

Lisensoidun CrossFit–salin perustamisen vaiheet





Lukijalle!

Tämä opas on tarkoitettu sinulle, joka suunnittelet tai haaveilet CrossFit-salin perustamisesta. Olemme koonneet tähän oppaaseen perustamiseen vaadittavat vaiheet sekä asioita, joita perustaessa tulee huomioda. Lisäksi keräsimme CrossFit-salien yrittäjiltä kokemuksia, neuvoja sekä ajatuksia prosessin eri vaiheista. Oppaasta selviää muun muassa millaiset asiat ovat olleet haastavia yrittäjän näkökulmasta ja minkä verran prosessin eri vaiheisiin on kulunut aikaa.

Toivottavasti oppaan luettuasi sinulla on käsitys siitä, mitä CrossFit-salin perustamiseen vaaditaan. Tavoitteemme on selkeyttää eri vaiheita ja innostaa haaveiden toteuttamisessa.

Ella Kolu ja Nina Leivo
Haaga-Helian liikunnanohjaaja opiskelijat

Vaiheet lisensoidun CrossFit-salin perustamiseen.



Onnittelut!

Olet virallinen CrossFit-kumppani.

Kumppanuussopimus ja maksut

Allekirjoita vuosittainen lisenssisopimus sähköisesti ja määritä maksuerät.

Vakuutus

Yhdystvaltaisten hakijoiden on toimitettava todisteet vakuutuksesta. Vakuutus ei ole muille pakollinen, mutta sitä suositellaan.

Sijainti

Lähetä salin sijainti hyväksyttäväksi.

Hakemus

Hakemus sisältää esseekysymyksiä, joiden avulla voit tutustua sinun, mahdollisuuksiisi perustaa lisenssoitua toimintaa.

Koulutus

Kun olet hankkinut tason 1 sertifikaatin (tai sitä korkeamman), voit hakea jäsenyyttä

Vaiheet:

1

CrossFit-koulutukset

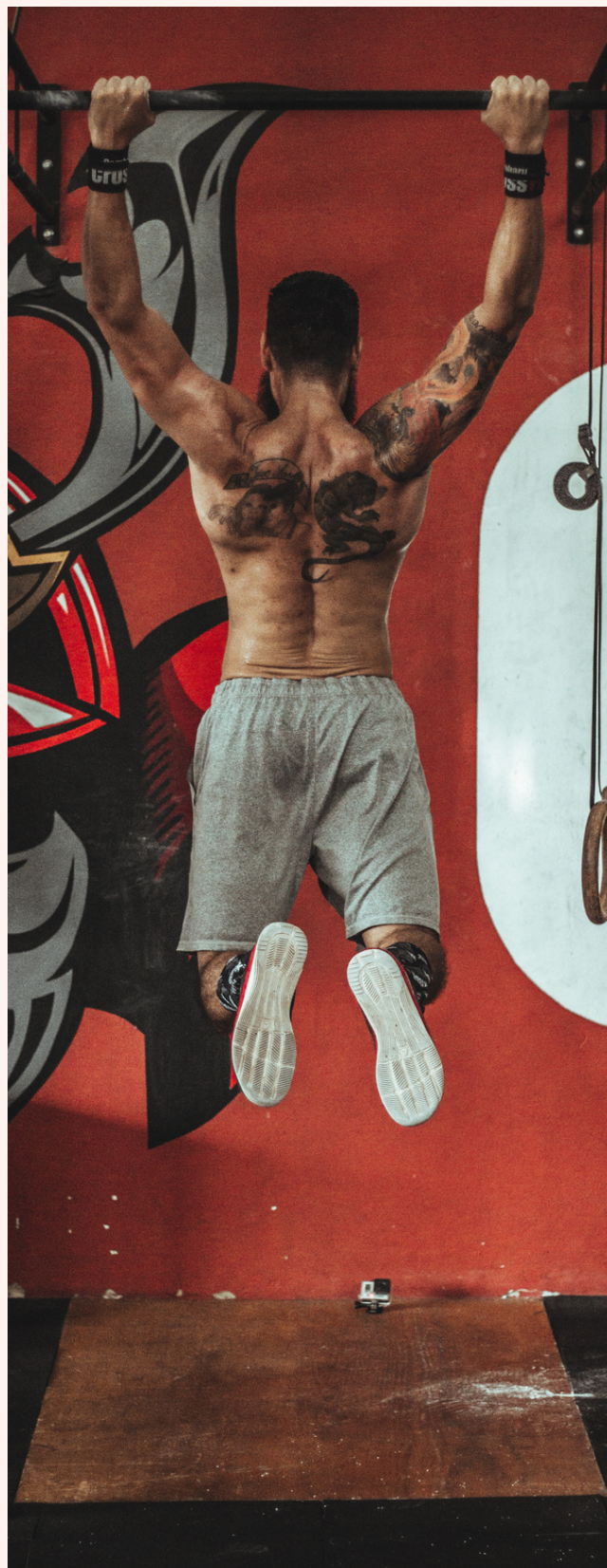
Lisensoidun CrossFit-salin perustaminen vaatii vähintään Level 1 -tason CrossFit

valmentajakoulutuksen, joka on voimassa 3-5 vuotta. Tason 1 koulutus on voimassa viisi vuotta.

Osallistuminen paikan päällä järjestettävälle Level 1- kurssille maksaa tällä hetkellä (2/2023)

1310€/henkilö. Jos kurssin loppukoetta ei läpäise, voi kokeen uusia vuoden aikana kaksi kertaa. Jos vuoden aikana kurssia ei läpäise kahdella seuraavallakaan kerralla, joutuu koko kurssin käymään uudestaan. Uusintatesti maksaa tällä hetkellä (2/2023) 175€/henkilö.

Kurssin suoritettuaan ja loppukokeen läpäistyään henkilö ymmärtää ajatuksen CrossFit-harjoittelun takana, ymmärtää liikkeiden pääpointit, osaa ohjeistaa oikeat suoritustekniikat sekä osaa hyödyntää CrossFit-harjoitusohjelmaa turvallisesti ja tehokkaasti. CrossFit-koulutukset on suunniteltu antamaan valmiudet huippuosaamisen mukaisesti. Jatkokouluttautuminen on mahdollista Level 2, 3 ja neljä kursseilla sekä erilaisilla erikoiskursseilla.



“

"Level 1 hyväksytysti. Sen jälkeen anomus sisään, salin nimen hyväksyntä ja nimet paperiin. Olisko ollut parin kuukauden luokkaa tuo anomuksesta hyväksyntään viimesimmän salin aikana 2014."

- Atte Kaasinen, CrossFit Lappeenranta ja CrossFit Lappeenranta Varikko

"Tutustuminen vaatimuksiin, affiliate hakemuskirjeen kirjoittaminen. Kirjeeseen voi käyttää aikaa tunnista varmaan päiviin... meillä ei mennyt kauan."

-Joonas, CF 40100

"En kyllä tarkkaan muista muuta kuin lomakkeen täytön, sen hyväksynnän ja maksun maksamisen, ehkä 2-4 vkoa."

-Heidi Alander, Crossfit Armo

"Lisenssihakemus oli kattava ja sen täyttäminen vaati aikaa sekä tarkkaavaisuutta. Muistaakseni koko prosessi siitä, kun hakemus lähetettiin kesti n.6 vkoa ennen kuin saimme hakemuksen takaisin hyväksyttynä."

- Tero Sjövall, CrossFit Mahti





2

Hakemus

Liittymisprosessiin kuuluu jäsenyyttä koskevien tietojen täyttäminen.

Yleisten tietojen lisäksi vaiheeseen kuuluu hakemus, joka kirjoitetaan esseen muotoon. Hakemuksen ei tarvitse olla pitkä tai muodollinen vaan toteutus on vapaamuotoinen. Kattava tilanteen analysointi ja kuvailu helpottaa arviointia. Alla on lueteltu esseekysymykset, joihin hakijan tulee vastata omin sanoin.

- Selitä, mitä CrossFit merkitsee sinulle, miksi haluat perustaa lisensoidun CrossFit-salin. Millaisia tavoitteita?
- Kerro taustatietoa itsestäsi.
- Luettele kaikki ihmiset, joiden kanssa teet yhteistyötä.
- Miten CrossFit näyttäytyy sinulle arjessa (työskentely, kuinka kauan CrossFit-harjoittelua taustalla?)
- Mihin aiempiin tai tuleviin CrossFit-tapahtumiin olet osallistunut tai mihin aiot osallistua?
- Tarjoatko vain CrossFit toimintaa? Muut toiminnot ja palvelut.

Hakemukseen sisältyy salin nimeäminen ja ehdotukset tehdään etusijaisjärjestyksessä. Nimiehdotuksista hyväksytään ensimmäinen kelvollinen nimi. Jos ehdotuksista mikään nimi ei sovellu salin nimeksi, CrossFit-tiimi auttaa sopivan nimen valinnassa. Nimen valintaan on tarkat kriteerit ja ohjeistukset. Lisensoitua CrossFit-salia ei voi nimetä mantereiden, maiden, maakuntien, osavaltioiden, läänien, suurkaupunkien (yli miljoona asukasta) ihmisten nimien, tavaramerkkien tai valtion virastojen mukaan. Salia ei voi nimetä jo käytössä olevien tai samankaltaisten ehdotusten mukaan. Myös vireillä olevat nimivaihtoehdot, vaikuttavat hyväksyntään. Niin kauan, kun kenelläkään muulla ei ole valittua nimeä käytössä tai kukaan ei ole vielä hakenut kyseistä nimeä, voi nimeä ehdottaa.



“

"En kokenut minkäänlaisia haasteita hakemuksen kanssa. Nykyään nimen hyväksyntä on kuulemma se haastavin. Kannattaa siis olla useampi nimiehdotus."
-Atte Kaasinen, CrossFit Lappeenranta ja CrossFit Lappeenranta Varikko

"Hakeminen ei ollut kovinkaan haastava. Ainoastaan englanninkielinen hakemus ja vastaukset vievät enemmän aikaa kuin jos kaikki olisi ollut kotimaisella kielellä."

-Tero Sjövall, CrossFit Mahti





3

Sijainti

CrossFit-salin sijainti lähetetään hyväksyttäväksi yllä mainitun hakemuksen yhteydessä. Viralliset CrossFit-salit sijoitetaan Affiliate finder-karttaan ja kumppaniluetteloon, josta ihmiset pystyvät etsimään virallisia CrossFit -saleja alueeltaan. Affiliate finder-kartasta voi hakea CrossFit -saleja, kursseja sekä fysioterapia palveluita.



4

Vakuutus

Vakuutustodistus vaaditaan vain yhdysvaltalaisilta toimijoilta. CrossFit kannustaa käyttämään CrossFit Risk Retention Groupia (RRG), joka tarjoaa heidän mielestään parhaimman vakuutuksen CrossFit-kumppaneille. RRG on CrossFitin tytäryhtiöiden perustama ja ylläpitämä vakuutusryhmä. CrossFit ei vaadi muilta kansainvälisiltä salin yrittäjiltä todisteita vakuutuksista, mutta suosittelevat hankkimaan vakuutuksen.

“

"Tarvitsee useampiakin vakuutuksia, irtaimistolle, asiakkaiden vahinkojen varalle mahdollisesti vielä toiminnan keskeytymiselle yms.

Meillä on noi kaikki."

-Atte Kaasinen, CrossFit Lappeenranta ja CrossFit Lappeenranta
Varikko

"Toiminnan kattava vakuutus, eli jos vaikka välineemme hajoaa ja tämän seurauksena asiakas loukkaa, vakuutus korvaa tämän. Lisäksi irtaimistovakuutus, eli jos salille murtaudutaan tai kiinteistö palaa, saamme korvauksia irtaimiston arvon verran. Lisäksi suosittelen salin perustajalle/yrittäjälle sairauskuluvakuutusta."

-Heidi Alander, Crossfit Armo

"Yrityksellä on seuraavat vakuutukset: oikeusturva, toiminnan vastuu, keskeytys ja esinevakuutusturva."

-Tero Sjövall, CrossFit Mahti



5

Kumppanisopimus ja maksut

1. tammikuuta 2011 alkaen vuosimaksu on ollut 3,000 dollaria. (3182.30€)

Kumppanuus Australiassa, Kanadassa, Isossa-Britanniassa ja monissa Euroopan maissa maksavat paikallisessa valuutassaan sekä sovellettavat verot.

(Vuosittain perittävän maksun voi suorittaa myös erissä)

CrossFit Europe BV on käytössä Alankomaissa, joten kumppaneiden alla olevissa Euroopan maissa sovelletaan Alankomaiden 21 prosentin alv-kantaa, ellei voimassa olevaa ALV-numeroa voida antaa hakuprosessin aikana.



“

“Maksan koko summa kerran vuodessa. Osissa tulee nykyään kalliimmaksi.”

*-Atte Kaasinen CrossFit Lappeenranta ja
CrossFit Lappeenranta Varikko*

“Maksamme tällä hetkellä koko summan yhdessä erässä. Yhtenä koronavuotena maksoimme erissä. Silloin erissä maksamisesta ei tullut lisäkuluja.”

-Tero Sjövall, CrossFit Mahti



Lisenssin jälkeen...

Suurin osa virallisista CrossFit-saleista vaatii peruskurssin, eli On Ramp-kurssin käymisen ennen ohjatuille tunneille osallistumista. Peruskurssit voivat vaihdella salista riippuen viiden tunnin intensiivisistä parinkymmenen tunnin peruskursseihin. On Ramp- kurssin ideana on nostaa kuntoa, näyttää mistä CrossFit-harjoittelussa on kyse ja opettaa yleisimpien liikkeiden suoritustekniikat, jotta kurssilaisilla on mahdollisuus siirtyä muiden harjoittelijoiden joukkoon ohjatuille tunneille.



“

"Ensimmäinen sali starttasi pienestä kellarista ilman oikeastaan minkäänlaista välineistöä. Sitä ei oikeastaan voi enää verrata nykytilanteeseen. Toinen sali starttasi jo "oikeana" CrossFit-salina. Ekat kuukaudet myytiin vahvasti on ramp kursseja, joita vedettiinkin montaa päällekkäin."

-Atte Kaasinen, CrossFit Lappeenranta ja CrossFit Lappeenranta Varikko

"Perustimme nettisivut ja aloimme markkinoimaan toimintaa, siitä se sitten pikkuhiljaa."

-Heidi Alander, Crossfit Armo

"Meillä prosessi eteni niin että päätös salin perustamista tehtiin maaliskuun lopussa. Yritys perustettiin huhtikuun lopussa. Huhtikuun lopussa allekirjoitimme myös toimitilan vuokrasopimuksen. Vuokrasopimus astui voimaan heinäkuun alussa. Lisenssihakemus laitettiin sisään toukokuun alussa. Hakemuksen saimme hyväksyttynä takaisin kesäkuun puolessa välissä. Salin remonttiin budjetoimme heinäkuun. Salin remontti saatiin valmiiksi heinäkuun viimeinen päivä ja avajaisia vietettiin elokuun 1. päivä."

-Tero Sjövall, CrossFit Mahti



Hyödyllisiä sivuja



www.crossfit.com

CrossFit virallinen nettisivu, josta löytyy päivitetyt ja ajankohtaiset tiedot mm. hakuprosessiin liittyen.

<http://bit.ly/2tkwtXq>

Salin budjetointi, Excel-taulukko



http://library.crossfit.com/free/pdf/CFJ_English_Level1_TrainingGuide.pdf

CrossFit Level 1 Training Guide

Valokuvat

Sivut 6 ja 15 valokuvat: Alexandra Bau

Kuvauspaikka: CrossFit 33400

Muut valokuvat: www.canva.fi

