



# **SEURAKÄSIKIRJA 2011**

Turun Urheiluliitto r.y.

# SISÄLLYSLUETTELO

Aluksi

## **1. Seuran strategia, johtaminen ja toiminnan suunnittelu**

### **1.1. Toiminnan peruseriaatteet**

- 1.1.1. Arvot
- 1.1.2. Missio
- 1.1.3. Visio
- 1.1.4. Seuramme vahvuudet sekä toimintaympäristöämme koskevat haasteet
- 1.1.5. Strategiset valinnat ja tavoitteet

### **1.2. Organisaatio**

- 1.2.1. Organisaatiokaavio
- 1.2.2. Seuran kokoukset

### **1.3. Toiminnan suunnittelu ja seuranta**

- 1.3.1. Toimintasuunnitelma ja talousarvio
- 1.3.2. Toimintakertomus ja tilinpäätös
- 1.3.3. Talouden perusteet
- 1.3.4. Palkat, palkkiot ja kulukorvaukset

## **2. Seuran urheilu- ja liikuntatoiminnan periaatteet**

### **2.1. Harrastetoiminta**

- 2.1.1. Kasvatukselliset periaatteet
- 2.1.2. Liikunnalliset pääperiaatteet

### **2.2. Lasten ja nuorten harrasteliikunta**

### **2.3. Aikuisten harrasteliikunta**

## **3. Kilpaurheilu**

### **3.1. Valmennustoiminta**

- 3.1.1. Valmennustoiminnan perusarvot
- 3.1.2. Valmennuksen tavoitteet
- 3.1.3. Yksilöiden huomioiminen valmennuksessa sekä yhteistyö seuran sisällä
- 3.1.4. Lisenssit ja vakuutukset

### **3.2. Urheilijoiden tukitoimet**

- 3.2.1. Sopimukset
- 3.2.2. Terveystuho
- 3.2.3. Ravintoneuvonta

### **3.3. Antidoping ja Reilun Pelin säännöt**

- 3.3.1. Antidoping
- 3.3.2. Reilun Pelin säännöt

### **3.4. Kurinpito ja mahdollisten ristiriitatilanteiden ratkaiseminen**

## **4. Kilpailutoiminnan organisointi ja massatapahtumien järjestäminen**

### **4.1. Kilpailut**

### **4.2. Massatapahtumat**

## **5. Viestintä, markkinointi, varainhankinta ja palkitseminen**

### **5.1. Viestintä**

#### 5.1.1. Sisäinen viestintä

#### 5.1.2. Ulkoinen viestintä

#### 5.1.3. Kriisiviestintä

### **5.2. Markkinointi**

#### 5.2.1. Periaatteet ja ohjeet

#### 5.2.2. Yritys- ja yhteisömarkkinointi

### **5.3. Varainhankinta**

### **5.4. Palkitseminen**

#### 5.4.1. Palkitsemisperusteet

#### 5.4.2. Huomionosoitukset ja muistaminen

## **6. Liitteet**

Turun Urheiluliiton säännöt

Reilun Pelin säännöt

## Aluksi

Turun Urheiluliitto on yksi Suomen suurimmista ja merkittävimmistä yleisseuroista. Seura on perustettu vuonna 1901 ja sillä on 10 lajijaostoa. Seuran säännöt on päivitetty vuonna 2010.

Lajeina harrastajamäärällisessä järjestyksessä Turun Urheiluliitolla ovat voimistelu- ja liikunta, telinevoimistelu, yleisurheilu, nyrkkeily, pyöräily, lentopallo, triathlon, luistelu, keilailu ja hiihto. Turun Urheiluliitolla on kolme Nuoren Suomen myöntämää sinettiä sekä Prima sertifikaatti laadukkaasta aikuisliikunnasta.

## 1. Seuran strategia, johtaminen ja toiminnan suunnittelu

### 1.1. Toiminnan peruseriaatteet

#### 1.1.1. Arvot

Toimintamme tarkoituksena on edistää ja kohottaa kilpa- ja huippu-urheilun sekä kuntourheilun ja liikunnan harrastusta. Tarkoituksemme saavuttamiseksi tarjoamme jäsenillemme kuntoa ja kilpaurheilua, ohjaus- ja valmennustoimintaa sekä muuta liikuntatoimintaa, jonka tavoitteena on edistää kansalaisten fyysistä ja henkistä toimintakykyä ja hyvinvointia.

Turun Urheiluliiton yhteiset arvot ovat:

Yhteisöllisyys,  
Kasvu ja kehitys,  
Kilpailullinen menestys,  
Toiminnan ammattimaisuus,  
Monipuolisuus sekä  
Pitkät perinteet

Yhteisöllisyys: Lajijaostot toimivat yhteistyössä ja ihmisillä on halu toimia yhdessä. Olemme ylpeitä Turun Urheiluliittolaisuudesta.

Kasvu ja kehitys: Kasvatamme lapsista nuoria ja aikuisia, joilla on terveet elämänarvot. Itsensä voittaminen on ensimmäinen voitto. Kasvamme seurana ja kehitymme entistäkin arvostetummaksi yleisseuraksi.

Kilpailullinen menestys: Olemme kilpaurheiluseura. Tavoitteemme on kasvattaa huippu-urheilijoita. Panostamme huippu-urheiluun.

Toiminnan ammattimaisuus: Seuran perustehtävät hoidetaan ammattimaisesti. Turun Urheiluliitossa on useita päätoimisia ammattivalmentajia ja luottamustehtävissä oman alansa osaajia.

Monipuolisuus: Kilpaurheilun lisäksi tarjoamme laajaa harrastetoimintaa ja kuntoliikuntaa. Tarjoamme laajan kirjon eri lajeja. Seura tarjoaa mahdollisuuden osallistua erilaisiin tehtäviin läpi elämänkaaren.

Pitkät perinteet: Kunnioitamme pitkää historiaamme ja katsomme tulevaisuuteen. Seuran olemassaolo rakentuu läpi historian kulkeneisiin arvoihin.

### 1.1.2. Missio

Seuran toiminta-ajatus eli missio on Toimintaa ja unelmia läpi elämän. Tule!

### 1.1.3. Visio

Turun Urheiluliiton yhteinen unelma eli visio on:

Turun Urheiluliiton yhteinen unelma 2021 on olla Suomen arvostetuin ja tunnetuin yleisseura. Yhdessä teemme voittajia.

### 1.1.4. Seuramme vahvuudet sekä toimintaympäristöämme koskevat haasteet

Turun Urheiluliiton talouden perusta on hyvä. Pitkä historiamme ja hyvä maineemme kertovat laadukkaasta ja monipuolisesta toiminnastamme. Turun Urheiluliitolla on tarjota jokaiselle ikäluokalle mahdollisuus ohjattuun liikuntaan. Lähes jokaisesta lajistamme tulee vuosittain Suomen Mestareita. Ohjaajamme ja valmentajamme ovat koulutettuja ja meillä on päätoimisia ammattivalmentajia. Voimistelu- ja liikuntajaostollamme on oma tila Jumbppala ja kaupunki tarjoaa maksutonta liikuntatilaa alle 20-vuotiaille.

Toimintaympäristön haasteista yksi on kaupungin liikuntatilat. Tilatarve ylittää tarjonnan ja kaupungin koulujen kunto on heikentymässä. Palloiluhallin puute näkyy huonossa salitarjonnassa. Toinen vakavasti otettava haaste on vapaaehtoistyöntekijöiden jaksaminen ja mielenkiinnon säilyttäminen. Yksi vakavammista haasteista on ihmisten passivoituminen ja liikkumattomuuden lisääntyminen kaikissa ikäluokissa.

### 1.1.5. Strategiset valinnat ja tavoitteet

#### Talous:

Vankka taloudellinen pohja ja sen kasvattaminen ovat hyvän seuratoiminnan perusta. Taloudellisen tilanteen kehittymistä seurataan kuukausittain tuloslaskelmien perusteella. Tavoitteena on olemassa olevien massatapahtumien kehittäminen ja niiden osallistujamäärien kasvattaminen samaten kuin harrastajamäärien kasvattaminen. Uusia varainhankintatapoja pyritään kehittämään.

#### Huippu-urheilu:

Turun Urheiluliiton ammattimaisen valmennusjärjestelmän kautta tuotetaan huippu-urheilijoita. Tavoitteena on jatkuvasti kehittää valmennusjärjestelmäämme sekä palkata lisää päätoimisia ammattivalmentajia. Olemme kilpaurheiluseura ja valitsemme huipputiimiimme urheiluun vahvasti sitoutuneita nuoria, joilla on edellytykset kansainväliseen menestykseen.

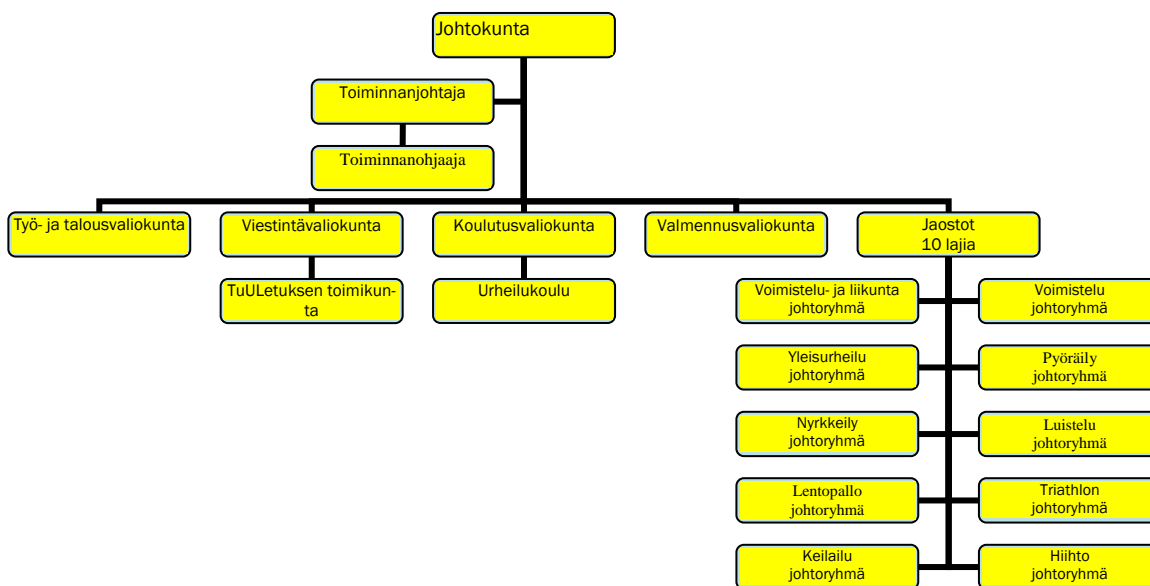
#### Kasvatus:

Tiedostamme roolimme lasten kasvattajina ja pyrimme kasvattamaan rehellisiä, vastuuntuntoisia nuoria, ja pitämään heidät urheilun avulla kaidalla tiellä läpi elämän. Drop Out -ilmiön ehkäisemiseksi tarjoamme nuorille mahdollisuuden siirtyä kilparyhmistä harrasteryhmiin ja säilyttää liikunta osana elämäntapaansa kilpauransa jälkeenkin. Lapsia ohjaavat valmentajamme ja ohjaajamme ovat tehtäviinsä koulutettuja.

## 1.2. Organisaatio

### 1.2.1. Organisaatiokaavio

Puheenjohtaja johtaa johtokunnan työskentelyä ja edustaa seuraa yhdessä toiminnanjohtajan kanssa virallisissa tilaisuuksissa. Johtokunnan keskuudestaan valitsema seuran varapuheenjohtaja toimii puheenjohtajana varsinaisen puheenjohtajan ollessa estyneenä.



Toiminnanjohtajan pääasiallisena tehtävänä on seuran hallinnosta huolehtiminen. Toiminnanjohtaja toimii seuran johtokunnan kokousten sihteerinä sekä kokousten hallintoa koskevien päätösten toimenpanijana. Toiminnanjohtaja valvoo seuran henkilöstön toimintaa sekä seuran toimistossa tapahtuvaa toimintaa yleensä. Tehtäviin kuuluu myös seuraa koskeva tiedottaminen ja ulospäin suuntautuva pr-toiminta.

Seuran toiminnanohjaaja huolehtii ensisijaisesti päivittäisestä rahaliikenteestä, palkkojen ja palkkioiden maksusta sekä seuran kirjanpidosta.

Lähtökohtaisesti seuraan palkkasuhteessa olevaa työntekijää ei tulisi valita seuran luottamustai johtotehtäviin.

### 1.2.2. Seuran kokoukset

Seura pitää vuodessa kaksi varsinaista kokousta, joista kevätkokous pidetään helmi- maaliskuussa ja syyskokous loka- marraskuussa.

Kevätkokouksessa vahvistetaan seuran tilinpäätös ja päätetään vastuuvapauden myöntämisestä. Syyskokouksessa seura valitsee seuraavaksi toimintavuodeksi johtokunnan puheenjohtajan, jota kutsutaan seuran puheenjohtajaksi ja johtokunnan jäsenet siten, että jokaisesta jaostosta ja valiokunnasta olisi yksi edustaja. Lisäksi kokouksissa käsitellään muita mahdollisia sääntöjen määräämässä järjestyksessä vireille pantuja asioita.

Seuran johtokunta kokoontuu puheenjohtajan kutsusta tarpeen mukaan noin yhdeksän kertaa vuodessa. Jaostojen johtoryhmät kokoontuvat kukin oman puheenjohtajansa kutsusta. Kaikista johtokunnan kokouksista pidetään pöytäkirjaa.

### 1.3. Toiminnan suunnittelu ja seuranta

#### 1.3.1. Toimintasuunnitelma ja talousarvio

Seuran jaostot laativat toimintasuunnitelmansa sekä omat talousarvionsa, jotka yhdistetään seuran yhteiseksi toimintasuunnitelmaksi. Toimintasuunnitelma esitellään, käsitellään ja hyväksytään seuran johtokunnassa, joka esittää sen syyskokoukselle. Toimintasuunnitelman pohjalta toiminnanjohtaja laatii koko seuran talousarvion, joka samoin käsitellään johtokunnassa esitettäväksi syyskokoukselle.

#### 1.3.2. Toimintakertomus ja tilinpäätös

Seuran jaostot laativat toimintakertomuksensa, jotka seuran toiminnanjohtaja yhdistää koko seuran toimintakertomukseksi. Seuran toiminnanohjaaja laatii tilinpäätöksen. Johtokunta käsittelee ja hyväksyy seuran toimintakertomuksen ja tilinpäätöksen esitettäväksi kevätkokoukselle.

#### 1.3.3. Talouden perusteet

Johtokunnan tehtävänä on hoitaa huolellisesti seuran omaisuutta ja järjestää kirjanpidon hoito. Talouden hyvä tulos edellyttää menojen ja kulujen tarkkaa seurantaa, josta johtokunnassa erityisesti vastaa taloudenhoitaja, joka samalla toimii seuran työ- ja talousvaliokunnan puheenjohtajana, seuran toiminnanjohtajan lisäksi. Seuran talous perustuu jäsenmaksutuloihin, toiminnasta perittäviin erilaisiin maksuihin, massatapahtumiin ja erilaisiin yleisavustuksiin.

#### 1.3.4. Palkat, palkkiot ja kulukorvaukset

Johtokunta antaa yleisohjeet palkkioista ja kulukorvauksista. Johtokunta päättää toiminnanjohtajan palkasta ja jaostojen esityksestä mahdollisten muiden toimihenkilöiden palkoista, palkkioista ja kulukorvauksista. Palkkiot maksetaan aina verot pidättäen ja palkan sivukulut myös maksaen. Kilometrikorvauksen enimmäismäärä on verottajan vuosittain hyväksymä kilometrikorvauksen määrä samoin kuin päivärahojen enimmäismäärän määrää verottaja vuosittain.

## 2. Seuran liikunta- ja urheilutoiminnan periaatteet

### 2.1. Harrastetoiminta

#### 2.1.1. Kasvatukselliset periaatteet

- Ohjata terveisiin elämäntapoihin ja liikunnalliseen elämään
- Positiivisen ja yritteliään ilmapiirin luominen
- Onnistumisten ja elämysten takaaminen
- Nuorten ja vanhempien yhdessäolon tukeminen
- Itsenäisyyden ja omatoimisuuden kehittäminen
- Toisten arvostamisen ja huomioonottamisen kehittäminen

### 2.1.2. Liikunnalliset pääperiaatteet

- Monipuolisten liikunnallisten perusvalmiuksien kehittäminen
- Kunkin lajin lajitaitojen ja – tekniikoiden opettaminen
- Kilpa – ja harrasteurheilun yhteensovittaminen sekä liikuntaharrastuksen jatkamisen tukeminen kilpaurheilun päättymisen jälkeen
- Seura tarjoaa jäsenilleen hyvän ympäristön kehittyä urheilijana ja ihmisenä
- Uusien ohjaajien tuottaminen ja uusien seuratoimijoiden kasvattaminen
- Liikkujakeskeinen ajattelu, jonka avulla pyritään mahdollistamaan nuoren viihtyminen mahdollisimman pitkään lajinsa parissa sillä tasolla, jolla hän haluaa ja kykenee toimimaan.

### 2.2. Lasten ja nuorten harrasteliikunta

Lasten harrasteliikunnan tavoitteena on tarjota liikuntatunteja lapsille joko yhdessä vanhempiensa kanssa tai itsenäisesti. Lasten harrasteliikuntaa järjestetään vauvaikäisistä noin 6-vuotiaisiin lapsiin. Tunneilla liikutaan lasten ehdoilla kannustamalla samalla mahdollisuuksien mukaan myös vanhempia liikkumaan. Lasten harrasteliikuntaryhmät ovat hyvä väylä lapsen liikuntaharrastuksen aloitukseen.

Lasten harrasteliikunta toteutetaan koulutettujen ohjaajien opastuksella. Ryhmissä kaikilla lapsilla on tasavertainen mahdollisuus osallistua ja harrastaa. Lapsi oppii lajin perustaidot leikkien ja iloiten, tavoitteena on kehittää lasta tasapainoiseksi liikkujaksi mahdollisimman monipuolisesti. Vanhempien rooli lasten harrastamisessa on tärkeä – kannustajana, mahdollistajana ja olosuhteiden luojana.

Nuorten harrasteliikuntapuolella tarjotaan lajivaihtoehtoja palloilulajeista kestävyyslajeihin läpi vuoden. Nuorten harrastepuolella samoin kuin lasten harrastepuolella opetetaan liikunnan perustaitoja osaavien valmentajien johdolla. Monipuolinen lajikirjomme tarjoaa jokaiselle sopivia ja haastavia liikunnallisia harjoitteita. Seuramme haluaa kannusta myös sellaisia nuoria liikkumaan, jotka eivät halua kilpailla, vaan liikkua mukavan rennossa ilmapiirissä muutaman kerran viikossa. Nuoret ovat myös tervetulleita mukaan seuratoimintaan.

### 2.3. Aikuisten harrasteliikunta

Turun Urheiluliitossa tarjoamme aikuisille useita mahdollisuuksia valita oma lajinsa ja tapansa liikkua. Tavoitteenamme on liikuttaa niin aktiivisesti liikkuvia aikuisia kuin oman terveytensä kannalta liian vähän liikkuvia aikuisiakin.

Turun talousalueella kilpailu asiakkaista on entistä kovempaa ja seuramme mahdollisuudet pärjätä kilpailussa perustuvat pitkälti koulutettuihin ohjaajiin sekä erittäin laajaan tarjontaan. Aikuisten harrasteliikuntaa järjestetään ympäri vuoden. Aikuisliikunnan puolella teemme aktiivisesti yhteistyötä kaupungin liikuntapalvelukeskuksen kanssa ja tarjoamme myös yritysliikuntaa.

Aikuisten terveysliikuntaa on tarkoitettu erityisesti terveytensä kannalta riittämättömästi liikkuvien ihmisten aktivoimiseksi.



### 3. Kilpaurheilu

#### 3.1. Valmennustoiminta

##### 3.1.1. Valmennustoiminnan perusarvot

Seuran valmennus perustuu systemaattisuuteen, korkeaan tiedontasoon sekä suunnitelmallisuuteen. Tavoitteena on hyödyntää mahdollisuuksien mukaan valmentautumisen erilaisia tuki-verkostoja ja -yhteistyökumppaneita. Valmennustoimintamme lähtökohtana on tarjota laadukasta valmennus- ja kilpailutoimintaa laajasta riippumatta kaikenikäisille lapsille, nuorille ja aikuisille. Painopiste on valmennuksen laadullisessa kehittämisessä ja valmentajien koulutuksessa.

Kilpaurheilun näkökulmasta valmennuksen tavoitteena on tuottaa kansainvälisesti menestyviä huippu-urheilijoita ja harrasteliikunnan näkökulmasta tuottaa lapsille liikunnan iloa ja riemua sekä kehittää perus- ja lajitaitoja. Toiminnan tavoitteellisuus korostuu lasten kasvaessa. Seura haluaa tarjota lapsille pitkäkestoisen harrastuksen, joka tukee lapsen fyysistä, psyykkistä ja psykososiaalista kehitystä.

Valmennusvaliokunta kartoittaa seuran yleistä koulutuspolitiikkaa sekä vastaa valmennusyhteistyöstä. Seura kouluttaa kaikki seuran toimintaan osallistuvat ohjaajat ja valmentajat.

Turun Urheiluliitossa kiinnitetään huomiota myös henkiseen valmennukseen. Psyykinen valmennus on sovellettava yksittäiseen urheilijaan ja lajiin, analysoiden kukin tilanne erikseen. Erityisesti on huomioitava yksilö- ja joukkuelajien erilaiset vaatimukset.

##### 3.1.2. Valmennuksen tavoitteet

Turun Urheiluliiton yhteinen unelma 2021 on olla Suomen arvostetuin ja tunnetuin yleisseura. Yhdessä teemme voittajia.

Valmennuksen tavoitteina on tuottaa kilpaurheilijoita, joilla on mahdollisuudet menestyä kansainvälisesti. Kansallinen menestys on ensimmäinen askel kohti tavoitettamme kansainväliseen menestykseen.

Turun Urheiluliiton huipputiimiin valitaan urheiluun vahvasti sitoutuneita nuoria, joilla on edellytykset kansainväliseen menestykseen. Huipputiimiin valikoituneille urheilijoille seura tarjoaa ensisijaisesti kokonaisvaltaiseen terveyteen liittyviä asiantuntijapalveluita. Huipputiimi on sikäli avoin, että täytettyään huipputiimin kriteerit; riittävä sitoutumisen aste ja mahdollisuudet kansainväliseen menestykseen, siihen voi päästä kesken projektin.

##### 3.1.3. Yksilöiden huomioiminen valmennuksessa sekä yhteistyö seuran sisällä

Turun Urheiluliitossa on laaja taustaryhmä ja yhteistä tahtoa luoda kansainvälisesti menestyviä urheilijoita. Pyrimme keskittymään huipputiimissämme niihin valmentajiin ja nuoriin, joilla tavoite on korkealla ja halu sekä tahto sinne. Olosuhteiden ja harjoittelun laadukkaan arjen luominen on seuran tehtävänä.

Nykyaikainen huippu-urheilu on entistä ammattimaisempaa ja vaatii entistä monipuolisempaa tukea ja laajempaa osaamista myös urheilijan taustalle. Monipuolinen yhteistyö eri lajien ja

kansallisuuksien välillä on välttämätöntä kaikessa nykyaikaisessa huippu-urheilussa. Ns. lajiuskollisuus tai lajiylpeys eivät ole nykypäivän asenteita eivätkä Turun Urheiluliiton arvojen mukaisia.

Turun Urheiluliiton yhteistyöhön kuuluu valmennusyhteistyö, kilpailut eri lajeissa mahdollisuuksien mukaan, koulutusyhteistyö (yhteiset teemat, kuten lihashuolto, ravinto, henkinen valmennus ja myös fyysinen valmennus, vaikka siinä eri lajit eroavatkin eniten) sekä tutustuminen muiden lajien harjoitteluun ja huippu-urheilijoihin sekä lajien vaatimukseen.

#### 3.1.4. Lisenssit ja vakuutukset

Liikkuessa, urheillessa ja tapahtumia järjestäessä sattuu ja tapahtuu. Urheilijalla on syytä olla oma henkilökohtainen sairauskuluvakuutus mahdollisten sairauksien varalta. Laki urheilijan eläke- ja tapaturmaturvan järjestämisestä koskee yksilöurheilijoita, jotka ansaitsevat urheilemisesta kalenterivuodessa veronalaista tuloa vähintään 9600 euroa (2007). Asetuksen mukaan urheilijan on itse huolehdittava turvan järjestämisestä ottamalla itselleen vakuutus vahinkovakuutusyhtiöstä.

Suomen Liikunta ja Urheilu tarjoaa jäsenjärjestöilleen ja urheiluseuroille toiminnanvastuu- ja vapaaehtoistyöntekijöiden tapaturmavakuutuksen. Kaikki Turun Urheiluliiton lajit keilailua lukuun ottamatta kuuluvat lajiliiton yleisvakuutuksen piiriin ja keilailujaoston on näin ollen itse huolehdittava vastaavista vakuutuksista tarpeen mukaan.

Lisenssi on kilpailulupa ja lähtökohtaisesti pakollinen virallisissa kilpailuissa. Lisenssin voi yhdistää vakuutukseen. Alaikäisillä lisenssiurheilijoilla vakuutus on pakollinen. Turun Urheiluliiton jäsenyyden yhteydessä on mahdollisuus hankkia edullisesti harrastetoiminnan ryhmätapaturmavakuutus. Vakuutus kattaa liikkumisen harrastaen, mutta ei koske urheilua eikä kilpailutilanteita.

### 3.2. Urheilijoiden tukitoimet

Tukitoimilla pyritään edistämään urheilijan psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista hyvinvointia ja päivittäisharjoittelua sekä tasaamaan urheilun aiheuttamia kuluja. Aikuistuvia urheilijoita ohjataan hakeutumaan urheilun mahdollistavaan, mieleiseen opiskelupaikkaan, joka tarvittaessa tukee siirtymistä ammattimaisempaan harjoitteluun opiskelun ohella.

#### 3.2.1. Sopimukset

Seura solmii A-luokan urheilijoiden kanssa urheilijasopimukset. Urheilijasopimukset pyritään laatimaan siten, että ne tukevat mahdollisimman hyvin urheilijan päivittäisvalmennuksen tarpeita. Sopimus on molemminpuolinen velvoite. Urheilija sitoutuu sopimuksen allekirjoitettuaan noudattamaan sopimuksen kaikkia pykäläiä.

Seura pyrkii mahdollisuuksiensa mukaan avustamaan urheilijoita sponsorien saannissa. Urheilijoilla voi olla henkilökohtaisia sopimuksia. Kyseiset sopimukset eivät saa olla ristiriidassa seuran yleisen edun tai muiden seuran sopimusten kanssa.

#### 3.2.2. Terveysthuolto

Turun Urheiluliitto lajijaostoineen pitää huolta urheilijoidensa terveydestä ja terveydenhuollosta, vaikka päävastuu omasta terveydestään on aina urheilijalla. Harjoittelun, valmennuksen ja

kilpailemisen tulee tukea ja edistää urheilijan terveyttä, siten valmentajalla ja seuralla on osavastuu urheilijan terveydestä. Urheilijan on huolehdittava myös siitä, että hänellä on riittävä rokotussuoja. Seura tukee kunkin huipputiimiin kuuluvan urheilijan terveydenhuoltoa ja ensisijainen painopiste on vammojen ennaltaehkäisyssä.

Valmentajalla tulee olla hyvät ensiaputaidot ja harjoituksissa riittävät ensiapuvälineet tapaturman sattuessa (neljän k:n periaate: kylmä-koho-kompressio-koti). On suositeltavaa, että myös urheilijan perusvarusteisiin kuuluu kylmäpussi ja ideaalaside.

Turun Urheiluliitto ja Turun yliopiston yhteydessä toimiva Paavo Nurmi -keskus ovat solmineet yhteistyösopimuksen, jonka tavoitteena on parantaa TuUL:n huippu-urheilijoiden terveydenhuollon tukipalveluja. Näitä ovat mm. äkillisten vammojen, rasitusvaivojen ja rasitusvammojen hoito, urheilijoiden terveystarkastukset, suorituskyvyn testaukset, ennaltaehkäisevä toiminta ja asiantuntijaluennot.

Lisätietoja sopimuksesta saa toiminnanjohtaja Satu Alaselta, [satu.alanen@turunurheiluliitto.fi](mailto:satu.alanen@turunurheiluliitto.fi) ja ylilääkäri Olli J. Heinosenalta [olli.heinonen@utu.fi](mailto:olli.heinonen@utu.fi).

### 3.2.3. Ravintoneuvonta

Ruoka ja terveys kulkevat käsi kädessä. Ruokavaliota koskevat ohjeet ovat olennainen osa terveydenhoitoa. Ravinnon ja sairauden välinen yhteys on havaittu jo aikoja sitten ja ruokaa on käytetty lääkkeenä tuhansia vuosia.

Turun Urheiluliitossa kannustamme ihmisiä terveellisiin elämäntapoihin: ei tupakkaa, alkoholia kohtuullisesti, liikuntaa ja monipuolista ravintoa, johon kuuluu hyviä rasvoja, runsaasti kuitua, ja paljon tuoreita hedelmiä ja vihanneksia.

Laadukas, järkevästi koostettu ruokavalio on terveenä pysymisen, harjoittelussa jaksamisen, kehittymisen, ja kilpailuissa menestymisen kannalta keskeisessä asemassa. Huipulla olevan tai huipulle haluavan urheilijan tulee kiinnittää ruokavalioon yhtä paljon huomiota kuin harjoitteluun, lepoon ja lihahuoltoon.

Nuoren urheilijan ravitsemuksessa huomiota tulee kiinnittää kunnolliseen arkiruokailuun, päivän aterioiden kokoamisessa ja rytmityksessä, riittävään juomiseen sekä urheilusuoritukseen valmistautumiseen kunnollisilla eväillä ja riittävällä nesteellä.

## 3.3. Antidoping ja Reilun Pelin säännöt

### 3.3.1. Antidoping

Seuran toiminta perustuu puhtaan urheilun kunnioittamiseen, sitoutuminen puhtaaseen urheiluun heijastuu kaikessa toiminnassa. Dopingia koskeva sääntely perustuu Suomen, IAAF:n ja KOK:n antidopingsäännöstöihin, joita urheilijat, valmentajat ja muut seuran toimijat ovat velvollisia noudattamaan.

Seuran antidopingkasvatuksen periaatteet:

Antidopingtoiminta aloitetaan lapsista ja nuorista. Koulutuksen ja kasvatuksen avulla vaikutetaan siihen, että urheilijat asennoituisivat kielteisesti dopingaineisiin ja niiden käyttöön. Junioritasolla antidopingkasvatus tarkoittaa terveiden elämäntapojen, päihitteettömyyden, terveellisen

ravinnon ja reilun pelin opettamista. Vanhempien tulee olla tietoisia kilpaurheilijoita koskevista antidopingsäännöistä käyttäessään lapsiaan lääkärin vastaanotolla ja hakiessaan lääkkeitä apteekista. Vaikka dopingtestaus ei kohdistu lasten urheiluun, on hyvä jo lapsena oppia yhdessä vanhempien kanssa tarkistamaan, ovatko käytössä olevat lääkkeet sallittuja ja hoitamaan mahdolliset lääkkityksiä koskevat erivapaudet kuntoon. Kilpaileville nuorille tiedotetaan urheilijan vastuusta. Kaikenikäisillä urheilijoilla on vastuu dopingin käyttämisestä ja siitä, etteivät he vahingossa syö kiellettyjä lääkeaineita sisältäviä lääkkeitä tai ravintolisiä. Valmentajalla on osavastuu urheilijan terveydestä. Kovakaan harjoittelu ei saa vaarantaa terveyttä. Urheilijoiden ravintolisien käytön tulee olla harkittua ja perusteltua.

Edellytyksenä kilpailuihin osallistumisesta on, että urheilijat noudattavat Suomen Antidoping-toimikunnan ja Kansainvälisen lajiliiton dopingsääntöjä. Kaikkia urheilijoita, valmentajia ja toimitsijoita veloitetaan tutustumaan heitä koskevaan dopingsäännöstöön. Tiedot urheilussa kielletyistä dopingaineista ja -menetelmistä, kuten selvitys testin teknisestä toteutuksesta ovat Suomen Antidoping-toimikunnan vuosittaisesta julkaisusta "Kielletyt ja sallitut lääkeaineet urheilussa".

Kansainvälisen tason urheilijoiden ja kansallisen tason kärkiurheilijoiden sitouttaminen voimassa oleviin antidopingsäännöksiin varmistetaan erillisillä antidopingsopimuksilla.

Seuran johtokunta varmistaa, että seuran jäsenet, urheilijat ja heidän tukihenkilönsä on riittäväällä tavalla sitoutettu antidopingsäännöksiin. Johtokunnalla on valvontavastuu siitä, että sääntöjä noudatetaan. Mahdollisiin dopingrikkomuksiin reagoidaan yhdistystoimintaan kuuluvien kurinpitotoimin noudattaen Suomen Antidopingtoimikunnan päätöksiä ja Suomen Urheiluliiton määräämiä seuraamuksia.

### 3.3.2. Reilun Pelin säännöt

Turun Urheiluliitossa kannamme huolta seuramme jäsenistä. Seuramme toiminta tähtää kasvattamaan kokonaisvaltaisia ihmisiä. Urheilullisuuden ja fyysisyyden ohessa myös henkisesti myönteinen ilmapiiri on tavoiteltavia asioita. Reilun Pelin säännöt on jaettu kolmeen osaan: lapset ja nuoret, aikuisurheilijat ja doping.

Edellytämme, että jokainen seuramme yli 15-vuotias lisenssiurheilija sekä jokainen seuramme valmennus- tai ohjaustyössä oleva henkilö allekirjoittaa käyttäytymissopimuksen. Nämä henkilöt ovat esimerkkejä, heitä seurataan ja heihin halutaan samaistua. Haluamme, että seuramme nuoremmat jäsenet ja lisenssittömät urheilijat saavat myönteisiksi esikuvikseen henkilöitä, jotka ansaitsevat muiden luottamuksen ja ihailun urheilullisten ja liikunnallisten suoritusten lisäksi. Myös seuramme sidosryhmillä on tavoitteena olla mukana toiminnassa, jossa toiminta on uskottavalla tavalla toteutettua.

#### Lapset ja nuoret

Turun Urheiluliitossa on käytössä koko seuraa koskevat yhteiset pelisäännöt. Näiden lisäksi jokaisella harjoittelu- tai valmennusryhmällä on mahdollisuus tehdä oman ryhmänsä pelisäännöt. Säännöt koskevat kaikkia ryhmässä toimivia henkilöitä, olivat he sitten urheilijoita, valmentajia tai huoltajia. Lisäksi valmentajien tulee toimia myönteisinä esimerkkeinä ja ohjata lasten kasvua.

Turun Urheiluliiton lasten ja nuorten pelisäännöt:

- Urheilemme reilusti ja tasavertaisesti
- Otamme toiset huomioon ja kannustamme kaikkia
- Urheilemme oman ikämme ja kehitystasomme mukaan
- Käyttäydymme ystävällisesti ja kunnioitamme toisiamme
- Vaalimme ja korostamme päihteettömyyttä ja savuttomuutta.

### Aikuisurheilijat

Urheilu on julkista toimintaa, jota tuetaan yhteiskunnan varoin ja joka kiinnostaa suurta yleisöä. Urheiluyhteisön jäsenet toimivat esimerkkinä lapsille ja nuorille. Siksi heidän tulee noudattaa sovittuja sääntöjä kaikessa julkisessa elämässään.

Turun Urheiluliiton jäsenen eettiset säännöt:

Taustana on Suomen Liikunta ja Urheilu ry:n Eettisen toimikunnan selonteko epäurheilijamaisen käyttäytymisen määrittelystä.

#### 1. Vieraat aineet

- ei käytetä huumeita eikä dopingaineita
- ei esiinnytä humalassa
- ei käytetä tupakkaa eikä nuuskaa urheilutilaisuuksissa

#### 2. Käyttäytyminen harjoituksissa ja kilpailuissa

- ei käyttäydytä väkivaltaisesti eikä arvostella epäasiallisesti lähimmäisiä
- ei harhauteta tuomareita ja noudatetaan annettuja ohjeita ja sääntöjä

#### 3. Huijaus

- ei manipuloida kilpailutilaa eikä välineitä
- ei sovita tuloksia etukäteen

#### 4. Vedonlyönti

- ei lyödä vetoa omasta kilpailusta

#### 5. Lahjonta

- ei lahjota tuomareita, kilpakumppaneita, valmentajia eikä toimitsijoita tuloksen parantamiseksi

### **3.4. Kurinpito ja mahdollisten ristiriitatilanteiden ratkaiseminen**

Jaoston johtoryhmä käsittelee ensisijaisena instanssina mahdolliset ristiriitatilanteet jaostossa. Asiasta tulee tiedottaa johtokunnassa ja tilanteen laadusta ja vakavuudesta riippuen johtokunta voi ottaa asian käsiteltäväkseen. Mahdollisesta kurinpitotoimesta päättää johtokunta. Mahdollisina kurinpitotoimina tulee kyseeseen seuran edustusosoikeuden määräaikainen peruuttaminen niin kilpailijalta kuin toimitsijaltakin ja viimekätisenä kurinpitotoimena kyseeseen voi tulla myös seuran jäsenyydestä erottaminen.

## **4. Kilpailutoiminnan organisointi ja massatapahtumien järjestäminen**

### **4.1. Kilpailut**

Päätökset kansainvälisten kilpailujen järjestämisestä tekee seuran johtokunta jaoston johtoryhmän päätöksen pohjalta. Jaostolla on oikeus omalla päätöksellään järjestää kansallisia kilpailuja, mutta jaoston pitää informoida johtokuntaa järjestettäväkseen saamistaan kilpailuista.

Jaosto vastaa kilpailujen organisoinnista sekä kilpailujen taloudesta. Turun Urheiluliitolle on tärkeää, että kilpailut hoidetaan ammattimaisesti ja hyvin. Kilpailuissa tulee käydä ilmi järjestävä seura ja järjestäjän tulee noudattaa Turun Urheiluliiton graafista ohjetta ja visuaalista ilmettä kilpailumateriaalissa. Poikkeuksen tästä vaatimuksesta voi johtokunta myöntää jaoston esityksestä.

Turun Urheiluliitossa kilpailut pyritään ensisijaisesti järjestämään oman seuran voimin ja yhteistyössä muiden jaostojen kanssa.

### **4.2. Massatapahtumat**

Seuran talouden kulmakiviä ovat seuran kokonaan tai osittain järjestämät massaliikuntatapahtumat. Turun Urheiluliitolla on pitkät perinteet massatapahtumien järjestämisessä ja useat tapahtumistamme ovat toistakymmentä vuotta vanhat. Järjestämme mm. Naisten Kuntovitsen, Paavo Nurmi Marathonin, Paavo Nurmen Kisat, Myllyn Pyöräilyn ja Ruissalojuoksut. Tapahtumien tuotto käytetään ensisijaisesti lasten ja nuorten liikunnan tukemiseen.

Kukin järjestävä jaosto vastaa massatapahtumien organisoinnista ja taloudesta. Turun Urheiluliitolle on tärkeää, että tapahtumat hoidetaan ammattimaisesti ja hyvin. Tapahtumassa tulee käydä ilmi järjestävä seura ja järjestäjän tulee noudattaa Turun Urheiluliiton graafista ohjetta ja visuaalista ilmettä tapahtuman materiaalissa. Poikkeuksen tästä vaatimuksesta voi johtokunta myöntää järjestävän tahon esityksestä.

Turun Urheiluliitossa massatapahtumat pyritään ensisijaisesti järjestämään oman seuran voimin ja yhteistyössä muiden jaostojen kanssa.

## **5. Viestintä, markkinointi, varainhankinta ja palkitseminen**

### **5.1. Viestintä**

Turun Urheiluliiton viestinnästä vastaa viestintävaliokunta, jonka puheenjohtaja on myös seuran johtokunnan jäsen. Valiokunnan ensisijaisena tehtävänä on ollut seuran lehden toimittaminen ja sisällöntuotanto, sekä seuran markkinoinnista ja viestinnästä vastaaminen.

Tavoitteena on kehittää nykyistä seuran sisäistä ja ulkoista viestintää entistä laajalaisyemmäksi ja näkyvämmäksi.

Sekä sisäisen viestinnän että ulkoisen viestinnän kohdalla seuran taloudellisesta tilanteesta lausuntoja antaa ainoastaan seuran puheenjohtaja tai toiminnanjohtaja.

### 5.1.1. Sisäinen viestintä

Seuran sisäinen viestintä kertoo toimintamme vireestä ja elinvoimaisuudesta. Sisäinen viestintämme muodostuu ensisijaisesti sähköpostitiedotteista, ilmoituksista toimipaikkojemme ilmoitustauluilla, nettisivujemme ajantasaisesta päivittämisestä, facebook-sivustosta sekä jaostojen jakamista omista lehdistä ja toimipaikoissa jaettavista tiedotteista. Lisäksi toimitamme noin kuusi kertaa vuodessa uutiskirjettä, joka lähetetään jäsenillemme ja sidosryhmillemme.

Pidämme ajan tasalla jäsenrekisteriä, jonka avulla voimme lähettää tiedotteita koko jäsenistöllemme. Ajan tasalla olevat www-sivut ovat viestinnän pääkanava, josta jäsenistön on helppo löytää tietoa seuran toiminnasta, tapahtumista ja organisaatiosta. Toimintakertomuksen kautta jäsenistö saa vuosittain tietoa seuran toiminnasta laaja-alaisesti. Harjoitusten yhteydessä jaetaan myös edelleen perinteisiä paperitiedotteita.

Seuralla on yksi yhteinen facebook-sivusto, johon seuran toiminnanjohtaja myöntää jaostojen esityksestä päivittäjän oikeuksia jaostojen aktiiveille. Hyvät tavat ja hyvä nettietiketti ohjaavat toimintaamme sosiaalisessa mediassa. Seuran toiminnanjohtaja voi harkintansa mukaan antaa käyttäjätunnukset seura-aktiiveille seuran nettisivujen päivittämiseen.

### 5.1.2. Ulkoinen viestintä

Säännönmukainen ulkoinen viestintä muodostuu seuran jäsenlehdestä, uutiskirjeestä, facebook-sivustosta sekä palstasta paikallislehdessä Aamusetissä. Myös ajantasaiset www-sivut palvelevat kaikkia seuran toiminnasta kiinnostuneita ihmisiä.

Jokaisen jaoston tulisi tuottaa sisältöä omista ajankohtaisista asioistaan jäsenlehteen sekä huolehtia www-sivujen tietojen oikeellisuudesta sekä välittää ajankohtaista tietoa toiminnanjohtajalle www-sivujen päivittämiseksi.

Seuralla on yksi yhteinen facebook-sivusto, johon seuran toiminnanjohtaja myöntää jaostojen esityksestä päivittäjän oikeuksia jaostojen aktiiveille. Hyvät tavat ja hyvä nettietiketti ohjaavat toimintaamme sosiaalisessa mediassa. Seuran toiminnanjohtaja voi harkintansa mukaan antaa käyttäjätunnukset seura-aktiiveille seuran nettisivujen päivittämiseen.

Näkyvyyttä paikallismediassa ja mediassa laajemmaltikin pyritään lisäämään ja tiedottamista kehittämään entisestään. Pyritään saamaan myös TV-kanavat kiinnostumaan ainakin suuremmista tapahtumistamme ja kilpailuista. Alue- ja valtakunnallisiin lehtiin pyritään saamaan/toimittamaan kirjoituksia seuran urheilijoista ja seuran järjestämistä tapahtumista.

### 5.1.3. Kriisiviestintä

Toimimme seurana siten, että tarvetta kriisiviestinnälle ei synny. Kriisiviestintä liittyy kuitenkin seuratoiminnan turvallisuuteen ja Turun Urheiluliitossa kriisitilanteessa toimitaan seuraavasti:

- seuran toiminnanjohtaja yhdessä mahdollisen kriisitilanteen havainneen henkilön kanssa arvioi kriisin laadun sekä tarvittavien toimenpiteiden laajuuden
- kriisitilanteen aktualisoiduttua toiminnanjohtaja yhdessä seuran puheenjohtajan ja tai viestintävaliokunnan puheenjohtajan kanssa laatii toimintasuunnitelman siitä, kenelle kriisistä tiedotetaan ja miten

- kriisitilanteessa ehdoton sääntö on, että puhutaan totta ja kerrotaan mitä tiedetään edellisessä kohdassa todetun suunnitelman mukaisesti

Mahdollisia kriisitilanteita, joista tiedon saatuaan tulee olla yhteydessä toiminnanjohtajaan ovat seuraavanlaisia:

- sisäiset taloudelliset tai muut ongelmat kuten väärinkäytökset
- ulkoiset taloudelliset ongelmat, kuten yhteistyökumppanin konkurssi
- ulkoiset informaatiohyökkäykset, kuten mustamaalaus tai pelottelu
- toiminnan häiriöt, esim. jatkuva huono menestys, dopingtapaus
- loukkaantumiset, onnettomuudet tms.

## 5.2. Markkinointi

### 5.2.1. Periaatteet ja ohjeet

Markkinoinnin ensisijainen tarkoitus on luoda positiivista tunnettavuutta Turun Urheiluliitolle seurana sekä kullekin sen lajille. Markkinoinnin tehtävä on myös luoda yhteistyösopimuksin taloudelliset resurssit lajin harrastamiseksi ja edelleen kehittämiseksi. Urheilumarkkinointi on asiakaslähtöinen toimintatapa, jonka avulla luodaan seuralle kilpailuetu, viedään hyödykkeet/palvelut markkinoille ostohalua synnyttäen ja varmistetaan asiakassuhde asiakastyytyväisyydellä.

Turun Urheiluliitolla on muutama pitkäaikainen pääyhteistyökumppani, jotka löytyvät mm. nettisivuiltamme. Jaostojen tulee kunnioittaa seuran pääyhteistyökumppaneita eikä solmia näiden kanssa kilpailevien yritysten kanssa yhteistyösopimuksia ennen kuin jaosto on lähestynyt pääyhteistyökumppaneita ja antanut näille ensisijaisen mahdollisuuden yhteistyöhön.

### 5.2.2. Yritys- ja yhteisömarkkinointi

Yritys- ja yhteisömarkkinointi lähtee asiakkaiden tarpeista ja on tavoitteellista ja pitkäjänteistä toimintaa. Markkinointi tyydyttää asiakkaiden tarpeet hyötyä tarjoten. Yritys- ja yhteistyömarkkinointi tulisi aloittaa nykytilanteen analysoinnilla, kohderyhmien rajauksella (esim. suhdetoiminnalliset mahdollisuudet, onko meillä jotain tarjottavaa yrityksen oman liiketoiminnan tukemiseksi, yleinen sopivuus esim. yhteiskunta, arvot, maine, suosio ja liiketoiminnalliset mahdollisuudet), tavoitteiden asettamisella ja budjetoinnilla.

Pyrimme luomaan sellaisia tuotteita ja elämyksiä, joita asiakkaat haluavat ostaa sekä tuomaan tuotteet ja elämykset asiakkaan tietoisuuteen ja saataville. Panostetaan asiakassuhteiden ylläpitämiseen ja kehittämiseen. Käyttäydymme kaikessa toiminnassamme siten, ettemme pilaa seuramme tai yhteistyökumppaneidemme mainetta.

## 5.3. Varainhankinta

Seuran talous perustuu jäsenmaksutuloihin, toiminnasta perittäviin erilaisiin maksuihin (valmennusmaksut, urheilukoulumaksut, kesäurheilukoulumaksut), massatapahtumiin ja erilaisiin yleisavustuksiin (Turun Urheiluliiton säätiö, kaupungin tuki). Kukin jaosto vastaa omasta varainhankinnan toteutumisesta ja kehittämisestä yhteistyössä johtokunnan kanssa. Massatapahtumien ja kilpailuiden järjestäminen pyritään hoitamaan mahdollisimman pitkälle seuran omana talkootyönä (ks. 4.2. Massatapahtumat).



## 5.4. Palkitseminen

### 5.4.1. Palkitsemisperusteet

Kunniajäseniksi voi seuran kokous kutsua johtokunnan esityksestä henkilön, joka on erittäin merkittävästi edistänyt seuran toimintaa. Kunniajäsenen arvo on elinikäinen eikä kunniajäseneltä peritä jäsenmaksuja.

Kunniapuheenjohtajaksi voi seuran kokous kutsua seuran puheenjohtajana ansiokkaasti toimineen henkilön. Kunniapuheenjohtajan arvo on elinikäinen eikä kunniapuheenjohtajalta peritä jäsenmaksuja.

Seuran ansiomerkkejä jaetaan seuraavin perustein:

- Seuran kunniaviiri  
erittäin ansioitunut seuran jäsen, johtokunnan erikoisharkinnan mukaan
- Paavo Nurmen kultainen mitali  
: erittäin ansioitunut seuran jäsen, 75-80 -vuotispäivänä
- Paavo Nurmen hopeinen mitali  
erittäin ansioitunut seuran jäsen, 70-vuotispäivänä, seurat 60-vuotispäivänä
- Seuran pienoislippu  
ansioitunut seuran jäsen, 50-vuotispäivänä, olympiaedustus, seurat 50-vuotispäivänä
- Paavo Nurmen pronssinen mitali  
ansioitunut seuran jäsen, 60-vuotispäivänä, seurat 30-vuotispäivänä
- Seuran kultainen ansiomerkki  
erittäin ansioitunut seuran jäsen, johtokunnan erikoisharkinnan mukaan, 20 toimintavuotta
- Seuran hopeinen ansiomerkki  
ansioitunut seuran jäsen, johtokunnan päätöksen mukaan, 10 toimintavuotta
- SM-menestysmitali  
yli 14-vuotiaille seuran jäsenille, jotka ovat saavuttaneet SM-mitalin vuoden kuluessa

### 5.4.2. Huomionosoitukset ja muistaminen

Seura muistaa ansiokkaiden jäsentensä vuosipäiviä onnitteluadressein tai lahjoilla.  
50-vuotispäivä; seuran pienoislippu, muut huomioitavat vuosipäivät;  
60-vuotispäivä, 70-vuotispäivä, 75-vuotispäivä ja 80-vuotispäivä.

Lahjat sijaitsevat seuran toimistolla.

Seuran pienoislippu voidaan luovuttaa myös seuran kanssa yhteistyössä oleville yhteisöille ja seuroille. Seura muistaa myös joukostamme poistuneita ansiokkaita jäseniään adressilla tai kukkasin.

## 6. Liitteet

### TURUN URHEILULIITTO RY:N SÄÄNNÖT

#### 1 § Nimi, kotipaikka ja perustamisaika

Yhdistyksen nimi on Turun Urheiluliitto ry ja sen kotipaikka on Turku. Yhdistys on perustettu vuonna 1901 ja siitä käytetään näissä säännöissä nimitystä seura. Seuran toiminta-alueena on Turku lähiympäristöineen.

#### 2 § Seuran tarkoitus

Seuran tarkoituksena on edistää ja kohottaa kilpa- ja huippu-urheilun sekä kuntourheilun ja liikunnan harrastusta ja muuta siihen liittyvää kansalaistoimintaa toiminta-alueellaan sekä innostaa jäseniään ja muitakin henkilöitä toimimaan tämän päämäärän hyväksi.

#### 3 § Tarkoituksen toteuttaminen

Tarkoituksensa saavuttamiseksi seura tarjoaa jäsenilleen kunto- ja kilpaurheilua, ohjaus- ja valmennustoimintaa sekä muuta liikuntatoimintaa, jonka tavoitteena on edistää kansalaisten fyysistä ja henkistä toimintakykyä ja hyvinvointia. Lisäksi seura järjestää liikuntaharjoituksia, kilpailuja, retkiä ja leirejä sekä toimeenpanee näytöksiä ja juhlia ja harjoittaa julkaisu-, kurssi- ja koulutustoimintaa.

Toimintansa tukemiseksi seura hankkii varoja järjestämällä huvitapahtumia, kilpailuja ja näytöksiä, toimeenpanemalla rahankeräyksiä ja arpajaisia sekä ottamalla vastaan lahjoituksia ja testamentteja. Seura voi omistaa toimintaansa varten tarpeellisia kiinteistöjä tai urheilulaitoksia sekä välittää jäsenilleen urheiluvälineitä ja -asusteita.

#### 4 § Seuran jäsenet ja jäsenmaksut

Seuran varsinaiseksi jäseneksi voidaan ottaa jokainen viisitoista (15) vuotta täyttänyt ja nuoreksi jäseneksi alle viisitoista (15) vuotias henkilö. Nuorella jäsenellä ei ole äänioikeutta seuran kokouksissa.

Seuran varsinainen jäsen suorittaa seuralle seuran syyskokouksen kutakin vuotta varten erikseen vahvistaman vuosittaisen jäsenmaksun.

Kunniajäseniksi voi seuran kokous kutsua johtokunnan esityksestä henkilön, joka on erittäin merkittävästi edistänyt seuran toimintaa. Kunniajäsenen arvo on elinikäinen eikä kunniajäseneltä peritä jäsenmaksuja.

Kunniapuheenjohtajaksi voi seuran kokous kutsua seuran puheenjohtajana ansiokkaasti toimineen henkilön. Kunniapuheenjohtajan arvo on elinikäinen eikä kunniapuheenjohtajalta peritä jäsenmaksuja.

Kannattajajäseneksi voi seuran johtokunta hyväksyä oikeuskelpoisen yhteisön, joka tukee seuran toimintaa suorittamalla vuotuisen tai kertakaikkisen kannattajajäsenmaksun. Kannattajajäsenellä on puhe- mutta ei äänioikeutta seuran kokouksissa. Seuran syyskokous vahvistaa kutakin vuotta varten erikseen vuotuisen ja kertakaikkisen kannattajajäsenmaksun. Aikaisemmin saavutetut jäsenoikeudet säilyvät.

## 5 § Jäsenen erottaminen ja muut kurinpitotoimet

Seuran jäsen, joka ei noudata seuran sääntöjä tai johtokunnan päätöksiä, jättää eräänntyneen jäsenmaksunsa maksamatta, toimii vastoin seuran tarkoitusta tai toimii törkeästi vastoin urheilun eettisiä periaatteita tai kulloinkin voimassa olevaa dopingsäännöstöä vastaan voidaan johtokunnan päätöksellä erottaa seurasta. Jos rikkomus ei ole törkeä, voidaan määrätä määräaikainen, enintään kahden vuoden seuran edustuskielto.

Johtokunta päättää myös muista kurinpitotoimista ja niiden yhteydessä annettavista rangaistuksista. Ennen erottamis- tai muiden kurinpitopäätösten tekemistä johtokunnan on annettava erottamisuhan alla olevalle mahdollisuus tulla kuulluksi erottamisen uhkaan johtaneessa asiassa.

Päätökset tulevat voimaan heti johtokunnan kokouksen päätöksellä ja niiden katsotaan tulleen asianomaisen tietoon viisi päivää sen jälkeen kun päätös on lähetetty kirjatussa kirjeessä. Erotetulla ei ole oikeutta vaatia takaisin seuralle suorittamiaan maksuja.

## 6 § Seuran varsinaiset ja ylimääräiset kokoukset

Seura pitää vuodessa kaksi varsinaista kokousta, joista kevätkokous pidetään helmi- maaliskuussa ja syyskokous loka- marraskuussa.

### Kevätkokouksessa käsitellään seuraavat asiat:

1. valitaan kokoukselle
  - a) puheenjohtaja
  - b) sihteeri ja
  - c) kaksi pöytäkirjan tarkistajaa sekä ääntenlaskijat
2. todetaan kokouksen laillisuus
3. esitetään hyväksyttäväksi edellisen kauden toimintakertomus ja tilinpäätös sekä tilintarkastajien antama lausunto.
4. vahvistetaan tilinpäätös ja päätetään vastuuvapauden myöntämisestä seuran johtokunnalle ja muille vastuuvollisille.
5. käsitellään muut sääntöjen määräämässä järjestyksessä vireille pannut asiat.

### Syyskokouksessa käsitellään seuraavat asiat:

1. valitaan kokoukselle
  - a) puheenjohtaja
  - b) sihteeri
  - c) kaksi pöytäkirjan tarkistajaa sekä ääntenlaskijat
2. todetaan kokouksen laillisuus
3. vahvistetaan seuran varsinaisilta jäseniltä ja kannattajajäseniltä perittävän jäsenmaksun suuruus sekä vahvistetaan seuraavan vuoden toimintasuunnitelma ja talousarvio
4. valitaan seuraavaksi toimintavuodeksi
  - a) johtokunnan puheenjohtaja, jota kutsutaan seuran puheenjohtajaksi ja johtokunnan jäsenet siten, että jokaisesta jaostosta ja valiokunnasta olisi yksi edustaja
  - b) jaostojen ja valiokuntien puheenjohtajat ja jäsenet
  - c) erovuorossa olevien seuravaltuutettujen tilalle uudet tai entiset jäsenet
  - d) kaksi tilintarkastajaa ja kaksi varatilintarkastajaa
  - e) seuran edustajat niiden järjestöjen ja yhteisöjen kokouksiin, joissa seura on jäsenenä tai annetaan johtokunnalle valtuudet henkilöiden valitsemiseksi kyseisiin kokouksiin.
5. päätetään, missä sanomalehdessä seuran kokousilmoitukset seuraavana toimintakaute-na ilmoitetaan

## 6. käsitellään muut sääntöjen määräämässä järjestyksessä vireille pannut asiat.

Varsinaisissa kokouksissa (kevät- ja syyskokous) käsiteltäviksi aiottu asia on kirjallisesti jätettävä johtokunnalle vähintään viisitoista (15) päivää ennen kokousta.

Seuran johtokunta kutsuu koolle seuran ylimääräisen kokouksen, jos se katsoo sen tarpeelliseksi tai jos vähintään 1/10 seuran äänioikeutetuista jäsenistä sitä ilmoitettua asiaa varten kirjallisesti johtokunnalta pyytää.

Kutsu varsinaiseen kokoukseen on toimitettava jäsenten tiedoksi vähintään neljätoista (14) päivää ennen kokousta ja ylimääräiseen kokoukseen vähintään kahdeksan (8) päivää ennen kokousta ilmoittamalla siitä Turussa ilmestyvässä sanomalehdessä. Syyskokouksessa on seuran puheenjohtajan, johtokunnan jäsenten ja seuravaltuuston jäsenten vaaleissa vaadittava käytettävä lippuäänestystä.

## 7 § Seuran valtuutetut

Seuran valtuutettuihin kuuluu syyskokouksen kulloinkin valitsema seuran puheenjohtaja, joka toimii valtuutettujen puheenjohtajana, ja kahdeksantoista (18) syyskokouksen seuran jäsenistä kolmeksi vuodeksi valitsemaa jäsentä. Valtuutetuista eroaa 1/3 vuosittain. Eroamisajan määrää toimiaika tai ellei sen perusteella voida ratkaisua tehdä, arpa.

Valtuutetut valitsevat keskuudestaan vuosittain varapuheenjohtajan ja sihteerin. Sihteeriksi voidaan kutsua myös seuran sihteeri tai toiminnanjohtaja.

Valtuutettujen kokous on kutsuttava koolle milloin johtokunta sen katsoo tarpeelliseksi tai milloin 1/5 valtuutetuista tai 1/10 seuran äänioikeutetuista jäsenistä sitä erityisesti ilmoitettua asiaa varten johtokunnalta kirjallisesti vaatii. Kutsu on johtokunnan toimesta toimitettava jokaiselle valtuutetulle kirjallisesti vähintään viikkoa ennen kokousta, ja kokouskutsussa on mainittava esille tulevat asiat.

Valtuutettujen kokous on päätösvaltainen, kun vähintään puolet jäsenistä puheenjohtaja tai varapuheenjohtaja mukaan luetteluna on läsnä kokouksessa. Äänen sattuessa tasan, voittaa se mielihäly, johon kokouksen puheenjohtaja on yhtynyt. Valtuutettujen kokouksessa pidetään pöytäkirjaa, johon on merkittävä läsnäolijat, tehdyt päätökset ja erimielisyyden sattuessa tapahtunut äänestys.

## 8 § Seuran valtuutettujen päätöstä edellyttävät asiat

Seuran päätökset on alistettava seuran valtuutettujen päätettäväksi, jos ne koskevat

1. kiinteistön luovuttamista ja ostoja tai seuran omaisuuden kiinnittämistä,
2. lainan ottamista lainan määrän ylittäessä 100.000 euroa sekä
3. seuran purkamista tai seuran sääntöjen muuttamista.

## 9 § Seuran hallinto

Seuran hallituksen muodostaa johtokunta, johon kuuluu seuran puheenjohtajan lisäksi 10-14 jäsentä. Johtokunta valitsee varapuheenjohtajan johtokunnan jäsenistä sekä taloudenhoitajan, sihteerin ja muut tarpeelliset virkailijat, toimitsijat ja ohjaajat, jotka voidaan valita myös johtokunnan ulkopuolelta. Johtokunta päättää seuran omistamien arvopapereiden luovuttamisesta tai panttaamisesta.

Johtokunnan tehtävänä ja velvollisuutena on muun muassa

1. kutsua koolle seuran kokoukset ja valtuutettujen kokoukset ja valmistella niissä käsiteltävät asiat,
2. panna toimeen seuran ja valtuutettujen kokousten päätökset,

3. laatia seuran toimintasuunnitelma ja talousarvio,
4. hoitaa seuran taloutta ja vastata seuran hoidosta,
5. valvoa, että seuran virkailijat, toimitsijat ja ohjaajat täyttävät tunnollisesti heille kuuluvat tehtävät ja hoitavat huolellisesti seuran omaisuutta.
6. hyväksyä seuraan pyrkivät uudet jäsenet ja pitää luetteloa seuran jäsenistöstä ja
7. laatia kevätkokoukselle esitettävät seuran toiminta- ja tilikertomukset,
8. vastata seuran ulkopuolelle suuntautuvasta toiminnasta,
9. hoitaa seuran tiedotustoimintaa,
10. tarvittaessa valita sekä erottaa seuran palkatut toimihenkilöt sekä sopia heidän eduistaan,
11. päättää seuran ansiomerkkien myöntämisestä ja muiden kunnia- ja arvomerkkien esittämisestä sekä
12. ryhtyä kaikkiin niihin toimenpiteisiin, joita seuran etu vaatii.

Johtokunta kokoontuu puheenjohtajan kutsusta tai kokouksessa tehdyn päätöksen mukaan ja on päätösvaltainen, kun vähintään puolet sen jäsenistä on saapuvilla. Johtokunnan toimiaika on kalenterivuosi.

Jaostot, valiokunnat ja toimikunnat, jotka on valittu joko syyskokouksen tai johtokunnan päätöksellä, ovat toiminnastaan vastuussa johtokunnalle. Niiden puheenjohtajilla on oikeus saapua johtokunnan kokouksiin ja käyttää niissä puhevaltaa.

#### 10 § Tilivuosi

Seuran tilivuosi on kalenterivuosi. Johtokunnan on jätettävä seuran tilit alatileineen tilintarkastajille viimeistään kolme (3) viikkoa ennen kevätkokousta.

#### 11 § Nimenkirjoittajat

Seuran nimen merkitsevät puheenjohtaja tai varapuheenjohtaja, jompikumpi yhdessä toiminnanjohtajan tai työ- ja talousvaliokunnan puheenjohtajan kanssa.

#### 12 § Sääntöjen muuttaminen tai seuran purkaminen

Päätös näiden sääntöjen muuttamisesta tai seuran purkamisesta voidaan tehdä valtuutettujen kokouksessa vain, jos kolme neljäsosaa (3/4) äänestyksessä annetuista äänistä sitä kannattaa. Jos seura puretaan, on valtuutettujen samassa kokouksessa päätettävä seuran varojen käyttämisestä paikkakunnan liikuntatoimiin tai sellaisiin seuran tarkoituksia edistäviin tarkoituksiin, joista purkamispäätöksessä lähemmin määrätään.

## REILUN PELIN SÄÄNNÖT

Me Turun Urheiluliitossa kannamme huolta seuramme jäsenistä. Seuramme toiminta tähtää kasvattamaan kokonaisvaltaisia ihmisiä. Urheilullisuuden ja fyysisyyden ohessa myös henkisesti myönteinen ilmapiiri on tavoiteltavia asioita. Tämän vuoksi julkaisemme Turun Urheiluliiton REILUN PELIN SÄÄNNÖT -vihkosen, jonka sisältämä informaatio on luettavissa myös nettisivuiltamme. Säännöt on kirjoitettu seuramme jäsenistölle ohjeeksi sekä lasten ja nuorten vanhemmille kasvatuksen tueksi. Säännöt on jaettu kolmeen osaan: LAPSET JA NUORET, AIKUISURHEILIJAT ja DOPING.

Edellytämme, että jokainen seuramme yli 15-vuotias lisenssiurheilija sekä jokainen seuramme valmennus- tai ohjaustyössä oleva henkilö allekirjoittaa käyttäytymissopimuksen. Nämä henkilöt ovat esimerkkejä, heitä seurataan ja heihin halutaan samaistua. Haluamme, että seuramme nuoremmat jäsenet ja lisenssittömät urheilijat saavat myönteisiksi esikuvikseen henkilöitä, jotka ansaitsevat muiden luottamuksen ja ihailun urheilullisten ja liikunnallisten suoritusten lisäksi. Myös seuramme sidosryhmillä on tavoitteena olla mukana toiminnassa, jossa toiminta on uskottavalla tavalla toteutettua.

### Lapset ja nuoret

Turun Urheiluliitossa on käytössä koko seuraa koskevat yhteiset pelisäännöt. Näiden lisäksi jokaisella harjoittelu- tai valmennusryhmällä on mahdollisuus tehdä oman ryhmänsä pelisäännöt. Säännöt koskevat kaikkia ryhmässä toimivia henkilöitä, olivat he sitten urheilijoita, valmentajia tai huoltajia. Lisäksi valmentajien tulee toimia myönteisinä esimerkkeinä ja ohjata lasten kasvua.

Turun Urheiluliiton lasten ja nuorten pelisäännöt:

Urheilemme reilusti ja tasavertaisesti.  
Otamme toiset huomioon ja kannustamme kaikkia.  
Urheilemme oman ikämme ja kehitystason mukaan.  
Käyttäydymme ystävällisesti ja kunnioitamme toisiamme.  
Vaalimme ja korostamme päihteettömyyttä ja savuttomuutta.

### Aikuisurheilijat

Urheilu on julkista toimintaa, jota tuetaan yhteiskunnan varoin ja joka kiinnostaa suurta yleisöä. Urheilyyhteisön jäsenet toimivat esimerkkinä lapsille ja nuorille. Siksi heidän tulee noudattaa sovittuja sääntöjä kaikessa julkisessa elämässään.

Turun Urheiluliiton jäsenen eettiset säännöt:

Taustana on Suomen Liikunta ja Urheilu ry:n Eettisen toimikunnan selonteko epäurheilijamaisen käyttäytymisen määrittelystä.

#### 1. Vieraat aineet

- ei käytetä huumeita eikä dopingaineita
- ei esiinnytä humalassa
- ei käytetä tupakkaa eikä nuuskaa urheilutilaisuuksissa

## 2. Käyttäytyminen harjoituksissa ja kilpailuissa

- ei käyttäydytä väkivaltaisesti eikä arvostella epäasiallisesti lähimmäisiä
- ei harhauteta tuomareita ja noudatetaan annettuja ohjeita ja sääntöjä

## 3. Huijaus

- ei manipuloida kilpailutilaa eikä välineitä
- ei sovita tuloksia etukäteen

## 4. Vedonlyönti

- ei lyödä vetoa omasta kilpailusta

## 5. Lahjonta

- ei lahjota tuomareita, kilpakumppaneita, valmentajia eikä toimitsijoita tuloksen parantamiseksi

## Doping

Edellytyksenä kilpailuihin osallistumisesta on, että urheilijat noudattavat Suomen Antidoping -toimikunnan ja Kansainvälisen lajiliiton dopingsääntöjä. Kaikkia urheilijoita, valmentajia ja toimitsijoita veloitetaan tutustumaan heitä koskevaan dopingsäännöstöön. Tiedot urheilussa kielletyistä dopingaineista ja -menetelmistä, kuten selvitys testin teknisestä toteutuksesta ovat Suomen Antidoping -toimikunnan vuosittaisesta julkaisusta ”Kielletyt ja sallitut lääkeaineet urheilussa”.

Urheilijalle suoritetaan dopingtestejä sekä kilpailujen yhteydessä että niiden ulkopuolella (harjoituskauden testit). Lajien Suomen, Euroopan ja Maailman ennätysten hyväksyntä vaatii yleensä saman vuorokauden aikana annetun negatiivisen dopingnäytteen.

Urheilija pyritään kutsumaan dopingtestiin aina kirjallisesti sekä kilpailuissa että niiden ulkopuolella. Kutsu voidaan antaa myös suullisesti kahden todistajan läsnä ollessa. Kutsu testiin annetaan urheilijalle tai joukkueen johdolle välittömästi urheilijan kilpailusuorituksen päätyttyä tai harjoituksen aikana tai viimeistään pelin viimeisellä neljänneksellä. Kutsuun pyydetään yleensä urheilijan tai johtajan allekirjoitus. Yksittäisiä urheilijoita kutsutaan harjoituskauden testiin myös haastemiehen välityksellä. Urheilijan tulee saapua testiin mahdollisimman nopeasti. Kilpailu- ja harjoitustilanteessa saattaja valvoo urheilijaa koko ajan ennen testiin tuloa. Urheilijan tulee todistaa henkilötietonsa testaajalle. Testihuoneeseen urheilija saa tuoda mukanaan huoltajan sekä tarvittaessa tulkin. Lisätietoja saa Suomen Antidoping -toimikunnalta.