

Toimintalinja

Toiminta-ajatus

Espoon Suunta (EsSu) on espoolainen suunnistuksen erikoisseura, jonka tavoitteena on edistää suunnistusharrastusta Espoossa ja lähialueilla. Seuran toiminnan pääpaino on kesäsuunnistuksessa. Muut lajit ovat hiihtosuunnistus, pyöräsuunnistus sekä tarkkuussuunnistus.

EsSu haluaa laadukkaan nuoriso- ja valmennustoiminnan myötä kehittää kansainvälisen tason kilpasuunnistajia ja menestyä seurana suurviesteissä. EsSu haluaa olla myös koko perheen seura, jossa kaikki jäsenet viihtyvät toimiessaan yhdessä muiden samanhenkisten kanssa.

Visio

Espoon Suunta on suunnistusseura, jossa kaikki jäsenet viihtyvät toimiessaan yhdessä muiden samanhenkisten kanssa.

Lasten liikuntatoiminta on monipuolista ja motivoivaa. Nuorisotoiminta on korkeatasoista ja antaa nuorille urheilijoille hyvän pohjan elinikäiselle harrastukselle ja mahdollisuuden kehittyä aina aikuistason kansainväliselle huipulle asti.

Valmennustoiminta on kattavaa ja ottaa huomioon urheilijoiden kehitysvaiheet nuoresta urheilijasta huipulle. Essussa on menestykseen kannustava ilmapiiri sekä taito, tekijät ja taloudelliset edellytykset huippu-urheilijoiden valmennukseen, leiritykseen ja kilpailutoimintaan.

Essun urheilijoita on maajoukkueissa ja Essu menestyy suurviesteissä.

Essu on seura, joka on tunnettu hyvin järjestetyistä kilpailuista, hyvistä kartoista ja mukavasta seuratoiminnasta.

Essussa on myös laaja aktiivinen ryhmä vanhempia suunnistajia. Kaiken tasoiset ja ikäiset urheilijat tukijoukkoineen viihtyvät harrastuksensa parissa, riippumatta siitä onko tavoitteena kilpailumenestys vai hauska harrastus.

Arvot ja eettiset linjaukset

EsSussa jokainen saa harrastaa suunnistusta omien tavoitteidensa mukaisesti kilpasuunnistajana, harrastajana, ohjaajana, valmentajana tai muuten seuratyöhön osallistuvana. Ilmapiiri kannustaa urheilijoita tavoittelemaan kilpailumenestystä jopa kansainväliselle huipulle asti. Korostamme seuramme toiminnassa hyvää käytöstä, terveellisiä elämäntapoja ja päihitteettömyyttä.

Espoon Suunta on sitoutunut noudattamaan kilpailutoiminnassaan Suomen Suunnistusliiton sekä Suomen urheilun eettisen keskuksen (SUEK) antidoping-sääntöjä.

Ympäristökysymysten huomioonottaminen on keskeinen osa EsSun toimintaa niin kartoitustoiminnassa kuin myös harjoitusten ja kilpailujen järjestämisessä. Huomioimme myös muut luonnossa liikkujat, urheilijat, maanomistajat sekä metsästysseurat toiminnassamme.

Nuorisotoimintamme on kasvattavaa, opettavaa, hauskaa ja kannustavaa. Nuorisotoiminnalle tärkeitä asioita ovat turvallisuus, leikinomaisuus, myönteisten elämysten saaminen, luonto ja ystävät. Suunnistuskoulussamme lapset ja nuoret sopivat yhdessä ohjaajien kanssa toiminnan pelisäännöistä ja näiden noudattamista seurataan.

Kannustamme lasten vanhempia osallistumaan aktiivisesti seuran toimintaan, mikä antaa koko perheelle mahdollisuuden terveen ja luonnonläheisen liikunnan harrastamiseen.

Essu ottaa valmennuksessa ja huipulle tähtäävän urheilijan kehittämisessä huomioon nuoren urheilijan ja nuoren aikuisen kokonaisvaltaisen kasvun ja elämänhallinnan. Tämän tarkoituksena on välttää tavoitteellisen harjoittelu- ja kilpailutoiminnan ja muun elämän välistä ristiriitaa. Tavoitteena on myös valmistaa urheilijaa aktiivisen huippu-urheiluaajan jälkeiseen aikaan.

Essu asettaa valmennus- ja kilpailutoiminnassa urheilijoiden fyysisen ja henkisen terveyden kilpailullisten tavoitteiden edelle.

Essu ei salli toiminnassaan kiusaamista eikä seksuaalista ahdistelua.

Essu toimii tasa-arvoisesti ja suvaitsevaisesti eikä arvota toiminnassaan urheilijoita sukupuolen, kansallisuuden tai muiden vastaavien asioiden perusteella.

Kaikille ohjaajille ja valmentajille tarjotaan yhtäläiset mahdollisuudet osallistua ohjaaja- ja valmentajakoulutuksiin. Seuraamme ohjaajien ja valmentajien toimintaa varmistaaksemme laadukkaan ja asiaankuuluvan ohjaustoiminnan.

Seuran organisaatio ja toimintatavat

Seura on Suomen Suunnistusliiton ja sen alueorganisaation Suunnistava Uusimaa ry:n jäsen sekä Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry:n jäsen.

Seuraa koskevat päätökset tehdään yleiskokouksissa. Syyskokouksessa valitaan seuran puheenjohtaja ja johtokunta, hyväksytään toimintasuunnitelma ja talousarvio sekä jäsenmaksujen suuruus. Kevätkokouksessa vahvistetaan edellisen kauden toimintakertomus ja tilinpäätös.

Seuran toimintaa johtaa johtokunta, jonka alaisuudessa toimivat nuoris-, valmennus-, ja kilpailunjärjestämisjaostot. Jaostot laativat johtokunnan ohjauksessa omat osuutensa vuosittaiseen toimintasuunnitelmaan ja talousarvioon, jotka seuran syyskokous hyväksyy. Jaostot valmistelevat omat osuutensa vuoden alussa laadittavaan edellisen vuoden toimintakertomukseen. Toimintasuunnitelmasta ja -kertomuksesta selviävät toiminta sekä harjoitusten, leirien ja erilaisten tapahtumien määrä.

Johtokunnan jäsenet ja heidän vastualueensa ovat:

- Puheenjohtaja johtaa seuran toimintaa ja edustaa seuraa ulospäin,
- Päävalmentaja, valmennusjaoston toiminnasta vastaava johtokunnan jäsen,
- Nuorisajaoston toiminnasta vastaava johtokunnan jäsen,
- Varainhankinnasta ja sponsoreista vastaava johtokunnan jäsen,
- Kilpailunjärjestämisjaostosta ja kartoituksesta vastaava johtokunnan jäsen,
- Viestinnästä vastaava johtokunnan jäsen,
- Seuratoiminnasta vastaava johtokunnan jäsen ja
- Taloudesta vastaava johtokunnan jäsen.

Muita keskeisiä vastuuhenkilöitä ovat kilpailuilmoittaja, maksuliikenteestä vastaava, palkintovastaava, kalustovastaava, seura-asuvastaava, webmaster, karttavastaava, valmentajat, suunnistuskoulun rehtori, pienryhmien vetäjät ja ohjaajat.

Seuran toimintamuodot ja tavoitteet

Nuoret

Espoon Suunta on ollut suunnistuksen Nuori Suomi sinettiseura vuodesta 1994 alkaen. Vuonna 2018 Nuori Suomi sinettiseura-järjestelmä muuttui Olympiakomitean Nuoriso Tähtiseura –järjestelmäksi ja Essu sai Nuoriso Tähtiseura-statuksen, minkä merkitsee tunnustusta laadukkaasta nuorisotoiminnasta. Toiminnan toteutumista arvioidaan säännöllisesti 2-3 vuoden väliajoin.

Nuorisotoiminnan ytimenä on 6-14-vuotiaille suunnattu suunnistuskoulu. Suunnistuskaudella suunnistuskoulussa järjestetään eri tasoryhmille ohjattuja suunnistusharjoituksia sekä harjoituskilpailuja ja talvikaudella lisäksi sisäharjoituksia. Suunnistuskoululaisia kannustetaan osallistumaan suunnistuskilpailuihin ja suunnistusviesteihin. Suunnistuskoululaisten vanhempia kannustetaan osallistumaan suunnistuskoulun toimintaan ohjaajina tai apuohjaajina.

Suunnistuskoulun jatkeena toimii aktiivisesta harjoittelusta ja kilpailemisesta kiinnostuneille 11-15-vuotiaille valmennusryhmä eGroupJr. Ryhmään pääsyn edellytyksenä on ensisijaisesti nuoren oma halu kehittyä urheilijana. eGroupJr tarjoaa nuorille useita viikoittaisia harjoituksia omien ryhmävalmentajien vetäminä. Nuoria kannustetaan osallistumaan kilpailutoimintaan. EsSun nuoret osallistuvat aktiivisesti nuorille järjestettyihin viestikilpailuihin, joihin jokaiselle halukkaalle pyritään löytämään sopiva joukkue.

EsSun nuorisotoiminnan tavoitteena on, että toiminnassa mukana olevien lasten ja nuorten itsetunto kehittyy terveesti ja heistä kasvaa sosiaalisia ja liikunnalliset elämäntavat omaavia nuoria, jotka osaavat arvostaa myös luontoarvoja ja ympäristön suojelua. EsSussa huolehditaan jokaisesta mukana olevasta lapsesta ja nuoresta. Nuoria kannustetaan mukaan kilpailutoimintaan ja pyrimme edistämään liikunnan saamista luonnolliseksi ja myönteiseksi osaksi nuoren elämää.

Seura tukee ja kannustaa myös lasten vanhempia osallistumaan ohjaajakoulutuksiin.

Kilpasuunnistus

Essun kilpasuunnistuksen valmennustoiminta kattaa 16-, 18-, 20- ja 21-sarjoissa kilpailevat, aktiivisesti harjoittelevat urheilijat. Näistä urheilijoista koostuvaa ryhmää kutsutaan eGroupiksi. Ryhmään nimetään urheilijat hakemusten perusteella. Ryhmä pidetään kuitenkin laajana ja tärkein urheilijoiden valintaperuste ryhmään on urheilijan oma halu kehittyä suunnistajana ja harjoitella aktiivisesti kehittyäkseen.

Valmennustoiminnan tavoitteena on antaa urheilijoille mahdollisuus kehittyä lajissaan kansainväliselle huipulle saakka ja menestyä seurana suurviesteissä. Tavoitteen saavuttamisessa keskeistä on hyvin organisoitu valmennus, monipuolinen ja säännöllinen harjoitustoiminta, säännöllinen leiritus, henkilökohtainen valmennus, osallistuminen kansainvälisiin kilpailuihin, urheilijoiden tukeminen ja kannustaminen sekä valmentajien koulutus.

Seura tukee eGroupin urheilijoiden valmentautumista ja kilpailemista ryhmän urheilijoille säännöllisiä monipuolisia harjoituksia, valmennusta ja leirejä sekä järjestämällä hyvät käytännön puitteet arvokilpailuihin osallistumiselle. Seura tukee eGroupin toimintaa vuosittain hyväksyttävän budjetin mukaan myös taloudellisesti. Lisäksi seura tukee vuosittain hyväksyttävän budjetin mukaisella tuella eGroupin kärkiurheilijoiden valmentautumis- ja kilpailutoimintaa.

Essun tavoitteena on antaa eGroupin urheilijoille mahdollisuus kehittyä urheilijana aina kansainväliselle huipulle saakka ja menestyä seurana arvokilpailuviesteissä.

Seuratoiminta ja harrastussuunnistus

Osa valmennusjaoston järjestämistä eGroupin harjoituksista on kaikille essulaisille avoimia. Lisäksi Essu järjestää avoimia kuntosuunnistuksia, jotka ovat essulaisille ilmaisia.

EsSu järjestää jäsenilleen mestaruuskilpailut suunnistuksessa, yösuunnistuksessa, hiihtosuunnistuksessa, hiihdossa ja maastojuoksussa.

EsSun jäsenillä on mahdollisuus saada koulutusta ratamestarityöskentelyssä, kartoitustoiminnassa, nuorten ohjaamisessa ja valmennuksessa. Seuralaisia kannustetaan talkootyöhön seuran tapahtumissa. Talkootyöstä ei makseta palkkioita. Espoon Suunnan seuramaja toimii seuran tukikohtana ryhmille, jaostoille ja johtokunnalle.

Seuratoiminnan tavoitteena on luoda EsSulaisten keskuudessa myönteinen ja viihtyisä ilmapiiri, jossa yhteisillä urheilullisilla tapahtumilla pyritään antamaan myönteisiä fyysisiä ja psyykkisiä kokemuksia lajin ja seuran parissa. Seuran yhteinen toiminta antaa mahdollisuuksia sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Laaja-alainen iästä ja osaamisen tasosta riippumaton seuratoiminta edistää myös kansanterveyttä. EsSu on voittoa tavoittelematon yhdistys ja toiminnassamme tavoitteena on tarjota jäsenille edullinen tapa harrastaa suunnistusta.

Kilpailujen järjestäminen

Kilpailuiden järjestäjinä tavoitteena on jatkaa laadukasta toimintaa, joka tukee seuran hyvää imagoa.

Kilpailunjärjestämisjaoston järjestämistä tapahtumista tärkeimmät ovat elokuussa järjestettävät kaksipäiväiset kansalliset eGames-kilpailut. Lisäksi EsSu järjestää tietyin väliajoin SM-kilpailuja sekä alueen arvokilpailuja.

Kartoitustoiminta

Kartoitustoiminnan tavoitteena on vastata siitä, että seuran käytössä on kilpailu-, valmennus ja kuntosuunnistustoimintaan ajantasaisia ja laadukkaita karttoja. Lisäksi tuotamme karttoja Espoon koulujen opetuskäyttöön.

Viestintä

Seuran ulkoisen viestinnän tärkeimmät kanavat ovat Espoon Suunnan kotisivut www.espoonsuunta.fi ja Facebook-sivut sekä Instagram ja Twitter -tilit. Kotisivut ja niiden Essun Sisín-osio, MyClub-järjestelmä ja Essun eri ryhmien sosiaalisen median keskusteluryhmät ovat Essun sisäisen viestinnän kanavia.

Viestintää kehitetään koko ajan vastaamaan viestintävälineiden tarjoamia mahdollisuuksia.