamaan lajikehitystä Helsingin ja pääkaupunkiseudun alueella.

6.1 TeamGymin lajikehityksen muutokset

Tavoitteena oli selvittää lajikehityksen muutokset Suomessa, keskittyen Uudenmaan ja pääkaupunkiseudun alueelle. Lajikehitykseen liittyvät tiedot kerättiin pääasiassa Voimisteluliitolta. Voimisteluliitolta saadut tiedot kertovat lajin parissa kilpailevien urheilijoiden lukumäärän, kaikkien voimistelulajien parissa kilpailevat urheilijoiden lukumäärät ja TeamGym-voimistelu-seurat. Voimisteluliitolta saatuja tietoja tarkennettiin voimistelu-seurojen lajivastaaville lähetetyllä kyselyllä.

6.1.1 TeamGymin lajikehitys Suomessa

	2013-2014		2012-2013		2011-2012		2010-2011		2009-2010		
	lkm	%	lkm	%	lkm	%	lkm	%	lkm	%	
1.	3037	48,1	3117,0	53,2	2943	55,2	1113,0	35,1	1191	38,6	JV
2.	1293	20,5	1089,0	18,6	957	17,9	790,0	24,9	756	24,5	NTV
3.	575	9,1	434,0	7,4	361	6,8	403,0	12,7	329	10,7	TG
4.	542	8,6	428,0	7,3	359	6,7	285,0	9	245	7,9	RV
5.	435	6,9	412,0	7	333	6,2	251,0	7,9	242	7,9	KA
6.	286	4,5	250,0	4,3	255	4,8	222,0	7	232	7,5	MTV
7.	78	1,2	76,0	1,3	85	1,6	95,0	3	83	2,7	TRA
8.	64	1	52,0	0,9	43	0,8	15,0	0,5	4	0,1	AKRO

Taulukko 1. Voimisteluliiton voimistelulajien kehitys viimeisen lisenssikauden aikana

Yllä olevasta taulukosta näkee Suomen Voimisteluliiton voimistelulajit järjestyksessä niin, että kunkin lisenssikauden suosituin voimistelulaji on taulukossa ylimpänä ja vähiten suosittu voimistelulaji alimpana. Taulukossa näkyy viimeisen viiden lisenssikauden muutokset kunkin voimistelulajin lisenssimäärien mukaan. Lisenssi on kunkin urheilijan kilpailulupa, ilman lisenssiä urheilija ei saa osallistua kilpailuihin. Lisenssien lukumäärät kertovat siis kuinka monta kilpailijaa kussakin lajissa on ollut kyseisen kilpailuvuoden aikana. Kullakin lajilla on oma värikoodinsa, jotta lajin suosiota eri vuosien ajalta voi seurata helposti. Kunkin lajin värikoodi on ilmoitettu taulukon oikeassa reunassa lajin lyhenteiden mukaan, lyhenteet on avattu alla ja lajeista löytyy tarkempi kuvaus liitteestä 2.

Lajien lyhenteet:

JV = Joukkuevoimistelu
NTV = Naisten teliveimistelu
TG = TeamGym
RV = Rytminen voimistelu
KA = Kilpa-aerobic
MTV = Miesten teliveimistelu
TRA = Trampoliinivoimistelu
AKRO = Akrobatiivoimistelu

Kuten taulukosta huomaa, kulkee aikajana vasemmalta oikealle niin, että vasemmalla on nykyhetkeä lähimpänä oleva lisenssikausi ja oikealla tarkkailujakson viimeisin lisenssikausi. Lukumäärä (lkm) kertoo kuinka monta lisenssiä lajissa on ollut kyseisen lisenssi vuoden aikana ja prosenttiosuus (%) kertoo, kuinka suuri osuus kaikista kilpailevista voimistelijoista on harrastanut kyseistä lajia kuluneen lisenssi vuoden aikana.

Tarkasteltaessa taulukkoa tarkemmin voidaan todeta, että TeamGym on tällä hetkellä Voimisteluliiton lajeista ainut, joka on nostanut suosiotaan, verrattaessa voimistelulajien suosiota toisiinsa. Kilpailijamäärät ovat nousseet kaikissa lajeissa, mutta suosio lajien keskuudessa on vaihdellut vuosien 2009-2014 välillä. Vuoden 2009-2010 lisenssikaudesta eteenpäin TeamGym on joko pitänyt asemansa tai nostanut sitä voimistelulajien keskuudessa.

Kasvuvaiheen suurin muutos TeamGymin osalta on tapahtunut lisenssikausien 2012-2013 ja 2013-2014 välillä, kun lisenssejä on ostettu näiden kahden lisenssikauden välillä 163 kappaletta enemmän kuin edellisellä kaudella. Kasvun syynä voi olla se, että Suomen naisten maajoukkue saavutti Euroopan mestaruus-kilpailuissa (EM-kilpailut) pronssia vuonna 2012. Suomen joukkueet olivat sijoittuneet kolmen parhaan joukkoon kansainvälisissä kilpailuissa viimeksi vuonna 2000. Mitalisijoitus korkeimmissa kansainvälisissä kilpailuista 12 vuoden jälkeen on voinut olla osasyynä lajin nopeaan kasvuun Suomessa. Suomen kansainvälisestä kilpailumenestyksestä kerrotaan tarkemmin luvussa 6.1.3.

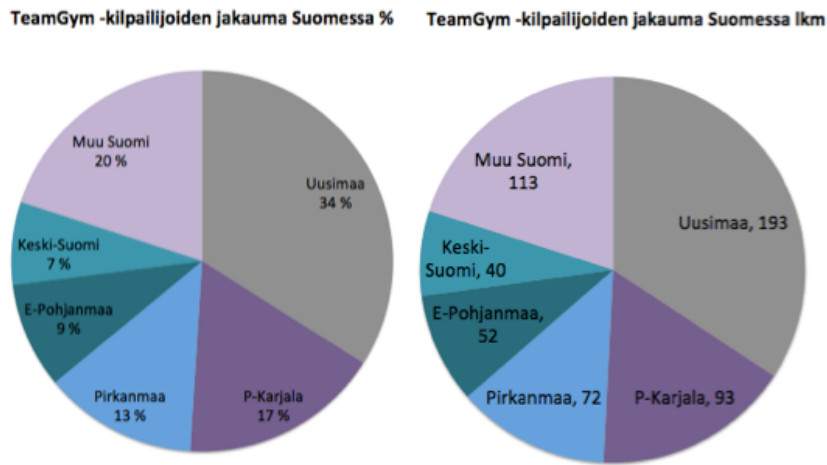
Toinen syy lajin suosion nopeaan kasvuun voi olla se, että vuonna 2010 jälkeen EM-kilpailuihin on osallistuttu yksilöistä koottuna maajoukkueena. Tämä on edesauttanut yksilöiden menestystä myös kansainvälisellä tasolla. Aiemmin EM-kilpailuihin osallistuttiin seurajoukkueina, tällöin yksilöurheilijoilla ei ollut mahdollisuutta osallistua EM-kilpailuihin mikäli seurajoukkue ei kokonaisuudessaan ollut Suomen huippuluokkaa.

Joukkuevoimistelu on pitänyt vahvan johtoasemansa voimistelulajien suosiossa viimeisen viiden vuoden aikana. Suurin kasvukausi joukkuevoimistelussa on tapahtunut lisenssikausien 2010-2011 ja 2011-2012 välillä kun lisenssejä ostettiin kausien välillä jopa 1830 kappaletta enemmän. Tämä kasvu voi johtua siitä, että joukkuevoimistelussa Suomen edustusjoukkueet saavuttivat kovaa menestystä kansainvälisissä kilpailuissa vuoden 2010 aikana. (Olarin Voimistelijat ry 2014.)

Naisten telinevoimistelun parissa ei ole merkittäviä muutoksia suosion suhteen tapahtunut vaan kasvu ja suosio on ollut todella tasaista viimeisten lisenssikausien aikana. Naisten telinevoimistelu on viimeisen viiden vuoden aikana pysynyt voimistelulajien parissa sijalla kaksi (2).

Muiden voimistelulajien parissa suosio on joko pysynyt lähes samana kuin edellisenä lisenssikautena tai heikentynyt. Suosioltaan heikentyneitä lajeja viimeisen viiden vuoden tarkastelujakson aikana ovat olleet rytminen voimistelu, kilpa-aerobic ja miesten telinevoimistelu. Lukumääriä tarkkailtaessa kuitenkin kaikki voimistelulajit ovat saaneet lisää kilpailijoita lajin pariin, joten näin ollen voidaan sanoa, että voimistelulajit ovat yksilömääriltään kasvavia lajeja, mutta niiden suosio voimistelulajeja verrattaessa toisiinsa voi olla heikentynyt.

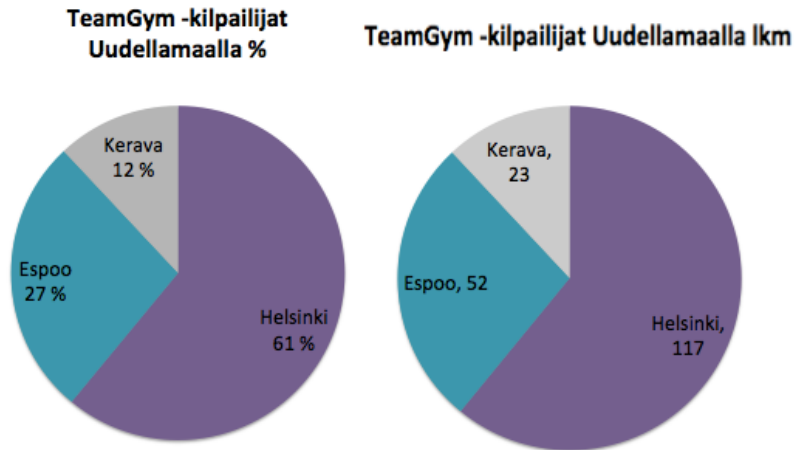
6.1.2 TeamGym -kilpailijoiden jakauma Suomessa



Kuvio 1. TeamGym -kilpailijoiden jakauma maakunnittain lisenssikaudella 2013-2014

Kuvion 1 kaaviot kuvastavat TeamGym -kilpailijoiden jakaumaa Suomessa lisenssikauden 2013-2014 mukaan. Kaaviot on luotu Suomen Voimisteluliiton lisenssitilastojen pohjalta. Vasemman puoleisesta kaaviosta näkee kilpailijoiden jakautuman maakuntiin %-osuutena kaikista TeamGym kilpailijoista ja oikeanpuoleisesta puolestaan kilpailijoiden lukumäärän maakunnissa.

Kuten kaavioista näkee, suurin osa kilpailijoista sijaitsee Uudenmaan alueella ja toinen suuri keskittymä on Pohjois-Karjalassa, tarkemmin Joensuussa. Koska yli kolmasosa lajin kilpailijoista tulee Uudenmaan alueelta, on tämä alue otettu tarkempaan tarkasteluun. Jakautuneisuus Uudenmaan sisällä näkyy kuviosta 2.



Kuvio 2. TeamGym -kilpailijoiden jakauma Uudenmaan alueella

Kuviosta 2. näkee vasemmanpuoleisesta sen, kuinka suuri %-osuus Uudenmaan alueella TeamGymin parissa kilpailevista urheilijoista tulee mistäkin kaupungista. Oikeanpuoleisesta kaaviosta käy ilmi tarkka kilpailulisenssien lukumäärä kussakin kaupungissa. Merkittävä huomio on se, että koko Uudenmaan alueelta TeamGym -kilpailijoita tulee ainoastaan kolmesta eri kaupungista, Helsingistä, Espoosta ja Keravalta. Kuten kaavioista voi huomata, tulee yli 100 kilpailijaa Helsingistä. Tämä luku vastaa lisenssikauden 2013-2014 tilastojen mukaan noin viidesosaa kaikista lajin parissa kilpailevista voimistelijoista. Voidaan siis todeta, että Helsingissä on suuri TeamGym -keskittymä.

Koska noin kolmasosa lajin parissa kilpailevista voimistelijoista tulee pääkaupunkiseudulta (mukaan lukien Kerava) ja viidesosa Helsingistä, on kannattavaa sijoittaa uusi voimistelusalit Helsinkiin. Sijoittamalla voimistelusalit metron varrelle, voidaan taata maksimaalinen käyttöaste sillä metroasemille on usein erittäin hyvät kulkuyhteydet joka puolelta Helsinkiä. Syksyllä 2016 aukeavan länsimetron myötä helpotetaan myös Espoossa harrastavien TeamGym -voimistelijoiden pääsyä voimistelusalille. (Länsimetro 2014.)

Marja-Leena Piispanen 21.11.14 11.17

Deleted: Rakentamisen aikataulu

6.1.3 Suomen menestys kansainvälisissä kilpailuissa

Vuosi	Joukkue	Kilpailu, sijoitus
1986	AS	PM 4.
1990	OP	PM 3.
1993	STVK (naiset)	EM 1.
1993	OP (naiset)	EM 3.
1993	STVK (naiset)	PM 2.
1994	STVK (naiset)	EM 1.
1994	EsTT (naiset)	EM 3.
1994	STVK (naiset)	PM 2.
1995	EsTT (naiset)	EM 1.
1995	JyVo (sekajoukkue)	EM 2.
1996	JyVo (sekajoukkue)	EM 2.
1998	STVK (naiset)	EM 3.
2000	STVK (tytöt)	JPM 2.
2000	TuUL (juniori-sekajoukkue)	JPM 3.
2012	Naisten maajoukkue	EM 3.

Taulukko 2. Suomen menestys kansainvälisissä kilpailuissa

Yllä olevassa taulukossa on koottu kaikki ne vuodet, jolloin Suomi on sijoittunut kansainvälisissä kilpailuissa. Kuten taulukosta näkyy, ei suomalaiset joukkueet sijoittuneet 12 vuoden aikana kertaakaan kansainvälisissä kilpailuissa mitaleille ennen vuoden 2012 EM-kilpailuita. Tällöin Suomen naisten maajoukkue sijoittui kolmanneksi ja tämän vuoden jälkeen lajissa oli huomattavissa myös suuri muutos kilpailulisenssien määrässä, kuten jo aiemmin mainittiin. Vuoden 2012 jälkeen kilpailulisenssien määrä kasvoi 163 kappaleen verran, tämä on merkittävä kasvu, sillä se tarkoittaa noin 16 uutta kilpailevaa joukkuetta yhden vuoden aikana. Menestys kansainvälisissä kilpailuissa kahdentoista vuoden jälkeen voi olla osasyynä lajin nopeaan kasvuun. (Suomen Voimisteluliitto. 2014i.)

Vuonna 2010 tehtiin EM-kilpailuiden osalta päätös, että senioreiden sarjoihin osallistutaan maajoukkueina. Tämä saattoi olla osasyynä lajin nopeaan kasvuun vuoden aikana. Maajoukkueet koostuvat nykyisin yksilöurheilijoista eikä seurajoukkueesta, tällöin kuka tahansa lajin harrastaja koko Suomessa voi edetä omien taitojen mukaan aina kansainväliselle tasolle asti. Aikaisemmin tämä ei ole ollut mahdollista, sillä myös EM-kilpailuihin osallistuttiin seurajoukkueina ja näin ollen koko joukkueen tuli pystyä kansainvälisen tason suorituksiin. Muutos maajoukkueiden kohdalla onkin johtanut siihen, että yksilön merkitys joukkueessa on kasvanut. (Suomen Voimisteluliitto. 2014i.)

EM -kilpailumenestyksen ja uuden maajoukkueprojektin lisäksi TeamGym on saanut Suomessa paljon huomiota vuosien 2012-2014 välillä. Vuoden 2014 aikana julkaistuissa Voimistelu-lehdissä on kussakin numerossa ollut tiedote koskien TeamGymia. Voimistelu-lehti jaetaan jokaiselle Voimisteluliiton jäsenelle. Voimistelu-lehden lisäksi TeamGymistä on ollut juttuja muun muassa Itis-, Vuosaari ja muiden alueiden paikallislehdissä ympäri Suomea. Koska laji on saanut näkyvyyttä niin Voimisteluliiton jäsenille ilmestyvässä Voimistelehdessä kuin muissa paikallislehdissä, on lajin tunnettuus Suomessa kasvanut ja tämä on voinut olla osasyynä nopeaan kilpailijoiden määrän kasvuun.

Painettujen julkaisujen lisäksi TeamGym on näkynyt myös sosiaalisessa mediassa. Voimisteluliitolla on omat TeamGym Facebook-sivut, joilla on tällä hetkellä 586 tykkääjää (Facebook. Voimisteluliitto -TeamGym) Vuoden 2014 EM-kilpailuilla on niin ikään omat Facebook-sivut joilla on tällä hetkellä 5579 tykkääjää. (Facebook. TeamGym 2014) Voimisteluliitolla on oma Instagram ja heidän TeamGymiin liittyvät julkaisut keräävät keskimäärin noin 500 tykkäystä. (Instagram 2014.)

6.2 Kysely TeamGym -lajivastaaville

Opinnäytetyössä käytettiin kahta tutkimusmenetelmää, joista ensimmäinen oli pääkaupunkiseudun TeamGym-voimisteluseurojen lajivastaaville suunnattu kysely. Tällä kyselyllä haluttiin selvittää pääkaupunkiseudun voimisteluseurojen TeamGym -harrastajien ja kilpailijoiden lukumäärien muutokset seuroissa viimeisen viiden vuoden ajalta. Kysely lähetettiin kaikille pääkaupunkiseudun voimisteluseuroille, mutta vastaukset saatiin ainoastaan kahdesta suurimmasta TeamGym-voimisteluseurasta. Kysymyksillä haluttiin täydentää Voimisteluliiton tilastoja kilpailijoiden lukumääristä ja lajivastaaville suunnatussa kyselyssä käykin kyseisen seuran TeamGym harrastajamäärät ilmi, näitä tietoja ei saatu Voimisteluliitolta. Lajivastaaville suunnattu kysely piti sisällään seuraavat kysymykset:

1. Onko seurassanne TeamGym toimintaa tällä hetkellä
2. TeamGym -voimistelijat seurassanne kuluneen viiden lisenssikauden aikana?

Lisenssikausi	2009-2010	2010-2011	2011-2012	2012-2013	2013-2014
Harrastajat					
Kilpailijat					

3. Missä TeamGym-joukkueenne harjoittelevat, kuinka monta kertaa viikossa?
4. Onko seuranne joukkueista joku/jotkut aloittamassa kilpailun 2014-2015 lisenssikaudella? Kuinka monta urheilijaa näissä joukkueissa on?

Ensimmäisellä kysymyksellä haluttiin varmistua siitä, että seurassa on tällä hetkellä TeamGym toimintaa. Toisella kysymyksellä puolestaan haluttiin tietää, kuinka suuri osuus TeamGym -

urheilijoista seurassa on harrastajia ja kuinka suuri osa kilpailijoita. Tällä tiedolla voitiin kartoittaa TeamGym-harrastajien todellista lukumäärää.

Harjoittelupaikat kysyttiin lajivastaavilta siksi, että tällä tiedolla voitiin kartoittaa tietoa siitä, onko pääkaupunkiseudulla joku harjoittelusali, josta ei ollut tietoa etukäteen. Viimeisellä kysymyksellä puolestaan haluttiin tietää, onko joku kyseisen seuran TeamGym-joukkueista mahdollisesti aloittamassa kilpailun tulevan lisenssikauden aikana. Kilpailevat joukkueet tarvitsevat oikeat kilpailutelineet harjoittelua varten ja tämän takia tieto oli työn kannalta oleellinen.

Koska kyselyyn vastanneet seurat olivat juuri pääkaupunkiseudun suurimmat TeamGym -voimisteluseurat, otettiin heidän vastaukset tässä työssä huomioon.

Lisenssikausi	2009-2010	2010-2011	2011-2012	2012-2013	2013-2014
Harrastajat	10	7	24	20	21
Kilpailijat	18	18	28	36	54

Taulukko 3. Harrastaja- ja kilpailijamäärät voimisteluseurassa 1

Lisenssikausi	2009-2010	2010-2011	2011-2012	2012-2013	2013-2014
Harrastajat	0	19	25	0	7
Kilpailijat	44	35	51	54	68

Taulukko 4. Harrastaja- ja kilpailijamäärät voimisteluseurassa 2

Kuten taulukoista 3 ja 4 käy ilmi, on molemmilla voimisteluseuroilla ollut TeamGym harrastajia vaihtelevasti. Voimisteluseurassa 1 harrastajia on ollut huomattavasti tasaisemmin kuin voimisteluseurassa 2. Kuten taulukoista voi todeta, on molempien voimisteluseurojen osalla suurin kasvu lajin harrastajien ja kilpailijoiden yhteenlasketussa määrässä tapahtunut vuosien 2010-2011 ja 2011-2012 välillä. Koko Suomessa suurin kasvu on tapahtunut vasta vuosien 2011-2012 ja 2012-2013 välillä. Pääkaupunkiseudun voimisteluseurojen jäsenmäärissä suurin kasvu tapahtui siis jo vuotta aiemmin kuin muualla Suomessa.

Merkittävin ero näiden kahden voimisteluseuran välillä on se, että voimisteluseurassa 1 on jatkuvasti ollut melko tasainen määrä niin lajin parissa harrastajia kuin kilpailevia yksilöitä.

Puolestaan voimisteluseurassa 2 harrastajien määrä on vaihdellut vuoden sisällä 25 yksilöstä nolnaan, mutta kilpailevien yksilöiden määrä on ollut jatkuvassa kasvussa.

Voimisteluseurojen vastauksista voidaan todeta, että viimeisen viiden vuoden aikana lajin harrastajamäärät seurassa on kasvanut ja luultavasti tulee edelleen kasvamaan.

6.3 Kysely TeamGym-valmentajille

Toinen tärkeä tutkimusmenetelmä, jota opinnäytetyössä käytettiin oli suunnattu TeamGym-valmentajille. TeamGym -valmentajille teetettiin kysely, jonka tavoitteena oli kartoittaa yhden Suomen suurimman TeamGym-voimisteluseuran valmentajien taustoja ja mielipidettä tämänhetkisistä harjoitteluolosuhteista ja -mahdollisuuksista Helsingissä. Kyselyn avulla haluttiin löytää ne ongelmakohdat, jotka mahdollisesti hidastavat tällä hetkellä TeamGymin lajikehitystä Helsingin voimisteluseuroissa.

Suomen Voimisteluliiton TeamGym lajitaidon koulutuksen materiaaleissa kerrotaan, että voimistelutaitojen oppiminen tapahtuu kolmen tekijän yhteisvaikutuksessa. Näitä tekijöitä ovat voimistelija, opetettava tehtävä ja oppimisympäristö. Taitojen oppiminen on kokemuksellinen prosessi ja harjoitteluissa saadut kokemukset vaikuttavat voimistelutaitojen oppimiseen (TeamGym lajikoulutus, 2012, 12-13). Koska osa voimistelijoista oppii kuulemalla, toiset näkemällä ja jotkut tekemällä, haluttiin kyselyn avulla selvittää, mitä mahdollisia esteitä nykyisten harjoittelutilojen puolesta on oppimiseen liittyen.

Kyselyn avulla voitiin selvittää muun muassa onko hallissa liian meluista, jolloin voimistelija ei välttämättä kuule ohjeita selkeästi ja keskittyminen herpaantuu osittain liian kovan metelin johdosta. Lisäksi haluttiin selvittää, onko harjoittelusalien voimistelutelineet valmentajien mielestä tällä hetkellä lajin kannalta sopivat. Esimerkiksi Tampereen Voimistelijat ja Tampereen Sisu päättivät yhteistyössä Tampereen kaupungin kanssa perustaa uuden ja tilavamman harjoittelusalin melun ja ahtauden vuoksi (Vahtila. 2/2014).

Kysymykset haluttiin pitää mahdollisimman avoimina, jotta opinnäytetyötä ja liiketoimintasuunnitelmaa varten saadaan kerättyä mahdollisimman paljon tietoa tämänhetkisestä tilanteesta ja siitä, kuinka uuden voimistelusalin avaaminen mahdollisesti helpottaisi nykyistä tilannetta valmentajien näkökulmasta.

TeamGym -valmentajille teetetety kysymykset on lueteltu seuraavissa kappaleissa, kukin kysymys omana kappaleenaan jotta kyselyn tuloksia on mahdollisimman helppo seurata. Kysely lähetettiin yhden Suomen suurimman TeamGym -voimisteluseuran (vuoden 2013-2014

kilpailulisenssien mukaan määritelty) TeamGym -valmentajille, tämän seuran toiminta keskittyy Helsinkiin ja siksi seura oli sopiva valinta kyselyä varten.

Kysely lähetettiin yhteensä 13 TeamGym -valmentajalle. Vastauksia saatiin yhteensä seitsemän kappaletta. Kaikki vastaukset ovat tämän työn liitteenä, liite 1. Kysely lähetettiin myös seuran SM-tasolla voimisteleville TeamGym -urheilijoille, näitä vastauksia saatiin kuitenkin ainoastaan yksi eikä sitä oteta tässä työssä huomioon.

Kyselyn ensimmäisellä ja toisella kysymyksellä haluttiin selvittää valmentajien taustoja, ovatko he itse voimistelleet ja kuinka kauan, milloin ovat aloittaneet valmennuksen ja millaisia ryhmiä he ovat valmentaneet. Näiden tietojen avulla voi arvioida sitä, kuinka kauan valmentaja on toiminut yleisesti voimistelun ja etenkin TeamGymin parissa. Tämän pohjalta voidaan puolestaan arvioida, kuinka hyvin valmentaja on nähnyt voimistelusalien harjoitteluolosuhteiden muuttumisen ja eri voimistelulajien kehittymisen.

1. Oma voimistelutausta?

(Oletko harrastanut voimistelua, mitä ja minkä ikäisenä olet aloittanut, millä tasolla olit? Harrastatko edelleen, kuinka paljon viikossa?)

Kaikki paitsi yksi vastanneista on itse harrastanut TeamGymiä, henkilö joka ei lajia ole harrastanut on lopettanut oman voimistelu-uransa ennen kuin laji on vakiintunut Suomeen. Kaikki vastanneista valmentajista valmentaa tällä hetkellä TeamGym -joukkuetta tai joukkueita ja osa valmentajista valmentaa myös naisten telinevoimistelua. Suurin osa kyselyyn osallistuneista keskittää valmennuksensa tällä hetkellä kuitenkin TeamGymiin.

Kukaan vastanneista ei enää itse harrasta voimistelua säännöllisesti, ainoastaan muutama vastanneista on silloin tällöin osallistunut aikuisten harrasteryhmiin, harjoitukset kerran viikossa. Kaikki vastanneet ovat toimineet lajin parissa itse voimistelijana tai valmentajana vähintään kuusi vuotta ja näin ollen kaikki kyselyyn osallistuneista ovat nähneet lajin nopean kasvun viimeisten vuosien aikana. Koska vastanneet ovat nähneet lajikehityksen ja toimivat lajin parissa edelleen, voidaan heidän vastauksiaan kysymysten osalta pitää relevantteina.

2. Mikä on valmentajakokemuksesi?

(Montako vuotta olet valmentanut, minkä ikäisiä ja tasoisia voimistelijaita, mitä voimistelulajeja? Mitä valmennat tällä hetkellä?)

Kaikki kyselyyn vastanneet ovat valmentaneet vähintään neljä vuotta, mutta suurin osa vastanneista on valmentanut jo lähes kymmenen vuotta. Vastanneista pisimpään valmentanut on valmentanut voimistelijaita jo yli 20 vuoden ajan. Suurin osa vastanneista on valmentanut

sekä harraste- että kilpavoimistelijoita ja lähes kaikki vastanneet ovat aloittaneet valmennusuransa naisten telinevoimistelun puolelta. Kaikki vastanneista valmentaa tällä hetkellä vähintään yhtä TeamGym -joukkuetta ja osa valmentajista työskentelee myös naisten telinevoimistelun parissa.

Kolmannella kysymyksellä haluttiin selvittää valmentajien mielipide nykyisestä tilanteesta harjoituksissa. Tarkemmin ottaen kysymyksellä haluttiin löytää ne epäkohdat, jotka nousevat valmentajilla ensimmäisenä mieleen, mikäli niitä heidän mielestä on. Koska kysely lähetettiin voimisteluseuran kaikille TeamGym -valmentajille, saatiin vastaukset eritasoisten joukkueiden valmentajilta ja näin ollen mielipiteitä myös harjoitteluolosuhteiden merkityksestä mahdollisia eriäviä mielipiteitä. Eritasoisten joukkueiden voimistelijat tarvitsevat harjoituksissaan hieman erilaisen ympäristön, harrastajille riittää vähempi, kun taas kilpavoimistelijat tarvitsevat kilpailutelineet.

3. Koetko, että nykyiset harjoitteluolosuhteet eivät vastaa kilpailevien joukkueiden (TeamGym) vaatimuksia?

(Miksi/miksi et? Onko nykyisissä harjoittelupaikoissa tarpeeksi tilaa ja rauhaa, onko harjoittelu turvallista?)

Kaikki kyselyyn vastanneista olivat sitä mieltä, että nykyiset harjoitteluolosuhteet eivät ole lajille ihanteelliset. Kaikki olivat sitä mieltä, että nykyisissä harjoittelutiloissa ei ole tarpeeksi tilaa, sillä tiloissa harjoittelee liian monta ryhmää samaan aikaan. Valmentajat nostivat esiin sen, että esimerkiksi Liikuntamyly on suunniteltu alun perin telinevoimistelijoille ja sen huomaa edelleen vaikka harjoitussalissa onkin myös muun muassa TeamGymin kilpatelineet.

Liikuntamyly on ainut Helsingin kaupungin halli, jossa on TeamGymin oikeat kilpailutelineet, joten kaikkien kilpailevien TeamGym -joukkueiden on harjoitettava tässä yhdessä salissa. Kyselyyn vastanneet valmentajat nostivat esiin myös sen, että Liikuntamylyssä on hyvät puitteet harjoitteluun, mutta niitä ei päästä hyödyntämään väenpaljouden vuoksi. Yksi vastanneista oli jopa sitä mieltä, että harjoitteluvälineitä on liikaa salin kokoon nähden. Harjoitteluvälineiden runsaus ja väenpaljous yhdessä vievät tärkeää harjoittelutilaa muutenkin ahtaasta voimistelusalista.

Valmentajat osasivat huomioda myös sen, että eri halleilla ja eri ajankohdilla on huomattavia eroja. Viikonloppuisin halleissa on enemmän tilaa ja hyvä harjoitella, mutta arki-illat olivat kaikkien mielestä haasteellisia ja jopa vaarallisia harjoittelu-ympäristön suhteen sillä samaan aikaan kansainvälisellä tasolla kilpailevien voimistelijoiden kanssa saattaa salissa olla harrastetason erittäin nuoria voimistelijoita. Valmentajat nostivat esiin suureksi ongelmaksi sen, että eri-ikäiset ja eri tasoiset voimistelijat ovat harjoittelusalissa samaan aikaan.

Valmentajat olivat pääosin myös sitä mieltä, että uusien joukkueiden on vaikea saada harjoitusvuoroja nykyisistä harjoitustiloista eikä lajit näin ollen voi kehittyä. Valmentajat mainitsivat myös sen, että on harmillista kun harrasteryhmät harjoittelevat kilpatelineillä ja kilpavoimistelijat eivät näin ollen voi olla heille tärkeillä harjoittelualustoilla tarpeeksi kauan. Harjoitukset etenevät harjoitusvuorojen mukaan ja kullakin ryhmällä on tietty aika määrättyinä kullekin harjoitustelineelle, koska harjoitteluhallit ovat niin täynnä, ei näistä vuoroista voida ollenkaan joustaa. Tällöin kilpailevien voimistelijoiden toistomäärät voivat jäädä vähäisiksi.

Valmentajat osasivat myös mainita sen, että TeamGym on tällä hetkellä kasvava harrastus ja näin ollen harjoitustiloille tulisi tehdä muutos, jotta tilat vastaisivat kasvavaa tarvetta.

Neljännellä kysymyksellä haluttiin selvittää valmentajien mielipidettä uuden voimistelusalin avaamisesta. Tällä kysymyksellä haluttiin tietää, olisivatko valmentajat mahdollisesti valmiita siirtymään voimistelijoidensa kanssa uuteen saliin ja miten he näkisivät tämän mahdollisena parannuksena harjoitusten sisältöön.

4. Koetko, että uuden voimisteluhallin avaaminen Helsinkiin toisi parannusta harjoitteluolosuhteisiin?

(Miksi/miksi et? Millä tavalla?)

Kaikki vastanneet olivat sitä mieltä, että uuden voimistelusalin avaaminen toisi helpotusta nykyisiin harjoitteluolosuhteisiin. Kaikki kyselyyn vastanneista olivat sitä mieltä, että uusi harjoittelusalin toisi rauhaa ja tilaa harjoituksiin. Osa vastanneista oli sitä mieltä, että muissa lajeissa ei ole sellaista tilannetta että eri tasoiset harrastajat ja eri lajeja harrastavat eivät harjoittele esimerkiksi samassa jääkaulossa samaan aikaan ja ihmettelivät miksi niin on voimistelussa. Vastanneet olivat pääasiassa myös sitä mieltä, että harjoitusten alkamis- ja päättymisajankohdat saataisiin paremmiksi, mikäli kullakin lajilla olisi omat harjoittelutilat.

Viimeisellä kysymyksellä haluttiin selvittää, mitä valmentajat toivoisivat uudelta harjoitteluympäristöltä, jotta kehitys voidaan kohdistaa oikeaan suuntaan.

5. Mikäli Helsinkiin avattaisiin uusi voimisteluhalli, mitä toivoisit siltä valmentajana?

(Voit antaa oman mielipiteesi myös voimistelijan näkökulmasta, mikäli itse vielä harjoittele tai olet juuri lopettanut. Haluaisitko esimerkiksi, että salin telineet painottuisivat tiettyyn/tiettyihin lajeihin? Erillisiä oheisharjoittelutiloja? Voit luetella kaiken, mitä haluaisit tai et haluaisi uudelta salilta.)

Valmentajien vastauksista voi olettaa, että he ovat ajatelleet tarkasti, millainen olisi ihanteellinen harjoitteluympäristö sillä vastaukset tähän kysymykseen olivat yllättävän yksityiskohtaisia. Vaikka vastaukset olivat yksityiskohtaisia ja kukin vastasi tähän kysymykseen itsenäisesti, olivat vastaukset hyvin lähellä toisiaan. Vastanneet olivat sitä mieltä, että seurat pystyisivät kasvattamaan toimintaansa uuden harjoittelusalin avulla. Tällä hetkellä seuroilla on nimittäin tilanpuute mitä tulee harjoittelutiloihin. Tarkemmat toiveet harjoittelusalin sisällöstä löytyy liitteestä 1.

7 Toiminnallinen tuotos - liiketoimintasuunnitelma

Liiketoimintasuunnitelma perustuu opinnäytetyön aikana kerättyjen tilastojen ja kyselyiden tuloksiin. Yhdistämällä tilastoja ja kyselyiden tuloksia voidaan todeta, että TeamGym on Suomessa kasvava laji ja TeamGym -valmentajille suunnatun kyselyn tulokset vahvistavat sen, että lajin kehitykselle on Helsingissä esteitä. Tulosten pohjalta laadittiin liiketoimintasuunnitelma TeamGymin lajikehityksen edistämiseksi, liiketoiminnan pääpainona on TeamGym-voimistelusalin perustaminen Helsinkiin. Kerättyjen tietojen lisäksi liiketoimintasuunnitelman teoria pohjautuu pääosin liiketoimintasuunnitelma.com -internetsivuston liiketoimintasuunnitelmaohjeisiin, business model canvas -työkaluun, Lean StartUp-teoriaan sekä Ollis Leppäsen Liiketoimintasuunnitelma roskakoriin kirjaan.

Business model canvas on työkalu, jonka avulla yrittäjä voi selkeyttää liiketoiminnan päätavoitteita asiakaslähtöisesti. Business model canvasissa jäsenellään muun muassa pääyhteistyökumppanit, logistiikka, asiakasryhmät, arvolupaus ja kulurakenne. Business model canvasin avulla keskitytään siis liikeidean kehittämiseen ja kirkastamiseen ottamalla liiketoiminnan kannalta keskeisimmät asiat huomioon.

Lean StartUp -teoria on vastaava kuin business model canvas, mutta siinä keskitytään enemmän idean nopeaan kehittämiseen asiakkaan kanssa. Sekä lean StartUp että business model canvas ovat tällä hetkellä kovassa suosiossa liikeidean kehittämisessä, mutta näissä työkaluissa jää usein yrittäjän oma osaaminen huomiotta. Tästä johtuen liiketoimintasuunnitelman teoriana on käytetty myös Leppäsen Liiketoimintasuunnitelma roskakoriin -kirjaa. Kirjassa keskitytään yrittäjän osaamiseen eikä niinkään täydellisen liiketoimintasuunnitelman kehittämiseen.

”Älä yritäkään tietää kaikkea heti aluksi. Keskity ensin itseesi ja yrityksesi ytimen kirkastamiseen kokeilujen kautta. Liiketoimintasuunnitelman laatiminen on ajankohtaista sitten, kun tiedät missä bisneksessä olet ja pystyt tarkastelemaan yrityksesi toimintaa muutaman vuoden aikajänteellä” (Liiketoimintasuunnitelma roskakoriin. 2013, 14) Tämä ajatus on toiminut myös tämän työn liiketoimintasuunnitelmassa eikä esimerkiksi kaikkia

rahavirtoja ole tästä johtuen otettu huomioon vielä tässä vaiheessa. Tämän liiketoimintasuunnitelman tarkoituksena on kiteyttää liikeidea, ja kirkastaa päätavoitteet sekä toimintamalli. Liiketoimintaa tullaan kehittämään yhdessä TeamGym-voimisteluseurojen ja valmentajien kanssa, kun liiketoiminnan pääpointit on saatu kiteytettyä tähän liiketoimintasuunnitelmaan. Tällöin TeamGym-voimistelusalin toimintaa kehitetään yhdessä asiakkaiden kanssa, jotta toiminta saadaan sellaiseksi kun asiakkaat siltä toivovat eikä niin, kuin oletetaan asiakkaiden haluavan.

”Liiketoimintasuunnitelma ohjaa ajatuksesi väärille urille. Suurin osa yrittäjistä laatii suunnitelman vain rahoittajia varten, minkä jälkeen se jää pölyttymään paperikasojen alle. Miksi tuhlaisit aikaasi ja hermojasi lauseiden puristamiseen paperille?”
(Liiketoimintasuunnitelma roskakoriin 2013, 13) Tämän ajatuksen ja koko Liiketoimintasuunnitelma roskakoriin kirjan pohjalta päädyttiin siihen, että liiketoimintasuunnitelma toteutetaan opinnäytetyössä niin, että siitä käy ilmi selkeät toiminnan tavoitteet ja asiakasryhmät. Muut osa-alueet jätettiin tässä vaiheessa pienemmälle huomiolle, sillä toimintaa tullaan kehittämään pidemmälle yhdessä TeamGym-voimisteluseurojen ja -valmentajien kanssa.

7.1 Liikeidean tiivistelmä

Uusi TeamGym -voimistelusalit tarjoaa uudet ja tilavat harjoitteluolosuhteet pääasiassa pääkaupunkiseudun TeamGym -joukkueille. Tavoitteena on tarjota TeamGym -joukkueille ihanteelliset harjoitteluolosuhteet niin telineiden, turvallisuuden, yhteishengen kuin melutasonkin puolesta.

TeamGym -joukkueiden lisäksi salitoimintaa vuokrataan muun muassa Voimisteluliiton ja eri voimisteluseurojen leirejä varten. Sinä aikana kun sali ei ole seurojen harjoittelukäytössä, on salissa iltapäivä- ja harrastetoimintaa. Iltapäivätoiminta suunnataan kaikille ala-aste ikäisille tytöille ja pojille.

Salit voi käyttää myös oheisharjoitteluun eri lajeille. Tätä varten saliin voi ostaa kerta- ja kuukausikortteja. Oheisharjoitukset eivät ole ohjattua liikuntaa ja niille on määrätty tietyt ajankohdat viikolla. Silloin kun salissa on harraste- tai seuratoimintaa, ei salissa saa olla muita ulkopuolisia.

7.2 Liiketoiminnan tavoitteet

Liiketoiminnan päätavoitteena on luoda Helsinkiin TeamGym -voimistelusalit, jonka harjoitusolosuhteet ovat lajille ihanteelliset. Hallin harjoitusolosuhteet tullaan pitämään turvallisina ja käyttäjäystävällisinä, tällä tarkoitetaan sitä, että harjoittelusalin tiloja ei vuokrata liian täyteen.

Ensiapupisteellä (EA-piste) tulee olemaan pakastin tai kylmähuone, josta saa aina tarvittaessa jääpusseja loukkaantumisia varten. Ensiapupisteellä tullaan ylläpitämään sähköistä listaa, joka kertoo pisteen ylläpitäjälle (voimistelusalin toimistolle), mitä tarvikkeita EA-pisteelle tulee ostaa lisää. Ensiapupiste sijoitetaan esteettömälle paikalle niin, että sinne pääsee mahdollisimman nopeasti, tämä kriteeri ei täyty kaikissa harjoittelusaleissa ja näin ollen jääpussin hakeminen kestää välillä erittäin kauan.

Turvallisen harjoitteluympäristön edesauttamiseksi kilpailevien joukkueiden kanssa ei harjoittele harrasteryhmät samaan aikaan vaan nämä pidetään erillä toisistaan. Tällöin kilpailijat voivat keskittyä omiin suorituksiinsa eikä keskittyminen herpaannu harrastevoimistelijoihin, kuten TeamGym -valmentajille suunnatusta kyselystä kävi ilmi. Tällöin myös loukkaantumisen riski pienenee.

Turvallisuuteen vaikuttaa erityisesti myös harjoitusvälineiden turvallisuuden takaaminen, voimistelutelineiden tulee olla ehjiä ja alastuloalueiden tulee olla tarpeeksi suuria. Harjoittelutelineitä ei sijoiteta liian lähelle toisiaan, tämä mahdollistaa myös tehokkaamman harjoittelun. Tällöin eri telineille harjoittelevien ei tarvitse tehdä vuorotellen, niin kuin nykyisissä olosuhteissa, vaan telineillä voi tehdä suorituksia samanaikaisesti.

Kullakin harjoittelualueella on vuoro ainoastaan yhdelle joukkueelle kerrallaan ellei joukkueet itse toivo jotain muuta. Tällä voidaan taata se, että kullakin joukkueella on tarpeeksi tilaa tehokkaaseen harjoitteluun eikä loukkaantumisen riski kasva tilanpuutteen vuoksi. Tällä järjestelyllä voidaan myös pitää melutaso mahdollisimman alhaalla niin, että salissa on kuitenkin toimintaa jokaisella harjoittelualueella. Jo yli 80dB melutaso voi aiheuttaa kuulovammoja (Työterveyslaitos. 2014. Melu). Koska kyseessä on voimistelulaji, jonka suoritukset tehdään musiikintahdissa, voidaan melutason nousemista salissa liian korkeaksi säädellä ääntä eristävillä verhoilla.

Voimistelusalilla halutaan olla askeleen edellä muita. Seuravalmentajille tarjotaan käyttöön erilaisia välineitä, joiden avulla harjoituksista saadaan entistä enemmän irti. Voimistelusaliiin ostetaan videotykki ja kamera, näiden avulla kunkin voimistelijan suoritukset voidaan heijastaa seinälle niin, että voimistelijatkin näkevät jokaisen oman suorituksensa. Ihminen oppii kolmella eri tavalla: auditiivisesti eli kuulemalla, visuaalisesti eli näkemällä ja kinesteettisesti eli kokovartalon liikkeillä. Valmentajan sanallisen palautteen lisäksi

voimistelija suorittaa itse jokaisen voimisteluliikkeen ja tämän jälkeen näkee sen videotykin avulla. Tällöin yhdistetään kaikki oppimistyylit ja voidaan näin ollen maksimoida kaikkien yksilöiden nopea voimisteluliikkeiden oppiminen.

Oppimisen onnistuminen on todennäköisempää kun käytössä on useampi oppimismenetelmä. Jyväskylän yliopisto on tehnyt lomakkeen, jonka avulla voi selvittää millä keinolla kukin oppii parhaiten ja näitä menetelmiä voidaan hyväksikäyttää myös valmennuksessa. Mikäli voimistelusalilla on käytössä kaikkiin oppimismuotoihin tarvittavat välineet, voidaan myös olettaa että voimistelijoiden taidot kehittyvät nopeammin (Jyväskylän yliopiston kielikeskus. 2014).

7.3 Swot-analyysi

Vahvuudet Ei vastaavaa salia PK-seudulla Sisäpiirien tunteminen Lajin hyvä yhteishenki Perustajan oma kokemus	Heikkoudet Vähän tunnettu laji
Mahdollisuudet Kasvava laji, lisää harrastajia Muiden lajien harrastajat Lajin tunnettuus Markkina-asema	Uhat Kallis tilavuokra Seurojen huono taloudellinen tilanne

Taulukko 5. SWOT -analyysi

Vahvuudet

Suurimpana vahvuutena perustettavalla TeamGym -voimistelusalilla on se, että pääkaupunkiseudulla ei ole vastaavaa voimistelusalua. Salille on kysyntää, sillä kaupungin tarjoamat voimistelutilat ovat liian täynnä uusille joukkueille eivätkä ne pääse näin ollen harjoittelemaan inhimillisiin aikoihin. (Liite 1)

Toinen merkittävä etu on se, että TeamGymin parissa toimivilla henkilöillä on erittäin hyvä yhteistyö toisten seurojen ja joukkueiden välillä koko Suomessa. Tästä voidaan käyttää esimerkkinä sitä, että joukkueet ovat useita kertoja yhdistäneet voimansa menestyäkseen arvokilpailuissa entistä paremmin (Suomen Voimisteluliitto. 2014i.)

Yrityksen perustajatiimissä on henkilö, joka on toiminut lajin parissa useita vuosia niin lajiharrastajana kuin valmentajana, joten hän tuntee lajin tärkeimmät kehitysohjelmat vaikuttavat henkilöt ja toimijat. Hyvästä lajituntemuksesta on apua erityisesti voimistelusalin pohjajärjestyksen suunnittelussa, voimistelusalin- ja asiakkaiden hankinnassa.

Mahdollisuudet

Laji on tällä hetkellä Suomessa kovassa kasvussa ja Ruotsissa laji on tällä hetkellä suosituin voimistelulaji (Suomen Voimisteluliitto. 2014h.).

Lajin nopean kasvun ansiosta voidaan Suomeenkin jo harkita nimenomaan TeamGymin painottuvaa harjoittelusalua. Kysyntä uudelle harjoittelusalille on kasvanut vuosien aikana huomattavasti eikä tarjonta puolestaan ole kehittynyt juuri mihinkään. (Liite 1)

Lajin harjoitukseen vaadittavat telineet tukevat myös muiden lajien, kuten teline-, ja trampoliinivoimistelun sekä cheerleading -harrastajia. Näin ollen salin tiloja voidaan tarjota myös muiden lajien edustajille ja toiminnasta saadaan näin ollen entistä laajempaa. Muiden lajien harrastajamääriin ei kuitenkaan tässä työssä keskitytä vaan muut lajit pidetään toistaiseksi vielä poissa voimistelusalin asiakasryhmistä. Muiden lajien harrastajat otetaan huomioon myöhemmin, sitten kun toiminta on saatu käynnistettyä ja salin todellinen käyttöaste on tiedossa.

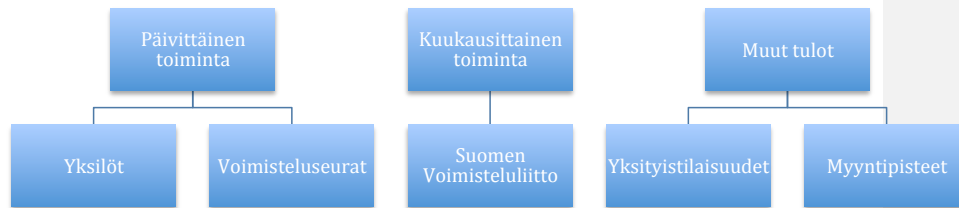
Heikkoudet

Laji on yleisesti ottaen vielä vähän tunnettu Suomessa, mutta tunnettuus kasvaa koko ajan uusien joukkueiden, lehtitiedotteiden ja muiden uutisointien avulla. Joka toinen vuosi järjestetään kaikkien voimistelulajien yhteiset SM-kilpailut, jotka televisioidaan ja myös TeamGym on näin ollen näkynyt kansallisessa televisiossa. Vähäistä tunnettuutta voidaan pitää myös mahdollisuutena, sillä tunnettuus kasvaa koko ajan. Tämän voi nähdä jatkuvasti kasvavasta harrastaja- ja kilpailijamäärästä.

Uhat

Uuden voimistelusalin uhkana voidaan pitää salin korkeaa vuokraa, joten harjoitusmaksujen hinta voi nousta voimisteluseuroille liian korkeaksi. Nykyiset harjoittelutilat (Liikuntamyly) ovat voimisteluseuroille ilmaiset. Myös seurojen mahdollinen huono taloudellinen tilanne on suuri uhka voimistelusalin toiminnan kannalta. Jotta mahdollisimman moni voimisteluseura saataisiin uuteen saliin harjoittelemaan, ei heitä haluta sitoa tietyksi ajanjaksoksi voimistelusalin vuokraa ajatellen. Voimisteluseurat voivat itse valita, kuinka pitkäksi ajaksi vuokraavat salivuoroja.

7.4 Palvelut



Kuvio 3. Voimistelusalin palvelut

Kuvio 3 kuvaa voimistelusalin palvelut. Palvelut jaetaan kolmeen eri ryhmään niiden osuuksien mukaan liiketoiminnan tuloissa. Ensimmäinen ryhmä on nimeltään päivittäinen toiminta ja siihen ryhmään kuuluu muun muassa yksilöt ja voimisteluseurat. Yksilöille ja voimisteluseuroille tarjotaan mahdollisuus harjoitella perustettavassa voimistelusalissa maksua vastaan.

Yksilötoiminta on suurin ryhmä, sillä yksilöiden toimintaa voidaan ylläpitää silloin, kun seuroilla ei ole harjoituksia salissa. Yksilöt voivat harjoitella voimistelusalissa kuukausi tai kertakortilla tai ala-asteikäiset lapset voivat osallistua iltapäiväkerhoon, kaikki ilman sitoumuksia.

Voimisteluseurat vuokraavat joukkueilleen harjoitteluvuorot, niin ikään ilman sitoumuksia. Kummallekin asiakasryhmälle tarjotaan näin ollen salin vuokraamista ja mahdollisuutta harjoitella lajille ihanteellisessa ympäristössä.

Toinen ryhmä palveluiden osalta toimii kuukausittaisen toiminnan nimikkeellä. Tähän ryhmään kuuluvat Suomen Voimisteluliiton leirit ja koulutukset. Tälle asiakasryhmälle tarjotaan niin ikään voimistelusalin vuokraamista, mutta harvemmin ja eri sisällöllä kuin päivittäisen toiminnan asiakkaille. Myytävä palvelu on sisällöltään hieman erilainen kuin päivittäisen toiminnan asiakkaille.

Kolmas ryhmä, muut, pitää sisällään kaikki muut asiakasryhmät ja niille myytävät palvelut kuin edellä mainitut. Tähän ryhmään kuuluu muun muassa yksityistilaisuudet ja myyntipaikkojen vuokrasaamiset.

Kokonaisuudessaan voimistelusalitoiminnan palvelut ovat salin vuokraaminen eri sisällöillä sekä myyntitilojen vuokraaminen. Vuokrasaamiset ovat toisistaan hieman eroavaisia riippuen asiakasryhmästä.

7.5 Asiakasryhmät



Kuvio 4. Voimistelusalin toiminnan kannalta oleelliset asiakasryhmät

Yllä olevasta taulukosta näkee uuden TeamGym -voimistelusalin toiminnan kannalta oleellisimmiksi listatut asiakasryhmät. Ryhmät ovat liiketoiminnan tulojen kannalta tärkeysjärjestyksessä vasemmalta oikealle niin, että vasemmalla on kaikista tärkein ryhmä ja oikealla vähiten tärkein. Ryhmien alla olevat osa-alueet ovat niin ikään tärkeysjärjestyksessä ylhäältä alas niin, että tärkein osa-alue on ylimpänä.

Tärkein asiakasryhmä on yksilöt. Yksilötuloista tärkein on yksityis- ja ryhmätunnit sekä iltapäiväkerhoon osallistuvat lapset. Yksityis- ja ryhmätunneille voi osallistua niille suunnatulla kertakortilla. Kertakortilla voi osallistua myös vapaille harjoittelutunneille, mutta tämä onnistuu ainoastaan lisämaksusta.

Iltapäiväkerho järjestetään joka arkipäivä klo 12.00 - 16.00 välillä. Iltapäiväkerho on avoin kaikille alle 15-vuotiaille ja heille tarjotaan ohjattua liikuntaa ja aktiviteetteja päivän aikana.

Iltapäiväkerhoon ei ole maksimirajaa osallistuneiden suhteen, joten tämä on erittäin tärkeä tuloryhmä. Vapaaharjoittelu- ja kausikortti eivät juurikaan eroa toisistaan ja tuovat tästä asiakasryhmästä vähiten tuloja. Tästä johtuen nämä kaksi jäsenyyttä ovat tämän ryhmän alimpina.

Toinen oleellinen asiakasryhmä on seurat. Voimistelusalitoiminnalla pyritään aktivoimaan jo olemassa olevien voimisteluseurojen joukkueet harjoittelemaan uudessa, juuri lajille ominaisessa ympäristössä. Monilla joukkueilla on omatoimisia harjoituksia tai oheisharjoituksia ja näitä voidaan tarjota lajiharrastajille myös TeamGym-harjoitteluympäristöön.

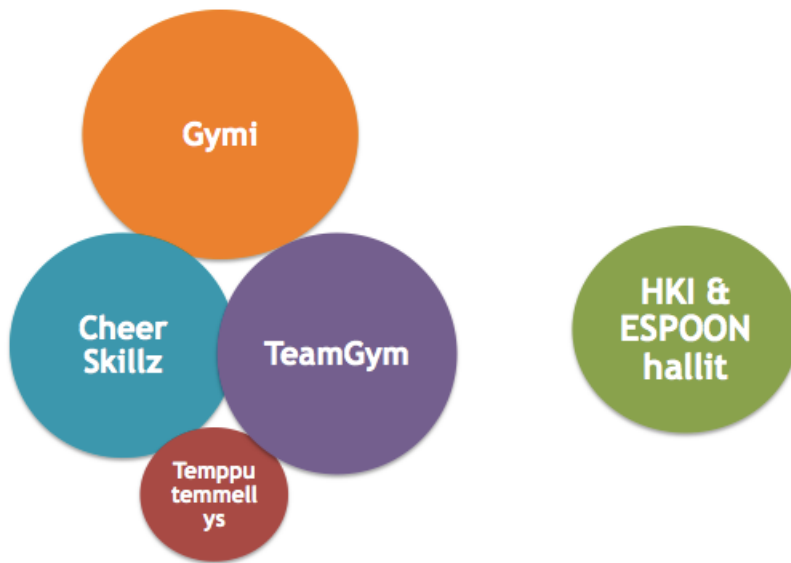
TeamGym-voimistelijat voivat pitää oheisharjoitukset harjoitteluhallissa ostamalla kuukausikortin. Tällöin olemassa olevien joukkueiden voimistelijat tuovat tuloja niin seura- kuin yksilöpuolelta. Tarjoamalla hyviä harjoittelutiloja ja -vuoroja voimisteluseuroille, mahdollistetaan lajin kasvu Helsingissä.

Seurat usein järjestävät usein leirejä ja kilpailuita ja seuroille annetaankin mahdollisuus järjestää leirejä ja kilpailuita myös uudessa perustettavassa voimistelusalissa. Koska seuroilla on usein myös aktiivista toimintaa normaaleiden harjoitusvuorojen lisäksi, ovat voimisteluseurat toiminnan ja lajikehityksen kannalta erittäin tärkeä asiakasryhmä.

Koulut ja päiväkodit ovat voimistelusalin toiminnan kannalta kolmas asiakasryhmä. Kouluille tarjotaan liikuntapäivien aktiviteetteja, liikuntatunteja ja -kerhoja. Lähialueiden kouluille pyritään saamaan vähintään yksi harjoittelumahdollisuus kuukaudessa. Tällöin koulun lapset ovat tutustuneet salitoimintaan. Lapset pyritään innostamaan voimistelun pariin ja näin ollen aktivoimaan heidät iltapäiväkerhotoimintaan. Tällöin koulun opiskelijat ovat niin ikään kahdessa eri asiakasryhmässä: kouluissa ja yksilöissä.

Viimeisenä asiakasryhmänä on muut. Tähän ryhmään kuuluu muun muassa Voimisteluliiton leirit, yksityistilaisuudet kuten yritysten virkistyspäivät, seurojen ja Voimisteluliiton koulutukset. Näiden lisäksi voimistelutarvikkeita myyville yrityksille voidaan tarjota myyntipistettä voimistelusalista. Tästä esimerkkinä Chisako Oy, voimisteluvälineiden nettikauppa (Chisako 2014). Koska muun muassa Chisakon yksi asiakasryhmä on voimistelijat, voi TeamGym-voimistelusalialia pitää potentiaalisena paikkana myyntipisteelle.

7.6 Teagym-voimistelusalin kilpailijat



Kuvio 5. Perustettavan TeamGym-voimistelusalin kilpailijat

Kaaviosta käy ilmi perustettavan TeamGym-voimistelusalin tämänhetkiset kilpailijat ja niiden arvioitu asema yksityisten voimistelusalien markkinoilla. Helsingin ja Espoon kaupungin voimistelusalit, ne ovat muista saleista irrallaan sillä ne ovat kaupungin rahoittamia saleja eikä yksityisiä. Kaavio kuvastaa sitä asetelmaa markkinoilla, joka halutaan perustettavalla TeamGym-voimistelusalilla saavuttaa. Kunkin yrityksen ympyrän koko kuvastaa kyseisen yrityksen asemaa kilpailijoiden keskuudessa TeamGym-voimistelusalin näkökulmasta. Mitä suurempi ympyrä on, sitä suurempi kilpailija yritys on TeamGym-voimistelusalina ajatellen.

Kunkin yrityksen kokoon on vaikuttanut yrityksen hinnasto, palvelut, sijainti ja kohderyhmä. Näiden tekijöiden pohjalta on arvioitu, mikä yritys on perustettavan salin kannalta suurin kilpailija. Perustettavan TeamGym-voimistelusalin osalta on arvioitu se kohta, johon salin toiminta tulee sijoittumaan mikäli toiminnan tavoitteet saavutetaan.

Gymi, lasten kuntoklubi on tällä hetkellä kovin kilpailija, sillä heidän toimintansa pohjautuu Franchising-yrittäjyyteen ja on siksi helposti monistettavissa useaan eri toimipisteeseen. Gymi tarjoaa palveluitaan niin lapsille kuin aikuisille ja heillä voi harrastaa telinevoimistelua, parkouria, sirkusta, joogaa, tanssia ja akrobatiaa. Gymin toiminta perustuu kuntoklubi

ajatukseen, eli he eivät panosta kilpailutoiminnan kehittämiseen tai tietyn lajin kehityksen kasvattamiseen. Tältä osin Gymin toiminta ei siis ole perustettavan TeamGym-voimistelusalin kannalta lähin kilpailija, mutta koska Gymin toimii usealla eri paikalla ja tarjoaa lapsille myös iltapäiväkerhotoimintaa, on Gymin yksi suurimmista kilpailijoista TeamGym-voimistelusalin kannalta.

Sheer Skillz on Salmisaareissa toimiva cheerleading -valmennuspalveluita tarjoava yritys. Cheer skillzin tavoitteena on ammattimaisen valmennuksen avulla nostaa kilpa-cheerleadingin tasoa Suomessa ja suomalaisten kilpailukykyä kansainvälisissä kilpailuissa. (Cheer Skillz. 2014) Cheer Skillz -harjoittelusali on toiminnaltaan ja tavoitteiltaan vastaava kuin perustettava TeamGym-voimistelusali, mutta toiminta keskittyy nimenomaan Cheerleadingiin kun perustettavan salin toiminta keskittyy TeamGymiin. Koska Cheerleadingiä harrastavat ja TeamGym-voimistelijat voivat harjoitella lähes samoissa olosuhteissa ja samoilla voimisteluvälineillä, on Cheer Skillz sali erittäin tärkeä kilpailija ja salin toimintaan ja hinnastoon tulee perehtyä syvällisesti. Muutama Helsingissä harjoitteleva TeamGym-joukkue harjoittelee jo Cheer Skillz salilla, joten perustettavan TeamGym-voimistelusalin tulee tuoda jotain selkeää lisäarvoa Cheer Skillz saliin nähden, jotta TeamGym-joukkueet vaihtavat harjoittelupaikkansa uuteen perustettavaan voimistelusaliin. TeamGym-voimistelusalin toiminnasta on suunniteltu tuovan voimistelijoille lisäarvoa harjoituksiin ja toiminnasta tavoitellaan tästä johtuen suurempaa kuin Cheer Skillz salilla.

Tempputemmellys on voimistelu- ja trampoliiniareena, jonka toiminta on Espoonlahdessa. Tempputemmellys tarjoaa harjoittelumahdollisuuksia telinevoimistelun, trampoliinivoimistelun, parkourin ja pombic tuntien parissa. (Tempputemmellys. 2014) Tempputemmellyksen toiminta on enemmän harrastepohjaista, eikä panosta tietyn lajin kilpailumenestyksen tai lajikehityksen kasvattamiseen. Tästä johtuen Tempputemmellyksen asema kilpailijoiden suhteen ei ole yhtä iso kuin Cheer Skillzin tai Gymin vaikka todellinen markkina-asema saattaakin yrityksellä olla suurempi kuin kaaviossa on kuvattu.

Varsinkin Helsingin kaupungin harjoittelusalit Liikuntamyly ja KisaHalli ovat TeamGym-voimistelusalin kannalta kovia kilpailijoita. Näissä voimistelusaleissa harjoittelu on ainakin vielä toistaiseksi voimisteluseuroille ilmaista, joten lähes kaikki voimistelijat harjoittelevat näissä saleissa. Liikuntamyly on näistä voimistelusaleista tärkeämpi kilpailija, sillä Liikuntamylyssä on lähes täydelliset kilpailutelineet TeamGymiä ajatellen. Liikuntamylyn ja KisaHallin suurena ongelmana on kuitenkin se, että ne ovat erittäin ruuhkaisia ja pieniä voimistelusaleja voimistelumäärään nähden eivätkä näin ollen enää palvele voimistelijoiden tarpeita yhtä hyvin kun esimerkiksi kymmenen vuotta sitten. Näistä tekijöistä johtuen kaupungin harjoittelusalien ympärän koko on lähes sama kuin Cheer Skillzin ja TeamGym-

voimistelusalin. Koska kaupungin harjoittelusalit eivät ole yksityisiä, on ne pidetty kilpailijoista erillään.

7.7 TeamGym -voimistelusalin talous

Tässä luvussa käsitellään perustettavan TeamGym-voimistelusalin rahan tarvetta, viiden ensimmäisen toimivuoden budjettia ja TeamGym-joukkueiden tuottamia vuokrasaamia lyhykäisydessään.

7.7.1 Rahan tarve

Rahan tarve	
Telineet	25 200,00 €
Tilavuokra	72 000,00 €
Toimistotarvikkeet	360,00 €
puhelin/internet	720,00 €
apporttiomaisuus	1 500,00 €
markkinointi-investoinnit	1 800,00 €
perustamismenot	2 500,00 €
Rahan tarve yhteensä	104 080,00 €

Taulukko 6. Perustettavan TeamGym -voimistelusalin rahantarve

Taulukossa 4 on tiivistetysti esitetty perustettavan TeamGym-voimistelusalin välttämättömät kustannukset ensimmäisen toimivuoden ajalta. Kuten taulukosta käy ilmi, on perustettavan TeamGym-voimistelusalin suurimmat kustannukset voimistelutelineet ja tilavuokra. Nämä kaksi osa-aluetta muodostavat yhteensä lähes 1000 000 euron tarpeen, muut osa-alueet vaativat noin 4000 euroa.

Voimistelutelineet tullaan lyhentämään tasapoistoina viiden toimivuoden aikana, joten tämä kulu on otettu niin rahan tarpeessa kuin budjetissa huomioon. Taulukossa 4 ei ole otettu huomioon palkkakuluja, sillä perustettavan yrityksen palkkakuluja varten haetaan TE-toimiston myöntämää starttirahaa. Starttirahaa voi saada työtön työnhakija tai palkkatyöstä, opiskelusta tai kotitöistä yrittäjäksi siirtyvä. (TE-palvelut. 2014) Starttiraha helpottaa yrittäjän toimeentukea sinä aikana, jolloin yritystoiminnan käynnistäminen ja vakiinnuttaminen kestää (Holopainen 2013). Mikäli Starttiraha myönnetään, on se merkittävä säästö ensimmäisen toimivuoden kuluissa.

Pääoma	
Oma pääoma	
osakepääoma	8 000,00 €
omat rahasisiöt	25 000,00 €
apporttiosuus	1 500,00 €
osakslaina	
Vieras pääoma	
pankkilaina	9 580,00 €
Finnveran laina	30 000,00 €
muu laina	30 000,00 €
Rahan lähteet yht.	104 080,00 €

Taulukko 7. Perustettavan TeamGym-voimistelusalin rahanlähteet

Taulukko 5 kuvastaa suunnitelmaa rahan lähteistä. Taulukossa on lueteltuna oman pääoman ja vieraan pääoman lähteet, ja kuten taulukosta huomaa, on vieraan pääoman lähde huomattavasti omaa pääomaa suurempi. Oman pääoman summa on suunnitelman mukaan noin 35 000 euroa kun vieraan pääoman osuus puolestaan noin 70 000 euroa. Yritystoiminnan käynnistämistä varten voidaan hakea tukea ja rahoitusta useilta eri tahoilta kuten ELY-keskukselta, Finnveralta, Tekesiltä ja Keksintösäätiöltä. Näiden ja muiden mahdollisten rahoitusvaihtoehtojen tutkiminen on jätetty pois opinnäytetyöstä, sillä yritystoiminnalle ei vielä haeta rahoitusta eivätkä kaikkien rahoitusvaihtoehtojen tutkiminen ole tämän työn tavoitteiden kannalta oleellisia tietoja.

7.7.2 TeamGym -voimistelusalin viiden vuoden budjetti

TeamGym-voimistelusalin toimintaa varten luotiin viiden vuoden karkea budjetti, jotta nähdään saadaanko toiminnasta kannattavaa ensimmäisen viiden toimivuoden aikana. Budjetti on tietyn kauden tavoitteeksi asetettu taloudellinen toimintasuunnitelma, joka pitää sisällään euromääräiset arviot suunnittelukauden toiminnasta syntyvistä tuotoista ja kustannuksista (Tomperi 2003). Liiketoimintaa varten laadittu budjetti on sisällöltään tulosbudjetti, eli siihen on koottu kaikki budjettikauden ennakoitujen tuotot ja kustannukset. Budjettikautena tässä tapauksessa on yksi tilikausi eli yksi toimivuosi.

Budjetista on laadittu toiminnan aloittamista varten osabudjetteja, joista käy ilmi muun muassa harrastetoiminnan ja vuokrataavien kulut ja tulot tarkemmin. Opinnäytetyötä varten budjettiin on otettu huomioon ainoastaan liiketoiminnan kannalta merkittävimmät kulut ja tulot, joista ilmenee karkealla tasolla kunkin tilikauden ennusteet ja kannattavuus.

BUDJETTI	1.vuosi	2.vuosi	3.vuosi	4.vuosi	5.vuosi
Tila	- 61 050 €	- 60 600 €	- 60 600 €	- 60 600 €	- 60 600 €
Telineet	- 25 200 €	- 25 200 €	- 25 200 €	- 25 200 €	- 25 200 €
Palkat	- 90 000 €	- 90 000 €	- 90 000 €	- 90 000 €	- 90 000 €
Markkinointi	- 1 800 €	- 600 €	- 600 €	- 600 €	- 600 €
Koulutus	- 600 €	- 600 €	- 960 €	- 960 €	- 960 €
Harrastetoiminta	38 400 €	85 000 €	197 600 €	202 400 €	202 400 €
Vuokrasaatavat	9 000 €	18 000 €	24 000 €	30 000 €	36 000 €
Muut	1 200 €	1 200 €	1 200 €	1 200 €	1 200 €
TOTAL	-130 050 €	- 72 800 €	45 440 €	56 240 €	62 240 €

Taulukko 8. TeamGym-voimistelusalin budjetti viidelle ensimmäiselle toimivuodelle

Budjetista käy ilmi viiden ensimmäisen toimivuoden budjetti suurimpine kuluineen ja tuloineen. Kuten taulukosta käy ilmi, ovat kaksi ensimmäistä toimivuotta tappiollisia, mutta jo kolmannen toimivuoden aikana tilikauden tulos tulee olemaan voitollinen. Budjetissa on laadittu mahdollisimman realistiseksi, jotta toiminnan alussa voidaan arvioida tulevia kustannuksia ja tuloja mahdollisimman hyvin. Toimintaa varten on luotu tarkempia osabudjetteja muun muassa harrastetoiminnasta, vuokrasaatavista ja palkkakuluista, mutta näitä tietoja ei haluta julkaista eikä niitä tästä johtuen käsitellä opinnäytetyössä tarkemmin.

Budjetin toteutumista varten on luotu seurantabudjetti, jonka avulla voidaan seurata budjetin toteutumista kuukausitasolla. Seurantabudjetin avulla tavoitteisiin pääseminen on helpompaa, sillä tarpeellisiin toimiin osataan ryhtyä tarpeeksi ajoissa.

7.7.3 TeamGym -joukkueiden tuottamat vuokrasaamiset

Aiemmin käsiteltiin pääkaupunkiseudun suurimpia voimisteluseuroja ja niiden TeamGym-voimistelijoiden harrastajamääriä. Tässä luvussa käsitellään voimisteluseurojen tuottamia vuokrasaamisia perustettavalle TeamGym-voimistelusalille. Oletuksena laskelmissa on, että TeamGym-joukkueiden määrä seuroissa pysyy samana ja joukkueiden harjoittelumäärät säilyvät ennallaan. Tiedot TeamGym-joukkueiden harjoittelumäärästä on kerätty pääkaupunkiseudun eri voimisteluseurojen kotisivuilta, sillä lajivastaaville lähetettyyn kyselyyn ei saatu kaikilta voimisteluseuroilta vastauksia. Seurojen nimiä ei julkaista jotta niitä ei tunnusteta tämän opinnäytetyön muista osioista.

Voimistelu-seura	joukkueita seurassa	harjoituskerrat viikossa	harjoitustunnit viikossa	harjoitusmaksut viikossa	harjoitusmaksut kuukaudessa	harjoitusmaksut vuodessa
seura 1	7	20	50	2500	10000	130000
seura 2	5	17	41	2050	8200	106600
seura 3	3	9	20,75	1037,5	4150	53950
seura 4	2	8	20	1000	4000	52000
seura 5	2	6	15	750	3000	39000
TOTAL						381550

Taulukko 9. TeamGym-joukkueiden tuottamat vuokrasaamiset

Taulukon laskelmissa on oletettu, että voimistelujoukkueet pitäisivät lähes kaikki harjoituksensa uudessa perustettavassa voimistelusalissa. Taulukosta käy ilmi, kuinka paljon joukkueiden harjoitukset maksaisivat seuralle viikko, kuukausi ja vuositasolla, mikäli joukkueiden harjoitteluaikat säilyisivät samana ja lähes kaikki harjoitukset pidettäisiin uudessa harjoittelusalissa. Tuntiveloitusta ei ole kilpailusyistä esitetty opinnäytetyössä.

8 Johtopäätökset

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää TeamGymin lajikehitys pääkaupunkiseudulla viimeisen viiden vuoden aikana. Opinnäytetyön tiedonkeruumenetelmien avulla selvitettiin, onko lajikehitykselle mahdollisia esteitä ja mitä ne mahdollisesti ovat. Näiden tietojen pohjalta päädyttiin siihen, että lajikehitykselle on Helsingissä esteitä ja suurin este on harjoittelutilojen puute.

Työhön kerättiin TeamGymin-kilpailijoista tilastoja Voimisteluliitolta, tehtiin kysely TeamGym-lajivastaaville ja toinen kysely TeamGym-valmentajille. Voimisteluliitolta saatiin selvitettyä viimeisen viiden vuoden ajalta TeamGym-kilpailijamäärien kasvu. Kyselyllä saatiin selville kahden suurimman TeamGym-voimisteluseuran harrastajamäärien kehitys viimeisen viiden vuoden ajalta. Valmentajille suunnatulla kyselyllä saatiin selville lajikehityksen esteet TeamGym-valmentajien näkökulmasta. Näiden tietojen pohjalta voitiin arvioida, kuinka TeamGymin lajikehitystä voidaan edesauttaa Helsingissä.

Yhdistämällä tilastojen ja kyselyiden avulla saatuja tietoja opinnäytetyön toiminnalliseksi tuotokseksi muodostui liiketoimintasuunnitelma TeamGym -voimistelusalin perustamisesta Helsinkiin. Voimistelusalin perustaminen ei ainoastaan edesauttaisi lajikehityksen kasvua Helsingissä, mutta toisi myös turvallisemman harjoittelu ympäristön voimistelijoille.

Opinnäytetyön tavoitteisiin päästiin, sillä tavoitteeksi asetettuihin kysymyksiin saatiin vastaukset. Kysymykset, joiden avulla opinnäytetyön tavoitteita lähdettiin saavuttamaan olivat seuraavat: Mihin suuntaan laji on kehittynyt viimeisen viiden vuoden aikana Suomessa? Kuinka suuri osuus kaikista TeamGymin parissa kilpailevista sijaitsee Uudellamaalla? Kuinka

suuri osuus TeamGym urheilijoista sijaitsee Helsingissä? Onko TeamGymin lajikehitykselle esteitä Helsingissä?

9 Työn tulosten arviointi

Työn tuloksia päästää arvioimaan kunnolla vasta, kun TeamGym-voimistelusalit on perustettu. Silloin vasta näkee, kuinka lajikehitys mahdollisesti kasvaa uuden harjoitteluympäristön myötä. Tavoitteena oli löytää ne kohdat, jotka hidastavat lajin kasvua Helsingissä ja pääkaupunkiseudulla ja TeamGym-valmentajille suunnatun kyselyn mukaan suurin ongelma oli vähäisten harjoittelusalien määrä suhteutettuna voimistelijoiden määrään.

Fliku-82 ry:n puheenjohtaja Suvi Hanttu ([henkilökohtainen tiedonanto 14.11.2014](#)) kommentoi opinnäytetyötä seuraavasti:

”Työstä nousee hyvin esille TeamGymin asema Suomessa sekä pääkaupunkiseudulla. Voimistelupiireissä on jo vuosien ajan käyty keskusteluja tilanpuutteesta, joten aihe on ajankohtainen ja siinä mielessä työ tuo seuroille lisätietoa aiheesta ja tilanteen mahdollisesta parantamisesta. Kuten Minna työssään mainitsee, seurat pyörittävät toimintaansa tiukoilla budjeteilla, joten yksittäisen seuran oman salin perustaminen on iso taloudellinen riski ja sellaista ei vielä ole uskallettu tehdä. Ratkaisu voisi löytyä yrittäjyydestä ja tämä työ tuo siitä hyvin tietoa.”

Opinnäytetyön aihetta voidaan pitää ajankohtaisena sillä Voimisteluliiton antamat tilastot ja TeamGym -lajivastaaville suunnattu kysely osoittavat, että laji on pääkaupunkiseudulla kasvussa. Tilastojen ja kyselyn lisäksi Hanttu mainitsee, että voimistelupiireissä on jo vuosien ajan käyty keskusteluja tilanpuutteesta, mutta siihen ei ole toistaiseksi ainakaan löytynyt ratkaisua sillä uutta salia ei pääkaupunkiseudulle ole perustettu.

Vaikka Hanttu kommentissaan mainitsee, että salin perustaminen on iso taloudellinen riski ja seurat pyörittävät toimintaansa pienellä budjetilla, kertoo hän myös seuraavaa: ”Jos uusi sali tarjoaa käyttäjilleen uusia mahdollisuuksia ja selkeästi laadukkaampaa toimintaa, ovat seurat varmasti myös halukkaita maksamaan siitä hieman normaalia enemmän.” Näin ollen voidaan olettaa, että turvallisen ja ympäristöltään mukavan harjoittelusalin perustaminen toisi seuroille lisäarvoa ja voisi mahdollistaa lajin kasvun seuroissa.

Salin perustamista Hanttu kommentoi seuraavasti: ”Työ antaa hyvät lähtökohdat uuden salin perustamiselle. Työstä voisi jalostaa myös jatkotutkimuksen, jossa keskityttäisiin kannattavuuslaskelmiin, jotta itse yrittäjä että seurat saisivat konkreettisia lukuja projektin eteenpäin viemiseksi.” Opinnäytetyön tarkoituksena oli luoda perusta liiketoimintasuunnitelmalle ja tästä johtuen kannattavuuslaskelmia ei käsitelty tarkemmin.

Mikäli TeamGym -voimistelusalin aiotaan perustaa, tullaan pääkaupunkiseudun TeamGym -lajivastaaviin ja voimisteluseurojen hallituksiin ottamaan yhteyttä heidän mielenkiinnostaan salia kohtaan ja kannattavuus- sekä kustannuslaskelmat ja hinnat voimisteluseuroille esitetään hallituksille sekä lajivastaaville tässä vaiheessa.

Itse halusin selvittää, mikä lajikehityksen kannalta oleellisin ongelma on muiden TeamGym -valmentajien mielestä ja löytää ratkaisun kyseiseen ongelmaan. Koska olen aina halunnut toimia yrittäjänä, on tämä työ luonut hyvän pohjan liiketoiminnan aloittamista varten. Lajikehityksen kannalta oleellisin ongelma löydettiin ja liiketoimintasuunnitelma luotiin sen pohjalta. Työn jatkoa ajatellen seuraava vaihe on ottaa yhteyttä kaikkiin pääkaupunkiseudun voimisteluseuroihin ja kysyä heidän mielipidettä TeamGym-voimistelusalin perustamista ajatellen. Vasta perustettua voimistelusalin, voidaan verrata kuinka nopeasti laji on lähtenyt kasvuun uuden harjoittelusalin myötä. Itse uskon, että uuden nimenomaan TeamGymiin suunnatun harjoittelusalin perustaminen edesauttaisi lajin kasvua pääkaupunkiseudulla entisestään ja pidän opinnäytetyön tuloksia onnistuneena.

Lähteet

Internet-lähteet

Cheer Skillz. 2014. Cheer Skillz.

<http://www.cheerskillz.fi/> Luettu 19.11.2014.

Chisako. 2014. Chisako.

<http://chisako.fi/> Luettu 9.10.2014.

Facebook. 2014. TeamGym 2014.

<https://www.facebook.com/TeamGym2014?fref=ts> Luettu 31.10.2014

Facebook. 2014. Voimisteluliitto -TeamGym.

<https://www.facebook.com/VoimisteluliittoTeamgym?fref=ts> Luettu 31.10.2014

Fliku-82 ry. 2014. Seuran lajit - Teamgym.

<http://fliku.sporttisaitti.com/seuran-lajit/teamgym/> Luettu 8.10.2014

Instagram. Voimistelu.

<http://instagram.com/voimistelu> Luettu 31.10.2014

Jyväskylän yliopiston kielikeskus. 2014. Oppimistyyliit.

<https://kielikompassi.jyu.fi/opioppimaan/oppimistyyliit.htm> Luettu 20.10.2014

Länsimetro. 2014. Rakentamisen aikataulu.

<http://www.lansimetro.fi/fi/rakentaminen/aikataulu> Luettu 31.10.2014

Olarin Voimistelijat ry. Tulosarkisto.

<http://www.olarinvoimistelijat.fi/valmennusryhmat/tulosarkisto/maailmanmestaruudet/>

Suomen Voimisteluliitto. 2014a. Akrobatiavoimistelu lajiesittely.

<http://www.voimistelu.fi/voimistelutoiminta/lajit/akrobatiavoimistelu/lajiesittely/> Luettu 5.11.2014

Suomen Voimisteluliitto. 2014b. Joukkuevoimistelu lajiesittely.

<http://www.voimistelu.fi/voimistelutoiminta/lajit/joukkuevoimistelu/lajiesittely/> Luettu 5.11.2014

Suomen Voimisteluliitto. 2014c. Kilpa-aerobic lajiesittely.

<http://www.voimistelu.fi/voimistelutoiminta/lajit/kilpa-aerobic/lajiesittely/> Luettu 5.11.2014

Suomen Voimisteluliitto. 2014d. Liitto.

<http://www.voimistelu.fi/liitto/> Luettu 5.11.2014

Suomen Voimisteluliitto. 2014e. Miesten telinevoimistelu lajiesittely.

http://www.voimistelu.fi/voimistelutoiminta/lajit/miesten_telinevoimistelu/lajiesittely/ Luettu 5.11.2014

Suomen Voimisteluliitto. 2014f. Naisten telinevoimistelu lajiesittely.

http://www.voimistelu.fi/voimistelutoiminta/lajit/naisten_telinevoimistelu/lajiesittely/ Luettu 5.11.2014

Suomen Voimisteluliitto. 2014g. Rytmisen voimistelu lajiesittely.

http://www.voimistelu.fi/voimistelutoiminta/lajit/rytmisen_voimistelu/lajiesittely/ Luettu 5.11.2014

Suomen Voimisteluliitto. 2014h. TeamGym lajiesittely.
<http://www.voimistelu.fi/voimistelutoiminta/lajit/teamgym/lajiesittely/>) Luettu 12.9.2014

Suomen Voimisteluliitto. 2014i. TeamGym historia.
<http://www.voimistelu.fi/voimistelutoiminta/lajit/teamgym/lajiesittely/historiaa/> Luettu 12.9.2014

Suomen Voimisteluliitto. 2014. Trampoliinivoimistelu lajiesittely.
<http://www.voimistelu.fi/voimistelutoiminta/lajit/trampoliinivoimistelu/lajiesittely/> Luettu 5.11.2014

Tempputemmellys Oy. 2014. Etusivu.
<http://www.tempputemmellys.fi/> Luettu 16.11.2014

TE-palvelut. 2014. Starttiraha-aloittavan yrittäjän tuki.
http://www.te-palvelut.fi/te/fi/tyonantajalle/yrittajalle/aloittavan_yrittajan_palvelut/starttiraha/index.html Luettu 17.11.2014

Työterveyslaitos. 2014. Melu.
<http://www.ttl.fi/fi/tyoymparisto/melu/sivut/default.aspx> Luettu 20.10.2014

Vilka Hanna. 2010. Toiminnallinen opinnäytetyö.
http://vilka.fi/hanna/Toiminnallinen_ont.pdf Luettu 25.10.2014

Muut lähteet

Holopainen, T. 2013. Yrityksen perustamisopas. Käytännön perustamistoimet. 22. uudistettu painos. Jyväskylä: Bookwell.

Lius-Liimatainen, A. 2014, Voimistelu vei voiton. Voimistelu-lehti 2/2014, 19.

Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritalahti, J. 2009. Kehittämistyön menetelmät Uudenlaista osaamista liiketoimintaan. 1. painos. Porvoo: WSOY.

TeamGym lajikoulutus, koulutusmateriaali 2012, 12-13. Voimisteluliitto.

Tomperi, S. 2003. Kannattavuus ja kustannusten hallinta. 4. tarkistettu painos. Helsinki: Edita Prima.

Vahtila, M. 2014, Tamperelais-voimistelijoiden evakko päättyi. Voimistelu-lehti 2/2014, 36-39.

Maiju Vinni, 2014 Suomen Voimisteluliitto, TeamGym lajivastaava Email teamgym@voimistelu.fi (< tämä tulisi henkilökohtaisena tiedonantona Tutki ja kirjoit -kirjan mukaan..)

Kuviot

- Kuvio 1. TeamGym -kilpailijoiden jakauma maakunnittain lisenssikaudella 2013-2014, 14
- Kuvio 2. TeamGym -kilpailijoiden jakauma Uudenmaan alueella, 15
- Kuvio 3. Voimistelusalin palvelut, 29
- Kuvio 4. Voimistelusalin toiminnan kannalta oleelliset asiakasryhmät, 30
- Kuvio 5. Perustettavan TeamGym-voimistelusalin kilpailijat, 32

| Taulukot

Taulukko 1.	Voimisteluliiton voimistelulajien kehitys viimeisen lisenssikauden aikana, 11
Taulukko 2.	Suomen menestyt kansainvälisissä kilpailuissa, 16
Taulukko 3.	Harrastaja- ja kilpailijamäärät voimisteluseurassa 1, 18
Taulukko 4.	Harrastaja- ja kilpailijamäärät voimisteluseurassa 2, 18
Taulukko 5.	SWOT -analyysi, 27
Taulukko 6.	Perustettavan TeamGym -voimistelusalin rahantarve, 34
Taulukko 7.	Perustettavan TeamGym -voimistelusalin rahanlähteet, 35
Taulukko 8.	TeamGym -voimistelusalin budjetti viidelle ensimmäiselle toimivuodelle, 36
Taulukko 9.	TeamGym -joukkueiden tuottamat vuokrasaamiset, 37

Liitteet

Liite 1 Kysely TeamGym -valmentajille.....	45
Liite 2 Keskeisimmät käsitteet	59
Liite 3 Kysely TeamGym lajivastaaville	61

Liite 1 Kysely TeamGym -valmentajille

Vastaaja 1, voimistellut 6 vuotta, valmentanut 4 vuotta
 Vastaaja 2, voimistellut 11 vuotta, valmentanut 4 vuotta
 Vastaaja 3, voimistellut 12 vuotta, valmentanut 11 vuotta
 Vastaaja 4, voimistellut 10 vuotta, valmentanut 10 vuotta
 Vastaaja 5, voimistellut 13 vuotta, valmentanut 3 vuotta
 Vastaaja 6, voimistelun parissa yli 25 vuotta, valmennusta yli 20 vuotta
 Vastaaja 7, voimistellut 18 vuotta, valmentanut 7 vuotta

Kooste: Kaikki TeamGym -valmentajille suunnattuun kyselyyn vastanneet ovat itse olleet voimistelijoita naisten telinevoimistelussa harraste- ja kilparyhmissä. Suurin osa vastanneista (kaikki paitsi yksi vastaajista) ovat itse myös kilpailleet TeamGymin parissa, suurin osa vähintään Suomen mestaruustasolla. Vastaajista osa on kilpaillut joukkueensa kanssa jopa kansainvälisissä kilpailuissa. Kaikilla valmentajille suunnattuun kyselyyn osallistuneista valmentajista on vähintään neljän vuoden valmentajakokemus, kaikilla kokemusta TeamGymin valmennuksesta. Suurin osa osallistuneista on valmentanut alempien kilpailuluokkien joukkueita joko nyt tai aiemmin, muutama vastanneista on valmentanut myös kansainvälisen tason joukkueita. Suurin osa vastanneista on ollut voimistelun parissa yli kymmenen vuotta, joten he ovat nähneet lajikehityksen ja harjoitteluolosuhteiden muutoksen omin silmin. Kaikki osallistuneet tulevat voimisteluseurasta, jossa TeamGym joukkueita on ollut aina vuodesta 2001 asti ja toiminta on kehittynyt jatkuvasti

1. OMA VOIMISTELUTAUSTA?

Oletko harrastanut voimistelua, mitä ja minkä ikäisenä olet aloittanut, millä tasolla olit? Harrastatko edelleen, kuinka paljon viikossa?

Vastaaja 1

Aloitin telinevoimistelun harrastesalilla 9-vuotiaana, josta jatkoin TeamGymin kilparyhmään ollessani noin 11-vuotias.

Lopetin voimistelun 15-vuotiaana. Tällöin joukkueeni kilpaili TeamGymin kilpajärjestelmän mukaan 3.luokassa ja oli juuri siirtymässä 4. luokkaan.

Vastaaja 2

Aloitin telinevoimistelun 7-vuotiaana. 10-vuotiaana vaihdoin lajia Teamgymiin ja lopetin kilpailemisen 18-vuotiaana. Tällöin joukkueeni kilpaili 4. luokassa.

Lopettamiseni jälkeen olen satunnaisesti treenannut, välillä kerran viikossa.

Vastaaja 3

Ala-asteikäisenä harrastin telinevoimistelua. Siirryin telinevoimistelun kilparyhmään yläasteikäisenä, ja jossain vaiheessa mukaan tuli oheislajina TeamGym. Siirryin kokonaan TeamGymin puolelle yläasteen loppupuolella. Lopetin TeamGymin vuonna 2006. Silloin kilpailin joukkueeni kanssa SM-tasolla.

Vastaaja 4

Olen harrastanut, en harrasta enää. Aloitin telinevoimistelun 10-vuotiaana, sitä jaksoin muutaman vuoden omavalintaisiin luokkiin saakka. Ollessani 13-15-vuotias harrastin rinnakkain telinevoimistelua ja TeamGymiä. Siirryin kokonaan TeamGymin pariin noin 15-vuotiaana. TeamGymiä harrastin maajoukkueetasolle saakka.

Vastaaja 5

Aloitin telinevoimistelun 8-vuotiaana (1996) ja TeamGym -voimistelun v.2000, kun se perustettiin seuraani. Telinevoimistelu jäi jossakin välissä pois ja jatkoin TeamGym -voimistelua. Telinevoimistelussa kilpailin silloisen luokkajärjestelmän 4lk:ssa (luokkajärjestelmä alkoi 1lk->). TeamGymissä olimme silloin SM / PM -tasolla. Ajoittain olen harjoitellut aikuisten TeamGym harrasteryhmässä. Tällä hetkellä en kuitenkaan harrasta enää.
Aloitin TeamGymin tuomaroinnin v.2008.

Vastaaja 6

Olen harrastanut telinevoimistelua, joskus ala-asteella olen aloittanut ja kilparyhmätasolla. En muista edes minkälaisia luokkia silloin oli.

Vastaaja 7

Aloitin voimistelun jo vauvana äiti-lapsijumpassa. Vauvajumpasta jatkoin voimistelua harrasteryhmässä ja niistä esikilparyhmään. Aloitin kilpailun telinevoimistelussa ollessani 6-vuotias ja jatkoin aina vuoteen 2005 asti. Telinevoimistelun ohella kilpailin myös trampoliinivoimistelussa ja seuramme TeamGym joukkueissa. TeamGymiin vaihdoin täysin vuonna 2005 ja jatkoin aina vuoteen 2010 saakka, joukkueeni kanssa kilpailimme kansainvälisellä tasolla ja edustimme Suomea maajoukkueena vuonna

2008 ja 2009. Olen edelleen harrastanut TeamGymiä kerran viikossa aikuisten harrasteryhmässä.

2. MIKÄ ON VALMENTAJAKOKEMUKSESI?

Montako vuotta olet valmentanut, minkä ikäisiä ja tasoisia voimistelijoita, mitä voimistelulajeja? Mitä valmennat tällä hetkellä?

Vastaaaja 1

Aloitin valmennuksen 15-vuotiaana harrastesalilla kaikenikäisten apuohjaajana. Siitä siirryin ohjaamaan 9-12 -vuotiaita harrastevoimistelijoita, jonka jälkeen sain oman TeamGym -kilpajoukkueen. Joukkueen voimistelijat ovat syntyneet vuosina 2000-2002. Valmennan tällä hetkellä myös telinevoimistelun kilparyhmää (B-luokka), sekä telinevoimistelun esikilparyhmää.

Vastaaaja 2

Valmensin TeamGymissä 3,5 vuotta 12 - 18 -vuotiaita voimistelijoita, jotka kilpailivat luokissa 2-4. Yhden kevään ajan olen valmentanut junioreiden SM -tasoisia voimistelijoita ja yhden kevään ajan senioreiden SM -tasoisia voimistelijoita. Viimeiset puolivuotta olen valmentanut TeamGym -harrastejoukkuetta, jossa voimistelijat ovat 7-12 -vuotiaita.

Vastaaaja 3

Olen valmentanut nyt noin 11 vuotta. Aloitin telinevoimistelun harrasteryhmissä apuvalmentajana, siirryin harrasteryhmien vastuvalmentajaksi sekä kilparyhmän apuvalmentajaksi ja myöhemmin kilparyhmän vastuvalmentajaksi.

Ryhmiä voimistelijoiden ikä ja taitotaso on vaihdellut laidasta laitaan. Yhdellä kaudella valmensin myös aikuisten TeamGym -harrasteryhmää, jonka osallistujat olivat noin 15-25-vuotiaita.

Samalla kun vaihdoin itse lajia telinevoimistelusta TeamGymiin niin siirryin myös valmennuspuolella TeamGym -valmentajaksi.

Tällä hetkellä valmennan TeamGymin 4/5luokan tyttöjen kilpajoukkuetta. Tytöt ovat noin 15-18-vuotiaita. Valmennustiimiimme kuuluu lisäksi kaksi muuta lajivalmentajaa.

Vastaja 4

Olen valmentanut 10-vuotta lapsia, nuoria ja nuoria aikuisia harraste- ja kilpatasolla niin telinevoimistelussa kuin TeamGymissä.

Tällä hetkellä valmennan TeamGymin 15-19-vuotiaiden nuorten kilparyhmää sekä Telinevoimistelussa 7-10-vuotiaiden lasten tavoitteellista kilparyhmää. Lisäksi ohjaan lasten harrasteryhmiä.

Vastaja 5

Olen valmentanut vuodesta 2011 lähtien. Valmennan TeamGymin 2lk:n joukkuetta, jossa voimistelijat ovat vuosina 2000-2002 syntyneitä tyttöjä.

Vastaja 6

Olen valmentanut yli 20 vuotta. Telinevoimistelua olen valmentanut 1-vuotiaista aikuisiin, harraste- esikilpa- ja kilparyhmiä B-maajoukkuetasoon asti. TeamGymiä ehkä 12-vuotiaista voimisteliijoista aikuisiin, harraste- ja kilparyhmiä maajoukkuetasoon asti. Tällä hetkellä valmennan telinevoimistelun harraste- ja kilparyhmiä.

Vastaja 7

Olen aloittanut valmennuksen vuonna 2007 ollessani 15-vuotias. Tällöin valmensin eri-ikäisten telinevoimistelun harrasteryhmiä. Siirryin tyttöjen telinevoimistelun esikilparyhmän valmentajaksi vuonna 2008 ja valmennettavani olivat tällöin noin 8-vuotiaita. Ryhmäni kanssa vaihdoin lajia telinevoimistelusta TeamGymiin vuonna 2009 ja siitä eteenpäin olen valmentanut TeamGymiä, tällä hetkellä valmennan 8-11 -vuotiaiden kilpajoukkuetta. Joukkueemme kanssa meillä on tavoitteena kilpailla kansainvälisellä tasolla junioreissa vuosina 2018-2020.

3. KOETKO, ETTÄ NYKYISET HARJOITTELUOLOSUHTEET EIVÄT VASTAA KILPAILEVIEN JOUKKUEIDEN (TEAMGYM) VAATIMUKSIA?

Miksi/miksi et? Onko nykyisissä harjoittelupaikoissa tarpeeksi tilaa ja rauhaa, onko harjoittelu turvallista?

Vastaaja 1

Mielestäni Helsinkiin olisi hyvä saada oma TeamGym -voimistelusalit, sillä voimistelusalien vuorot ovat pääasiassa telinevoimistelijoille. Liikuntamyly on kuitenkin toiminut hyvänä paikkana TeamGym treeneille, mutta sieltä esim. alempien luokkien joukkueiden on vaikeampi saada vuoroja. Tällöin alempien luokkien joukkueet eivät pääse käyttämään kilpatelineitä tarpeeksi usein.

Vastaaja 2

Kisajoukkueet pääsevät harjoittelemaan liikuntamylyyn, jossa on oikeat kiselatelineet. Monella joukkueella treenit kuitenkin sijoittuvat viikonlopulle, koska viikolla siellä ei ole tilaa. Viikolla on paljon muistakin seuroista voimistelijoita ja salit on aivan liian täynnä. Ei pysty esimerkiksi tekemään sivupisteitä kunnolla, koska salissa ei ole tilaa niille. Ympäriällä on aina pikkulapsia, jotka juoksevat suoritusten tielle.

Harrastejoukkueet ja nuoremmat kisajoukkueet treenaavat myös Vuosaarella. Siellä on oma rauha, mutta telineet eivät vastaa kiselatelineitä ja on raskasta aina treenien alussa ja lopussa siirtää telineet varastosta paikoilleen ja takaisin. Liikuntamylyssä telineet ovat kiinteät eikä niiden pystyttämiseen tarvitse varata aikaa.

Vastaaja 3

Harjoittelemme eri saleilla, joissa olosuhteet ovat keskenään hyvin erilaisia. Myös harjoitusajankohdalla ja -päivällä on suuri merkitys olosuhteisiin.

Suurimmat hankaluudet ovat mielestäni Liikuntamylyssä harjoittellessa. Aamuisin ja myöhään iltaisin salissa mahtuu harjoittelemaan hyvin, mutta esimerkiksi arki-iltaisin harjoitteluympäristö ei ole todellakaan rauhallinen eikä turvallinen.

Salin telinevarustelu on mielestäni hyvä (välineitä on itse asiassa käytössä olevaan säilytystilaan nähden vähän liikaakin), mutta salissa harjoittelee liikaa ryhmiä samanaikaisesti. Ryhmien tasoerot ovat suuria: samaan aikaan harjoittelemassa

saattaa olla kansainvälisen tason urheilijoita ja pienien lasten harrasteryhmiä tai esim. parkour -ryhmiä. Urheilijoiden keskittyminen herpaantuu jatkuvasti, kun heidän pitää huolehtia siitä ettei joku juokse heidän alleen kilpailusuoritusta tehdessä. Myös melutaso on kova.

Koska sali on buukattu niin täyteen, on myös telinevuorot jaettu todella tarkasti. Vuoroja on pakko noudattaa yhtä tarkasti, sillä oman vuoron jälkeen seuraava ryhmä tulee heti omalle vuorolleen. Järjestely toimii periaatteessa hyvin, mutta ideaalitalanne olisi se että vuoroista voitaisiin hieman joustaa eri ryhmien tarpeiden mukaan.

Jos esimerkiksi maajoukkueurheilijalla on jonain päivänä isompi tarve tehdä vaikkapa voltitratasuorituksia hieman pidempään, niin on sääli ettei siihen ole mahdollisuutta kun on pakko antaa tilaa vuorolistassa seuraavana olevalla harrasteryhmälle (joka voisi hyvin esim. lämmitellä muuallakin kuin kilpatelineellä, mutta tilaa ei ole mennä mihinkään muualle kuin sille telineelle jolle vuoro on saatu).

Vastaja 4

Tärkeimmän harjoittelupaikan (Liikuntamyly) olosuhteet vastaavat melko hyvin tarpeita, mutta salin käyttöaste tekee salista vaarallisen ja loukkaantumisherkan ympäristön harjoitella - kaikille ikäryhmille kaikissa eri lajeissa.

Vastaja 5

Harjoitteluolosuhteet eivät mielestäni vastaa tarvetta. TeamGym on kasvava kilpalaji ja joukkueita tulee joka seuraan jatkuvasti lisää. Harjoittelupaikat ovat hyvin vähäiset ja ylemmässä luokassa kilpaileville joukkueille harjoittelupaikkoja on vielä vähemmän. Kaikki harjoittelupaikat tulee vielä jakaa muiden seurojen ja lajien kanssa, joten tilaa on hyvin vähän. Jotta lajista ja harjoituksista saisi kunnolla kaiken irti, tilaa ja aikaa telineillä tulisi olla enemmän.

Harjoituspaikat ovat yleensä ihan täyteen ahdettuja ja samaan aikaan harjoittelee hyvin eri-ikäistä porukkaa. Jatkuvasti tulee ”läheltä piti” tilanteita, kun pienemmän juoksevat isompien alle. Nuoremmat voimistelijat eivät myöskään kykene keskittymään omaan harjoitteluun niin hyvin, kun ympärillä on niin paljon muuta seurattavaa.

Vastaja 6

Itselläni on kokemusta vain liikuntamylystä ja kisaHallista, mutta se on vuosien takaa. KisaHallissa ei pysty harjoittelemaan TeamGymiä, koska siellä ei ole lajille oikeita telineitä. Ainoa kaupungin tila harjoitteluun on siis liikuntamyly. Siellä on tarvittavat telineet maajoukkue-tason harjoitteluun. Vuorojen saaminen on kuitenkin vaikeaa, koska noin 12 vuotta sitten, kun toiminta siellä on aloitettu, on telineaajat jaettu puoliksi naisten telinevoimistelun ja miesten telinevoimistelun kanssa. Nykyisin harrastemäärät ja kilparyhmien määrät ovat täysin erilaiset ja mukaan on tullut myös trampoliinivoimistelu sekä TeamGym, joka on tasoltaan samanarvoinen. Kuitenkin sille jaetaan vuorot ntv:n osasta, vaikka mtv on näistä lajeista harrastemäärältään pienin. Tämä vuorojako tulisi käsitellä uudestaan ja saattaa nykyhetken tasalle.

Toinen ongelma on ns. prime time vuorot, eli klo 16-20 välillä olevat harjoitteluvuorot. Tällöin kilpatelineet tulisi olla varattu vain kilparyhmille, jotta ne voivat harjoitella tasoon nähden riittävän suunnitelmallisesti, tavoitteellisesti ja turvallisesti. Tällä hetkellä tämä ei toteudu koska telineillä on samaan aikaan alle kouluikäisiä ja täysin harrastevoimistelijoihin. Näille ryhmille olisi tarjolla muita tälle tasolle paremmin soveltuvia harjoituspaikkoja, kuten liikuntamylyn lähiötila, Vuosaaren urheilutalo ja koulut ym. Liikuntamylyn kilpatelineet eivät ole paras harjoittelupaikka näille ryhmille tuohon aikaan vaan aiheuttavat vaaratilanteita myös heille. Liikuntamylyn telinesalissa on yksinkertaisesti liikaa ryhmiä kerrallaan jotta kukaan pystyisi harjoittelemaan siellä turvallisesti, tehokkaasti tai mielekkäästi.

Vastaja 7

Kyllä. Harrasteryhmät vievät tilaa ja aikaa niistä tiloista, joissa kilpailevat joukkueet voisivat harjoitella oikeilla kilpailualueilla. Koska salissa on samaan aikaan harrastelijoita ja kansainvälisen tason kilpailijoita useista eri lajeista, on harjoitteluympäristö suoraan sanottuna vaarallinen väenpaljouden ja tasoerojen vuoksi. Näiden seikkojen lisäksi esimerkiksi oma kilpatason joukkueeni ei saa harjoitusvuoroja Liikuntamylystä kun siellä ei ole ollenkaan vapaita vuoroja. Samalla kun oma joukkueeni ei pääse harjoittelemaan oikeille kilpailutelineille useammin kuin kerran viikossa, pääsevät harrasteryhmät harjoittelemaan parhaimmillaan kaksi kertaa viikossa kilpailutelineille joita he eivät todellisuudessa edes tarvitse kun eivät käy kilpailuissa. Mielestäni tämä on kohtuutonta. Koska joukkueellani on harjoitukset ainoastaan sunnuntaisin Liikuntamylyssä, jää heiltä usein näitä viikon tärkeimpiä harjoituksia väliin sillä esimerkiksi telinevoimistelijat pitävät usein kilpailuita Liikuntamylyssä sunnuntaisin. Nyt syyskauden kilpailuiden välissä (4vk kilpailuiden välissä) voimistelijani pääsevät oikeille kilpailutelineilleen ainoastaan kaksi kertaa,

nimenomaan sen takia, että emme pääse omalle harjoitusvuorollemme muiden lajien kilpailuiden takia.

Liikuntamylyssä harjoitusvuorot jaetaan tason mukaan, jolloin menestyneimmät pääsevät valitsemaan harjoitusvuorot ensin, kuitenkin heidän kanssa samaan aikaan saattaa harjoitella myös harrasteryhmiä ja harrastevoimistelijat harmillisien usein juoksevatkin kilpailevien joukkueiden eteen. Kaikki kärsivät nykyisten tilojen ahtaudesta ja ruuhkasta eikä voimistelulajit pääse tällä hetkellä kasvamaan tilanpuutteen vuoksi. Pahin vaaratilanne, joka tapahtui muutama viikko sitten oman voimistelijani kohdalla oli se kun voimistelijani ponnisti volttiin, oli jo ilmassa tekemässä volttia ja harrasteryhmän kilpailija juoksi suoraan oman voimistelijani alta leikkiessään hippaa. Jos harrastevoimistelija olisi juossut maton päältä yhtään aikaisemmin tai myöhemmin, olisi jompikumpi voimistelijoista voinut loukkaantua erittäin vakavasti.

4. KOETKO, ETTÄ UUDEN VOIMISTELUHALLIN AVAAMINEN HELSINKIIN TOISI PARANNUSTA HARJOITTELUOLOSUHTEISIIN?

Miksi/miksi et? Millä tavalla?

Vastaaja 1

Uskon että se parantaisi monen joukkueen tilannetta ja antaisi enemmän mahdollisuuksia harjoitteluiden parantamiseen. Kaikilla olisi käytössä asianmukaiset telineet ja tilaa olisi riittävästi.

Vastaaja 2

Kyllä, koska siellä olisi enemmän tilaa ja rauhaa. Toiveet treeniaikojen suhteen toteutuisivat paremmin, koska siellä ei olisi niin monta seuraa, kuin liikuntamylyssä. Jos se olisi pelkästään seuramme sali, sinne voisi hankkia kaikki tarvittavat välineet ja telineet oman seuran käyttöön ilman pelkoa, että ne hajoaisivat. Jos se olisi pelkästään TeamGym lajille tarkoitettu sali, siellä olisi ainoastaan TeamGym telineitä ja tällöin myös enemmän tilaa.

Vastaaja 3

Kyllä, varmasti.

Toivoisin kuitenkin että uuden salin vuoroja jaettaessa tehtäisiin jonkinlainen päätös siitä, minkä tasoisia ja minkä lajin ryhmiä salilla harjoittelisi.

Esimerkiksi Liikuntamylyssä on mielestäni tällä hetkellä liian paljon erilaista toimintaa. Tilannetta helpottaisi huomattavasti jo sekin, että harjoitusvuoroja myönnettäisiin esim. pelkästään kilpavoimistelijoille, ja harrasteryhmät siirtyisivät harjoittelemaan esim. kouluille tai nuorisotaloille, joiden varustelut riittäisivät heidän tarpeisiinsa.

Vastaja 4

Uudelle voimisteluhallille olisi todellinen tarve Helsingissä. Uudet tilat mahdollistaisivat lajin ripottelun eri harjoituspaikkoihin, ja toisi näin ollen huomattavasti enemmän turvallisuutta harjoitteluun. Nykyiset tilat ovat selkeä este ja hidaste lajien kehittymiselle ja kansainvälisen tason saavuttamiselle. Tilanne tällaisenaan on hyvin verrattavissa siihen, että samalle jäälle samaan kaukaloon laitettaisiin yksin luistelijat, muodostelma luistelijat ja muutama jääkiekko joukkue. Näin ei kuitenkaan jäälaeissa pääse koskaan tapahtumaan. Miksi voimistelussa?

Vastaja 5

Kyllä. Nykyisiä/nykyistä harjoittelupaikkaa pystyttäisiin rauhoittamaan sekä harjoitteluajoja pystyttäisiin varmasti jakamaan paremmin seuroille, jos osa nykyisistä ryhmistä/joukkueista pystyisivät harjoittelemaan toisella salilla.

Seurat pystyisivät paremmin perustamaan uusia ryhmiä/joukkueita, sillä halukkaita voimistelun pariin varmasti löytyy.

Vastaja 6

Toisi ehdottomasti. Paras vaihtoehto olisi että tila olisi kaupungin jotta kaikilla seuroilla ja ryhmillä olisi samanlaiset mahdollisuudet päästä sinne harjoittelemaan. Se olisi nyky muodossaan myös seuroille maksutonta. Jotta siitä saataisiin paras hyöty, sen tulisi olla nykyisistä poikkeava, ja suunnattu vain jollekin kohderyhmälle eikä kaikille. Paras vaihtoehto olisi saada oma harjoittelutila harrastevoimistelulle. Tällöin sinne saataisiin juuri siihen suunniteltu telineistö ja välineistö, jota liikuntamylystä tai kisahallista ei löydy, koska ne ovat varustettu kilpavoimisteluun. Tämä purkaisi nykyistä ylikuormitusta liikuntamylystä ja kaiken tasoiset ryhmät saisivat oikeanlaiset

harjoitusolosuhteet ympäristön, turvallisuuden, mielekkyyden ja harjoittelurahan suhteen.

Tässä taloustilanteessa se ei kuitenkaan ole realistinen vaihtoehto. Mikäli uusi sali perustettaisiin yksityisellä pohjalla, sinne voivat siirtyä ne joilla on siihen taloudellisesti varaa, mutta kaikilla seuroilla ei ole varaa, tai halua, kun nyt voi tehdä saman kustannuksetta kaupungin tiloissa. Esim. Liikuntamyllyn tilannetta se tuskin helpottaisi. Yksittäisille seuroille tai ryhmille se tuo mahdollisuuden harjoitella suunnitelmallisesti, tavoitteellisesti, mielekkäästi ja turvallisesti. Mutta onko se sen arvoista taloudellisesti? Vähentääkö tämä harrastajamääriä, koska entistä harvemmallä on mahdollista osallistua ko. toimintaan? Asettaako tämä harrastajia eriarvoiseen asemaan verrattuna toisiinsa, sekä myös seuran sisällä, koska kaikilla ei kuitenkaan ole mahdollisuutta harjoitella uudessa salissa. Riittääkö seuralla resursseja tarjota toimintaa kaikille, sekä harrastelijoille, että kilpailijoille lajista riippumatta, paremmassa ja huonommassa salissa, sopivalla hinnalla.

Jos toimintaa siirretään nykyisistä paikoista kalliimpiin harjoituspaikkoihin, jotka myös maksavat enemmän, on erittäin mahdollista, että jäsenet vaihtavat toiseen seuraan jossa harjoittelu aiemmilla paikoilla ja hinnoilla on mahdollista. Kaikki eivät halua maksaa laadusta, etenkin kun nytkin harjoittelu toimii kohtuullisen hyvin monen ryhmän tarpeisiin tähden.

Vastaaaja 7

Ehdottomasti. Tällöin seurat voisivat jakautua eri halleihin ja ruuhka-aikoina paine nykyisissä harjoitteluolosuhteissa helpottuisi. Osa seuroista maksaa jo joistakin tiloista ja kyllä maksullisia harjoittelutiloja käytetään. Tämä toki vaikuttaa myös harjoitusmaksujen korotuksiin, mutta tällä hetkellä myös varainhankinta on useiden ryhmien osalta mitätöntä. Jos itselläni olisi lapsi, joka harjoittelee tavoitteellisessa ryhmässä, haluaisin maksaa nimenomaan laadukkaista harjoituksista joissa lapseni kehittyä mahdollisuuksien mukaan enkä siitä, että puolet lapsen harjoittelua ajasta menee hukkaan varoessa muita salissa olevia. Valmentajana en suostu siirtämään joukkueeni harjoituksia liikuntamyllyn arki-iltoihin. Sali on liian vaarallinen harjoittelu-ympäristö, eivätkä harjoituksista saa tarpeeksi tehokkaita kilpailevalle joukkueelle tilanpuutteen vuoksi.

Esimerkki seurasta x. perjantaisin kilpajoukkueet harjoittelevat maksullisella vuorolla, tämä on kuitenkin luultavasti edullisempi kuin mahdollisen uuden harjoittelusalin kustannukset. Seura voisi perjantain harjoitusvuorolleen perustaa

uusista harrasteryhmiä ja siirtää kilpailevat joukkueet uuteen voimistelusaliiin. Tällöin uusista harrasteryhmistä saataisiin lisätuottoa kattamaan kalliimpien vuokrien kuluja eikä kilpajoukkueiden harjoitusmaksuja näin ollen tarvitsisi välttämättä nostaa kovinkaan paljon. Seuran harrasteryhmiin on jonoja, eivätkä he pääse ryhmiin kun ei ole tilaa. Mikäli perjantain vuorot saataisiin uusien harrasteryhmien käyttöön, voisi seura kasvattaa toimintaansa huomattavasti. Tällöin kilpailevat joukkueet ja harrasteryhmät pääsisivät oikeaan harjoittelu-ympäristöön ja toiminnasta saataisiin tehokkaampaa. Näin ollen myös lajien toimintaa voitaisiin kasvattaa. Toivoisin, että tämä ajattelutapa osattaisiin huomioida myös muissa Helsingin voimisteluseuroissa, jotta harrasteryhmät eivät veisi tilaa kilpailevilta voimistelijoilta.

5. MIKÄLI HELSINKIIN AVATTAISIIN UUSI VOIMISTELUHALLI, MITÄ TOIVOISIT SILTÄ VALMENTAJANA?

Voit antaa oman mielipiteesi myös voimistelijan näkökulmasta, mikäli itse vielä harjoittelet tai olet juuri lopettanut. Haluaisitko esimerkiksi, että salin telineet painottuisivat tiettyyn/tiettyihin lajeihin? Erillisiä oheisharjoittelutiloja? Voit luetella kaiken, mitä haluaisit tai et haluaisi uudelta salilta.

Vastaja 1

Toivoisin TeamGymille omaa salia, jossa olisi hyvät kiselatelineet, joita voisi mahdollisuuksien mukaan olla muutamat kappaleet jokaista. Hallissa voisi olla erikseen myös peilisali vapaaohjelman harjoittelua varten, sekä esim. pieni tila voimaharjoituksille.

Vastaja 2

Molemmat edellä mainituista vaihtoehdoista olisivat hyviä saleja. Oman seuran salissa olisi kaikki telineet, mutta kompromisseja olisi helpompi tehdä oman seuran sisäisesti esim. telinevuoroissa. Niitä voisi vaihdella joukkueiden kesken. Hankinnat olisivat kalliita, mutta omalle seuralle mieleiset. Siellä olisi tuttu ja turvallinen ”henki”. TeamGym -voimistelusalissa olisi ainoastaan omat telineet ja tarvikkeet. Toki niitä pitäisi vuorotella muiden seurojen kanssa, mutta tällöin muiden lajien telineet ja tarvikkeet olisivat pois tieltä ja sinne voisi tehdä hankintoja liittyen ainoastaan TeamGymiin. Erillisiä oheisharjoittelutiloja voisivat olla esim. kuntosali, juoksurata tai uimahalli.

Vastaja 3

Siirtyisin itse henkilökohtaisesti mielelläni valmentamaan sellaiselle salille, jonka harjoittelu painottuisi TeamGymiin (eli valmentamaani lajiin). Lajin sisäinen yhteistyö toimii todella hyvin, ja lajin sisällä vuorojenkin kanssa pystytään mielestäni joustamaan nykyisissäkin olosuhteissa paremmin kuin lajirajojen ulkopuolella.

Unelmasalini sisältäisi:

- TeamGym'n kilpatelineet (kiinteä volttirata, vapaaohjelma-alue ja trampetti)
- pehmustetun lämmittelyalueen
- kiinteän fast trackin
- upotetun ison kilpatrampoliinin (tai jopa kaksi)
- välineitä oheisharjoittelua varten (mattoja, patjoja, palikoita, käsipainoja, kuminauhoja, jumppapalloja, puolapuut, kuntopyörä..)
- volttimonttu -alastulomahdollisuuden sekä volttiradalta, trampetilta että isolta trampoliinilta
- tanssisalin, jossa peiliseinä
- kiinteä äänentoistolaitteisto
- pukuhuoneet
- säilytysmahdollisuus seuran tavaroille

Paras volttimonttu on mielestäni esimerkiksi Ollerupin voimistelukeskuksessa käytössä oleva ”mattomonttu”, jossa on moottorijärjestelmä, eli sitä voidaan helposti nostaa ja laskea automaattisesti.

Olisi upeaa, jos toisen ison trampoliinin päälle saataisiin myös volttivyö.

Vastaja 4

Helsingissä tulisi ehdottomasti olla erilliset harjoitustilat eri lajeille. Esimerkiksi TeamGymissä ja Telinevoimistelussa ei ole yhtäkään samaa telinettä, jompikumpi tai pahimmassa tapauksessa molemmat lajit joutuu kärsimään samojen telineiden käytöstä koska tilat eivät mahdollista oikeita telineitä molemmille lajeille. Toisella on aina väärät. Erilliset harjoituspaikat toisivat myös huomattavasti lisää turvallisuutta, koska lajien vaatimukset ja harjoituskulttuuri on hyvin erilainen.

TeamGym -voimistelusalin perustamisen näen melko yksinkertaisena. Eikä yksittäisenkään seuran omien ryhmien harjoitusolosuhteiden parantaminen ole kamalan suuri investointi, jos tarvittavat harjoitusvuorot ja säilytystilat on olemassa.

Itse en vaadi valmentajana olosuhteelta kauheasti, riittää että tila on turvallinen josta löytyy peruselementit tarvittavalle harjoittelulle. Loppu on omista taidoista ja ajatuksen käytöstä kiinni.

Tämän hetkistä tilannetta saisi huomattavasti jo helpotettua, jos yksittäiset seurat joko yksin tai yhdessä panostaisivat muutamien telineiden ja mattojen hankintaan. Tällä hankinnalla voisimme siirtää harjoitukset pois Liikuntamyllystä edes muutamana iltana viikossa. Tämä toisi helpotusta varmasti kaikille tilan käyttäjille.

Esimerkkinä seura jolta löytyisi jo perus voimisteluvälineistö ja ilmamatto, voisi seuraavilla hankinnoilla päästä yllä mainittuun lopputulokseen:

1x monttumatto (paksu pehmeä alastulomatto)
 1 x trampetti
 7x Kanveesirulla matto (2x14m)
 1-2 x erikoisharjoitteluväline, esimerkiksi Flikki-rulla tai pukki-palikka

Vastaja 5

Toivoisin näin TeamGym -valmentajana, että sali tulisi ainoastaan TeamGym harrastajien/joukkueiden käyttöön. Tämän hetkiset salit ovat suunniteltu enemmän telinevoimistelun tarpeisiin. Joukkuelajina vielä TeamGym vie paljon tilaa ja on tärkeitä, että telineet ovat oikeat/sääntöjen mukaiset.

TeamGym on myös kasvava laji, jonka harrastajamäärä nousee huimaa vauhtia lähi vuosien aikana.

Toivoisin saliilta/hallilta tilavuutta, ettei jokainen teline olisi ihan kiinni toisissaan, vaan harjoittelu tilaa ja mahdollisille sivupisteille /harjoittelupisteille olisi hyvin tilaa.

Toiseksi toivoisin, että irtotelineille tai -välineille (mm. ponnistuslaudat, matot, trampetit ja hyppyarkut) olisi ajateltu oma tilava tila, jossa ne olisivat siististi jokaisen käyttävissä ja, että niitä olisi tarpeeksi.

Tärkeimpänä vielä, hallin/salin tulisi olla turvallinen kaiken ikäisille ja tasoisille voimistelijoille.

Vastaja 6

Tähän taisin oikeastaan vastata jo edellisessä kohdassa. Mikäli tällainen uusi halli perustettaisiin, pitäisi todella tarkkaan miettiä sen kohderyhmää. Eli ketä se parhaiten palvelisi, mitä lajeja ja harrastajatasoa, ottaen huomioon nykyiset

harjoituspaikat ja -mahdollisuudet. Ja tietenkin rahoituksen ja tuottavuuden kannalta, paljonko perustamiskustannukset ovat esim. verrattuna harraste/kilpa tai eri lajit. Oikeanlaisen yhdistelmän löytäminen noiden tekijöiden pohjalta vaatii erittäin perusteelliset selvittelyt ja pohdinnat. Huonoin vaihtoehto olisi se ettei sitä olisi kohdennettu mihinkään tiettyyn, vaan olisi suunnattu vähän kaikkeen. Eli ehkä teoriassa taloudellisesti tuottavin, mutta käytännössä ei eroaisi liikuntamylystä muulla kuin kalleudellaan.

Vastaja 7

Toivoisin, että sali olisi yksityisomistuksessa ja sen varustelun pääpaino olisi TeamGymissä. Yksityisomistuksessa siksi, että tällöin salin omistaja voi järjestää harjoitteluvuorot seuroille mielestäni reilummin kuin miten ne tällä hetkellä jaetaan Liikuntamylyssä. Liikuntamylyssä ja Kisahallissa (tärkeimmät hallit Helsingissä) varustelu on painotettu naisten ja miesten telinevoimisteluun ja siksi mielestäni tarvittaisiin harjoittelutila TeamGymin joukkueille. TeamGymissä on myös älyttömän hyvä yhteishenki ja koen, että laji saataisiin uudella harjoittelusalilla entistä tunnetummaksi ja suosittumaksi Helsingissä. Joukkueet voisivat helpommin harjoitella yhdessä ja eri joukkueiden voimistelijat voisivat helpommin siirtyä tasonsa mukaan toiseen joukkueeseen mikäli he tunsivat toisensa jo harjoittelusalilta. Toivoisin, että salissa olisi trampoliinirata, ilmarata, vlttirata, säädettävä mattomonttu, upotettu iso trampoliini, vapaaohjelma-alue (mahdollisesti peilit yhdellä seinällä) sekä voima/lämmittelyalue erikseen kilpatelineiltä. Lisäksi suihkullinen pukuhuone, mutta mielestäni suihkut eivät ole pakolliset.

Liite 2 Keskeisimmät käsitteet

TeamGym (TG)

TeamGym on Euroopan Voimisteluliiton (UEG) alainen upea joukkuelaji, joka koostuu näyttävästä vapaaohjelmasta ja lennokkaista voltitirata- ja trampettisuorituksista. Monista muusta voimistelulajista poiketen TeamGymissä kilpaillaan naisten ja miesten sarjojen lisäksi myös sekajoukkueina. TeamGym on joukkuelaji. (Suomen Voimisteluliitto. 2014. TeamGym lajiesittely)

Suomen Voimisteluliitto

Tarjoaa voimistelutoimintaa valtakunnallisesti ja kuudella alueella: Etelä-Suomi, Länsi-Suomi, Pohjanmaa, Pohjois-Suomi, Savo-Karjala ja Sydän-Suomi. Kilpailulajeina akrobatiavoimistelu, joukkuevoimistelu, kilpa-aerobic, miesten telinevoimistelu, naisten telinevoimistelu, TeamGym, rytminen voimistelu, trampoliinivoimistelu. (Suomen Voimisteluliitto. 2014. Liitto)

Kilpailulisenssi/lisenssi

Kilpailulisenssi on kunkin voimistelijan kilpailuoikeus. Ilman Voimisteluliitolta ostettua kilpailulisenssiä voimistelija ei saa osallistua kilpailuihin.

Lisenssikausi

Yksi lisenssikausi tarkoittaa yhtä kilpailukautta. TeamGymissä lisenssi on voimassa aina syyskauden ja seuraavan vuoden kevätkauden kilpailuissa. Kunakin syksynä jokaisen voimistelijan tulee näin ollen ostaa uusi kilpailulisenssi, sillä syksyisin alkaa aina uusi lisenssikausi.

Joukkuevoimistelu (JV)

Voimisteluliiton lajeista suurin. Joukkuevoimistelun kilpailuohjelma on liikkeiden ja musiikin muodostama taiteellinen ja urheilullinen kokonaisuus. TeamGymiin tapaan joukkuevoimistelu on nimensä mukaan joukkuelaji. (Suomen Voimisteluliitto. 2014. Joukkuevoimistelu lajiesittely)

Naisten telinevoimistelu (NTV)

Naisten telinevoimistelu on kansainvälisen voimisteluliiton (FIG) virallinen kilpaurheilulaji. Kilpailusuorituksen loppupistemäärä muodostuu suoritettujen liikesarjan vaikeudesta ja suorituspuhtaudesta. Kullakin telineellä on omat erityisvaatimuksensa, joiden mukaan kilpailusuoritus rakennetaan. Telinevoimistelu on yksilölaji. (Suomen Voimisteluliitto. 2014. Naisten telinevoimistelu lajiesittely)

Rytminen voimistelu (RV)

Rytminen voimistelu on urheilumuoto, jossa musiikki, voimistelijan liike ja väline muodostavat harmonisen kokonaisuuden. Rytmisen voimistelun sanotaan olevan maailman kaunein urheilulaji. (Suomen Voimisteluliitto. 2014. Rytminen voimistelu lajiesittely)

Kilpa-aerobic (KA)

Kilpa-aerobic kehittää fyysistä voimaa, notkeutta, koordinaatiota sekä ääriarjoille ulottuvaa aerobista kestävyyttä yhdessä suorituksessa. Aerobic on kiinnostavaa ja esteettisesti miellyttävää katsottavaa. (Suomen Voimisteluliitto. 2014. Kilpa-aerobic lajiesittely)

Miesten telinevoimistelu (MTV)

Miesten telinevoimistelu on monipuolinen pitkän historian omaava urheilulaji ja nykyaikaisten olympialaisten laji vuodesta 1896 lähtien. Laji kehittää ja vaatii urheilijalta huipputasolla voimaa, liikkuvuutta, kestävyyttä, notkeutta, kehonhallintaa ja koordinaatiota. Miesten telinevoimistelu on yksilölaji. (Suomen Voimisteluliitto. 2014. Miesten telinevoimistelu lajiesittely)

Trampoliinivoimistelu (TRA)

Trampoliinivoimistelussa tehdään erilaisia eteenpäin ja taaksepäin pyöriviä liikkeitä ponnistaen trampoliinilta mahdollisimman korkealle. Maailman huiput hyppäävät kahdeksan metrin korkeuteen ja suorittavat kymmenen liikkeen sarjaan useita kolmoisvoltteja, jonka jälkeen jatkavat kierteisillä kaksoisvolteilla. (Suomen Voimisteluliitto. 2014. Trampoliinivoimistelu lajiesittely)

Akrobatiavoimistelu (AKRO)

Akrobatiavoimistelu on näyttävä laji, joka koostuu erilaisista nostoista, heitoista, kiinniotoista ja yksilöliikkeistä. Voimistelijalta vaaditaan taidokasta voiman käyttöä, erinomaista liikkuvuutta, ketteryyttä sekä hyvää tasapaino- ja koordinaatiokykyä. (Suomen Voimisteluliitto. 2014. Akrobatiavoimistelu lajiesittely)

Voimisteluteline

Teline, jonka päällä tai avulla voimisteluliikkeet voidaan suorittaa. Kullakin lajilla on omat voimistelutelineensä tai -välineensä. TeamGymissä voimistelutelineitä ovat trampetti, hyppyarkku, kanveesi (vapaaohjelma-alue) sekä volttirata.

Liite 3 Kysely TeamGym lajivastaaville

Voimisteluseura 1

Onko seurassanne TeamGym toimintaa tällä hetkellä?

Kyllä kilpa- ja harrastepuolella.

TeamGym –voimistelijat seurassanne kuluneen viiden lisenssikauden aikana?

Lisenssikausi	2009-2010	2010-2011	2011-2012	2012-2013	2013-2014
Harrastajat	10	7	24	20	21
Kilpailijat	18	18	28	36	54

Missä TeamGym joukkueene harjoittelevat, kuinka monta kertaa viikossa?

Tuulimäen kalliosuojassa.

Joukkue 1, 4 x vk

Joukkue 2, 3 x vk

Joukkue 3, 3 x vk

Joukkue 4, 3 x vk

Onko seuranne joukkueista joku/jotkut aloittamassa kilpailun 2014-2015 lisenssikaudella?

Kuinka monta urheilijaa näissä joukkueissa on?

Tällä kaudella aloittaa keväällä kisaamisen Epic-joukkue, jossa 12 voimistelijaa.

Voimisteluseura 2

Onko seurassanne TeamGym toimintaa tällä hetkellä?

Kyllä kilpa- ja harrastepuolella.

TeamGym –voimistelijat seurassanne kuluneen viiden lisenssikauden aikana?

Lisenssikausi	2009-2010	2010-2011	2011-2012	2012-2013	2013-2014
Harrastajat	0	19	25	0	7
Kilpailijat	44	35	51	54	68

Missä TeamGym joukkueene harjoittelevat, kuinka monta kertaa viikossa?

Liikuntamylyssä, Salmisaarella, Vuosaaren Urheilutalolla, Kallahdessa

Joukkue 1, 5 x vk

Joukkue 2, 4 x vk

Joukkue 3, 4 x vk

Joukkue 4, 3 x vk

Joukkue 5, 2 x vk (harraste)

Onko seuranne joukkueista joku/jotkut aloittamassa kilpailun 2014-2015 lisenssikaudella?

Kuinka monta urheilijaa näissä joukkueissa on?

Keväällä 2015 tai syksyllä 2015 harrastejoukkue aloittaa kilpailun, tällä hetkellä 12 voimistelijaa.