

Sisällys

1. Yleisurheilujaoston kokoonpanot ja vastuut
2. Tule mukaan toimintaan
 - 2.1 Urheilijaksi
 - 2.2 Huoltajaksi, valmentajaksi, talkoolaiseksi
 - 2.3 Yhteistyökumppaniksi
3. Yleisurheiluryhmät
 - 3.1 Nappula yleisurheilu 5-6 vuotiaat
 - 3.2 Yleisurheilukoulu 7-9 vuotiaat
 - 3.3 Harrasteryhmä 10-15 vuotiaat
 - 3.4 Kilparyhmä 2, 10-13 vuotiaat tavoitteellisesti kilpailuihin harjoittelevat
 - 3.5 Kilparyhmä 1, yli 13 vuotta, tavoitteellisesti SM-kisoihin harjoittelevat
4. Urheilijoiden toimintamaksut
 - 4.1 Kesä 2020 ja talvi 2020 - 2021 urheilijamaksut
 - 4.2 Urheilumaksuun sisältyvät asiat
 - 4.3 Toimintamaksut pandemia tms. tilanteessa
5. Ohjaus ja valmennus
 - 5.1 Ohjaajat
 - 5.2 Valmentajat
6. Kilpailutoiminta
 - 6.1 Kilpailutoiminta
 - 6.2 Viestit ja valinta perusteet
 - 6.3 SM-kilpailut
 - 6.4 Ohjeita vanhemmille ja kilpailijoille
 - 6.5 Kilpailuihin ilmoittautuminen ja niissä toimiminen
7. Pelisäännöt
 - 7.1 Ohjeita ohjaajille ja valmentajille
 - 7.2 Eettiset säännöt
8. Leiritykset
9. Viestintä
10. Palkitseminen
11. Yhteystiedot
12. Tietosuojaseloste

1. Yleisurheilujaoston kokoonpanot ja vastuut

Yleisurheilujaosto vastaa yleisurheilutoiminnan suunnittelusta, kehittämisestä ja organisoinnista seuran vuosikokouksen hyväksymän toimintasuunnitelman mukaisesti.

Jaostoa johtaa puheenjohtaja. Jaoston jäsenet sekä puheenjohtaja valitaan vuosittain ja esitetään seuran johtokunnalle toimintasuunnitelmassa, jonka seuran johtokunta sekä syyskokous hyväksyy.

Jaosto kokoontuu kerran kuukaudessa (pois lukien heinäkuu) ja jaoston toimintaa ohjaa toimintasuunnitelma.

Valmennuksen suunnittelusta, kehittämisestä sekä organisoinnista vastaa valmennuskoordinaattori tai valmennuspäällikkö (tällä hetkellä Petteri Nousiainen). Hän toimii valmentajien ja ohjaajien esimiehenä. Hänen esimiehenään toimii jaoston puheenjohtaja. Valmennuskoordinaattori osallistuu myös jaoston kokouksiin ja esittelee jaostolle valmennukseen liittyvät asiat.

Yleisurheilujaoston kokoonpano kaudella 2020:

Sampsa Savolainen, puheenjohtaja (toimii myös seuran varapuheenjohtajana)

Lasse Sevonkari, jäsen (lisävastuina juoksukoulut sekä Sherwood Trail Run)

Mirka Kasper, jäsen

Mika Rontu, rahastonhoitaja

Tommi Päivinen, jäsen

Petteri Nousiainen, valmennuskoordinaattori

Jorma Hyttinen, jäsen

2. TULE MUKAAN TOIMINTAAMME

2.1 Urheilijaksi Keravan Urheilijoihin

Olit sitten lapsi, nuori tai aikuinen, niin olet tervetullut mukaan toimintaamme. Iloiseen joukkoomme voi tulla monella eri tavalla, jokainen omaa polkuaan pitkin.

- Harjoitusryhmien kautta
- Toiselta paikkakunnalta muuttanut
- Aikuisurheilijana
- Toisen lajin harrastajana monipuolistamaan harjoitteluasi
- Tule paikanpäälle silloin, kun meillä on harjoitukset / tapahtuma, ja tartu ohjaajaa hihasta tai ole rohkeasti yhteydessä valmennuskoordinaattoriin, jonka yhteystiedot loppupuolella.

2.2 Ohjaajaksi, valmentajaksi, talkoolaiseksi

Laadukkaan toiminnan takaamiseksi tarvitsemme joukkoomme ohjaajia, valmentajia sekä talkoolaisia. Jokaisen mukana olevan yhteistyöllä rakennamme laadukasta ja kestävästä kehitystä myös tulevaisuudessa.

Yleisurheilu ei ole pelkkää urheilua, alla esimerkkejä, missä kaikessa voit meitä auttaa:

- Talkoolaiset kilpailuissa, mittaamassa, pituushyppypaikkaa lanaamassa, aitoja siirtelemässä jne.
- Ohjaamassa harjoituksia, me koulutamme ohjaajamme sekä valmentajamme.
- Oletko hyvä jossain lajissa, haluaisitko jakaa tietoaasi ja käydä ohjaamassa nuoriamme?
- Oletko hyvä ohjelmistojen parissa, haluaisitko ylläpitää kotisivujamme tai tuottaa sinne sisältöä?
- Oletko näppärä tietokoneen kanssa, voisit olla kilpailujen yhteydessä kuuluttamossa tulosten syöttäjänä?
- Leipominen tai grillaaminen on sinun juttusi? Haluaisitko tulla pitämään tapahtumiin puffettia.
- Sinulla olisi ideoita ja parannusehdotuksia, kerro niistä meille.

2.3 Yhteistyökumppaniksi

Tavoitteenamme on mahdollistaa matalan kynnyksen liikkuminen ja pitää näin ollen myös urheilijoiden maksut mahdollisimman alhaalla. Näin ollen teemme mielellämme yhteistyötä yritysten ja yhteisöiden kanssa tavoitteenamme varainhankinta sekä liikunnan riemun välittäminen.

Olemme toteuttaneet yhteistyötä yritysten kanssa toteuttamalla mm. yritysryhmille räätälöityjä juoksu-, yleisurheilu- ja polkujuoksukursseja. Näiden lisäksi voimme toteuttaa eri tyyppisiä talkootehtäviä mm. muutto-, liikenteenohjaus- tai vaikka tapahtumajärjestäjätehtävissä. Lisäksi tarjoamme mahdollisuutta näkyvyyteen kilpailutapahtumissamme, viestinnässämme sekä urheilijoiden asuissa.

Voimme laajentaa yhteistyötä kattamaan myös Keravan Urheilijoiden muiden jaostojen toimintaa. Näin ollen yhteistyö kanssamme mahdollistaa jopa n. 900 jäsenen tavoittamisen sekä lisäksi heidän perheensä.

Yhteistyöasioissa voi olla yhteydessä jaoston puheenjohtajaan, Sampsa Savolaiseen (040 526 5186, sampsa.savolainen@kolumbus.fi).

3. Yleisurheiluryhmät

3.1 Nappulayleisurheilu

Ryhmä on tarkoitettu 5-6 –vuotiaalle tytöille ja pojille. Ryhmässä opetellaan liikunnan perustaitoja leikin avulla. Tarkoituksena on luoda lapsille positiivinen kuva liikunnasta, mikä kannustaa jatkamaan liikkumista vanhempanakin.

3.2 Yleisurheilukoulu

Yleisurheilukoulu on tarkoitettu 7-9-vuotiaille tytöille ja pojille. Urheilukoulu on kaudesta riippuen yksi tai kaksi kertaa viikossa. Urheilukoulussa käydään läpi yleisurheilulajeja kullekin ikäryhmälle sopivalla tavalla keskittyen kuitenkin pääasiassa liikunnan riemun saavuttamiseen herkkyyksikaudet huomioiden.

3.3 Harrasteryhmä

Harrasteryhmä on tarkoitettu 10-15 vuotiaille nuorille, jotka haluavat harjoitella, kokeilla lajeja sekä harrastaa liikuntaa ilman kilpatavoitteita. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, että harrasteryhmäläiset eivät saisi tai voisi osallistua kilpailuihin. Päinvastoin! Jokainen tästä ryhmästä on tervetullut myös kilpailuihin.

3.4 Nuorten kilparyhmä

Nuorten kilparyhmä on kilpaurheilupainotteinen harjoitusryhmä, joka harjoittelee talvisin 1-2x/viikko ja kesällä 1-2x/viikko riippuen ilmoittautumisesta. Harrastemäärien kasvaessa otetaan harjoituksissa huomioon ikä / lajitaidot. Kilparyhmän harjoituksissa käydään läpi yleisurheilun taitoja läpi laaja-alaisesti ja lajeja monipuolisesti.

Kilparyhmäläinen on valmis edustamaan seuraa kilpailuissa, esim. viestit ja piirinmestaruus-kilpailut (pm).

3.5 Kilparyhmä 1

Kilparyhmä 1:n pääsyaatimuksena on sitoutuminen aktiiviseen harjoitteluun, lajitaidot sekä riittävä fyysinen kunto harjoitteluun tässä ryhmässä.

Vaatimuksena on myös aktiivinen kilpaileminen kesän aikana. Ryhmäläisten harjoittelun tavoitteena on osallistua sekä menestyä suomenmestaruus-kilpailuissa (SM).

Seuraan tulevat yli 13-vuotiaat vaatimukset täyttävä kilpaurheilutaustaiset voivat hakea myös tähän ryhmään suoraan.

Kilparyhmä 1 sekä yleisen sarjan urheilijat harjoittelevat vähintään kolme kertaa viikossa ympärivuoden.

4 Urheilijoiden toimintamaksu

4.1 Kausimaksut

Vuosittaisen urheilijakohtaisen maksun päättää jaosto, voimassa oleva maksu löytyy osoitteesta <https://keravanurheilijat.fi/yleisurheilu/yleisurheilun-ryhmat/>

Kesä 2020

Kilparyhmä 165€ 3x viikossa harjoitukset

Nuorten kilparyhmä 105€ 1x viikossa

Nuorten kilparyhmä 125€ 2x viikossa

Harrasteryhmä 95€ 1x viikossa (*heinäkuussa ei ohjattuja harjoituksia*)

Yleisurheilukoulu 7-9v 85€ 1x viikossa (*heinäkuussa ei ohjattuja harjoituksia*)

Yleisurheilukoulu 7-9v 105€ 2x viikossa (*heinäkuussa ei ohjattuja harjoituksia*)

Nappulayleisurheilu 5-6v 75€ (*heinäkuussa ei ohjattuja harjoituksia*)

Heinäkuussa lomailevien yhdistetty harjoitusryhmä heinäkuun ajan 1x viikossa (sisältyy yllä oleviin maksuihin)

Muut mahdolliset juoksukoulut / aikuisten ryhmät hinnoitellaan erikseen.

Sisaralennus vuonna 2020 -15% (edullisemmän toimintamaksun mukaan)

Huom: Toiminnassa mukanaolo edellyttää seuran jäsenmaksun ja urheilijamaksun maksamista sekä vanhemman sitoutumista talkootöihin kilpailuissa.

4.2 Urheilumaksuun sisältyvät asiat

Lisenssi

Vakuutus

Ohjatut harjoitukset

Viikkokisat

TJIG= Tampere junior indoor games (hallikilpailut)

YAG= Youth athletics games (vaihtuva kilpailupaikka)

pm-kilpailut = Piirinmestaruuskilpailut

am-Kilpailut = Aluemestaruuskilpailut

SM-kilpailut = Suomenmestaruuskilpailut

4.3 Toimintamaksut pandemia tms. tilanteessa

Mikäli yleisurheilujaostosta riippumaton tekijä (pandemia tai muu vastaava ja/tai viranomais määräys) aiheuttaa yleisurheiluharjoitusten keskeyttämisen, toimintamaksulla tarkoitettua kautta jatketaan tai tarjotaan ohjausta omatoimiseen harjoitteluun ja/tai etäohjattua harjoittelua. Toimintamaksuja ei palauteta tällaisissa ylivoimainen este (force majeure) -tilanteissa.

5. Ohjaus ja valmennus

Ilman hyviä ja luotettavia valmentajia sekä ohjaajia laadukas toiminta ei olisi mahdollista.

Valmennusta ja muutakin jaoston toimintaa ohjaa toimintakäsikirja, lajien yleiset valmennusohjeet ja suositukset sekä valmentajien kokemus sekä koulutus. Valmennuksen tulee olla tavoitteellista, urheilijälähtöistä sekä kommunikaation kaksisuuntaista. Valmentajien tulee myös perustella urheilijalle kunkin harjoituksen tavoite

Jokaisen ryhmän valmentaja sekä ohjaajat resursoidaan ryhmän tarpeita vastaavaksi.

Kesäisin toiminnan kasvaessa ryhmät jaetaan sopivan kokoisiksi ja jokaisessa ryhmässä on yksi vastuvalmentaja sekä apuohjaaja.

Yleisurheilujaosto tarvittaessa kouluttaa aktiivisia toimijoita sekä valmentajia / ohjaajia tehtävään, ks. 5.1

5.1 Valmentajien sekä ohjaajien koulutus

Jokaisen ryhmän valmentajat sekä ohjaajat koulutetaan tarvittaessa SUL:n Yleisurheilututkintojen mukaan, seura maksaa koulutukset. Nappulayleisurheilussa sekä yleisurheilukoulussa voi olla apuohjaajina myös seuran omia nuoria lapsia ohjaamassa, myös he saavat tarvittaessa koulutuksen työhönsä.

Valmentajien sekä ohjaajien on myös mahdollista käydä Nuorten Yleisurheilututkinto (nuorten yleisurheilututkintoon hakevalla täytyy olla käytynä yleisurheilututkinto). Seura maksaa ohjaajien koulutuksen, mikäli he sitoutuvat ohjaamaan vähintään kahtena kesänä seurassa harjoituksia. Tämän lisäksi pidämme sisäisiä valmentaja- ja ohjaajakoulutuspäiviä, jotka tukevat yleisurheilujaoston valmennuskäytäntöjä sekä valmennuksen kehittämistä.

6. Kilpailutoiminta

6.1 Jaoston järjestämät kilpailut

Jaosto järjestää vuosittain itse useita kilpailuita. Kilpailuihin toivomme suurta osallistumista niin urheilijoiden osalta, kuin huoltajien ja urheilunystävien panosta talkoolaisena. Näin saamme järjestettyä onnistuneet kilpailut.

- Keväällä järjestämme nappulamaastokilpailut, johon kuuluu neljä osakilpailua. Jokainen osakilpailu juostaan eri paikassa.
- Kesällä järjestetään 2-4 kpl viikkokisoja.
- Mahdolliset haettavat pm-kilpailut vuosittain.
- Erilaiset kilpailuiden järjestämiset koulujen ja oppilaitosten kanssa.
- Sherwood Trail Run
- Itsenäisyyspäivän juoksu

6.2 Viestijoukkueiden valintaperusteet

Urheilijavalinnat viesteihin tehdään ainoastaan urheilullisilla periaatteilla tavoitteena seuran paras mahdollinen menestys. Lopullinen joukkue varamiehineen nimetään edeltävän 2 kuukauden aikana tehtyjen tilastoaikojen perusteella. Jos on tarvetta, katsastukset järjestetään viimeistään noin 1,5 viikkoa ennen asianomaista kilpailua, jonka jälkeen kilpailijoille ilmoitetaan lopulliset valinnat. Ryhmien valmentajat päättävät edustusurheilijat kilpailuihin ja määrittelevät viestiosuudet. Erityisen

tasaisissa tilanteissa valmennuskoordinaattori ja jaoston puheenjohtaja osallistuvat päätöksentekoon. Tarkemmat viestien valintaperusteet liitteessä 1.

6.3 SM-kilpailut ja tulosrajat

Tulosrajat liitteessä 2.

6.4 SM-Kilpailuihin ilmoittautuminen ja korvauskäytännöt

SM-kilpailut, kaikki am- ja pm-kisat, TJIG- ja YAG-kilpailuihin ilmoittautumiset kootusti osoitteeseen valmennus(at)keravanurheilijat.fi

Kaikista yllä olevista kisoista tulee info ja muistutus hyvissä ajoin ennen kilpailuja.

SM-tason urheilijat

Jaosto korvaa kevään 2020 hallikauden SM-kisoihin osallistumismaksun, majoituksen (max 80 €/yö/huone kuittia vastaan), kun kilpailupaikkakunnan etäisyys on Keravalta yli 150 km.

Matkakustannukset

SM-kilpailut

Yhteiskuljetuksia SM-kilpailuihin järjestetään harkinnan mukaan riippuen joukkueen koosta ja kilpailupaikkakunnasta. Mikäli yhteiskuljetus on järjestetty, muita matkakuluja ei korvata. Mikäli yhteiskuljetusta ei järjestetä, jaosto korvaa matkakulut jälkikäteen joko:

A) edullisimman julkisen kulkuneuvon mukaan (säilytä matkalippu kuitiksi), tai

B) oman auton käytöstä kilometrikorvauksen 0,20 e/km, kuitenkin vain, mikäli samassa autossa on matkustanut vähintään kaksi kilpailuihin osallistuvaa urheilijaa/valmentajaa.

C) matkakulujen maksimikorvaus on 80€ per kulkuväline.

Toivomme, että kilometrikorvauksia nostettaessa autoissa matkustaa mahdollisimman monta urheilijaa / valmentajaa.

Muut kilpailut

Jaosto korvaa kaikki am- ja pm-kisat, TJIG ja YAG osallistumismaksut.

Mahdollisista jaoston järjestämistä kuljetuksista tai muista yhteiskuljetuksista sekä kustannuksista ilmoitetaan kilpailukohtaisesti.

HUOM: Jaosto ei korvaa jälki-ilmoittautumismaksuja.

6.5 Kilpailuihin ilmoittautuminen omatoimisesti

Tarvitset lisenssin osallistuaksesi kaikkiin muihin, paitsi seuran omiin seurakilpailuihin.

- mene osoitteeseen www.kilpailukalenteri.fi

- vasemmassa reunassa on "Haku" nappi, paina sitä, jolloin näyttöön aukeaa hakukenttä.
 - Valitse "Piiri" valikosta -----> Uusimaa---> Hae. Tällöin näet kaikki piirimme tapahtumat.
 - Kilpailuja auki klikkaamalla näet lisätietoja kilpailuista.
- o Kilpailuja edessä on luokittelu, alla lyhyesti selitettynä:
 pk = piirikunnalliset, näihin voi osallistua piirin omat kilpailijat.
 seura = järjestävän seuran omille urheilijoilleen järjestämät kisat.
 o aa = avoin aluekilpailu, kansalliset kilpailut. Näihin voi osallistua kilpailijoita myös oman piirin ulkopuolelta. Kilpailija maksaa itse osallistumisen
- Klikkaa kilpailu auki, näet kilpailulajit ja ikäryhmät, kenelle lajeja on. Sivulla on myös muuta infoa, yleensä jo ilmoittautuneet kilpailijat, aikataulut, jne.
 - Ilmoittaudu kilpailuun kilpailun sivulla olevan ohjeen mukaan, joko "Ilmoittaudu" -napilla, tai sivulla olevaan sähköpostiin. Joissain kilpailuissa jälki-ilmoittautuminen on mahdollista (hinta on korkeampi).
 - Muista maksaa ilmoittautuminen niin moneen lajiin kuin osallistut, sivulla on tilinumero (joissain kisoissa on nykyään myös verkkomaksu mahdollisuus). Jos maksat tilille, niin laita viestikenttään kilpailijoiden nimet ja lajit.
 - Mikäli joissain ilmoittautumisasioissa on epäselvyyttä, ota yhteyttä ohjaajaan tai kilparyhmän vetäjiin.

6.6 Seura-asujen käyttö

Seuran urheilijoilta edellytetään seura-asujen käyttämistä kilpailutapahtumissa. Mikäli olet uusi jäsen eikä asua vielä ole, voi lasten kilpailuihin osallistua myös ilman seura-asua. Seuraa edustaessa muistetaan myös hyvä käytös.

7. Pelisäännöt

Ohjatuissa harjoituksissa ja joukkuekilpailuissa kunnioitetaan aina ohjaajien ja valmentajien ohjeita. Jokainen suorittaa omalla tasollaan ja omien taitojensa mukaan. Jokaista kannustetaan tasapuolisesti. Voit osallistua ja olla osana lapsesi liikuntahetkeä esim. seurakisoissa lanaamalla pituushyppypaikkaa, siirtelemällä aitoja jne. Kysy ohjaajalta lisää, miten voisit auttaa. Jos muuta työtä ei sattuisi löytymään, niin kannustaminen iloisella mielellä kelpaa aina kaikille.

Keskustelut ja kommentit ovat aina tervetulleita; tulethan juttusille harjoituksen tai kilpailun jälkeen. Jokainen urheilija tekee parhaansa ja jokainen vanhempi ja kannustaja luovat hyvän ja positiivisen hengen tapahtumiin. Some ei ole oikea paikka mielipahansa purkamiseen, tule juttelemaan harjoitusten jälkeen, niin asiat selviävät varmasti parhaiten.

7.1 Ohjeita ohjaajille ja valmentajille

Keravan Urheilijoiden yleisurheilujaoston ohjaajien tehtävät

- Ohjaaja/ valmentaja suunnittelee yhdessä muiden oman ryhmän ohjaajien kanssa jokaisen harjoituskerran etukäteen noudattaen urheilukoulun ohjelmaa.
- Valmennus suunnittelee harjoituskauden sisällön ja tavoitteet ennen kauden alkua ja suunnittelee suuntaviivat viikkotason harjoittelulle.

Nämä julkaistaan urheilijoille ennen kauden alkua.

- Ohjaaja huolehtii siitä, että urheilukoulussa käytetyt tavarat viedään harjoituskerran jälkeen *siististi* niille osoitetuille paikoille.
- Ohjaaja pitää joka kerralta listaa siitä, keitä lapsia on paikalla.
- Ohjaaja ei käytä puhelinta ohjauksen aikana.
- Ohjaaja on velvollinen ilmoittamaan *ajoissa* (=heti kun on tiedossa) urheilukouluvastaavalle esteestä, joka estää ohjaamisen (lyhyt lomareissu yms. on hyväksyttävä este, mutta muu työ ei).
- Sairaustapauksissa ilmoitus pitää tehdä *välittömästi* sairastuessa, jotta tuuraajan hankkimiseen jää aikaa.
- Ohjaaja on velvollinen osallistumaan seurakisojen järjestämiseen. Seurakisoista maksetaan yhden ohjauksen palkkio riippumatta viikkokisojen kestosta.
- Ohjaajan on kiellettyä käyttää sekä välittää dopingaineiden listalla olevia tuotteita.
- SUL:n yleisurheiluohjaajatutkinnon suorittaneelle ohjaajalle maksetaan palkkio ohjauksesta, palkkion määrää jaosto talven aikana.
- Ohjaaja on velvollinen noudattamaan urheilukouluvastaavan ohjeita ja tekemään hänen erikseen osoittamansa tehtävät huolellisesti

7.2 Eettiset säännöt

Me Keravan Urheilijoissa kannamme huolta seuramme jäsenistä. Seuramme toiminta tähtää kasvattamaan kokonaisvaltaisia ihmisiä. Urheilullisuuden ja fyysisyyden ohessa myös henkisesti myönteinen ilmapiiri on tavoiteltava asia. Säännöt on kirjoitettu seuramme jäsenistölle ohjeeksi sekä lasten ja nuorten vanhemmille kasvatuksen tueksi. Säännöt on jaettu kolmeen osaan: Lapset ja nuoret, Aikuisurheilijat ja Doping.

Lapset ja nuoret

Säännöt koskevat kaikkia ryhmissä toimivia henkilöitä, olivat he sitten urheilijoita, valmentajia tai huoltajia. Lisäksi valmentajien tulee toimia myönteisinä esimerkkeinä ja ohjata lasten kasvua.

Keravan Urheilijoiden lasten ja nuorten pelisäännöt:

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

Aikuisurheilijat

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

Keravan Urheilijoiden jäsenten eettiset säännöt, joiden taustana on Suomen Liikunta ja Urheilu ry:n Eettisen toimikunnan selonteko epäurheilijamaisen käyttäytymisen määrittelystä:

1. Vieraat aineet - ei käytetä huumeita eikä dopingaineita - ei esiinnytä häiritsevästi humalassa - ei käytetä tupakkaa eikä nuuskaa urheilutilaisuuksissa
2. Käyttäytyminen harjoituksissa ja kilpailuissa - ei käyttäydytä väkivaltaisesti eikä arvostella epäasiallisesti lähimmäisiä - ei harhauteta tuomareita ja noudatetaan annettuja ohjeita ja sääntöjä
3. Huijaus
 - ei manipuloida kilpailutilaa eikä välineitä
 - ei sovita tuloksia etukäteen
4. Vedonlyönti
 - ei lyödä vetoa omasta kilpailusta
5. Lahjonta
 - ei lahjota tuomareita, kilpakumppaneita, valmentajia eikä toimitsijoita tuloksen parantamiseksi

Doping

Edellytyksenä kilpailuihin osallistumisesta on, että urheilijat noudattavat Suomen Antidoping –toimikunnan ja Kansainvälisen lajiliiton dopingsääntöjä. Kaikkia urheilijoita, valmentajia ja toimitsijoita veloitetaan tutustumaan heitä koskevaan dopingsäännöstöön. Tiedot urheilussa kielletyistä dopingaineista ja –menetelmistä, kuten selvitys testin teknisestä toteutuksesta, ovat Suomen Antidoping –toimikunnan vuosittaisesta julkaisusta "Kielletyt ja sallitut lääkeaineet urheilussa". Urheilijalle suoritetaan dopingtestejä sekä kilpailujen yhteydessä että niiden ulkopuolella (harjoituskauden testit). Lajien suomen-, euroopan- ja maailmanennätysten hyväksyntä vaatii yleensä saman vuorokauden aikana annetun negatiivisen dopingnäytteen. Urheilija pyritään kutsumaan dopingtestiin aina kirjallisesti sekä kilpailuissa että niiden ulkopuolella. Kutsu voidaan antaa myös suullisesti kahden todistajan läsnä ollessa. Kutsu testiin annetaan urheilijalle tai joukkueen johdolle välittömästi urheilijan kilpailusuorituksen päätyttyä tai harjoituksen aikana tai viimeistään pelin viimeisellä neljänneksellä. Kutsuun pyydetään yleensä urheilijan tai johtajan allekirjoitus. Yksittäisiä urheilijoita kutsutaan harjoituskauden testiin myös haastemiehen välityksellä. Urheilijan tulee saapua testiin mahdollisimman nopeasti. Kilpailu- ja harjoitustilanteessa saattaja valvoo urheilijaa koko ajan ennen testiin tuloa. Urheilijan tulee todistaa henkilötietonsa testaajalle. Testihuoneeseen urheilija saa tuoda mukanaan huoltajan sekä tarvittaessa tulkin. Lisätietoja saa [Suomen Antidoping –toimikunnalta](#).

8. Leiritykset

Jaosto pyrkii järjestämään urheilijoille harjoitusleirejä resurssien sekä tarpeen mukaan. Jaosto kannustaa urheilijoita osallistumaan piiri, alue, nuorten aluemaajoukkue sekä yläkoululeirityksiin.

9. Viestintä

Keravan Urheilijoiden yleisurheilujaoston päätiedotuskanava on osoitteessa www.keravanurheilijat.fi/yleisurheilu oleva nettisivu sekä Myclub-palvelu.

Jaosto viestii toiminnastaan myös aktiivisesti Instagramissa ja Facebookissa.

Viestinnällä on tarkoitus saavuttaa niin seuran yleisurheilutoiminnassa työskenteleviä, urheilijoita, yleisurheilua aktiivisesti seuraavia, kuin myös yleisurheilumaailman ulkopuolisiakin ja kertoa heille,

mitä kaikkea toimintaamme liittyy ja mitä kaikkea järjestämme. Tällä tavalla toimimalla meillä on mahdollisuus jättää positiivinen mielikuva toiminnastamme.

10. Palkitseminen

Lapset ja nuoret kehittyvät kukin omaa tahtiaan ja siksi pelkän tulostason vertaaminen ei ole kriteeri palkitsemisessa. Jaosto valitsee palkittavat urheilijat vertaamalla urheilijan kehitystä pidemmällä aikajanalla.

Jaosto palkitsee vuosittain:

- SM-kisoissa menestyneet,
- am- ja pm-kisoissa menestyneet,
- vuoden urheilija sekä vuoden valmentaja,
- muut mahdolliset palkittavat ja palkinnot päättää jaosto.

11. Yhteystiedot

Voimassa olevat yhteystiedot löytyvät seuraavasti:

Instagram: @keravanurheilijat

Facebook: Keravan Urheilijat yleisurheilu

Valmennuskoordinaattori: valmennus@keravanurheilijat.fi tai 050 591 8876

Jaoston puheenjohtaja: sampsa.savolainen@kolumbus.fi tai 040 526 5186

Yleisurheilujaosto Nettisivut: <http://www.keravanurheilijat.fi/yleisurheilu>

12. Tietosuojaseloste

Rekisterinpitäjä Keravan Urheilijat toimii rekisterinpitäjänä niille henkilötiedoille, joita keräämme seuran toimintaan osallistuvista. Rekisterinpitäjä on vastuussa sille annetuista henkilötiedoista ja niiden käsittelystä. Tietosuojassa kyse on luottamuksesta, ja yksityisyytesi sekä henkilötietojesi suojaaminen on jaostolle ensiarvoisen tärkeää. Tämän vuoksi keräämme henkilötietojasi vain niissä määrin kuin tarvitsemme niitä, ylläpitääksemme ja hoitaaksemme suhdetta seuran toimintaan osallistuviin. Tässä tietosuojaselosteessa on käsitelty niitä periaatteita, joita seura toteuttaa henkilötietoja käsittelyssä.

Yhteyshenkilö henkilötietojen käsittelyä koskevissa asioissa

Keravan Urheilijoiden, yleisurheilujaoston puheenjohtaja Sampsa Savolainen.

Henkilötietojen käsittelyn tarkoitukset Henkilötietoja käsitellään rekisteröidyn suostumuksen taikka seuran ja jäsenen välisen jäsensuhteen taikka muun asiallisen yhteyden perusteella, jolloin lainmukainen käsittelyperuste on rekisterinpitäjän oikeutettu etu, etenkin seuraaviin käsittelyn tarkoituksiin:

- jäsenyyksien ylläpito
- kilpailutoiminnan toteuttaminen
- tulospalvelun ylläpito ja tilastojen julkaisu esimerkiksi Tilastopaja -sivusto
- sähköinen jäsenviestintä, esimerkiksi webbisivut
- analysointi ja tilastointi
- asiakaspalvelun ja toiminnan toteuttaminen sekä kehittäminen

- paperisena listana julkaistaan kilpailuissa lähtölistat sekä kilpailun ilmoitustaululla kilpailun tulokset
- kilpailujen tulokset voidaan mahdollisesti jakaa sanomalehdille julkaistavaksi

Käsiteltävät henkilötietojen ryhmät, rekisterin tietosisältö Seura käsittelee rekisteröidystä seuraavia käyttötarkoituksen kannalta tarpeellisia henkilötietoja tai henkilötietojen ryhmiä:

- yhteystiedot, kuten nimi, osoite, puhelinnumerot, sähköpostiosoitteet,
- rekisteröitymistiedot, kuten käyttäjätunnus, nimimerkki, salasana ja muu mahdollinen yksilöivä tunnus,

- demografiatiedot, kuten ikä, sukupuoli ja äidinkieli,

- mahdollisesti tieto ruoka-aine allergioista

- mahdolliset luvat ja suostumukset

- jäsensuhdetta koskevat tiedot, kuten, laskutus- ja maksutiedot, tuote- ja tilaustiedot, tieto vanhempainvastuunkantajasta

- kilpailutilastot, kuten, kilpailut, tulokset, muut mahdolliset kisatapahtumaan liittyvät tilastointitiedot,

- palkan- ja palkkionmaksuun liittyvät yksilöivät tiedot, kuten henkilötunnus

- seuran ja henkilön kilpailutoimintaan liittyvät tiedot sekä muut asiakkaan suostumuksella kerätyt tiedot, kuten henkilön kuva

Säännönmukaiset tietolähteet

- jäseneltä itseltään suoraan järjestelmään, sähköpostitse, puhelimitse, lomakkeella, mobiilisovelluksen kautta, tai muulla vastaavalla tavalla,

- rekisterinkäsittelijän (pääkäyttäjä) tai toimihenkilön (ylläpitäjä) syöttäminä

- evästeiden tai muiden vastaavien tekniikoiden avulla

- lajiliittojen rekistereistä ja kilpailujärjestelmistä

Tietojen säilytysaika Säilytämme käyttäjän tietoja vain niin kauan kuin on tarpeen yllä määriteltyjen henkilötietojen käyttötarkoitusten toteuttamiseksi kulloinkin voimassaolevan lainsäädännön mukaisesti. Voimme kuitenkin olla velvoitettuja säilyttämään joitakin käyttäjän henkilötietoja noudattaaksemme kirjanpito- tai muuta pakottavaa lainsäädäntöä myös asiakassuhteen tai muun henkilötietojen käsittelyperusteen päättymisen jälkeen.

Henkilötietojen käsittelijät Seuran työntekijät, joiden työtehtävien toteuttamiseksi henkilötietojen käsittely on välttämätöntä, voivat käsitellä henkilötietoja voimassa olevan tietosuojalainsäädännön mukaisesti ja heidän kanssaan on tehty erillisen salassapito ja tietojenkäsittelysitoumus.

Yleisurheilujaoston rekisterit ja tiedot säilytetään salasanalla suojatussa seuraportalissa.

Tietojen siirto EU:n tai Euroopan talousalueen ulkopuolelle Tietoja ei siirretä säännönmukaisesti EU:n ja Euroopan talousalueen ulkopuolelle.

Säännönmukaiset tietojen luovutukset Tietoja ei luovuteta säännönmukaisesti. Seura ei myy tai vuokraa rekisteröidyn henkilötietoja kolmansille osapuolille. Tietoja luovutetaan kolmansille osapuolille vain seuraavissa tapauksissa:

- Voimme luovuttaa käyttäjän henkilötietoja toimivaltaisten viranomaisten tai muiden tahojen esittämien vaatimusten edellyttämällä, kulloinkin voimassaolevaan lainsäädäntöön perustuvalla, tavalla.

- Voimme luovuttaa tietoja tilastollista, tieteellistä tai historiallista tutkimusta varten edellyttäen, että tiedot on muutettu sellaiseen muotoon, että tiedon kohde ei enää ole niistä tunnistettavissa.

- Jos käyttäjä on erikseen antanut suostumuksensa seuran yhteistyökumppaneiden sähköiseen suoramarkkinointiin, voidaan käyttäjän tietoja luovuttaa tarkoin valituille yhteistyökumppaneille markkinointitarkoituksiin.

