

# KALPAVELJET RY TOIMINTALINJA



## 1. VISIO

*”Suomen menestynein miekkailuseura 2025, joka tarjoaa laadukasta ja monipuolista kaikkien aselajien osaamista”*

Miten tähän päästään:

- panostamalla junioritoimintaan
- kilpailemiseen ja tavoitteelliseen harjoitteluun kannustamalla
- kaikkien aselajien harrastetoiminnan tarjoaminen
- valmentajien ammattitaidon tehokas hyödyntäminen

## 2. EETTISET LINJAUKSET

Avoimuus:

Kalpaveljissä päätöksenteko pidetään mahdollisimman läpinäkyvänä. Päätöksistä tiedotetaan asianmukaisesti, ja kommunikaatio pidetään sujuvana luomalla avoin ja keskusteleva ilmapiiri. Tiedotuskanavat ovat nykyaikaisia ja monipuolisia.

Urheilullinen elämäntapa:

Seuran toiminnassa kannustetaan lapsia ja aikuisia urheilulliseen ja terveelliseen elämäntapaan. Harjoituksia järjestettäessä huomioidaan yksilöiden tavoitteet ja tarpeet, ja jokaista kannustetaan ja rohkaistaan omien tavoitteidensa saavuttamiseen.

Suvaitsevaisuus:

Seurassa kannustetaan suvaitsevaisuuteen valmentajien, ohjaajien ja harrastajien esimerkin avulla. Ketään ei syrjitä iän, etnisen alkuperän, kansalaisuuden, kielen, uskonnon, vakaumuksen, mielipiteen, terveydentilan, sukupuolisen suuntautumisen tai muun henkilöön liittyvän syyn perusteella.

Yhteisöllisyys:

Yhdessä tekeminen luo yhteenkuuluvuutta ja iloa toimintaan. Tavoitteena on luoda ja ylläpitää harjoitusilmapiiri, johon jokaisen on mukava tulla. Jäseniä kannustetaan osallistumaan toiminnan ideoimiseen ja toteuttamiseen.

## 3. SEURAN TAVOITTEET

Kilpailumenestys:

Kalpaveljien keskeisin tavoite on kilpailumenestyksen saavuttaminen. Menestykseen tähdätään kalpamiikkailussa kaikkien ikäsarjojen kansallisissa mestaruuskilpailuissa ja kansainvälisissä sarjoissa. Kilpailumenestykseen tähtäävä harjoittelu on tärkeässä asemassa seuran toiminnassa.

Junioreita ja senioreita kannustetaan harjoittelemaan aktiivisesti ja pyrkimään omassa sarjassaan kansalliselle ja kansainväliselle huipputasolle.

#### Lajin markkinointi:

Lajin tunnettuuden, tarjonnan ja harrastajamäärän lisääminen ovat seuran keskeisiä tavoitteita. Seura kehittää toimintaansa aktiivisesti siten, että tarjontaa olisi riittävästi niin aloittelijoille kuin edistyneemmillekin miekkailijoille, ja että miekkailusta kiinnostuneet juniorit ja seniorit löytäisivät tiensä lajin pariin. Seura osallistuu aktiivisesti erilaisiin tapahtumiin ja esittelytilaisuuksiin.

#### Urheilullinen elämäntapa ja terveys:

Seuran kasvatukselliset ja terveydelliset tavoitteet liittyvät urheilulliseen elämäntapaan kannustamiseen. Erityisesti lapsia ja nuoria voidaan kannustaa esimerkin voimalla liikunnalliseen elämäntapaan, ja vanhempia ohjataan mukaan lasten liikunnallisuuden tukemiseen. Seurassa opetellaan myös sellaisia elämisen perustaitoja kuten käytöstapoja, reilua peliä, siisteyttä ja ryhmässä toimimisen taitoja. Seuran toiminnassa otetaan huomioon myös terveysliikunnan näkökulma.

#### Taloudelliset tavoitteet:

Seuran talouden kulmakiviä ovat jäsenmaksut, kurssimaksut ja vapaaharjoittelumaksu. Myös yritysmiekkailu on merkittävä varainhankintakeino. Tavoitteena on kasvattaa harrastajamäärää tasaisesti, mikä takaa seuran taloudellisen vakavaraisuuden ja kehittymisen. Toimintaa kehitetään tulevaisuudessa resurssien ja tilojen puitteissa, ja tarkoituksena on hankkia lisää varusteita alkeiskäyttöön sekä tarjota lisää harrastusryhmiä.

## **4. KÄYTÄNNÖN TOIMINTATAVAT**

#### Harjoittelu ja kilpaileminen:

Seura järjestää viikoittain noin 10 harjoitusvuoroa eri tasoille ja ikäisille harrastajille. Miekkailua on kaikissa ikäryhmissä mahdollista harrastaa vapaamiekkailuvuoroilla ja/tai ohjatuissa harjoituksissa. Aikuisille järjestetään ohjattua miekkailuharjoittelua useita kertoja viikossa, ja ne tukevat kaiken tasoisten miekkailijoiden kehittymistä. Aikuisten ryhmiin voivat osallistua yli 13-vuotiaat nuoret.

Lasten ryhmiä on useita viikossa. Lapset harjoittelevat samassa ryhmässä, mutta tarvittaessa ryhmää jaetaan taitotason ja iän mukaan. Kurssitoiminnan lisäksi miekkailua on kaikissa ikäryhmissä mahdollista harrastaa vapaamiekkailumuotoisissa sparringeissa. Aikuisille ja nuorille on lisäksi tarjolla vapaamiekkailuvuoroja, joilla ei ole ohjausta, lasten kaikki harjoitukset ovat ohjattuja.

Seura tarjoaa jäsenilleen maksuttomia peruskuntoharjoituksia, kuntotestausta sekä vuosittain järjestettäviä leirejä. Lisätietoa harjoitusten järjestämisestä löytyy kohdasta 7.

Kilpaileminen on oleellinen osa miekkailuharrastusta. Kilpailuihin saavat osallistua kaikki, jotka haluavat, riippumatta tavoitteista ja taitotasosta. Seura tähtää siihen, että jokaisessa ikäsarjassa olisi osallistujia. Kilpailuvalmentaminen on saatavilla kaikille sitä haluaville.

Kalpaveljet järjestää vuosittain Tampereella kansallisen juniorien Masters-osakilpailun, jotta oman seuran miekkailijoiden osallistumiskynnys olisi mahdollisimman matala. Säännöllisin väliajoin järjestetään myös seuran sisäisiä salikilpailuja ja harjoituskilpailuja lapsille ja aikuisille, joihin voivat osallistua kaikki seuran jäsenet.

Valmentajat ovat vastuussa kilpailemiseen liittyvistä päätöksistä ja miekkailijoiden kilpailuvalmiuden arvioimisesta. Joukkuekilpailuissa valmentajat päättävät joukkueiden kokoonpanot ennen kilpailuja ilmoittautumisten perusteella. Joukkueet pyritään muodostamaan siten, että kaikilla halukkailla on mahdollisuus osallistua.

Jos seuralla on kilpailuissa tuomarivelvoite, pyritään ensi sijassa löytämään tuomari omasta seurasta. Jos tämä ei ole mahdollista, voidaan tuomari pyytää myös jostain muusta seurasta. Tuomarointimaksut aikuisten ja lasten sarjoissa jaetaan kyseisen sarjan osallistujien kesken. Tuomarointi: Seurassa tarjotaan sisäistä tuomarikoulutusta tarpeen mukaan, ja näyttökokeita järjestetään seuran järjestämässä virallisissa kilpailuissa. Tuomarikoulutukseen kannustetaan aktiivisesti. Tuomarivastaava hoitaa kaikki koulutukseen liittyvät tehtävät.

#### Viestintä:

Seuralle valitaan vuosittain sihteeri, jonka tehtäviin yhdessä hallituksen kanssa kuuluu seuran asioista tiedottaminen. Tiedottamiseen kiinnitetään erityistä huomiota. Kanavia asioista viestimiseen ovat suullisen viestinnän lisäksi seuran ilmoitustaulu, sosiaalinen media, sähköpostilistat ja viestiryhmät. Hallituksen kokouspöytäkirjat saa luettavakseen pyytämällä. Lasten ja nuorten toimintaan liittyvistä asioista vastaavat valmentajat, joiden tehtävä on varmistaa tiedon kulku junioreille ja heidän vanhemmilleen.

#### Palkitseminen ja kannustaminen:

Kalpaveljet palkitsee vuosittain ansioituneita toimijoita ja miekkailijoita. Juniorimiekkailijoita palkitaan hyvästä kilpailumenestyksestä (SM- ja arvokilpailumenestys) stipendeillä. Junioreille jaetaan myös kannustusstipendejä osoituksena ahkeruudesta ja sinnikkyudesta. Palkitsemiset tapahtuvat syyskauden avauksen tai vuosikokouksen yhteydessä. Seura palkitsee vuosikokouksen yhteydessä myös seuratoimijoita sekä aikuisurheilijoita.

#### Organisointi:

Seuran toiminnan, harjoitusten ja kilpailujen organisoinnista vastaa ensisijaisesti hallitus yhdessä valmentajien kanssa. Muita vastuita jaetaan eri toimijoille heidän osaamisensa ja toiveidensa mukaisesti. Uusia seuratoimijoita rekrytoidaan mukaan toimintaan suullisesti, tiedottamalla ilmoitustaululla tai sosiaalisessa mediassa. Seurassa kannustetaan avoimeen ilmapiiriin, jolloin seuran jäsenet ja lasten vanhemmat pystyvät tuomaan esiin ideoitaan toiminnan kehittämiseksi.

#### Talous:

Jäsenmaksut ja harjoitusmaksut muodostavat seuran taloudellisen selkärangan. Suurin osa seuran tuloista menee vuokraan, palkkoihin ja varusteiden huoltamiseen. Seura pyrkii jatkossakin varmistamaan, että ohjatun kurssitoiminnan kulut ovat lapsille ja nuorille maksimissaan 50 euroa kuukaudessa.

Valmentajien antamaan yksityisopetukseen liittyvistä kuluista jokainen harrastaja sopii erikseen oman valmentajansa kanssa.

Talkootöitä seura tekee harvoin. Talkoisiin pyritään saamaan laaja osallistujajoukko, ja saadun palkkion mahdollisista käyttötarkoituksista tehdään etukäteen kysely seuran jäsenille. Hallitus päättää ehdotusten pohjalta, mihin yleistä hyvää edistävään tarkoitukseen saatu rahasumma käytetään. Suositeltuja käyttökohteita ovat uusien laitteiden ja varusteiden hankinta tai vanhojen huolto.

Kilpailutoimintaa tuetaan hallituksen harkinnan mukaan esimerkiksi arvokilpailukustannusten ja osallistumismaksujen osalta. Kilpailemiseen seura hakee vuosittain Tampereen kaupungilta erillistä avustusta.

#### Käytännön toimintatapoihin liittyviä periaatteita:

- Miekkailijat harjoittelevat pääsääntöisesti heille tarkoitetuissa, omaa taito- ja tavoitetasoa vastaavissa ryhmissä. Valmentajat ovat vastuussa siitä, että jokaiselle löytyy sopiva ryhmä
- Tiedottaminen on selkeää, monipuolista ja ajantasaista, ja aikatauluja noudatetaan. Peruutuksista ja poikkeuksista ilmoitetaan hyvissä ajoin. Tämä koskee myös yksityisoppitunteja puolin ja toisin.
- Seura viestii riittävästi hallituksen tekemistä päätöksistä.
- Raha-asiat hoidetaan vastuullisesti ja ajallaan. Maksuista voidaan tarvittaessa joustaa, mikäli näin on sovittu.
- Epäselvyydet ja erimielisyydet pyritään hoitamaan avoimesti ja hyvän hengen vallitessa. Kanssakäymisessä tulee noudattaa peruskäytöstapoja.
- Seuran varusteita käsitellään asianmukaisesti, ja harjoitusten päätyttyä varusteet laitetaan oikeille paikoilleen.
- Alkeiskurssilla opastetaan varusteiden oikeaoppiseen käyttöön ja turvallisuuden noudattamiseen.
- Turvallisuusmääräyksiä noudatetaan poikkeuksetta, ja rikkomuksiin puututaan välittömästi.
- Lasten miekkailuharjoituksissa on aina oltava aikuinen valvoja paikalla.
- Harjoittelutilat pidetään siisteinä ja viihtyisinä ja taataan esteetön kulku (pyörätuolimiekkailijoille).
- Sairaana ei tulla harjoituksiin, jotta ei tartuteta muita.
- Saavutaan harjoituksiin ajoissa, näin kunnioitetaan muidenkin aikaa.
- Esimerkillä opastetaan toisiamme urheilulliseen elämäntapaan ja reiluun peliin.

## **5. TEHTÄVÄNJAKO**

seurassa olevia rooleja:

- puheenjohtaja

- hallituksen jäsen
- sihteeri
- valmentaja
- ohjaaja
- juniorivastaava
- tuomarivastaava
- harrastaja /urheilija
- vanhempi
- vapaaehtoinen

Seuran hallinnollisista asioista vastaa puheenjohtaja, varapuheenjohtaja, sihteeri ja hallituksen jäsenet. Heille voi esittää ideoita ja antaa palautetta seuran toiminnasta. Kaikki kilpamiekkailijoiden valmentamiseen liittyvät asiat ovat valmentajien vastuulla. Jokaisen henkilökohtainen valmentaja vastaa siitä, että miekkailijalla on kilpailemiseen riittävät taidot ja toimivat välineet. Valmentajat ja ohjaajat ovat vastuussa harjoitusryhmien toiminnasta ja kurssimaksujen keräämisestä. Junioritoimintaan, kuten kilpailuihin ja sparringeihin, liittyvissä asioissa voi kääntyä juniorivastaavan puoleen.

## **6. VALMENNUS JA KOULUTUS**

Seuralla on kolme koulutettua valmentajaa ja useita ohjaajia. Valmentajien vastuulla on erityisesti juniorien, seniorien ja veteraanien kilpamiekkailu sekä suuri osa kurssitoiminnasta. Valmentajat ja ohjaajat ovat pätevoityneet liikunta-alan koulutuksissa ja kehittävät osaamistaan jatkuvasti. Valmentajien kouluttamiseen liittyvät asiat hoitaa Ivan Blagoev.

Uudet ohjaajat ja toimijat perehdytetään seuran toimintatapoihin pääasiassa käytännössä oppimisen ja yhteisiin koulutustilaisuuksiin ja kokouksiin osallistumisen avulla. Tästä vastaavat pääasiassa valmentajat. Seura panostaa vahvasti tekemisen kautta oppimiseen. Tarvittaessa kannustetaan myös ulkoiseen koulutukseen osallistumiseen. Seura tarjoaa taloudellista tukea VOK-valmentajakoulutukseen osallistumiseen.

## **7. TOIMINTAMUODOT**

Seurassa on mahdollista harrastaa miekkailua kaikilla kolmella aselajilla. Kalpamiekkailua voi harrastaa ohjatuissa ryhmissä, miekkailuvuoroilla ja valmentajan kanssa yksityisopetuksessa. Floretti- ja säilämiekkailua voi opetella valmentajan kanssa yksityisopetuksessa ja sovitusti vapaamiekkailuharjoituksissa.

Harjoituksia järjestetään jokaisena viikonpäivänä, minkä lisäksi harjoitustilat ovat käytössä vapaaseen harjoitteluun joka päivä harjoitusaikojen ulkopuolella. Harraste- ja kilpamiekkailijoita löytyy alle kouluikäisistä aina yli 60-vuotiaisiin asti, ja lukuun ottamatta minijuniorien ryhmiä ja veteraaniryhmää kaiken ikäiset harjoittelevat yhdessä.

Seura tarjoaa myös mahdollisuuden harrastaa pyörätuolimiekkailua. Tätä varten on hankittu siihen tarvittavat alustat ja yksi pyörätuoli. Pyörätuolimiekkailijoiden valmentautumisesta vastaa Ivan Blagoev. Ohjausta on tarjolla harrastetasolta aina kansainväliselle huipulle saakka valmennuksen korkean tason ansiosta. Seuran valmentajat ovat käytettävissä henkilökohtaiseen opetukseen sopimuksen mukaan.

Miekkailuharjoitusten lisäksi seura järjestää monipuolista kuntoharjoittelua pilateksen, kuntopiirin, kesän peruskuntoharjoittelun, fysiikkaharjoitusten ja erilaisten pelien ja leikkien muodossa. Näitä harjoituksia vetävät joko valmentajat tai vapaaehtoiset. Viikonloppuleirejä järjestetään muutaman kerran vuodessa kaiken tasoille miekkailijoille. Seuran sisäisiä harjoituskilpailuja pidetään säännöllisesti lapsille ja aikuisille.

### Ikäryhmät:

7-13-vuotiaat (minijunnut): Kouluikäisille lapsille on oma ohjattu harjoitusryhmä ja ohjattu sparring kalvalla. Lisäksi he voivat osallistua jalkatyöhön ja pilatekseen. Tässä ikäryhmässä on tarjolla harrastus- ja kilpailutoimintaa, ja heillä on mahdollisuus saada henkilökohtaista valmennusta.

Nuoret 14-20-vuotiaat: Nuorille järjestetään useita harjoitusryhmiä viikossa yhdessä aikuisten kanssa. He voivat osallistua ohjattujen sparringien lisäksi vapaamiekkailuvuoroille, jalkatyöhön, pilatekseen ja kuntopiiriin. Henkilökohtaisen valmennuksen merkitys korostuu erityisesti kilpailevilla miekkailijoilla.

Aikuiset: Aikuisille on seurassa tarjolla harrastustoimintaa ja tavoitteellista kilpaurheilua. Viikoittain aikuiset voivat osallistua ohjattuihin harjoituksiin sekä jalkatyö- ja pilatesharjoituksiin. Kurssit ja sparringit järjestetään osittain yhdessä nuorten ryhmän kanssa. Henkilökohtainen valmennus on suosittua kilpa- ja harrastetasolla.

Veteraanit (+40, +50, +60, +70): Miekkailija on veteraani-ikäinen täytettyään 40 vuotta. Veteraanimiekkailijat harjoittelevat pääasiassa yhdessä aikuisten ja nuorten kanssa, minkä lisäksi heille saatetaan järjestää omia leirejä ja tapaamisia. Veteraanit voivat harjoitella kuntoilumielessä tai kilpailla, ja he saavat osallistua avoimen sarjan kilpailujen lisäksi oman ikäsarjansa kilpailuihin. Yhteisharjoitusten lisäksi tarjolla on henkilökohtaista valmennusta.

## **8. TÄHTISEURATOIMINTA**

Voimakkaassa kasvussa oleva Kalpaveljet panostaa yhtenä osa-alueena junioritoimintaan. Seuralle myönnettiin kesällä 2014 Nuoren Suomen sinetti (nykyinen tähtiseura). Tähtiseurakriteerien avulla on saatu välineet laadukkaaseen junioritoiminnan tarjoamiseen ja on luotu puitteet toiminnan kehittämiseksi.

Junioritoimintaa markkinoidaan tekemällä monenlaista yhteistyötä koulujen kanssa. Kalpaveljet osallistuu useita kertoja vuodessa koulujen harrastetapahtumiin ja käy tekemässä miekkailuesittelyjä lähialueen kouluissa liikuntatunneilla. Seura osallistuu vuosittain 1.-2.-luokkalaisille suunnattuun Sporttikortti - tapahtumaan, jossa tarkoitus on tarjota lapsille ilmainen tutustumiskerta erilaisiin urheilulajeihin. Lisäksi Kalpaveljet tarjoaa lähialueen kouluille mahdollisuuden järjestää iltapäiväkerhoja koulujen tiloissa.

Junioritoiminnan kehittämiseksi pidetään vuosittain keskustelutilaisuus juniorimiekkailijoille, heidän vanhemmilleen sekä valmentajille ja ohjaajille. Kokoontumisesta tiedotetaan kaikissa seuran tiedotuskanavissa. Keskustelluista asioista tehdään kirjallinen yhteenveto niitä varten, jotka eivät pääse paikalle. Seura jakaa uusille jäsenille tietoa toiminnasta ja lasten liikuntasuosituksista.

Seuran johto ja valmentajat ovat vahvasti junioritoiminnan kehittämisen takana, mikä on edellytys pelisääntökeskustelun onnistumiselle. Tiedottamalla tapaamisesta hyvissä ajoin ja kattavasti takaa sen, että mahdollisimman laaja joukko vanhempia ja lapsia saapuu paikalle ja että kohderyhmään kuuluvat ymmärtävät pelisääntökeskustelun tavoitteet ja hyödyt. Onnistuminen edellyttää sitä, että kaikkien ääni tulee kuuluville (harrastajat ja kilpailevat, lapset, vanhemmat, valmentajat).

Mikäli erimielisyyksiä sääntöjen noudattamisesta tulee, vastuuhenkilöt ja valmentajat arvioivat tilannetta ja toimintatapoja tarkastetaan. Asiasta keskustellaan asianosaisten kanssa ja pyritään löytämään tilanteeseen kaikkia tyydyttävä ratkaisu. Tästä voidaan järjestää tarvittaessa erillinen keskustelu lasten ja vanhempien kanssa esimerkiksi harjoitusten yhteydessä.

## 9. TURVALLISUUS

Turvallisuusvastaava: Ritva-Leena Lehtonen

Valvojat: Suvi Lehtonen

Turvamääräykset harjoituksissa Vakuutukset: Yhdistyksen omille jäsenilleen järjestämät tapahtumat eivät kuulu kuluttajapalveluita säätelevän lainsäädännön piiriin. Tarve tapahtumien laadun ja turvallisuuden varmistamiselle lähteekin lähinnä seuran sisältä. Kun nämä asiat ovat kunnossa, harrastajien on hyvä tulla mukaan kaikenlaiseen seuran toimintaan. Koska miekkailu luokitellaan vaaralliseksi lajiksi, on erityisen tärkeää, että turvamääräyksiä noudatetaan ja noudattamista valvotaan tarkasti. Tavallinen tapaturmavakuutus ei korvaa miekkailuharjoituksissa aiheutuneita vammoja, vaan sitä varten on otettava erillinen vaarallisten lajien vakuutus. Tämäkin vakuutus korvaa ainoastaan valvotusti ja asianmukaisilla varusteilla tapahtuneessa harjoituksessa sattuneet tapaturmat.

Suomen miekkailu- ja viisiotteluliitto myy miekkailijoille harrastelilisenssiä, joka sisältää tapaturmavakuutuksen. Lisenssin ja vakuutuksen ottaminen on pakollista kaikille seuran harrastajille, ja siitä annetaan puolivuositin kirjalliset ohjeet. Lisenssin vakuutuksineen voi tilata osoitteesta [www.fencing-pentathlon.fi](http://www.fencing-pentathlon.fi).

Kun yhdistys tuottaa maksullisia palveluita yhdistyksen ulkopuolisille henkilöille, laki kulutustavaroiden ja kuluttajapalvelusten turvallisuudesta määrittelee yhdistyksen palvelun tuottajaksi. Lain mukaan palvelu ei saa aiheuttaa vaaraa palvelun vaikutuspiiriin kuuluvan henkilön terveydelle tai omaisuudelle. Tästä syystä seurassa kiinnitetään huomiota palveluiden laatuun ja turvallisuuteen. Tutustumisryhmiä saavat vetää ainoastaan seuran nimeämät, koulutetut valmentajat ja ohjaajat, ja he ottavat etukäteen selvää osallistujien vakuuttamiseen liittyvistä asioista sekä osallistujien määrästä, iästä ja erityistarpeista.

Ryhmälle tiedotetaan kirjallisesti (esim. sähköposti) tunnilla tarvittavista varusteista, mahdollisista riskeistä ja nollatoleranssista päihteiden käytössä. Yhteistyössä eri toimijoiden (kuten koulujen ja



yritysten) kanssa vakuutuksista sovitaan etukäteen yhteistyötahon kanssa. Nyrkkisääntönä on, että kerhotoiminta ja muu koulun järjestämä toiminta kuuluvat koulun tapaturmavakuutuksen piiriin. Tyhy/tyky -päivien vakuutukset hoitavat yleensä työnantajat. Yksityisille ryhmille viestitään eri vakuutusmahdollisuuksista.

Varusteet: SM5L ohjeistaa, että miekkailtaessa on turvallisuussyistä aina käytettävä asianmukaisia miekkailuvarusteita eli maskia, kainalosuojaa, takkia, housuja, pitkiä sukia ja miekkailuhanskaa. Lisäksi naisilla on pakollisena varusteena rintapanssari. Seura lainaa harrastajille harjoitusmaskeja, takkeja ja hanskoja, mutta koska seuralla ei ole tarjota kaikkia varusteita, on suositeltavaa, että jokainen hankkii ne itselleen mahdollisimman nopeasti. Näistä asioista viestitään alkeiskurssin jälkeen jaettavassa tiedotteessa. Seuran valmentajat ja ohjaajat opastavat alkeiskurssilaisia varusteiden valitsemiseen ja oikeaoppiseen ja turvalliseen käyttöön sekä opastavat sääntöjen noudattamisessa. Varusteiden valinnassa on kiinnitettävä huomiota niiden kuntoon ja sopivaan kokoon. Hyväkuntoiset mutta liian isot tai liian pienet varusteet eivät välttämättä anna riittävää suojaa. Erityisesti kiinnitetään huomiota siihen, että kaikilla on oikeankokoinen ja ehjä maski, ja että se on asianmukaisesti päässä ennen aseiden käyttöönottoa ja aina alueella oltaessa. Muiden varusteiden tulee olla kunnolla päällä pistoharjoituksia tehtäessä ja miekkailtaessa. Turvamääräysten rikkomuksiin puututaan välittömästi. Valmentajat tarkistavat seuran välineiden ja tilojen kunnan säännöllisesti ja huoltavat välineitä tarvittaessa. Uusia välineitä hankitaan valmentajien ehdotuksesta.

Harjoittelu: Harjoitusryhmiin tulijoille jaetaan kauden alussa tiedote, jossa kerrotaan millaisesta toiminnasta miekkailussa on kyse, minkä kuntoisille ja tasoisille ryhmä on tarkoitettu, kauanko harjoitus kestää, kuka sen järjestää ja ohjaa, paljonko se maksaa ja mitä maksu sisältää. Samassa tiedotteessa mainitaan, keneltä saa lisätietoja ja kenelle ilmoitaudutaan. Jokaisella harjoitusryhmällä on oltava vähintään yksi ammattitaitoinen ohjaaja / valmentaja, jonka tehtävä on opettaa harrastajille miekkailun oikeaoppisia suoritustekniikoita ja sääntöjä, jotka osaltaan takaavat harjoittelun turvallisuuden. Ohjaaja ei saa jättää ryhmää valvomatta. Aikuisille riittää yksi ohjaaja, isoissa lasten ryhmissä taas on hyvä olla paikalla kaksi ohjaajaa. Lapset eivät saa koskaan miekkaila ilman aikuisen valvontaa. Siksi seura ei järjestä lapsille vapaamiekkailuvuoroja. Valmentajat pitävät huolen lasten ja nuorten sparringien turvallisuudesta.

Ryhmien kokoonpanossa kiinnitetään huomiota ohjaajien ammattitaitoon; mitä kokemattomampi ohjaaja, sen pienempi ryhmän kannattaa olla. Ryhmien ja harjoitusten sisältöihin vaikuttavat myös osallistujien ikä, kunto ja taitotaso. Harrastajia ohjataan ryhmiin, jotka vastaavat parhaiten heidän ominaisuuksiaan. Nämä asiat otetaan huomioon harjoitusten sisältöjen suunnittelussa, jotta voidaan taata turvallisuus myös pienissä tiloissa harjoiteltaessa. Tarvittaessa ryhmäkoko rajoitetaan tai tehdään lisäryhmiä, joista tiedotetaan kurssin aikana.

Jokainen harjoitus aloitetaan lajisuoritukseen valmistavalla valmentajan vetämällä 10–15 minuuttia kestäväällä verryttelyllä. Verryttelyn tarkoitus on herätellä lihaksistoa liikuntasuoritukseen ja ehkäistä vammojen syntyä. Sen tärkeydestä muistutetaan harjoitusten yhteydessä viikoittain. Ohjaajat ja valmentajat opastavat harrastajia lisäksi omatoimiseen harjoittelemiseen ja venyttelyyn. Valmentajat varmistavat, että jokainen harjoitus tehdään sille varatussa tilassa, ja että jokainen tekee harjoituksen omalla vuorollaan. He valvovat, että kukaan ei kulje harjoitusalueen poikki kesken suorituksen, ja että alueelle mentäessä harrastajalla on varusteet päällään. Valmentajat

myös puuttuvat välittömästi väkivaltaiseen miekkailuun ja tarvittaessa estävät väkivaltaisesti käyttäytyvän miekkailijan menemisen alueelle.

hätätilanteen sattuessa: Miekkailussa vammat ovat melko harvinaisia, ja ne ovat yleensä lieviä venähdyksiä tai ruhjevammoja, joihin riittää kylmä-koho-kompressio –hoito. Ohjatuissa harjoitusryhmissä on hyvä olla paikalla vähintään yksi ensiaputaitoinen henkilö. Ohjaajalla on oltava saatavilla ladattu puhelin ja ensiaputarvikkeet. Ensiapupiste on selkeästi merkitty ja kaikkien saatavilla näkyvällä paikalla. Ensiapupisteestä on löydettävä ainakin kylmäpakkauksia, sidostarpeita, haavanhoito- ja desinfiointitarvikkeita. Ensiaputarvikkeita ei saa käyttää turhaan. Turvallisuusvastaava on vastuussa ensiapupisteen välineistä. Valmentajat ja ohjaajat opastavat tapaturman sattuessa harrastajaa jatkotoimenpiteisiin. He selvittävät, onko tapaturmaan joutuneella tarvetta lääkärikäynnille ja onko hänellä voimassa oleva vakuutus.

Tarvittaessa valmentajat opastavat henkilöä tekemään korvaushakemuksen vakuutusyhtiölle. Kun lapselle sattuu lääkärihoitoa vaativa vahinko, valmentajat ottavat aina yhteyttä lapsen vanhempiin. Jäsenten yhteystiedot kerätään mahdollisten hätätilanteiden varalta. Jäseniä ohjeistetaan kertomaan ohjaajille/valmentajille mahdollisista harrastamiseen vaikuttavista sairauksista ja allergioista (Lääkehoitoa tarvitsevien henkilöiden on ilmoitettava asiasta etukäteen, ja heillä on oltava mukanaan resepti lääkkeestä ja lääke valmiiksi annosteltuna). Tiedot säilytetään luottamuksellisesti. Ensiapuohjeet, hätänumero ja ohjeet hätätilanteen sattuessa ovat näkyvällä paikalla salin ovelta. Vastuu hätänumeroon soittamisesta ja tilojen tyhjentämisestä on ensi sijassa valmentajalla tai valvojilla, jos valmentaja ei ole paikalla. Sali tulee tyhjentää palohälytyksen tai muun vastaavan hälytyksen sattuessa tai mikäli paikalla on uhkaavasti käyttäytyvä henkilö/henkilöitä. Hätäpuhelusta on tehtävä välittömästi ilmoitus Nääshallin henkilökunnalle. Paloturvallisuudesta pitävät huolta valmentajat, ohjaajat ja terveen maalaisjärjen omaavat aikuiset. Sähkölaitteet sammutetaan harjoitustiloista poistuttaessa. Ensisammutusvälineistö on näkyvällä ja helposti saatavalla paikalla hallin käytävällä. Poistumistiet on merkattu hätävaloilla, jotka palavat myös sähkökatkon sattuessa. Harrastajia muistutetaan säännöllisesti, että poistumisreitien eteen ei saa jättää tavaroita. 16

Nääshallista pääsee ulos pääoven lisäksi pääkäytävän hätäuloskäynnistä. Kokoontumispaikka hätätilanteen sattuessa on Nääshallin parkkipaikalla puistoon johtavien rappusten edessä. Kilpailujen ja tapahtumien järjestäminen Kalpaveljet järjestää vuosittain monenlaisia kilpailuja ja leirejä. Epävirallisissa tapahtumissa pätevät samat turvallisuus- ja varustesäännöt kuin harjoituksissa.

Virallisia tapahtumia järjestettäessä on huomioitava lisäksi seuraavat asiat:

- tapahtumalle nimetään turvallisuusvastaava, joka vastaa tapahtuman yleisestä turvallisuudesta. Turvallisuusvastaava tutustuu rakennuksen turvallisuussuunnitelmaan, selvittää ensisammutusvälineiden sijainnin ja varmistaa, että poistumisreiteille ja ensiapupisteelle on opasteet ja että tapahtumassa on kuulutusmahdollisuus. Turvallisuusvastaavan tehtävä on välittää tieto eteenpäin muille toimijoille.

- Kilpailumääräysten noudattaminen: virallisen kilpailun järjestäjän vastuulla on valvoa, että osallistujilla on Suomen miekkailu- ja viisiotteluliiton kilpailulisenssi ja siihen kuuluva tapaturmavakuutus. Järjestäjä valvoo, että kilpailuun osallistujien varusteet täyttävät kansalliset /

kansainväliset turvamääräykset. Lisenssit tarkistetaan ilmoittautumisen yhteydessä ja varusteet joko erillisessä varustetarkastuksessa tai tuomarien toimesta otteluiden yhteydessä. Tästä päätetään tapahtumakohtaisesti.

- Ensiapu: tapahtumissa on oltava koko tapahtuman ajan läsnä ensiaputaitoinen henkilö ja selkeästi merkitty ensiapupiste, josta löytyvät ensiapuvälineet yleisimpiin lajissa sattuviin vammoihin. Ensiapupisteestä on löydettävä ainakin kylmäpakkauksia, sidostarpeita sekä haavanhoito- ja desinfiointitarvikkeita.

- Elintarvikkeiden myynti: tapahtumassa pidettävästä kahviosta on tehtävä etukäteen myynti-ilmoitus terveystarkastajalle, jossa esitetään arvio tapahtuman osallistujamäärästä ja siitä, millaisia elintarvikkeita myydään. Selvitys on tehtävä myös varasto- ja huoltotiloista, veden saannista, käymälöistä ja jätehuollosta. Vähintään yhdellä vapaaehtoisella täytyy olla hygieniapassi. Elintarvikkeet tulee suojata haitallisilta vaikutuksilta kuten mikrobeilta, lämmöltä ja kosteudelta. Elintarvikkeiden käsittelyssä ja välineiden ja käsien pesussa on käytettävä valvottua talousvettä. Ainakin yhdellä elintarvikemyynnistä vastaavalla on oltava hygieniapassi. elintarvikkeiden myynti-ilmoitus terveystarkastajalle (turvallisuusasiakirjan laatimisessa käytetty apuna: Yhdistyksen turvallisuusopas, SLU julkaisusarja 15/2011. Alkuperäisen oppaan julkaisijat: Suomen Liikunta ja Urheilu SLU ry ja Suomen Latu ry).