



Suomen Parkour ry:n toimintasuunnitelma 2008

Tämä versio toimintasuunnitelmasta on yhdistyksen hallituksen esitys. Lopullinen versio hyväksytään 19.1.2007 yhdistyksen vuosikokouksessa.



1 JOHDANTO.....	3
2 PARKOURIN PERUSKURSSIT.....	4
3 KANSAINVÄLINEN PARKOUR-OHJAAJIEN SEMINAARI.....	5
4 FLOW FINLAND 2008 -HARJOITUSLEIRI.....	6
5 VERKKOSIVUJEN KEHITTÄMINEN.....	7
5.1 OSALLISTAVAT VERKKOSIVUT.....	8
5.2 AKTIIVINEN UUTISOINTI.....	8
5.3 KESKUSTELUFOORUMI.....	9
6 MUUT SUOMALAISEN PARKOURIN JA SEN OPETTAMISEEN LIITTYVÄT KEHITTÄMISHANKKEET.....	9
6.1 PAIKALLISTEN HARRASTAJIEN JÄRJESTÄMÄT TAPAHTUMAT.....	9
6.2 KOULUTUSTILAISUUDET OPETTAJILLE.....	9
6.3 OPETUSHALLITUKSEN VERKKOSIVUT PARKOURIN OPETTAMISESTA LIIKUNTATUNNEILLA.....	10
6.4 OPETUSMATERIAALIN TUOTTAMINEN.....	11
6.5 ERITYISILLE KOHDERYHMILLE SUUNNATTU TOIMINTA.....	11
6.5.1 <i>Harjoitusleiri vain naisille</i>	11
6.5.2 <i>Parkouria nuorten vanhemmille</i>	12
6.5.3 <i>Muut kohderyhmät</i>	12
6.6 YHDISTYKSEN PARKOURVIDEOT VUONNA 2008.....	12
6.7 MUUT YHTEISTYÖHANKKEET.....	13
7 YHDISTYSTOIMINNAN KEHITTÄMINEN.....	13
7.1 YHDISTYKSEN TOIMIHENKILÖT.....	13
7.1.1 <i>Toiminnanjohtaja</i>	13
7.1.2 <i>Verkkosivuston suunnittelija</i>	14
7.1.3 <i>Opiskelijat</i>	15
7.1.4 <i>Työharjoittelijat</i>	15
7.2 KANSAINVÄLINEN YHTEYDENPITO.....	15
7.3 UUSIEN AKTIIVIEN REKRYTOINTI JA HEIDÄN JÄRJESTÖTOIMINTATAITOJENSA KEHITTÄMINEN.....	16
7.4 KIRJANPITO.....	16
7.5 VUOSIKOKOUS.....	16
8 RAHOITUS.....	16
9 PITKÄN AIKAVÄLIN TAVOITTEET.....	17



1 Johdanto

Vuoden 2008 teemana on tehdä parkourista helpommin lähestyttävä laji. Laji on ollut julkisuudessa paljon ja siitä tiedetään Suomessa huomattavasti entistä enemmän. Useasti julkisuudessa parkour tuodaan esille muodikkaana extreme-lajina, vaikka kuvaus ei pidä todellisuudessa paikkaansa. Vaikka lajin aloitus tai kokeilu ei vaadi tiettyä urheilutaustaa, fyysistä kuntoa tai minkäänlaisia välineitä, saattaa lajiin tarkemmin perehtymisen, kokeilun tai aloittamisen kynnys muodostua monelle suomalaiselle korkeaksi. Yhdistyksen tärkeimpänä tavoitteena vuonna 2008 on madaltaa tätä kynnystä ja tarjota mahdollisuus aloittaa ja jatkaa parkour-harrastusta mahdollisimman monelle suomalaiselle nuorelle.

Tähän haasteeseen yhdistys vastaa vuonna 2008 kehittämällä edelleen opetusmateriaaliaan, järjestämällä mahdollisimman monella paikkakunnalla laadukkaita kursseja aloittelijoille ja aktiivisella tiedotuksella.

Muita huomattavia hankkeita vuonna 2008 ovat verkkosivujen kehittäminen edelleen ja kansainvälinen parkour-ohjaajien seminaari.

Tärkein ohjenuora yhdistyksen toiminnalle on edelleen parkourin vastuullisen harrastamisen edistäminen Suomessa. Vastuullisen harrastamisen lisäksi yhdistyksen toimintaa ohjaavat parkouriin liittyvät positiiviset arvot.

Yhdistyksen toiminta on kokonaan nuorisotyötä. Kaikkien hankkeiden järjestävät ovat nuoria ja hankkeiden kohderyhmä, ainakin välillisesti, ovat juuri nuoret. Yhdistyksen jäsenten keski-ikä on 15,3 vuotta.



2 Parkourin peruskurssit

Yhdeksi vuoden 2008 suurimmista hankkeista nousevat ehdottomasti parkourin peruskurssit, joita pyritään järjestämään mahdollisimman usealla paikkakunnalla.

Mitä: Järjestämme parkourin peruskursseja mahdollisimman monella paikkakunnalla vuonna 2008: yksi kurssi paikkakunnittain kevään ja kesän aikana, ja toinen myöhemmin syksyllä. Jokainen kurssi koostuu ohjatuista parkour-harjoituksista kerran tai kaksi kertaa viikossa. Harjoituksia järjestetään yhdellä kurssilla 10-15 kertaan. Lisäksi jokaisen paikkakunnan resurssien mukaan pyritään järjestämään intensiivi- ja jatkokursseja.

Miksi: Esimerkiksi capoeiran leviämisen ja keskiluokkaistumisen kulmakivi oli se, kun lajista alettiin järjestää maksullisia peruskursseja. Monen lajin aloittaminen tarkoittaa peruskurssille osallistumista ja tähän käytäntöön on Suomessa totuttu. Peruskurssien järjestämisellä pyritään yksinkertaisesti **tarjoamaan mahdollisuus kokeilla ja harrastaa parkouria** mahdollisimman monelle. Parkourin aloituskynnys on monille, etenkin yli 14-vuotiaille nuorille, yllättävän korkea. Kysymys ei ole fyysisestä tai taloudellisesta (varusteiden hankinta) kynnyksestä, vaan pikemminkin tiedonpuutteesta ja uskalluksesta. Näiden kynnysten madaltamiseen peruskurssit ovat omiaan.

Ketkä: Kurssien **ohjaajiksi** haetaan yli 2 vuotta parkouria harrastaneita vastuullisia yhdistyksen aktiiveja, jotka koulutetaan alkuvuodesta yhden tai kahden viikonlopun mittaisessa koulutuksessa. Yhdistys luo kurssin sisällölle mallin, johon ohjaajat perehdytetään koulutuksessa ja jota seuraamalla ja varioimalla he voivat pitää laadukkaan kurssin.

Kurssille **osallistujaksi** toivotetaan tervetulleeksi kuka tahansa henkilö, joka ei ole koskaan kokeillut lajia tai on vasta aloittanut sen harrastamisen. Kurssit on suunnattu nuorille ja osallistujien odotettu keski-ikä on 16 vuotta. Jokaisella kurssilla järjestetään lisäksi yksi harjoittelukerta, johon toivotetaan tervetulleeksi kurssin osallistujien vanhemmat.

Missä: Jokaisella kurssilla harjoitellaan sisä- ja ulkotiloissa. Sisätilaksi sopii telinevoimistelusalit tai esimerkiksi koulun liikuntasali, josta löytyy tarvittavat välineet. Ulkoarjoitukset on syytä järjestää vasta lumien sulamisen jälkeen.

Talous: Kurseille osallistujat maksavat osallistumismaksun, joilla pyritään kattamaan paikallisten peruskurssien kulut. Kursseihin liittyvät suurimmat kulut ovat ohjaajille maksettavat korvaukset, tilojen vuokra ja kurssien mahdollinen mainonta. Yhdistys voi tapauskohtaisesti tukea kursseja taloudellisesti, mutta ensisijaisesti yhdistyksen työntekijät ja hallitus auttavat paikallisia aktiiveja hakemaan paikkakuntiansa nuorisotoimilta tai liikuntatoimilta apua kurssien rahoittamiseen ja tiedottamiseen, jotta kurssimaksu voidaan pitää mahdollisimman alhaisena ja tiedotus mahdollisimman laajana. Ohjaajien kouluttamiseen liittyviä kuluja, jotka



koostuvat lähinnä matka-, majoitus sekä ruokailukuluista, ei kateta osallistumismaksuilla, vaan niiden maksamisen hoitaa yhdistys.

Arvot: Peruskurssit eivät saa olla ainoa tapa aloittaa laji, eivätkä saa riistää lajilta sille ominaista omaehtoisuutta ja luovuutta. Kursseilla korostetaan, että ei ole yhtä oikeaa tapaa parkourata, vaan jokaisen tulee löytää omansa. Peruskurssit ja niiden ohjaus pohjautuvat vahvasti yhdistyksen arvoihin (ks. erillinen liite). Tavoitteena on myös luoda yhteishenkeä harrastajien kesken järjestämällä kurssin ulkopuolisia tapaamisia kurssin jälkeen ja sen aikana. Tapaamisen voivat olla paitsi avoimia parkour-harjoituksia myös esimerkiksi videoiden katselutilaisuuksia.

Tiedotus: Kursseista tiedotetaan paitsi yhdistyksen verkkosivuilla ja jäsenille sähköpostitse, niistä lähetetään myös tiedotteita paikallisille medioille. Erilaisiin painettuihin ja sähköisiin tapahtumakalentereihin pyritään saamaan tietoa kursseista. Tarpeen tullen voidaan myös mainostaa paikallisissa lehdissä. Yhdistyksen verkkosivuille luodaan oma osio peruskurssien tiedotusta ja uutisointia varten, jota kurssien ohjaajat voivat myös muokata. Yhdistys valmistelee kaikille osallistujille jaettavan tietopaketin peruskursseista ja parkourista lajina.

Lopputapaaminen: Kurssien ohjaajien ja osallistujien kesken järjestetään syksyllä suuri maanlaajuinen lopputapaaminen. Ohjaajat käyvät tapaamisessa läpi kurssiensa tunnelmia ja koota yhdessä yhteen onnistumiset ja parannusehdotuksen ensi vuodelle. Lopputapaaminen pyritään järjestämään Flow Finland 2008 -harjoitusleirin yhteydessä. Tapahtuman pyritään kutsumaan ulkomaalaisia tähtivieraita ja järjestämän yhteismajoitus sekä kuljetuksia eripuolelta Suomea.

“Näistä peruskursseista: Parkourin arkipäiväistyminen tai massoille tarjoaminen voi kuulostaa monista harrastajista pahalta. Varsinkin old school -jengistä, jotka luulivat tekevänsä omaa alkuperäistä juttuaan. Toisaalta ajat muuttuvat ja niin tekee myös suomalainen parkour. Omasta mielestäni maksulliset kurssit ovat ihan hyvä juttu, jos kurssilaiset saavat rahoilleen vastinetta; jotain mitä vakiojameista ei voi saada. Muutaman vuoden takainen "parkouria voit harrastaa täysin ilmaiseksi" -ajattelutapa pätee edelleen, mutta nykyään jotkut voivat kokemuksensa ansiosta jo tarjota muille neuvoja.”

-Niko Hatakka, Suomen Parkour ry:n hallituksen tiedottaja

3 Kansainvälinen parkour-ohjaajien seminaari

Toinen suurimmista yksitöistä hankkeista vuonna 2008 järjestettävistä hankkeista on kansainvälinen parkour-ohjaajien seminaari.

Euroopassa on muutama kourallinen ihmisiä, jotka opettavat parkouria säännöllisesti. Näillä ihmisillä ei toistaiseksi ole keskustelukanavaa tai juurikaan kontaktia toisiinsa, eikä aiheesta ole tuotettu materiaalia — ainakaan kansainvälisesti.



Kehittääksemme parkouria, sen harrastusmahollisuuksia ja sen opetuksen laatua Suomessa ja muualla Euroopassa, on ehdottoman välttämätöntä, että parkouria opettavat henkilöt pääsevät tapaamaan toisiaan ja jakamaan hyviä käytäntöjä sekä pohtimaan yhdessä lajin ja sen opetuksen tulevaisuutta.

Kesällä järjestettävä seminaari rahoitetaan pääosin EU:n Youth In Action ohjelman avulla. Se on suunnattu parkouria ohjaaville ja valmentaville nuorisotyöntekijöille: toisin sanoen ihmisille, jotka ovat aktiivisesti tekemisissä parkourin opettamisen kanssa. Seminaarin tarkoituksena on jakaa ja kehitellä uusia hyviä käytäntöjä sekä verkostoitua niin kansallisesti kuin kansainvälisesti ja luoda aktiivinen keskustelukanava osallistujien välille.

Seminaari koostuu harjoituksista, luennoista ja keskustelutilaisuuksista ja se järjestetään yhteistyössä muiden osallistuvien maiden kattojärjestöjen kanssa. Pääjärjestäjä ja tapahtuman isäntä on Suomen Parkour ry.

ks. EUROOPAN KOMISSION Koulutuksen ja kulttuurin pääosaston suomen kielen julkaisu: Youth in Action -ohjelma s. 102 - 114

http://ec.europa.eu/youth/yia/yia_programme_guide_fi.pdf

http://ec.europa.eu/youth/index_en.html

Seminaariin osallistuu n. 50 parkour-ohjaajaa ainakin neljästä eri maasta. Näihin maihin lukeutuvat ainakin Suomi, Ranska ja Iso-Britannia. Yhteistyöstä on jo alustavasti sovittu Brittiläis-Ranskalaisen "Parkour Generations" -järjestön kanssa. Järjestö koostuu erityisesti opetukseen keskittyneistä ammattilaisparkouraa- jista. Yhteistyökumppaneiden kanssa päätetään myöhemmin kutsutaanko seminaarin osallistujat henkilökohtaisesti vai järjestetäänkö hakumenettely.

4 Flow Finland 2008 -harjoitusleiri

Kansainvälisen parkour-ohjaajien seminaarin ohella Flow Finland 2008 -harjoitusleiri on yksi suurimmista, ja osallistujamäärältään suurin, yksittäisistä hankkeista vuonna 2008. Harjoitusleiri on kestoaltaan yli viikon mittainen ja sinne odotetaan yhteensä n. 400 osallistujaa.

Suomen Parkour ry:n ydintyöryhmällä ei ole resursseja panostaa lukuisiin tapahtumia ympäri Suomea. Siinä missä paikalliset aktiivit keskittyvät järjestämään peruskursseja ja pienempiä paikallisia tapahtumia omilla paikkakunnillaan, SPY:n ydinryhmä (hallitus avustajineen) järjestää hieman yli viikon mittaisen harjoitusleirin, keskittyen näin määrä sijasta laatuun.

Vuonna 2007 järjestettiin kolmepäiväinen harjoitusleiri Jyväskylässä. Leiri koostui ohjatuista harjoituksista, sille osallistui 110 nuorta ja opettajina toimivat kokeneet suomalaiset parkouraaajat ja ulkomaalaiset tähtivieraat. Tapahtumasta saatu palaute oli erittäin positiivista. Palautteen perusteella näinkin lyhyt harjoitusleiri vaikutti yllättävät paljon osallistujien tulevaan itsenäiseen harjoitteluun ja insiroi heitä.



Vuonna 2008 järjestetään harjoitusleiri, joka resurssien mukaan kestää hieman yli viikon siten, että ajallisesti leiriin kuuluu kaksi peräkkäistä viikonloppua ja niiden väliset arkipäivät. Osallistujien ei tarvitse olla läsnä koko aikaa, vaan leiri jaetaan ajallisesti erilaisiin paketteihin, joista osallistuja voi valita itselleen sopivan.

Leirin ohjelma koostuu ohjatuista harjoituksista ja yhteisestä vapaa-ajan vietosta. Ohjattujen harjoitusten avulla käydään läpi intensiivinen ohjelma, joka pitää sisällään erilaisia tapoja lämmitellä, venytellä, toteuttaa voima- ja kuntoharjoituksia sekä tietysti parkour-tekniikkaa. Opetusta järjestetään niin pienryhmissä (10 henkeä), jolloin oppiminen on otollista, kuin suuremmissakin ryhmissä, jolloin resursseja ei tarvita yhtä paljoa.

Leirille kutsutaan opettajia niin kotimaasta kuin ulkomailta. Opettajien matka ja majoituskustannukset katetaan ja heille maksetaan kohtuullista palkkaa.

Tapahtumakaupunki valitaan huolella ja erityisesti perehdytään mahdollisuuteen järjestää leiri ainakin kahdessa eri kaupungissa, jolloin useamman ihmisen olisi helpompaa osallistua.

Harjoitusleirin tavoitteita ovat:

- levittää vastuullista harrastamista harrastajakuntaan
- kasvattaa aktiivista harrastajakuntaa Suomessa
- edesauttaa valtakunnallista ja kansainvälistä verkostoitumista
- tarjota usealle nuorelle mahdollisuus olla mukana vastuullisessa järjestötyössä jakamalla tehtäviä tasapuolisesti ja mahdollisimman monelle
- antaa kaikille halukkaille yhteisöllinen ja ikimuistoinen kokemus parkourin merkeissä
- jakaa kokeneempien harrastajien ja parkour-ammattilaisten tietotaitoa harrastajille ja
- antaa nuorille motivaatiota lajin harrastamiseen

Harjoitusleirille pyritään järjestämään erillisrahoitusta kansallisilta ja kansainvälisiltä elimiltä sekä kaupallisilta yhteistyökumppaneilta.

5 Verkkosivujen kehittäminen

Verkkosivut ovat selvästi yksi toimivimmista viestintäkanavista suomalaisessa nuorisokulttuurissa ja tärkein yhdistävä tekijä, tiedotuskanava ja yhteydenpito väline nuorten parkouraajien keskuudessa.

Yhdistys palkkaa mahdollisimman pitkäksi ajaksi osa-aikaisen verkkosivujen suunnittelijan vuonna 2008. Tästä lisää kappaleessa 7.1.2.

Verkkosivujen palvelimen levytilaa ja kaistaa on lisättävä tuntuvasti. Tätä varten tarvitaan taloudellisia resursseja.

Vuonna 2007 yhdistys siirtyi drupal -nimisen sisällönhallintajärjestelmään (CMS), jolla verkkosivuja hallitaan. Järjestelmä on todettu hyväksi ja sen avulla monipuolisen ja osallistavan verkkosivuston kehittäminen on mahdollista. Nimenomaan



verkossa itsensä ilmaiseminen onkin oleellinen osa nykyaikaista nuoriso- ja parkourkulttuuria. Ehdottoman tärkeää on että yhdistyksen verkkosivut mahdollistavat jäsenistölle näitä seikkoja ja että verkkosivuja kehitetään tulevaisuudessa nimenomaan osallistumista kannustavaan suuntaan.

5.1 Osallistavat verkkosivut

Jotta yhdistyksen verkkosivut eivät olisi vain yksisuuntainen tiedotuskanava, vaan mahdollistaisivat aktiivisen osallistumisen ja edesauttaisivat ryhmään kuulumisen tunnetta suomalaisten parkouraajien keskuudessa, pitää sivustoa pystyä käyttämään monipuolisesti ja etenkin sen pitää olla osallistumiseen kannustava.

Osallistavalla verkkosivustolla tarkoitetaan sellaista sivustoa, joka mahdollistaa aktiivisen kommunikoinnin toisten sivuston käyttäjien kanssa ja itsensä ilmaisemisen verkossa.

Esimerkkejä osallistumiseen kannustavista vuoden 2008 aikana tehtävistä verkkosivujen toiminnoista:

- ovat omien kirjoitusten julkaisemismahdollisuus (netti- ja harjoittelupäiväkirjat)
- omien kuvien ja kuvagallerioiden julkaisumahdollisuus
- omien videoiden julkaisumahdollisuus
- omien ryhmien luomien ja hallitseminen ('parkour -tiimit')
- mahdollisuus sivuston sisällön kommentointi
- erillisten käyttäjäryhmien muodostaminen sivustolle. Ryhmillä olisi oikeus ja mahdollisuus luoda sivustolle virallista sisältöä
- mahdollisuus kääntää eri kielille omia ja muiden tekemää sisältöä

Edelle mainitut asiat vaativat sivuston rakenteellisia muutoksia ja näin ollen hyvää asiantuntemusta, aktiivista perehtymistä ja paljon aikaa ja vaivaa yhdeltä ihmiseltä. Tätä varten yhdistys palkkaa verkkosivujen suunnittelijan projektiluotoisesti. Verkkosuunnittelijasta lisää kappaleessa 7.1.2.

Lisäksi yhdistyksen verkkosivuille luodaan kaupunkisivustot jokaista kaupunkia ja paikkakuntaa varten. Kaupunkisivuilla olisi tietoja paikkakunnan parkourpaikoista ja paikkakunnan harrastajista. Kaupunkivastaavilla tulee olemaan mahdollisuus muokata paikkakuntansa ja lähipaikkakuntien sivuja. Tämä aktivoi jäseniä luomaan sisältöä sivustolle.

5.2 Aktiivinen uutisointi

Ehdottoman tärkeää on sivuston aktiivinen päivittäminen myös yhdistyksen taholta. Parkouriin liittyviä uutisia tulisi julkaista vähintään viikoittain, jotta sivusto pysyisi mielenkiintoisena ja jotta se pystyy tarjoamaan harrastajia yhdistävän median, jota on mielekästä seurata. Sivuilla uutisoidaan paitsi Suomea koskevia uutisia, myös kansainvälisiä uutisia. Yhteistyöstä tämän osalta on jo sovittu suurimpien ulkomaalaisten yhteisöjen kanssa (Ranska: parkour.net, Iso-Britannia: Urban Freeflow).



Erillisen verkkolehden tai artikkelikokoelman luomisen mahdollisuuksia ja sen luomiseen vaadittavia aktiivisia verkkotoimittajia kartoitetaan vuonna 2008. Erityisesti kartoituksen yhteydessä yhdistys kannustaa harrastajia julkaisemaan teoksia (esimerkiksi artikkeleita, kuvia ja videoita) parkourista ja sen lieveilmiöistä. Näitä teoksia julkaistaan yhdistyksen verkkosivuilla.

5.3 Keskustelufoorumi

Suomen Parkour ry:n verkkosivuilla toimiva keskustelufoorumi (www.parkour.fi/forum) on aloittamisestaan lähtien ollut erittäin suosittu jäsenten keskuudessa. Tarkoituksena on edelleen kehittää sen toimivuutta, sisällöllistä laatua sekä opastaa käyttäjiä vastuulliseen kommunikointiin.

6 Muut suomalaisen parkourin ja sen opettamiseen liittyvät kehittämishankkeet

6.1 Paikallisten harrastajien järjestämät tapahtumat

Flow Finland 2008 -harjoitusleirin lisäksi yhdistys tukee edellisvuoden tapaan paikallisia aktiivisia ja vastuullisia harrastajia järjestämään paikkakunnillaan parkour-tapahtumia. Nämä tapahtumat toimivat erittäin tärkeinä verkostoitumismahdollisuuksina alueen harrastajien kesken ja tarjoavat oivan tilaisuuden aloittaa laji.

Paikallisten harrastajien tukemiseksi ja kannustamiseksi yhdistys neuvoo heitä paitsi henkilökohtaisilla yhteydenotoilla, mutta myös aiheesta tehdyllä kirjallisella tietopaketilla. Lisäksi yhdistys tukee mahdollisuuksien mukaan paikallisia tapahtumia taloudellisesti.

Parkourkulttuuriin kuuluu olennaisesti pienimuotoisten tapahtumien ja isompien 'jamien', eli harjoitusten järjestäminen. Vuonna 2008 tällaisia tapahtumia järjestetään varmasti lukuisia ja niille osallistuneita satoja, ellei tuhansia, nuoria.

6.2 Koulutustilaisuudet opettajille

Liikunnan ja terveystiedon opettajat ry:n (LIITO) kanssa on vuonna 2007 järjestetty koulutustilaisuuksia liikunnan opettajille. Koulutustilaisuuksia on järjestetty eri puolella Suomea liikunnan opettajien paikallisyhdistyksillä sekä liikunnan opettajien kansainvälisellä kesäleirillä Viron Haapsalussa.

Koulutukset on koettu erittäin hyödylliseksi ja ne ovat poikkeuksetta saaneet hyvän vastaanoton. Monet liikunnan opettajat ovat soveltaneet parkouria liikuntatunneillaan ja palaute on ollut erinomaista.

Yhteystö LIITO:n kanssa jatkuu intensiivisesti vuonna 2008. Koulutusta järjestetään esimerkiksi liikunnan opettajien kansainväliselle kesäleirille 3.-8.8.2008 Viikumäellä.



Paikallisen tason koulutusten järjestämistä jo työsään oleville liikunnan opettajille ja tuleville opettajille jatketaan vuonna 2008 toiminnanjohtajan ja yhdistyksen kokeneimpien parkourohjaajien toimesta. Näitä koulutuksia järjestetään yhteistyössä liikunnan opettajien paikallisyhdistysten ja opettajia kouluttavien oppilaitosten kanssa. Kouluttajille maksetaan matkakulut ja tarvittaessa päiväraha. Nämä kulut pyritään saamaan koulutettavalta taholta mahdollisuuksien mukaan.

Koulutusten tavoitteena on oppia käyttämään ympäristöä ja koulujen liikuntasalin varusteita luovasti mahdollistamaan parkourin omaista liikkumista ja ymmärtää vastuullisen ja turvallisen harrastamisen periaatteet.

Jokaisen koulutuksen kokonaiskesto on n. 3 tuntia ja niiden ohjelmaan kuuluu:

- parkourin peruskäsitteiden opettelu, katsaus lajin historiaan ja nykytilanteeseen sekä vastuullisen harrastamisen merkityksen sisäistäminen
- mielekkäiden ja parkourille ominaisten alkulämmittely ja venyttely liikkeiden opiskelu
- parkourin perustekniikoiden opettelu ja etenkin niiden turvallisesti tapahtuvan opettamisen oppiminen sisä- ja ulkotiloissa
- perehdytys parkourin mahdollisuuksiin koululiikunnassa ja lajin kilpailuttomuuden korostaminen sen yhteydessä

Vuonna 2008 yhdistys pyrkii vakiinnuttamaan parkouropetuksen asemaa opettajien koulutuslaitoksissa tiedottamalla aktiivisesti eri oppilaitoksia yhdistyksen tarjoamasta koulutuksesta.

6.3 Opetushallituksen verkkosivut parkourin opettamisesta liikuntatunneilla

Opetushallituksen verkkosivuilla (www.edu.fi) on tietopaketti, joka on helposti sovellettavissa liikuntatuntien käyttöön, usean eri liikuntalajin käyttämisestä liikuntatunneilla eri-ikäisille. Vuonna 2008 vastaava sivusto tehdään myös parkourista käyttäen hyväksi ”parkour-opuksen” materiaalia, joka on tehty vuonna 2007.

Sivuilla kerrotaan kattavasti parkourista ja sen vastuullisesta harrastamisesta yleisesti sekä esitellään yksityiskohtainen ja sovelias opetusohjelma eri luokka-asteille tekstin, kuvien ja videoiden avulla.

Opetusohjelmassa painotetaan:

- lajin vastuullista harrastamista
- parkour ei ole kilpailua toisten kanssa
- harrastamisen mukana tuomaa itsensä toteuttamisen mahdollisuutta kokeuttomallekin liikkujalle
- hauskan pitämistä parkouratessa

Sivut suunnitellaan yhteistyössä opetushallituksen, yhdistyksen hallituksen ja sen tarvittaessa valitsemien toimihenkilöiden kanssa.



6.4 Opetusmateriaalin tuottaminen

Vuonna 2007 onnistuneesti tuotetun materiaalin päivittämistä, sen julkaisemista ja toimittamista sitä tarvitseville henkilöille jatketaan vuonna 2008. Tarkoituksena on luoda kattava ja monipuolinen verkkosivusto parkourin opettelusta ja harjoittelusta. Tätä tietopakettia voidaan edelleen tiivistää erilaisiksi paketeiksi eri kohderyhmille.

Kattavaa tietopakettia parkourista ei ole tehty vielä missään päin maailmaa. Suomen Parkour ry jatkaa tällä tiellä edelläkävijänä.

Yhdistyksen verkkosivuilla julkaistavaa ”parkour-opusta” täydennetään ja kehitetään edelleen niin, että se sisältää ainakin seuraavat elementit:

- kattavan listan parkour-tekniikoista, jossa kustakin tekniikasta yksityiskohtainen teksti, kuvasarja ja havainnollistava video
- tietopaketti erilaisista ja mielekkäistä tavoista lämmitellä keho ennen harjoittelua
- selkeästi esitetty katsaus erilaisiin venyttelyihin, joita parkouriajan on syytä tehdä, jotta keho pysyy kunnossa kestävänsä kehityksen periaatteiden mukaisesti
- yksityiskohtainen katsaus erilaisiin voima- ja lihaskuntoharjoitteisiin, joita parkouriajan on syytä tehdä, jotta keho pysyy kunnossa kestävänsä kehityksen periaatteiden mukaisesti

6.5 Erityisille kohderyhmille suunnattu toiminta

6.5.1 Harjoitusleiri vain naisille

Tärkeimpänä rajoitetulle ryhmälle suunnatuista hankkeista nousee vain naisille ja tytöille suunnatut harjoitukset ja tapahtumat.

Vuonna 2007 aktiivisten naispuoleisten harrastajien määrä on selvästi lisääntynyt ja vain naisille järjestetyistä parkourharjoituksista on saatu erittäin positiivista palautetta. On tärkeää että naisparkourajat pääsevät verkostoitumaan keskenään ja jakamaan kokemuksia. Naispuolisilla tuntuu myös olevat korkeampi kynnys aloittaa laji. Tätä kynnystä pyritään madaltamaan järjestämällä alla kuvailtu tapahtuma.

Vuonna 2008 järjestetään vain naispuoleisille tarkoitettu kolmipäiväinen harjoitusleiri, joka sijoittuu viikonlopulle. Leiri koostuu sekä vapaista, että ohjatuista harjoituksista ja keskustelutilaisuuksista, jossa käydään läpi naisten harrastamisen erityispiirteitä ja tarpeita. Tapahtumaan ovat tervetulleet niin aloittelevat kuin kokeneet naisparkourajat.

Tapahtuman tiedotukseen kiinnitetään erityistä huomiota ja se aloitetaan ajoissa.

Tapahtumaan pyritään samaan osallistujia myös naapurimaista sekä naispuoleisia ohjaajia esimerkiksi Iso-Britanniasta.



Harjoitusleirin lisäksi yhdistys pyrkii rohkaisemaan ja avustamaan naispuoleisia harrastajia järjestämään muita paikallisia ja koko maan laajuisia tapaamisia.

6.5.2 Parkouria nuorten vanhemmille

Monet nuoret aloittavat oma-aloitteisesti parkourin eikä heidän vanhemmillaan välttämättä ole asiallista tietoa lajista. Vuonna 2008 yhdistys luo keinoja tiedottaa lajista vanhemmille ja näin pyrkii samaan nuorten vanhempia tukemaan lastensa vastuullista parkourin harrastamista.

Tämän tarkoituksen toteuttamiseksi yhdistys luo verkkosivuilla julkaistavat tietopakettien lajista, joka on suunnattu nimenomaan nuorten harrastajien vanhemmille. Tietopakettissa kerrotaan lyhyesti lajista ja etenkin sen vastuullisesta harrastamisesta. Tärkeää on myös jakaa ohjeita, miten kannustaa lapsia vastuulliseen ja kestäväen kehityksen mukaiseen harrastamiseen ja etenkin vastata vanhempien kysymyksiin ja huoliin.

Lisäksi kartoitetaan tarvetta järjestää nuorten harrastajien vanhemmille suunnattu tapaaminen. Tapaaminen koostuu paitsi parkourharjoituksista, myös luennoista ja keskustelutilaisuuksista.

Jokaisella parkourin peruskursseilla järjestetään yksi harjoittelukerta, johon kutsutaan kaikkien kurssille osallistuneiden vanhemmat. Vanhemmat ovat tervetulleita paitsi seuraamaan, mutta ennen kaikkea osallistumaan harjoituksiin.

“Suurin vaikeus on juuri vanhempien saavuttaminen, mutta minä TIEDÄN, että vanhemmat arvostavat sitä, että otamme yhteyttä. Tästä parhaana esimerkkinä oli erään harrastajan äiti, jolle soitin kysyäkseni pojan lupaa olla SPKA:ssa. Hän totesi keskustelleensa kanssani aikaisemmin kesällä FF:n tiimoilta ja oli erittäin otettu välittämistemme ja asenteestamme. Siksi sanoisin, että se pilottitapahtuma kannattaa ainakin koittaa järjestää kerran.”

-Joonas Kilappa, Suomen Parkour ry:n varapuheenjohtaja

6.5.3 Muut kohderyhmät

Edellisten lisäksi yhdistys kartoittaa tulevana vuonna tarvetta järjestää parkourtahtumia ja koulutus tilaisuuksia erityyppisille erityisryhmille. Esimerkkejä mahdollisista kartoituksen kohteista ovat päiväkotij- ja ala-asteikäiset lapset sekä liikuntarajoitteiset henkilöt ja vanhuksat.

Tällaiset hankkeet pyritään tekemään yhteistyössä ko. erityisryhmän etuja vaalivan järjestön kanssa.

6.6 Yhdistyksen parkourvideot vuonna 2008

Lajia esittelevät videot ovat olennainen osa parkourkulttuuria ja niiden jakaminen on edullista ja helppoa internetin välityksellä. Parkourin välittäminen edelleen harrastajille ja mahdollisesti tuleville harrastajille on videoiden kautta tehokasta ja



helppoa. Tämän vuoksi yhdistys kannustaa jäsenistöään asiallisten ja opettavisten parkourvideoiden tekemisen vuonna 2008.

Vuonna 2008 kartoitetaan mahdollisuuksia saada valtakunnalliseen televisioon opettavaista parkourmateriaalia. Tällaisen materiaalin tuottamiseen tarvitaan ehdottomasti yhteistyökumppani, sillä yhdistyksellä ei ole laadukkaaseen kuvaamiseen tarvittavaa välineistöä. Mahdollisia yhteistyökumppaneita voisi varsinaisten tv-kanavien lisäksi olla erilaiset tuotantoyhtiöt sekä viestinnän ja taiteen oppilaitokset.

Yhdistys kartoittaa ja peräänkuuluttaa jäsenistöään harrastajia, joilla olisi halukkuutta julkaista säännöllisesti ilmestyvä parkouriin liittyvä videoiden sarja. Tällaisesta sarjasta on hyviä kokemuksia vuodelta 2007.

6.7 Muut yhteistyöhankkeet

Suomen Parkour ry:hyn otetaan usein yhteyttä eri tahoilta parkouropetuksen tai -esitysten saamiseksi näiden järjestämiin tapahtumiin. Tällaisten yhteistyöhankkeiden koordinoinnista vastaa toiminnanjohtaja mahdollisesti tätä varten yhdistyksen hallituksen nimeämän vastuuhenkilön kanssa. Koordinointiin kuuluu yhdistyksen osaan ottamista luonteen hahmottelu yllä kuvailtuihin tapahtumiin ja ryhmän kokoaminen harrastajista, jotka ottavat osaa. Kunkin tällaisen ryhmän kokoonpanon päättää hallitus toimihenkilön esityksen pohjalta.

Silloin kun tällaisten hankkeiden järjestäjä maksaa osallistujille palkkion, perii yhdistys siitä 10 %:n osuuden.

7 Yhdistystoiminnan kehittäminen

7.1 Yhdistyksen toimihenkilöt

Yhdistyksen toiminta perustuu edelleen suurilta osin vapaaehtoistoiminnalle ja päättävänä ja aktiivisena elimenä toimii hallitus. Erittäin hyväksi käytännöksi on havaittu palkata toimihenkilöitä vapaaehtoistoiminnan rinnalle. Vuonna 2008 on tarkoitus jatkaa toiminnanjohtajan pestiä sekä palkata resurssien mukaan projektia verkkosivujen kehittämiseen. Tämän lisäksi pyritään aktiivisesti etsimään parkourin edistämiseksi kiinnostuneita vapaaehtoistyöntekijöitä, työharjoittelijoita sekä opiskelijoita, jotka voivat suorittaa opintoihinsa liittyviä projekteja ja harjoitteita.

Yhdistys vuokraa vuodeksi 2008 pienen ja edullisen toimistotilan Jyväskylästä ja tekee uusiin tiloihin tarvittavia hankintoja. Tilojen vuokraamisesta on alustavasti jo sovittu Jyväskylän kaupungin kanssa.

7.1.1 Toiminnanjohtaja

Vuonna 2007 yhdistyksellä oli palkattuna henkilökuntana puolipäiväinen toiminnanjohtaja miltei koko vuoden. Lyhyesti sanottuna toiminnanjohtajan vastuulla oli



yhdistyksen päivittäisten asioiden pyörittäminen ja erilaisten projektien luotsaaminen. Toiminnanjohtajan rooli ja työpanos on havaittu arvokkaaksi ja välttämättömäksi voimavaraksi.

Toiminnanjohtajan vastuualueeseen kuuluvat esimerkiksi seuraavat tehtävät:

- Erilaisiin yhteydenottoihin vastaaminen ja ohjaaminen eteenpäin
- parkourin peruskurssien valtakunnallinen koordinointi ja kurssien ohjaajien koulutuksen järjestelyistä vastaaminen
- Flow Finland 2008 -tapahtuman ja kansainvälisen parkourohjaajien seminaarin koordinointi, paikallisten järjestäjien avustaminen ja neuvominen ja heidän järjestelyidensä aikataulussa pysymisen varmistaminen
- Parkourin opettamista käsittelevien seminaarien järjestäminen useilla paikakunnilla tasapuolisesti ympäri Suomea
- eri yhteistyöprojektien eteenpäin vieminen ja niiden käytännön töiden hoitaminen
- uusien yhteistyöhankkeiden ja kumppanien etsiminen, joiden kanssa toimiminen edistää parkourin harrastusmahdollisuuksia ja sen vastuullista harrastamista Suomessa
- keskusteluyhteyden ylläpitäminen nykyisiin ja tuleviin ulkomaisiin kumppaniryhmiin
- uusien aktiivien säännöllinen ja tarmokas rekrytointi
- kaupunkivastaavien verkoston ylläpito, neuvominen ja tiedottaminen
- kirjanpidossa avustaminen
- yhdistyksen internet-sivuston aktiivinen päivittäminen ja ajankohtaisista asioista tiedottaminen sivustolla
- materiaalin tuottaminen parkourista, sen vastuullisesta harrastamisesta ja opettamista yhdistyksen omaan käyttöön sekä useisiin yhteistyöhankkeisiin

7.1.2 Verkkosivuston suunnittelija

Verkkosivut on havaittu hyvin tärkeäksi osaksi yhdistyksen toimintaa. Tästä syystä yhdistys panostaa vuonna 2008 verkkosivujensa kehittämiseen myös taloudellisesti.

Yhdistyksen internetsivuille tuotetaan sisältöä ja niitä uudistetaan pääasiassa vapaaehtoisvoimin. Suunnitteilla on kuitenkin sellaisia tärkeitä rakenteellisia uudistuksia, että niiden tekeminen vaatii yhdeltä ihmiseltä paljon perehtyneisyyttä, aikaa ja vaivaa. Tästä syystä vuonna 2008 yhdistys palkkaa resurssiensa mukaan mahdollisimman pitkälle ajanjaksolle projektityöntekijän vastaamaan näistä rakenteellisista uudistuksista verkkosivujen sisällönhallintajärjestelmään (Drupal CMS).

Nämä rakenteelliset uudistukset ovat pääosin hallituksen ideoimia jo vuonna 2007, mutta näillä yhdistyksen avainhenkilöillä ei ole tarpeeksi aikaa eikä etenkään asiantuntemusta. Verkkosivuston suunnittelijan tehtävä on paikata tämä aukko vastaamalla verkkosivujen kehittämisen käytännön toteutuksesta hallituksen ja toiminnanjohtajan alaisuudessa.



7.1.3 Opiskelijat

Yhdistys pyrkii samaan toimintansa tueksi korkeakouluopiskelijoita suorittamaan heidän opintoihinsa liittyviä projekteja tai harjoitteluita yhteistyössä yhdistyksen kanssa. Resurssien mukaan opiskelijoille pyritään hyvän tavan mukaisesti maksamaan heidän työstään pieni korvaus.

Opiskelijoita pyritään saamaan erityisesti

- verkkosivuston kehittämiseen ja niiden käytännön toteutukseen
- avustamaan vuoden 2008 parkour-leirin järjestelyissä
- avustamaan kansainvälisen parkourohjaajien seminaarinjärjestelyissä

7.1.4 Työharjoittelijat

Vuonna 2007 Anssi Rajaniemi aloitti työharjoittelun yhdistyksessä. Tämä on havaittu hyväksi käytännöksi ja Rajaniemen harjoittelua jatketaan vuonna 2008. Rajaniemen perehdytystä verkkosivuihin ja drupal -CMS järjestelmään jatketaan ja hänen tehtäviinsä kuuluu erilaisten video- ja kuvamateriaalin tuottaminen ja työstäminen toiminnanjohtajan valvonnassa. Rajaniemen lopetettua harjoittelunsa, etsitään mahdollisuuksien mukaan uusi työmarkkinatukeen oikeutettu harjoittelija.

Lisäksi perehdytään mahdollisuuksiin saada kansainvälinen vapaaehtoistyöntekijä Eurooppalaisen EVS vapaaehtoispalvelun avulla. Vapaaehtoistyöntekijä voisi avustaa esimerkiksi Flow Finland 2008 tapahtuman ja etenkin kansainvälisen parkourohjaajien seminaarin järjestelyissä.

7.2 *Kansainvälinen yhteydenpito*

Yhdistys pitää aktiivisesti yhteyttä jo luotuihin kontakteihin ulkomaille sekä pyrkii luomaan uusia.

Kansainvälistä verkostoitumista tuetaan tiedottamalla tarpeen mukaan muiden maiden harrastusmahdollisuuksista Suomen harrastajakunnalle sekä rohkaistamalla heitä tekemään vierailuja ulkomaille parkourin merkeissä.

Parhaiten kansainvälistä yhteistyötä ja yhteydenpitoa tuetaan osallistumalla kansainvälisiin tapahtumiin ulkomailla, kutsumalla ulkomaalaisia vieraita suomalaisiin tapahtumiin ja tiedottamalla kansainvälisen parkourliikkeen tapahtumista. Vuonna 2008 Suomen Parkour ry:n verkkosivuilla panostetaan edellisiä vuosia enemmän myös kansainvälisten uutisten toimittamiseen. Molemminpuoleisesta tiedottamisesta on jo sovittu esimerkiksi keskeisen kansainvälisen parkour.net -yhteisön kanssa.



7.3 Uusien aktiivien rekrytointi ja heidän järjestötoimintataitojensa kehittäminen

Tärkeä tavoite yhdistyksellä on alati rekrytoida lisää vastuullisia aktiiveja toimintaansa, joille voi siirtää tietotaitoa vanhoilta aktiiveilta. Vuosi 2008 ei ole tästä poikkeus. Tulevana vuonna yhdistys luo uusia tapoja kartoittamaan harrastajistosta uusia vastuullisia ihmisiä, jotka ovat valmiita osallistumaan toimintaan aktiivisesti sekä yhdistyksen periaatteiden mukaisesti (Ks liite yhdistyksen yleiset periaatteet).

Uusia käytännön toimintatapoja uusien aktiivien rekrytoimiseksi ovat ainakin

- Yhdistyksen verkkosivuille luodaan osio, jossa kerrotaan miten jokainen voi osallistua yhdistyksen toimintaan ja ohjeistetaan kussakin toimessa (tapahtumien järjestäminen, oman nettipäiväkirjan pitäminen, kuvien ja videoiden jakaminen, uusien ideoiden esille saattaminen, jne.)
- Vastuun jakaminen uusille ihmiselle yhdistyksen tapahtumissa, koulutuksissa ja peruskursseilla
- Kaupunkivastaavien verkoston levittäminen uusille alueille, niin että se kattaisi mahdollisimman hyvin koko maan. Vuonna 2008 kiinnitetään erityistä huomiota yhdistyksen ydinryhmän ja kaupunkivastaavien verkoston memminpuoliseen tiedottamiseen ja kaupunkivastaavien avulla paikallisista asioista uutisointiin
- Parkourin peruskursseihin liittyvät ohjaaja koulutukset
- Foorumin ja etenkin yhdistyksen verkkosivujen hyödyntäminen rekrytointikanavana ja jäsenistön tietotaitojen kartoittamisessa
- Kehitetään yhdistyksen verkkosivustoa osallistumiseen kannustavaan suuntaan niin, että harrastajilla on mahdollisuus olla näkyvästi aktiivisia
- Medioille annettavissa haastatteluissa maininta uusien vastuullisten aktiivien tarpeesta

7.4 Kirjanpito

Toimintakautena 2008 yhdistyksen kirjanpito siirretään resurssien mukaan tilitoimiston tehtäväksi. Tämä vapauttaa yhdistyksen resursseja toiminnan kehittämiseen. Tilitoimistoksi pyrimme valitsemaan kustannustehokkaimman.

7.5 Vuosikokous

Yhdistyksen vuosikokous järjestetään Kuopiossa 19.–20.1.2007. Osallistujille järjestetään mahdollisuuksien mukaan majoitus sekä avoimet parkourharjoitukset ja mahdollisesti muuta toimintaa. Vuosikokouksen oheistoiminta ja majoitus pyritään pitämään osallistujille mahdollisimman edullisena.

8 Rahoitus

Vuodelle 2008 päärahoitus tulee olemaan Opetsministeriön Valtakunnallisten nuorisojärjestöjen ja nuorisotyön palvelujärjestöjen vuosivastukset sekä muiden



nuorisotyötä harjoittavien järjestöjen vuosiavustus. Tämä rahoitus toimii yleisavustuksena.

Yleisavustuksen kaltaista rahoitusta saadaan lisäksi projektiluontoisista esiintymis- ja koulutustoiminnasta ja Suomen Parkour ry:n ulkoistetulta tarvikemyynniltä. Vuonna 2007 yhdistys antoi tarvikemyynnin hoidettavaksi Rynistyksen Käsite ay:lle. Tämä yritys on hoitanut tarvikevälitystä aikaisempaa tehokkaammin ja tuottoisammin yhdistyksen kannalta. Hyväksi havaittua käytäntöä jatketaan vuonna 2008.

Erillisrahoitusta haetaan EU:n Youth in Action -ohjelmasta kansainväliselle parkourhajaajien seminaarille. Näin rahoitetaan suurin osa seminaarin kuluista.

Iso osa tuloista saadaan myös Flow Finland 2008 -harjoituslirin ja parkourin peruskursien osallistumimaksuista. Nämä varat käytetään kohdennetusti kyseessä oleviin hankkeisiin.

Lisäksi pienemmille paikallisille hankkeille haetaan paikkakunnan julkisia projekti-kohtaisia avustuksia.

9 Pitkän aikavälin tavoitteet

- **Vastuullisen harrastamisen** aatteen aktiivinen vaaliminen ja jatkuva vaalustustyö
- **Yhdistyksen vastuullisten aktiivien lukumäärän kasvattaminen**
- **Lajin aloituskynnyksen madaltaminen**, jotta lajiin olisi helppo tutustua riippumatta sukupuolesta, iästä, kokemuksesta tai maantieteellisestä sijainnista
- **Tehdä lajista suosittu urheilumuoto** kaikenikäisten keskuudessa
- **Pitää parkour vapaana** - ei yhdistyksen sanelema vaan pitää lajin harrastajilla on päätösvalta siitä, mitä parkour heille on. Vapaus vaatii kuitenkin vastuun korostamista
- **Taitotason kasvattaminen** Suomen parkourharrastajissa
- **Naisparkouraajien lukumäärän kasvattaminen**
- **Annetaan lajille sisältöä**, josta näkyy suomalaisuus ja yhdistyksen ideologia
- **Valtakunnallinen verkostoituminen**, yhtenäisen parkouryhteisön kehittämien ja vahvistaminen
- **Kansainvälinen verkostoituminen**, aktiivinen yhteydenpito ja henkilövaihto
- **Kommunikaation kehittäminen** eri medioissa asiallisemmaksi ja sisältörikkaammaksi
- **Parkourin opetuksen** kehittäminen yhdessä kansainvälisten järjestöjen kanssa