

Toimintalinja

Lahden Suunnistajat -37 ry

2021



Toiminnan linjaukset/ seuratoiminnan tavoitteet

Tarjoamme lapsille ja nuorille kehityspolun hyvään harrastukseen LS-37 suunnistajanpolulla ja mahdollisuuden kasvaa ja kehittyä huippu-urheilijaksi.



Järjestämme laadukkaita kilpailutapahtumia ja huolehdimme seuran resursseista toiminnan jatkuvuuden turvaamiseksi.

Seuramme edistää suunnistusharrastusta kaikissa ikäryhmissä ja tasoilla monipuolisesti, laadukkaasti ja eettisesti toimien. Toimintamme perustuu vahvaan yhteisöllisyyteen.

Seuravalmennus on osaavaa, monipuolista ja kehittävää. Tarjoamme kilpasuunnistajille edellytykset menestykseen.

Seuramme toiminta on innostavaa ja houkuttelevaa niin lapselle, nuorelle kuin huippusuunnistajallekin.



Panostamme seuramme ja suunnistuksen näkyvyyden sekä tunnettavuuden lisäämiseen hyödyntämällä aktiivisesti eri tiedotuskanaviamme.



Seuramme tavoittelee menestystä huippusuunnistuksessa yksilöiden ja joukkueiden kautta.



Eettiset linjaukset ja arvot

Avoimuus

- Toimintamme on kaikille avointa
- Edistämme suvaitsevaisuutta ja rehtejä pelisääntöjä
- Toimimme yhteistyössä seuran sisällä ja muiden toimijoiden kanssa toisiamme kunnioittaen
- Tiedotamme aktiivisesti ja avoimesti toiminnastamme



Terveelliset elämäntavat

- Kannustamme ja kasvatamme terveisiin elämäntapoihin.
- Edistämme kansanterveyttä yhteisöllisellä ja aktiivisella suunnistustoiminnalla.
- Noudatamme anti-dopingsääntöjä

Yhteisöllisyys

- Seuran toimintaan on helppo tulla mukaan.
- Uudet jäsenet tuntevat itsensä tervetulleiksi seuraan
- Seurassa on kannustava ilmapiiri ja hyvä yhteishenki.
- Seurahenkeä ylläpidetään yhteisöllisellä toiminnalla, tapahtumilla, kilpailumatkoilla ja leireillä



Tavoitteellisuus

- Toimimme tavoitteellisesti ja laadukkaasti
- Toimintamme on kehittävää ja kannustavaa



Ympäristötietoisuus

- Kunnioitamme luontoa, se on oleellinen osa lajiamme
- Toimintamme edistää kestävästä kehitystä
- Huomioimme maanomistajat toiminnassamme

MISSIO

Seuran tarkoituksena on suunnistusharrastuksen edistäminen
ja kilpailutoiminnan kehittäminen
kaikissa ikäryhmissä
ja tasoilla monipuolisesti sekä laadukkaasti toimien.

Tuemme suunnistuksen näkyvyyttä
ja tunnettavuutta toiminnassamme.



VISIO

Suomen seuratuin suunnistusseura, jonka toimintaan on helppo tulla mukaan ja joka tunnetaan aktiivisesta toiminnastaan, hyvästä yhteishengestä ja menestyksekkästä kilpailutoiminnastaan.



Toimintamuodot

Lapset ja nuoret

Hippo-suunnistuskoulu

Lasten Hippo-suunnistuskoulu on tarkoitettu kaikille 6-16 vuotiaille. Suunnistuskoulussa opitaan suunnistuksen perustaitoja, tutustutaan suunnistuksen eri harjoitusmuotoihin ja kehitetään lajitaitoja turvallisesti kokeneiden ohjaajien johdolla. Suunnistus lajina tarjoaa haasteita, elämyksiä ja uusia kavereita kaikenikäisille.

Lisätietoja:

<https://urly.fi/2j5X>

Esittelyvideo:

<https://urly.fi/2j5Z>



Kompassi-tapahtumat

Kompassi-tapahtumat ovat uusi ja yhtenäinen tapahtumamalli, jonka tavoitteena on selkeyttää suunnistuksen lasten sekä nuorten matalan kynnyksen tapahtumatoimintaa ja innostaa yhä useampaa osallistumaan kilpailutoimintaan. Kompassi-tapahtumat ovat mukavia mahdollisuuksia suunnistaa erilaisissa maastoissa, tutustua kavereihin ja nauttia tapahtumien tunnelmasta.

Lisätietoja:

<https://urly.fi/2j66>



Muut tapahtumat

Talvikaudella järjestämme 8-12 -vuotiaille lapsille monipuolisen salivuoron.

Pidämme yllä myös omatoimisesti suoritettavia Koululaisrasteja lähialueen maastoissa, jotka ovat kaikille avoimia ja ilmaisia.

Järjestämme myös koulusuunnistuspäiviä Lahden alueen eri kouluille.

Perinteinen Hennalan Mörköyllätys kerää vuosittain yli 200 lasta ja nuorta hämärä-/pimeäseikkailemaan Hennalan vanhalle varuskunta-alueelle.

Toimintamuodot

Nuorten valmennusryhmät

Tsempit-ryhmä

TSEMPIT on n. 11-14 –vuotiaiden aktiivisesti kilpailevien lasten ryhmä, jossa tavoitteena on kehittyminen kilpasuunnistajana. Viikoittaisten harjoitusten (suunnistus- ja fysiikkatreenit) lisäksi ryhmän ohjelmaan kuuluu yhteisöllisiä leirejä ja treenipäiviä.

Ryhmä harjoittelee osittain yhdessä nuorten SM-ryhmän kanssa ja on osa Nuorten ryhmää. Tsempit-ryhmän tavoitteena on innostaa nuoria suunnistukseen ja kilpailemiseen sekä rakentaa yhteisöllinen ja kannustava ilmapiiri.

Nuoret pääsevät itse vaikuttamaan toimintaan, mikä näkyy muun muassa alku- ja loppuverryttelyjen sisällöissä leikkeinä ja peleinä.

Tsemppien ryhmään valitaan hakemuksien perusteella.

Hakijalta vaaditaan kykyä suoriutua itsenäisesti suorasta suunnistusradasta.

Lisätiedot: <https://urly.fi/2hy5>



SM-ryhmä

SM-ryhmä on 15-20 –vuotiaiden nuorten valmennusryhmä, joka tarjoaa nuorelle edellytykset kehittyä urheilijana. SM-ryhmän tavoitteena on intohimon sytyttäminen suunnistusta ja urheilua kohtaan. SM-ryhmä tekee yhteistyötä seuran aikuisten valmennusryhmän kanssa. Fyysinen harjoittelu keskittyy kestävyysharjoittelun lisäksi riittävien valmiuksien rakentamiseen aikuisten huippu-urheilua varten mm. voima-, nopeus- ja tekniikkaharjoittelua aamutreeneissa. Taitoharjoittelussa ja kilpailuihin valmistautumisissa keskitytään SM-kisojen vaatimustasoon. SM-ryhmän nuoret tekevät samoja harjoituksia ja leireilevät samoilla leireillä yhdessä seuran aikuisurheilijoiden kanssa.

Nuorten SM-ryhmään valitaan hakemuksien perusteella. Hakijalta vaaditaan kykyä suoriutua itsenäisesti 15-sarjan tasoisesta suunnistusradasta.

Lisätiedot: <https://urly.fi/2hB8>



Toimintamuodot

Aikuisten valmennusryhmä

Aikuisten valmennusryhmä (edustusryhmä)

Seuran aikuisten valmennusryhmä valmentautuu erillisen valmennuksen vuosisuunnitelman mukaisesti. Edustuksen kokonaisvaltaisen harjoittelun tukena on naisten ja miesten joukkueenjohtajat. Fyysinen harjoittelu toteutetaan lähtökohtaisesti urheilijan ja henkilökohtaisen valmentajan toimesta. Taitoharjoittelun lähtökohtana ovat suurviestien (Jukola, Tiomila, Viestiliiga) sekä arvokisojen (SM, EM, MM) vaatimusten huomioiminen ja niihin valmistautuminen.

Harjoitteluun ja valmistautumiseen hyödynnetään mahdollisuuksien mukaan eri alojen asiantuntijoita.

Aikuisten ryhmän muodostavat pääasiassa suurviestien ykkösjoukkueiden suunnistajat. Ryhmäläiset ovat ykkösluokan suunnistajia. Ryhmän kokoa voidaan tarkistaa kauden aikana jaoston harkintavaltuuksin.

Seuran kärkiurheilijoiden kanssa seura tekee henkilökohtaisia urheilijasopimuksia. Sopimuksissa huomioidaan urheilijan tason lisäksi sitoutuminen seuran valmennuksen toimintaan. Seuran edustusurheilijat toimivat seuraviestien (Halikko-viesti, 25-manna) runkona edistäen osallistumisellaan yhteisöllisyyttä.

Lisätiedot: <https://urly.fi/2hB8>



Toimintamuodot

Harrastesuunnistus

[Päijäthämäläiset iltarastit](#)

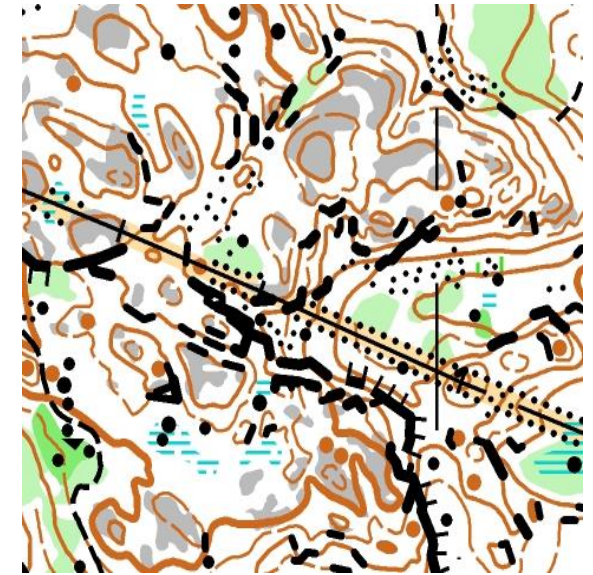
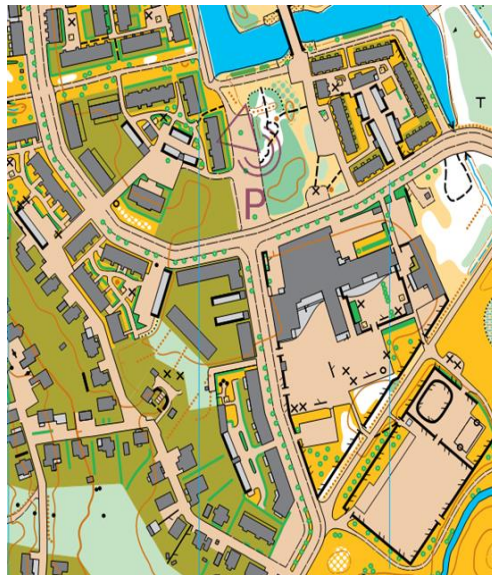
[Omatoimirastit](#)

[Sprintti-iltarastit](#)

[Aikuisten suunnistuskoulu](#)

Ratamestarikoulutus

Seuraviestit (Jukolan ja Venlojen viesti, 25-manna, Halikko-viesti)



Toimintamuodot

Muu toiminta

Kilpailut ja tapahtumat

Seura tarjoaa ympärivuotista toimintaa kaikille seuran jäsenille. Seura tunnetaan aktiivisena, kokeneena ja laadukkaana kilpailujärjestäjänä.

Seura järjestää vuosittain perinteisen Lahti-Suunnistuksen. Tulevina vuosina vuorossa ovat Fin5 – suunnistusviikko 2022, SM-sprintti 2023 ja Leimaus-leiri 2024. Seura on toiminut viisi kertaa Jukolan viestin järjestäjänä; viimeksi vuonna 2018 yhdessä naapuriseuran kanssa. Laadukkaiden kilpailujen järjestämisellä edistetään lajin näkyvyyttä ja varmistetaan taloudellisesti tukeva pohja seuratyölle.

Kartoitus

Seura tuottaa jatkuvasti uusia karttoja alueen suunnistusmaastoista. Kartat ovat suunnistuksen liikuntapaikkoja ja ne ovat edellytys harrastustoimintaan, valmennukseen ja kilpailujen järjestämiseen. Monipuolisia maastoja ja laadukkaita karttoja hyödyntäen takaamme lajin harrastamiselle parhaat edellytykset Päijät-Hämeessä.

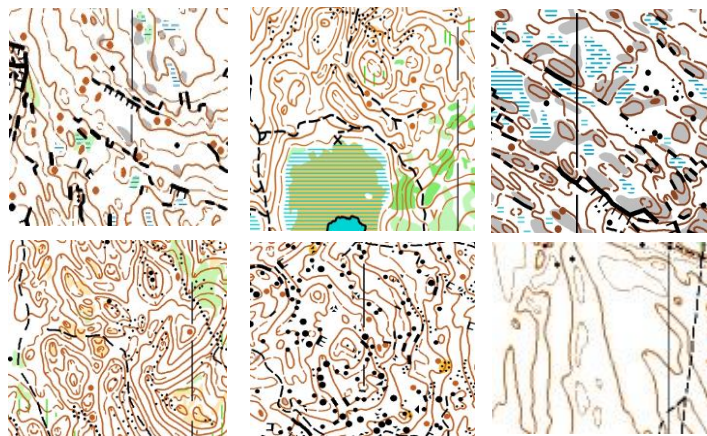
Yhteistyökumppanit

Tarjoamme pitkäaikaista yhteistyötä ja näkyvyyttä alueen yrityksille.

Yhteistyökumppaneiden antama materiaallinen ja rahallinen tuki ovat meille ensiarvoisen tärkeitä.

Pyrimme omalta osaltamme tuottamaan kumppaneillemme hyötyjä toimintamme tukemisesta.

Tarjoamme heille näkyvyyden lisäksi mahdollisuuden tulla mukaan suunnistusharrastukseen.



Tiedottaminen

Seuramme tiedottaa aktiivisesti tapahtumista, toiminnasta, kilpailuista ja menestyksestä.

Käytämme monipuolisesti eri kanavia (FB, IG, Twitter, Internet, WA) ulkoiseen ja sisäiseen tiedottamiseen.

Rooliimme kuuluu markkinoida seuraamme ja lajiamme uusille harrastajille ja kumppaneille.

Kauden päättäjät 28.11.2021

SPONSORIT:

- AVENLA
- OP Päijät-Häme
- WESTSTAR
- n
- LUMONITE
- Pajulahti
- Genluna