

Hei

Vuoden 2023 viimeinen kuukausi alkaa ja vuoden loppu hämmöittää. Joulukuu on kuukausi, jolloin valmistellaan ensi vuotta, mikä on seuran 75 vuotisjuhlavuosi. Joulukuussa tulee myyntiin seuraavan vuoden jäsenyydet ja harrasteryhmät. Joulukuussa valmistellaan seuraavan vuoden toimintasuunnitelma ja tehdään budjetti-arvio. Joulukuussa järjestetään seuran mestaruuskisat ja pidetään vuosikokous, missä valitaan hallitusjäseniä erovuorossa olevien tilalle. Joulukuussa palkitaan vuoden aikana menestyneitä ja tehdään yhteenvetoa koko vuoden kisoista. Joulukuussa on myös mahdollista tilata ennakoon seuravaatteita. Joulukuussa rauhoitutaan myös joulun viettoon. Tänäkin vuonna Ruskeasuo on kiinni joulunpyhien ajan ja ohjatut harrasteryhmät ovat tauolla joulusta loppiaiseen.

Aikataulua huomisellet lauantaille:

2.12. kilpaillaan seuran mestaruuksista Ruskeasuon voimailusalilla klo 10.00 alkaen. Mukaan on ilmoittautunut lähes 30 heraklesilaista. Punnitus alkaa klo 8 ja se suoritetaan tuttuun tyyliin pukuhuoneissa. Punnitusaika on yksi tunti, joten jokaisen on pitänyt käydä puntarilla klo yhdeksään mennessä. Lopullinen ryhmäjako tiedetään, kun punnitus on loppunut.

APUKÄSIÄ tarvitaan lisää! Ilmoittaudu

levynvaihtoon Suomisportissa: <https://www.suomisport.fi/events/ba84f7ed-4ecb-425d-944a-b9ff07af01b0>

Kisat sujuvat joutuisammin, kun useampi auttaa vaihdoissa.

Kisojen ajan on tarjolla mitalikakkua. Heraklesilaiset saavuttivat vuoden 2023 aikana yhteensä 24 yhteistulosmitalia. Haluamme yhdessä juhlistaa tätä hienoa mitalimäärää!

Ensimmäisen ryhmän nostojen jälkeen palkitaan vuoden 2023 parhaita noin klo 12.

Seuran vuosikokous alkaa heti kisojen perään..

Tervetuloa Heraklesin sääntömääräiseen vuosikokoukseen.

Vuosikokous 2.12.2023

Kokousaika: heti mestaruuskisojen jälkeen

Paikka: Ruskeasuon kahvion kabinetti

Kokous on avoin kaikille heraklesin vuoden 2023 jäsenmaksun maksaneille jäsenille.

Vuosikokous asialista

1. kokouksen avaus

2. valitaan kokoukselle puheenjohtaja, sihteeri, kaksi pöytäkirjantarkastajaa ja tarvittaessa kaksi ääntenlaskijaa

3. todetaan läsnäolevat äänioikeutetut jäsenet

4. todetaan kokouksen laillisuus ja päätösvaltaisuus

5. hyväksytään kokouksen työjärjestys

6. vahvistetaan toimintasuunnitelma 2024, tulo- ja menoarvio 2024 sekä jäsenmaksujen suuruus vuodelle 2024

7. valitaan hallituksen jäsenet erovuoroisten tilalle: 3 varsinaista jäsentä kaksivuotiskaudelle sekä 0-2 varajäsentä yksivuotiskaudelle

8. valitaan tilintarkastaja ja varatilintarkastaja

9. vahvistetaan sääntömuutokset:

a) vuosikokouksen siirtämisestä nykyiseltä paikalta joulukuulta helmikuulle, jolloin tilinpäätöskokous olisi vuosikokouksen yhteydessä

b) sitoutuminen eettisiin periaatteisiin ja urheilun oikeusturvalautakunnan ja eettisten asioiden

kurinpitolautakunnan toimivaltaan:

Seura ja seuran jäsenet sitoutuvat:

- *urheiluyhteisön vastuullisuusohjelmaan ja Reilun pelin periaatteisiin*
- *Suomen Olympiakomitean asettaman urheilun oikeusturvalautakunnan ja urheiluyhteisön yhteisen eettisten rikkomusten kurinpitolautakunnan toimivaltaan*
- *liikunnan ja urheilun yhteisiin vakavaa epäasiallista käyttäytymistä ja vakavia eettisiä rikkomuksia koskeviin kurinpitomääräyksiin*
- *noudattamaan yllä mainittujen oikeusturvalautakunnan ja kurinpitolautakunnan päätöksiä*

c) seurasta eroaminen: *Jäsenellä on oikeus erota seurasta ilmoittamalla siitä kirjallisesti hallitukselle tai sen puheenjohtajalle taikka ilmoittamalla erosta seuran kokouksessa pöytäkirjaan merkit semistä varten. Ero katsotaan tapahtuneeksi heti, kun ilmoitus on tehty, mutta eroava jäsen on velvollinen suorittamaan jäsenmaksunsa kuluvan kalenterivuoden loppuun asti sekä hoitamaan muut seuran toimintaan osallistumiseensa liittyvät taloudelliset velvoitteensa seuran toimintaperiaatteiden mukaisesti.*

d) jäsenen erottaminen maksamattoman jäsenmaksun johdosta: *jäsen katsotaan eronneeksi, jos hän on jättänyt kuusi kuukautta sitten erääntyneen jäsenmaksun maksamatta*

e) jäsenen erottaminen ja muut kurinpitotoimet:

Seuran jäsen sitoutuu noudattamaan:

- *seuran sääntöjä tai niiden nojalla annettuja muita määräyksiä ja päätöksiä*
- *niiden järjestöjen, joiden jäsen seura on, sääntöjä tai niiden nojalla annettuja muita määräyksiä ja päätöksiä*
- *urheilun eettisiä periaatteita*
- *kulloinkin voimassa olevaa kansainvälistä ja kansallista antidopingsäännöstöä ja kansainvälisen lajiliiton antidopingsäännöstöjä sekä kansainvälisen olympiakomitean antidopingsäännöstöjä*
- *kilpailutulosten ja -tapahtumien manipuloinnin kieltoa koskevia säännöstöjä*

Rangaista voidaan seuran jäsentä tai sitä, joka on seuran toiminnassa mukana tai joka on kirjallisesti sitoutunut näihin sääntöihin.

Rangaistavaa on:

- *toimiminen tavalla, jonka tunnusmerkit täyttävät yhdistyslaissa mainitut erottamisperusteet*
- *näiden sääntöjen tai niiden nojalla annettujen muiden määräysten ja päätösten vastainen toiminta*
- *niiden järjestöjen, joiden jäsenenä seura on, sääntöjen tai niiden nojalla annettujen muiden määräysten ja päätösten vastainen toiminta*
- *syyllistyminen dopingrikkomukseen*

- toimiminen seuran tarkoitusta vastaan
- seuran maineen vahingoittaminen seuran toiminnassa tai sen ulkopuolella
- liikunnan ja urheilun eettisten periaatteiden rikkominen
- syyllistyminen rikokseen seuran toiminnassa tai sen ulkopuolella, jos rikoksesta on tuomittu ehdolliseen tai ehdottomaan vankeusrangaistukseen

Liikunnan ja urheilun eettisten periaatteiden rikkomista ovat muun muassa:

- huumeiden ja dopingaineiden käyttö tai käytön edistäminen
- julkinen häiritsevä esiintyminen alkoholin tai huumausaineiden vaikutuksen alaisena seuran toiminnassa tai sen ulkopuolella
- tupakan ja tupakkatuotteiden käytön yhdistäminen urheilutilanteisiin
- epäasiallinen käyttäytyminen kilpailu- ja harjoitustilanteessa
- väkivalta, törkeä kielenkäyttö ja epäasiallinen arvostelu
- urheiluhuijaus, kuten kilpailutilan tai -välineiden manipulointi
- kilpailutulosten ja -tapahtumien manipulointi tai niiden yritys
- vedonlyönti omasta kilpailusta joko itse tai edustajan kautta
- lainvastainen mainonta
- seksuaalinen ja sukupuoleen perustuva häirintä kaikissa muodoissaan riippumatta siitä seuraako teosta rikosoikeudellinen rangaistus
- rasistinen käytös seurassa tai sen ulkopuolella
- lahjonta

Rangaistuksena voidaan määrätä varoitus, sakko, jäsenoikeuksien määräaikainen rajoittaminen, pelikielto, toimintakielto seuran toiminnasta tai erottaminen seurasta.

Hallitus päättää erottamisesta ja muista kurinpitotoimista ja niiden yhteydessä annettavista rangaistuksista. Asianosaista on aina kuultava ennen päätöksen tekemistä.

Seuran kokous voi hallituksen esityksestä päättää kurinpitovallan siirtämisestä erilliselle kurinpitoelimelle ja hyväksyä tälle elimelle oman johtosäännön.

Erottamis- ja kurinpitopäätös tulee voimaan heti ja sen katsotaan tulleen asianomaisen tietoon viisi päivää sen jälkeen, kun päätös on lähetetty hänelle kirjatussa kirjeessä. Päätös voidaan antaa todisteellisesti tiedoksi myös muulla tavalla, jolloin päätös on tullut tietoon tiedoksiantohetkellä.

Erotetulla ja kurinpitopäätöksen kohteella ei ole oikeutta vaatia takaisin seuralle suorittamiaan maksuja.

Dopingrikkomukset ja seuran jäsenelle niistä määrättävät seuraamukset on määrätty

edellä mainituissa antidopingsäännöstoissa.

Mikäli lajiliiton tai muun kattojärjestön sääntöjä ja määräyksiä epäillään rikotun, on näillä järjestöillä ensisijainen kurinpitovalta. Mikäli kyse on urheiluyhteisön yhteisen eettisten rikkomusten kurinpitolautakunnan toimivaltaan kuuluvasta asiasta, käsitellään kurinpitoasia kyseisessä kurinpitolautakunnassa. Seuran tulee ottaa huomioon muussa elimessä tehdyt päätökset omassa kurinpitomenettelyssään.

Keskiviikkona 6.12. Ruskeasuon urheiluhalli on suljettu Itsenäisyyspäivän kunniaksi.

8.12.2023 tulee myyntiin kevään NON-STOP jatkoryhmä.

Ryhmä jatkaa samoilla päivillä ja tunneilla, mutta ryhmän kesto on aina 3kk kerrallaan ja paikkoja on rajoitetusti.

Tarkemmat tiedot voi lukea: <https://www.suomisport.fi/events/7518ede3-6bcc-46d0-ae23-9931682f15a4>

8.12.2023 myyntiin tulee myös Uutena tuotteena NON-STOP Advanced jatkoryhmä, joka yhdistää itsenäisen ja ohjatun treenaamiseen.

Ohjelma on tarkoitettu jo jonkin verran edistyneemmille nostajille, jotka haluavat treenata itsenäisesti esimerkiksi seuravuoroilla, mutta toivovat voivansa treenata säännöllisesti myös ryhmässä valmentajan ohjaamana. Lue lisää <https://www.suomisport.fi/events/d1a1dac9-e023-4ed4-8ee2-39a573fba408>

Seuravaatteiden ennakkotilaus on myös avattu. Voit tilata seuraverkkapuvun ja collegen suoraan Suomisportissa. Vaatteet maksetaan tilauksen yhteydessä.

Tilaus lähtee tammikuun alussa eteenpäin. Linkki ennakkotilaukseen: <https://www.suomisport.fi/events/5d5f6823-0d5d-4a53-b1b6-94e7442dfd7b>

Toivottavasti nähdään lauantaina Rusalla mahdollisimman monen kanssa!

Niina

pj

--