

Hei kaikille

Vuoden 2024 vuoden viimeinen jäsenkirje on käsillä. On hyvä hetki katsoa vuotta hiukan taaksepäin ja tehdä pieni koonti menneestä.

Vuosi 2024 oli Heraklesin 75 vuotisjuhlavuosi. Seura järjesti vuoden aikana yhteensä 14 eri tason kilpailutapahtumaa: 11 Kuukausikisaa, yhden kansainvälisen kilpailun ja 2 kansallisen tason kisaa, jotka molemmat olivat mestaruuskisoja. Viimeisin kansallinen kilpailu oli seuranmestaruuskisat, jotka järjestettiin tänä vuonna neljännen kerran, Ennakoon ilmoittautuneita oli 36, kun viime vuonna luku oli 24. Voimailusalilla oli ihanan tiivis tunnelma, iso kiitos aivan jokaiselle mukana olleelle, jokaiselle omassa roolissaan. Kisojen parhaina palkittiin naisten sarjassa ykkösenä Hanna Kunelius, toisena Anni Seppänen ja kolmantena Nora Nurminen. Miehissä parhaat pisteet teki Panagiotis Topali, toinen oli Hemmo Markkula ja kolmas Jaakko Lehtinen. Tulokset kokonaisuudessaan voi lukea: [**HERAKLESIN MESTARUUSKILPAILUT, HELSINKI - Painonnostoliitto**](#) Kisoissa palkittiin myös kuusi uutta satasen työntäjää!

Vuoden 2024 aikana on tehty valtava määrä hienoja tuloksia. Se, miten vuoden parhaat valitaan, määräytyy koko vuoden aikana käytyjen kilpailujen perusteella.

Tänä vuonna parhaat valikoitui seuraavalla tavalla, valintakriteerit sulkeissa.

VUODEN 2024 PARHAAT:

Paras miesnostaja: Panagiotis Topali (3 yleisen sarjan SM-kultaa, 2 yleisen sarjan SE:tä)

Paras naisnostaja: Ella Häkkinen (3 yleisen sarjan SM-hopeaa)

Paras nuori naisnostaja: Ilona Teittinen (U23 SM-pronssi ja U23 EM10.)

Paras nuori miesnostaja: Arttu Isosaari (U20 SM-kulta ja U23 SM-hopea)

Paras juniori tyttönostaja: Saimi Lönnqvist (U17 SM-pronssi)

Paras juniori poikanostaja: Teemu Mitrunen (U15 SM-hopea)

Paras masters naisnostaja: Terhi Lumme (Masters MM-kulta ja useampi N35/76 sarjan SE)

Paras masters miesnostaja: Jouni Särkijärvi (Masters MM-kulta ja Masters EM-hopea)

Vuoden valmentaja: Panagiotis Topali (itsensä valmentaminen: saavutukset 2 M73 sarjan tempauksen SE:tä ja 3 yleisen sarjan SM-kultaa)

Vuoden tuomari: Mika Hirvonen (KV2-kortti sekä IWMA-kortti)

Heidät palkittiin 7.12. seuramestaruuskisojen yhteydessä.

Juhlavuotena heraklesilaiset saavuttivat ennätyselliset **45 eri ikäluokkien SM-italia, masters EM- ja MM-italia**. Mitalisteille oli tarjolla kakkukahvit myös 7.12. kisojen aikana.

Vuoden loppu mahtuu vielä mainittavia asioita:

- **vuoden 2025 JÄSENMAKSUT tulevat myyntiin 15.12. Suomisporttiin**, jäsenvastaavamme Ulla tiedottaa asiasta ja vastaa kysymyksiin sähköpostilla jasenyys@herakles.fi
- **Seurasiirtojen myötä meille tuli kolme uutta naisnostajaa**, Painonnostoliitto julkaisee ensi viikolla omassa tiedotuksessaan kaikki seurasiirtoja tehneet.
- Joulukuun aikana on myös valittu **Heraklesin vuoden 2025 sopimusurheilijat** ja heidän sopimuksiaan allekirjoitetaan 21.12. vuoden viimeisen leiripäivän aikana ja vuoden loppuun mennessä niin, että kaikki sopimukset on allekirjoitettu 31.12. mennessä.

- **Päävalmentajan paikka on haettavissa 18.12. mennessä.** Hakuun voi tutustua: <https://forms.gle/BFMKdT4LGv6MUzhD7>

- **Herakles Akatemian on ilmoittautuminen auki** vuoden loppuun asti, tarkemmat tiedot voi lukea hakemuksesta: <https://forms.gle/65srE5gAW8mdgpVt9>

- **Heraklesin Akatermiavalmentajat on myös valittu, tehtävässä aloittavat 1.1.2025 Anna Niemelä ja Juho Mitrunen.**

Ryhmätoiminta jää joulutauolle 20.12. ja toiminta jatkuu jälleen 7.1. loppiaisen jälkeen.

Seuravuorot on auki seuraavasti:

23.12. ovet menevät kiinni klo 14 ja Rusa sulkeutuu klo 15.

24.-26.12. Rusa on suljettu

27.-30.12 Rusa on auki normaalien aikataulujen mukaan.

31.12. ovet menevät kiinni klo 14 ja Rusa sulkeutuu klo 15.

Tässä kohtaa on aika kiittää teitä jokaista.

Kiitos tästä vuodesta, olemme tehneet hienon juhlavuoden, yhdessä.

Ilman teitä, ei olisi meitä.

Kiitos myös tästä puheenjohtajakaudesta.

Seuraava puheenjohtajakausi alkaa ensi vuonna ja sitä varten tammikuussa aukeaa haku puheenjohtajaksi kaudelle 2025-2026.

Helmikuun alussa on sääntömääräinen vuosikokous ja silloin valitaan Heraklesille puheenjohtaja sekä uusi hallitus.

Toivotan teille kaikille rauhallista joulunaikaa ja hyvää loppuvuotta 2024!

Niina 

pj

--