

Toimintakertomus v. 2015

	sivu
Sisällysluettelo	1
1.0 Johdanto	2
1.1 Painijaosto	2
1.2 Jäsenmäärä	2
1.3 Jäsenyydet	2
2.0 Toiminta	3
2.1 Harrastustoiminta ryhmittäin	3
2.2 Kilpailutoiminta	3
2.3 Järjestetyt kilpailut	3
2.4 Käytyt kilpailut	3
2.5 Kilpailulliset saavutukset	3
2.6 Muut saavutukset	3
2.7 Leiritoiminta	
3.0 Talous	4
4.0 Yhteistyö ja sidosryhmät	4



## 1.0 Johdanto:

2.

Vuosi 2015 oli Vaajakosken Kuohun painijaossa toiminnallinen ja urheilullisesti 2000 luvun tuloksellisin vuosi.

Painijaosto järjesti kahdet kansalliset painikilpailut (TUL:n mestaruuspainit tammikuussa ja perinteiset K-S OP-painit maaliskuussa) ja seuran painijat osallistuivat menestyksellä moniin eri kilpailuihin ympäri suomea.

Harrastustoimintaan vuoden 2015 aikana osallistui 80 harrastajaa ja kymmeniä vapaaehtoisia seuratyöntekijöitä harjoitus ja kilpailutoiminnan järjestämisen osalta.

Harjoitustoiminnassa jatkettiin edellisten vuosien linjalla, panostamalla etenkin junioriryhmien harjoitustoimintaan ja sen kehittämiseen. Kilpaurheiluun panostavien osalta harjoitusohjelmaan kuului oman saliharjoittelun lisäksi yhteisharjoituksia muiden alueen seurojen painijoiden kanssa sekä leireilyä Suomessa ja Unkarissa. Vaajakosken Kuohun painijaosto jatkoi aktiivisesti keski-suomen painiseurojen välisten, vuonna 2012 alkaneen yhteisharjoittelun kehittämistä. Yhteisharjoituksiin osallistui viikoittain kymmeniä painiharrastajia alueen painiseuroista.

Kilpailullisesti jaoston asettamat tavoitteet ylitettiin. Vaajakosken Kuohun painijoista viisi oli nimetty maajoukkuevalmennusryhmiin. Kolme kreikkalais-roomalaiseen ja kaksi vapaapainin puolelle.

Yksi merkittävä toiminnan kehityskohta on ollut kilpailutapahtumien järjestämiseen kehitetyn tietokantapohjaisen ohjelmiston (USuPa) kehittäminen yhteistyössä Jyväskylän Ammattikorkeakoulun (JAMK) kanssa.

## 1.2 Painijaosto v. 2015

**Kari Lamberg, puheenjohtaja (kausi 4 ), johtokunnan jäsen**

**Mika Suhonen, sihteeri (kausi 13) sekä seuran taloudenhoitaja.**

**Johanna Peltola, taloudenhoitaja (kausi 2)**

Jäsenet:

Teemu Mykkänen

Petteri Piippo

Timo Tuukkanen

Painijaosto kokoontui vuoden aikana 4 kertaa.

Muutoin toimintaan liittyvät päätökset tehtiin sähköposti- ja puhelin neuvottelujen perusteella.

## 1.3 Jäsenmäärät

- |                          |    |
|--------------------------|----|
| • alle 15 vuotiaat pojat | 69 |
| • alle 15 vuotiaat tytöt | 3  |
| • 15 – 18 vuotiaat pojat | 5  |
| • 15 – 18 vuotiaat tytöt | 0  |
| • miehet                 | 15 |
| • naiset                 | 5  |

Yhteensä 97

## 1.4 Jäsenyydet

- Suomen painiliitto
- TUL:n Painin Tuki ry
- Keski-Suomen Liikunta

### 2.1 Harrastustoiminta ryhmittäin

- **Nassikkapaini 4-7 v.** Nassikkaryhmä harjoitteli yhden kerran viikossa. Harjoitustoimintaan osallistui n. 50 lasta. Ohjaajina toimivat Miska Suhonen, Kari Lamberg, Ida-Kristiina Autio ja Samuel Lahtinen.
- **Painikoulu 8-12 v.** Painikoulu harjoitteli 2 kertaa viikossa. Harjoitustoimintaan osallistui n. 20 harrastajaa. Ohjaajina toimivat Miska Suhonen, Kari Lamberg ja Mika Suhonen.
- **Kilpailuryhmä.** Kilpailuryhmä harjoitteli lajiharjoituksia neljä kertaa viikossa. Tämän lisäksi harjoitusohjelmaan kuului leiritoimintaa n. 1 kerran kuukaudessa, sekä omatoimisia oheisharjoituksia 3-4 kertaa viikossa. Valmentajina toimivat vastuvalmentaja Teemu Mykkänen, Mika Suhonen ja Kari Lamberg. Lisäksi yhteisharjoitusten valmentajina toimivat Pasi Sarkkinen (HWJ) ja Sami Suoaho (ÄH).

### 2.2 Kilpailutoiminta

### 2.3 Järjestetyt kilpailut

TUL:n tyttöjen ja poikien mestaruuspainit 24.1.2015

Keski-Suomen OP-painit 7.3.2015

Alueellisia karhunpentupaineja 4 kilpailua

### 2.4 Käydyt kilpailut

**Vuonna 2015 Vaajakosken Kuohun painijoita osallistui 25:ään painikilpailuun Suomessa ja kahteen kilpailuun Virossa.**

### 2.5 Kilpailulliset saavutukset: (parhaita saavutuksia mainittu)

**Pohjoismaiden mestaruus (PM), Suomenmestaruus (SM), Koululiikuntaliiton mestaruus (KLL), Työväen Urheiluliiton mestaruus (TUL), Länsi-suomen Aluemestaruus (AM)**

Eetu Lamberg (2005)	TUL 2, AM 2.
Riku Suhonen (2002):	SM 1 poikien kreikkalais-roomalainen, SM 2 poikien vapaapaini.
Matias Tuukkanen (2002):	KLL 2, Tallinna Open 2.
Nooa Parviainen (2001):	SM 3 poikien vapaapaini, KLL 3.
Juho Lamberg (2001):	KLL 2, AM 3.
Vilho Laukkarinen (2000):	KLL 3, TUL 1.
Niko Lamberg (1999):	SM 1 poikien kreikkalais-roomalainen, SM 5 poikien vapaapaini, PM 7.
Iiro Piippo (1997):	KLL 1, SM 5 miehet KR
Rasmus Peltola (1996):	Baltian mestaruus 2 vapaapaini
Miska Suhonen (1995):	SM 5 miehet vapaapaini, Tallinna Open 1.

Vaajakosken Kuohun painijoista kolme saavutti SM-tason mitalin vuonna 2015, Niko Lamberg paini Suomen maajoukkueen edustajana Pohjoismaiden Mestaruuskilpailuissa sijalle 4, Rasmus Peltola paini Suomen maajoukkueen edustajana Baltian Mestaruuskilpailuissa sijalle 2. Samoissa kilpailuissa Miska Suhonen paini sijalle 9.

Lisäksi Kuohun painijat saavuttivat useita mitali ja pistesijoja TUL:n, KLL:n ja Aluemestaruuskilpailuissa, sekä oman ikäkautensa kilpailuissa ympäri suomea.

### 2.6 Muut saavutukset:

Keski-suomen piirin paras seura TUL:n piiritasolla.

Keski-suomen alueen aktiivisin seura painiliiton toimintapisteissä.

Keski-suomen suurin seura harjoittelijoiden määrässä mitattuna (painiliiton tilasto)

## 2.7 Leiritoiminta

Vaajakosken Kuohun painijoita osallistui Himberg-Teamin (maajoukkue KR) ja Vapaapainin nuorten maajoukkuevalmennettävien leirityksiin suomessa ja kerran Unkarissa. Lisäksi Vaajakosken Kuohu järjesti yhdessä muiden alueen seurojen kanssa neljä painileiriä Keski-Suomen painijoille. Leireillä vetäjinä toimivat paikallisten valmentajien lisäksi mm. maajoukkueen entinen päävalmentaja Juha Virtanen ja Pietarin Painiliiton päävalmentaja Krigori Davidian.

## 3.0 Talous

Vuonna 2015 Vaajakosken Kuohun painijaoston toiminta oli omavaraista. Kilpailutoiminnasta, talkootyöstä, kaupungin toiminta-avustuksesta, yhteistyökumppaneiden tukimaksuista sekä jäsen ja harjoitusmaksuista kootuilla varoilla pystyttiin turvaamaan toiminnan taloudellinen puoli.

## 4.0 Yhteistyö ja sidosryhmät

- Keski-Suomen Osuuspankki
- Jyväskylän Kaupunki
- Jyväskylän Ammattikorkeakoulu
- Stadium
- Mehiläinen
- Veikkaus
- Aalman Oy
- Lukuisia muita pienempiä tukijoita

Vaajakoskella 24.1.2016

Puheenjohtaja Kari Lamberg , Sihteeri Mika Suhonen