



**TAEKWON-DO  
AKATEMIA**

# **TOIMINTAKÄSIKIRJA**

**TAEKWON-DO AKATEMIA**

**VER. 2021-05-29**

# Sisällysluettelo

Johdanto .....	6
1. Perustiedot .....	7
1.1. Taekwon-Don lajiesittely .....	7
1.2. Taekwon-Do Akatemian historiaa .....	8
1.3. Yhdistyksen säännöt .....	10
1.4. Missio ja visio.....	10
1.5. Toiminnan arvot .....	11
2. Ihmiset muodostavat seuran.....	13
2.1. Yhdenvertaisuus .....	13
2.2. Vaikuttaminen ja osallistuminen .....	14
2.3. Talkootoiminta .....	14
2.4. Seuratoimijoiden rekrytointi, perehdytys ja kouluttautuminen .....	15
2.5. Ansoituneiden jäsenten ja seuratoimijoiden huomioiminen .....	15
2.6. Yhteisöllisyys ja seuraidentiteetti.....	18
2.7. Seuratoiminnan arviointi ja kehittäminen.....	18
3. Johtaminen ja hallinto .....	20
3.1. Hallinnon vuosikello .....	20
3.2. Hallintorakenne .....	20
3.2.1. Yleiskokous .....	21
3.2.2. Hallitus .....	21
3.2.3. Tekninen komitea .....	23
3.2.4. Juniorikomitea .....	23
3.2.5. Muut komiteat, toimikunnat ja työryhmät .....	23
3.3. Hallinnon toiminnan arviointi ja kehittäminen .....	24
3.4. Toimihenkilöiden roolit .....	24
3.4.1. Puheenjohtaja.....	24

3.4.2.	Varapuheenjohtaja .....	25
3.4.3.	Rahastonhoitaja.....	25
3.4.4.	Sihteeri.....	26
3.4.5.	Jäsenrekisterivastaava .....	27
3.4.6.	Lisenssivastaava.....	27
3.4.7.	Viestintä- ja markkinointivastaava .....	28
3.4.8.	Webmaster .....	28
3.4.9.	Sali- ja varastovastaava .....	29
3.4.10.	Edustusasu- ja verkkokauppavastaava .....	29
3.4.11.	Ilmoittautumisvastaava .....	30
3.4.12.	Päävalmentaja .....	30
3.4.13.	Junioriliikuntavastaava .....	31
3.4.14.	Aikuis- ja senioriliikuntavastaava.....	31
3.4.15.	Näytösvastaava.....	32
3.4.16.	Kilpaurheiluvastaava.....	32
3.4.17.	Tapahtumavastaava (leirivastaava, kilpailuvastaava) .....	33
4.	Toimintaympäristö ja yhteistyökumppanit .....	34
4.1.	Toimintapaikkakunnat.....	34
4.2.	Lajilliset katto-organisaatiot .....	35
4.2.1.	Suomen ITF Taekwon-Do.....	35
4.2.2.	All Europe Taekwon-Do Federation.....	36
4.2.3.	International Taekwon-Do Federation .....	36
4.3.	Muut yhteistyökumppanit, jäsenyydet ja asiakkuudet .....	36
4.3.1.	Kansalaisopistot ja muut kurssien järjestäjät .....	37
4.3.2.	Pohjois-Pohjanmaan liikunta ja urheilu ry (PoPLi).....	38
4.3.3.	Äimäkujan kamppailuseurat.....	38
4.3.4.	Noname .....	38
4.3.5.	Tilin Takojat Oy .....	39

4.3.6.	Holvi.....	39
4.3.7.	Pikkelssi.....	39
4.3.8.	Kapsi Internet-käyttäjät ry.....	39
4.3.9.	MyClub / Taikala Oy.....	40
5.	Liikunta- ja urheilutoiminta: seuran opetuslinjaus.....	41
5.1.	Opetuksen eettiset linjaukset.....	41
5.1.1.	Arvot, missio ja visio opetustoiminnassa .....	41
5.1.2.	Opettajan ja oppilaan rooli.....	42
5.1.3.	Taekwon-Don protokolla .....	43
5.1.4.	Antidoping .....	44
5.1.5.	Harrastajien turvallisuutta lisäävät toimintatavat.....	44
5.1.6.	Muiden eettisten ja kurinpidollisten ongelmatilanteiden käsittely .....	47
5.2.	Taekwon-Do-harrastajan polku .....	47
5.2.1.	Harrastajan vuosikello .....	49
5.2.2.	Opetuksen tavoitteet vyöarvoittain .....	49
5.2.3.	Opetuksen tavoitteet ikäryhmittäin .....	50
5.3.	Taekwon-Do-opettajan polku.....	52
5.3.1.	Opettajan vuosikello.....	55
5.3.2.	Opetustyön tukeminen, kehittäminen ja arviointi .....	55
5.3.3.	Opettajakunnan yhteishenki ja ryhmäytyminen .....	56
5.4.	Harrastamisen maksut.....	56
5.4.1.	Kurssimaksu.....	57
5.4.2.	Seuran jäsenmaksu.....	57
5.4.3.	Liiton lajilisenssi .....	58
5.5.	Harjoitusryhmät.....	58
5.5.1.	Opetuksen suunnittelu .....	60
5.5.2.	Harrastajan kehittymisen ja innostuksen seuranta.....	61
5.5.3.	Ryhmän pelisääntökeskustelu .....	62

5.5.4.	Harjoitusryhmän sisäinen viestintä ja vanhempainillat .....	62
5.5.5.	Huoltajan rooli lapsen harrastuksessa.....	63
5.6.	Vyökokeet.....	64
5.6.1.	Vyökokeeseen osallistuminen .....	64
5.6.2.	Vyökokeen järjestäminen .....	65
5.7.	Harjoitusleirit.....	66
5.7.1.	Harjoitusleirille osallistuminen .....	66
5.7.2.	Harjoitusleirin järjestäminen .....	67
5.8.	Kilpailut.....	69
5.8.1.	Seuran tavoitteet kilpailemiselle .....	70
5.8.2.	Kilpailuihin osallistuminen.....	71
5.8.3.	Valmentajan rooli kilpailutoiminnassa .....	71
5.8.4.	Tuomaritoiminta.....	72
5.8.5.	Kilpailuiden järjestäminen .....	73
5.9.	Koulutukset.....	73
5.9.1.	Koulutuksiin osallistuminen.....	74
5.9.2.	Koulutusten järjestäminen .....	74
5.10.	Lajiesittelyt ja -näytökset.....	74
5.10.1.	Lajiesittelyyn osallistuminen .....	75
5.10.2.	Lajiesittelyn järjestäminen.....	75
6.	Viestintä ja markkinointi.....	77
6.1.	Viestinnän vuosikello .....	77
6.2.	Sisäinen viestintä .....	77
6.2.1.	Sisäisen viestinnän kanavat .....	77
6.2.2.	Sisäisen viestinnän periaatteet.....	78
6.3.	Ulkoisen viestintä ja markkinointi.....	79
6.3.1.	Ulkoisen viestinnän kanavat .....	79
6.3.2.	Ulkoisen viestinnän periaatteet .....	81

6.3.3.	Markkinointisuunnitelma .....	81
6.4.	Kriisiviestintä .....	81
7.	Talous ja aineelliset resurssit.....	83
7.1.	Talousohjesääntö .....	83
7.1.1.	Taloushallinnon työkalut ja toimintatavat .....	83
7.1.2.	Harjoitusryhmien omaisuus.....	84
7.1.3.	Maksutaulukot.....	85
7.1.4.	Seuran jäsenten tukeminen.....	87
7.2.	Seura työnantajana .....	88
7.3.	Varainhankinta .....	89
7.4.	Pysyvät toimitilat.....	89
7.4.1.	Äimäkujan sali.....	89
7.5.	Harjoitusvälineet ja muu irtain omaisuus.....	90
7.5.1.	Harjoitusvälineet .....	90
7.5.2.	Tatamit.....	90
7.5.3.	Kilpailutarvikkeet .....	91
	Versiohistoria.....	92
	v. 2021-05-29.....	92

## Johdanto

Toimintakäsikirja on seuratoiminnan apuväline, jossa määritellään seuramme toiminnan suuntaviivat ja ohjeistukset niin nykyisiä kuin tuleviakin seuratoimijoita ja jäseniä varten. Seuratoimijoiden ei ole tarkoitus osata toimintakäsikirjaa ulkoa kannesta kanteen, vaan se toimii hakuteoksena. Toimintakäsikirjan tarkoitus on tehdä seuratoimintaa näkyväksi kaikille jäsenille, antaa tietoa seuratoiminnan prosesseista, luoda selkeä kuva seuran toimintatavoista, toiminta-ajatuksesta ja tulevaisuuden visiosta, toimia tukena ja apuna jo seurassa toimiville toimijoille, vapaaehtoisille ja harrastajille sekä rohkaista ja kannustaa uusia toimijoita seuratoiminnan pariin.

Käsikirja on jaettu seitsemään päälukuun: [Perustiedot](#)-luvussa kerrotaan Taekwon-Dosta ja Taekwon-Do Akatemiasta, seuran säännöistä, tarkoituksesta, tavoitetilasta ja arvoista. Toinen luku käsittelee [seuran johtamista ja hallintoa](#). Tässä luvussa määritellään myös vastuuhenkilöiden toimenkuvat. Kolmannessa luvussa kerrotaan [seuran toimintaympäristöstä ja yhteistyökumppaneista](#). [Jäsenet](#)-luku käsittelee jäsenten roolia seurassa. Luku viisi käsittelee seuran pääasiallista toimintaa eli [liikunta- ja urheilutoimintaa](#), sen periaatteita ja toimintamalleja. Kuudennessa luvussa kerrotaan [seuran sisäisestä ja ulkoisesta viestinnästä sekä kriisiviestinnästä](#). Seitsemäs luku kertoo [seuran taloudenpidon periaatteista ja aineellisista resursseista](#).

Toimintakäsikirjan ensimmäisen version hyväksyy yhdistyksen yleiskokous, minkä jälkeen sen ylläpitämisestä ja päivittämisestä vastaa Taekwon-Do Akatemian hallitus. Sitä päivitetään hallituksen kokousten yhteydessä tai hallituksen sähköisellä työskentelyalustalla aina tarpeen mukaan, kuitenkin vähintään kerran vuodessa. Päivityksiä ei hyväksytetä yhdistyksen kokouksessa, elleivät ne sisällä merkittäviä muutoksia seuran toimintaan.

Toimintakäsikirja on julkinen dokumentti, joka julkaistaan [seuran verkkosivuilla](#). Lisäksi toimintakäsikirjan keskeisimmistä osista tehdään poimintoja verkkosivuille omiksi sivuikseen tiedon saavutettavuuden parantamiseksi. Jos havaitset toimintakäsikirjassa virheitä tai puutteita tai sinulla on siihen täydennysehdotuksia, pyydämme kertomaan niistä hallitukselle sähköpostitse: [hallitus@tkd-akatemia.fi](mailto:hallitus@tkd-akatemia.fi).

# 1. Perustiedot

Tässä luvussa kerrotaan Taekwon-Dosta lajina, Taekwon-Do Akatemian taustoista sekä seuran arvoista, toiminta-ajatuksesta ja tavoitteista. Alla on kerrottuna myös Taekwon-Do Akatemian viralliset tiedot. Seuran hallituksen ajantasaiset yhteystiedot löytyvät seuran verkkosivuilta: [Seuran yhteystiedot](#).

## **Taekwon-Do Akatemia yhdistys ry**

Y-tunnus: 2165099-3

Posti- ja laskutusosoite: Äimäkuja 6, 90400 Oulu

Pankkiyhteys: FI90 7997 7995 7730 20 (HOLVFIHH)

Sähköpostiyhteys: [info@tkd-akatemia.fi](mailto:info@tkd-akatemia.fi)

## 1.1. Taekwon-Don lajiesittely

Taekwon-Do on korealainen itsepuolustus- ja kamppailulaji, jossa päämääränä on kehittää harrastajan fyysistä ja henkistä tasapainoa. Suoraan käännettynä tae tarkoittaa ”jalkaa, potkua, murskausta jalalla”, kwon puolestaan ”kättä, nyrkkiä, tuhoamista kädellä” ja do ”tietä, tapaa, taitoa, periaatetta”. Taekwon-Do onkin vapaasti suomennettu jalan ja käden tieksi.

Taekwon-Don juuret ovat yli 1000 vuoden takana korealaisissa kamppailulajeissa, kuten Tae Kyonissa ja Soo Bakissa. Taekwon-Do sai nimensä 11. huhtikuuta 1955 lajin perustajana pidetyn kenraali Choi Hong Hin (1918 – 2002) toimesta. Kenraali Choi kehitti yhä eteenpäin sekä lajin tekniikoita että teoriaa, ja koosti lajista 15-osaisen Taekwon-Do Encyclopedia -tietokirjateoksen. Maailmanliitto International Taekwon-Do Federation (ITF) perustettiin 22. maaliskuuta 1966. Kenraali Choi toimi liiton puheenjohtajana kuolemaansa saakka, vuoteen 2002. Nykyisin ITF:n puheenjohtajana toimii saksalainen suurmestari Paul Weiler, 9. Dan.

Taekwon-Do-harrastaja oppii harjoituksissa paljon tehokkaita tekniikoita, joita voi soveltaa itsepuolustukseen. Taekwon-Don tekniikat perustuvat nopeuteen ja voimaan, ja fyysisesti heikkokin harrastaja voi harjoittelun kautta oppia tuottamaan niihin suurta voimaa. Taekwon-Do on erityisen tunnettu tehokkaista ja voimakkaista potkuistaan.

Taekwon-Do on kokonaisuudessaan monimuotoinen urheilu- ja liikuntalaji, joka kehittää koko ruumista. Taekwon-Do sopii yhtä lailla lapsille ja aikuisille, harrastelijoille ja kilpaurheilijoille. Riippumatta omista tavoitteista Taekwon-Do kehittää jokaisen harrastajan lihaskuntoa, liikkuvuutta ja koordinaatiokykyä. Lisäksi laji auttaa itsehillinnän ja keskittymiskyvyn kehittämisessä.



Taekwon-Do-harjoittelu jaetaan karkeasti viiteen osa-alueeseen: perustekniikka, liikesarjat, ottelu, murskaus- ja kovetusharjoittelu ja itsepuolustus. Taekwon-Dossa voi myös kilpailla viidessä eri kilpailulajissa: liikesarjoissa, ottelussa, voimamurskauksessa, erikoistekniikkamurskauksessa (hyppypotkut) ja näytösottelussa. Näistä kilpailulajeista näytösottelu on aina parilaji. Muista lajeista on olemassa niin yksilö- kuin joukkuekilpailumuodot.

Taekwon-Dossa pyritään kehittämään ihmistä kokonaisuutena, ei vain fyysisesti. Taekwon-Don aloittaminen ei vaadi minkäänlaisia esitietoja tai -taitoja eikä aloittelevan harrastajan tarvitse olla hyvässä fyysisessä kunnossa. Jokainen Taekwon-Do-harrastaja kehittyy ja etenee lajissa peruskurssin jälkeen omaa tahtiaan omiin tavoitteisiinsa sopeutettuna. Tärkeintä Taekwon-Do-harjoituksissa on aina itsensä voittaminen. Tavoitteellisen harjoittelusuunnitelman harrastaja voi sellaisen halutessaan tehdä yhdessä opettajan kanssa.

Taekwon-Do on positiivinen ja hyödyllinen liikuntamuoto, joka kehittää hyvää fyysistä ja henkistä terveyttä. Harrastuksen parissa pääsee ylittämään itsensä sekä kehittämään itsessään myös sellaisia osa-alueita, joista on hyötyä muillakin elämän aloilla, kuten koulussa, töissä, perhe-elämässä ja vapaa-ajalla. Taekwon-Do sopii erinomaisesti niin nuorille ja vanhoille kuin naisille ja miehillekin.

Väärinkäyttötynä Taekwon-Do voi olla vaarallinen ase. Siksi Taekwon-Dossa painotetaan ennen kaikkea junioriharrastajien osalta myös kasvatuksellista puolta: Taekwon-Do-potkut ja -lyönnit eivät kuulu kouluun, välitunneille tai vapaa-ajalle vaan niitä harjoitellaan ohjatusti vain harjoituksissa. Taekwon-Do Akatemialla on nollatoleranssi harrastajien väkivaltaiseen käytökseen; harjoitusten ulkopuolella oikeudettomasti Taekwon-Do-taitojaan käyttäneet eivät ole tervetulleita jatkamaan harrastusta seurassamme.

Taekwon-Do on kokonaisvaltainen laji, jolla on fyysisten kehittymistavoitteiden lisäksi myös tavoitteita harrastajan henkisessä ja moraalisisessa kasvussa. Henkinen kasvu on Taekwon-Dossa yhtä tärkeää kuin fyysisten taitojen oppiminen ja ominaisuuksien kehittäminen. Taekwon-Don filosofia pohjautuu yleismaailmallisiin inhimillisiin arvoihin kuten ystävällisyyteen, yhteisöllisyyteen, suvaitsevaisuuteen, yhteistyöhön, kunnioitukseen ja nöyryyteen. Viisi kenraali Choin nimeämää Taekwon-Do-harrastajan peruseriä ovatkin kohteliaisuus, rehellisyys, utteruus, itsehillintä ja lannistumaton henki.

## 1.2. Taekwon-Do Akatemian historiaa

Taekwon-Do Akatemia (virallinen nimi Taekwon-Do Akatemia yhdistys ry) perustettiin kesäkuussa 2006, kun aiemmin Pohjois-Suomen alueella toiminut seura lopetti toimintansa, ja harrastajat eri puolilla Pohjois-Pohjanmaata, Lappia ja Kainuuta jäivät ilman seuraa, jonka alaisuudessa harrastaa Taekwon-Doa. Seuran

perustamiskokouksessa olivat läsnä Janne Ahonen, Tauno Mettovaara, Oula Multanen, Veli-Matti Manninen, Anja Kärki ja Mikko Allinniemi. Seuran viralliseksi perustamispäiväksi yhdistysrekisteriin tuli 29.6.2006.

Perustamiskokouksessa seuran ensimmäiseksi puheenjohtajaksi valittiin Ahonen, varapuheenjohtajaksi Mettovaara, rahastonhoitajaksi ja sihteeriksi Multanen sekä hallituksen jäseniksi Manninen ja Kärki. Seuran päävalmentajaksi valittiin Allinniemi, tuolloin vyöarvoltaan 5. Dan.

Taekwon-Do Akatemian hallitusta on johtanut yhdistyksen perustamisen jälkeen neljä puheenjohtajaa:

- Janne Ahonen 2006-2008
- Tauno Mettovaara 2008-2009
- Jussi Peltola 2009-2018 (kunniapuheenjohtaja v. 2018 alkaen)
- Henri Savilampi 2018-

Pian seuran perustamisen jälkeen uusi seura aloitti toimintansa useilla paikkakunnilla. Seuran perusajatuksena oli alusta asti demokraattinen hallinto sekä tarkka taloudenhoito. Vaikka seuran alku tapahtui haastavassa tilanteessa, Taekwon-Do Akatemia kasvoi nopeasti harrastajamäärältään Suomen suurimmaksi ITF Taekwon-Do -seuraksi. Tästä on kiittäminen aktiivisten ja motivoituneiden harrastajien ja opettajien joukkoa, jotka ovat osallistuneet seuran kasvattamiseen ja kehittämiseen aina tähän päivään saakka.

Taekwon-Do Akatemia haki heti perustamisensa jälkeen myös jäsenyyttä Suomen ITF Taekwon-Do ry -lajiliitosta (SITF), joka toimii kansallisena katto-organisaationa ITF Taekwon-Do -seuroille Suomessa. Taekwon-Do Akatemia hyväksyttiin SITF:n jäseneksi liiton syyskokouksessa 13.10.2006. Seura on ollut aktiivinen toimija liitossa koko elinkaarensa ajan järjestäen vuosittain leirejä, kilpailuja ja koulutuksia liiton alaisuudessa. Esimerkiksi Suomen ITF Taekwon-Don SM-kilpailut Taekwon-Do Akatemia on järjestänyt Oulussa kaksi kertaa, vuosina 2012 ja 2016.

Vuonna 2016 juhlittiin Taekwon-Do Akatemian 10-vuotisjuhlaa juhlaleirin ja -illallisen muodossa. Leirillä harjoiteltiin Taekwon-Doa monipuolisesti seuran opettajakatraan johtamana. Illalliselle puolestaan kokoontui harrastajia niin omasta kuin muistakin seurasta pitämään puheita ja muistelemaan Taekwon-Do Akatemian siihenastista taivalta. Samassa yhteydessä seuran kuudelle perustajajäsenelle myönnettiin seuran historian ensimmäiset ansiomitalit.

Vuonna 2018 Taekwon-Do Akatemian hallitus myönsi yhdeksän vuotta seuran puheenjohtajana toimineelle Jussi Peltolalle seuran seitsemännen ansiomitalin. Samana vuonna yhdistyksen syyskokous nimitti Peltolan myös seuran kunniapuheenjohtajaksi.

Taekwon-Do Akatemian hallitus myöntää ansiomitalin seuran toimintaan merkittäväällä tavalla positiivisesti vaikuttaneelle henkilölle. Seuran historian ensimmäiset ansiomitalit myönnettiin vuonna 2016 seuran 10-vuotisjuhlan yhteydessä kuudelle perustajajäsenelle. Ansiomitaleja on myönnetty tähän mennessä seitsemän kappaletta:

#### 5.11.2016 myönnetyt ansiomitalit

- Janne Ahonen, perustajajäsen
- Tauno Mettovaara, perustajajäsen
- Oula Multanen, perustajajäsen
- Veli-Matti Manninen, perustajajäsen
- Anja Kärki, perustajajäsen
- Mikko Allinniemi, perustajajäsen

#### 3.11.2018 myönnetty ansiomitali

- Jussi Peltola, pitkäaikainen puheenjohtaja (2009–2018)

### 1.3. Yhdistyksen säännöt

Seuran hallinnollista toimintaa määrittelee ensisijaisesti yhdistyslain mukaiset säännöt. Toimintakäsikirjan muista dokumenteista poiketen yhdistyksen sääntöjen ensisijainen julkaisupaikka on seuran verkkosivuilla. Tästä syystä sääntöjä ei liitetä osaksi toimintakäsikirjaa.

Yhdistyksen säännöistä päättää kaikista sen jäsenistä koostuva yleiskokous. Voimassa oleviin sääntöihin voit tutustua seuran verkkosivuilla: [Säännöt](#).

### 1.4. Missio ja visio

#### Missio

Missio eli toiminta-ajatus kertoo yleisellä tasolla, miten ja miksi seura toimii. Taekwon-Do Akatemian missio on:

- Kasvatamme harrastajistamme henkisesti ja fyysisesti vahvoja.
- Mahdollistamme elämyksiä ja kokemuksia kaikille harrastajille.

- Tarjoamme laadukasta ja ammattimaista Taekwon-Do-opetusta Pohjois-Suomessa niin kaupungeissa kuin pienemmillä paikkakunnillakin.
- Luomme mahdollisuuksia kilpailla Taekwon-Dossa niin kansallisella kuin kansainväliselläkin tasolla jokaisen harrastajan omien tavoitteiden mukaisesti.
- Teemme Taekwon-Doa näkyväksi ja tunnetuksi Pohjois-Suomen ja koko maan alueella.

## Visio

Visio eli tulevaisuuden tavoitetilä puolestaan tiivistää sen, mihin seura toiminnallaan pyrkii. Taekwon-Do Akatemian visio on:

*Taekwon-Do Akatemia on tunnettu ja arvostettu niin Suomessa kuin kansainvälisestikin.*

*Meidän seurassamme on ilo harrastaa ja kehittyä.*

## 1.5. Toiminnan arvot

Taekwon-Do Akatemian seuratoimintaa määrittävät yhdessä sovitut arvot. Seuratoiminnan arvot nimettiin hallituksen, opettajien, harrastajien ja vanhempien yhteisessä Tähtiseura-illassa 4.1.2020. Seuratoiminnan arvojen lisäksi toimintaamme ohjaavat Taekwon-Do-harrastajan pääperiaatteet ja Taekwon-Do-vala, jotka jokainen harrastajamme opettelee peruskurssin aikana. Noudatamme myös Olympiakomitean määrittelemiä urheiluyhteisöjen reilun pelin ihanteita ja tavoitteita. Niihin voi tutustua tarkemmin [Olympiakomitean verkkosivuilta löytyvästä materiaalista](#).

### Seuratoiminnan arvot

- **Yhdenvertaisuus:** Jokainen lapsi, nuori ja aikuinen on tervetullut harrastamaan omana itsenään.
- **Yhteisöllisyys:** Harrastajamme ovat osa suurempaa yhteisöä, jossa ketään ei jätetä ulkopuolelle.
- **Kannustavuus:** Rakennamme positiivista seurahenkeä kannustamalla ja innostamalla toinen toistamme niin harjoituksissa kuin niiden ulkopuolellakin.
- **Ammattitaitoisuus:** Panostamme opettajiemme säännölliseen kouluttautumiseen, laadukkaaseen opetukseen sekä avoimeen ja luotettavaan seuratoimintaan.
- **Liikunnan ilo:** Harjoituksiimme on aina mukava tulla kuntoilemaan, oppimaan uutta ja ylittämään itsensä.

## Taekwon-Do-harrastajan pääperiaatteet

- Kohteliaisuus
- Rehellisyys
- Uutteruus
- Itsehillintä
- Lannistumaton henki

## Taekwon-Do-vala

1. Lupaan noudattaa Taekwon-Don periaatteita.
2. Tulen kunnioittamaan opettajaa ja ylempiä voitiä.
3. Lupaan olla käyttämättä Taekwon-Doa väärin.
4. Tulen olemaan puolestapuhujana vapaudelle ja oikeudenmukaisuudelle.
5. Autan rakentamaan rauhallisempaa maailmaa.

## Urheiluyhteisön reilun pelin ihanteet ja tavoitteet

- Jokaisen tasavertainen mahdollisuus liikuntaan ja urheiluun
- Vastuu kasvatuksesta
- Terveysten turvallisuuden ja hyvinvoinnin edistäminen
- Rehellisyys ja oikeudenmukaisuus
- Luonnon kunnioittaminen ja kestävään kehitykseen pyrkiminen

## 2. Ihmiset muodostavat seuran

Taekwon-Do Akatemia on jäsentensä näköinen seura – seuramme ihmiset muodostavat seuran. Tässä luvussa kerrotaan, miten Taekwon-Do Akatemian seuratoimintaan pääsee mukaan, miten seurassa ylläpidetään yhteishenkeä ja seuraidentiteettiä, miten seuran toimintaan voi vaikuttaa, miten seuran kehittymistä arvioidaan ja miten seuran ansioituneita jäseniä muistetaan.

### 2.1. Yhdenvertaisuus

Taekwon-Do Akatemian ovet ovat avoinna kaikille kurssien ikärajojen puitteissa sukupuoleen, seksuaaliseen suuntautumiseen etniseen alkuperään, uskontoon, poliittiseen kantaan tai muihin henkilön ominaisuuksiin katsomatta. Edistämme harjoitusryhmissämme yhdenvertaisuutta kannustamalla harrastajia harjoittelemaan kaikkien harjoituskumppaneiden kanssa. Sitoudumme myös noudattamaan Suomen ITF Taekwon-Don yhdenvertaisuussuunnitelmaa ”[Hyvää käytöstä valkoisesta vyöstä mustaan vyöhön](#)”.

Emme hyväksy toiminnassamme minkäänlaista häirintää tai epäasiallista kohtelua. Jokaisella Taekwon-Do Akatemian harrastajalla, opettajalla ja seuratoimijalla tulee olla turvallinen ympäristö harjoitella Taekwon-Doa ja toteuttaa tehtäviään ilman häirinnän uhkaa. Jokainen harrastaja, opettaja ja seuratoimija on samalla myös velvollinen ilmoittamaan havaitsemistaan epäkohdista seuralle tai Suomen ITF Taekwon-Don häirintäyhdyshenkilölle. Lisätietoa epäasiallisen käyttäytymisen ehkäisemisestä ja häirintäyhdyshenkilöiden toiminnasta sekä toimintaohjeet, mikäli koet epäasiallista käyttäytymistä Taekwon-Do-harrastuksen parissa, löydät Suomen ITF Taekwon-Don yhdenvertaisuussuunnitelmasta ([linkki yllä](#)).

Toiminta-ajatukseemme kuuluu, että Taekwon-Do kuuluu kaikille myös varallisuuteen katsomatta. Taekwon-Do on jo itsessään edullinen harrastus, mutta lisäksi Taekwon-Do Akatemia tukee vähävaraisten perheiden lasten harrastustoimintaa hakemusten perusteella. Taekwon-Do Akatemialta on mahdollista hakea tukea seuran jäsenmaksuihin, lisenssimaksuihin sekä varustehankintoihin, minkä lisäksi opastamme tarvittaessa tuen hakemiseen muilta toimijoilta kuten Hope ry:ltä myös kansalaisopistojen kurssimaksuihin. Harrastusmaksutukiin varataan vuosittain budjetissa määritelty määrä rahaa. Hakemukset käsitellään saapumisjärjestyksessä. Lisätietoa vähävaraisten perheiden lasten harrastuksen tukemisesta löydät toimintaohjeen kohdasta 0.

## 2.2. Vaikuttaminen ja osallistuminen

Taekwon-Do Akatemia on kaikkien harrastajiensa yhteinen seura. Siksi jokaisella harrastajalla on yhtäläinen oikeus vaikuttaa paitsi seuran hallintoon ja päätöksentekoon, myös osallistua seuran toiminnan järjestämiseen. Taekwon-Do Akatemian ylin päätöksentekuelin on yleiskokous, joita järjestetään kahdesti vuodessa (kevätkokous ja syyskokous). Syyskokouksissa vahvistetaan myös seuran vuosittainen toimintasuunnitelma ja budjetti, jotka määrittävät, mihin suuntaan seuran toimintaa kehitetään seuraavan vuoden aikana.

Yleiskokousten välillä käytännön seuratoimintaa johtaa seuran hallitus. Hallituksen jäsenet valitaan vuosittain syyskokouksessa (poislukien puheenjohtaja, jonka kausi on kaksivuotinen). Jokainen seuratoiminnan kehittämiseen kiinnostunut yli 15-vuotias jäsen voi asettua ehdolle seuran hallitukseen. Lisäksi toivotamme tervetulleiksi ehdolle hallitukseen myös junioriharrastajiemme huoltajat.

Hallituksen lisäksi seuratoimintaan voi osallistua muun muassa toimihenkilönä (esim. näytösvastaava, kilpailuvastaava, leirivastaava, junioriliikuntavastaava, aikuisliikuntavastaava), harjoitusryhmän opettajana tai apuopettajana. Kaikista matalimmalla kynnyksellä mukaan pääsee osallistumalla talkoisiin ja seuran palautekyselyihin, sillä nekin ovat seuran toimintaan osallistumista ja vaikuttamista.

## 2.3. Talkootoiminta

Seuramme järjestää vuosittain useita tapahtumia Oulussa ja lähipaikkakunnilla. Tapahtumat järjestetään lähes poikkeuksetta vapaaehtoisvoimin talkootyönä. Pääsääntöisesti tapahtumavastaava (leiri-/kilpailuvastaava) apunaan tarvitsemansa muut henkilöt vastaa tapahtuman ennakkojärjestelyistä, mutta tapahtumapäivän alla ja jälkeen tarvitaan lisäksi suuri joukko talkooväkeä apukäsiksi. Näitä talkoita kutsutaan usein ”tatamitalkoiksi”, sillä suurin työ on tatamimattojen siirtämisessä seuran varastolta tapahtumapaikalle.

Tatamitalkoot järjestetään yleensä ensimmäisen leiri-/kilpailupäivän aamuna tai edeltävänä iltana sekä heti tapahtuman päätyttyä. Tatamitalkoiden avulla mahdollistamme turvallisen harjoittelun ja kilpailemisen pehmeällä alustalla. Tehokkaat tatamitalkoot edellyttävät, että paikalla on 2-3 peräkärriä tai pakettiautoa ja noin 10 henkilöä varaston päässä ja vielä enemmän tapahtumapaikalla. Toivomme siis, että jokainen kynnelle kykenevä osallistuisi tatamitalkoisiin, jotta tapahtumat saadaan järjestettyä sujuvasti.

Tapahtumien aikana tarvitaan myös paljon muita talkoolaisia. Tekemistä on aina muun muassa ensiapuvastaavalle, ruokailuvastaavalle, sosiaalisen median vastaavalle ja valokuvaajalle,

turvallisuusvastaavalle sekä majoitusvastaavalle. Nämä talkoolaiset toimivat leirivastaavan alaisuudessa. Seuran hallitus on linjannut, että seura maksaa niiden talkotehtävien vastaavien leirimaksut, joiden harjoittelu leireillä voi keskeytyä tehtävän hoitamisen takia (esim. leirivastaava, sosiaalisen median vastaava ja ensiapuvastaava).

Tapahtumatalkoista tiedotetaan yleensä myClubissa erillisessä talkootapahtumassa tapahtumaviikonloppuna. Jos haluat lisätietoa talkoista tai sinua kiinnostaa hoitaa jotain tiettyä tehtävää tapahtumassa, ota yhteyttä joko tapahtumavastaavaan (ilmoitettu tapahtuman kutsussa) tai seuran hallitukseen.

#### 2.4. Seuratoimijoiden rekrytointi, perehdytys ja kouluttautuminen

Taekwon-Do Akatemia rekrytoi uusia innokkaita seuratoimijoita jatkuvasti, mutta erityisesti avoimista tehtävistä tiedotetaan vuosittain ennen syyskokousta. Toivomme, että jokainen seuran kehittämisestä kiinnostunut harrastaja toisi oman osaamisensa seuran käyttöön, jotta voimme yhdessä tehdä Taekwon-Do Akatemiasta vielä paremman seuran harrastaa. Rekrytointia tehdään syksyisin kuukausikirjeessä ja sosiaalisessa mediassa. Lisäksi nykyiset seuratoimijat voivat suoraan rekrytoida mukaan toimintaan tuttuja harrastajia.

Kun uusia seuratoimijoita on valittu, on aika perehdyttää heidät. Seuratoimijoiden tehtävät käydään läpi hallituksen puheenjohtajan tai muun toimihenkilön johdolla toimintakäsikirjaan perustuen. Jos tehtävää on aiemmin hoitanut joku, pidetään myös tiedonsiirto, jossa tehtävästä aiemmin vastannut henkilö kertoo, miten on tehtävää hoitanut ja mitä uuden vastaavan tulee tehtävän hoitamisesta tietää. Jos tehtäväkuva tai tehtävän hoitamisen tapa muuttuu, siitä päivitetään tieto myös toimintakäsikirjaan.

Seuran sisäisen perehdytyksen ja tiedonsiirron lisäksi kannustamme seuratoimijoita osallistumaan esimerkiksi Pohjois-Pohjanmaan liikunta ja urheilu ry:n järjestämiin seuratoiminnan koulutuksiin ja muihin toimenkuvan aiheeseen liittyviin koulutuksiin. Jos kouluttautumisesta syntyy kuluja, seuran hallitus päättää niiden maksamisesta hakemuksen perusteella.

#### 2.5. Ansoituneiden jäsenten ja seuratoimijoiden huomioiminen

Taekwon-Do Akatemia arvostaa jäsentensä ja seuratoimijoidensa saavutuksia paitsi varsinaisen Taekwon-Do-harrastuksen, myös seuratoiminnan parissa. Ansoituneita toimijoita muistetaan vuosittain seuran leirien



ja/tai yleiskokousten yhteydessä palkitsemisjärjestelmän mukaisesti. Osa palkitsemisjärjestelmän muistamisista on saavutettavissa harrastetoiminnan, osa kilpaurheilutoiminnan ja osa seuratoiminnan kautta.

Seuratoiminnan palkintojen eli seuradiplomin, ansiomitalin, kunniajäsenyyden ja kunniapuheenjohtajuuden suuntaa-antava myöntämissuhde on 100 seuradiplomia : 15 ansiomitalia : 5 kunniajäsenyyttä : 1 kunniapuheenjohtajuus.

### Kymmenvuotispinssi

Kymmenen vuotta Taekwon-Do Akatemiassa harrastanut voi hakea itselleen juhlapinssiä, jota käytetään juhlapuvussa ja tuomaripuvussa (tumma puku). Mustilla vöillä pinssi asetetaan ITF:n mustan vyön pinssin alapuolelle.

Kymmenvuotispinssiä haetaan hallitukselta. Hallitus tekee päätöksen pinssin myöntämisestä. Pinssi myönnetään ehtojen täytyessä (10 vuotta Taekwon-Do Akatemiassa) seuraavan yleiskokouksen tai leirin yhteydessä.

#### 1. Danin musta vyö

Mustan vyön saavuttaminen on yksi suurimmista virstanpylväistä Taekwon-Do-harrastuksen polulla. Tästä syystä haluamme muistaa kaikkia 1. Danin mustan vyön suorittavia seuramme jäseniä valmiiksi kultaisin koristeluin brodeeratulla mustalla vöillä.

#### 4. Danin musta vyö

4. asteen mustalla vöillä Taekwon-Do-harrastaja astuu uuteen rooliin, kun edessä on vastuu myös vyökokeiden pitämisestä väri-vöille. Myös Taekwon-Do-harjoituspuku muuttuu, kun mustan vyön mustien helmojen lisäksi myös lahkeisiin tulee mustat raidat heti vyöarvon suorittamisen jälkeen ja hihoihin kansainvälisen opettajasertifikaatin suorittamisen jälkeen. Taekwon-Do Akatemia palkitsee uudet 4. asteen mustat vyöt uudella kansainvälisen opettajan harjoituspuvulla.

## Urheilumenestysstipendi

Seura palkitsee kansainvälisissä kilpailuissa menestyneitä urheilijoita vuosittain syysleirin tai pikkujoulujen yhteydessä talousohjesäännön mukaisesti. Stipendejä myönnetään EM-, MM-, EuroCup- ja World Cup -kilpailuissa mitalisijoille yltäneille urheilijoille hallituksen harkinnan perusteella. Stipendiä ei tarvitse erikseen hakea, vaan seuran hallitus tekee niistä päätöksen automaattisesti kilpailutulosten perusteella. Lisätietoa urheilumenestysstipendistä löytyy talousohjesäännön maksutaulukoista (luku 0).

## Seuradiplomi

Seuradiplomeita jaetaan vuosittain opettajien ja muiden harrastajien ehdotusten perusteella pikkujoulujen yhteydessä harrastajille ja muille toimijoille (esimerkiksi harrastajien huoltajille), jotka ovat osaltaan auttaneet rakentamaan seurahenkeä, kehittämään seuran toimintaa, tehneet seuraa näkyväksi, ylittäneet omia henkilökohtaisia kasvuhaasteitaan tai muuten onnistuneet kuluvana vuonna tai pidemmällä aikavälillä harraste-, kilpailu- tai seuratoiminnassa.

## Ansiomitali

Hallitus myöntää seuran ansiomitalin ansiokkaasta ja pitkäjänteisestä toiminnasta seuran kehittämisen hyväksi.

## Kunniajäsen

Kunniajäseneksi voidaan nimittää yhdistyksen kokouksessa hallituksen esityksestä henkilö, joka on jättänyt positiivisen jälkensä seuran toimintaan. Kunniajäseniltä ei peritä jäsenmaksua, ja heillä on yhdistyksen kokouksissa käytettävissään yksi ääni. Kunniajäsen voi olla myös seuran ulkopuolinen henkilö.

## Kunniapuheenjohtaja

Kunniapuheenjohtajaksi voidaan nimittää yhdistyksen kokouksessa hallituksen esityksestä henkilö, joka on pitkäjänteisellä työllä vaikuttanut seuran toiminnan kehittymiseen. Kunniapuheenjohtajuus on Taekwon-Do Akatemian elämäntyöpalkinto. Kunniapuheenjohtajilta ei peritä jäsenmaksua, ja heillä on yhdistyksen kokouksissa käytettävissään yksi ääni.

## 2.6. Yhteisöllisyys ja seuraidentiteetti

Seuran rakenteesta johtuen Taekwon-Do Akatemian toiminta-alue on erittäin suuri (koko Pohjois-Pohjanmaa sekä osia Kainuusta ja Lapista). Tästä syystä seuran yhteisöllisyyttä on haastavaa toteuttaa koko seuran tasolla. Kokoavana tekijänä seuratasolla toimivat kausittaiset harjoitusleirit ja muut tapahtumat, joissa harrastajat pääsevät tutustumaan toisiinsa, viettämään aikaa yhdessä ja ennen kaikkea harjoittelemaan Taekwon-Doa myös toisten paikkakuntien akatemialaisten kanssa. Lisäksi järjestämme vuosittain pikkujoulut ja kauden päättäjäiset sekä Tähtiseura-illan, joissa muita harrastajia on mahdollista päästä tapaamaan myös vapaammassa olosuhteissa Taekwon-Do-harjoitusten ulkopuolella.

Seuraan kuulumisen tunnetta luodaan käyttämällä Taekwon-Do-harjoituspuvussa seuran rintamerkkiä sekä pitämällä yllä erityisesti tapahtumissa ja valtakunnallisina seurapaitapäivinä seuran virallisia seura-asuja (t-paitoja, huppareita, takkeja). Samalla luodaan näkyvyyttä seuralle niin kansallisissa Taekwon-Do-tapahtumissa kuin myös muissa olosuhteissa Taekwon-Do-piirien ulkopuolella. Seuran viralliset edustusasut toimittaa Noname, joka on valittu seura-asujen toimittajaksi erityisesti asujen vastuullisuusnäkökulma huomioiden.

## 2.7. Seuratoiminnan arviointi ja kehittäminen

Taekwon-Do Akatemia kehittyy jatkuvasti muuttuvan maailman mukana jäsenkuntansa näköiseksi. Seuran hallitus arvioi jatkuvasti seuran toimintaa ja kehittää sitä lyhyellä aikavälillä. Vuoden aikajänteellä seuran suuntalinjoista päättää syyskokous, joka vahvistaa hallituksen valmisteleman toimintasuunnitelman. Pidemmän aikavälin strategiaa seuralle luodaan niin ikään hallituksen johdolla muun muassa vuosittaisissa Tähtiseura-illoissa. Seuratoiminnan arvioinnissa ja kehittämisessä lähtökohtana ovat laadullisten ja määrällisten mittareiden kautta saadut tiedot seuran tilanteesta.

Laadullisia mittareita ovat muun muassa kunkin harjoituskauden päätteeksi tehtävä jäsenkysely, seurasta eroavien harrastajien erokysely, tapahtumien jälkeiset palautekyselyt sekä opettajille ja seuratoimijoille harjoituksissa suoraan harrastajilta ja huoltajilta tuleva jatkuva palaute. Vuosittaisessa jäsenkyselyssä kysytään palautetta seuran toiminnasta niin harrastajilta ja juniorien huoltajilta kuin seuratoimijoiltakin. Kyselyiden sisällöt ovat erilaiset kullekin ikäryhmälle ja roolille seurassa (lapset, nuoret, aikuisharrastajat, huoltajat, seuratoimijat).

Määrällistä dataa kerätään kalenterivuositain vuodenvaihteen tilanteesta niin sanottuun seuratoiminnan mittaristoon. Mittaristo näyttää seuratoiminnan määrällistä kehitystä useilla eri osa-alueella, ja siitä on helppo seurata toiminnan kehittymisen trendejä. Mittaristolla seurataan muun muassa muutosta seuran jäsenmäärässä, vyöarvojakaumassa, opettajien määrässä, harrastajien vaihtuvuudessa (eronneiden ja liittyneiden määrä ja erotus), tapahtumien osallistujamäärissä, lajikoulutusten suoritusmäärissä sekä kilpailijoiden määrissä ja kilpailumenestyksessä.

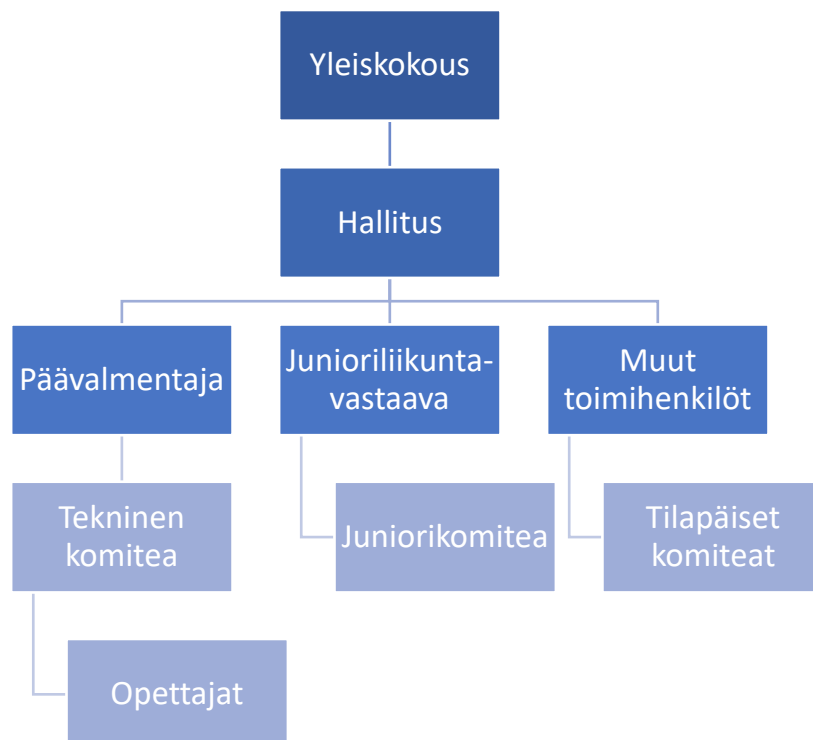
## 3. Johtaminen ja hallinto

### 3.1. Hallinnon vuosikello

Taekwon-Do Akatemian hallinnossa käytetään työkaluna niin sanottua vuosikelloa, johon on kirjattu kuukauden tarkkuudella vuosittain toistuvat asiat. Vuosikellon toteuttamisesta ja päivittämisestä vastaa seuran hallitus. Vuosikelloa päivitetään aina tarpeen mukaan. Hallinnon vuosikello on tarkasteltavissa erillisenä tiedostona: [Taekwon-Do Akatemian vuosikello](#). Samassa tiedostossa on lisäksi myös viestinnän, opettajan ja harrastajan vuosikellot.

### 3.2. Hallintorakenne

Taekwon-Do Akatemia yhdistys ry on rekisteröity yhdistys, joka noudattaa hallinnossaan yhdistyslain mukaista menettelytapaa. Hallintorakenne on kuvattu alla olevassa kaaviossa. Taekwon-Do Akatemiassa hallinto ei ole kytköksissä lajin vyöarvojärjestelmään. Toisin sanoen korkeampi vyöarvo ei anna korkeampia oikeuksia seuran hallinnossa, vaikka harjoitusosalissa se onkin harrastajien hierarkiaa määrittävä tekijä.



### 3.2.1. Yleiskokous

Seurassa ylintä hallintovaltaa käyttää yleiskokous, johon kaikki seuran jäsenet ovat oikeutettuja osallistumaan. Yleiskokous kokoontuu sääntömääräisesti kaksi kertaa vuodessa: tammi-kesäkuussa kevätkokoukseen ja syys-joulukuussa syyskokoukseen. Yleiskokouksissa äänioikeutettuja ovat kaikki 15 vuotta täyttäneet varsinaiset jäsenet. Alle 15-vuotiaan jäsenen äänioikeutta voi käyttää jäsenen laillinen huoltaja.

Seuran sääntöjen mukaan kevätkokouksessa käsitellään edellisen vuoden tilinpäätös, vuosikertomus ja toiminnantarkastajan lausunto, päätetään vastuuvapauden myöntämisestä edellisen vuoden hallitukselle sekä vahvistetaan liittymis- ja jäsenmaksun suuruus. Syyskokouksessa valitaan puheenjohtaja (kaksivuotiskausi) ja muu hallitus (yksivuotiskausi) sekä käsitellään tulevan vuoden talousarvio ja toimintasuunnitelma.

Yleiskokouksista säädetään tarkemmin [yhdistyksen säännöissä](#).

### 3.2.2. Hallitus

Taekwon-Do Akatemian käytännön toimintaa ja taloutta johtaa hallitus, johon kuuluu kahdeksi kalenterivuodeksi valittu puheenjohtaja sekä yhdeksi kalenterivuodeksi kerrallaan valitut 3–6 muuta varsinaista jäsentä sekä 0–4 varajäsentä. Hallituksen puheenjohtajan tulee olla 18 vuotta täyttänyt, hallituksen muiden jäsenten 15 vuotta täyttäneitä. Hallitus valitsee keskuudestaan varapuheenjohtajan, sihteerin ja muut tarvittavat toimihenkilöt. Toimihenkilöitä voidaan valita myös hallituksen ulkopuolelta.

Hallituksen toiminta alkaa kalenterivuoden alussa järjestäytymiskokouksella, jossa perehdytetään uusia jäseniä hallituksen ja seuran toimintaan, kartoitetaan hallituksen kiinnostusta, osaamista ja ajallisia resursseja eri toimihenkilötehtäviin liittyen. Tarkoituksena on, että seuratoiminta olisi kaikille mielekästä ja palkitsevaa, jossa pääsee sekä hyödyntämään omia vahvuuksiaan että kehittämään itseään oman elämäntilanteen mukaisten ajallisten mahdollisuuksien puitteissa.

Hallitus kokoontuu noin kerran kuukaudessa puheenjohtajan (tai puheenjohtajan ollessa estynyt, varapuheenjohtajan) kutsusta. Hallitus on päätösvaltainen, kun puheenjohtaja (tai puheenjohtajan ollessa estynyt, varapuheenjohtaja) sekä vähintään puolet hallituksen jäsenistä on läsnä.

Hallituksen toiminta perustuu avoimeen ja luottamukselliseen ilmapiiriin, jossa jokainen jäsen voi luottaa toisiinsa ja on toistensa tukena seuratoimintaa johtaessa. Hallitus käyttää kokousten välillä työskentelyalustanaan Discord-sovellusta, jonka kautta on mahdollista järjestää myös hallituksen kokouksia etäyhteyksin. Lisäksi hallitus käyttää nopean viestinnän kanavana WhatsApp-ryhmää.

Hallituksen tehtävät:

- Toteuttaa seuran kokouksen (yleiskokouksen) päätöksiä
- Johtaa ja kehittää seuran toimintaa
- Valita tarvittavat jaostot, komiteat ja työryhmät sekä niiden puheenjohtajat (muun muassa tekninen komitea ja päävalmentaja)
- Vastata seuran taloudesta
- Pitää jäsenrekisteriä
- Tehdä yleiskokoukselle esitys toimintakertomukseksi ja tilinpäätökseksi
- Tehdä yleiskokoukselle esitys toiminta- ja taloussuunnitelmaksi seuraavaa toimintavuotta varten
- Hoitaa seuran sisäistä ja ulkoista tiedottamista sekä markkinointia
- Hyväksyä ja erottaa jäsenet sekä päättää jäseniä koskevista kurinpitotoimista
- Valita ja erottaa seuran palkatut toimihenkilöt sekä sopia heidän eduistaan
- Päättää seuran ansiomitalien myöntämisestä ja kunniajäsenyyksien ja -puheenjohtajuuksien esittämisestä yhdistyksen kokoukselle
- Ryhtyä muihin toimenpiteisiin, joita seuran etu vaatii
- Luovuttaa tilinpäätös ja kirjanpito toiminnantarkastajan tarkastettavaksi vähintään kolme viikkoa ennen kevätkokousta
- Hakea salivuorot seuran omia harjoitusvuoroja varten Oulun kaupungilta ja muilta mahdollisilta kunnilta, joissa seuran omaa (ei kansalaisopiston alaista) toimintaa järjestetään
- Valmistella ja toimittaa avustushakemukset Oulun kaupungille
- Kartoittaa muiden toimintapaikkakuntien avustusmahdollisuuksia yhdessä paikallisten harrastajien kanssa, kartoittaa kansallisia avustushaku- ja hankeavustusmahdollisuuksia sekä valmistella ja toimittaa mahdolliset avustushakemukset
- Päättää, kuinka yhdistyksen toimihenkilöiden kulut korvataan
- Toimia esimiehenä yhdistyksen työntekijöille

### 3.2.3. Tekninen komitea

Tekninen komitea on Taekwon-Do Akatemian pysyvä toimikunta, jota johtaa [seuran päävalmentaja](#). Tekninen komitea vastaa seuran harrastajien teknisestä tasosta sekä vyökokeiden pitämisestä seurassa. Teknisen komitean jäseniä ovat kaikki vyöarvoltaan vähintään 4. Dan opettajat, joilla on lisäksi kansainvälinen opettajasertifikaatti sekä päävalmentajan lupa toimia vyökokeiden arvostelijana Taekwon-Do Akatemiassa.

Taekwon-Do Akatemian opettajat toimivat päävalmentajan ja teknisen komitean alaisuudessa ja toteuttavat teknisen komitean päätöksiä lajiopillisissa asioissa.

### 3.2.4. Juniorikomitea

Taekwon-Do Akatemiassa aloittaa vuonna 2021 juniorikomitea, joka edustaa lasten ja nuorten ääntä seuratoiminnassa. Juniorikomiteaan valitaan vuosittain seuran kehittämistä kiinnostuneita 12–17-vuotiaita nuoria, jotka valitsevat keskuudestaan komitean puheenjohtajan. Komitean vastuualueena ja ohjaajana toimii seuran junioriliikuntavastaava.

Juniorikomitea osallistuu seuran junioritoiminnan kehittämiseen ja ideoimiseen sekä voi järjestää esimerkiksi varainkeruuta, jonka tuotot ohjataan seuran junioritoimintaan. Varojen käytön kohde voi olla esimerkiksi junioriliikuntaan tarkoitettujen välineiden hankkiminen tai juniorien seura-asujen hinnan alentaminen.

Juniorikomitea valitsee lasten ja nuorten luottamusaikuisen, joka ei ole mukana seuran hallituksessa tai toimihenkilönä. Luottamusaikuisen on lasten ja nuorten luottamusta nauttiva vapaaehtoinen, jonka puoleen kaikkien seuran juniorien on helppoa ja turvallista kääntyä luottamuksellisesti mieltä askarruttavissa asioissa.

Juniorikomitealla on seuran toiminnassa merkittävä rooli myös nuorten osallistajana. Komitea voi ideoida myös muita projekteja, jotka edistävät nuorten osallisuutta, hyvinvointia ja kehittymistä Taekwon-Dossa ja Taekwon-Do Akatemiassa.

### 3.2.5. Muut komiteat, toimikunnat ja työryhmät

Taekwon-Do Akatemiassa ei ole tällä hetkellä muita pysyviä komiteoita, toimikuntia tai työryhmiä. Seuran hallitus voi nimetä seuralle tarpeen mukaan muita tilapäisiä työryhmiä. Tällainen työryhmä voi olla esimerkiksi tapahtuman järjestelyistä vastaava työryhmä.



### 3.3. Hallinnon toiminnan arviointi ja kehittäminen

Seuran hallitus arvioi vuosittain omaa toimintaansa kunkin vuoden loppupuolella. Arvioinnin yhteydessä hallitus miettii kehittämistavoitteita seuran hallinnon tulevalle kaudelle. Lisäksi hallitus kerää harjoituskauden lopulla palautetta seuratoiminnasta harrastajilta ja seuratoimijoilta. Palautetta reflektoidaan niin ikään vuoden lopulla seuraavaa toimikautta silmällä pitäen.

### 3.4. Toimihenkilöiden roolit

Hallituksen (ja sitä kautta yleiskokouksen eli seuran jäsenten) alaisuudessa toimii useita henkilöitä eri toimihenkilötehtävissä. Toimihenkilöt puheenjohtajaa lukuun ottamatta voivat olla hallituksen jäseniä tai muita seuran jäseniä. Puheenjohtaja on aina yleiskokouksen valitsema ja hallituksen jäsen. Muut toimihenkilöt valitsee seuran hallitus.

Kutakin tehtävää voi hoitaa yksi tai useampi henkilö, minkä lisäksi toimihenkilöt voivat pyytää avukseen muita henkilöitä ja muodostaa näin työryhmän. Hallituksen valitsema toimihenkilö vastaa hallitukselle työryhmän tehtävistä, mutta voi delegoida niitä työryhmän muille jäsenille. Työryhmän muodostamisesta tulee ilmoittaa hallitukselle, jotta työryhmän jäsenet voidaan kutsua Discord-työskentelyalustalle oikeille kanaville.

#### 3.4.1. Puheenjohtaja

Puheenjohtaja on seuran tärkein toimihenkilö. Hänen tehtävänsä on huolehtia kokonaisuudesta eli siitä, että seura toteuttaa perustehtäviään.

Puheenjohtaja johtaa seuran toimintaa ja vastaa seuran toiminnan kehittämisestä. Hän johtaa ja valvoo tehtyjen päätösten toteuttamista ja toteutumista sekä kehittää hallitustoimintaa. Hän huolehtii työnjaosta ja tukee seuran toimihenkilöiden työtä. Hän luo aktiivista ja innostunutta henkeä koko yhdistykseen sekä rohkaisee ja kannustaa osallistumaan.

Puheenjohtaja kutsuu kokoukset koolle. Hän valmistelee esityslistan yhdessä sihteerin ja muun hallituksen kanssa sekä johtaa puhetta hallituksen kokouksissa ja avaa seuran yleiskokoukset. Hän vastaa siitä, että

pöytäkirja laaditaan sekä allekirjoittaa seuran asiakirjat. Hän toimii yhdistyksen nimenkirjoittajana ja edustaa seuraa. Puheenjohtajan toimikausi on kaksi kalenterivuotta.

### 3.4.2. Varapuheenjohtaja

Varapuheenjohtajan tehtävänä on toimia puheenjohtajan sijaisena silloin, kun puheenjohtaja on estynyt hoitamasta tehtävänsä, eli tarpeen mukaan varapuheenjohtaja voi kutsua hallituksen kokouksen koolle ja johtaa sitä. Varapuheenjohtaja avustaa säännöllisesti puheenjohtajaa sekä tarvittaessa muita hallituksen jäseniä eri tehtävissä. Varapuheenjohtajalle voidaan antaa myös muita tehtäviä tai erityisvastuita seuratoiminnasta. Varapuheenjohtajalla täytyy olla riittävät tiedot ja taidot toimia puheenjohtajana.

### 3.4.3. Rahastonhoitaja

Rahastonhoitaja hoitaa seuran raha-asioita. Hän huolehtii muun muassa käteiskassasta, kuiteista ja muista tositteista, pankkiasioista ja laskujen maksamisesta. Rahastonhoitaja hoitaa kirjanpidon yhteistyössä tilitoimiston kanssa. Rahastonhoitaja on yleensä hallituksen jäsen, mutta hän voi olla myös hallituksen tai seuran ulkopuolinen henkilö.

Rahastonhoitajan tehtävät:

- Hoitaa seuran taloutta ja varainhankintaa tehtyjen päätösten mukaisesti.
- Esitellä talouteen liittyvät asiat (tilinpäätös, talousarvio, laskelmat jne.) yhdistyksen kokoukselle.
- Hyväksyttää hallituksella laskut talousohjesäännön mukaisesti.
- Huolehtii maksujen suorittamisesta sääntöjen ja päätösten mukaisesti.
- Seuraa jäsenmaksujen ja muiden tulojen kertymistä.
- Vastaa seuran kirjanpidosta yhteistyössä tilitoimiston kanssa.
- Vastaa kirjanpito- ja tositemateriaalin säilyttämisestä ja arkistoinnista. Kirjanpitolain mukaan kirjanpitomateriaali (päivä- ja pääkirja, tuloslaskelma ja tase liitteineen) sekä tililuettelo on säilytettävä vähintään 10 vuotta tilikauden päättymisestä. Tositemateriaalin säilytysaika on kuusi vuotta.
- Valmistelee yhdessä hallituksen kanssa talousarvioesityksen syyskokoukselle.
- Huolehtii muista hallituksen hänelle antamista tehtävistä.

- Huolehtii seuran käteiskassasta, käteistulojen tilittämisestä ja sopivien vaihtorahojen vaihtamisesta kassaan ennen tapahtumia.
- Myyntilaskujen luominen seuran jäsenille ja sidosryhmille (esim. tapahtumamaksut).
- Esittelee talousasioita hallitukselle, esim. ehdotukset tilikartan muutoksista, taloustilanteen raportointi.
- Vastaa palkanmaksusta seuran palkallisille opettajille ja toimihenkilöille.

#### 3.4.4. Sihteeri

Sihteeri työskentelee tiiviisti yhdessä puheenjohtajan kanssa. Sihteerin tehtävä on yleiskokouskutsujen lähettäminen, pöytäkirjojen kirjoittaminen (ellei kokouksen sihteeriksi valita toista henkilöä) ja tarvittaessa dokumenttien toimittaminen allekirjoitettavaksi. Lisäksi sihteeri vastaa seuran dokumenttien huolellisesta säilömisestä.

Sihteerin tehtävät:

- Osallistuu kokousten valmisteluun puheenjohtajan kanssa: laatii kokouskutsut sekä hoitaa kokousjärjestelyt.
- Huolehtii kokousten osanottajalistaista.
- Kirjoittaa kokousten pöytäkirjat (ellei kokous valitse toista henkilöä kokouksen sihteeriksi).
- Kirjoittaa yhdessä puheenjohtajan kanssa hallituksen laatimat toimintasuunnitelma- ja toimintakertomusluonnokset ja viimeistelee ne lopulliseen muotoon hyväksymisen jälkeen.
- Laatii pöytäkirjaotteet ja jäljennökset.
- Laatii hakemukset, anomukset ja muut asiakirjat yhdessä hallituksen kanssa sekä toimittaa ne asianosaisille.
- Hoitaa yhdistyksen kirjeenvaihdon yhdessä puheenjohtajan kanssa.
- Tiedottaa jäsenille ja ulkopuolisille yhdessä muun hallituksen kanssa, ellei erillistä tiedotus- ja viestintävastaavaa ole valittu.
- Hoitaa yhdistyksen sähköistä ja fyysistä dokumenttiarkistoa, ellei erillistä arkistovastaavaa ole valittu.

### 3.4.5. Jäsenrekisterivastaava

Jäsenrekisterivastaavan tehtäviin kuuluu jäsenrekisterin päivittäminen ja ylläpitäminen sekä seuran jäsenten opastaminen ja auttaminen seura-asioihin ja jäsenyyksiin liittyvissä ongelmatilanteissa.

Jäsenrekisterivastaavan tehtävät:

- Jäsenhakemusten ja eropyyntöjen listaaminen ja tarkastaminen sekä hyväksyttäminen hallituksen kokouksissa
- Vyökoetulosten vastaanotto arvostelijoilta ja käsittely: vyöarvojen kirjaaminen myClubiin ja liiton TKDMAN-järjestelmään
- Jäsenmaksujen laskuttaminen yhdessä rahastonhoitajan kanssa
- Jäsenmaksukaudesta tiedottaminen yhdessä tiedotus- ja viestintävastaavan kanssa
- Jäsenrekisterin ajantasaisuuden ylläpitäminen
- Jäsenten opastaminen seura-asioissa ja jäsenyyksiin liittyvissä kysymyksissä.
- Opettajien opastaminen jäsen- ja lisenssiasioiden käsittelystä harjoitusryhmissä yhdessä lisenssivastaavan kanssa.

### 3.4.6. Lisenssivastaava

Lisenssivastaavan tehtäviin kuuluu seuran harrastajien lisenssien tarkistaminen, uuden lisenssikauden alkamisesta tiedottaminen, sekä lisenssiasioissa opastaminen. Seuran lisenssivastaava tekee tarvittaessa yhteistyötä Suomen ITF Taekwon-Don lisenssivastaavan kanssa.

Lisenssivastaavan tehtävät:

- Tiedottaa seuran jäseniä uuden lisenssikauden alkamisesta yhteistyössä jäsenrekisterivastaavan sekä tiedotus- ja viestintävastaavan kanssa.
- Tarkistaa säännöllisesti uudet lisenssit Suomisportista ja kirjata ne myClubiin.
- Opettajien opastaminen jäsen- ja lisenssiasioiden käsittelystä harjoitusryhmissä yhdessä jäsenrekisterivastaavan kanssa.

### 3.4.7. Viestintä- ja markkinointivastaava

Viestintä- ja markkinointivastaavan tehtäviin kuuluu muun muassa seuran sisäinen ja ulkoinen viestintä (esimerkiksi seuran ja liiton tulevat tapahtumat) sähköpostitse myClubin, sosiaalisen median sekä kotisivujen kautta. Viestintä- ja markkinointivastaava huolehtii myös seuran sosiaalisen median kanavien päivittämisestä ja ylläpidosta.

Viestintä- ja markkinointivastaavan tehtävät:

- Toteuttaa viestinnän vuosikellon mukaiset toimenpiteet kuukausittain.
- Kirjoittaa harrastajien ja opettajien kuukausikirjeet yhteistyössä hallituksen kanssa.
- Tiedottaa seuran sisäisistä asioista kuukausikirjeiden välissä myClubin kautta.
- Laatia harjoituskausittainen markkinointisuunnitelma ja toteuttaa sitä.
- Markkinoida seuran järjestämiä tapahtumia yhteistyössä tapahtumavastaavan kanssa.
- Viestiä ajankohtaisista asioista sosiaalisessa mediassa.
- Määrittää tapahtumille sosiaalisen median vastaavat.
- Määrittää seuran omille tapahtumille valokuvaajat.
- Organisoida seuran osallistumista sosiaalisen median kampanjoihin.
- Vastata seuran verkkosivujen ajantasaisuudesta yhteistyössä webmasterin kanssa.
- Vastata seuran valokuvapankin päivittämisestä yhteistyössä webmasterin kanssa.

### 3.4.8. Webmaster

Webmaster vastaa seuran verkkosivujen, sähköpostiosoitteiden ja -listojen sekä hallituksen Discord-palvelimen ylläpidosta ja toiminnallisuudesta.

Webmasterin tehtävät:

- Vastata seuran verkkosivujen toiminnallisuudesta.
- Vastata seuran verkkosivujen ajantasaisuudesta yhteistyössä viestintä- ja markkinointivastaavan kanssa.
- Vastata seuran valokuvapankin päivittämisestä yhteistyössä viestintä- ja markkinointivastaavan kanssa.

- Vastata seuran hallinnon Discord-palvelimen toimivuudesta ja käyttöoikeuksista.
- Vastata seuran postituslistojen toimivuudesta.
- Hallinnoida @tkd-akatemia.fi-sähköpostiosoitteita.
- Toimia seuran edustajana Kapsi Internet-käyttäjät ry:n suuntaan yhteistyössä puheenjohtajan kanssa.

#### 3.4.9. Sali- ja varastovastaava

Sali- ja varastovastaava toimii Taekwon-Do Akatemian edustajana Äimäkujan salin salitoimikunnassa, huolehtii seuran varaston siisteydestä ja varustehankinnoista sekä täydentää Äimäkujan salin siivous- ja hygieniatarvikevarastoa tarpeen mukaan.

Sali- ja varastovastaavan tehtävät:

- Toimia seuran edustajana Äimäkujan salin salitoimikunnassa yhteistyössä puheenjohtajan kanssa.
- Täydentää Äimäkujan salin siivous- ja hygieniatarvikevarastoa tarpeen mukaan.
- Vastata Äimäkujan salin siivousvuorojen organisoinnista yhteistyössä salitoimikunnan kanssa.
- Huolehtia seuran varaston siisteydestä.
- Ylläpitää varaston inventaariota ja tarkistaa välineiden kunto vähintään kerran vuodessa.
- Pyytää opettajilta toiveita välinevarastohankinnoista.
- Päivittää varaston välineistöä yhteistyössä hallituksen kanssa.

#### 3.4.10. Edustusasu- ja verkkokauppavastaava

Edustusasu- ja verkkokauppavastaava vastaa yhteistyöstä seuran edustusasujen toimittajaan. Lisäksi hän vastaa myClubin yhteydessä olevasta verkkokaupasta ja sen ylläpidosta.

Edustusasu- ja verkkokauppavastaavan tehtävät:

- Toimia seuran yhteyshenkilönä seura-asujen toimittajan (v. 2021: [Noname](#)) suuntaan.
- Järjestää edustusasujen sovittukset seuran tapahtumien yhteydessä.
- Vastata edustusasujen tilauksista 2–4 kertaa vuodessa.
- Vastata seuran verkkokaupan ajantasaisuudesta ja tilausten toimittamisesta.

### 3.4.11. Ilmoittautumisvastaava

Ilmoittautumisvastaava huolehtii tapahtumailmoittautumisten vastaanottamisesta seuran jäseniltä ja niiden välittämisestä liiton ilmoittautumisjärjestelmään (TKDMAN). Ilmoittautumisissa työkaluna käytetään myClubia.

Ilmoittautumisvastaavan tehtävät:

- Seuraa aktiivisesti SITF:n, PoPLi:n, ITF:n ja muiden sidosryhmien tapahtumakalentereita.
- Luo Taekwon-Do Akatemian harrastajia koskevista tapahtumista myClub-tapahtumat ja niihin laskutustoiminnon mikäli tarpeen.
- Ilmoittaa tapahtumiin ilmoittautuneet myClubista TKDMANIin, Kihappiin, Suomisportiin tai muuhun järjestelmään sitä mukaa kun ilmoittautumisia tulee.

### 3.4.12. Päävalmentaja

Taekwon-Do Akatemian päävalmentaja johtaa seuran lajillista kehittämistä, vastaa lajiopillisesta tasosta yhdessä teknisen komitean kanssa sekä toimii teknisen komitean puheenjohtajana. Päävalmentaja toimii seuran opettajien opettajana ja opettaa säännöllisesti seuran järjestämillä leireillä tai kursseilla.

Päävalmentajan tehtävät:

- Päävalmentaja on vyöarvoltaan vähintään 4. Dan musta vyö ja ITF:n kansainvälisen opettajasertifikaatin (International Instructor) haltija.
- Opettaa säännöllisesti seuran järjestämillä leireillä tai kursseilla.
- Kutsuu seuran järjestämille leireille vierailevia opettajia yhteistyössä tapahtumavastaavan kanssa.
- Toimii teknisen komitean puheenjohtajana.
- Vastaa seurassa lajiteknisistä linjauksista ja standardeista kaikissa Taekwon-Doon liittyvissä asioissa yhdessä teknisen komitean kanssa.
- Vastaa seuran sisäisistä opettajakoulutuksista.
- Tekee läheistä yhteistyötä hallituksen kanssa seuran harrastustoiminnan järjestämisen ja kehittämisen osalta.

- Edustaa seuraa yhdessä muiden kansainvälisten opettajien (International Instructor) kanssa Suomen ITF Taekwon-Don teknisen valiokunnan opettajajaoksessa.
- Toimii yhdessä seuran puheenjohtajan kanssa seuran yhteyshenkilönä kansainvälisiin Taekwon-Do-organisaatioihin.

#### 3.4.13. Junioriliikuntavastaava

Junioriliikuntavastaava kehittää seuran junioritoimintaa yhdessä muiden opettajien kanssa, toimii yhteyshenkilönä ITF Kids -ohjelmassa sekä vetää seuran junioritoimikuntaa vastuuaikuisen roolissa (ei puheenjohtajana; toimikunta valitsee keskuudestaan puheenjohtajan).

Junioriliikuntavastaavan tehtävät:

- Toimii seuran yhteyshenkilönä Suomen ITF Taekwon-Don juniorivaliokuntaan ja koulutusvaliokunnan juniorikoulutusvastaavaan.
- Kehittää seuran junioriliikuntatoimintaa.
- Järjestää vuosittain seuran oman tai yhteistyössä lähialueiden seurojen kanssa juniorileiripäivän.
- Tukee juniorikurssien opettajia harjoitusten ideoimisessa.
- Välittää juniorikurssien opettajien välinehankintatoiveita hallitukselle.
- Toimii seuran yhteyshenkilönä ITF Kids -ohjelmassa.
- Toimii seuran junioritoimikunnan vastuuaikuisena.
- Toimii seuran vastuuhenkilönä alaikäisten turvallisuutta koskevista kysymyksissä.

#### 3.4.14. Aikuis- ja senioriliikuntavastaava

Aikuis- ja senioriliikuntavastaava kehittää seuran aikuis- ja senioriliikuntatoimintaa yhdessä muiden opettajien kanssa sekä toimii seuran yhteyshenkilönä ITF Harmony -ohjelmassa.

Aikuis- ja senioriliikuntavastaavan tehtävät:

- Toimii seuran yhteyshenkilönä Suomen ITF Taekwon-Don koulutusvaliokunnan valmentajakoulutusvastaavaan.
- Kehittää seuran aikuis- ja senioriliikuntatoimintaa.
- Järjestää vuosittain seuran oman tai yhteistyössä lähialueiden seurojen kanssa aikuisten leiripäivän.



- Tukee aikuiskurssien opettajia harjoitusten ideoimisessa.
- Välittää aikuiskurssien opettajien välinehankintatoiveita hallitukselle.
- Toimii seuran yhteyshenkilönä ITF Harmony -ohjelmassa.
- Toimii seuran vastuuhenkilönä aikuisharrastajien turvallisuutta koskevissa kysymyksissä.

#### 3.4.15. Näytösvastaava

Näytösvastaava tekee läheistä yhteistyötä viestintä- ja markkinointivastaavan kanssa seuran kurssien markkinoinnissa ja lajin esittelyssä. Näytösvastaava koordinoi lajinäytösten ja -esittelyiden sekä kokeilutuntien järjestämistä kouluille ja tapahtumiin sekä vastaa näytösryhmän kokoamisesta.

Näytösvastaavan tehtävät:

- Toimii läheisessä yhteistyössä viestintä- ja markkinointivastaavan kanssa.
- Järjestää lajinäytöksiä ja kokeilutunteja kouluille ja tapahtumiin.
- Koordinoi näytösryhmän kokoonpanoa.
- Hankkii näytöskäyttöön tarvittavia varusteita (esim. murskauslautoja) yhteistyössä hallituksen kanssa.
- Vastaa näytösmatkojen kulukorvausten hakemisesta rahastonhoitajalta.

#### 3.4.16. Kilpaurheiluvastaava

Kilpaurheiluvastaava johtaa seuran kilpailutoimintaa, vastaa kilpailujen markkinoinnista sekä kilpailuryhmien kokoamisesta ja niiden valmentamisesta yhteistyössä muiden valmentajien kanssa.

Kilpaurheiluvastaavan tehtävät:

- Vastaa kilpailujen markkinoinnista seurassa.
- Vastaa kilpailuryhmien kokoamisesta.
- Vastaa kilpailuryhmien harjoittelusta.
- Koordinoi kilpailumatkojen järjestämistä.
- Toimii seuran yhteyshenkilönä Suomen ITF Taekwon-Don kilpa- ja huippu-urheiluvaliokunnan kilpailu- ja tuomarijaokseen sekä maajoukkuejaokseen.
- Tekee yhteistyötä ilmoittautumisvastaavan kanssa kilpailuilmoittautumisten osalta.
- Tekee yhteistyötä rahastonhoitajan kanssa kilpailumaksujen maksamisen osalta.

#### 3.4.17. Tapahtumavastaava (leirivastaava, kilpailuvastaava)

Tapahtumavastaavan tehtävänä on järjestää seuran leirit ja kilpailut erillisten muistilistojen mukaisesti. Tapahtumavastaava voidaan määrittää erikseen kuhunkin järjestettävään tapahtumaan.

Tapahtumavastaavan tehtävät:

- Vastaa tapahtuman järjestelyistä.
- Tekee yhteistyötä tapahtuman markkinoinnin osalta viestintä- ja markkinointivastaavan kanssa.
- Toimii tapahtumajärjestelyiden yhteyshenkilönä niin hallituksen kuin osallistujienkin suuntaan.

## 4. Toimintaympäristö ja yhteistyökumppanit

Taekwon-Do Akatemian toiminta perustuu monella eri tasolla yhteistyöhön eri toimijoiden eli sidosryhmien kanssa. Seuran tärkein sidosryhmä on tietysti sen jäsenet ja jäsenten kotiväki, mutta sen lisäksi olemme seurajäsenenä kansallisessa lajiliitossa sekä liikunnan aluejärjestössä, teemme yhteistyötä eri toimijoiden kuten kuntien, kansalaisopistojen ja muiden oppilaitosten kanssa kurssien järjestämiseksi useilla paikkakunnilla sekä teemme muuta alueellista ja paikallista yhteistyötä toimintamme edistämiseksi. Tässä osiossa esitellään Taekwon-Do Akatemian tärkeimmät sidosryhmät ja yhteistyökumppanit.

### 4.1. Toimintapaikkakunnat

Taekwon-Do Akatemia tekee yhteistyötä koko toimialueellaan kaupunkien ja kuntien kanssa. Tärkein näistä Oulun kaupunki, joka on myös yhdistyksen kotipaikka. Seura vaikuttaa kunnalliseen liikuntapaikkasuunnitteluun sekä omalla toiminnallaan että Pohjois-Pohjanmaan liikunta ja urheilu ry:n (PoPLi) kautta ja tuo toiminnallaan positiivista näkyvyyttä kunnille muun muassa kilpailumenestyksen myötä.

Oulussa seuralla on kaupungin tiloissa omia harjoitusvuoroja sekä kesäisin että varsinaisen harjoituskauden aikana. Muilla paikkakunnilla harjoitukset järjestetään pääsääntöisesti paikallisen kansalaisopiston varaamilla salivuoroilla. Muillakin paikkakunnilla on kuitenkin mahdollista järjestää seuran nimissä toimintaa, kuten leirejä tai leiripäiviä sekä vapaita harjoitusvuoroja.

Kuntien ja kaupunkien Taekwon-Do Akatemia tekee läheistä yhteistyötä myös muiden paikallisten ja alueellisten toimijoiden kanssa. Tällaisia sidosryhmiä ovat muun muassa Oulun, lähiseutujen ja Suomen muut ITF Taekwon-Do -seurat, kuten Oulun ITF Taekwon-Do, Haukiputteen Jirugi, Taekwon-Do Tornio ja Arctic Taekwon-Do.

Taekwon-Do Akatemian toiminta tapahtuu laajalla alueella, ja muuttoliikettä muualle Suomeen tapahtuu paljon. Siten Taekwon-Do Akatemian kasvatteja harrastaa lajia nykyisin useissa eri seuroissa ympäri Suomea. Teemme yhteistyötä myös Taekwon-Do Akatemian harjoitussalilla Oulussa alivuokralaisina ja naapureina toimivien kamppailulajiseurojen kanssa.

Lisäksi seura tekee sidosryhmätoimintaa myös eri kunnissa koulujen ja oppilaitosten kanssa tarjoamalla Taekwon-Do-näytöksiä ja -kokeilutunteja peruskouluille ja toisen asteen oppilaitoksille toimialueellaan sekä järjestää tapahtumia (leirejä, kilpailuja, koulutuksia) koulujen tiloissa.

Taekwon-Do Akatemian toimintapaikkakunnat (2020):

- Haapavesi
- Ii
- Kajaani
- Kempele
- Kiiminki (Oulu)
- Kipinä (Pudasjärvi)
- Kuusamo
- Muhos
- Oulu
- Posio
- Pudasjärvi
- Pyhäntä
- Ruukki (Siikajoki)
- Utajärvi
- Vaala

#### 4.2. Lajilliset katto-organisaatiot

Taekwon-Do Akatemia on Suomen ITF Taekwon-Do ry:n (SITF) jäsen. SITF on Taekwon-Don kansallinen katto-organisaatio ja lajiliitto. Suomen ITF Taekwon-Don kautta Taekwon-Do Akatemia kuuluu välillisesti myös Euroopan maanosaliittoon All Europe Taekwon-Do Federationiin (AETF) sekä kansainväliseen lajiliittoon International Taekwon-Do Federationiin (ITF).

##### 4.2.1. Suomen ITF Taekwon-Do

Taekwon-Do Akatemia on yksi kansallisen lajiliittomme Suomen ITF Taekwon-Do ry:n (SITF) jäsenseuroista. Suomen ITF Taekwon-Do vastaa Taekwon-Don kehittämisestä Suomessa. Taekwon-Do Akatemia osallistuu säännöllisesti SITF:n järjestämiin tapahtumiin, kuten SM-kilpailuihin ja muihin kilpailuihin, kansallisiin opettajaseminaareihin sekä seurafoorumeihin ja seurapäiviin.

Taekwon-Do Akatemialla on hyvät suhteet SITF:n hallintoon. Liittotoiminnasta kiinnostuneita Taekwon-Do Akatemian jäseniä on mukana myös SITF:n toimielimissä, kuten hallituksessa ja valiokunnissa. Suomen ITF Taekwon-Don ylin päättävä toimielin on yleiskokous, joka järjestetään kahdesti vuodessa. Taekwon-Do Akatemiaa yleiskokouksissa edustaa pääsääntöisesti seuran puheenjohtaja ja/tai varapuheenjohtaja tai muu hallituksen jäsen.

#### 4.2.2. All Europe Taekwon-Do Federation

Euroopassa Taekwon-Do-toimintaa johtaa maanosaliitto All Europe Taekwon-Do Federation (AETF), jonka kotipaikka on Puolan Lublinissa. Taekwon-Do Akatemia toimii AETF:n alaisuudessa Suomen ITF Taekwon-Don jäsenyyden kautta. AETF järjestää muun muassa Taekwon-Don EM-kilpailut vuosittain.

#### 4.2.3. International Taekwon-Do Federation

Kansainvälinen lajiliitto International Taekwon-Do Federation (ITF) on Taekwon-Don ylin organisaatio koko maailmassa. Taekwon-Do Akatemia on Suomen ITF Taekwon-Don kautta osa ITF:ää, jonka kotipaikka on Espanjan Benidormissa ja toimisto Puolan Lublinissa.

ITF muun muassa vastaa Taekwon-Don kehittämisestä kansainvälisesti, edustaa Taekwon-Doa liikuntaorganisaatioiden kentällä, koordinoi Taekwon-Do-tapahtumien kuten kansainvälisten kilpailuiden ja seminaarien järjestämistä, ylläpitää lajin teknistä tasoa sekä myöntää mustan vyön arvot ja opettajasertifikaatit.

### 4.3. Muut yhteistyökumppanit, jäsenyydet ja asiakkuudet

Toimintapaikkakunnan yhteistyökumppaneiden ja lajillisten organisaatioiden lisäksi Taekwon-Do Akatemia tekee yhteistyötä muiden organisaatioiden kanssa ja on asiakkaana yrityksissä, joiden palveluita seuran hallinnossa ja muussa toiminnassa hyödynnetään.

#### 4.3.1. Kansalaisopistot ja muut kurssien järjestäjät

Taekwon-Do Akatemian harrasteliikuntatoimintaa järjestetään useimmilla toimintapaikkakunnilla yhteistyössä paikallisen toimijan (yleensä kansalaisopisto) kanssa. Kurssien järjestäjät ovat Taekwon-Do Akatemialle merkittäviä sidosryhmiä, sillä heidän avullaan seura pystyy järjestämään harrastustoimintaa kohtuulliseen hintaan laajalla toimialueella.

Kurssien järjestäjät vastaavat opettajien matkakuluista ja palkoista, tilavarauksista ja -vuokrasta, markkinoinnista (johon myös Taekwon-Do Akatemia osallistuu omalla markkinoinnillaan) sekä kurssi-ilmoittautumisten hallinnoinnista. Kurssimaksut maksetaan täysimääräisenä kurssien järjestäjille. Taekwon Do Akatemia puolestaan vastaa opettajien kouluttamisesta, yhteisistä harjoitusvälineistä, vyökokeiden järjestämisestä sekä harrastustoiminnasta laajemmin oman harjoitusryhmän ulkopuolella (leirit, kilpailut, koulutukset, seuratoiminta).

Taekwon-Do Akatemian yhteistyökumppanit kurssien järjestäjinä (2020):

- Iin kansalaisopisto (Ii)
- Jokihelmen opisto (Haapavesi, Pyhäntä)
- Kaukametsän opisto (Kajaani)
- Kempele-opisto (Kempele)
- Kuusamo-opisto (Kuusamo)
- Oulujoki-opisto (Muhos, Utajärvi)
- Oulujärven kansalaisopisto (Vaala)
- Oulun korkeakoululiikunta (Oulu)
- Oulu-opisto (Oulu/Kiiminki)
- Posion kansalaisopisto (Posio)
- Pudasjärven kansalaisopisto (Pudasjärvi, Pudasjärvi/Kipinä)
- Siikajoki-opisto (Siikajoki/Ruukki)
- Vuolteen opisto (Oulu)

#### 4.3.2. Pohjois-Pohjanmaan liikunta ja urheilu ry (PoPLi)

Pohjois-Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu (tuttavallisemmin PoPLi ry) on Pohjois-Pohjanmaan alueella toimiva liikunnan aluejärjestö. Taekwon-Do Akatemia liittyi PoPLin jäseneksi vuonna 2018. PoPLi tukee Taekwon-Do Akatemiaa erityisesti seuran kehittämisessä, yhdistystoiminnan neuvonnassa, asiantuntija-avussa mm. yhdistyslakiin, verotukseen ja talouteen liittyen, tuo seuran ääntä kuuluviin kunta- ja maakuntatason päätöksenteossa sekä järjestää seuratoiminnan ja valmennuksen koulutuksia.

Taekwon-Do Akatemian jäsenet, pääasiassa opettajat, hallituksen jäsenet ja muut aktiivit, osallistuvat säännöllisesti PoPLin järjestämiin koulutuksiin. Koulutuksia on tarjolla esimerkiksi junioriohjaajille sekä seuran hallinnolle. Lisäksi PoPLi järjestää Pohjois-Pohjanmaan alueella Olympiakomitean Valmentaja- ja ohjaajakoulutusjärjestelmän mukaiset VOK 1 -koulutukset.

#### 4.3.3. Äimäkujan kamppailuseurat

Taekwon-Do Akatemialla on pysyvä toimitila Oulun Äimärautiolla osoitteessa Äimäkuja 6. Seuran tila koostuu kahdesta pukuhuoneesta, varastosta sekä noin 120 m<sup>2</sup> tatamisalista. Taekwon-Do Akatemia toimii tiloissa päävuokralaisena ja vuokraa salia myös muiden kamppailulajiseurojen käyttöön. Alivuokralaisina salilla toimii viisi seuraa: Aikidoseura Hokutokai, Bujinkan Reihan Dojo Oulu, Jeet Kune Do Oulu, Oulun Taidoseura ja Han Moo Do Oulu.

Taekwon-Do Akatemian salin lisäksi samoissa tiloissa toimii myös muiden kamppailulajiseurojen saleja. Yhteensä tiloissa on neljä 120m<sup>2</sup> kokoista salia, joista yksi on Taekwon-Do Akatemian vuokraama, toinen Budoseura Oulun Musokain ja kaksi muuta Oulun Karateseuran. Budoseura Oulun Musokain salissa alivuokralaisena toimii lisäksi Ju-Jutsu Oulu. Taekwon-Do Akatemia tekee yhteistyötä muiden pää- ja alivuokralaisten kanssa tilojen kehittämisen suhteen.

#### 4.3.4. Noname

Taekwon-Do Akatemian seuraedustusasut tuottaa suomalainen Noname (Nomade Collection Oy). Nonamen kautta seura hankkii yksilöllisesti suunnitellut ja vastuullisesti tuotetut seura-asut, kuten takit, housut, hupparit ja t-paidat. Noname-yhteistyöstä vastaa Taekwon-Do Akatemiassa edustusasu- ja

verkkokauppavastaava. Asuja tilataan Nonamelta 2–4 kertaa vuodessa, yleensä leireillä tai muissa tapahtumissa pidettyjen sovitustilaisuuksien jälkeen.

#### 4.3.5. Tilin Takojat Oy

Taekwon-Do Akatemia ostaa kirjanpito- ja tilinpäätöspalvelut oululaiselta tilitoimistolta Tilin Takojat Oy:lta. Rahastonhoitaja toimittaa kuukausittain seuran talousaineiston tilitoimistolle. Tilitoimisto toimittaa edeltävän vuoden tilinpäätöksen aina huhtikuussa hyvissä ajoin ennen yhdistyksen kevätkokousta, jossa tilinpäätös esitellään ja vahvistetaan.

#### 4.3.6. Holvi

Taekwon-Do Akatemian pankki- ja tiliasiointi tapahtuu Holvin palveluita käyttäen. Holvi on kotimainen maksupalveluyritys, joka tarjoaa yrityksille edullisia mutta nykyaikaisia pankkipalveluita kuten yritystilin, pankkikortin sekä monipuoliset sähköiset verkkopankkipalvelut.

#### 4.3.7. Pikkelssi

Ravintola- ja pitopalveluyritys Pikkelssi on Taekwon-Do Akatemian monivuotinen yhteistyökumppani. Pikkelssi on seuran ensisijainen pitopalvelukumppani Oulussa ja lähialueilla järjestettäviin tapahtumiin kuten leireille ja kilpailuihin. Lisäksi Pikkelssin ravintola- ja saunatiloissa on järjestetty seuran pikkujouluja, kauden päättäjäisiä, opettajien virkistysiltoja ja muita tapahtumia.

#### 4.3.8. Kapsi Internet-käyttäjät ry

Taekwon-Do Akatemia on yhdistysjäsen Internet-käyttäjät Kapsi ry:ssä (Kapsi). Kapsi on oululainen vapaaehtoisvoimin toimiva yhdistys, joka tarjoaa henkilöille ja yhdistyksille työkaluja verkkosivujen ylläpitoon ja hallinnointiin jäsenmaksua vastaan. Taekwon-Do Akatemian verkkosivut toimivat Kapsin palvelimella.



#### 4.3.9. MyClub / Taikala Oy

Taekwon-Do Akatemia käyttää seuran hallinnointiin Taikala Oy:n myClub-jäsenpalvelua. MyClubin kautta tapahtuvat muun muassa seuran ilmoittautumiset, laskutus ja tiedotus. Taekwon-Do Akatemia tekee yhteistyötä Taikala Oy:n kanssa jäsenpalvelun kehittämiseksi Taekwon-Do Akatemiaa ja muita seuroja paremmin palvelevaksi lähettämällä esimerkiksi kehitysehdotuksia ja -ideoita.

## 5. Liikunta- ja urheilutoiminta: seuran opetuslinjaus

Tässä osassa kerrotaan Taekwon-Do Akatemian varsinaisesta liikunta- ja urheilutoiminnasta, sen eettisistä linjauksista, harrastajan ja opettajan poluista, harrastamisen maksuista sekä erilaisista harrastamiseen liittyvistä tapahtumista.

### 5.1. Opetuksen eettiset linjaukset

Taekwon-Do Akatemian opetustoiminnan eettiset linjaukset perustuvat seuran arvoihin, missioon ja visioon, Taekwon-Don pääperiaatteisiin sekä Olympiakomitean laatimiin reilun pelin ihanteisiin ja tavoitteisiin. Toiminnassamme olemme sitoutuneet noudattamaan Suomen ITF Taekwon-Don yhdenvertaisuussuunnitelmaa "[Hyvää käytöstä valkoisesta vyöstä mustaan vyöhön](#)". Suomen ITF Taekwon-Don kautta olemme myös [syrjinnästä vapaa alue](#), emmekä täten hyväksy minkäänlaista häirintää tai epäasiallista kohtelua harjoituksissamme tai muissa tapahtumissamme. Opettajiamme koulutetaan lisäksi haastaviin tilanteisiin harjoitusryhmissä [Kamppailija ei kiusaa](#) -ohjelman materiaaleja käyttäen.

#### 5.1.1. Arvot, missio ja visio opetustoiminnassa

Taekwon-Do Akatemian opetustoiminnassa noudatetaan seuratoiminnalle määritettyjä arvoja: yhdenvertaisuus, yhteisöllisyys, kannustavuus, ammattitaitoisuus ja liikunnan ilo. Tämä tarkoittaa sitä, että jokainen lapsi, nuori ja aikuinen on tervetullut harrastamaan seurassamme samoista lähtökohdista, eikä ketään jätetä ulkopuolelle. Ammattitaitoiset ja säännöllisesti kouluttautuvat opettajamme luovat harjoituksissa positiivista ja kannustavaa ilmapiiriä, jossa on ilo kuntoilla, oppia uutta ja ylittää itsensä, mutta myös lupa epäonnistua.

Visiomme on, että Taekwon-Do Akatemia on tunnettu ja arvostettu niin Suomessa kuin kansainvälisestikin, ja meidän seurassamme on ilo harrastaa. Tähän tavoitetilaa pyrimme pääsemään missiomme eli keskeisimpien toiminta-ajatustemme kautta. Harjoituksissamme Taekwon-Do Akatemian opettajat kasvattavat harrastajista vahvoja paitsi fyysisesti, myös henkisesti. Tässä toiminta-ajatuksessa keskeisessä roolissa on lajin filosofiassa määritellyt Taekwon-Do-harrastajan pääperiaatteet: kohteliaisuus, rehellisyys, uutteruus, itsehillintä ja lannistumaton henki. Harjoituksissa näitä teemoja käsitellään erilaisten harjoitteiden ja tilanteiden kautta.

Emme halua, että Taekwon-Do on ainoastaan kaupunkilaisten harrastus. Siksi Taekwon-Do Akatemia tarjoaa laadukasta ja ammattimaista Taekwon-Do-opetusta Pohjois-Suomen alueella niin kaupungeissa kuin pienemmillä paikkakunnillakin. Samalla teemme Taekwon-Doa näkyväksi ja tunnetuksi Pohjois-Suomen ja koko maan alueella.

Taekwon-Dossa on mahdollista (mutta ei pakollista) myös kilpailla. Seurana luomme harrastajillemme mahdollisuuksia kilpailla ja menestyä Taekwon-Dossa niin kansallisella kuin kansainväliselläkin tasolla jokaisen harrastajan omien tavoitteiden mukaisesti.

### 5.1.2. Opettajan ja oppilaan rooli

Taekwon-Do Akatemiassa kustakin harjoitusryhmästä vastaa ryhmän vastuupettaja. Terminologisesti Taekwon-Do Akatemiassa puhutaan pääsääntöisesti opettajista, ei valmentajista. Lajillisen filosofian mukaan Taekwon-Do-opetus ei ole pelkästään kilpailumenestykseen tähtäävää valmennusta vaan kokonaisvaltaista opetusta paitsi lajissa, myös ihmisenä kasvamisessa. Lisäksi Taekwon-Don vyöarvojärjestelmässä 4.–6. Danin mustista vöistä käytetään koreankielistä termiä *sabum*, opettaja. Valmentajista Taekwon-Do Akatemiassa puhutaan pääsääntöisesti ainoastaan kilpavalmentamiseen liittyen sekä kilpailun aikana valmentajan ("koutsin") roolia koskien.

Taekwon-Do Akatemian opettaja opettaa jokaista harrastajaa seuran ja lajin arvoihin sekä harrastajan omiin tavoitteisiin perustuen. Taekwon-Do-valan mukaisesti harrastajista kasvatetaan puolestapuhujia vapaudelle ja oikeudenmukaisuudelle, jotka auttavat omalla toiminnallaan rakentamaan rauhallisempaa maailmaa. Opettajan ja oppilaan vuorovaikutus perustuu vastavuoroiseen avoimuuteen, luottamukseen, kunnioitukseen ja välittämiseen.

Taekwon-Dossa, kuten muissakin itämaisissä kamppailulajeissa, on vahva hierarkkinen rakenne harjoitusryhmien toiminnassa. Tähän liittyy oleellisena osana molemminpuolinen kunnioitus opettajan ja oppilaan välillä. Taekwon-Do-harrastajan valassa viitataan tähän kunnioitussuhteeseen: "Tulen kunnioittamaan opettajaa ja ylempiä voita." Taekwon-Don lajillisessa käsikirjassa, Encyclopedia of Taekwon-Dossa, määritellään opettajan ja oppilaan suhdetta muun muassa ihanteellisen opettajan ja ihanteellisen oppilaan piirteiden kautta. Alla on listattuna joitain keskeisimpiä piirteitä.

#### Ihanteellinen opettaja

- Ei väsy opettamaan. Hyvä opettaja voi opettaa missä ja milloin vain ja on aina valmis vastaamaan kysymyksiin.

- Näyttää aina hyvää esimerkkiä oppilailleen eikä yritä huijata tai nolata heitä.
- Auttaa oppilaitaan kehittämään hyviä ihmissuhteita myös harjoitussalin ulkopuolella.
- Kohtelee kaikkia oppilaita tasapuolisesti eikä suosi ketään.
- Ei pyydä oppilailtaan palveluksia, kuten harjoitussalin siivoamista tai korjaustöitä, tai muutoin pyri hyväksikäyttämään korkeampaa hierarkkista asemaansa.
- On aina rehellinen oppilailleen eikä riko luottamusta.

### Ihanteellinen oppilas

- Ei väsy oppimaan. Hyvä oppilas voi oppia missä ja milloin vain. Hän on aina valmis oppimaan uutta ja kysymään kysymyksiä.
- On valmis auttamaan seuratoiminnassa sekä tarjoaa omaa osaamistaan ja panostaan lajin ja seuran yhteiseksi hyväksi.
- On aina hyvä esimerkki alemmille vyöarvoille.
- Muistaa, että on esimerkki lajista myös harjoitussalin ulkopuolella.
- Ei koskaan käyttäydy epäkunnioittavasti opettajaa kohtaan. Oppilas saa olla eri mieltä, mutta hänen tulee ensin toimia ohjeiden mukaan ja keskustella asiasta myöhemmin kahden kesken opettajan kanssa.

#### 5.1.3. Taekwon-Don protokolla

Taekwon-Dossa, kuten muissakin perinteisissä itämaisissa kamppailulajeissa, noudatetaan tiettyä käytöskoodistoa harjoituksissa ja muussa lajiin liittyvässä kanssakäymisessä. Taekwon-Don protokollan tarkoituksena on määrittää kansainvälisesti yhtenäiset käyttäytymissäännöt. Tähän kuuluu esimerkiksi pukeutumista, kumartamista sekä harjoitusten, leirien, vyökokeiden ja koulutusten muodollisuuksia koskevat säännöt. Taekwon-Don protokollan määrittää kansainvälinen lajiliitto International Taekwon-Do Federation (ITF). Protokolla on luettavissa kokonaisuudessaan [ITF:n verkkosivuilla](#) (englanniksi).

Taekwon-Don protokollassa keskeisintä on kunnioitus toisia kohtaan, olipa kyse sitten opettajasta, oppilaasta, ylemmästä vyöarvosta tai alemmasta vyöarvosta. Oman harjoitussalin lisäksi kunnioituksen tulee näkyä aina myös esimerkiksi kilpailuissa tuomareiden, toimitsijoiden sekä muiden kilpailijoiden ja valmentajien kanssa tapahtuvassa kanssakäymisessä, vaikka kilpailu saattaakin herättää vahvoja tunnereaktioita. Protokolla muistuttaa myös, että kunnioittavan käyttäytymisen tulee jatkua myös Taekwon-Do-salin ulkopuolella kaikilla elämän osa-alueilla perheen, koulutovereiden, työkavereiden ja muiden

läheisten kanssa. Taekwon-Don peruskäytössäännöt ja salietiketti opetellaan peruskurssin aikana ja sitä testataan ja seurataan oppilailta vyökokeissa.

#### 5.1.4. Antidoping

Taekwon-Do Akatemia on sitoutunut noudattamaan [Suomen ITF Taekwon-Don antidoping-ohjelmaa](#). Ohjelmalla sitoutetaan liittoa ja seuroja tekemään puhdasta urheilua ja luodaan toimintamallia, jossa harrastajat sitoutuvat toimimaan eettisesti itseään, kilpakumppaniaan ja lajiaan kunnioittaen. Ohjelman tavoitteena on tehdä sekä ohjaajille että harrastajille suunnattua ennaltaehkäisevää ja säännöllistä koulutus- ja viestintätoimintaa antidoping-asioissa, vaikuttaa arvopohjaan puhtaan urheilun puolesta sekä tehdä yhteistyötä kansainvälisellä tasolla International Taekwon-Do Federationin ja sen alaisten lajiliittojen kanssa.

Ohjelman myötä Taekwon-Do Akatemiassa noudatetaan Suomen antidoping-säännöstöä, lajikohtaista antidoping-säännöstä sekä kansainvälistä WADA:n antidoping-säännöstöä. Lisäksi Taekwon-Do Akatemia kannustaa kaikkia opettajia, kilpailuvalmentajia ja kilpaurheilijoita sekä muita aiheesta kiinnostuneita harrastajia suorittamaan Suomen urheilun eettisen keskuksen SUEK ry:n [Puhtaasti paras -antidoping-verkkokoulutuksen](#).

#### 5.1.5. Harrastajien turvallisuutta lisäävät toimintatavat

Taekwon-Do Akatemian opettajat ovat pääsääntöisesti työsuhteessa kansalaisopistoon, joka järjestää varsinaisen kurssin. Kansalaisopistot tarkistavat lasten kanssa työskentelevien opettajien rikostaustaotteet työsuhteen alkaessa. Tämän lisäksi kaikilla opettajilla on kuitenkin myös vastuullinen rooli seuran toiminnassa, minkä vuoksi Taekwon-Do Akatemia tarkistaa jokaisen toimintaan tulevan uuden opettajan ja toimihenkilön rikostaustan harrastajien henkilökohtaisen koskemattomuuden turvaamiseksi.

Taekwon-Do Akatemia sitoutuu niin lasten kuin aikuistenkin turvallisuutta ja koskemattomuutta edistäviin toimintatapoihin. Turvallisuudella ja koskemattomuudella tarkoitetaan tässä sitä, että

- harrastajien perus- ja ihmisoikeudet toteutuvat
- harrastajien henkilökohtaista koskemattomuutta kunnioitetaan
- junioriharrastajien turvallista kasvua, kehitystä ja hyvinvointia tuetaan
- harrastajia suojellaan seksuaalirikoksilta, väkivaltarikollisuudelta, houkuttelulta huumeiden käyttöön ja muilta turvallista kasvua uhkaavilta tekijöiltä.

Toimintatapojen avulla edistetään harrastajia suojaavan toimintakulttuurin syntymistä, tuetaan alaikäisten harrastajien turvallista osallistumista seuran ja lajin toimintaan sekä vahvistetaan harrastajien tietoisuutta omista oikeuksistaan. Taekwon-Do Akatemian toimintatavat harrastajien turvallisuuden lisäämiseksi jakautuvat ennaltaehkäiseviin ja puuttumista koskeviin toimintatapoihin. Toimintatapojen pohjana toimii Suomen Nuorisoyhteistyön [toimintaohje lasten turvallisuutta lisäävistä toimintatavoista ja vapaaehtoisen rikostaustan selvittämisestä](#).

Alaikäisten turvallisuutta koskevissa kysymyksissä Taekwon-Do Akatemian vastuuhenkilö on seuran junioriliikuntavastaava. Aikuisharrastajien osalta turvallisuutta koskevista kysymyksistä vastaa Taekwon-Do Akatemian aikuis- ja senioriliikuntavastaava.

#### Ennaltaehkäisevät toimintatavat

Taekwon-Do Akatemia pyrkii ennaltaehkäisemään harrastajiin kohdistuvia turvallisuusuhkia selkeillä käytännöllä turvallisuutta koskevien asioiden käsittelemiseksi. Näiden toimintatapojen julkaisu osana toimintakäsikirjaa on jo itsessään ennaltaehkäisevä toimintatapa, sillä asioiden nostaminen esille, niistä puhuminen ja viestiminen läpinäkyvästi lisäävät seuran ihmisten tietoisuutta asiasta.

Seurassa vahvistetaan häirintää ehkäisevää ilmapiiriä niin hallinnossa kuin harrastustoiminnan parissakin. Tavoitteena on, että seuran ilmapiiri on sellainen, että vaikeistakin asioista voidaan keskustella avoimesti. Kaikille, mutta aivan erityisesti lapsille ja nuorille, korostetaan harjoituksissa, että kaikista asioista voidaan puhua yhdessä. Seksuaalisesta häirinnästä tai hyväksikäytöstä puhuminenkaan ei saa olla seurassa tabu, vaan yksi keskusteluteema muiden joukossa.

Häirintätilanteita ja -epäilyksiä koskevat toimintatavat julkaistaan seuran verkkosivuilla siten, että jokainen aikuisharrastaja sekä lapsi, nuori ja heidän huoltajansa löytävät helposti tiedon siitä, mitä tehdä ja keneen voi olla yhteydessä, jos tuntee turvallisuutensa uhatuksi. Asiaa tuodaan esille vuosittain myös seuran vanhempainilloissa. Lisäksi harrastajilta ja junioriharrastajien huoltajilta kerätään vuosittain palautetta harjoituskauden päätteeksi seurakyselyssä. Kyselyssä kysytään myös turvallisuutta ja koskemattomuutta koskevista asioista.

Taekwon-Do Akatemia tarkistaa rikostaustatöiden jokaiselta uudelta opettajalta ja toimihenkilöltä. Seuran opettajia ja toimihenkilöitä koulutetaan säännöllisesti häirinnän ehkäisyyn ja siihen puuttumiseen muun muassa Olympiakomitean [Lupa välittää, lupa puuttua](#) -oppaaseen ja Suomen ITF Taekwon-Don yhdenvertaisuussuunnitelmaan perustuen. Näin varmistetaan, että kaikki toiminnassa mukana olevat ovat tietoisia häirintäepäilyjen ja -tapausten varalle luoduista käytännöistä.

Lapsia ja nuoria osallistetaan seuran toiminnan suunnitteluun ja mahdollistetaan heidän oman äänensä kuuluviin saaminen. Taekwon-Do Akatemian juniorikomitea toimii lasten ja nuorten edustajana seuran hallinnossa. Se muodostetaan vuosittain 12–17-vuotiaista harrastajista. Komitean tehtäviin kuuluu muun muassa lasten ja nuorten luottamusaikuisen valinta. Luottamusaikuinen on vapaaehtoinen henkilö, jolle kaikki seuran lapset ja nuoret voivat luottamuksellisesti puhua mieltään askarruttavista asioista. Juniorikomitean ohjaajana toimii Taekwon-Do Akatemian junioriliikuntavastaava.

#### Puuttumista koskevat toimintatavat

Kaikissa toimenpiteissä keskiössä on harrastajien turvallisuus. Taekwon-Do Akatemian tehtävänä on huolehtia, että mahdollinen häirintä tai hyväksikäyttö eivät jatku. Mikäli aikuisen käyttäytyminen alkaa liukua väärään suuntaan, se otetaan puheeksi tämän kanssa välittömästi. Mikäli nuoren käyttäytyminen aikuista kohtaan on epäasiallista, asiaan puututaan heti. Jos kyseessä on vakavampi epäily häirinnästä tai hyväksikäytöstä, mahdollisen uhrin ja tekijän välinen kanssakäyminen katkaistaan, kunnes asia on selvitetty. Jos lapsen tai nuoren vanhemmat eivät ole tietoisia tilanteesta, heihin otetaan yhteyttä. Jos teko tai sen yritys täyttää rikoslain kuvauksen, ollaan viipymättä yhteydessä poliisiin ja lastensuojeluviranomaiseen.

Taekwon-Do Akatemiassa suhtaudutaan vakavasti kaikkiin valituksiin ja epäilyihin. Vaikka kysymyksessä ei olisikaan vakava epäily hyväksikäytöstä, vaan pikemminkin huoli siitä, että aikuisen tai nuoren käyttäytyminen alkaa liukua väärään suuntaan, siihen puututaan. Vastuu asian hoitamisesta on aina yksin aikuisilla, ei lapsella tai nuorella. Seuran vastuhenkilö on yhteydessä osapuoliin ja lapsen tai nuoren vanhempiin.

Kun puhutaan sukupuolisesta häirinnästä, puhutaan usein sellaisista tilanteista, joissa ei ole kysymys rikoksesta, vaan asiattomasta käytöksestä. Jos on syytä epäillä, että kysymyksessä on rikos eli rikoslaissa mainittu teko, vastuhenkilö (junioriliikuntavastaava/aikuis- ja senioriliikuntavastaava) ottaa viipymättä yhteyttä poliisiin ja tapauksen osapuolen ollessa alaikäinen myös lastensuojeluviranomaiseen sekä lapsen tai nuoren vanhempiin. Lastensuojeluviranomaisen on ilmoitettava poliisille, jos on perusteltua syytä epäillä, että lapseen on hänen kasvuympäristössään kohdistunut rikos. Poliisi selvittää, onko tapahtunut rikos, missä olosuhteissa se on tapahtunut ja keitä asia koskee.

Häirintätapausepäilyn tullessa ilmi tapauksen kaikkia osapuolia kuullaan luottamuksellisesti ja huolellisesti, ja päätetään sen jälkeen toimenpiteistä, joilla tilanne saadaan ratkaistua. Seurassa huolehditaan myös siitä, että kaikki osapuolet tietävät, miten valituksen tai epäilyn käsittely etenee Taekwon-Do Akatemiassa ja miten seura on reagoinut asiaan, esimerkiksi tekemällä ilmoituksen lastensuojeluun tai poliisille. Asioissa konsultoidaan ulkopuolisia asiantuntijoita kuten kunnan perheneuvola, Sexpo-säätiötä, Väestöliiton

Nuorten seksuaaliterveyden osaamiskeskusta ja Raiskauskriisikeskus Tukinaista sekä tarvittaessa Suomen ITF Taekwon-Don eettistä ja kurinpidollista valiokuntaa.

Mikäli asiasta on tarpeen viestiä ulkoisesti esimerkiksi tapauksen saaman julkisuuden vuoksi, seura toteuttaa viestinnässään [kriisiviestintäsuunnitelmaa](#). Keskeisimpiä asioita kriisiviestinnässä ovat avoimuus, totuudenmukaisuus sekä uhrin ja tekijän oikeusturvasta huolehtiminen.

## Toimi näin, jos kohtaat häirintää -ohje

### Kansalaisopistojen rooli?

#### 5.1.6. Muiden eettisten ja kurinpidollisten ongelmatilanteiden käsittely

Taekwon-Do Akatemian toimintaan osallistuvat henkilöt ovat velvollisia noudattamaan hyvää urheiluhenkeä, Taekwon-Don pääperiaatteita ja valaa, liikunnan ja urheilun eettisiä ja reilun pelin periaatteita, sekä voimassa olevia seuran ja liiton sääntöjä ja toimintaohjeita.

Yhdistyksen hallitus voi erottaa jäsenen, joka ei täytä näiden sääntöjen mukaisia velvollisuuksia, laiminlyö maksunsa tai toimii vastoin yhdistyksen tarkoitusta tai toiminnan perustaa. Yhdistyksen hallitus voi myös päättää jäsenen sulkemisesta määräajaksi yhdistyksen toiminnasta, kilpailuoikeuden menettämisestä, sakosta tai varoituksesta tai pysyvästä erottamisesta, jos jäsen on menetellyt liikunnan eettisten arvojen tai urheilun reilun pelin periaatteiden vastaisesti tai laiminlyönyt Taekwon-Do Akatemian, Suomen ja/tai kansainvälisen ITF-liiton sääntöjä tai toiminut ITF Taekwon-Don arvojen vastaisesti.

Yhdistyksen hallitus voi päättää myös jäsenen kohdistuvasta yhdistyksen alaisesta kilpailutoimintaa koskevasta toimintakiellosta tai muista kurinpitotoimista, jos jäsen on ITF Taekwon-Don piirissä menetellyt liikunnan eettisten arvojen tai urheilun reilun pelin periaatteiden vastaisesti tai laiminlyönyt Suomen ja/tai kansainvälisen ITF-liiton sääntöjä ja toiminut ITF Taekwon-Don arvojen vastaisesti.

Taekwon-Do Akatemia ja seuran jäsenet edelleen ovat Suomen ITF Taekwon-Don asettamien kurinpitomääräysten alaisia. Mikäli yhdistyksen hallitus ei voi käsitellä mahdollista rikkomusta, seuraava päättävä elin on Suomen ITF Taekwon-Don eettinen ja kurinpidollinen valiokunta.

#### 5.2. Taekwon-Do-harrastajan polku



## Peruskurssi: harrastuksen ensiaskeleet

Taekwon-Do-harrastajan polku alkaa peruskurssilta. Jokainen Taekwon-Don peruskurssille tuleva harrastaja on vyöarvoltaan valkoinen vyö, 10. gup. Koreankielinen sana *gup* tarkoittaa oppilasastetta. Peruskurssi kestää pääsääntöisesti 4–10 kuukautta, riippuen ryhmän ikätasosta ja viikoittaisista harjoitusmääristä. Peruskurssin päätteeksi harrastaja osallistuu ensimmäiseen vyökokeeseensa, jossa hänen on mahdollista suorittaa väriwyöarvo. Peruskurssin vyökokeen mahdollisia tuloksia on neljä: hylätty koe (10. gup), ylempi valkoinen vyö (9. gup), keltainen vyö (8. gup) ja ylempi keltainen vyö (7. gup).

## Jatkokurssi: karttavat lajitaidot

Peruskurssin jälkeen harrastaja siirtyy jatkokurssille. Jatkokurssilla harrastaja etenee vyöarvoissaan omaa tahtiaan riippuen harjoitteluaktiivisuudesta ja vyökoevaatimusten täyttymisestä. Jatkokurssi ei lopu peruskurssin tapaan vuoden jälkeen vaan harrastaminen jatkokurssilla jatkuu useita vuosia. Joillain paikkakunnilla suurikokoiset jatkokurssit voidaan jakaa useampaan ryhmään vyöarvon tai ikätason mukaan. Tällöin harrastaja siirtyy ryhmästä toiseen kriteerien täytyessä. Jatkokurssilaista puhutaan usein myös *väriwyöinä* kontrastina peruskurssilaisiin eli *valkoisiin vöihin*.

## Musta vyö: monipuolisten lajitaitojen osaaja ja opettaja

Taekwon-Don vyöarvojärjestelmässä on 10 oppilasastetta valkoiselta vyöltä (10. gup) ylempään punaiseen (1. gup) asti. Tämän jälkeen harrastajan on mahdollista suorittaa 1. asteen eli 1. Danin musta vyö. Koreankielinen sana *Dan* tarkoittaa opettaja-astetta. Dan-arvot etenevät 1. Danista aina 9. Danin suurmestariarvoon asti. Mustat vyöt toimivat usein myös oman harjoitusryhmänsä vastuupettajina tai apuopettajina. Mustalla vyöllä on myös mahdollista hakea paikkaa Suomen ITF Taekwon-Don maajoukkueeseen ja edustaa Suomea Taekwon-Don EM- ja MM-kilpailuissa.

## Kansainvälinen opettaja: vastuullinen ja kokenut opettaja

4. Danin mustasta vyöstä alkaen harrastajan on mahdollista suorittaa kansainvälisen lajiliiton International Taekwon-Do Federationin (ITF) kansainvälisen opettajan koe. Kansainvälisellä opettajalla on ITF:n lupa myöntää väriwyöarvoja vyökokeissa. Taekwon-Do Akatemian päävalmentaja määrittää, kenellä on oikeus pitää väriwyökokeita Taekwon-Do Akatemiassa. Mustan vyön kokeet Taekwon-Do Akatemiassa pitää aina päävalmentaja.

## Mahdollisuudet ja erikoistuminen harrastajan polulla

Vyöarvoissa ja ikätasoissa etenemisen lisäksi Taekwon-Do-harrastaja etenee harrastuksen polulla esimerkiksi myös oman opetustoiminnan sekä kouluttautumisen kautta. Taekwon-Dossa opettaminen on sisäänrakennettu lajin vyöarvojärjestelmään: jokainen musta vyö on opettaja ja pystyy opettamaan ryhmää. Siksi jokainen Taekwon-Do-harrastaja kulkee myös Taekwon-Do-opettajan polkua. Jokaisen harrastajan polku Taekwon-Dossa on yksilöllinen, ja siihen voi sisältyä harrastajan roolin lisäksi myös esimerkiksi kilpailijan, opettajan, tuomarin ja seuratoimijan tehtäviä. Huippu-urheilija voi erikoistua harjoittelemaan ja kilpailemaan esimerkiksi tiettyä kilpailulajia varten, jolloin tavoitteena ei yleensä ole vyöarvoissa eteneminen.

### 5.2.1. Harrastajan vuosikello

Taekwon-Do Akatemian vuosikellossa on määriteltynä harrastajan kannalta vuosittain toistuvat tapahtumat ja niiden ajankohta kuukauden tarkkuudella. Vuosikelloon on merkitty esimerkiksi kurssi-ilmoittautumiset, jäsenmaksujen ja lisenssien maksut sekä vuosittain toistuvat leirit ja kilpailut. Vuosikello on kokonaisuudessaan luettavissa [tästä](#), minkä lisäksi harrastajan kuukausikirjeessä on aina tulevan kuukauden muistilista vuosikellon asioista.

### 5.2.2. Opetuksen tavoitteet vyöarvoittain

Taekwon-Don vyöarvojärjestelmässä eteneminen perustuu vyökokeisiin, joissa arvostelija näkee harrastajan suoritustason ja tekee sen perusteella päätöksen mahdollisesta vyöarvon korottamisesta. Jokaiselle väriwyöarvolle on Taekwon-Do Akatemiassa määritetty suuntaa antavat osaamiskriteerit, jotka harrastajan odotetaan täyttävän ennen vyökokeeseen osallistumista. Vyöarvokohtaiset osaamiskriteerit määritellään [Taekwon-Do Akatemian suuntaa antavissa vyökoevaatimuksissa](#). Taekwon-Do Akatemian päävalmentaja ja tekninen komitea vastaavat suuntaa antavien vyökoevaatimusten sisällön ylläpitämisestä ja päivittämisestä.

### 5.2.3. Opetuksen tavoitteet ikäryhmittäin

Taekwon-Do-opetuksen tavoitteena on kehittää harrastajien ikätason mukaisia yleisliikuntataitoja, lajitaitoja, fyysisiä ominaisuuksia sekä henkisiä ja sosiaalisia ominaisuuksia jokaisen liikkujan omista lähtökohdista. Taekwon-Do Akatemiassa opetuksessa pyritään huomioimaan liikuntataitojen lisäksi myös harrastajan kasvaminen ihmisenä sekä kasvaminen opettajan alaisesta Taekwon-Do-harrastajasta vastuulliseksi ja vastuuntuntoiseksi Taekwon-Do-opettajaksi, joka osaa johtaa ryhmää. Alla on listattuna Taekwon-Do Akatemian opetuksen suuntaa antavia painopisteitä jaettuna ikätasoihin. Tavoitteiden pohjana on käytetty [Suomen ITF Taekwon-Don Urheilijan polkua](#) (Hietaniemi & Karjalainen), muokaten sitä urheilufokuksesta laajempaan liikuntaharrastusnäkökulmaan ja laajentaen sitä yli 35-vuotiaiden osalta.

#### 5–7-vuotias: Liikkuva lapsi

- Liikunnan ilo
- Ryhmässä toimiminen
- Sääntöjen noudattaminen
- Uskallus yrittää
- Monipuolista leikkiä ja liikuntaa
- Kamppailuleikit ja lajitaitojen perusteita

#### 8–10-vuotias: Liikkuva koululainen

- Ryhmässä toimiminen ja ryhmälle esittäminen
- Arvostus yrittämisestä ja ponnistelua kohtaan
- Monipuolista liikuntaa ja yleisliikuntaominaisuuksien kehittämistä
- Kamppailuharjoitteita, jotka opettavat hyviä toimintamalleja

#### 11–13-vuotias: Tasapainoinen nuori

- Säännöt, säännöllisyys, kohteliaisuus ja uutteruus
- Strukturoidusti yli puberteetin
- Kilpailemaan opetteleminen
- Keskittymään ja kehittymään opetteleminen
- Apuopettamiseen tutustuminen

- Aidon suorituskyvyn tavoittelu taito- ja fysiikkaharjoittelussa
- Ymmärrys lajin osa-alueista ja tekniikoista
- Säännöllinen lajiharjoittelu

#### 14–17-vuotias: Ahkera nuori

- Vastuunotto itsestä ja omasta harjoittelusta
- Terveellinen ravitsemus ja riittävä lepo osana arkea ja liikuntaharrastusta
- Opetellaan antamaan parhaansa oikealla hetkellä (kilpailut, vyökokeet)
- Kilpailemaan opetteleminen (aina maajoukkueetasolle asti)
- Opettamaan opetteleminen
- Osaominaisuuksien harjoittelun opetteleminen
- Vahvan lajitaitopohjan kehittäminen
- Kosketus kansainvälisiin lajiipiireihin

#### 18–29-vuotias: Itsenäinen aikuinen

- Vastuuntuntoinen asennoituminen tekemiseen
- Kyky tehdä oikeita valintoja
- Itseluottamuksen kehittäminen niin urheilussa/liikuntaharrastuksessa kuin elämässä
- Voittamaan ja menestymään harjoitteleminen (aina maajoukkueetasolla asti)
- Osaavaksi opettajaksi oppiminen
- Suunnitelmallinen fyysinen ja taidollinen kehittyminen
- Ymmärrys omista vahvuuksista ja heikkouksista sekä niissä kehittymisestä
- Ymmärrys lajin taustaorganisaatioista ja niiden toiminnasta

#### 30–45-vuotias: Kypsä aikuinen

- Liikuntaharrastus rutiinina osana kiireistä arkea
- Kokemuksen pohjastama itsevarmuus, mutta myös rohkeus kokeilla uutta
- Vahvuuksien ja heikkouksien kehittäminen
- Osaavaksi opettajaksi oppiminen
- Kasvava kehonhuollon ja palautumisen osuus harjoittelussa
- Kokonaiselämänhallinnan oppiminen, burnoutin ehkäiseminen

- Lajitaitojen systemaattinen kehittäminen
- Ymmärrys lajin taustaorganisaatioista ja niiden toiminnasta

Yli 46-vuotias: Ikääntyvä aikuinen

- Liikuntaharrastus rutiinina osana arkea
- Kokemuksen pohjastama itsevarmuus, mutta myös rohkeus kokeilla uutta
- Omien rajojen ja rajoitteiden tuntemus
- Ikääntyvän ihmisen kokonaisvaltainen hyvinvointi
- Kasvava kehonhuollon ja palautumisen tarve
- Liikunta- ja toimintakyvyn ylläpitäminen vammariskin kasvaessa
- Osaavaksi opettajaksi oppiminen
- Lajitaitojen ja lajitiedon systemaattinen kehittäminen
- Syventyvä ymmärrys lajin taustaorganisaatioista ja niiden toiminnasta

### 5.3. Taekwon-Do-opettajan polku

Taekwon-Dossa opettaminen ja opettajaksi kasvaminen on sisäänrakennettu osaksi Taekwon-Don vyöarvojärjestelmää. Tavoitteena on, että mustan vyön saavuttaessaan harrastaja pystyy toimimaan oman harjoitusryhmän opettajana (aikuiset) tai apuopettajana (juniorit), ohjaamaan harjoituksia ja jakamaan tietoaan ja taitoaan. Siksi Taekwon-Do-harrastajan polun rinnalla kulkee jatkuvasti myös Taekwon-Do-opettajan polku.

Taekwon-Do-opettajan polku alkaa oman tai toisen tutun opettajan apuopettajana toimimisesta harjoituksissa ja etenee oman ryhmän vastuuopettajana toimimiseen, teknisen komitean jäsenenä toimimiseen ja osalla opettajista oman seuran pääopettajana toimimiseen. Polulla opettajan vastuu kasvaa rinnakkain kasvavan vyöarvon, opetuskokemuksen ja koulutusten suorittamisen kanssa. Taekwon-Do-opettajan polku kytkeytyy [Suomen ITF Taekwon-Don koulutusjärjestelmään](#) ja [vaatimuksiin mustan vyön dan-vyöarvojen suorittamiselle](#). Alla esitellyssä opettajan polussa kunkin tason yhteydessä on listattuna Suomen ITF Taekwon-Don koulutusjärjestelmän mukaiset koulutukset. Näistä vyökoekriteereissä pakolliseksi asetetut on esitetty alleviivattuna.

Alempi värikyvy (9.–5. gup): kokemuksia apuopettajana toimimisesta

Taekwon-Do Akatemia kannustaa harrastajia toimimaan apuopettajana esimerkiksi peruskurssilaisille jo alempana värikyvönä. Samalla harrastaja pääsee itse kertaamaan peruskurssin asioita, mutta myös toimimaan vastuullisessa tehtävässä ryhmän vastuupettajan apuna. Kokemukset apuopettajana toimimisesta alempana värikyvönä luovat pohjaa kehittyville ryhmänohjaustaidoille.

**Koulutukset:** Taekwon-Don perusteet (TOK 0), Tervetuloa ohjaajaksi, E-toimitsijakoulutus.

Ylempi värikyvy (4.–1. gup): säännöllistä apuopettajana toimimista ja harjoitusten ohjaamista

Ylempien värikyvöiden odotetaan kartuttavan jo säännöllistä kokemusta apuopettajana toimimisesta. Yksinkertaisimmillaan kokemus voi olla esimerkiksi alkulämmittelyiden ohjaamista oman ryhmän harjoituksissa tai apuopettajana toimimista oman paikkakunnan peruskurssilla. Aikuisten sinisten ja punaisten värien on mahdollista myös opettaa päävalmentajan luvalla omia kurssejaan, esimerkiksi peruskursseja tai seikkailu- ja kamppailukerhoja.

Ennen mustan värien suorittamista harrastajan tulee Suomen ITF Taekwon-Don värykoekriteerien mukaisesti suorittaa Taekwon-Do-ohjaaja 1 -koulutus. Koulutus antaa eväitä erityisesti ryhmän ohjaamiseen ja yksittäisen harjoituksen suunnitteluun.

**Koulutukset:** Taekwon-Do-ohjaaja 1 (TOK 1), Valmentaja- ja ohjaajakoulutus 1 (VOK 1), Junioriohjaajakoulutus 1 (VOK 1), D-tuomarikoulutus, Kamppailijan ensiapukurssi.

1.–2. asteen musta väry (1.–2. Dan): harjoitusryhmän vastuupettaja

Taekwon-Do Akatemiassa harrastajille pyritään tarjoamaan mahdollisuuksia kartuttaa opetuskokemusta viimeistään 1.–2. asteen mustalla väryllä. Oman ryhmän opettaminen vaatii sitoutumista ja vastuullisuutta. Se on aina suuri luottamuksen osoitus opettajaa kohtaan. Harrastajan oma opettaja tukee ja mentoroi opettajaksi siirtymisen nivelvaiheessa. Mustan värien ei ole kuitenkaan välttämätöntä toimia oman ryhmän vastuupettajana jokaisella harjoituskaudella, vaan aina harrastajan oma elämäntilanne huomioiden.

Suomen ITF Taekwon-Don värykoekriteerien mukaisesti harrastajan tulee suorittaa VOK 1 -tason valmentaja- ja ohjaajakoulutus ennen 2. Danin väryarvon suorittamista ja Taekwon-Do-ohjaaja 2 -koulutus (TOK 2) sekä C-tuomarikurssi ennen 3. Danin väryarvon suorittamista. Tällä opettajan polun tasolla on mahdollista osallistua myös VOK 2 -tason koulutuksiin VOK 1 -koulutuksen suorittamisen jälkeen.

**Koulutukset:** Taekwon-Do-ohjaaja 2 (TOK 2), Valmentaja- ja ohjaajakoulutus 1 (VOK 1), Junioriohjaajakoulutus 1 (VOK 1), Kamppailuvalmentajakoulutus 2 (VOK 2), Aikuisharrastajan kamppailuohjaajakoulutus 2 (VOK 2), Junioriohjaajakoulutus 2 (VOK 2), C-tuomarikoulutus, B-tuomarikoulutus, Peruskurssin ohjaajakoulutus, International Instructor Course, International Kids Course, International Do Course, International Harmony Course, International Adapted Course.

3.–4. asteen musta vyö (3.–4. Dan): tuleva kansainvälinen opettaja

Taekwon-Dossa on mahdollista suorittaa kansainvälisen opettajan koe ja saada sen myötä oikeus arvioida vyökokeita 4. Danin mustalla vyöllä. Taekwon-Do Akatemiassa vyökokeiden arvosteleminen edellyttää lisäksi päävalmentajan lupaa. Harjoittelu kansainvälisen opettajan vastuisiin alkaa jo viimeistään 3. Danilla. Tämä tarkoittaa käytännössä avustajana toimimista vyökokeissa sekä kasvavaa vastuuta seuran lajiopillisessa toiminnassa.

Suomen ITF Taekwon-Don toimintaohjeen mukaan 4. Danin opettajan on mahdollista toimia myös oman seuransa pääopettajana/päävalmentajana. 3.–4. Danilla harrastajan omana opettajana ja mentorina toimii pääsääntöisesti seuran päävalmentaja, joka opettaa harrastajaa vyöarvon mukanaan tuomiin uusiin vastuisiin, velvollisuuksiin ja oikeuksiin.

**Koulutukset:** Taekwon-Do-ohjaaja 3 (TOK 3), Kamppailuvalmentajakoulutus 2 (VOK 2), Aikuisharrastajan kamppailuohjaajakoulutus 2 (VOK 2), Junioriohjaajakoulutus 2 (VOK 2), Kamppailuvalmentajakoulutus 3 (VOK 3), A-tuomarikoulutus, Taekwon-Do Akatemian sabum-koulutus, International Instructor Course, International Kids Course, International Do Course, International Harmony Course, International Adapted Course.

5.–6. asteen musta vyö (5.–6. Dan): kokenut kansainvälinen opettaja

Mustan vyön dan-arvon kasvaessa Taekwon-Do-opettajan roolin seuran ja lajiliiton toiminnassa odotetaan kasvavan vyöarvon mukana. Vyökokeiden väliset valmistautumisajat pitenevät ja kokemus vyökokeiden arvostelemisesta karttuu. Opettaja toimii vastuullisena osana Taekwon-Do Akatemian teknistä komiteaa.

**Koulutukset:** Taekwon-Do-ohjaaja 3 (TOK 3), Kamppailuvalmentajakoulutus 3 (VOK 3), A-tuomarikoulutus, Taekwon-Do Akatemian sabum-koulutus, International Instructor Course, International Kids Course, International Do Course, International Harmony Course, International Adapted Course, Valmentajan ammattitutkinto (VAT; ”VOK 4”), Valmentajan erikoisammattitutkinto (VEAT, ”VOK 5”).

7.–9.asteen musta vyö (7.–9. Dan): vaikutusvaltainen (suur)mestari

Taekwon-Dossa 7.–8. asteen mustaa vyötä kutsutaan mestarin ja 9. asteen mustaa vyötä suurmestarin arvonimellä. Mestarin ja suurmestarin arvonimet herättävät harrastajissa kunnioitusta, ja heillä on merkittävästi valtaa lajiopillisissa asioissa. Mestari- ja suurmestariarasolla opettaja on jo saavuttanut kansainvälisesti merkittävän aseman International Taekwon-Do Federationissa (ITF). Samalla opettajan roolin odotetaan edelleen kasvavan paitsi seuran ja lajiliiton, myös ITF:n toiminnassa.

**Koulutukset:** Kampailuvalmentajakoulutus 3 (VOK 3), A-tuomarikoulutus, International Instructor Course, International Kids Course, International Do Course, International Harmony Course, International Adapted Course, Valmentajan ammattitutkinto (VAT; ”VOK 4”), Valmentajan erikoisammattitutkinto (VEAT, ”VOK 5”).

### 5.3.1. Opettajan vuosikello

Taekwon-Do Akatemian vuosikellossa on määriteltynä opettajan kannalta vuosittain toistuvat tapahtumat ja niiden ajankohta kuukauden tarkkuudella. Vuosikelloon on merkitty toistuvia ryhmän sisäisiä tiedotuksellisia asioita, kausisuunnitelman tekeminen, kilpailu- ja vyökoemenestyksen huomioiminen sekä opettajien koulutuspäivät ja virkistysillat. Vuosikello on kokonaisuudessaan luettavissa [tästä](#), minkä lisäksi opettajan kuukausikirjeessä on aina tulevan kuukauden muistilista vuosikellon asioista.

### 5.3.2. Opetustyön tukeminen, kehittäminen ja arviointi

Opettajan tehtäviä, opettajuutta ja opettajia nostetaan Taekwon-Do Akatemiassa esille seuran verkkosivuilla, sosiaalisessa mediassa ja tapahtumissa. Näillä toimenpiteillä pyritään lisäämään opettajan tehtävien houkuttelevuutta ja rekrytoimaan seuraan uusia opettajia ja apuopettajia. Taekwon-Do Akatemia tukee harrastajien etenemistä opettajan polulla koulutusten kautta. Opettajia kannustetaan osallistumaan seuran, lajiliiton, liikunnan aluejärjestöjen ja Olympiakomitean valmentaja- ja ohjaajakoulutuksiin. Seuran talousarviossa varataan vuosittain rahaa ohjaajakoulutusten tukemiseen, jotta jokaisen harrastajan olisi mahdollista suorittaa ohjaajakoulutuksia taloudellisesta tilanteesta riippumatta.

Taekwon-Do Akatemian uudet opettajat perehdytetään seuran toimintaan tämän opetuslinjauksen kautta. Uusi opettaja tutustuu opetuslinjaukseen ja sitoutuu noudattamaan sitä omassa opetustyössään. Uusi opettaja suunnittelee opettamiensa ryhmien harjoituskaudet oman opettajansa avulla. Lisäksi harrastajan



oma opettaja toimii mentorina ja avustaa oppilastaan paitsi opettajaksi siirtymisen nivelvaiheessa, myös myöhemmin vastaan tulevilla haasteilla.

Taekwon-Do Akatemian päävalmentaja toimii kaikkien opettajien opettajana ja tukee arjen opetustyötä seurassa paitsi opettajakunnan yhteisillä koulutuksilla ja harjoituksilla, myös henkilökohtaisella ohjauksella tarpeen mukaan. Pääsääntöisesti Taekwon-Do Akatemian päävalmentaja pitää opettajien koulutusta vähintään kaksi kertaa vuodessa, yleensä kevätkauden päätteeksi ja syyskauden päätteeksi. Lisäksi mustille vöille varataan yksi tai useampi oma yleensä päävalmentajan ohjaama harjoitus seuran leireillä. Jokaisen opettajan on mahdollista käydä päävalmentajan kanssa myös henkilökohtaisia kehityskeskusteluja oman opettajuuden kehittämisestä.

### 5.3.3. Opettajakunnan yhteishenki ja ryhmäytyminen

Taekwon-Do Akatemia on alueellisesti laaja seura, jossa opettajat eivät välttämättä pääse harjoittelemaan yhdessä eivätkä näe toisiaan usein lajin parissa. Siksi on tärkeää panostaa erityisesti seuran opettajakunnan vuorovaikutukseen, yhteishengen luomiseen ja ryhmäytymiseen. Opettajat pääsevät yleensä harjoittelemaan yhdessä seuran leireillä ja opettajien koulutuksissa. Siksi opettajien on tärkeää osallistua seuran kevät- ja syysleireille sekä koulutuksiin, jos se suinkin on mahdollista. Leirien yhteydessä järjestetään usein myös opettajien illallinen.

Taekwon-Do Akatemia järjestää vuosittain vähintään yhden opettajien ja hallituksen virkistysillan, yleensä kesällä harjoituskausien välissä. Virkistysilloissa on tapana harrastaa jotain lajiin liittymätöntä aktiviteettia kuten lautapelejä, keilausta, jousiammuntaa, kiipeilyä tai paintballia sekä viettää iltaa vapaamuotoisesti keskustellen ja kuulumisia vaihtaen. Samassa yhteydessä on helppo keskustella myös Taekwon-Dosta, opettamisesta ja opetustilanteista, vaikka ne eivät varsinaisesti ohjelmaan kuuluisikaan.

### 5.4. Harrastamisen maksut

Harrastajan tulee huolehtia kauden aikana yhteensä kolmesta maksusta:

- kurssimaksusta
- Taekwon-Do Akatemian jäsenmaksusta (syys-elokuu)
- Suomen ITF Taekwon-Do ry:n lajilisenssistä (syys-elokuu)

Jäsenmaksu ja lajilisenssi ovat kausikohtaisia maksuja (syyskuu-elokuu). Lisäksi tapahtumista, kuten vyökokeista, leireistä, kilpailuista ja koulutuksista maksetaan erikseen tapahtumakohtainen osallistumismaksu. Taekwon-Do on kaikki maksut huomioidenkin verrattain erittäin edullinen harrastus, ja pakollisia kuluja on vain vähän.

Ymmärrämme kuitenkin, että pienetkin maksut voivat tuntua hankalassa taloudellisessa tilanteessa suurilta. Taekwon-Do Akatemian pyrkimyksenä on, ettei lajin harrastaminen ole rahasta kiinni. Siksi seura tukee jäseniään harrastamisen maksuissa. Vähävaraisten harrastajien tuki kohdistetaan erityisesti seuran junioriharrastajiin, minkä lisäksi jäseniä tuetaan muun muassa kilpailumaksuissa ja tuomarointikuluissa. Seuran opettajia ja toimihenkilöitä tuetaan lajillisen ja hallinnollisen koulutautumisen maksuissa ja kuluissa.

Tuen rahallinen kokonaissumma määritetään vuosittain yhdistyksen syyskokouksessa hyväksyttävässä talousarviossa. Lisää tukien kohderyhmistä sekä ohjeet tukien hakemiseen löytyvät seuran talousohjesäännöstä (luku 0, s. 87).

#### 5.4.1. Kurssimaksu

Paikkakuntakohtaisen kurssihinnan määrittelee kullakin paikkakunnalla toimiva kansalaisopisto, joka järjestää kurssin yhteistyössä Taekwon-Do Akatemian kanssa. Taekwon-Do Akatemian hallitus määrittelee seuran itsenäisesti järjestämien kurssien hinnat syyskauden alkua edeltävänä keväänä. Kurssimaksu maksetaan joko koko kaudelta (syys-huhtikuu) tai syys- ja kevätkaudelta erikseen, riippuen siitä mikä on määritelty kurssin kestoajaksi. Kurssimaksun vaihteluväli on n. 50–200 €/vuosi paikkakunnasta riippuen.

Maksamalla kurssimaksun minkä tahansa kurssin osalta, saa harrastaja myös oikeuden osallistua seuran järjestämiin Oulussa pidettäviin jatkokurssien yhteisiin harjoituksiin ja vapaille harjoitusvuoroille. Yhden kansalaisopiston kurssimaksun maksaminen ei kuitenkaan oikeuta osallistumaan muille saman tai eri kansalaisopiston kursseille. Yksittäisiin toisen harjoitusryhmän harjoituksissa vieraillemisiin tulee kysyä lupa harjoitusryhmän opettajalta.

#### 5.4.2. Seuran jäsenmaksu

Seuran jäsenmaksun suuruus alkavalle kaudelle vahvistetaan edeltävässä yhdistyksen kevätkokouksessa. Jäsenmaksut laskutetaan seuran jäseniltä elo-syyskuussa. Uusilta jäseniltä jäsenmaksu laskutetaan, kun jäsenhakemus on vastaanotettu ja hyväksytty.

Mikäli jäsen ei halua enää kuulua seuraan, tulee tämän olla yhteydessä jäsenrekisterivastaavaan ennen kuin seuraavan kauden lasku lähetetään. Pelkkä kurssilta pois jääminen ei lopeta seuran jäsenyyttä.

#### 5.4.3. Liiton lajilisenssi

Liittolisenssi on pakollinen kaikille Taekwon-Do Akatemian harrastajille, ja sen voimassaolo tarkistetaan aina leirien, kilpailuiden, koulutusten ja vyökokeiden yhteydessä.

Lisenssi ostetaan omatoimisesti Olympiakomitean hallinnoimasta Suomisport-järjestelmästä. Jatkat harrastajat voivat tilata lisenssin ilman vakuutusta myös suoraan myClub-tapahtumasta ennen uuden kauden alkamista.

Tarkemmat lisätiedot ja ohjeet: <http://www.taekwon-do.fi/liitto/lisenssit/>.

#### 5.5. Harjoitusryhmät

Taekwon-Do Akatemian liikuntaharrastustoiminta keskittyy harjoitusryhmien eli kurssien ympärille. Taekwon-Do Akatemialla on lukuisia harjoitusryhmiä useilla eri toimintapaikkakunnilla. Useimmilla paikkakunnilla on tarjolla Taekwon-Don peruskurssi ja jatkokurssi joko erillisinä tai yhtenä harjoitusryhmänä. Valtaosalla paikkakunnista kaiken ikäiset harrastajat harrastavat yhdessä. Harrastajamäärältään suuremmilla paikkakunnilla ryhmiä on usein jaettu pienempiin osiin esimerkiksi iän, vyöarvon tai muun seikan perusteella, jotta jokainen harrastaja saisi juuri hänen tarpeisiinsa sopivaa Taekwon-Do-opetusta. Alla esitellään lyhyesti Taekwon-Do Akatemian erilaiset harjoitusryhmät.

##### Peruskurssit

Taekwon-Don peruskurssilla uusi harrastaja aloittaa valkoisena vyönä ja opettelee lajin perustaidot. Peruskurssin päätteeksi harrastajan on mahdollista osallistua vyökokeeseen, suorittaa värivyöarvo ja siirtyä harjoittelemaan jatkokurssilla. Peruskurssi kestää yleensä ryhmän ikätasosta ja viikottaisista harjoitusmääristä riippuen n. 4–12 kuukautta. Peruskurssin alaikäraja vaihtelee paikkakunnittain, mutta on yleensä n. 7–9 vuotta. Peruskurssi voidaan järjestää myös yhtä aikaa jatkokurssin kanssa, mikäli paikkakunnan harrastajamäärä ei mahdollista kahta erillistä kurssia.

## Jatkokurssit

Jatkokurssilla värikyöarvon suorittanut harrastaja etenee omaa tahtiaan kyöarvoissa Taekwon-Do Akatemian suuntaa antavien kyökoevaatimusten mukaisesti suorittaen uusia kyöarvoja kyökokeissa opettajan antaessa siihen luvan. Jatkokurssi ei pääty tietyn kyöarvon suorittamiseen. Joillain toimintapaikkakunnilla jatkokurssi on jaettu kahteen tai useampaan ryhmään kyöarvon mukaan, esimerkiksi 9.–7. gupien jatkokurssiin ja 6. gupien ja sitä ylempien kyöarvojen jatkokurssiin.

## Seikkailu- ja kamppailukerho

Seikkailu- ja kamppailukerhot (myös ”seikkailu- ja kamppailukoulu”) on tarkoitettu 5–8-vuotiaille pikkuninjoille, joilla ei vielä ikä riitä Taekwon-Don peruskurssille. Seikkailu- ja kamppailukerhossa harjoitellaan liikunta- ja kamppailutaitoja erilaisten pelien ja leikkien kautta. Seikkailu- ja kamppailukerho on lapselle elämyksellinen liikuntaharrastus, josta on mahdollista siirtyä sulavasti Taekwon-Don peruskurssille alaikärajan täytyttyä. Seikkailu- ja kamppailukerhoja on viime vuosina järjestetty Oulussa ja Kempeleessä.

## Diesel-Taekwon-Do

Yli 30-vuotiaille suunnattuja omia harjoitusryhmiä Taekwon-Do Akatemiassa on kutsuttu perinteisesti ”Diesel-Taekwon-Doksi”. Nimi ”diesel” tulee vertauskuvallisesti dieselmoottorista: diesel-harrastaja lämpenee hitaammin, mutta on vauhtiin päästyään tehokas. Diesel-ryhmissä harjoitellaan Taekwon-Doa samaan tapaan kuin muissakin harjoitusryhmissä, mutta ikääntyvän aikuisen rajoitteet ja tarpeet huomioiden esimerkiksi lämmittelyssä, palautumisessa ja kehonhuollossa.

Diesel-peruskurssilla tai -jatkokurssilla harrastava voi edetä Taekwon-Don kyöarvoissa ja osallistua leireille ja kilpailuihin samaan tapaan kuin kuka tahansa Taekwon-Do-harrastaja, eikä opetussisällöissä ole lajiopillisia eroja. Taekwon-Do Akatemiassa diesel-kursseja on viime vuosina järjestetty Oulussa ja Kempeleessä.

## Oulun korkeakoululiikunnan Taekwon-Do

Oulussa Taekwon-Do Akatemia tekee yhteistyötä Oulun yliopiston, Oulun ammattikorkeakoulun ja Oulun seudun ammattioppilaitoksen ylläpitämän Oulun korkeakoululiikunnan (OKKL) kanssa. Oulun korkeakoululiikunnan kautta Taekwon-Do Akatemia järjestää opiskelijoille suunnattuja Taekwon-Don perus- ja jatkokursseja opiskelijaystävälliseen hintaan. Oulun korkeakoululiikunnan kursseille voi osallistua edellä

mainittujen oppilaitosten opiskelijat ja henkilökunta. Ulkopuolisten henkilöiden osallistuminen kursseille on mahdollista vain erikseen niin sovittaessa.

#### Tulevaisuuden harjoitusryhmät

Taekwon-Do Akatemiassa seurataan jatkuvasti harjoitusryhmiin kohdistuvaa kysyntää niin paikkakuntien kuin kohderyhmienkin osalta. Jos kysyntä ja opettajaresurssit kohtaavat, on uusia harjoitusryhmiä mahdollista aloittaa niin nykyisille kuin uusillekin toimintapaikkakunnille, yleensä yhteistoiminnassa Taekwon-Do Akatemian ja paikallisen kansalaisopiston kesken.

Tulevaisuudessa tutkimme myös mahdollisuuksia aloittaa seurassamme kansainvälisen lajiliittomme International Taekwon-Do Federationin (ITF) luomien tietyille kohderyhmille suunniteltujen harjoitusohjelmien mukaisia kursseja. ITF:llä on tällä hetkellä kolme ohjelmaa: 3–9-vuotiaille suunnattu Taekwon-Do Kids, yli 50-vuotiaille suunnattu Taekwon-Do Harmony (Harmonia-Taekwon-Do) ja kehitysvammaisille ja invalideille suunnattu Taekwon-Do Adapted (Sovellettu Taekwon-Do).

##### 5.5.1. Opetuksen suunnittelu

Taekwon-Do Akatemiassa kunkin harjoitusryhmän vastuuopettaja vastaa oman ryhmänsä opetuksen suunnittelusta. On kuitenkin syytä muistaa, etteivät kausi-, viikko- ja harjoitussuunnitelmat saa olla kiveen hakattuja, vaan niiden tulee pystyä joustamaan ja elämään tilanteen mukaan. Muutoksia suunnitelmiin voivat aiheuttaa esimerkiksi lähestyvät vyökokeet, harjoitusvarusteiden saatavuus sekä osallistujien harjoitusaktiivisuus.

Harjoituskausuunnitelma perustuu Taekwon-Do Akatemian suuntaa antaviin vyökoevaatimuksiin ja opetuksen ikätasoihin tavoitteisiin. Seuran opettajien materiaalipankista löytyy erilaisia kausisuunnitelmapohjia sekä valmiita kausisuunnitelmia, joita opettajat voivat hyödyntää ja soveltaa omassa työssään. Kausisuunnittelussa on keskeistä varmistaa, että harrastaja pystyy oppimaan kaikki vyökoevaatimusten mukaiset asiat, eikä joitain osa-alueita jätetä harjoittelusta pois.

Useimmilla Taekwon-Do Akatemian toimintapaikkakunnilla on vain yksi ohjattu harjoitus viikossa. Niillä paikkakunnilla, joilla ohjattuja harjoituksia on useita, opettaja suunnittelee viikon sisälle loogisen jatkumon harjoitusten välille. Mikäli harjoituksia opettaa eri opettajat, tekevät opettajat yhteistyötä kausi- ja viikkosuunnitelmien teossa.

Yksittäisen harjoituksen suunnittelu on helppoa, kun kausisuunnitelma on tehty huolellisesti. Yksittäisen harjoituksen voi suunnitella haluamallaan tarkkuudella, mutta keskeistä on, että se noudattaa turvallista harjoituksen rakennetta lämmittelyistä jäähdyttelyyn. Harjoitussuunnitelman, aivan kuten kausisuunnitelmankin, tulee olla joustava ja se voi muuttua harjoituksen aikana, mikäli harjoitus ei etene suunnitellusti. Taekwon-Do Akatemian opettajien materiaalipankissa on ohjeita ja dokumenttipohjia harjoitusten suunnitteluun.

### 5.5.2. Harrastajan kehittymisen ja innostuksen seuranta

Keskeisin tapa seurata harrastajan kehittymistä Taekwon-Dossa on lajin vyöarvojärjestelmän mukaiset vyökokeet. Kun harrastaja käy säännöllisesti vyökokeessa, hän saa tuloksen myötä konkreettisen palautteen siitä, minkä verran hän on lajissa edennyt ja kehittynyt. Lisäksi harrastajan opettaja saa yksityiskohtaisempaa tietoa siitä, mitä oppilaan on vielä syytä treenata lisää. Tyypillinen vyökoeväli on värikyöasteilla puolesta vuodesta kahteen vuoteen, riippuen vyöarvosta ja harjoitusmäärästä. Vyökoeväli kasvaa vyöarvon kasvaessa, ja mustilla vöillä vyökoevälit ovat jo vaatimusten mukaankin useita vuosia.

Vyökokeiden ohella fyysistä kehittymistä voidaan seurata esimerkiksi ominaisuustesteillä, kuten lihaskuntotestillä, liikkuvuustestillä sekä maksimaalisen hapenottokyvyn testillä. On kuitenkin syytä muistaa, että junioriharrastajalla, kilpaurheilijalla ja kuntoliikkuajalla testien tulee olla erilaisia ja niiden tuottamien mittareiden vastata harrastajan ikätasoa ja tavoitteita.

Oma opettaja seuraa myös harrastajan innostusta ja motivaatiota lajiharrastusta kohtaan harjoituksissa ja pyrkii löytämään keinoja motivoida sellaisia harrastajia, joiden harjoitteluinnotus on hiipumassa. Erityisesti ylemmillä värikyöillä vyöarvon mukanaan tuomat uudenlaiset vastuut, kuten opettajan rooli, voivat joko motivoida, jos harrastaja kokee olevansa valmis niiden tuomiin haasteisiin, tai lannistaa, jos ne tuntuvat harrastajalle liian suurilta paloilta. On tärkeää, että harrastaja ja opettaja löytävät yhdessä sopivan tasapainon kamppailuliikuntaharrastuksen ja vyöarvon mukaisten vastuiden välille.

Monille harrastajille myös kilpaileminen on tärkeä motivaation lähde ja kehityksen mittari. Taekwon-Do-kilpailut voivat motivoida harjoittelemaan eri tavalla ja kilpailutulokset antavat tietoa siitä, miten harrastaja on kehittynyt suhteessa muihin ikä- ja vyöarvoluokkansa kilpailijoihin. Kaikkia kilpaileminen ei kuitenkaan kiinnosta, eikä Taekwon-Dossa olekaan pakko kilpailla säännöllisesti. Seuran tavoitteena kuitenkin on, että jokainen harrastaja kokeilisi kilpailemista vähintään kerran ennen mustan vyön suorittamista, sillä Taekwon-Do-opettajan tulee pystyä opettamaan omille oppilailleen myös kilpailemisen perusteita.

Lisäksi Taekwon-Do Akatemia toteuttaa vuosittain harjoituskauden lopulla kaikille jäsenille lähetettävän seurakyselyn, jossa niin harrastajilta itseltään kuin myös junioriharrastajien huoltajilta kysytään muun muassa heidän kokemuksiaan ja tuntemuksiaan lajin, harrastusmotivaation ja innostuksen suhteen. Kyselyn tuloksia vertaillaan vuositasolla ja tuloksiin reagoidaan seuran hallinnossa ja opetustoiminnassa mahdollisuuksien mukaan.

### 5.5.3. Ryhmän pelisääntökeskustelu

Taekwon-Do Akatemiassa opettajille tarjotaan materiaalia ja ohjeistusta harjoitusryhmän pelisääntökeskusteluun. Pelisääntökeskustelussa harrastajat sopivat keskenään opettajan ohjaamana, miten ryhmässä saa ja ei saa toimia sekä mitä sääntöjen rikkomisesta seuraa. Pelisääntökeskustelun käyminen on tärkeää erityisesti junioriharrastajien ryhmissä, mutta se voidaan käydä myös aikuisharrastajien kanssa.

Pelisääntökeskustelu osallistaa harrastajia päättämään ryhmän toimintatavoista ja siten sitouttaa harrastajia paremmin mukaan lajiin ja ryhmässä harjoitteluun. Junioriryhmien osalta on tärkeää, että pelisäännöt kerrotaan myös harrastajien huoltajille. Ryhmän pelisäännöt on järkevää pitää harjoituksissa mukana paperisena versiona sekä julkaista ryhmän myClub-tiedotteissa sähköisessä muodossa. Pelisääntökeskustelun ohjeet sekä materiaalit löytyvät opettajien materiaalipankista.

### 5.5.4. Harjoitusryhmän sisäinen viestintä ja vanhempainillat

Taekwon-Do Akatemian ensisijainen viestintäkanava jäsenille on myClubin. Seuranharjoitusryhmillä voi olla omia sisäisen viestinnän kanavia, joissa tiedotetaan ja keskustellaan harjoitusryhmää koskevista asioista. Ryhmän omista kanavista vastaa ryhmän vastuuopettaja. Kanavien tulee olla kaikille ryhmän jäsenille avoimia ja niissä tulee noudattaa asiallista ja kohteliasta keskustelutapaa. Lisää harjoitusryhmien sisäisestä viestinnästä kerrotaan luvussa 6.2 (s. 77).

Seuran toiveena on, että jokainen junioreita opettava opettaja tapaa harjoitusryhmänsä juniorien huoltajat vähintään kerran vuodessa kauden aluksi joko harjoitusten yhteydessä tai etäyhteyksiä käyttäen. Tapaamisessa on tärkeää kertoa ryhmän, seuran ja lajin keskeisistä ja ajankohtaisista asioista sekä vaihtaa kuulumisia. Harrastuksen jatkuvuuden kannalta on tärkeää, että huoltajat tuntevat opettajat ja tietävät, kenen kanssa heidän lapsensa on tekemisissä harjoituksissa. Vanhempainiltojen/-tapaamisten pitäminen

sitouttaa perheitä harrastuksen pariin pitkäksi aikaa. Taekwon-Do Akatemia tarjoaa materiaalia vanhempainiltojen tueksi opettajan materiaalipankissa.

Ryhmän omien vanhempainiltojen lisäksi Taekwon-Do Akatemia järjestää vuosittain vuodenvaihteen jälkeen ns. ”koko seuran vanhempainillan” pääsääntöisesti etäyhteyksiä käyttäen (tai kasvotusten siten, että on mahdollisuus osallistua myös etänä). Koko seuran vanhempainillassa käydään ryhmän oman vanhempainillan tapaan läpi ajankohtaisasioita, mutta tehdään myös tutuksi seuran hallintoa ja toimihenkilöitä sekä kerrotaan perheiden mahdollisuuksista osallistua seuran toimintaan.

#### 5.5.5. Huoltajan rooli lapsen harrastuksessa

*”Kun lapsi harrastaa, myös huoltaja harrastaa.”*

Huoltajan tuki ja mukanaolo vahvistavat pysyvän liikuntaharrastuksen syntymistä. Kun lapsi harrastaa, huoltajat saavat:

- Oivan mahdollisuuden opettaa elämässä tarvittavia tunteita, joita ryhmässä harrastaminen tuo eteen viikoittain
- Kasvatuskumppaneita ohjaajista
- Vertaistukea muista huoltajista ja perheistä; ehkä jopa elinikäisiä ystäviä
- Elää yhdessä tunteita lasten kanssa
- Antaa omaa osaamistaan yleishyödylliseen käyttöön

Huoltajalla on tärkeä rooli olla osana viestintää kodin, opettajan ja seuran välillä. On tärkeää, että opettajalle ilmoitetaan, mikäli harrastaja on myöhästymässä harjoituksista, sillä ovi voi olla lukossa. Jos lapsi on kokonaan poissa harjoituksista yhden kerran, ei siitä ole välttämätöntä ilmoittaa opettajalle. Pitkistä poissaoloista on kuitenkin hyvä kertoa opettajalle. Jos harrastus loppuu kokonaan, on siitä aina syytä ilmoittaa opettajalle ja seuran jäsenrekisterivastaavalle ([jäsenrekisteri@tkd-akatemia.fi](mailto:jäsenrekisteri@tkd-akatemia.fi)).

Huoltajan tulee huolehtia, että juniorilla on oikeat harjoituksiin vaadittavat varusteet mukana ja varmistaa, että lapsi pääsee harjoituksiin, eli saliin, asti. Myös harjoitusvälineiden hygieniasta huolehtiminen on yksi huoltajan tehtävistä. Huoltaja voi myös tukea junioria vyökokeeseen valmistautumisessa ja auttaa teorian opiskelussa. Ruoka, lepo ja palautuminen on juniorin harrastamisessa erittäin tärkeää.

Mikäli juniori haluaa osallistua kilpailuihin tai leireille tulee huoltajan huolehtia, että tapahtumiin ilmoittautuminen ja tapahtumiin vaadittavat maksut on huolehdittu hyvissä ajoin.



Taekwon-Dossa, toisin kuin useissa muissa liikuntaharrastuksissa, huoltajilla ei ole pakollista roolia seuratoiminnassa tai harjoitusten ohjaamisessa. Toivotamme kuitenkin kaikki kiinnostuneet huoltajat mukaan seuran toimintaan, sillä tarvitsemme paljon vapaaehtoisia paitsi tapahtumien talkoisiin myös seuran hallinnon pyörittämiseen. Tapahtumatalkoot ovat seuran toiminnassa ensisijaisen tärkeitä tapahtumia, joihin huoltaja voi osallistua yksin tai yhdessä juniorin kanssa. Talkoot on hyvä tapa tutustua muihin vanhempiin sekä seuran toimihenkilöihin.

## 5.6. Vyökoheet

Vyökoheet ovat useiden kamppailulajien tapa mitata harrastajan kehitystä ja osaamista. Taekwon-Dossa vyökoe on virallinen tilaisuus, jossa noudatetaan tietynlaista kaavaa. Vyökoeken arvostelee aina vähintään 4. asteen musta vyö, joka on suorittanut kansainvälisen opettajan arvon ja saanut Taekwon-Do Akatemian päävalmentajan luvan toimia vyökoeken arvostelijana seurassa.

Vyökokeessa arvioidaan harrastajan vyöarvokohtaista taitotasoa ja henkilökohtaista kehitystä suhteessa suuntaa antaviin vyökoevaatimuksiin. Vyökokeessa suoritetaan Taekwon-Don eri osa-alueita, esimerkiksi perustekniikkaa, liikesarjoja, ottelua (sis. askelottelu), itsepuolustusta, murskausta sekä suullista tai kirjallista teoriakyselyä.

### 5.6.1. Vyökokeeseen osallistuminen

Kun harrastaja haluaa osallistua vyökokeeseen, hän tarvitsee siihen oman opettajansa luvan. Opettajan tehtävä on kannustaa, rohkaista ja ohjata harrastajia osallistumaan vyökokeisiin säännöllisesti, mutta viime kädessä harrastajan taitotaso ja harjoitusmäärä edellisen vyökoeken jälkeen ratkaisevat, katsooko opettaja tämän olevan valmis kokeeseen. Harrastajan tulee pyytää opettajaltaan lupaa osallistua väriwyökokeeseen vähintään kolme viikkoa eli vähintään kaksi kokonaista harjoituskertaa ennen suunniteltua vyökoepäivää. Näin opettajalla on riittävästi aikaa tarkistaa, riittääkö harrastajan taso vyökoeken läpäisemiseen. Mustan vyön kokeeseen valmistautuminen edellyttää pidempää aikaa. Halu osallistua mustan vyön kokeeseen tulee ilmaista omalle opettajalle vähintään puoli vuotta ennen vyökoetta.

Vyökoeluvan pyytämisen jälkeen opettaja tarkastelee harrastajan taitotasoa seuraavan harjoituksen aikana ja antaa harrastajalle palautteena 1–3 asiaa, joita tämän täytyy harjoitella ennen vyökoeluvan saamista. Harrastajan tasosta riippuen asiat voivat olla suurempia puutteita osaamisessa tai hienosäätöä ja

viimeistelyä. Harrastajan kehittymisen kannalta on kuitenkin tärkeää saada palautetta, jonka perusteella vyökokeeseen voi valmistautua.

Harrastajan tulee palautteen saamisen jälkeen osoittaa, että on saavuttanut asetetut tavoitteet, minkä jälkeen hän voi saada opettajalta vyökoeluvan. Vyökoelupa tarkoittaa, että opettaja katsoo harrastajan kehittyneen riittävästi edellisen vyökokeen jälkeen ja uskoo tämän taitotason riittävän vyökokeen läpäisemiseen. Ennen vyökoeluvan myöntämistä opettajan tulee tarkistaa, että harrastaja on maksanut seuran jäsenmaksun ja lajiliiton lisenssimaksun. Vyökoelupa kirjataan harrastajan harjoituspassiin päivämäärän ja opettajan allekirjoituksen kera.

Osallistuakseen vyökokeeseen harrastajalla tulee olla maksettuna seuran jäsenmaksu, lajiliiton lisenssimaksu sekä oman harjoitusryhmän kurssimaksu. Itse vyökoetilaisuus maksaa 25 euroa ja se maksetaan vyökokeen arvostelijan yritykselle vyökokeen alussa. Joissain vyökokeissa maksu maksetaan ennakoilmoittautumisen yhteydessä Taekwon-Do Akatemialle, ja vyökokeen arvostelija laskuttaa kokonaissumman seuralta koetilaisuuden jälkeen. Vyökokeen arvostelija on velvollinen huolehtimaan vyökoemaksujen lainmukaisista veroseuraamuksista yrityksensä kautta. Koska vyökoe on arvostelijan yritystoimintaa, eikä siitä tule seuralle tuloja, on arvostelija velvollinen vastaamaan myös vyökokeen järjestämisen kuluista kuten sertifikaateista ja salivuokrista.

#### 5.6.2. Vyökokeen järjestäminen

Taekwon-Do Akatemiassa väriwyökokeita saavat järjestää päävalmentajan luvalla 4. asteen ja sitä ylemmät mustat vyöt (*sabum*), joilla on kansainvälinen opettajalisenssi suoritettuna. Kun harjoitusryhmän opettaja, jonka vyöarvo on alle 4. Dan, tarvitsee harjoitusryhmälleen vyökokeen, hänen tulee kutsua oma opettajaansa tai joku muu Taekwon-Do Akatemian *sabum* pitämään ryhmälleen vyökoe. Vyökokeen järjestämisestä vastaa kuitenkin aina vyökokeen arvostelija. Koska vyökokeen arvostelija saa maksun vyökokeen arvostelemisesta vyökoemaksujen muodossa, vyökoekoiden järjestämistä pyritään välttämään sellaisilla (kansalaisopiston) harjoitusvuoroilla, joista vyökokeen arvostelijalle maksetaan erikseen palkkaa.

#### Ennen vyökoetta

- Ilmoita tulevasta vyökokeesta seuran päävalmentajalle ja hallitukselle.
- Varaa tarvittaessa salivuoro vyökokeelle.
- Lisää vyökokeesta tapahtuma myClubiin.

- Pyydä tarvittaessa yksi tai useampi avustaja vyökokeeseen.
- Pyydä osallistujia ilmoittautumaan vyökokeeseen ennakoon myClubissa.
- Varmista, että sertifikaatteja on riittävä määrä jaettavaksi.
- Tarkista ennakoilmoittautuneiden jäsenmaksut ja lisenssit.

#### Vyökoepäivänä

- Peri osallistujien vyökoemaksut, mikäli niitä ei ole maksettu etukäteen. Muista kuitit!
- Arvostele vyökoe päävalmentajan antaman ohjeistuksen mukaisesti.
- Toimita vyökokeen tulokset seuran jäsenrekisterivastaavalle tai kirjaa ne itse vyökoetapahtumaan myClubissa. Ohjeet vyökoetulosten kirjaamiseen löytyvät opettajan materiaalipankista.

## 5.7. Harjoitusleirit

Yksi Taekwon-Do-harrastuksen mielenkiintoisimpia osia on osallistuminen Taekwon-Do-leireille. Leireillä harjoitellaan Taekwon-Doa samalla tavalla kuin kotisalin harjoituksissakin, mutta yhteen päivään harjoituksia mahtuu useita. Leireillä pääsee yleensä myös tutustumaan muiden paikkakuntien harrastajiin ja saa paitsi uutta oppia Taekwon-Dossa, myös uusia kavereita. Ne ovat myös hauska tapa viettää viikonloppu Taekwon-Don parissa. Taekwon-Do Akatemia järjestää vuosittain useita leirejä toiminta-alueellaan. Perinteisiä leirejä ovat mm. syys- ja kevätleirit Oulussa ja Pudasjärvellä.

Leireillä harjoitellaan Taekwon-Don eri osa-alueita samalla tavalla kuin kotisalin harjoituksissakin, mutta harjoituksia mahtuu päivään useampia. Leirillä voi olla jokin teema, jonka ympärille harjoitukset rakentuvat, tai siellä voidaan harjoitella kaikkia Taekwon-Don osa-alueita.

Leireillä pääsee yleensä eri opettajien oppiin kuin kotisalilla, mikä tuo erilaisia näkökulmia harjoitteluun. Lisäksi harjoituskavereita on enemmän ja eri ihmisiä. Leirit ovat siis erinomaisia tilaisuuksia luoda kaverisuhteita! Leirille on aina mukava tulla näkemään tuttuja ja tutustumaan uusiin ihmisiin.

### 5.7.1. Harjoitusleirille osallistuminen

Kaikille avoimille Taekwon-Do-leireille voi osallistua kuka vain harrastaja, jolla on seuran jäsenmaksu ja lajiliiton lisenssimaksu maksettuna. Joillekin leireille on harjoitusten aiheiden vuoksi määritetty ikä- tai

vyöarvorajoja. Tällöin osallistuminen on mahdollista vain kyseiset ehdot täyttävillä harrastajilla. Esimerkiksi aikuiset eivät voi osallistua juniorileireille.

Tulevista leireistä saa tietoa parhaiten Taekwon-Do Akatemian harrastajien kuukausikirjeestä sekä tapahtumakalenterista (myClub), jossa julkaistaan tulevien leirien leirikutsut. Pääsääntöisesti kaikille leireille ilmoittaudutaan Taekwon-Do Akatemian myClubin kautta kyseisestä tapahtumasta. Joissain tapahtumissa ilmoittautumisen yhteydessä muodostuu automaattisesti lasku leirimaksusta, joissain tapahtumissa laskutus tehdään vasta jälkikäteen osallistumisen perusteella. Taekwon-Do Akatemian omilla leireillä leirimaksu maksetaan yleensä käteisellä tai pankkikortilla leirin alussa rekisteröitymispöydän luona.

Kaikille leireille kannattaa ottaa mukaan Taekwon-Do-puku, juomapullo, pyyhe ja yleensä myös ottelusuojat. Muistiinpanovälineet kannattaa pitää mukana, erityisesti silloin, jos leirillä on luento. Muista tarvittavista varusteista kerrotaan pääsääntöisesti leirikutsussa. Jos leirillä keskitytään johonkin tiettyyn osa-alueeseen, mukaan kannattaa ottaa sen osa-alueen harjoittelussa tarvittavia välineitä, esimerkiksi murskausleirille sisäpelikengät.

Taekwon-Do Akatemian leirit saadaan pidettyä edullisina siten, että ne järjestetään harrastajien talkootyönä. Tämä tarkoittaa sitä, että ennen leiriä ja sen jälkeen pidetään ns. ”tatamitalkoot”, joissa kuljetetaan harjoitusalueita, tatami, seuran varastolta leiripaikalle ja takaisin. Leiritalkoista tiedotetaan myClubissa omana tapahtumanaan leiriviikonlopun kohdalla.

### 5.7.2. Harjoitusleirin järjestäminen

Taekwon-Do Akatemian leirien järjestämisestä vastaa hallituksen nimeämä leirivastaava (tapahtumavastaava), joka voi valita leirityöryhmäänsä muita henkilöitä avukseen. Lisäksi leirien järjestämiseen tarvitaan erityisesti leiriviikonlopun aikana paljon talkoolaisia, jotta leirit saadaan järjestettyä sujuvasti ja laadukkaasti.

Jos opettaja tai harrastaja haluaa järjestää yhden tai useamman päivän leirin seuran perinteisen tapahtumakalenterin ulkopuolella, hänen tulee ottaa yhteyttä Taekwon-Do Akatemian hallitukseen yksityiskohtien sopimiseksi.

Leirin järjestämisen avuksi on laadittu alla oleva muistilista, jossa on listattuna keskeisimmät tehtävät leirin järjestelyvaiheessa. Leirivastaava vastaa muistilistan läpikäynnistä ja jakaa siitä tehtäviä työryhmälleen ja talkoolaisille.

## Etukäteän

- Varaa sali 12–18 kuukautta ennen leiriä.
- Tee leirikutsu leirikutsupohjaa käyttäen ja toimita se [webmaster@taekwon-do.fi](mailto:webmaster@taekwon-do.fi), [seurat@taekwon-do.fi](mailto:seurat@taekwon-do.fi) ja [opettajat@tkd-akatemia.fi](mailto:opettajat@tkd-akatemia.fi), myClubiin, seuran nettisivuille ja sosiaaliseen mediaan.
- Pyydä SITF:n webmasteria avaamaan ilmoittautuminen SITF:n ilmoittautumisjärjestelmään.
- Varmista ruokailutoimittaja (esim. Pikkelssi).
- Varmista leirin opettajat yhteistyössä seuran päävalmentajan kanssa.
- Varmista ensiapu-, turvallisuus- ja majoitusvastaavat.
- Sovi avainten haku leiripaikalle leiriä edeltävällä viikolla.
- Tulosta 4 kappaletta leiriaikatauluja sekä 1 kpl turvallisuussuunnitelmia leiripaikan seinälle.
- Varmista, että kaikki ennakoilmoittautuneet on lisätty SITF:n ilmoittautumisjärjestelmään.

## Kasaustalkoot

- Sovi talkoiden ajankohta ja ilmoita siitä myClub-tapahtumana.
- Järjestä tatamien lastaus seuran varastolle (Äimäkujan sali); tarvitaan n. 10 henkilöä ja 2–3 peräkärriä tai pakettiautoa.
- Muut varastolta mukaan otettavat varusteet: kaikki potkumaalit, vähintään 2 kpl murskaustelineitä (vyökokeeseen), murskauslautoja, ensiapulaukku, mikroaaltouuni, seuran tulostin ja tulostuspapereita, kyniä ja kirjoituspapereita, jätösäkkejä ja vessapapereita.
- Tatamien kasaus leiripaikalla.
- VIP-kyyditykset leirin opettajille.
- Ruokailutilan kasaus leiripaikan yhteyteen.

## Leirin aikana

- Varmista, että leiripuhelin on päällä ja siinä on virtaa (oma laturi). Leiripuhelin pysyy koko ajan aikuisella ihmisellä leirisalissa, soitonsiirto leirivastaavan numeroon.
- Ilmoittautumisten vastaanotto leiripaikalla; 2–3 henkilöä lauantaina ja 2 henkilöä sunnuntaina.
- Majoittujien palaveri ensimmäisen treenin jälkeen.
- Lounasruokailuvastaavat, jotka vastaavat ruokailun sujuvuudesta, pöytien pyyhinnästä ja ruokailutilan siivouksesta; 1–2 henkilöä lauantaina + 1–2 henkilöä sunnuntaina.

## Purkutalkoot

- Kaikki leirin osallistujat osallistuvat loppusiivoukseen.
- Siivousalueet: Tatamit, salin lattia, katsomo, lava, pukuhuoneet.
- Tehtävät: Roskien vienti, lattioiden luuttuaminen.
- Siivouksen jälkeen pidetään kasaustalkoot käänteisinä, eli puretaan tatamit ja lastataan ne pakettiautoihin/peräkärryihin.
- Muista varmistaa, että porukkaa on tarpeeksi myös seuran varaston päässä!

## Heti leirin jälkeen

- Avainten ja kouluhuoneiston ulkopuolisen käytön hakemuksen palautus.
- Leirin tilinpäätös yhteistyössä rahastonhoitajan kanssa.

## 5.8. Kilpailut

Taekwon-Dossa on mahdollista myös kilpailla, mutta se ei ole pääsääntöisesti pakollista. Kilpaileminen on mahdollista kaiken ikäisille aina valkoisesta vyöstä alkaen. Taekwon-Do Akatemiassa mustalle vyölle pääsemiseksi odotetaan kilpailukokemusta vähintään yhdestä kilpailusta, jotta musta vyö osaa opettajana opettaa oppilailleen kilpailemisen perusteita.

Yleisurheilun tapaan Taekwon-Do-kilpailuissa kilpaillaan erilaisissa osa-alueissa (lajeissa), joissa tarvitaan erilaisia taitoja ja ominaisuuksia. Kilpailuihin osallistuva voi päättää, mihin osa-alueisiin hän osallistuu. Jokaisessa osa-alueessa käydään erillinen kilpailu, joista jaetaan omat mitalinsa.

Taekwon-Do-kilpailujen yksilölajit ovat:

- liikesarjat
- ottelu (pienillä lapsilla pyykkipoikaottelu)
- erikoistekniikat (hyppypotkut)
- voimamurskaus

Lisäksi Taekwon-Dossa käydään toisinaan kilpailuja, joissa kilpailusuoritukset tehdään pareittain tai joukkueina. Näytösottelua lukuun ottamatta joukkueiden koko on 3–6 hlö kilpailusäännöistä riippuen. Joukkuekilpailujen lajit ovat:

- näytösottelu (pareittain)
- joukkueiikkesarjat
- joukkueottelu
- joukkue-erikoistekniikat
- joukkuevoimamurskaus

Kilpailusarjat on jaettu iän, vyöarvon ja sukupuolen mukaan. Suomessa kilpailusarjoja yhdistellään, jos niissä ei ole tarpeeksi osallistujia, mutta mitä useampi innostuu kilpailemaan, sitä varmemmin pääsee kamppailemaan itsensä ikäisten ja tasoisten vastustajien kanssa.

Lisätietoa kilpailemisesta löytyy [seuran verkkosivuilta](#).

#### 5.8.1. Seuran tavoitteet kilpailemiselle

Taekwon-Do Akatemian ensisijaisena kilpailutavoitteena on tarjota harrastajille elämyksiä, kokemuksia ja mahdollisuuksia ylittää omia rajojaan kilpailuympäristössä. Lisäksi seura tarjoaa mahdollisuuksia menestyä kilpailemisessa kansallisella ja kansainvälisellä tasolla.

Pyrimme siihen, että Taekwon-Do Akatemiasta on jatkuvasti edustusta Suomen ITF Taekwon-Don maajoukkueessa. Kilpa- ja huippu-urheilusta kiinnostuneille tarjotaan mahdollisuuksia tavoitteellisen kilpaharjoitteluun. Kilpailukokemuksen karttuessa opettajat ja kilpailuvalmentajat kannustavat osallistumaan kansainvälisiin kilpailuihin sekä vyöarvon ja iän riittäessä hakemaan maajoukkuepaikkaa arvokilpailuihin.

Seura pyrkii järjestämään vuosittain vähintään yhden kansallisen kilpailun toiminta-alueellaan. Tyypillisesti kyseessä on Oulussa tai lähialueilla järjestettävä kaiken ikäisille ja kaikille vyöarvoille avoin Akademia Open -kilpailu tai SM- ja HelmiCup-kilpailut. SM-kilpailu on ainoastaan mustille vöille avoin arvokilpailu. Niiden yhteydessä järjestetään yleensä värivoiden kilpailukauden päätapahtumana HelmiCup-kilpailu. Seura osallistuu myös muihin kansallisiin kilpailuihin. Lisäksi seura osallistuu säännöllisesti avoimiin kansainvälisiin kilpailuihin kuten World Cup -kilpailuihin ja European Cup -kilpailuihin, joihin voi osallistua kuka tahansa ikä- ja vyöarvorajat täyttävä kilpailija.

### 5.8.2. Kilpailuihin osallistuminen

Kaikilla harrastajilla on mahdollisuus osallistua avoimiin harrastekilpailuihin ilman karsintoja. Suomessa järjestetään useita kilpailuja ympäri maata pitkin harjoituskautta. Taekwon-Do Akatemia järjestää yleensä kerran vuodessa kaikille ikäryhmille ja vyöarvoille avoimet Akatemia Open -kilpailut Oulussa tai lähialueilla. Muita Suomen ITF Taekwon-Don perinteisiä kilpailuja ovat mm. SM- ja HelmiCup-kilpailut, Tampere Cup, Black Eagle Taekwon-Do Open, Pikku-Tiikeri Cup ja Sastamalan kilpailut.

Kaikki lajiliiton kalenterissa olevat kilpailut lisätään Taekwon-Do Akatemian myClubiin, jonka kautta niihin myös ilmoittaudutaan. Jos olet kiinnostunut osallistumaan kilpailuihin, kannattaa siitä ilmoittaa omalle opettajalle ja myös myClubin tapahtuman kommentteissa hyvissä ajoin, vaikka et vielä virallista ilmoittautumista lähettäisikään. Näin osaamme varautua valmentajien tarpeeseen kauempana järjestettävissä kilpailuissa. Taekwon-Do Akatemia pyrkii järjestämään valmentajan kaikkiin kilpailuihin, mihin seuran jäsenet osallistuvat. Alle 12-vuotiaiden lasten osallistuessa kilpailuihin edellytämme, että heillä on mukanaan oma huoltaja tai muu aikuinen vastuhenkilö.

Maajoukkueetasolla (EM- ja MM-maajoukkueet) valinnat tehdään maajoukkueen valmennusryhmässä. Kaikilla mustilla vöillä on oikeus hakea maajoukkuepaikkaa, mutta koska paikkoja on rajallinen määrä (kussakin aikuisten sarjassa kaksi paikkaa ja juniorien sarjassa kolme paikkaa), kilpailu maajoukkuepaikoista voi olla kovaa. Maajoukkuehakemusta suunnittelevan tulee keskustella hakemisesta oman opettajansa ja/tai kilpailuvalmentajansa kanssa. Junioriharrastajilla myös huoltajan tulee osallistua keskusteluun maajoukkuepaikan hakemisesta. Maajoukkuepaikan hakeminen edellyttää sitoutumista huippu-urheilutason harjoitteluun. Lisätieto maajoukkue toiminnasta löytyy [Suomen ITF Taekwon-Don verkkosivuilta](#).

### 5.8.3. Valmentajan rooli kilpailutoiminnassa

Taekwon-Do Akatemian kilpaurheilutoimintaa johtaa seuran kilpaurheiluvastaava. Kilpaurheiluvastaava voi toimia myös kilpailijoiden valmentajana, mutta valmentajat voivat olla myös muita henkilöitä. Kilpavalmentaja voi olla myös kilpailijan oma Taekwon-Do-opettaja.

Kilpailuihin valmistautuessa kilpaurheiluvastaava ja kilpavalmentajat voivat järjestää erillisiä kilpailuharjoituksia. On tärkeää, että valmentajat ja kilpailijat ovat tekemisissä keskenään jo ennen kilpailuja ja että he tuntevat toisensa. Huippu-urheilutasolla kilpailijan ja valmentajan tulee olla jatkuvassa yhteydessä ja valmentajan tulee olla mukana kilpailijan arjessa ja perusharjoituksissa.



Kilpailutilanteessa valmentaja on kilpailijan tuki ja turva. Hän ohjeistaa kilpailijaa lämmittelyssä ennen kilpailua, tuntee kilpailu- ja tuomarisäännöt, hoitaa käytännön asioita (mahdollisesti yhdessä muun valmennustiimin kanssa), edustaa urheilijaa toimitsijoiden ja tuomareiden kanssa keskusteltaessa sekä päättää mahdollisen protestin tekemisestä, mikäli katsoo sen aiheelliseksi.

Valmentajan tehtävä on myös auttaa kilpailijaansa kehittymään. Ottelun tai kilpailusuorituksen aikana annetun palautteen tulee olla lyhyttä, selkeää ja kannustavaa. Myös erien tai kierrosten välissä annettava palaute tulee tapahtua positiivisen kautta, jotta kilpailijan luottamus omiin kykyihin ja mahdollisuuksiin ei kärsi kesken kilpailun. Kilpailija ja valmentaja käyvät tarkemman palautekeskustelun suorituksista kilpailun päätyttyä, kun se ei enää häiritse suorituksia ja kilpailija voi rauhassa keskittyä saamaansa palautteeseen.

On jokaisen kilpailijan oikeus saada palautetta valmentajaltaan kilpailujen jälkeen. Palaute auttaa kilpailijaa kehittymään niin urheilijana kuin Taekwon-Do-harrastajanakin. Kilpailijan tulee ottaa palaute vastaan avoimin mielin, oli kilpailun tulos mikä hyvänsä. Valmentajan tulee antaa palaute rakentavasti huomioiden sekä onnistumiset että kehittämistä vaativat asiat kilpailijan suorituksessa.

#### 5.8.4. Tuomaritoiminta

Jotta kilpailuja voidaan järjestää reilusti, sujuvasti ja tehokkaasti, tarvitaan niihin suuri joukko tuomareita. Suomen ITF Taekwon-Do järjestää vuosittain 1–3 tuomarikoulutusta eri puolilla Suomea, yleensä vähintään kerran vuodessa Pohjois-Suomessa. Tuomaroiminta voi aloittaa heti ensimmäisen tuomarikoulutuksen suorittamisen jälkeen. Tuomari tehtävät jaetaan Suomessa neljään luokkaan (D, C, B, A), joista D- ja C-tasot ovat kansallisesti myönnettyjä ja B- ja A-tasot International Taekwon-Do Federationin myöntämiä. Vyöarvo vaatimus D-tuomariksi on sininen vyö ja ikävaatimus 14 vuotta. D-tuomarikurssi on pakollinen ennen 1. asteen mustan vyön koetta. Taekwon-Do Akatemia tukee harrastajien kouluttautumista vuosittain talousarviossa määrättyllä summalla. Koulutustukea myönnetään myös tuomarikurssien suorittamiseen.

Kunkin seuran odotetaan lähettävän kilpailuihin tuomareita suhteessa seurasta osallistuvien kilpailujen määrään, kuitenkin aina vähintään yksi. Taekwon-Do Akatemiassa on jo suuri joukko tuomareita, ja seura kannustaakin heitä lähtemään mukaan tuomaroimaan kilpailuja aina kun mahdollista. Suomen ITF Taekwon-Do korvaa A- ja B-tuomareiden matka- ja majoituskulut. C- ja D-tuomareita suositellaan osallistumaan erityisesti lähialueen kilpailuihin, minkä lisäksi Taekwon-Do Akatemia avustaa heitä matka- ja majoituskuluissa kauempiin kilpailuihin.

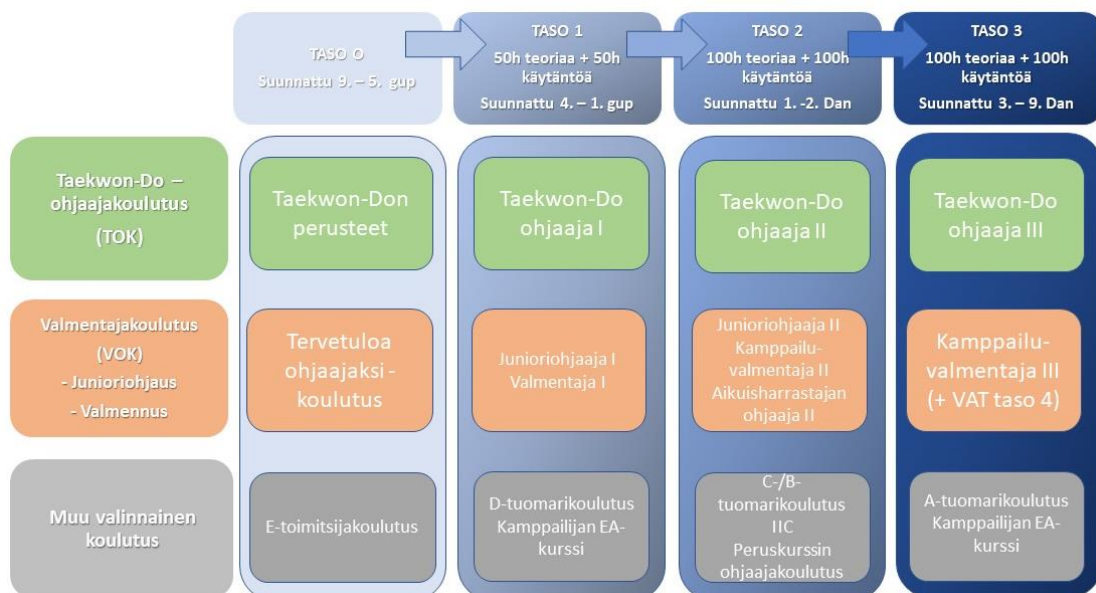
### 5.8.5. Kilpailuiden järjestäminen

Kilpailuiden järjestämisestä vastaa hallituksen nimeämä kilpailuvastaava (tapahtumavastaava), joka voi valita leirityöryhmäänsä muita henkilöitä avukseen. Kilpailujen järjestämiseen osallistuu myös seuran kilpaurheiluvastaava sekä yleensä Suomen ITF Taekwon-Don kilpa- ja huippu-urheiluvaliokunnan tuomari- ja kilpailuvastaavat.

Kilpailun järjestämisessä noudatetaan Suomen ITF Taekwon-Don opasta [Miten järjestää kilpailut – Vinkkejä ja käytännön asioita](#).

### 5.9. Koulutukset

Taekwon-Do Akatemia noudattaa [Suomen ITF Taekwon-Don koulutuspolkua](#) (kuvaaja alla). Koulutuspolku on sidottu myös mustan vyön vyökoekriteereihin. Tämän lisäksi kannustamme harrastajiamme ja opettajiamme kouluttautumaan esimerkiksi Pohjois-Pohjanmaan Liikunnan ja Urheilun (PoPLi) koulutuksissa. Taekwon-Do Akatemia tukee kouluttautumista vuosittain talousarviossa määritellyn summan mukaisesti. Lisätietoa koulutuksen tuista löytyy luvusta 877.1.4 (s. 87).



*Suomen ITF Taekwon-Don koulutuspolku*

### 5.9.1. Koulutuksiin osallistuminen

Suomen ITF Taekwon-Don alaisista koulutuksista luodaan tapahtumat seuran myClubiin sen jälkeen, kun niiden koulutuskutsut on julkaistu. Koulutuksiin voi olla ikä- ja vyöarvovaatimuksia, jotka ilmoitetaan koulutuskutsussa. Koulutuksiin osallistutaan myClubiin ilmoittautumalla. Koulutusmaksu maksetaan ilmoittautumisen yhteydessä muodostuvalla laskulla. Tulevien vuosien alustavaan koulutuskalenteriin voi tutustua [Suomen ITF Taekwon-Don verkkosivuilla](#). Kalenteri on suuntaa antava ja näyttää, mille puolivuotiskausille mitään koulutuksia on suunniteltu seuraavien viiden vuoden aikana.

Taekwon-Do Akatemia tukee harrastajien ja opettajien kouluttautumista vuosittain. Tukemisessa painotetaan kouluttautumisen suunnitelmallisuutta siten, että ensin huomioidaan ne hakemukset, jotka on toimitettu tuen varsinaisena hakuaikana edeltävän vuoden joulukuussa koskien seuraavan vuoden koulutuksia. Vuoden aikana tukea voi hakea, mikäli sitä on vielä käytettävissä. Tuki maksetaan ainoastaan toteutuneista kuluista kuittien perusteella.

### 5.9.2. Koulutusten järjestäminen

Valtaosan koulutuspolun koulutuksista järjestää Suomen ITF Taekwon-Don koulutusvaliokunta. Seurojen itse järjestämiä koulutuksia ovat muun muassa Taekwon-Don perusteet (TOK 0) sekä E-toimitsijakoulutus. Nämä koulutukset järjestetään Suomen ITF Taekwon-Don tarjoaman koulutusmateriaalin ohjeiden mukaisesti. Lisäksi seura voi järjestää omia yksittäisiä koulutuksiaan, kuten Taekwon-Do Akatemian päävalmentajan pitämä *sabum*-koulutus kansainvälisille opettajille. Koulutuksia varten varataan tilat ja ajankohta hyvissä ajoin ja laaditaan kutsu, joka julkaistaan myClubissa.

## 5.10. Lajiesittelyt ja -näytökset

Taekwon-Doa markkinoidaan usein erilaisten lajiesittelyiden kuten näyttösten ja kokeilutuntien avulla. Lajiesittelyt vaativat seuralta merkittävää panostusta, sillä on tärkeää, että niitä saataisiin järjestettyä säännöllisesti eri puolilla toiminta-aluetta ja että niihin osallistuu eri ikäisiä ja eri vyöarvolla harrastajia. Lajiesittelyiden pitäminen on jännittävää ja hauskaa toimintaa, jossa pääsee esittelemään paitsi Taekwon-Doa, myös omia taitojaan.

### 5.10.1. Lajiesittelyyn osallistuminen

Lajiesittelyihin tarvitaan kaiken ikäisiä harrastajia kaikilta vyöarvoilta. Lajiesittelyissä esiintyy Taekwon-Do Akatemian näytösryhmä eli ”Demo Team”, johon pääsee mukaan ottamalla yhteyttä seuran näytösvastaavaan.

Näytöksessä jokainen esiintyjä osallistuu yhteen tai useampaan näytöksen osaan. Tyypillisesti näytös koostuu potkumaalien potkimisesta, liikesarjoista, ottelusta, itsepuolustuksesta ja murskauksesta. Kaikki esiintyjät eivät pääse ajan rajallisuuden vuoksi osallistumaan kaikkiin osiin, vaan tehtäviä jaetaan esiintyjien kesken. Tärkeää on, että jokainen pääsee esittelemään omia vahvuuksiaan.

Vaikka näytöksiin lähdetään esittelemään Taekwon-Don parhaita ja hienoimpia puolia, ei näytöksissäkään tarvitse olla täydellinen ja niissäkin on lupa epäonnistua. Erityisesti murskaukset eivät onnistu aina mustilta vöiltäkään, vaan joskus lautoja jää näytöksissäkin rikkomatta. Epäonnistumisen mahdollisuus on osa näytösten jännitystä myös yleisölle.

Kokeilutunnit ovat tapahtumissa, kouluilla tai työyhteisöissä järjestettäviä tilaisuuksia, joissa lajin ulkopuolisilla ihmisillä on mahdollisuus päästä kokeilemaan helppoja Taekwon-Do-suorituksia kuten potkumaalien potkimista Taekwon-Do-harrastajien ohjaamana. Kokeilutunteja tilataan usein eri kouluille, ja sellaisen järjestämiseen riittää yksikin Taekwon-Do-opettaja. Mukana voi kuitenkin olla myös muita harrastajia opettajan apuna.

### 5.10.2. Lajiesittelyn järjestäminen

Taekwon-Do Akatemiassa lajiesittelyiden (näytösten ja kokeilutuntien) järjestämistä koordinoi seuran näytösvastaava. Onnistuneen lajiesittelyn järjestämisen prosessi on seuraava:

1. Kun on suunnitelmissa järjestää lajiesittely, näytösvastaava selvittää, ketkä näytösryhmän jäsenet pääsisivät mukaan minäkin päivänä.
2. Kun sopiva päivä lajiesittelylle on valittu, näytösvastaava sopii lajiesittelyn koulun, yrityksen tai tapahtumajärjestäjän kanssa.
3. Näytösvastaava osallistuu itse näytökseen tai sopii näytösryhmän kanssa, kuka johtaa ryhmää kyseisessä lajiesittelyssä.
4. Näytösryhmä jakaa lajiesittelyn tehtävät keskenään.

5. Näytöksen jälkeen näytösryhmän johtaja toimittaa mahdolliset kulukorvauskuitit (esim. matka- ja eväskulut) seuran rahastonhoitajalle.

## 6. Viestintä ja markkinointi

### 6.1. Viestinnän vuosikello

Taekwon-Do Akatemian viestinnässä on vuosittain toistuvia aiheita. Nämä aiheet on listattu viestinnän vuosikelloon kuukauden tarkkuudella. Vuosikellon toteuttamisesta ja päivittämisestä vastaa seuran viestintä- ja markkinointivastaava yhteistyössä seuran hallituksen kanssa. Vuosikelloa päivitetään aina tarpeen mukaan. Viestinnän vuosikello on tarkasteltavissa erillisenä tiedostona: Taekwon-Do Akatemian vuosikello. Samassa tiedostossa on lisäksi myös hallinnon, opettajan ja harrastajan vuosikellot.

### 6.2. Sisäinen viestintä

Sisäisellä viestinnällä tarkoitetaan yksinomaan seuran jäsenille, harjoitusryhmien harrastajille, opettajille ja toimihenkilöille suunnattua, sekä näiden ryhmien sisällä ja välillä tapahtuvaa viestintää.

#### 6.2.1. Sisäisen viestinnän kanavat

Sisäisessä viestinnässä seura hyödyntää laajasti myClub-jäsenpalvelua sekä lisäksi tarpeen mukaan eri ryhmille suunnattuja Facebook- ja Whatsapp-ryhmiä, joita ryhmien opettajat moderoivat.

#### MyClub

MyClub on Taikala Oy:n kehittämä ja ylläpitämä jäsenpalvelu, jota Taekwon-Do Akatemia käyttää jäsenrekisterinsä ylläpitämiseen. MyClubin avulla on mahdollista lähettää myös ryhmäsähköpostiviestejä harrastajille, sisäisiä ja ulkoisia palvelussa näkyviä tiedotteita, sekä luoda tapahtumia, joihin käyttäjät voivat ilmoittautua. MyClub toimii Taekwon-Do Akatemian ensisijaisena välineenä sisäisessä tiedottamisessa.

MyClubin kautta julkaistaan seuran harrastajien ja opettajien kuukausikirjeet, jotka lähetetään kohderyhmälle myös sähköpostitse. Harrastajien kuukausikirje sisältää harrastajan vuosikelloon ja muihin ajankohtaisiin asioihin perustuvan kuukauden muistilistan, tulevien tapahtumien kalenterin sekä tietoa ajankohtaisista seura-, lajiliitto- ja lajiasioista. Opettajien kuukausikirje toimii lisänä harrastajien

kuukausikirjeeseen ja se lähetetään seuran opettajille ja apuopettajille. Se koostuu vastaavasti opettajille suunnatusta kuukauden muistilistasta sekä opettajia koskevista ajankohtaisista asioista.

#### Julkinen Facebook-ryhmä

Facebook-ryhmä "Taekwon-Do Akatemia" on julkinen ryhmä, johon kaikki seuran harrastajat huoltajineen ovat tervetulleita. Ryhmä on luotu vuonna 2008 ja aiemmin ryhmä on ollut avoin kaikille Facebookin käyttäjille, joten ryhmän jäsenenä on paljon myös muiden muiden seurojen edustajia. Nykyisen linjauksen mukaisesti ryhmän jäseniksi hyväksytään vain seuran harrastajia ja heidän huoltajiaan. Liittymispyyntöt ryhmään hyväksyy hallitus ja viestintä- ja markkinointivaliokunta.

Facebook-ryhmällä tehostetaan myClubin kautta lähetettyjen viestien välittymistä. Lisäksi ryhmän kautta harrastajien on mahdollista käydä reaaliaikaista keskustelua keskenään sekä opettajien ja hallituksen kanssa.

#### Ryhmäkohtaiset Facebook- ja Whatsapp-ryhmät

Seuran harjoitusryhmillä on käytössään useita pienempiä, harjoitusryhmäkohtaisia Facebook- ja Whatsapp-ryhmiä, joissa jaetaan tärkeimpiä tiedotteita nettisivuilta ja myClubista, mutta myös käydään vapaampaa ryhmää koskevaa keskustelua. Ryhmän opettaja vastaa keskusteluiden moderoinnista.

Lisäksi seura viestii opettajien ja apuopettajien kanssa myClubin ohella myös omassa Facebook-ryhmässään. Ryhmän moderoinnista vastaa seuran hallitus.

### 6.2.2. Sisäisen viestinnän periaatteet

#### Seuran hallituksen ja opettajien viestintä harrastajien suuntaan

- Sisäisen viestinnän ensisijainen väline on myClub. Sosiaalista mediaa käytetään myClubin tukena sekä ulkoiseen viestintään ja markkinointiin.
- Sisäinen viestintä on vuorovaikutuksellista.
- Sisäistä viestintää tehdään positiivisesta näkökulmasta.
- Sisäistä viestinnällä pyritään kannustamaan ja aktivoimaan harrastajia.
- Sisäinen viestintä on asiapitoista ja kieleltään selkeää, mutta voi olla persoonallista.
- Sisäinen viestintä on inklusiivista; se ottaa kaikki vastaanottajat huomioon.
- Sisäinen viestintä on kohdennettua niille ryhmille tai henkilöille, joita viestintä koskee.

## Viestintä keskusteluryhmissä

- Harjoitusryhmän opettaja toimii keskusteluryhmän moderaattorina.
- Ryhmien keskusteluissa tulee kunnioittaa muita keskustelijoita, seuran jäseniä sekä muita lajin edustajia. Epäasiallista käytöstä ei hyväksytä.
- Lajin ulkopuolisen toiminnan markkinointi on kiellettyä. Tämä ei koske Taekwon-Do-varusteiden myymistä.
- Ongelmatilanteissa keskusteluryhmän moderaattorilla on oikeus poistaa asiattomasti käyttäytyvät henkilöt keskusteluryhmistä.
- Ristiriitatilanteiden ratkaisemiseksi ryhmän moderaattori voi pyytää tuekseen opettajakollegan tai seuran hallituksen jäsenen.
- Harjoitusryhmien omat viestintäkanavat ovat vapaaehtoisia, eikä niihin pakoteta liittymään. Ryhmän asioista viestintä tapahtuu ensisijaisesti myClubin tai kansalaisopiston viestinnän kautta.

## 6.3. Ulkoinen viestintä ja markkinointi

Ulkoisella viestinnällä tarkoitetaan julkista viestintää, joka on teoriassa kenen tahansa saavutettavissa ja johon pääsyä ei ole rajattu mitenkään. Ulkoista viestintää voidaan kuitenkin kohdistaa markkinointitarkoituksissa esimerkiksi ikään, sukupuoleen tai sijaintiin perustuviin segmentteihin. Kaikki markkinointiin liittyvät toimenpiteet voidaan laskea mukaan ulkoiseen viestintään.

### 6.3.1. Ulkoisen viestinnän kanavat

Omien internet-sivujensa lisäksi seura hyödyntää ulkoisessa viestinnässään laajasti sosiaalisen median (some) tilejään ja ryhmiään. Ulkoisessa viestinnässään seura käyttää vakituisesti seuraavia kanavia:

#### Internet-sivut

Seuran Internet-sivut toimivat ulkoisen viestinnän keskuksena. Sivuille lisätään uutisartikkeleita tärkeimmistä koko seuraa koskevista asioista, joita voidaan jakaa eteenpäin seuran some-kanavissa. Internet-sivuilta löytyy myös keskitetysti tietoa seurasta, sen toiminnasta, Taekwon-Dosta lajina sekä meneillään olevista seuran



harjoituksista ja tapahtumista. Sivut ovat tärkeä osa ulkoista viestintää myös koska ne ovat helppo löytää hakukoneiden avulla ja toimivat tästä syystä usein ensimmäisenä kontaktipinta seuraan niin lajista kiinnostuneille, kuin mahdollisille sidosryhmillekin. Internet-sivut sijaitsevat osoitteessa <http://www.tkd-akatemia.fi>.

Internet-sivut sijaitsevat Kapsi Internet-käyttäjät ry:n ylläpitämällä palvelimilla, joita Kapsi tarjoaa jäseniensä käyttöön. Taekwon-Do Akatemia Kapsin yhteisöjäsen. Kapsin palveluiden kautta ylläpidetään myös seuran sähköpostiosoitteisto.

Hallituksen keskuudestaan tai ulkopuolelta valitsema webmaster toimii seuran yhteyshenkilönä Kapsin suuntaan, sekä vastaa Internet-sivujen ja sähköpostijärjestelmän hallinnoinnista, teknisestä ylläpidosta ja kehityksestä.

Internet-sivujen sisällön ylläpitoon osallistuvat webmasterin lisäksi viestintä- ja markkinointivastaava sekä muut seuran toimihenkilöt.

#### Facebook-sivu

Taekwon-Do Akatemian Facebook-sivuilla tarkoitetaan Facebook-ryhmistä erottuen kaikille Facebookin käyttäjille näkyviä julkisia sivuja osoitteessa <https://www.facebook.com/tkdakatemia/>.

Facebook-sivujen ylläpitäjinä, joilla on täydet oikeudet sivujen hallintaan, toimivat seuran webmaster, viestintä- ja markkinointivastaava sekä puheenjohtaja. Lisäksi voidaan määrittää rajatuimmilla oikeuksilla varustettuja moderaattoreita.

Facebook-sivuilla voidaan julkaista tärkeimpiä tiedotteita ja uutisia, sekä markkinoida tulevia kursseja ja tapahtumia.

#### Instagram

Taekwon-Do Akatemialla on julkinen Instagram-profiili tunnuksella @tkdakatemia. Instagram-tilin päivittämisestä vastaa viestintä- ja markkinointivastaava. Tämän lisäksi oikeudet päivittää on seuran puheenjohtajalla ja muilla tarpeellisilla toimihenkilöillä.

Instagramin julkaisuja käytetään muun viestinnän tukena ajankohtaisista asioista viestimiseen sekä markkinointiin. Instagram-tarinassa julkaistaan tunnelmapalasia ja kevyempää, tilapäistä sisältöä esimerkiksi tapahtumien aikana.

### 6.3.2. Ulkoisen viestinnän periaatteet

- Ulkoinen viestintä luo seurasta asiallista, luotettavaa ja ammattitaitoista kuvaa.
- Ulkoinen viestintä on vuorovaikutuksellista.
- Ulkoinen viestintä on inklusiivista ja siinä näkyy monipuolisesti seuran eri harrastajia ikään, sukupuoleen, vyöarvoon ja etniseen taustaan katsomatta.
- Ulkoinen viestintä nostaa esille seuran eri toimintapaikkakuntia.
- Ulkoinen viestintä seuraa ja edesauttaa seuran arvoja, missiota ja visiota.
- Ulkoinen viestintä luo positiivista kuvaa seuran ja lajin toiminnasta.
- Ulkoinen viestintä lisää seuran ja lajin houkuttelevuutta ja tunnettuutta.

### 6.3.3. Markkinointisuunnitelma

Seuran viestintä- ja markkinointivastaava laatii seuralle harjoituskausittain markkinointisuunnitelman. Markkinointisuunnitelmassa linjataan harjoituskauden aikana tapahtuvan markkinoinnin ajankohdat, kohderyhmät, markkinointikanavat sekä markkinoinnin budjetti. Markkinointisuunnitelman toteuttamisesta vastaa viestintä- ja markkinointivastaava yhteistyössä seuran hallituksen, webmasterin, näytösvastaavan ja opettajien kanssa.

## 6.4. Kriisiviestintä

Kriisiviestinnällä tarkoitetaan seuran viestintää poikkeustilanteessa, jossa seuraan kohdistuu erityistä ulkopuolista huomiota pääsääntöisesti negatiivisessa valossa. Kriisiviestinnän tarpeen voi aiheuttaa esimerkiksi loukkaantuminen tai kuolemantapaus, onnettomuus tai seuraan, toimihenkilöön tai opettajaan kohdistuva rikosepäily. Kriisille tyypillistä on, että siihen liittyy asian paisumisen uhka, se häiritsee seuran normaaleja toimintoja ja/tai se on uhka seuran maineelle, menestykselle tai taloudelle. Kriisiviestinnän tarpeeseen johtava tapaus voi tapahtua myös sidosryhmässä kuten toisessa Taekwon-Do-seurassa, minkä vuoksi myös Taekwon-Do Akatemian on tarpeen suorittaa kriisiviestintää.

Kriisiviestinnästä vastaa seuran puheenjohtaja, tai puheenjohtajan ollessa estynyt seuran varapuheenjohtaja. Kaikkien seuran jäsenten, toimihenkilöiden ja opettajien tulee ohjata asiaa koskevat

yhteydenotot ja haastattelupyynnöt seuran puheenjohtajalle (varapuheenjohtajalle). Kriisiviestinnän tukena käytetään Olympiakomitean laatimaa [urheiluseuran viestintäopasta](#).

Kriisiviestinnän toimenpiteet:

- Hallitus arvioi vuosittain seuratoiminnan riskejä toimintasuunnitelmassa, joka vahvistetaan syyskokouksessa, sekä tarvittaessa hallituksen kokouksissa vuoden aikana. Kriisien ehkäisyyn panostetaan.
- Seuran kriisiviestinnästä vastaa puheenjohtaja (varapuheenjohtaja). Muut henkilöt eivät kommentoi asiaa. Näin seuran viesti pidetään yhtenäisenä kriisitilanteessa. Puheenjohtaja (varapuheenjohtaja) pitää hallitusta ajan tasalla kriisiviestinnän etenemisestä.
- Kriisitilanteen muodostuessa seuratoimijoita muistutetaan siitä, että kaikki yhteydenotot asiaan liittyen ohjataan puheenjohtajalle (varapuheenjohtajalle).
- Kriisiviestinnän periaatteet ovat tiedottamisen nopeus ja vilpittömyys sekä pyrkimys dialogiin.
- Puheenjohtaja tiedottaa sekä seuran jäseniä että aiheellisia sidosryhmiä ja tarvittaessa mediaa kriisitilanteesta. Seuran verkkosivuja ja sosiaalisen median kanavia hyödynnetään tarvittaessa yhteistyössä webmasterin ja viestintä- ja markkinointivastaavan kanssa.
- Mikäli tiedotetta asiasta ei voida antaa välittömästi, tiedotetaan siitä, milloin tiedote annetaan.
- Kriisitilanteessa annettavat tiedot ovat oikeaksi vahvistettuja ja asiallisia, rehellisiä ja täsmällisiä.
- Mikäli kriisitilanteessa on osallisena henkilöitä, huolehditaan viestinnässä heidän yksityisyydensuojastaan.

## 7. Talous ja aineelliset resurssit

Talous ja aineelliset resurssit määrittävät, mitä seura voi tehdä ja minkälaisessa mittakaavassa. Taekwon-Do Akatemian taloudenpito perustuu vakaaseen ja läpinäkyvään toimintaan, joka määritellään talousohjesäännössä. Lisäksi tässä luvussa kerrotaan Taekwon-Do Akatemian roolista työnantajana, yhdistyksen tekemästä varainhankinnasta, seuran pysyvistä toimitiloista sekä harjoitusvälineistä ja muusta irtaimesta omaisuudesta.

### 7.1. Talousohjesääntö

Talousohjesääntö määrittelee Taekwon-Do Akatemian taloudenpidon periaatteet. Seuran taloudesta vastaa sen hallitus, joka valitsee keskuudestaan tai hallituksen ulkopuolelta rahastonhoitajan seuraamaan talouden kehitystä, suorittamaan kaikki tarpeelliset maksuliikenteeseen liittyvät toimenpiteet sekä toimittamaan tarpeelliset materiaalit tilitoimistolle.

Rahastonhoitaja ja puheenjohtaja yhteistyössä muun hallituksen kanssa valmistelevat seuraavan vuoden talousarvion syyskokoukseen, jossa talousarvio hyväksytään. Yhdistyksen kokous (syyskokous) päättää talousarvion lopullisesta sisällöstä ennen sen hyväksymistä.

Alla kerrotaan tarkemmin Taekwon-Do Akatemian käyttämistä taloushallinnon työkaluista ja toimintatavoista, seuran irtaimen omaisuuden omistussuhteista, palkkojen ja stipendien suuruudesta sekä seuran jäsenten taloudellisesta tukemisesta harrastamisen maksuissa.

#### 7.1.1. Taloushallinnon työkalut ja toimintatavat

Seuralla on käytössä yksi yritystili Holvi-maksulaitoksessa, jonka kautta kaikki seuran maksuliikenne tapahtuu. Tiliin on liitetty yksi maksukortti, jonka käyttöoikeus on seuran puheenjohtajalla. Seuran hallitus voi harkintansa mukaan tilata maksukortteja myös muille toimihenkilöille. Maksukortit eivät sisällä luotto-ominaisuutta.

Rahastonhoitajalla on oikeus maksaa ilman hallituksen erillistä hyväksyntää hänen oikeaksi toteamansa laskut, joiden summa on enintään 100 euroa. Puheenjohtajalla on oikeus käyttää maksukorttia enintään 50

euron suuruisten seuran hankintojen maksamiseen. Edellä mainitut summat ylittävät laskut ja maksut tulee hyväksyttävä hallituksella sähköisen työskentelyalusta Discordin kautta tai hallituksen kokouksessa.

Seuran laskutus tapahtuu seuralla käytössä olevan myClub-jäsenpalvelun kautta. MyClub toimii myös laskureskontrana. Laskujen maksuvalvonta, muistutukset ja perintätoimet hoidetaan Visma Financial Solutionsin ja myClubin tarjoaman Saatavien hallinta -palvelun kautta.

Seura korvaa kulukorvauksina etukäteen sovitut toimihenkilöiden seuralle tekemät hankinnat maksutositteita vastaan. Kulukorvausten maksuun käytetään Holvin sähköistä kulukorvauslomaketta, johon pääsyn toimihenkilö pyytää rahastonhoitajalta. Kulukorvauslomaketta voidaan käyttää myös myönnettyjen tukien ja stipendien maksamiseen. Kaikki verokortilla maksettavat palkat, kilometrikorvaukset sekä myönnetty stipendit ilmoitetaan tulorekisteriin.

Seuran tiliasiakkuus ja kirjanpidon valmistelu on maksulaitos Holvissa, josta materiaalit toimitetaan kuukausittain tilitoimisto Tilin Takojat Oy:lle tilinpäätöstä varten.

#### 7.1.2. Harjoitusryhmien omaisuus

Seuran yksittäisillä harjoitusryhmillä/paikkakunnilla ei ole omia tilejä eikä omaa kiinteää irtainta omaisuutta. Mikäli harjoitusryhmä hakee paikallista tukea ryhmän toimintaan ja varustehankintoihin, hakuprosessi ja maksuliikenne tehdään yhteistyössä seuran hallituksen kanssa. Tällä tavoin hankittua omaisuutta voidaan seuran kirjanpidossa ja budjetoinnissa jyvittää harjoitusryhmän/paikkakunnan omaan käyttöön, mutta sen virallinen omistaja on Taekwon-Do Akatemia.

Mikäli harjoitusryhmän toiminta loppuu, omaisuus palaa seuran haltuun. Mikäli harjoitusryhmä irtaantuu emoseurasta omaksi seurakseen, omaisuuden siirtymisestä uudelle seuralle sovitaan emoseuran ja perustettavan seuran hallitusten kesken.

### 7.1.3. Maksutaulukot

#### Ohjaus- ja koulutuspalkkiot

Opettajan vyöarvo	Verokorttipalkka	Yrityksenä laskutettava (sis. alv)
<b>Värikyöt</b>	18 € / 60 min	23,40 € / 60 min
	13,50 € / 45 min	17,55 € / 45 min
<b>1.–3. Dan</b>	20 € / 60 min	26 € / 60 min
	15 € / 45 min	19,50 € / 45 min
<b>4.–6. Dan</b>	22 € / 60 min	28,60 € / 60 min
	16,50 € / 45 min	21,45 € / 45 min
<b>7.–9. Dan</b>	Määrittelevät itse omat hintansa tarjouksen perusteella.	
<b>Korotusperuste</b>	Korotusperusteena ylempään palkkaluokkaan tai luokkien väliin voidaan pitää esimerkiksi työn luonteeseen sopivaa ammattipätevyyttä.	

#### Matkakorvaukset

Matkakorvaukset maksetaan Suomen ITF Taekwon-Don linjauksen mukaisesti: matkat maksetaan halvimman matkustustavan mukaisesti. Julkisia kulkuneuvoja käyttäen matkakulut korvataan kokonaan. Omalla ajoneuvolla kilometrikorvauksina maksetaan puolet tapahtumavuoden verohallinnon kilometrikorvauksen perussummasta. Matkakorvauksia maksetaan ainoastaan erikseen etukäteen sovitusta matkoista.

## Urheilumenestysstipendit

Seura palkitsee kansainvälisissä kilpailuissa menestyneitä urheilijoita vuosittain syysleirin tai pikkujoulujen yhteydessä. Hallitus määrittää stipendien suuruuden kilpailijan sijoituksen, kilpasarjan koon, kilpailuluokan ja kilpailun mukaan.

Oheisten taulukoiden stipendisummat ovat enimmäissummia. Palkitsemisen suuruuden arviointi tapahtuu aina suhteessa vuoden talousarvioon. Joukkuesarjoissa menestymistä arvioidaan aina tapauskohtaisesti.

Mustien vöiden sarjat			
Sija	MM-kilpailut	EM-kilpailut ja World Cup -kilpailut	European Cup -kilpailut
1.	500 €	300 €	250 €
2.	300 €	200 €	150 €
3.	150 €	100 €	100 €

Väri­vöiden sarjat		
Sija	World Cup -kilpailut	European Cup -kilpailut
1.	250 €	200 €
2.	150 €	100 €
3.	100 €	50 €

Kilpailusarjan kokoon perustuva suuntaa antava arviointi	
Kilpailijoita sarjassa	Tuen suuruus enimmäissummasta
1 kilpailija	0 %
2–4 kilpailijaa	25–50 %
5–8 kilpailijaa	50–100 %
9+ kilpailijaa	75–100 %

#### 7.1.4. Seuran jäsenten tukeminen

Seuran vuosittaisessa talousarviossa määritellään, miten seura tukee jäseniään harrastus-, koulutus- ja kilpailutoiminnassa. Tukea varten vapaamuotoiset hakemukset lähetetään sähköpostitse seuran hallitukselle ([hallitus@tkd-akatemia.fi](mailto:hallitus@tkd-akatemia.fi)). Hakemuksessa tulee käydä ilmi harrastajan nimi, harrastusryhmä/-paikkakunta sekä perustelut tuen maksamiselle.

#### Opettajien kouluttautumisen tukeminen

Seuran vuosittaisessa talousarviossa määritellään, miten seura tukee ohjaajia kouluttautumisessa. Tukea voi hakea esimerkiksi Taekwon-Do ohjaaja -koulutuksiin (TOK 1–3), Valmentaja- ja Ohjaaja koulutuksiin (VOK 1–3), kansainvälisiin ohjaajakoulutuksiin (International Instructor Course), tuomarikoulutuksiin (International Umpire Course) tai Do-koulutuksiin (International Do Course).

Myönnetyn tuen maksatusta varten pyydä rahastonhoitajalta ([rahastonhoitaja@tkd-akatemia.fi](mailto:rahastonhoitaja@tkd-akatemia.fi)) linkki Holvin kulukorvauslomakkeeseen sekä ohjeet tuen maksatukseen.



## Kilpailu- ja tuomaritoiminnan tukeminen

Seura tukee kilpailu- ja tuomaritoimintaa kohdistuen tuen erityisesti matka- ja majoituskuluihin.

Liitto maksaa tuomareille tuomaritason mukaista päivärahaa, mikäli päivärahaehto täyttyy. Lisäksi liitto korvaa A ja B-tuomareiden majoituskulut sekä matkakuluja yhdensuuntaisen matkan verran verohallinnon vuosittaisella perussummalla. Liitto ei korvaa matka- tai majoituskuluja C ja D-tuomareille, mutta tukea näihin on mahdollista hakea seuralta. Seura käsittelee jokaisen hakemuksen erikseen.

Myönnetyn tuen maksatusta varten pyydä rahastonhoitajalta ([rahastonhoitaja@tkd-akatemia.fi](mailto:rahastonhoitaja@tkd-akatemia.fi)) linkki Holvin kulukorvauslomakkeeseen sekä ohjeet tuen maksatukseen.

## Vähävaraisten junioriharrastajien tukeminen

Seura tukee vähävaraisia junioriharrastajia jäsen- ja lajilisenssimaksuissa. Talousarviossa on määritelty kalenterivuodelle käytettävissä oleva tukisumma.

Saapuneet hakemukset käsitellään luottamuksellisesti Taekwon-Do Akatemian hallituksessa eikä, niistä tule merkintöjä jäsentietoihin. Tuen maksimimäärä vastaa jäsenmaksun ja lajilisenssin (vakuutukseton) yhteissummaa. Mikäli tukea myönnetään jäsenmaksuun, seura kuittaa jäsenyyden maksetuksi ilman rahaliikennettä. Mikäli tukea myönnetään lajilisenssiin, seura maksaa sen suoraan lajiliitolle (Suomen ITF Taekwon-Do ry) lisenssijärjestelmän kautta.

Lisäksi seura mahdollistaa kaikille harrastajille edullisten harjoitusvälineiden hankkimisen käytettynä muilta harrastajilta tai yhteistyössä varustemyyjien kanssa seuran varustepörssin kautta.

## 7.2. Seura työnantajana

Taekwon-Do Akatemia toimii työnantajana niille opettajille, jotka toimivat opettajina seuran itsenäisesti järjestämillä kursseilla. Lisäksi palkkaa maksetaan seuran suurten leirien opettajille sekä erikseen sovittaessa muiden pienempien tapahtumien opettajille. Säännöllisesti kurssia opettaville opettajille tehdään kirjallinen työsopimus. Leirien ja yksittäisten opetustuntien osalta työsopimus voi olla myös suullinen. Seuralla ei tällä hetkellä ole hallinnollisia työntekijöitä.

Palkkojen laskemiseen käytetään Palkkaus.fi-palvelua. Seura hoitaa lakisääteiset työnantaja- ja vakuutusmaksut asianmukaisesti. Verokorttipalkan sijaan palkka on mahdollista laskuttaa myös yrityksenä. Tällöin laskuttaja on itse vastuussa veroseuraamuksista ja eläkevakuutusmaksuista. Seuran maksamat palkat

perustuvat talousohjesäännössä esitettyyn palkkataulukkaan (luku 0, s. 85). Seura järjestää työntekijöiden työterveyshuollon. Uusilta työntekijöiltä tarkistetaan rikostaustaote työsuhteen alussa.

### 7.3. Varainhankinta

Taekwon-Do Akatemia ei tällä hetkellä tee aktiivista varainhankintaa muiden tulojen kuin jäsenmaksujen hankkimiseksi. Kisamatkojen yhteydessä kilpailijat ja joukkueen toimihenkilöt voivat hankkia joko henkilökohtaisia tai joukkuekohtaisia sponsorisopimuksia kisamatkojen kulujen kattamiseksi.

Juniorikomitea voi niin päättäessään tehdä varainhankintaa, jonka tuotot kohdistetaan seuran junioreihin komitean itse päättämällä tavalla. Juniorikomitean raha-asioita käsittelevät päätökset hyväksytetään seuran hallituksella.

### 7.4. Pysyvät toimitilat

Taekwon-Do Akatemialla on Oulussa yksi pysyvä toimitila, Äimäkujan sali. Tämän lisäksi seura toimii Oulussa ja kaikilla muilla paikkakunnilla kausittain varattavilla kunnallisilla vuoroilla. Vuorojen varauksista vastaa pääsääntöisesti kansalaisopisto tai muu yhteistyökumppani, pois lukien seuran itsenäisesti järjestämien kurssien ja harjoitusryhmien vuorot.

#### 7.4.1. Äimäkujan sali

Seuralla on oma sali ja varasto Oulussa Äimärautiolla osoitteessa Äimäkuja 6. Samoissa tiloissa on kaiken kaikkiaan neljä tatamisalia, joista yhdessä Taekwon-Do Akatemia toimii. Taekwon-Do Akatemia toimii Äimäkujan salilla oman salinsa päävuokralaisena. Alivuokralaisina on muita kamppailulajiseuroja. Lisätietoa yhteistyöstä muiden Äimäkujan salilla toimivien seurojen kanssa löytyy luvusta 4.3.3 (s. 38).

Taekwon-Do Akatemian vuokraama sali on n. 120 m<sup>2</sup> kokoinen, ja siellä alustana on Aikidoseura Hokutokain ja Ju-Jutsu Oulun omistamat judotatamit. Lisäksi seuralla on vuokralla kaksi pukuhuonetta sekä varasto ja käyttöoikeus muiden vuokralaisten kanssa suihku- ja wc-tiloihin.

Kulkuoikeus ja avain salille on kursseja opettavilla opettajilla sekä hallituksen hyväksymillä muilla henkilöillä. Avaimen hinta on 20 €, opettajilta maksua ei peritä, paitsi jos avain menee hukkaan. Muilta henkilöiltä maksu peritään, kun avain luovutetaan ja palautetaan kun avain on palautettu seuralle.

Salin käyttöä koskevista harjoitusvuoroista sovitaan kausittain alivuokralaisten kanssa. Perinteisesti Taekwon-Do Akatemialla on ollut salilla yksi aikuisten harjoitusryhmän (*diesel*) vuoro sekä yksi vapaa harjoitusvuoro. Vuorojen lisäksi avainten haltijat voivat käyttää salia varattujen vuorojen ulkopuolisina aikoina omatoimiseen harjoitteluun.

Taekwon-Do Akatemian salin ylläpitämisestä vastaa sali- ja varastovastaava.

## 7.5. Harjoitusvälineet ja muu irtain omaisuus

Taekwon-Do Akatemia omistaa jonkin verran harjoitusvälineitä, tatamimattoja sekä muuta irtainta omaisuutta. Irtaimiston säilytyspaikka on seuran varasto Äimäkujan salilla. Irtaimiston ylläpitämisestä vastaa sali- ja varastovastaava.

### 7.5.1. Harjoitusvälineet

Seuran omistamat harjoitusvälineet ovat kaikkien harjoitusryhmien yhteiskäytössä. Opettaja varaa harjoituksiinsa tarvitsemat harjoitusvälineet seuran sähköisestä varauskalenterista ennen niiden noutamista. Hallituksen luvalla välineitä voidaan antaa harjoitusryhmiin pidempiaikaiseen lainaan. Harjoitusvälineitä on käytettävissä monipuolisesti erilaisiin harjoitteisiin. Varastosta löytyy muun muassa isoja ja pieniä potkumaaleja, pistehanskoja sekä itsepuolustus-, murskaus- ja ketteryysharjoitteluvälineitä.

Harjoitusvälineet kuluvat käytössä ja niitä menee siksi toisinaan myös rikki. Välinettä lainanneen opettajan tulee ilmoittaa rikkoutuneesta välineestä seuran sali- ja varastovastaavalle ja merkitä se selkeästi erilleen muista välineistä salilla, jotta se ei päädy uudestaan kiertoon. Välineistöä täydennetään vuosittain ja aina tarpeen mukaan.

### 7.5.2. Tatamit

Seuralla on Äimäkujan varastossa 320 kappaletta Trocellenin ProGame Multisport BASIC -palapelitatameita. Tatamit ovat kansainvälisen lajiliiton International Taekwon-Do Federationin hyväksymiä virallisia kilpailutatameja. Tatameja käytetään muun muassa seuran järjestämällä leireillä ja kilpailuissa. Lisäksi niitä voidaan lainata muiden Suomen ITF Taekwon-Do ry:n seurojen tapahtumiin.

### 7.5.3. Kilpailutarvikkeet

Seuralla on kolme kilpailukehäkassia, joista kukin sisältää yhdelle kilpailukehälle tarvittavat varusteet, kuten varoitustaulun, ajanottovälineen, potkumaalin, mittanauhan, paperisia arviointilomakkeita sekä toimistotarvikkeita. Sen lisäksi, että kilpailukehäkasseja käytetään Taekwon-Do Akatemian järjestämissä kilpailuissa, niitä voidaan lainata myös muiden seurojen kilpailuihin.

Lisäksi seura omistaa kisakäyttöön kassillinen sinisiä ja punaisia ottelusuojia. Suojat on tarkoitettu ensisijaisesti kansainvälisiin kilpailuihin, joissa ottelijalla pitää olla käytössään sekä siniset että punaiset suojat kilpailukaavion arvannon mukaisesti. Kotimaan kilpailuissa seuran suojista käytetään yleensä ainoastaan kypäriä, sillä niissä suojasäännöt ovat kansainvälisiä kilpailuja joustavimmat ja jokaisella kilpailijalla odotetaan olevan käytettävissään vähintään yhden omat ottelusuojat.

## Versiohistoria

v. 2021-05-29

Toimintakäsikirjan ensimmäinen versio hyväksytty Taekwon-Do Akatemian kevätkokouksessa.