



SUOMEN MIEKKAILULIITTO - FINLANDS FÄKTFÖRBUND ry

# SEURAKÄSIKIRJA

versio 1

13.10.2011

# SISÄLTÖ

|  |    |
|--|----|
| Johdanto.....  | 3  |
| 1. Seura.....  | 4  |
| 1.1 Uuden seuran perustaminen.....                                 | 4  |
| 1.2 Seuran hallinto.....   | 4  |
| 1.3 Seuran talous.....   | 5  |
| 1.4. Tilat ja välineet.....  | 6  |
| 1.5. Alkeiskurssit.....  | 6  |
| 1.6. Seuran miekkailuopetus ja -valmennus.....                     | 6  |
| 1.7. Varusteiden ja kaluston hankinta ja huolto.....               | 6  |
| 1.7.1. Miekan ja vartalojohdon korjaus.....                        | 7  |
| 1.8. Turvallisuus.....   | 7  |
| 1.9. Seuran toiminnan myynti, markkinointi ja viestintä.....       | 8  |
| 1.10. Sinettiseura.....  | 9  |
| 1.11. Erilaiset seurat.....  | 9  |
| 2. Ohjeita lajiharjoitteluun.....                                  | 11 |
| 2.1. Alkeiskurssiohjaajan opas/ aloittelevan valmentajan opas..... | 11 |
| 2.2. Aloittavan miekkailijan käsikirja.....                        | 11 |
| 2.3. Terveys.....  | 11 |
| 3. Kilpailut.....  | 12 |
| 3.1. Kilpailut osana seuran toimintaa.....                         | 12 |
| 3.2. Miekkailusäännöt.....   | 13 |
| 3.3. Kilpailujärjestelmä.....                                      | 13 |
| 3.4. Kilpailun järjestäminen.....                                  | 13 |
| 3.5. Tuomarit.....   | 14 |
| 3.6. Kilpailuun osallistuminen.....                                | 14 |
| 4. Miekkailuliitto.....  | 15 |
| 4.1. Liiton strategia.....   | 16 |
| 4.2. Reilun pelin periaatteet.....                                 | 16 |
| 4.3. Liiton tuki jäseneseuroille.....                              | 17 |
| 4.4. Liiton hallinto.....  | 17 |
| 4.5. Liiton henkilöstö.....  | 17 |
| 4.6. Miekkailuliiton koulutusjärjestelmä.....                      | 17 |
| 4.6.1. Valmentaja- ja ohjaajakoulutus.....                         | 17 |
| 4.6.2. Tuomarikoulutus.....  | 18 |

## JOHDANTO

Suomen Miekkailuliitto perusti seuratoimintatyöryhmän vuonna 2009. Ensimmäisenä tehtävänä työryhmä laati yhteistyössä SLU:n Sirpa Korkatin kanssa Suomen Miekkailuliiton seuratoiminnan tukemisen strategian vuosille 2010-2015. Tältä pohjalta työtä jatkettiin ja päätettiin ensimmäisenä koota yleinen seuratoiminnan käsikirja, jossa olisi tiiviissä muodossa käytännön ohjeita seura-aktiiveille toiminnan eri aloilta.

Tämä seuratoiminnan käsikirja on oiva apuväline uusille perustettaville seuroille, mutta myös muut seurat hyötyvät käsikirjasta kun haluavat kehittää toimintaansa tai kun seuran toimijoita vaihtuu.

Syksyllä 2011 valmistuu seuratyöryhmän toimesta myös:

- Zorro-käsikirja - ohjekirja aloittelevalle miekkailijalle sekä hänen vanhemmilleen. Zorro-käsikirja on kysymys-vastaus muotoinen ja sen voi ladata liiton sivuilta word-muotoisena. Seurat voivat täydentää ja muokata zorro-käsikirjan aineistoa omiin tarpeisiinsa sopivaksi.
- Miekkailun yleisesite seurojen käyttöön jaettavaksi esim. miekkailukokeilutilaisuuksissa.

Tätä seurakäsikirjaa parannetaan saadun palautteen perusteella. Parannusehdotuksia toivotaan osoitteeseen [lena.tallroth-kock@fencing.fi](mailto:lana.tallroth-kock@fencing.fi)

Helsingissä 13.10.2011

### **SUOMEN MIEKKAILULIITON SEURATOIMINTATYÖRYHMÄ**

- Annika Fock
- Arto Keskiniva
- Kalle Laine
- Kimmo Puranen
- Ilari Saarinen
- Marja-Liisa Someroja, puheenjohtaja
- mukana työssä olivat myös liiton toimistosta Lena Tallroth-Kock ja Marika Mänttari

# 1. SEURA

## 1.1 Uuden seuran perustaminen

Urheiluseurat ovat Suomessa lähes aina yhdistyksiä. Yhdistyslain mukaan rekisteriin merkittäväksi aiotun seuran (yhdistyksen) perustaminen tapahtuu perustavassa kokouksessa. Kokouksessa tehdään päivätty perustamiskirja, jonka vähintään kolme yhdistyksen perustajaa allekirjoittaa. Yhdistystoimintaa säätelee yhdistyslaki sekä rekisteröidyn yhdistyksen omat säännöt.

Kun perustava kokous on pidetty, pitää seura rekisteröidä. Patentti- ja rekisterihallitus käsittelee rekisteröinnit, lisätietoja löydät helpoiten netistä osoitteesta [www.prh.fi](http://www.prh.fi). Seuran sääntöihin liittyvä yhdistyslaki, erilaiset lomakkeet ym. löytyvät myös samoilta sivuilta, osoitteesta <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1989/19890503>.

Perusilmoitus eli ilmoitus yhdistyksen rekisteröimiseksi tehdään perusilmoituslomakkeilla. Lomakkeet täytetään kolmena kappaleena. Ilmoitukseen liitetään samoin kolmena kappaleena yhdistyksen säännöt ja perustamiskirja. Yhdistyksen säännöistä tulee käydä ilmi ainakin seuraavat seikat:

- Yhdistyksen nimi
- Yhdistyksen kotipaikkana oleva Suomen kunta
- Jäsenen velvollisuus suorittaa yhdistykselle jäsenmaksuja ja muita maksuja
- Hallituksen jäsenten ja tilintarkastajien lukumäärä tai vähimmäis- ja enimmäismäärä sekä toimikausi
- Yhdistyksen tilikausi
- Milloin hallitus ja tilintarkastajat valitaan, tilinpäätös vahvistetaan ja vastuuvapaudesta päätetään
- Miten ja missä ajassa yhdistyksen kokous on kutsuttava koolle
- Miten yhdistyksen varat on käytettävä jos yhdistys purkautuu tai lakkautetaan

Suomen Liikunta ja Urheilu SLU on laatinut seurajohtajan käsikirjan, joka löytyy osoitteesta [https://slu-fi-bin.directo.fi/@Bin/5f60cd0c6e59e31898b987c04a99bdd1/1316094298/application/pdf/3245558/Paata\\_oikein\\_seurajohtajan\\_kasikirja\\_2010\\_paivitetty\\_1-2011.pdf](https://slu-fi-bin.directo.fi/@Bin/5f60cd0c6e59e31898b987c04a99bdd1/1316094298/application/pdf/3245558/Paata_oikein_seurajohtajan_kasikirja_2010_paivitetty_1-2011.pdf). Käsikirjasta löytyy seuran perustamiseen paljon hyödyllistä tietoa.

SLU on laatinut myös yhdistyksen mallisäännöt, jotka ovat patentti- ja rekisterihallituksen hyväksymät. 3.2.2013 saakka voimassa olevat mallisäännöt löytyvät linkistä <http://www.slu.fi/@Bin/3287640/Seurojen+mallisäännöt+2011.docx>.

Seuran perustamiseen liittyvissä asioissa kannattaa myös olla yhteydessä SLU:n aluejärjestöön. Aluejärjestöjen yhteystiedot löytyvät tästä <http://www.slu.fi/yhteystiedot/jasenjarjestot2/slu-alueet/>

## 1.2 Seuran hallinto

Yhdistyksellä tulee olla hallitus tai johtokunta, jossa on oltava vähintään kolme jäsentä. Puheenjohtajan on oltava vähintään 18 vuotta täyttänyt ja muiden jäsenten on oltava vähintään 15-vuotiaita. Hallituksen tehtävänä on hoitaa huolellisesti yhdistyksen asioita ja toimia yhdistyksen edustajana. Hallituksen jäsenet voivat jakaa tehtäviä, mutta päätökset hallitus tekee yhdessä. Vastuu päätöksistä on myös pääsääntöisesti yhteistä.

Hallituksen tärkeimmät tehtävät:

- Hallitus kutsuu koolle yhdistyksen kokouksen ja valmistelee kokouksen asiat.
- Hallitus panee yhdistyksen kokouksen päätökset täytäntöön.
- Hallitus huolehtii juoksevista asioista ja suhteista ulkopuolisiin.
- Hallitus huolehtii yhdistyksen taloudesta ja omaisuudesta. Merkittävistä talousasioista päättää yleensä kuitenkin yhdistyksen kokous.

- Hallitus palkkaa ja valvoo työntekijöitä.
- Hallitus pitää jäsenrekisteriä.
- Hallitus toimii yhdistyksen lakimääräisenä edustajana.
- Hallitus toimii selvitysmiehenä yhdistyksen purkautuessa.
- Hallitus huolehtii, että yhdistyksen kirjanpito on lainmukainen ja varainhoito on luotettavalla tavalla järjestetty

Hallitus on jäsenistölle parlamentarisessa vastuussa ja luottamushenkilöiden tulee nauttia jäsenten luottamusta. Luottamus mitataan säännöllisesti yhdistyksen kokouksessa. Yhdistyksen hallituksella on myös siviilioikeudellinen vastuu eli vahingonkorvausvelvollisuus. Hallituksen jäsen voi joutua vastuuseen yhdistykselle aiheuttamastaan vahingosta. Hän voi joutua vastuuseen myös yhdistyksen jäsenelle tai muulle aiheutetusta vahingosta, jos hallituksen jäsen on toiminut yhdistyslain tai yhdistyksen sääntöjen vastaisesti. Hallituksen jäsenillä on myös rikosoikeudellinen vastuu. Luottamusaseman väärinkäyttö voi vahinkoa kärsineen aloitteesta johtaa rikosprosessiin.

### 1.3 Seuran talous

Taloushallinto on oleellinen osa seuran toimintaa. Kirjanpitolain mukaan yhdistykset ja säätiöt ovat aina kirjanpitovelvollisia. Lisäksi yhdistys- ja säätiölaissa on omat mainintansa kirjanpidon laatimisvelvollisuudesta. Kirjanpidon peruseräiteisiin kuuluu suoriteperusteisuus. Suoriteperusteisuuden mukaan tapahtumat kirjataan kirjanpitoon jo niiden syntyvaiheessa. Meno kirjataan tavaran tai palvelun vastaanottohetkellä ja tulo suoritteiden luovutushetkellä. Maksusuoritus tapahtuu ja rekisteröityy kirjanpitoon erillisenä tapahtumana vasta myöhemmin. Kirjanpitolain mukaan menot ja tulot voidaan tilikauden aikana kirjata myös maksuperusteisesti eli silloin, kun maksu tapahtuu. Tällöin on kuitenkin myyntisaamiset ja ostovelat voitava jatkuvasti selvittää. Viimeistään tilinpäätökseen on kirjattava kaikki saamiset ja velat.

Budjetti kannattaa laatia joka vuodelle erikseen ja miettiä huolellisesti mitä menoja ja tuloja seuralla on. Sponsoritulot ovat miekkailussa harvinaisia, joten seurojen tulot perustuvat pääasiassa jäsenmaksuihin. Tukea on kuitenkin mahdollista saada kunnilta sekä joissakin tapauksissa valtiolta tai SLU:lta. Pääasialliset menot muodostuvat mm. salivuokrasta, valmentajan mahdollisesta palkkiosta ja kilpailutoiminnasta. Liitolta yleensä saa alussa lainaksi alkeiskurssi-varusteet, mutta niiden hankinta sekä oman kaluston hankinta kannattaa ottaa tulevana vuosina mukaan laskelmiin.

Kirjanpitoaineiston säilyttämisestä on kirjanpitolaissa omat säädöksensä. Kirjanpitokirjat (mm. tasekirja, tase-erittelyt) ja käyttöaikaa koskevin merkinnöin varustettu tililuettelo (tilikartta) on säilytettävä vähintään 10 vuotta tilikauden päättymisestä. Tositteet ja liiketapahtumia koskeva kirjeenvaihto sekä muu kuin edellä mainittu kirjanpitoaineisto on säilytettävä vähintään 6 vuotta sen vuoden lopusta lukien, jonka aikana tilikausi on päättynyt.

Kirjanpito perustuu tositteisiin. Tositteiden muodolle ja niihin tehtäville merkinnöille on lukuisia määrä vaatimuksia, mm.

- tositteet on numeroitava ja päivättävä
- merkinnät tositteisiin tehdään selvästi ja pysyvällä tavalla (ei lyijykynällä)
- matkalaskusta on käytävä ilmi matkustajan nimi, matkustustapa, matka-aika, kuljettu matka sekä matkan tarkoitus
- edustuskuluihin liittyvistä tositteista tulee ilmetä tilaisuuden tarkoitus ja osanottajat.

Laskujen tulee olla asianmukaisesti tarkastettuja ja hyväksytyjä ennen niiden maksamista. Laskut hyväksyy maksettavaksi siihen valtuutettu henkilö, joka voi olla esimerkiksi hallituksen puheenjohtaja tai rahastonhoitaja.

Käytännössä varma ja konkreettinen tapa seurata maksusaatavia on esim. 2-osainen viitepankkisiirtolomake, johon kirjoitetaan maksutiedot ja henkilön nimi. Alkuperäinen kappale annetaan miekkailijalle ja kopio seuralle seuranta varten. Kopiokappaleeseen täydennetään maksutieto (=tiliotteelta maksupäivämäärä) ja kopiota voi silloin käyttää kirjanpidon tositteena, kun siihen vielä lisätään kirjanpidon tili. Vakioviite sähköpostilla on hankala, varsinkin sen takia, että

maksaja voi olla aivan eriniminen. Perheissä on monasti useampi sukunimi tai maksun maksaa isoäiti tai isoisä.

Tilikaudelta laaditaan tilinpäätös, joka uusimman kirjanpitolain muutoksen myötä sisältää tilinpäätöspäivän taloudellista asemaa kuvaavan taseen, tuloksen muodostumista kuvaavan tuloslaskelman ja rahoituslaskelman sekä näiden liitteenä olevat tiedot (liitetiedot). Lisäksi tilinpäätökseen on liitettävä toimintakertomus, josta nykyään kannattaa käyttää vuosikertomusnimeä.

Monasti seuran kirjanpidon hoitaa seuran rahastonhoitaja ja kirjanpito voi olla yksinkertainen excel- taulukko.

## 1.4. Tilat ja välineet

Miekkailusali kelpaa koulun liikuntasali tai muu vastaava tila, jonka kunta tai jokin muu taho pystyy tarjoamaan. Miekkailusali voi toisaalta sijaita myös esimerkiksi pommisuojoissa tai vastaavassa paikassa, johon mahtuu kokonainen miekkailualue. Kiinteitä alueita ei ole välttämätöntä hankkia, miekkailu sujuu ilman sähkömattoakin ja merkitsijälaitteet saa tuotua saliin vaikka varastosta, jos tilat ovat yleensä muussa käytössä.

## 1.5. Alkeiskurssit

Alkeiskurssin pitämiseen tarvitaan sopivat tilat, mikä tahansa liikuntasali kelpaa alkuun. Lisäksi tarvitaan miekkailuvarusteet, sillä alkeiskurssilaisilta ei voi vielä olettaa kalliiden varusteiden hankkimista heti alkuun. Näin ollen alkeiskurssilainen tarvitsee vain normaalit sisäliikuntavaatteet. Alkeiskurssin hinta vaihtelee eri seuroissa ja eri paikkakunnilla.

Uusia seuroja tuetaan Miekkailuliiton puolesta niin, että alkeiskurssivalmentaja ja varusteet voidaan lähettää uudelle paikkakunnalle kurssia pitämään. Kurssi voi olla esim. viikonvaihteen mittainen.

Seuran tulee jo ennen alkeiskurssia pohtia mitä tapahtuu kiinnostuneille miekkailijoille alkeiskurssin jälkeen. Liiton sivuilta löytyy Materiaalit-otsikon alta Zorro-käsikirja, josta löytyy kysymyksiä - vastauksia periaatteella tietoa mm. miten on mahdollista jatkaa.

## 1.6. Seuran miekkailuopetus ja -valmennus

Aloittavan seuran kannattaa pohtia, mitä painopisteitä sen toimintaan otetaan mukaan, minkälaisia ryhmiä sinne toivotaan, mistä kannattaa aloittaa ja miten miekkailuvalmennus hoidetaan.

Seuraa perustettaessa liitolta saa apua alkeiskurssiohjaajan hankkimisessa sekä alkeiskurssivarusteiden lainaamisessa. Kannattaa olla liittoon yhteydessä jo heti alkuvaiheessa. Tärkeätä on kuitenkin löytää vähintään yksi aktiivinen henkilö, joka haluaa ottaa miekkailuryhmän/ryhmät vastuulleen. Lähialueen mahdollisia "vanhoja" miekkailijoita kannattaa houkutella mukaan toimintaan. Naapuriseuroista saattaa myös löytyä apua toiminnan käynnistämässä.

Liiton koulutusjärjestelmää kannattaa hyödyntää seuran omien ohjaajien kouluttamisessa.

## 1.7. Varusteiden ja kaluston hankinta ja huolto

Uusi seura tarvitsee jonkun verran takkeja, maskeja, harjoitusfloretteja, hanskoja ja rintapanssareita, jotta alkeiskurssin voi aloittaa. Ensimmäiselle alkeiskurssille voi varusteita lainata liitosta. Sähkökalpoja, -floretteja tai -säiliä, tavallisia floretteja, vartalojohtoja, sähköinen merkitsijälaitte ja kelat on myös alussa mahdollista lainata liitosta joksikin aikaan. Varaus kannattaa tehdä riittävän ajoissa liiton toimistosta.

Linkkejä varustevalmistajien ja – maahantuojien sivuille:

- Allstar <http://www.allstar.de/>
- Uhmman <http://www.uhlmann-fechtsport.com/>
- Pieur <http://www.prieur-sports.com/>
- Leon Paul <http://www.leonpaul.com/>
- Fence with Fun <http://www.fencewithfun.com/>

Jälleenmyyjät Suomessa:

- Oulun Miekkailutarvike <http://www.miekkailutarvike.fi/index.php?language=fi>
- Touché –vaustemyynti <http://shop.touche.fi/PublishedService>
- Miekkailutarvike Kalliomäki puh. 09-3215511

Alueilla tarvittavien kelojen käsittelyssä on oltava huolellisia. Ottelun päättyessä johto tulee palauttaa takaisin kelaan. Sitä ei saa päästää alueen keskellä irti ja antaa sen lentää kelaan. Johto rikkoutuu muutaman kerran jälkeen ja sitä on hankala korjata. Samoin merkitsijälaitteen sähköpistoke kannattaa irrottaa seinästä treenien jälkeen. Johdossa on laturi, joka kuumenee, kun se on kytkettynä virtalähteeseen. Tästä saattaa joskus aiheutua ylikuumeneminen. Samoin vartalojohdon kanssa pitää olla huolellinen. Ne vedetään ulos vain pistokkeesta, jolloin johdon sisällä olevat ohuet langat eivät katkeile ja johto mene epäkuuntoon tai toimii epävarmasti. Miekkailutakkeja kannattaa pestä riittävän usein, niin ne pysyvät kauemmin miellyttävänä, puhtaina ja siistinä.

Lisäksi liiton sivuilla on mahdollisuus ilmoittaa käytetyistä varusteista. Seuroilla voi olla myös oma varasto, johon voi jättää käytettyjä varusteita myyntiin tai antaa ne lahjoituksena seuralle.

### 1.7.1. Miekan ja vartalojohdon korjaus

Sähkökalvat ja floretit ostetaan usein osissa, ja niiden kokoaminen on oma taitolajinsa. Ohjeet kokoamiseen ja mahdollisten vikojen korjaamiseen löytyvät liiton sivuilta Materiaalit –otsikon alta. Linkki : <http://www.fencing.fi/main/index.php?id=31>. Sähkökalvassa yksi hyvin yleinen vika on se, ettei ase sytytä, kun pistää. Silloin on useimmiten vikana kärjen pikkujousi. Se kannattaa vaihtaa ensimmäiseksi. Pikkujousen vaihtamisessa on omat niksinsä, jotka kannattaa kysyä ja varmistaa ennen kuin ryhtyy puuhaan. Pikkujousi saattaa mennä rikki ja solmuun jo muutaman tosi kovan vastustajan kokilliin törmäyksen jälkeen.

Oulun Miekkailuseura on lisäksi tuottanut mainion vartalojohdon korjausoppaan, joka löytyy täältä: <http://www.oulu miekkailuseura.fi/materiaali/vartalojohdonkorjaus.pdf>

Seuran on hyvä järjestää asekorjauskursseja miekkailijoille ja myös lasten vanhemmille. Siihen kannattaa pyytää kokeneita miekkailijoita näyttämään ja ohjaamaan joko omasta seurasta tai liiton kautta.

## 1.8. Turvallisuus

Turvallisuuteen liittyvät ohjeet tulee käydä jo alkeiskurssin alussa läpi. Opetuksessa voidaan noudattaa esim. tätä viiden piston turvapakettia.

### 1. Miekkailijan henkilökohtainen vastuullinen toiminta ja toisten huomioiminen:

Jokainen huolehtii siitä, että varusteet ovat kunnossa ja huomauttaa tarpeen vaatiessa toiselle miekkailijalle varusteissa esiintyvistä turvallisuuspuutteista. Miekkailija osaa säännöt ja ottelee niiden mukaan.

### 2. Varusteet:

Miekkailuliitto suosittelee, että seurojen harjoituksissa käytetään miekkailupukua housuineen, sekä takin alle laitettavaa plastronia (puolivartalosuoja), sillä harjoittelussa voi tapahtua onnettomuuksia yhtä lailla kuin kilpailuissa. Takin vetoketjun tulisi olla kunnossa ja varusteet

oikean kokoiset. Miekkailuhousujen kanssa tulee käyttää pitkiä sukkiä, jotka suojaavat säärtä. Tärkeä turvallisuustekijä on myös se, ettei ottelussa saa kääntää selkää vastustajalle.

### 3. Ensiapu:

Seuralla tulisi olla oma ensiapulaukku ja sen sisällöstä tulee pitää huolta eli käytettyjen tarvikkeiden tilalle ostetaan uusia. Kaikkien tulee tietää ensiapulaukun sijainti ja seurassa on hyvä olla ensiapukoulutuksen käyneitä henkilöitä. Suomen Punainen Risti järjestää ensiapukursseja ympäri Suomen. Tietoa kursseista löytyy täältä:

[http://www.redcross.fi/ensiapu/tulekurssille/fi\\_FI/index/](http://www.redcross.fi/ensiapu/tulekurssille/fi_FI/index/)

### 4. Vakuutusturva:

Kuten kaikilla urheilijoilla, myös miekkailijoilla on hyvä olla vakuutukset kunnossa, sillä mahdolliset onnettomuudet eivät ole seuran tai kilpailun järjestäjän vastuulla. Urheilutapaturmavakuutuksen voi hankkia kilpailulisenssin oston yhteydessä tai vaihtoehtoisesti omasta vakuutusyhtiöstä. Silloin kannattaa varmistaa, että vakuutus kattaa miekkailun ja kilpaurheilun. Jos ei halua kilpailla, niin on mahdollista hankkia myös pelkkä harrastajavakuutus <http://www.fencing.fi/main/index.php?id=28> .

### 5. Toiminta onnettomuustilanteessa:

Laaditaan ohjeistus siitä, kuinka mahdollisessa onnettomuustilanteessa tulee toimia. Ohjeen on hyvä olla näkyvällä paikalla esim. ilmoitustaululla. Siinä tulisi olla hätänumero 112, salin osoite ja suunnitelma, miten ensihoitajat saadaan ohjattua salille mahdollisimman nopeasti. Tulipaloon on hyvä varautua siten, että valmentajat ja ohjaajat ovat tietoisia varauloskäynneistä ja alkusammutusvälineiden tulisi olla näkyvällä paikalla.

Kilpailuissa kävijöiden tulee noudattaa liiton varustemääräyksiä, jotka löytyvät kilpailumääräysten liitteistä. Senioreiden ja alle 20v. sarjoissa tulee käyttää FIE – standardit täyttäviä varusteita muuten kuin terän osalta: 1600N maski, jossa (ei tarvita) voidaan käyttää visiiriä vain säilällä, housut ja takki 800N, plastron 800N, naisilla rintapanssari, ehjä hanska ja pitkät polvisukat. Juniorisarjoissa näitä sääntöjä on lievennetty, tarkat määräykset löytyvät kilpailumääräysten liitteestä.

## 1.9. Seuran toiminnan myynti, markkinointi ja viestintä

Seuran toimintaa koskevan viestinnän voi jakaa sisäiseen, ulkoiseen ja medialle kohdistuvaan viestintään. Sisäinen viestintä on esim. tiedotusta seuran järjestämisestä leireistä ja muista tapahtumista, ja se kannattaa jakaa seuran rivijäsenille ja aktiiveille erikseen. Ulkoinen viestintä kohdistuu uusien alkeiskurssilaisten hankkimiseen ja Miekkailuliiton kanssa tapahtuvaan tiedonvaihtoon. Lisäksi paikalliselle medialle kuten pikkulehdille kannattaa lähettää tiedotteita kilpailumenestyksestä, alkeiskursseista ja muusta vastaavasta.

Mahdollisia viestinnän keinoja ovat sähköpostilistat, nettisivut, ilmoitustaulu, jäsenkirje tai jopa seuran oma lehti, facebook, twitter ja muut mahdolliset sosiaaliset mediat. Jokainen voi laittaa esim. alkeiskurssi-ilmoituksia myös liiton sivujen keskustelupalstalle.

Seuran toiminnan markkinointia kannattaa miettiä ja toteuttaa se kunkin alueen resurssien puitteissa. Kaikissa mahdollisissa tilaisuuksissa voi päästä mainostamaan lajia ja kertoa miekkailukursseista. Nykypäivänä on tärkeää pitää pienenkin seuran nettisivut ajan tasalla, sillä sitä kautta monet etsivät miekkailukursseja sekä tietoa miekkailusta. Alkeiskurssimainontaa varten kouluihin, kirjastoihin yms. paikkoihin kannattaa jakaa esitteitä.

Suomen Miekkailuliitto toteuttaa vuonna 2011 miekkailuesitteen, joka on valmistuttuaan seurojen vapaassa käytössä.

## 1.10. Sinettiseura

Sinettiseurat ovat seuroja, jotka ovat saaneet Nuoren Suomen Sinetin merkiksi laadukkaasta seuratoiminnasta. Toiminnan laatua mitataan nimenomaan lasten ja nuorten kannalta, ja Miekkailuliiton hallitus on yhdessä Nuoren Suomen kanssa hyväksynyt sinettiseuraksi pääsemiseen tarvittavat kriteerit. Tarkempaa tietoa tarkkoine kriteereineen löytyy: <http://www.fencing.fi/main/index.php?id=201>

## 1.11. Erilaiset seurat

Urheiluseuroja on erilaisia, ja on tärkeää, että seuran johdolla on visio siitä, minkälaista seuratoimintaa seura tavoittelee. Tavoite voi tietysti vaihdella vuosien varrella, eikä sitä tarvitse kirjata esimerkiksi seuran sääntöihin. Alla on esitetty muutamia vaihtoehtoja tavoitteiden asettamiseksi, ja ehdotettu, mitä konkreettisia välitavoitteita kunkinlaisen seuran tulisi tavoitella.

- Harrastuspainotteinen seura
- Junioriseura
- Aikuisten kilpailutoimintaan erikoistunut seura
- Yleisseura

Seuraavassa on kuvattuna kaksi ensin mainitun seuramallin kokonaisuutta yksityiskohtaisemmin.

### Harrastuspainotteinen seura

Harrastuspainotteisen miekkailuseuran tavoitteena on tarjota miekkailuharjoittelumahdollisuus siitä kiinnostuneille. Tämänkaltaisen seuran kannalta olennaisimmat tavoitteet liittyvät harjoitteluolosuhteisiin ja viihtyvyyteen. Seuran tulee tavoitella sellaisia harjoitteluolosuhteita, jossa esimerkiksi varusteiden kuljettamisesta aiheutuu mahdollisimman vähän vaivaa. Samalla seuran tulisi kuitenkin mielekkään harjoittelun tueksi pyrkiä hankkimaan seuralle sähkömerkitsijälaitteet, sekä pitämään huolta siitä, että seuralla on saatavilla ohjaajia, jotka pitävät huolta hyvästä harjoittelumuamiiristä ja tarjoavat neuvoja miekkailijoiden kehittymiseen.

Seuran menestystä mitataan ensisijaisesti sillä, kuinka hyvin harrastajat viihtyvät ja pysyvät harrastuksen parissa. Harrastajat saattavat osallistua kilpailuihin, mutta se ei ole ensisijainen tavoite. Varsinaista junioritoimintaa ei ole, mutta mukaan voi seurasta riippuen päästä myös alaikäisiä. Esimerkkinä tämänkaltaisesta seurasta voidaan käyttää Ylioppilasmiekkailijoita.

Harrastajille aiheutuvat kulut riippuvat olennaisesti siitä, minkälaiset ovat salikulut ja millä tähtäimellä seura haluaa/voi hankkia omia alkeiskurssivarusteita ja miekkailualueita. Tämän vuoksi seurassa kannattaakin harkita tarkkaan, että millä aikataululla näitä hankintoja halutaan tehdä, jotta jäsen- ja harjoittelumaksut voidaan laittaa sopiviksi. Maksujen nosto on seuroissa aina hankalaa, ja kannattaa jo alussa huomioida, että siirryttäessä koulujen saleista omaan saliin, nousevat seuran menot huomattavasti: jos jo alussa maksut ovat kohtuulliset, niiden nostaminen oman salin ylläpidon edellyttämälle tasolle on helppoa - jos taas olemattoman pienet, voi muutosvastarinta osoittautua liian vahvaksi. Alla on kaksi esimerkkiä, pienestä ja hieman isommasta seurasta, kuinka hankinnat ja maksut voisi suunnitella.

Harrastusseuran kannalta olennaiset tavoitteet ja mittarit ovat:

- Harjoitteluolosuhteet
  - Välttävät harjoitteluolosuhteet
  - Kelvolliset harjoitteluolosuhteet (sama harjoittelupaikka + varastomahdollisuus)
  - Oma Sali (sama harjoittelupaikka ja alueet voi pitää pysyvästi paikoillaan)
- Ohjaus
  - Yksittäinen ohjaaja
  - Useampia ohjaajia
  - Itse pidetyt alkeiskurssit
  - Ohjaajia koulutettu

- Seurahallinto
  - Sujuva seurahallinto
  - Vanhemmat aktiivisesti mukana
  - Toimivat rutiinit
  - Ei ongelmia vapaaehtoisten rekrytoinnissa
- Yhteisöllisyys ja mainonta
  - Seura järjestää sosiaalisia tapahtumia
  - Seuralla on oma identiteetti ja vahva yhteisöllisyyden tunne
  - Seuralla oma logo
  - Seuralla on toimivat verkkosivut
- Mittarit
  - Alkeiskurssille tulevien määrä
  - Alkeiskurssilta jatkavien osuus
  - Pitempään harrastaneiden pysyminen aktiivisena
  - Tapahtumiin osallistuvien määrä
  - Harjoitussuoritteiden määrä
  - Harjoitusten määrä

## Junioriseura

Junioriseura on puolestaan pääasiassa eri juniori-ikäryhmiin panostava seura. Seuralla on tyypillisesti myös aikuisharrastajia, mutta painopiste on juniorityössä. Aikuisharrastajat päätyvät usein ohjaamaan uusia junioreja tai ovat juniorisarjoista jo vanhentuneita tavoitteellisia kilpamiekkailijoita. Junioritoimintaan panostavan seuran olennaisimmat tavoitteet on luonnosteltu Nuori Suomi Sinettiseurain kriteeristöissä.

Tavoitteet ja kriteerit painottavat ohjauksen ja valmennuksen laadukasta järjestämistä, harjoitteluolosuhteita sekä nuorten harrastajien määrää, aktiivisuutta ja innostusta. Esimerkkinä Suomessa nuorisotyöhön panostavasta seurasta on ollut perinteisesti Espoon Miekkailijat.

Maksut määritetään junioriseurain kulurakenteen mukaan sillä ajatuksella, että niistä on katettava sekä valmennuskulut että salikulut, hankittava varusteita ja mahdollisesti lisäksi tuettava esimerkiksi stipendien muodossa nuoria urheilijoita. Maksut ovatkin tyypillisesti harrastusseuraa selvästi korkeammat. Alla on kaksi esimerkkiä erikokoisista junioriseuroista maksuineen:

Seura, joka päättää suuntautua nuorisotyöhön, tavoittelee ja mittaa seuraavia asioita:

- Harjoitteluolosuhteet
  - Välttävät harjoitteluolosuhteet (sama harjoittelupaikka + varastomahdollisuus)
  - Oma Sali (sama harjoittelupaikka ja alueet voi pitää pysyvästi paikoillaan)
- Ohjaus ja valmennus
  - Koulutetut ohjaajat ja valmentajat
  - Yksityisopetusta tarjolla
  - Yksityisopetusta tarjolla riittävästi
  - Palkatut ohjaajat ja valmentajat
- Seurahallinto ja yhteisöllisyys
  - Sujuva seurahallinto
  - Toimivat rutiinit
  - Vanhemmat aktiivisesti mukana
  - Ei ongelmia vapaaehtoisten rekrytoinnissa
  - Seuralla on oma identiteetti ja vahva yhteisöllisyyden tunne
  - Seuralla oma logo
  - Seuralla on toimivat verkkosivut
- Mittarit
  - Alkeiskurssien ja harjoitusten suosio
  - Eri ikäryhmien harjoittelijoiden määrä
  - Alkeiskurssilta jatkavien osuus

- 14 - 17-vuotiaiden harrastuksen jatkuminen
- Tapahtumiin osallistuvien määrä
- Harjoitussuoritteiden määrä
- Harjoitusten määrä
- Yksityisvalmennusta ottavien lasten määrä
- Huoltajien osallistuminen seuratoimintaan
- Valmentajien koulutustaso
- Kilpailuihin osallistuvien nuorten määrä

## 2. OHJEITA LAJIHARJOITTELUUN

### 2.1. Alkeiskurssiohjaajan opas/ aloittelevan valmentajan opas

Liitolla on olemassa alkeiskurssiohjaajan opas-kansio, jonka jokainen kurssin käynyt ohjaaja saa omakseen kurssilla. Haluttaessa kansion voi myös tilata erikseen liitosta.

### 2.2. Aloittavan miekkailijan käsikirja

Helsingin Miekkailijoiden laatima zorro-käsikirja antaa nuorille ja heidän vanhemmilleen vastauksia miekkailuun liittyviin kysymyksiin. Zorro-käsikirjan word-versio löytyy liiton sivuilta Materiaalit otsikon alta. Kukin seura voi muokata sitä omille tiedoilleen sopivaksi, lisätä omia kuvia jne.

### 2.3. Terveys

Urheilijan terveyden ja vammojen ehkäisyn kannalta olennaisia seikkoja ovat yleisestä terveydestä huolehtiminen, liikkuvuudesta huolehtiminen, oikeanlainen suoritustekniikka ja vammojen ehkäisy ja huolellinen hoito.

Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksen (VOK-hanke) tuotteena syntyi UKK-Instituutin Terve Urheilija-hanke, ks. <http://www.terveurheilija.fi/>. Sivuilta löytyy hyvin laajasti materiaalia, joilla voidaan tukea urheilijan kehittymistä terveeksi urheilijaksi. Valmentajien ja urheilijoiden sekä heidän vanhempinsa kannattaa tutustua sivuston aineistoihin. Kaikkea ei tarvitse keksiä itse.

#### Uni ja ravinto

Yleisen terveyden ylläpitämiseksi tulee huolehtia riittävästä yöunesta ja oikeanlaisesta ravinnosta. Suomen Olympiakomitean Urheilijan ravitsemusopas on teos johon jokaisen kilpamiekkailijan on syytä tutustua siihen: [http://noc-fi-bin.directo.fi/@Bin/a80e500ab32af8003e202970cff50d45/1297076403/application/pdf/1156040/Urheilijan\\_opas\\_final.pdf](http://noc-fi-bin.directo.fi/@Bin/a80e500ab32af8003e202970cff50d45/1297076403/application/pdf/1156040/Urheilijan_opas_final.pdf)

#### Palautuminen

Myös riittävä palautuminen urheilusuoritusten välillä on tärkeää. Omaa kehoa tulee kuunnella. Infektioita kannattaa välttää ja ne tulee hoitaa asianmukaisesti. Ylipäätään terveet elämäntavat ovat myös urheilijan terveyden kulmakivi.

Liikkuvuudesta eli notkeudesta huolehtiminen on tärkeää, sillä heikko liikkuvuus johtaa liikkeiden oppimisen hidastumiseen, loukkaantumisherkkyyden kasvuun, suoritusnopeuteen sekä yleisesti suoritusten laadun heikkenemiseen. Tärkein liikkuvuutta rajoittava tekijä on lihasten kireys. Sitä voidaan parantaa venyttelemällä aina lämmittelyn jälkeen lyhyesti (5-10 sek/liike) samoin lyhyesti heti harjoittelun jälkeen. Pidempiä (30-60 sek/liike) venytyksiä suositellaan tehtäväksi vasta noin pari tuntia harjoitusten päättymisen jälkeen. Jos venytellään heti treenin jälkeen lämpimiä lihaksia, niin ne saattavat venyä ”liian” paljon ja aiheuttaa jopa kudosaivuriaita ja myös laiskistuttavat lihasta.

Oikeanlainen suoritustekniikka on tärkeää vammojen ehkäisyn kannalta. Suoritustekniikan kehittämisessä valmentajan ja urheilijan yhteistyö on ensisijaisen tärkeää. Melko yleisiä ovat mm. käden ja säären rasitusvammat. Näitä voi monasti välttää tarkistamalla suoritustekniikkaa sekä suorittaa aina alkulämmittely ja lyhyt venyttely lämmittelyn jälkeen sekä lopussa jäähdyttely ja lyhyt venyttely.

Mikäli vammoja kuitenkin syntyy, on niiden hoito ja syyn selvittäminen ensiarvoisen tärkeää. Vammat voivat johtua esimerkiksi ulkoisista syistä, kuten horjahduksista tai kontakteista, vääristä liikesuorituksista, yleisväsymyksestä tai huonosta keskittymisestä, liian monista toistoista tai riittämättömästä palautumisesta. Pitkäkestoisiin vammautumisiin löytyy aina yksi tai useampia syitä ja vaivan todellisen aiheuttajan löytäminen on tärkeää, jotta sen uusiutuminen voidaan ehkäistä.

Vammoiksi voidaan myös lukea miekkailussa yleiset mustelmat, sekä käsiin tai jalkoihin mahdollisesti syntyvät rakot, jotka voivat olla käytännössä kiusallisia ja haitata ottelussa ja rajoittaa liikkumista.

Jos käsiin syntyy rakkoja, niin kannattaa tarkistaa, miten pitää asetta kädessä, tarkistaa hanskan kunto ja varmistaa, ettei koko ajan esim. purista kahvasta. Jos kaikki on kunnossa, niin kannattaa aina ennen treeniä tai kisaan laittaa urheiluteipistä suoraan kuivalle iholle yksi kerros, joka toimii ”varaihona” ja suojaa ihoa, joka sitten ei enää hankaannu rakoille ja rikki.

Jalkoihin saattaa syntyä paha rakko taemman jalan päkiän sisäreunaan tai ison varpaan alle. Jos antaa tilanteen jatkua, niin tulee aina uusi rakko entisen alle, ja iho paksuuntuu ja hankaantuu aina vaan lisää, kunnes puhkeaa ja kipeytyy pahasti. Kannattaa varmistua, että kengät ovat sopivan kokoiset. Jos kengässä on liikaa tilaa, niin jalka liikkuu paljon ja kun toistoja on monta, niin iho hankaantuu. Yksi vaihtoehto voi silloin olla se, että laittaa kahdet sukat, joista sisemmät on hyvin ohuet ja ihonmyötäiset. Miekkailuun tarkoitettujen kengät on paras vaihtoehto, niissä useimmiten jalka ei pääse liikkumaan ja niissä myös kengän pohjamateriaali on kehitetty miekkailuun. Kovettuneen ihon voi ehkä yrittää jalkaraspilla hioa pienemmäksi.

### **Vamman sattuessa**

Yleiset urheiluvammojen hoitoperusteet heti vammautumisen jälkeen ovat lepo, kylmähoito, kohoasento ja kompressio eli puristus. Tulehduskipulääkettä voi ottaa tarvittaessa. Pidemmällä aikavälillä tulee edelleen huolehtia riittävästä levosta ja kylmällä hoidosta sekä lisäksi liikkuvuuden ylläpidosta. Harjoituksiin voi palata asteittain sitä mukaa kuin vamman parantuminen antaa myöden. Jälkihoito on toteutettava vamman ehdoilla kilpailukalenterista välittämättä.

Asiantuntevan lääkärin käyttö on suositeltavaa, sillä näin vamman hoidon kokonaisvastuu on keskitetty ja käytettävissä on laaja asiantuntijaverkosto ja lajituntemus. Omavastuu, fysioterapian korvattavuus, maksimikorvausmäärät ynnä muut vaihtelevat vakuutuksesta riippuen. Yhteistä niille kuitenkin on, että vakuutuksesta korvataan vain ulkoisen syyn aiheuttama vamma, ei kroonisia kiputiloja tai sairauksia.

Miekkailulisenssin oston yhteydessä on mahdollista hankkia vakuutus, joka kattaa mahdollisten vammojen aiheuttamat hoitokulut. Myös erillinen tapaturmavakuutus käy, kunhan se kattaa miekkailuvammat. Joissakin vakuutusyhtiöissä miekkailu katsotaan ns. vaaralliseksi lajiksi ja vaatii kalliimman vakuutusvaihtoehdon, tarkempia tietoja saa omasta vakuutusyhtiöstä.

## **3. KILPAILUT**

### **3.1. Kilpailut osana seuran toimintaa**

Miekkailu on kamppailulaji ja erilaiset kilpailut kuuluvat olennaisena osana myös seuran toimintaan. Kilpailut voivat olla seuran sisäisiä, seurojen välisiä haasteotteluita tai avoimia

kilpailuja. Kilpailu voi olla henkilökohtainen kilpailu tai joukkuekilpailu. Liiton virallinen toimintakalenteri löytyy liiton sivuilta Valmennus ja kilpailut – otsikon alta.

Kilpailumatkatoiminta ovat tärkeä ja yhdistävä tekijä seuratoiminnassa. Yhteisellä matkalla opitaan tuntemaan seurakaverit paremmin ja tavataan ehkä myös heidän vanhempiansa. Tämä lisää yhteenkuuluvuutta sekä motivoi ja kannustaa kaikki toimijoita yhteiseen seuratyöhön.

### 3.2. Miekkailusäännöt

Miekkailijoiden, valmentajien, ohjaajien, ja tuomareiden tulee tuntea miekkailusäännöt. Jokaisella kannattaa olla vähintään seuratuomaripätevyys. Miekkailusäännöt löytyvät miekkailuliiton sivuilta Materiaalit -otsikon alta. Alkuperäiset säännöt löytyvät kansainvälisen liiton sivuilta osoitteesta <http://www.fie.ch/Fencing/Rules.aspx>

Miekkailusäännöistä löytyy lisätietoa kohdassa 3.5. Tuomarit.

### 3.3. Kilpailujärjestelmä

Suomalaiset miekkailukilpailut järjestetään tavallisimmin yhden eräkierroksen ja suoran uloslyönnin muodossa, mutta myös muut kilpailujärjestelmät (esim. maratonkilpailu, jossa kaikki kohtaavat toisensa) ovat mahdollisia. Voimassa olevat kilpailumääräykset löytyvät tästä: <http://www.fencing.fi/main/index.php?id=34>

Miekkailuliitto pitää yllä rankingjärjestelmää ja sen perustella kilpailun järjestäjä laatii alkukierroksen eräjaon. Eräkierroksella erän kaikki miekkailijat ottelevat keskenään 5 piston ottelun ja aikaa kuhunkin otteluun on käytettävissä 3 minuuttia.

Eräkierroksen jälkeen miekkailijat saadaan paremmuusjärjestykseen saatujen voittojen ja pistojen perusteella. Uloslyöntikierrokselle selviää kilpailusta riippuen 70-100 % miekkailijoista.

Uloslyöntiottelussa otellaan 15 pistoa ja käytettävissä oleva aika on 3 x 3 minuuttia. Jaksojen välissä on yhden minuutin tauko. Uloslyöntiottelun hävinnyt miekkailija putoaa pois kisasta.

Neljän parhaan miekkailijan välillä otellaan semifinaaliottelut. Semifinaaliotteluissa hävinneet sijoittuvat jaetulle pronssille, erillinen pronssiottelu otellaan vain harvoin (esim. Olympialaisissa). Semifinaalin voittaneet miekkailijat pääsevät finaaliin, jossa ratkaistaan hopea- ja kultamitalit.

SM-kilpailujen kilpailujärjestelmä on tarkkaan määritelty kilpailumääräyksissä.

Miekkailuliitto järjestää vuosittain joitakin kilpailuja itse, mm. juniorien Masters –sarjan finaalit ja PM –kilpailut (kun Suomen vuoro järjestää). Miekkailuliitto järjestää Suomelle myönnettyjä FIE-kilpailuja yhteistyössä seurojen kanssa.

### 3.4. Kilpailun järjestäminen

Miekkailuliitto lähettää kilpailukalenteripohjan seuroille syksyisin ja sen pohjalta seurat voivat anoa kilpailujen järjestämisoikeutta. SM-kilpailujen järjestämisoikeuden myöntää liiton hallitus, muuten kilpailu- ja valmennustyöryhmä. Seura voi myös anoa täysin uutta kisaa kalenteriin.

Onnistuneen kilpailun järjestämiseen tarvitaan riittävä määrä merkitsijälaitteita, keloja ja sähkömattoja, jotka voi lainata liitolta. Lisätietoja saa toiminnanjohtajalta. Lisäksi on hyvä olla Engarde-ohjelma kilpailun pyörittämistä helpottamaan, sillä siitä saadaan tulostettua kaikki tarvittavat dokumentit. Engardea voi/ kannattaa käyttää opetusmielessä jo seuran harjoituksissa, niin se tulee tutuksi. Pienessä kilpailussa ei kuitenkaan ole välttämätöntä käyttää Engardea, sillä tulosten laskeminen myös käsin on mahdollista.

Oulun Miekkailuseuran sivuilla on olemassa käyttäjätavallinen Engarde -ohje: <http://www.oulunmiekkailuseura.fi/materiaali/Engardeohje.pdf>. Nykyään Engarde -ohjelmasta on eri

versioita ja osa ovat maksullisia. Yksinkertaisin versio on vieläkin ilmainen ja se soveltuu hyvin pienten kilpailujen järjestämiseen.

Yleisenä toteamuksena kilpailujen järjestämisestä voidaan todeta, että kilpailujen järjestämisen oppii parhaiten, kun menee mukaan kilpailuihin järjestäjäksi.

Liiton sivuilta löytyy SM-kilpailujen järjestelymuistio, samoin kuin erä- ja uloslyöntipöytäkirjat: <http://www.fencing.fi/main/index.php?id=30>

Voimassa olevat kilpailumääräykset löytyvät tästä <http://www.fencing.fi/main/index.php?id=34>

### 3.5. Tuomarit

Jokaisessa seurassa on oltava tuomarivastaava, joka on yhteydessä liiton tuomarityöryhmään. Hänen tehtävänä on huolehtia, että kisoihin lähtee tuomareita velvoitteen mukaisesti, tarkat määräykset löytyvät täältä: <http://www.fencing.fi/main/index.php?id=34>

Kisoihin tuomariksi kutsutulta toivotaan asiaankuuluvaa pukeutumista, eli pikkutakkia tai pukua.

Tuomareita on eritasoisia. Kaikkien kilpamiekkailijoiden kannattaa suorittaa ainakin seuratuomaritaso, mielellään myös kansallinen taso.

Tuomareita tarvitaan, että kilpailuja pystytään järjestämään. Jos seurassa on kilpamiekkailijoita, niin kannattaa huolehtia siitä, että tuomareita koulutetaan myös riittävästi. Seurat voivat itse järjestää aloitteleville tuomareille kursseja tai pyytää muista seuroista apua tai järjestää yhdessä toisten seurojen kanssa. Apua voi myös pyytää liiton toimistosta.

Liitto järjestää tuomariseminaareja noin pari kertaa vuodessa. Seminaarit ovat avoimia kaiken tasoisille tuomareille, joissa erityisesti päivitetään sääntötietoja ja niiden sovelluksia käytäntöön.

Kilpailuihin osallistuvilla seuroilla on tuomarivelvoite oheisen listan mukaisesti. Jos tuomaria ei lähetetä paikalle, seuralle määrätään sanktio, jonka suuruudesta päättää syysliittokokous. Tällä hetkellä sanktio on 100 € per puuttuva tuomari.

Tuomarivelvoite on seuraava:

- 1 – 3 miekkailijaa ei tuomarivelvoitetta
- 4 – 6 miekkailijaa 1 tuomari
- 7 – n miekkailijaa 2 tuomaria

Kansainvälisestä tuomariurasta kiinnostuneita pyydetään olemaan yhteydessä liittoon. Liiton Sääntö- ja tuomarikoulutusjärjestelmän avulla on mahdollista saavuttaa kv. liiton FIE:n tuomaripätevyys. Lisätietoja <http://www.fie.ch/Fencing/Refereeing.aspx>

### 3.6. Kilpailuun osallistuminen

#### Kilpailukalenteri ja -kutsu

Ensimmäisiin miekkailukilpailuihin osallistumisesta ja sopivasta kilpailusta kannattaa keskustella oman valmentajan kanssa ennen ilmoittautumista. Tulevat kansalliset kilpailut löytyvät kilpailukalenterista: <http://www.fencing.fi/main/index.php?id=20> ja tarkemmat kilpailukutsut löytyvät ajoissa ennen kilpailua tästä:

<http://www.miekkailu.fi/foorumi/viewforum.php?f=42&sid=81a8cfc055d6fe850784eda3b90a6d02>.

Kilpailukutsussa on aina tarkat ohjeet kilpailun sijainnista, ajasta, osanottomaksusta sekä ilmoittautumisohjeet.

## Lisenssi ja vakuutus

Kaikilla kilpailijoilla tulee olla Miekkailuliiton lisenssi sekä miekkailun kilpailutoiminnan kattava vakuutus. Vakuutuksen voi joko maksaa lisenssin yhteydessä tai lisenssiä ostettaessa voi ilmoittaa oman vakuutuksensa numeron. Lisenssi tulee maksaa hyvissä ajoin ennen ensimmäistä kilpailua, ks. tarkemmin <http://www.fencing.fi/main/index.php?id=28>. Myöhään maksettu lisenssi ei näy välttämättä vielä lisenssilistassa, jolloin miekkailijan tulee ottaa maksukuitti mukaan kisapaikalle ja näyttää se kilpailun järjestäjälle ilmoittautumisen yhteydessä. Ilman maksettua lisenssiä miekkailija ei saa osallistua kilpailuihin.

## Miekkailijan kilpailuvarustus

Kilpailuihin tarvittavat varusteet ovat kengät, pitkät valkoiset sukat, housut, takki, takin alle tuleva suojaliiwi eli plastron, kaksi vartalojohtoa, kaksi asetta (kalpa, floretti tai säillä), maski (kaikilla aseilla erilainen) ja sähköliivi/-takki (floretti ja säillä). Lisäksi on suositeltavaa käyttää rintapanssaria (erityisesti naiset) tai alasuojaa (miehet). Miekkailupuvussa, plastronissa ja maskissa on oltava Newton-merkinnät, jotka kertovat varusteen kestävydestä. Aikuisten, 20v ja 17v sarjoissa puvun ja plastronin täytyy olla 800N ja maskin 1600N, minijuniorisarjoissa riittää kun plastron on 800N. Voimassa olevat varustemääräykset löytyvät tästä: <http://www.fencing.fi/main/index.php?id=33>

Miekkailukilpailuissa noudatetaan tarkkoja sääntöjä, jotka on hyvä lukea kokonaisuudessaan läpi, mutta se ei ole välttämätöntä ensimmäisiin kilpailuihin osallistuttaessa. Tärkeintä on tietää, että miekkailu on ns. herrasmieslaji eli kaikki muita häiritsevä käyttäytyminen on kielletty ja vastustajaa, tuomaria sekä yleisöä tulee tervehtiä ennen ottelua, ja sen jälkeen. Mahdollisista sääntörikkomuksista tuomari antaa joko keltaisen kortin (varoitus), punaisen kortin (piste vastustajalle) tai mustan kortin (sulkeminen ulos kilpailusta). Kiellettyä on mm. selän kääntäminen vastustajalle, aseiden suoristaminen/kärjen laahaaminen metallimattoa vasten ja alueelle saapuminen ilman toimivaa asetta/vartalojohtoa tai vara-asetta/varavartalojohtoa. Tarkemmat rikkomukset rangaistuksineen löytyvät voimassa olevasta rikkomustaulukosta: <http://www.fencing.fi/main/index.php?id=33>

## 4. MIEKKAILULIITTO

Suomen Miekkailuliitto on perustettu vuonna 1931 ja viettää vuonna 2011 toimintansa 80-vuotista juhlavuotta. Tänä aikana on miekkailu muuttunut sääntöjen osalta merkittävästi, mutta perusteet ovat säilyneet samoina. Miekkailu on kehittävä, monipuolinen ja kaikenikäisille sopiva liikuntaharrastus, jota on mahdollisuus harrastaa kuntoillen, kilpaillen tai huippu-urheilutavoittein.

Liikunnan ja yhteisöllisyyden tarve suomalaisessa yhteiskunnassa kasvaa. Vapaaehtoisella urheilu- ja nuorisokasvatustyöllä on selkeästi kysyntää. Miekkailulla ja sen yksilöä kunnioittavalla arvopohjalla on sekä annettavaa että vetovoimaa.

Miekkailu elää tällä hetkellä Suomessa nousukautta, mikä näkyy harrastajamäärän lähes kaksinkertaistumisena sekä nuorten arvokisamitaleina (EM-kultaa, MM-pronssia). Tätä halutaan tukea jatkossakin. Syyskokouksessa 2010 päätettiin liiton strategian päivittämisestä ja määriteltiin tavoitteet vuoteen 2020. Uudessa strategiassa tavoittelemme jopa nopeampaa harrastajamäärien kasvua, tavoitteena nostaa miekkailu harrastajamäärällä mitattuna merkittävien Olympiakisoihin kuuluvien yksilökamppailulajien joukkoon Suomessa.

Jäsenmäärän ja huippu-urheilun menestyksen lisäksi kolmantena strategian toteutumisen onnistumisena liitto on tavoitellut miekkailun työllistävien henkilöiden määrän kehittymistä. Päätoimisen toiminnanjohtajan palkkaaminen muodostui merkittäväksi esteeksi toiminnan laajentamiseksi - miekkailijoiden määrään lisääntyessä ja urheilusaavutustemme kehittyessä. Tämä mahdollisuus toteutui vuoden 2011 aikana kun solmittiin sopimus, jonka mukaisesti liiton toimintaan tulee mukaan nykyaikainen 5-ottelu. Tämä lisää merkittävästi liiton toimintamahdollisuuksia. Liiton tulot ovat kaksinkertaistuneet 2000-luvun alun tilanteesta ja

todennäköisesti yhdistymisen ansiosta lähes kolminkertaistuvat. Laajempaa toimintaa ylläpitävä liitto kykenee toimimaan paremmin seurojen toimintaa tukevana yhteistyötahona.

2011 tulee olemaan suomalaisen miekkailun juhluvuosi, jolloin liittomme täyttää 80 vuotta. Juhlimme vuotta tätä varten valmistuvalla historiateoksella sekä viemällä voimakkaasti miekkailua eteenpäin innostamalla mukaan suomalaisia ja saavuttamalla huippukilpailutuloksia maailmalla.

## 4.1. Liiton strategia

Suomen Miekkailuliiton pitkän aikavälin strategian tavoitteena on lisätä miekkailun harrastajien määrää Suomessa, saavuttaa suomalaisille miekkailijoille kansainvälistä kilpailumenestystä sekä luoda näkyvyyttä miekkailulle Suomessa. Liiton strategia on kokonaisuudessaan tämän toimintasuunnitelman liitteenä.

Miekkailuliiton toiminnan tarkoituksena on sääntöjen mukaisesti edistää ja kehittää miekkailua sekä toimia jäsentensä valtakunnallisena liittona ja yhdyssiteenä. Liiton toiminnan perustana ovat liikunnan eettiset arvot ja urheilun reilun pelin periaatteet.

Liikunnan ja yhteisöllisyyden tarve suomalaisessa yhteiskunnassa kasvaa. Vapaaehtoisella urheilu- ja nuorisokasvatustyöllä on selkeästi kysyntää. Miekkailulla ja sen yksilöä kunnioittavalla arvopohjalla on sekä annettavaa että vetovoimaa.

Strategian kannustavat arvot mahdollistavat strategian onnistuneen toteutuksen. Harrastajamäärän kasvaminen tapahtuu seuroissa, joiden menestys perustuu sosiaaliseen hyvään yhdessäoloon ja terveyteen, jota seurassa miekkaileminen tuo jäsenilleen. Kilpailumenestys perustuu valmennukseen ja toiminnan laadukkuuteen, sekä harrastajamäärän kasvuun. Nämä yhdessä lisäävät miekkailun näkyvyyttä, joka edesauttaa harrastajien määrän kasvua. Strategian tarkoituksena on saada aikaan isoilla ja pienillä onnistumisilla positiivinen kierre, jota strategian mukaisilla toimenpiteillä aktiivisesti pidetään yllä ja kiihdytetään.

## 4.2. Reilun pelin periaatteet

Reilun pelin periaatteet löytyvät tästä: [http://www.slu.fi/reilu\\_peli/](http://www.slu.fi/reilu_peli/)

Ohessa on esimerkeillä tuotu esiin ajatuksia siitä miten Reilu peli toteutuu liiton toiminnassa.

### **Avoimuus – esimerkkinä hallituksen kokoukset**

Hallitustyöskentelyssä käytetään hyväksi Internet-palveluita, joiden avulla hallituksen jäsenet pystyvät näkemään ja muokkaamaan kokousmateriaalia vapaasti esimerkiksi tuomalla oman, valmistellun ehdotuksen kokouksen käsittelyyn. Varsinaisessa kokouksessa käytetään hyväksi videoneuvottelun mahdollisuutta, mikä mahdollistaa myös kaukana pääkaupunkiseudulta olevien hallituksen jäsenten täysipainoisen osallistumisen hallitustyöskentelyyn.

Avoimuutta liiton hallitus toteuttaa tehokkaan viestinnän kautta, kokouksen päätökset ovat yleensä näkyvillä netissä muutama päivä kokouksen jälkeen. Lisäksi liiton nettisivuilta löytyy liiton strategia, toimintasuunnitelmat ja –kertomukset sekä puheenjohtajan blogi.

### **Oikeudenmukaisuus – esimerkkinä laaja-alainen tasa-arvon toteutuminen**

Tasa-arvon vaaliminen on tärkeää liiton toiminnan kannalta. Tämä tarkoittaa sekä sukupuolten tasa-arvoa, että seurojen ja aselajien välistä tasa-arvoa. Miekkailuliitto toivoo, että hallitus- ja seuratoimintaan tulisi lisää naisia, vaikka tilanne tältä osin onkin jo varsin hyvä. Liitto pyrkii myös siihen, että kaukana pääkaupunkiseudulta olevat seurakunnat pääsevät osallistumaan toimintaan täysipainoisesti ja että eri aselajien - floretti, kalpa ja säilä - edustajat pääsevät harrastamaan ja kilpailemaan tasavertaisesti yhtä arvostettuina miekkailun muotoina.

### 4.3. Liiton tuki jäsenseuroille

Liitto tukee seurojen toimintaa tarkoituksensa mukaisesti. Seurat päättävät vuosittain yleiskokouksissa miten tämä toteutuu käytännön työssä. Tässä alla on poimintoja toiminnasta vuodelle 2011, joista lisätietoa toimintasuunnitelman aihealueeseen liittyvässä osassa.

- Kilpailujärjestelmän ylläpitäminen ja kehittäminen
- Valmennusjärjestelmän ylläpitäminen ja kehitys
- Koulutustoiminnan ylläpitäminen ja kehittäminen
- Tuomaritoiminnan ylläpitäminen ja kehittäminen
- Seurastrategian toteutus
- Sääntöjen- ja kilpailumääräysten ylläpitäminen
- Etutyö sekä Suomessa että kansainvälisesti

### 4.4. Liiton hallinto

Liiton korkein päätäntävalta on yleiskokouksilla, joihin kuuluvat kevät- ja syysliittokokous. Suomen Miekkailuliiton toimintaa ohjaa hallitus, joka kokoontuu vuoden aikana 10–14 kertaa.

Toiminnanjohtaja vastaa liiton hallinnosta ja operatiivisesta toiminnasta. Hallitustyöskentelyssä näistä alueista vastaa varapuheenjohtajat. Toiminnanjohtaja raportoi varapuheenjohtajille silloin kun hallitus ei ole kokoontuneena. Puheenjohtaja, varapuheenjohtajat ja toiminnanjohtaja muodostavat kanslian, joka kokoontuu säännöllisesti ja tekee tarvittavat toimivaltuuksien rajoissa olevat päätökset liiton toimintaan liittyen silloin kun hallitus ei ole kokoontuneena. Tarvittaessa päätökset ratifioidaan seuraavassa hallituksen kokouksessa. Kanslia vastaa lisäksi työryhmien työskentelyn etenemisestä ja koordinoimisesta hallituksen päätösten mukaisesti, sekä hallituksen kokousten valmistelusta. Tarvittaessa hallitus tai kanslia voi nimittää myös muita henkilöitä kansliaan.

Puheenjohtaja vastaa liiton edustamisesta, hallituksen työskentelyn koordinoimisesta sekä kansainvälisestä että kansallisesta etutyöstä.

Liiton toiminnan suunnittelu tapahtuu hallituksen nimeämässä työryhmissä, jotka valmistelevat päätökset hallitukselle. Vuonna 2011 on suunniteltu toimivan kymmenen (10) aktiivista työryhmää. Liiton työryhmien lisäksi toimii antidoping-vastaava, joka edistää oman toimialueensa toimintaa.

### 4.5. Liiton henkilöstö

Liiton operatiivista toimintaa johtaa toiminnanjohtaja. Työryhmät valmistelevat hallituksen päätökset, jotka liiton toiminnanjohtaja toimeenpanee hallituksen päätöksien mukaisesti.

SLU:n Lajipalvelutoimisto hoitaa myös Suomen Miekkailuliiton päivittäisiä toimistoasioita, mm. puhelinpalvelua, lisenssiasioita, Sporttitrekisterin päivitystä jne.

Liiton toimisto sijaitsee SLU-talossa Länsi-Pasilassa ositteessa Radiokatu 20, 00240 Helsinki.

## 4. 6. Miekkailuliiton koulutusjärjestelmä

### 4.6.1. Valmentaja- ja ohjaajakoulutus

Miekkailun valmentaja- ja ohjaajakoulutuksessa painotetaan ensimmäisen tason koulutuksen järjestämistä. Mahdollisimman monen, vähänkin valmennuksen kanssa tekemisissä olevan, miekkailijan tulisi osallistua ja suorittaa ensimmäisen tason tutkinto. Tällä tavoin taataan laaja ja yhteismitallinen tietämys valmennuksesta. Ensimmäisen tason valmentajat toimivat alkeiskurssiohjaajina ja ohjaavat ryhmäharjoituksia. Toisen tason koulutus suunnataan kaikille valmennuksesta enemmän kiinnostuneille. He ohjaavat säännöllisesti ryhmäharjoituksia ja pystyvät vastaamaan myös yksityisvalmennuksen tarpeisiin. Kolmannelle tasolle koulutautuvat ne

valmentajat jotka tähtäävät tavoitteelliseen kilpavalmentajan uraan ja keskittyvät siten pääasiassa seurojensa edustusmiekkailijoiden yksityisvalmennukseen.

Miekkailuliiton järjestämien koulutuksien lisäksi suomalaisten valmentajien on mahdollista osallistua mm. kansainvälisin FIE:n ja EFC:n järjestämiin koulutuksiin.

Uusien ohjaajien ja valmentajien kouluttaminen on avainasemassa harrastuksen jatkuvuuden kannalta. Ohjaaja- ja valmentajakoulutuksen osallistumiseksi ei tarvitakaan vuosien harrastustaustaa, vaan Miekkailuliiton koulutusjärjestelmä tarjoaa nousujohteisen tavan kehittyä ohjaajana ja valmentajana myös vastikään aloittaneille, ohjaamisesta ja valmentamisesta kiinnostuneille harrastajille. Uusien seurojen kannattaakin olla yhteydessä Miekkailuliiton koulutustyöryhmään ja rohkaista harrastajiaan aktiivisesti myös ohjaaja- ja valmentajakoulutukseen. Myös myöhemmällä iällä aloittaneista voi tulla erinomaisia valmentajia.

Liiton koulutusjärjestelmän kuvaus löytyy kokonaisuudessaan tästä <http://www.fencing.fi/main/index.php?id=162>

#### **4.6.2. Tuomarikoulutus**

Liiton tuomarikoulutuksen tavoitteena on aktiivisten miekkailutuomareiden määrän lisääminen ja tuomareiden osaamisen tason jatkuva parantaminen. Uusia tuomareita koulutetaan kaikille aseille, ja jatkokoulutusta annetaan kolme kertaa vuodessa järjestettävissä tuomariseminaareissa, joista vähintään yhteen tuomarin on osallistuttava vuosittain. Tuomarilistaa päivitetään ja tuomareiden aktiivisuutta seurataan. Aktiivisuuslista on nähtävissä liiton Internet-sivuille.

Tuomaripätevyiden eri tasot ovat seuraavat:

1. Seuratuomari
2. Kansallinen tuomari
3. FIE-tuomari

Lisätietoa tuomaritoiminnasta löytyy tästä <http://www.fencing.fi/main/index.php?id=35>