



HELSINGIN TARMO ry

VUOSIKERTOMUS

2021



Sisällysluettelo

Toimintavuosi 2021	3
Hallinto.....	3
Talous	5
Järjestötoiminta	5
Ansiomerkit.....	5
Lajijaostojen toimintaraportit	6
Judojaosto Chikara	6
Nyrkkeilyjaosto	8
Painijaosto	17
Painonnostojaosto	20
Voimanojasto	21
Yleisurheilujaosto	22
Aikuisyleisurheilijoiden toiminta	26
Toiminnantarkastuskertomus.....	30
Tilintarkastuskertomus.....	31



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

Vuosi 2021 oli Helsingin Tarmo ry:n 90. toimintavuosi

Helsingin Tarmo on liikuttanut helsinkiläisiä ja vaikuttanut heidän urheilumahdollisuuksiinsa keväästä 1931 alkaen. Siis kulunut vuosi oli seuramme 90. toimintavuosi. Pääsimme juhlistamaan yhdessä toimintamme 90 - vuotista taipalettamme 04.12.2021 järjestetyssä juhlatapahtumassa perinteisessä Paasiravintolassa.

Koronapandemiatilanne vaikutti seuramme toimintaan edelleen kaikissa harrastamissamme lajeissa. Rajoitukset vaikuttivat merkittävästi koko seuran harrastajamäärään. Seuramme noudatti edelleen jaostokohtaisesti Helsingin kaupungin ja terveydenhuoltotahojen ohjeita ja rajoituksia. Käytännössä tuo tarkoitti sitä, että ryhmien harrastustoiminta ja salien käyttö oli rajoitettua edelleen osan toimintavuotta. Monen lajin kilpailutoiminta oli myös rajoittunutta ja pienimuotoista.

Viime vuosien tapaan seurassamme painottuivat nuoriso- ja harrastustoiminta sekä perinteisesti kilpailulliset tavoitteet. Olemme kuitenkin lähitulevaisuudessa tilanteessa, jossa on tarkasteltava toimintaamme lähemmin nykyhetken sopivana ja oltava valmiit muuttamaan totuttuja toimintatapojamme ja tavoittelemaan paremmin tulevaisuuden haasteita.

Harjoittelu- ja jäsenmaksun kuluvana vuonna maksoi yhteensä 564 henkilöä. Seuramme toiminnassa mukana olevien vapaajäseniemme panos ja määrä on edelleen merkittävä.

Seuran parhaina urheilijoina palkittiin Tähti -pokaalilla ja valmennustuella nyrkkeilijä Lia Pukkila ja painijalupaus Hugo Riehungangas.

Rehti kiitos Teille kaikille, jotka olette olleet mukana seuramme toiminnassa sekä rakentaneet toimintaamme edelleen.

Hallinto

Seuran johtokuntaan kuuluivat: Markku Aalto (puheenjohtaja), Tapani Eisanen (varapuheenjohtaja), Juha Salonen (taloudenhoitaja), Mikko Ollila (sihteeri), Alekski Kauramäki, Jani Rauma, Markus Hekkala. Juha Salonen jatkoi osatoimisena taloudenhoitajana. Johtokunnan päätavoitteena on seuran toiminnan kokonaisvaltainen kehittäminen ja johtaminen sekä sen myötä jaostotoiminnan tukeminen.

Johtokunta kokoontui yhteensä 7 kertaa. Jokaisesta kokouksesta tehtiin pöytäkirja ja sen allekirjoittivat kaikki kokoukseen osallistuneet johtokunnan jäsenet. Alkuperäiset pöytäkirjat säilytetään seuran tilassa Paasitornissa. Seuramme toimisto ja kokoukset pidettiin HTY:n Paasitornin tiloissa.

Toimintasuunnitelman mukaisesti seuran lajijaostot olivat: judo, nyrkkeily, paini, painonnosto, voimanno, yleisurheilu.

Seuran kevätkokous pidettiin 19.8.2021 ja syyskokous 13.12.2021 Paasitornissa, Paasivuorenkatu 5 A, Helsinki. Kummassakin kokouksessa puheenjohtajana toimi Markku Aalto ja sihteerinä Mikko Ollila.



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

Helsingin Työväenyhdistyksen Voimistelu- ja Urheiluseura Tarmo ry:n

Seura, jolla on hyvä maine ja jota on helposti lähestyä. Rehti urheiluseura, joka mahdollistaa jäsenilleen harrastus-, kilpailu- ja muita seuratoimintaan liittyviä toimintaedellytyksiä ohjelmassaan olevien lajien puitteissa.

Seura, jossa osataan arvostaa ja palkita jäsentensä harrastustyötä ja — toimintaa. Seura, jossa ollaan valmiita panostamaan huippu-urheiluun sekä kannustamaan ja tukemaan nuorten kasvua urheiluharrastuksen myötä.

Seura, jossa vaalitaan rehtiä puhdasta urheiluhenkeä, hyvää etiikkaa ja moraalialia

Seura, joka ylläpitää hyvää yhteistoimintaa seuran sisällä, lajiliittojen sekä eri sidosryhmäjä urheilutahojen kanssa.

Seura, jonka lajien harjoitustapahtumat toteutetaan laadukkaasti ryhmän tason ja tavoitteiden mukaisesti.

Seura, joka mahdollistaa ja kannustaa jäseniään kehittämään seuratoiminta- ja valmennustaitojaan.

Taloudellinen toiminta

Toteutetaan ja kehitetään seuratoiminnassa hyvää johtamista ja hallinnointia sekä hoidetaan seuran taloutta vuosikokouksessa hyväksytyyn taloussuunnitelman, talousohjesäännön sekä yleisen hyvän harkinnan mukaan.

Koulutus- ja valmennustoiminta

Järjestetään seuran ohjelmassa olevien lajien harjoituksia sekä mahdollistetaan harjoitusleireille osallistuminen tarpeiden sekä johtokunnan ja jaostojen harkinnan mukaan.

Järjestetään seuran ohjelmassa olevien lajien valmentaja- ja tuomarikoulutusta sekä osallistutaan muiden tahojen järjestämiin koulutustilaisuuksiin seuran jäsenten tarpeiden sekä johtokunnan ja jaostojen harkinnan mukaan. Jatketaan yhteistä kilpailuun valmistautumisen koulutus.

Painotetaan lapsi- ja nuorisoliikunnan osuutta toiminnassamme mm. aikuinen lapsiliikunta /nallepaini / muksujudo. Kannustetaan jaostoja järjestämään kouluille iltapäiväkerhotoimintaa resurssiensa mukaan.

Kilpailutoiminta

Järjestetään jaostojen tarpeiden mukaan jäsentenvälisiä kilpailuja joka ikäluokassa.

Järjestetään kansallisia ja kansainvälisiä kilpailuja johtokunnan ja jaostojen harkinnan mukaan.

Osallistutaan muiden järjestämiin kilpailuihin seuran edun ja jäsenten tarpeiden sekä johtokunnan ja jaostojen harkinnan mukaan. Kannustetaan ja tuetaan kilpailumenestykseen pyrkiviä seuran urheilijoita.

Järjestötoiminta

Järjestetään kevä- ja syyskokous sääntöjen määräämänä ajankohtana.

Pidetään johtokunnan, jaostojen ja muiden asetettujen toimielinten kokouksia.

Osallistutaan seuran ohjelmassa olevien lajien erikoisliittojen sekä ESLU:n kokouksiin.

Osallistutaan HTY:n edustajiston ja valtuuston kokouksiin.

Osallistutaan muiden johtokunnan ja jaostojen tarpeelliseksi katsomien yhteistyötahojen, järjestöjen ja liikelaitosten tapahtumiin ja kokouksiin.



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

Pidetään yllä jäsenrekisteriä tietoturvasäännöt huomioiden. Tavoitteena on päästä tilanteeseen, jossa kaikki asiointi (jäsentiedot, -maksut jne.) hoidetaan joka jaostossa sähköisesti.

Seuratoiminnan kehittäminen

Lisätään seuran positiivista imagoa ja näkyvyyttä huolehtimalla seuran sekä jaostojen nettisivujen hyvästä ja akuutista toimivuudesta. Toiminnan kehittämiseksi järjestetään jaostojen sihteereille / nettisivujen ylläpitäjille yhteinen koulutustilaisuus.

Jaostojen tilanne huomioiden, korvataan nimetyille valmentajille / lajiohjaajille johtokunnan määrittämällä tavalla kulukorvaukset tms. palkkiot toiminnastaan.

Käytetään seuran yhteisiä infotauluja kilpailu- tms. tapahtumissa.

Pidetään yllä johtokunnassa toimenpiteitä oman (osan) harjoitustilan tai huoneiston hankinnasta.

Talous

Seuramme kirjanpitoa hoiti Tilitoimisto Tommi Ranta Oy, Helsinki, yhdessä seuramme taloudenhoitajan kanssa. Tilintarkastajana toimi HTM Anssi Pietiläinen ja toiminnantarkastajana Arto Pohjamo. Molemmille toimitettiin kopiot johtokunnan pöytäkirjoista. Jokaisella jaostolla on oma tilinsä, jonka käyttöä valvoo johtokunta. Seuran talousohjesäännössä määritellään toimintarajat ja -valtuudet. Pääseura tukee taloudellisesti jaostojen toimintaa jäsen määrän ja kilpailutuloksien mukaan.

Talouspuolella toimintamme tukijalkoina ovat omistamamme osakehuoneistot Helsingin Kalliossa, oma varainhankinta, jäsen- ja harjoitusmaksutuotot sekä tarkka menoseuranta. Näillä pystymme takaamaan jäsentemme kilpailu- ja valmentautumiskulut. Suurimman menoerän muodostavat harjoituspaikkamaksut. Helsingin kaupunki myöntää avustuksia toimintaan ja harjoitustilavuokriin.

Vuoden 2021 tilinpäätöksen tulos oli 8817,91 euroa tappiollinen. Tulosta voidaan pitää taisteluvoittona pahasta korona -tilanteesta johtuen. Tilintarkastajan ja toiminnantarkastajien lausunnot jäljempänä.

Järjestötoiminta

Helsingin Tarmo kuului jäsenenä Suomen Judoliittoon, Suomen Nyrkkeilyliittoon, Suomen Painiliittoon, Suomen Painonnostoliittoon, Suomen Voimannostoliittoon sekä Suomen Urheiluliittoon, Etelä-Suomen Liikunta ja Urheiluun, Suomen Aikuisurheiluliittoon, Suomen Valmentajat ry:n sekä Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU:n.

HTY:n edustajiston jäsenenä vuonna 2021 olivat Juha Salonen, Tapani Eisanen sekä xxxx. HTY:n valtuustoon kuuluivat Ilpo Seppälä ja Markku Aalto.

Ansiomerkit ja huomionsoitukset

Merkkivuosisjuhlan yhteydessä jaettiin myönnettyt ansiomerkit:

Kultainen ansiomerkki: Ari Myllynen (paini), Juha Pitkänen (paini)

Hopeinen ansiomerkki: Pekka Kuismin (paini), Ossi Soverila (nyrkkeily)

Pronssinen ansiomerkki: Amin Nuri (nyrkkeily), Maria Pirseyedi (paini), Onni Jenkins (nyrkkeily), Susanna Lehtonen (nyrkkeily), Jukka Kortti (nyrkkeily).

Pöytästandaarit: Osku Pajamäki (HTY), Eveliina Landin (paini), Hannele Moisander (paini), Juha Salonen (judo), Jarmo Raveala (judo).

Painin kannustinlautanen: Juliaana ja Mikko Riehunkangas, Pekka Kuismin, Jerry Pitkänen.

Suomen Urheiluliiton Kultainen Ansiolevyke: Kari Simonen (yleisurheilu)



Lajijaostojen toimintaraportit

Helsingin Tarmon judojaosto Chikaran toimintakertomus 2021

Vuosi 2021 alkoi koronan toisen aallon jatkuessa salit suljettuina. Kevätkausi meni käytännössä koronarajoitusten merkeissä. Suomessa ja ulkomailla arvokisoja sekä erilaisia tapahtumia jouduttiin perumaan tai siirtämään edellisen vuoden malliin. Chikaran toimintaa jatkettiin kuitenkin koko ajan sen mukaan, miten koronarajoitukset sallivat. Muksut ja juniorit pääsivät treenaamaan salillakin. Kilparyhmä treenasi omassa koronakuplassaan. Eniten koronarajoitukset hankaloittivat aikuisten toimintaa

Kisakausi käynnistyi Tallinnassa Audentes Spordiklubin kisoissa, joissa Alekski Hukkanen (alle 81 kg) ja Kristofer Pertelson (alle 66 kg) molemmat voittivat U16-sarjansa. Kisajärjestelyt Tallinnassa sujuivat hienosti tiukasta koronaprotokollasta huolimatta.

Aikuisten SM-kilpailuissa 9.10. Nummelassa Chikara oli kahdella kultamitalillaan ja yhdellä pronssillaan paras judoseura Suomessa jatkaen katkeamatonta mitalisarjaansa. Suomenmestaruudet 2021 voittivat Katri Raveala sarjassa naiset yli 78 kg ja Sami Ponsi sarjassa miehet yli 100 kg. Joonatan Kujanhaara voitti SM-pronssia sarjassa alle 66 kg.

Nuorten SM-kisoissa 2. ja 3.10. Porvoossa Chikara oli viidellä kultamitalillaan ja kahdella pronssillaan paras seura. Nuorten suomenmestaruudet voittivat Riina Myllylä, T18 alle 57 kg, Erika Vauhkonen, N21 alle 57 kg, Katri Raveala, N21 yli 70 kg, Joonatan Kujanhaara, P18 alle 66 kg ja Alekski Hukkanen, P18 alle 81 kg. Pronssia voittivat Riina Myllylä, N21 alle 57 kg ja Zakaria Bouzada, M21 yli 90 kg. Menestyksen nuoret kruunasivat sunnuntaina, kun Chikaran U18- ja U21-poikien ja tyttöjen yhteisjoukkue voitti seuran ensimmäisen juniorien joukkueiden suomenmestaruuden.

Finnish Judo Openissa Turussa 30.10. Chikara oli parhaana suomalaisena seurana toinen Tarto Don jälkeen neljällä kulta-, kahdella hopea- ja kahdella pronssimitalillaan. Kultaa voittivat Erika Vauhkonen sarjoissa W21-57 kg ja W-57 kg ja Joonatan Kujanhaara sarjoissa M21-66 kg ja M-66 kg. Hopeaa voittivat Riina Myllylä, G18-57 kg ja Alekski Hukkanen, B18-81 kg sekä pronssia Oscar Pertelson M-73 kg sekä Kristofer Pertelson B18-66 kg.

Kilpatatamien auettua aktiivisia olivat myös aikuiset harrastajat ja aloittelevat juniorit, joista toivomme jatkoa myös seuran menestyksekkääseen kilpajudoon. Alempien vöiden mestaruuskisoissa Helsingissä 23.10. Chikara sai viisi mitalia. Kultaa sarjoissaan voittivat Maxim Semenov ja Iiro Salminen, hopeaa Jani Virtanen ja Julia Kyllönen sekä pronssia Harri Mustajärvi. Seuravana päivänä kisat jatkuivat Hontai Shiaissa, jossa aloittelevat juniorit taistelivat hienosti voittaen seitsemän mitalia. Parhaiten onnistui sarjassa T11 alle 35,5 kg Carolina Hietanen-Lin voittamalla kultaa. Startti cupissa 20.11. Kirkkonummella Chikaran juniorit voittivat kuusi mitalia, joista parhaiten onnistui Siiri Leivonmäki sarjassaan T11 alle 41 kg.

Mediakynnyksen ylitti entisen päävalmentajan ja moninkertaisen arvokisamitalistin Chikaran Juha Salosen 60-vuotipäivän juhlaaastattelu Judolehdeissä 16.10.2021 sekä juhlan kunniaksi yhteistyössä Suomen Judovalmentajakerhon kanssa järjestetty 60-vuotisjuhlaleiri ja seminaari Pajulahdessa 19.9.2021.

Positiivista oli myös Chikaran juniorien valinta Suomen nuorten vuoden 2021 edustusjoukkueisiin. Alle 21-vuotiaiden maajoukkueeseen valittiin Erika Vauhkonen ja Joonatan Kujanhaara.

Jäsenmaksun Suomisportti-järjestelmässä maksaneiden, kunniajäsenten sekä muksujudokoiden määrä yhteensä putosi Chikarassa koronakadon takia sadan pintaan. Kun treenit saatiin syyskaudella käyntiin, viikkoharjoitusten määrä läheni taas perinteistä kuuttatoista. Perinteiset kaksi vapaaharjoitteluvuorua säilyivät kalenterissa. Muksujudo oli edelleen suosituin "kurssi", jonka harjoitukseen halusi monta tulevaa judokaa vanhempineen. Koronaohjeiden noudattaminen aiheutti seuralle paljon päänvaivaa tiedottamisessa ja



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

toiminnan järjestämisessä. Kun mahdollista oli, treenit pyörivät entiseen tapaan maanantaisin, keskiviikkoisin ja perjantaisin. Elokuussa aukesi Urhea-halli, jossa järjestetään kilpajudokoille suunnattuja harjoituksia. Keskiviikon yleinen Chikaran dojolla järjestetty harjoitus oli välillä tauolla, mutta näyttää edelleen pysyvän aikuisten kilpajudokoiden suosituimpien treenien joukossa.

Valitettavasti koronarajoitukset estivät perinteisen Chikaran gaalan järjestämisen, kuten kävi myös edellisenä vuonna. Pääsimme kuitenkin osallistumaan 4.12. emoseuramme Helsingin Tarmo ry:n 90-vuotisjuhliin Paasitornissa.

Erityskiitokset kaikille valmentajille ja treenien vetäjille! Harjoituksia ohjasivat vuoden aikana Juha Salonen, Jami Hukkanen, Sofia Lehtonen (jäi äitiysvapaalle kauden lopulla), Jukka Putaala, Teemu Polo, Sampo Laine, Alex Suvorov, Harri Hakala, Sauli Savukoski ja Timo Myöhänen. Lisäksi harjoituksissa toimi lukuisia apuohjaajia, ja myös juniorikilpailijat osallistuivat harjoituksiin apuohjaajina.

Tätä kirjoittaessa koronapandemia on vihdoinkin osoittanut laantumisen merkkejä, ja voimme perustellusti uskoa toiminnan palaavan normaaliksi kauden 2022 aikana!

Kilpailutoiminta

Nuoret

Nuorten SM-kisat, 2.10. – 3.10. Porvoo

Riina Myllylä, kultaa T18 -57 kg

Kristofer Pertelson, 5. P18 -66 kg

Alexi Hukkanen, kultaa P18 -81 kg

Erika Vauhkonen, kultaa N21 -57 kg,

Riina Myllylä, pronssia N21 -57 kg

Katri Raveala, kultaa N21 +70 kg

Joonatan Kujanhaara, kultaa M21 -66 kg

Kristofer Pertelson, 7. M21 -66 kg

Zakaria Bouzada, pronssia, M21 +90 kg

Nuorten yhdistelmä joukkueen SM-kilpailu, Chikara, kultaa

Baltic Sea Championships, 4.12. Orimattila

Alexi Hukkanen, kultaa B18 -81 kg

Joonatan Kujanhaara, pronssia M21 -66

Oscar Pertelson, kultaa. M -73

Aikuiset

SM-kilpailut, 9.10.- 10.10. Nummela:

Katri Raveala, kultaa N+78 kg

Joonatan Kujanhaara, pronssia M -66 kg

Sami Ponsi, kultaa M+100 kg

Veteraanit

SM 27.11. Tampereella: Jan-Peter Virtanen pronssia M5M6-90 kg

Valmennustuki ja palkitsemiset

Tarmon johtokunta myönsi Chikaran vuoden 2021 SM-mitalisteille erisuuruisia valmennustukia.



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

Jaoston kokoonpano

Judojaoston puheenjohtajana jatkoi Jarmo Raveala. Muut judojaoston johtoryhmän jäsenet olivat Tanja Kujanhaara, Pia Loukiainen, Markku Peitsara, Jarmo Hukkanen, Sofia Lehtonen (jäi äitiysvapaalle kauden lopulla) ja Juha Salonen.

Nyrkkeilyjaoston toimintakertomus 2021

Kilpa- ja kuntopuolella oli vuonna 2021 yhteensä noin 100 jäsentä. Kilpailutoiminta on edelleen ollut laajaa ja menestyksestä kansallisesti ja myös kansainvälisesti. Henkilökohtainen kilpailusuunnitelma/toimintasuunnitelma tehdään kilpailijoille vuosittain. Kansainväliselle tasolle ja sinne pyrkiville tehdään omat suunnitelmat. Suunniteltu kisaohjelma ja jokainen harjoitus valmistaa kilpailijaa tuleviin kisoihin. Kuntonyrkkeilijöiden osuus on seurassa pysynyt suurinpiirtein samana vuosittain, tosin koronarajoitukset ja salin paikan vaihtaminen aiheuttivat pientä heiluntaa jäsenmäärissä. Pitkään mukana seuran toiminnassa olleet ovat kuitenkin jatkaneet mukana kaikesta huolimatta. Myös uusia kasvoja saatiin uudella sijainnilla mukaan muutamia. Seura on viimevuosina tukenut ohjaajia ja valmentajia tarjoamalla erilaisia koulutuksia. Tänä vuonna valmentajakursseja ja -koulutuksia peruuntui tai siirtyi/siirrettiin koronan takia. Tarmon nyrkkeily on edustettuna projektissa huippu-urheilijan polku C, B ja A junnuille, jossa tehdään yhteistyötä kaikkien maamme lukioden ja ammattioppilaitosten kanssa (Marko Metz Nyrkkeilyliiton Valmennusvaliokunnassa). Tavoitteena on saada maajoukkueet nyrkkeilylle kaikkii ikäryhmiin sekä koulutusta joka tukee huippu-urheilua myös nyrkkeilyssä. Monilla lajiliitoilla tällaista jo on mutta ei vielä nyrkkeilyllä. Valiokunnassa toimiminen sekä muissa Nyrkkeilyliiton luottamustoimissa toimiminen tuo hyvää mainontaa myös Helsingin Tarmolle. Kuntonyrkkeilyvastaavamme Jukka Kortti on mukana Nyrkkeilyliiton Harrastevaliokunnassa, joka mm järjestää ohjaajakoulutuksia. Viestinnän osalta seuran sivustoa seurataan ahkerasti ja sen ylläpidossa ollaan onnistuttu. Välillä päivityksissä on ollut viivettä mutta tilanne korjaantui loppuvuotta kohdin. Sosiaalisessa mediassa (Facebook, Instagram) pyrittiin olemaan aktiivisia tilojen päivityksissä ja tavoittaa näin uusia ja vanhoja jäseniä. Positiivista ja laajaa huomiota sekä mainontaa saatiin kun päävalmentaja Marko Metz valittiin Stadiumin järjestämän vuoden valmentaja äänestyksen voittajaksi. Nyrkkeilyn perus/alkeiskurssia ei poikkeuksellisesti järjestetty vaan keskityttiin junioireihin, kilpapuoleen ja kuntonyrkkeilyn jatkoryhmän pyörittämiseen sekä uutena aloitettiin

Ryhmät

Kuntonyrkkeilyn jatkoryhmä ti ja to klo 18.30 - 20.00
Aikuisten nyrkkeily (Harrastenykkeily jatkossa) ke klo 18.30-20.00
Nyrkkeilykoulu junnuille ma klo 17-18 ja klo la 12-13
Nassikkanyrkkeily (7 kertaa) su klo 12-13
Sikajumppa ma klo 18.30 - 20.00
Kilpailijoiden treeniviikko:
Maanantai: treenit klo 18.30-20.00 (sikajumppa)
Tiistai: treenit klo 17.00-18.30
Torstai: treenit klo 17.00-18.30
Perjantai: treenit klo 17.00-18.00
Lauantai: treenit klo 14.00
Sunnuntai: treenit klo 12.00



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

Tarmon vuoden 2021 urheilijaksi valittiin Lia Pukkila mm. erinomaisen kilpailumenestyksen saavuttaneena.



Kuva Lia Pukkila Vuoden Tarmolainen urheilija 2021

Hallinto

Jaoston kokoonpano 2021 tammikuu-elokuu: Puheenjohtaja: Jani Rauma, Jaoston sihteeri: Markku Aalto, Varapuheenjohtaja: Timo Liljeroos, Varainhoitaja: Marko Metz

Salin ylläpitovastaava: Jani Rauma, Valmentajat: Marko Metz, Amin Nuri, Ossi Soverila, Juha Honka, Karre Anttonen, Netti & Some: Noora Kirppu, Sam Morovati ja Ossi Soverila

Jaoston kokoonpano 2021 syyskuu-joulukuu

Puheenjohtaja: Titta Päri (virallisesti joulukuu 2021)

Varapuheenjohtaja: Noora Kirppu

Kilpаныrkkeilyvastaava/päävalmentaja: Marko Metz

Sihteeri: Noora Kirppu

Tiedotusvastaavat: Hanna Paavilainen, Sam Morovati, Noora Kirppu

Kalustevastaava: Timo Liljeroos

Kuntonyrkkeilyvastaava: Jukka Kortti

Varainhoitaja: Marko Metz



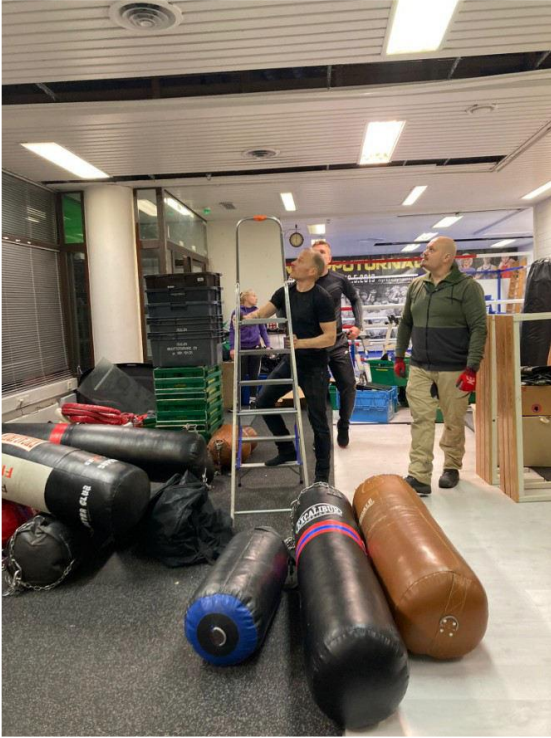
Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

Tilat

tammikuu-marraskuu / Haapaniemenkatu 14, Merihaka



Kuva Muutto käynnissä vanhalla salilla Merihaassa
joulukuu / Mäkelänkatu 52B, Vallila



Kuva Tarmolaiset kokoustamassa ja katsastamassa uutta salia Mäkelänkadulla.



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

Kuva Aseman Lapset ry muisti SM-kisoissa Tapanilan Erän Jari Johanssonia ja Helsingin Tarmon Marko Metzä.

Aseman Lapset ry:n perustehtävä on lasten ja nuorten turvallisen kasvun ja hyvinvoinnin edistäminen sekä syrjäytymisen torjuminen. Tässä työssä myös Tarmo on ollut jo useamman vuoden mukana.



Kilparyhmä:

48kg Noora Kirppu
51kg Tessa Kakkonen
54kg Anna Jutila
57kg Jenni Karjalainen
57kg Serwa Abdulmohammadifar
60kg Johanna Huttunen
63kg Anette Valtanen
63kg Erika Wielert
66kg Anu Lammi

57kg Arslan Khataev
60kg Kerim Kadyrov
67kg Benjamin Eriksson
69kg Amin Nuri
69kg Elyas Mc Clellan
86kg Valtteri Nordensved
91kg Viljami Takkunen
+91kg Okko Outinen

Juniorit:

T-B54Kiira Meriläinen
B- Ivan Zuravel
B-75kg Danilo Niezviestnykh
T-A60kg Suvi Tujula
T-A64kg Eerika Häggqvist

T-A70kg Lia Pukkila
T-A70kg Lia Pukkila
T-A70kg Veera Tuomikoski
A 71kg Sam Morovati
A 75kg Kaarlo Koponen

Ottelutulokset 2021

Tammer turnaus (siirretty koronan takia tammikuule 2022)



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki



Kuva Lia Pukkilalle SM-kultaa

SM-kisat 10.-12.12.2021, Helsinki

6 kultaa, 3 hopeaa, 2 pronssia

SM-KISAJOUKKUE

48kg Noora Kirppu

57kg Anna Jutila

57kg Jenni Karjalainen

60kg Johanna Huttunen

60kg Suvi Tujula

63kg Anette Valtanen

70kg Anu Lammi

70kg Lia Pukkila

60kg Arslan Khataev

67kg Benjamin Eriksson

71kg Sam Morovati

92kg Viljami Takkunen

63kg Erika Wielert

Pe 10.12.

W57 kg Anna Jutila (HeTa) – Tiia-Mari Rantakylä (EKH) 5-0

W57 kg Marjut Lausti (NBC) – Jenni Karjalainen (HeTa) 5-0

67 kg Benjamin Eriksson (HeTa) – Michael Rauhala (HSC) 5-0

Someron voiman nyrkkeilykilpailut 4.12.2021

N63kg Johanna Huttunen HeTa - Hilja Hamard TaE 5-0

BT60kg Suvi Tujula HeTa - Yessica Frantsi VäBT 5-0

Johannalle ja Suville voitot

Ruskiksen skabat 21.11.2021

N63kg Naiimo Bulhan VN - Erika Wielert HeTa 3-0

N60 Suvi Tujula HeTa - Marjut Lausti NBC 2-1

N75 Anu Lammi HeTa - Jenni Kiili TuJy 3-0

N63 Johanna Huttunen HeTa - Hanna Juntheikki VäBT 3-0

Anulle, Johannalle ja Suville voitot



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

Kajaaniturnaus 6.-7.11.2021, Kajaani

6.11.

W60kg Johanna Huttunen HeTa- Eeva Lätti OuTa 5-0

W57kg Jonna Hakkarinen NBC - Anna Jutila HeTa 5-0

W70kg Anu Lammi HeTa - Mari Sillansuo NBC 5-0

Anulle ja Johannalle voitot

7.11.

W66kg Erika Wielert HeTa - Bervan Hassani SWE 3-2

W70kg Anu Lammi HeTa - Mari Sillansuo NBC 5-0

W57kg Anna Jutila HeTa - Mira Kiviharju LaLu 3-2

W60 Minna Väisänen RoRe - Johanna Huttunen HeTa 0-5

Johannalle, Anulle ja Erikalle kultaa, Annalle pronssia

King of the ring -turnaus & naisten round robin -turnaus 5.-7.11.2021, Boras,

Ruotsi

5.11.

W48kg Noora Kirppu FIN - Veronika Ahadi NOR 1-2

M69kg Artisiom Trubianium Djurgårds IF - Benjamin Eriksson Helsingin Tarmo 1-4p

6.11.

W48kg Noora Kirppu FIN - Amalie Manich DEN 0-3

M69kg Amin Srour Tønsbergkameratene - Benjamin Eriksson WO

7.11.

W48kg Noora Kirppu FIN - Norah Guzlander SWE 0-3

Miesten MM-kisat 24.10.-6.11.2021 Belgrad, Serbia

27.10 60kg Bishara Sabbar ISR - Arslan Khataev FIN 1-4

29.10. 60kg Arslan Khataev FIN - Tulga Oyunbaatar MGL RSC-I

31.10. 60kg Arslan Khataev FIN - Tayfur Aliyev AZR 4-1

2.11. 60kg Alexy De La Cruz Baez DOM - Arslan Khataev FIN 4-1

Arslanilla hienoa menestystä MM-kisoissa

A- ja B-junioreiden SM-kilpailut 30.-31.10.2021 Mikkeli

B63 kg Peetu Salo FoNy - Ivan Zuravel HeTa 5-0

TA60 kg Suvi Tujula HeTa - Emma Syyri FoNy 5-0

TA70 kg Lia Pukkila HeTa - Vilma Kuusikko KemPy 5-0

TB57 kg Kiira Meriläinen HeTa - Ella Mutanen JaNy 4-1

A71 kg Sam Morovati HeTa -Jonathan Riikonen TuUL ABD 1.r

A75 kg Mikko Nokia TuUL -Kaarlo Koponen HeTa RSC 3.r

B75 kg Rinor Aliu KNK -Danilo Nietzvistnykh HeTa 3-2

B-57kg Kiira Meriläinen Kultaa

A-60kg Suvi Tujula Kultaa

A-63kg Eerika Häggqvist Kultaa

A-70kg Lia Pukkila Kultaa

A-75kg Veera Tuomikoski Kultaa

B-63kg Ivan Zuravel Pronssia

B-75kg Danilo Niezviestnykh Hopeaa

A-71kg Sam Morovati Kultaa

A-75kg Kaarlo Koponen Pronssia

Samille kultaa, Danilolle hopeaa, Ivanille ja Kaarlolle pronssia

Kiiralle, Suville, Rerikalle, Lialle ja Veeralle kultaa

Lialle parhaan A-juniorityön palkinto ja Samille parhaan A-junioripojan palkinto.



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

Nuorten EM-kilpailut 13.-24.10.2021, Budva, Montenegro

16.10. M71kg Leotrim Muli KOS - Sam Morovati FIN 0-5
17.10. W60kg Suvi Tujula FIN - Carlotta Abbate ITA 0-5
18.10. M71kg Sam Morovati FIN - Tomic Dario SRB RSC1.
19.10. W70kg Ilayda Sila Yurttutan TUR - Lia Pukkila ISR 1-4
20.10. M71kg Sam Morovati FIN - Viacheslav Bryhadenko UKR 1-4
21.10. W70kg Lia Pukkila ISR - Veronika Nakota UKR 0-5

Lialle EM-pronssia

Peran kisat 9.10.2021, Forssa

N57kg Marjut Lausti NBC - Anna Jutila HeTa 5-0
N70kg Anu Lammi HeTa - Emma Kirjokivi VÄBT 5-0
Anulle voitto

7th Balkan International Boxing Tournament Sofia, Bulgaria 5.-10.10.2021

6.10. W60kg Johanna Huttunen FIN - Vida Rudolf SLO 5-0
7.10. W60kg Anna Krasnoperova RUS1 - Johanna Huttunen FIN 5-0

Nuorten kultahansikasturnaus 25.-26.9.2021, Tikkurila

La 25.9.
TA70 Vilma Kuusikko KEMPY-Lia Pukkila HETA
B66-Ivan Zuravel HETA-Touko Hakola KEMPY 5-0
Su 26.9.
B66- Lorik Haliti NAJ-Ivan Zuravel HETA 3-2
A75- Mikko Nokia TUUL-Kaarlo Koponen HeTa 5-0
B-57kg Kiira Meriläinen Kultaa
B- 66kg Ivan Zuravel Hopeaa
B-75kg Danilo Niezviestnykh Kultaa
A-75kg Kaarlo Koponen Hopeaa
A-70kg Lia Pukkila
Lialle kultaa ja Paras A-juniori tyttö

19th Memorial Tournament “Mustafa Hajrulahović Talijan” September 21 – 27, 2021 Sarajevo, Bosnia and Herzegovina

24.9.
60kg Arslan Khataev FIN - Francesco Iozia ITA 3-0
25.9.
60kg Arslan Khataev FIN - Marian Chiriac ROM 3-0
26.9.
W60kg Suvi Tujula FIN-Marin Andrea ROU 3-0
67kg Sam Morovati FIN - Loris Idrizi KOS 2-1
60kg Arslan Khataev FIN - Roland Veres HUN 2-1
Arslanille ja Samille kultaa, Suville hopeaa

XXXIV Ruskaturnaus 11.-12.9.2021, Rovaniemi

LA 11.9.2021
W48kg KIRPPU Noora Helsingin HeTa - VÄÄRÄLÄ Riikka RaNy 5-0
60kg KHATAEV Arslan HeTa - IBRAHIM Nebil SWE 5-0
W60kg TUJULA Suvi HeTa - LUKKARILA Saara RaNy 5-0
W63kg HUTTUNEN Johanna HeTa - BULHAN Naiimo VN 5-0
71kg ERIKSSON Benjamin HeTa - HASSANI Mujtaba SWE 5-0
W70kg KUUSIKKO Vilma KemPy - PUKKILA Lia HeTa 3-2

SU 12.9.2021

W48kg KIRPPU Noora HeTa - VÄÄRÄLÄ Riikka RaNy 4-1
60kg KHATAEV Arslan HeTa - SHIRZAD Azizullah TVS 5-0
W60kg LAUSTI Marjut NBC - TUJULA Suvi HeTa 5-0
71kg AMANULLAH Ali SWE - ERIKSSON Benjamin HeTa 3-2
W63kg HUTTUNEN Johanna HeTa - VÄIN Kristel TVS 5-0



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

Ruskaturnaus mitalistit:

Naiset

W48kg

1. **KIRPPU Noora HeTa**

2. VÄÄRÄLÄ Riikka RaNy

W54kg

1. HAKKARAINEN Jonna NBC

2. JOKIAHO Emma TVS

3. HAJIZADEH Fatma VN

W60kg

1. LAUSTI Marjut NBC

2. **TUJULA Suvi HeTa**

3. LUKKARILA Saara RaNy

3. LÄTTI Eeva OuTa

W63kg

1. **HUTTUNEN Johanna HeTa**

2. VÄIN Kristel TVS

3. BULHAN Naiimo VN

W70kg

1. KOVALAINEN Krista KajKu

2. KUUSIKKO Vilma KemPy

3. **PUKKILA Lia HeTa**

Miehet

57kg

1. ZANGANA Allan SWE, 2. SAARIJÄRVI Aatto OuTa,

60kg

1.KHATAEV Arslan HeTa, 2. SHIRZAD Azizullah TVS, 3. IBRAHIM Nebil SWE

63,5kg

1. RISSANEN Lassi TVS, 2. PASANEN Markus SEKJ, 3. BROMAN Hampus SWE

71kg

1. JALAVA Julian KNK, 2. AMANULLAH Yousofi Ali SWE

2. **ERIKSSON Benjamin HeTa**

3. HASSANI Mujtaba SWE

86kg

1. LAINE Santeri KKU

2. ENGLUND Max SWE

+92kg

1. LEHMUSVIRPI Antti WBC

2. BILGE Agit SWE

Salikilpailut Tikkurila 4.9.2021

B75 Jimi Noioso YTK - Danylo Niezviestnykh HeTa 3-0

TB56 Kiira Meriläinen HeTa- Ella Mutanen JaNy 3-0

N51 Minna Karjalainen NAJ - Noora Kirppu HeTa 0-3

Nooralle voitto

Kamppailujen areena Kajaani 24.7.2021

N69 kg Krista Kovalainen KajKu - Johanna Huttunen HeTa 2-1

U22 EM-kisat 15.-25.6.2021, Italia

19.6. 60kg Francesco Iozia ITA - Arslan Khataev FIN 5-0

Salikisat RSG 6.6.2021

N64 Maiju Suotama JoutBc-Johanna Huttunen HeTa 2-1

N58 Serva Abdulmohammadifar HeTa- Tia-Mari Rantakylä EKH 3-0

B66 Suvi Tujula HeTa- Viivi Jokinen VBT 3-0

B75 Danylo Niezviestnykh HeTa - İbi Nyassi GBC 3-0

Serwalle, Suville ja Danyllle voitot



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

A. Socikas -turnaus 13.-15.5.2021, Kaunas, Liettua
14.4. 60kg Selin Bouaita FRA - Arslan Khataev FIN 4-1
Arslanille pronssia

XVIII Kink´s Cup 8.5.2021, Kiiminki
TB54 kg Kiira Meriläinen, HeTa - Olivia Kiviniemi, KoVe 3-0
TA60 kg Teresa Mäkinen, KaNy - Suvi Tujula, HeTa 3-0
N64 kg Johanna Huttunen, HeTa - Vilma Kuusikko, KemPy 3-0
Kiiralle ja Johannalle voitot

Nuorten MM-kilpailut 10.24.4.2021, Kielce, Puola
15.4. A69kg Sam Morovati FIN - Sergio Martinez ESP 4-0
17.4. WA64kg Jenin Heck GER - Lia Pukkila FIN 4-1
18.4. A69kg Yurii Zakhariiev UKR - Sam Morovati FIN RSC R3.

Tanska-Suomi -maaottelu 20.3.2021, Tanska
U-19 69kg Sebastian Terteryan DEN - Sam Morovati FIN 2-1

Stranja Tournament 21.-28.2.2021, Sofia, Bulgaria
57kg Javier Ibanez BUL - Arslan Khataev 5-0
Adriatic pearl -tournament, Bar, Montenegro 17.2.-22.2.2021
17.2. A69kg Yurii Zakhariiev UKR - Sam Morovati FIN 5-0
19.2. WA60kg Vinka IND - Suvi Tujula FIN ABD R2
21.2. WA64kg Lia Pukkila FIN - Lucky Rana IND 5-0
Lialle kultaa!

RBV Round Robin 13.-14.2.2021, Köln, Saksa
57kg Arslan Khataev FIN - Umar Bajwar GER 4-1
57kg Arslan Khataev FIN - Vasilei Usturoi 4-1

Helsingin Tarmo ry:n myöntämät ansiomitalit Nyrkkeilyjaoston toiminnassa ansioituneille jaettiin 90 v juhlissa 4.12.2021

Ossi Soverila hopeinen

Amin Nuri pronssinen





Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

Susanna Lehtonen pronssinen

Jukka Kortti pronssinen

Onni Jenkins pronssinen



Painijaoston toimintakertomus 2021

Jaoston kokoonpano ja vastualueet:

- Tapani Eisanen, puheenjohtaja
- Eveliina Landin, sihteeri
- Pekka Kuismin, päävalmentaja ja taloudenhoitaja
- Ilpo Seppälä, varapuheenjohtaja, valmentaja
- Ari Myllynen, valmentaja, lisenssiasiat
- Juha Pitkänen, valmentaja (varusteet ja palkinnot)
- Jerry Pitkänen, valmentaja
- Toni Stenberg, tuomari
- Maria Pirseyedi, tiedotus ja nettipäivitykset
- Jäsenet: Juliaana Riehungangas ja Jaana Tarvainen

Jaosto kokoontui vuoden aikana 3 kertaa ja kokouksista laadittiin muistiot.

Covid pandemian vuoksi kilpailutoiminta jäi melko vähäiseksi. Pandemian vuoksi myös keväälle 2021 suunniteltu kilpailutapahtuman jouduttiin siirtämään tulevaisuuteen.

Painiliiton kokouksissa edustajana oli Ilpo Seppälä. Covid pandemian vuoksi koulutus- ja muu toiminta oli vähäistä 2021.

Uudenmaan alueella jatkui edelleen nuorten kreikkalais-roomalaisen painin olympiavalmentajan (NOV) kokopäiväinen toimi määräaikaaisesti.

Toimella on tarkoitus kehittää alueen potentiaalisten painijoiden valmennuksen laatua ja jatkaa edelleen seurayhteistyömallia alueelle. Valmentajana Juha Lappalainen ja Helsingin Tarmosta valmennettavana Jarno Ålander.



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

Talous

Pankkiasiat Nooa pankissa. Harrastajien erilaiset maksuvälineet ja -muodot ovat olleet haasteena eikä 2021 saatu asiaan riittävää selkeyttä, joten vuodelle 2022 jäi vielä tehtävää.

Tarmossa tulee voida vastata jatkossa asiakkaiden tarpeisiin paremmin ja huomioiden monipuoliset maksumahdollisuudet.

Covid Pandemian vuoksi 2020 alkanut epävarmuuden aika jatkui vuonna 2021 rajoitusten merkeissä, joten jäi paljon harjoituksia väliin liikuntapaikkojen sulkemisin johdosta. Epävarmuus karkotti merkittävän osan jäsenistämme, ja jäimme tältä osin myös vaille jäsenmaksutuloja. Syksyllä jaostossa päätettiin korottaa harjoitusmaksuja vuoden 2022 alusta alkaen, mutta korotuksella ei pystytty paikkaamaan merkittävää jäsenmäärän vähenemistä.

Toivotaan, että 2022 aikana toivutaan jo Covid pandemiasta ja päästään normaaliin rytmiin harjoituksissa niin varmaan jäsenmäärää tulee myönteistä kehitystä.

Harjoittelutoiminta

Vuonna 2021 olimme varautuneet järjestämään harjoituksia aiempien vuosien tapaa aktiivisesti ja määrällisesti suurin piirtein yhtä paljon kuin aiemmin.

Hetkittäin näin tapahtuikin, vaikka poikkeustilanteen vuoksi oli rajoitukset ja niiden myöstä harjoittelu oli puutteellista.

Harjoittelupaikkoina, olivat edelleen Liikuntamyly sekä Vuosaaren urheilutalo.

Kuntopainin suosion odotettiin jatkuvan niin miehissä kuin naisten osalla ja ryhmät ovat vakiinnuttaneet paikkansa.

Painikouluun ja nassikkapainijoihin riitti uusia innokkaita jäseniä, vaikka vaihtuvuutta on, mikä on ihan luonnollista lapsista, kun on kyse.

Muutenkin seuran toiminta jatkui vireänä ja aktiivisia harrastajia osallistui eri harjoitteluryhmiin, vaikka rajoitukset haittasivat toimintaamme merkittävästi ja jäsenmaksun suorittaneiden kokonaismäärä väheni merkittävästi.

Vuosaaren urheilutalo (pitkään suljettuna, ei harjoituksia)

Painikoulu :

Maanantai 17.15-18.30 (7-10 v.)

Keskiviikko klo 18.30-20.00

valmentajat Ari Myllynen, Ilpo Seppälä

Nassikkapainijat:

Tiistai klo 17.30 – 18.30 (5 v.)

Tiistai klo 18.30 – 19.45 (6-7 v.)

valmentaja Juha Pitkänen, Jerry Pitkänen

Liikuntamyly (pitkään suljettuna, ei harjoituksia)

Juniorit ja kadetit:

Maanantai klo 18.00-20.00

valmentaja Pekka Kuismin, Jerry Pitkänen

Keskiviikko klo 19.00-21.00 Kuntopaini K18

valmentaja Pekka Kuismin, Jerry Pitkänen

Torstaina klo 18.30-20.00, (Naisten Molskijumppa-ryhmä)

valmentaja Ilpo Seppälä, Tara Vesala

Perjantai klo 17.00-19.00

valmentajat Pekka Kuismin, Ari Myllynen



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

Kilpailutoiminta

Tarmosta osallistuttiin pienellä ryhmällä aktiivisesti kilpailuihin, joita järjestettiin normaalista poiketen 2021 todella vähän Suomessa ja ulkomailla.

Painijalupausten Hugo ja Ukko Riehungankaan nousujohteisen hyvät otteet jatkuivat. Molemmat olivat mm. mitaleilla ikäluokkansa SM-kisoissa: Hugo SM 1. ja Ukko SM 2. Tara Vesala menestyi tyttöjen kilpailuissa voittamalla mm. rantapainin SM 1.

Painijaoston vuoden 2021 kilpailumenestys

14.08.Rantapainin SM-kilpailut Helsinki:

pojat 17v 60kg Hugo Riehungangas 2.
tytöt 17v +60kg Tara Vesala 1.
naiset 70kg Tara Vesala 1.
miehet 90kg Omid Ayyar 5.

28.08.U17 SM-kilpailut kr. Kuortane:

pojat 50kg Ukko Riehungangas 3.
pojat 60kg Hugo Riehungangas 3.

29.08.U15 SM-kilpailut kr. Kuortane:

pojat 51kg Ukko Riehungangas 4.
pojat 62kg Hugo Riehungangas 2.

10.-11.09.Miesten SM-kilpailut kr. Ilmajoki:

sarja 82kg Jarno Ålander 5.

16.-17.10.Umeå Wrestling Battle kr. Umeå:

pojat 14v 52kg Ukko Riehungangas 3.
pojat 17v 60kg Hugo Riehungangas 8.

23.10. U15 SM-kilpailut vp. Porvoo:

pojat 52kg Ukko Riehungangas 2.
pojat 62kg Hugo Riehungangas 1.

24.10.Miesten ja naisten SM-kilpailut vp. Porvoo:

miehet 79kg Yawari Enayatoullah 4.

06.-07.11.Mälarcupen kr. Västerås:

pojat 14v 57kg Ukko Riehungangas 6.
pojat 17v 65kg Hugo Riehungangas 7.

20.-21.11.KLL:n mestaruuskilpailut kr. Muhos:

pojat 16v 53kg Ukko Riehungangas 3.
pojat 16v 63kg Hugo Riehungangas 5.

27.-28.11.Helsinki Open -turnaus vp. Helsinki:

pojat 15v 57kg Ukko Riehungangas 4.
pojat 15v 68kg Hugo Riehungangas 2.
pojat 17v 55kg Ukko Riehungangas 4.
pojat 17v 65kg Hugo Riehungangas 6.
tytöt 17v 69kg Tara Vesala 3.
naiset 68kg Tara Vesala 1.



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

11.12.U17 SM-kilpailut vp. Ylivieska:
pojat 55kg Ukko Riehungangas 5.
pojat 65kg Hugo Riehungangas 2.

Ukko ja Hugo Riehungangas

Tara Vesala ja Hugo Riehungangas



Hugo Riehungangas valittiin Tarmon parhaaksi nuoreksi urheilijaksi.

Painonnostojaosto 2021

Jaoston kokoonpano

Puheenjohtajana toimi Alekski Kauramäki. Sihteerinä toimi Juha Kantola. Jäsenet: Mikael Kinnunen, Pekka Heikkinen ja Tenho Kantola.

Toiminta

Alekski Kauramäki oli jaoston edustaja seuran johtokunnassa. Tenho Kantola toimi valmentajana ja huoltajana kilpailuissa. Harjoittelupaikkana oli Ruskeasuon liikuntahallin voimailusali. Tarmon harjoitusvuorot olivat maanantaista perjantaihin klo 16:30 - 18:00 välisenä aikana.

Kilpailutoiminta

Sisun kansallinen kilpailu 26.4.2021, Tampere (TaSi)
Miehet +109 kg: Juha-Matti Kantola, sija 1

Masters SM-kilpailut 9.7.2021, Rovaniemi (RoRe)
Miehet +109 kg (M40): Juha-Matti Kantola, sija 1

Herakleen kuukausikisat 2.9.2021, Helsinki (Herakles)
Miehet 81 kg: Pekka Heikkinen, sija 1

Herakleen kuukausikisat 4.11.2021, Helsinki (Herakles)
Miehet 81 kg: Markku Turunen, sija 1

Kansalliset Keravan mestaruuskilpailut 13.11.2021, Kerava (Bodonos)
Miehet +109 kg: Juha-Matti Kantola, sija 1



Voimanostojaoston vuosikertomus 2021

Voimanostojaostolla oli 61 joka on lähes saman kuin edellisenä vuotena. Tämä on jaostolta merkittävä saavutus COVID-19 pandemiasta aiheutuneesta toiminnan seisahtumisesta. Jaosto on löytänyt paikkansa voimanostoseurojen "markkinoilla" olemalla matalan kynnyksen seura liittyä. Tarmon voimanostoa voisi kuvailla innokkaiden harrastajien yhteisöksi, joka kerää luokseen lajista innostuneita harrastajia.

SM-tason kilpailut

Voimanostojaosto on edustanut Helsingin Tarmoa pitkin vuotta Suomen mestaruustason kilpailuissa.

Klassinen voimanosto Suomen mestaruuskilpailut, avoin

Suomen mestaruudesta nostettiin Ylitorniossa 20.-22.8.2021. Tarmolta osallistui kaksi nostajaa

Nimi	Painoluokka	Yhteistulos	Sijoitus
Veera Ylikotila	57	265	2,
Ismo Hietanen	74	465	8.

Klassinen penkkipunnerrus Suomen mestaruuskilpailut

Klassisen penkkipunnerruksen SM-kilpailut pidettiin Tammelassa 24.-26.9.2021, jossa Tarmoa edusti kaksi nostajaa.

Nimi	Sarja	Painoluokka	Yhteistulos	Sijoitus
Hugo Rehlukangas	M18	66	85 kg	3.
Ismo Hietanen	M50	74	125 kg	2.

Klassinen voimanosto Suomen mestaruuskilpailut, Masters

Suomen mestaruudesta nostettiin Pornaisissa 19.-21.11.2021. Tarmolta osallistui kolme nostajaa

Nimi	Sarja	Painoluokka	Yhteistulos	Sijoitus
Minna-Maarit Jaakkola	M40	69	335 kg	3.
Tatu Karppinen	M40	93	657,5 kg	1
Ismo Hietanen	M50	74	475 kg	2.



Varustepenkkipunnerrus suomen mestaruuskilpailut

Varuste penkkipunnerruksen SM-kilpailut pidettiin Tampereella 11.12.2021, jossa Tarmoa edusti yksi nostaja.

Nimi	Sarja	Painoluokka	Yhteistulos	Sijoitus
Ismo Hietanen	M50	74	135 kg	2.

Jaoston toiminta

Jaoston toimintaa varjosti jo toista vuotta käynnissä oleva pandemia. Kotisalimme Ruskeasuolla oli valtaosan vuodesta suljettuna, jolloin ohjatun toiminnan järjestäminen oli mahdotonta.

Jäsentenvälinen kilpailutoiminta oli vaikeaa, mutta saimme järjestettyä jäsentenvälisen klassisen voimanostokilpailun joulukuussa. Tämän lisäksi jäsenemme ovat kilpailleet mahdollisuuksien mukaan muiden seurojen järjestämissä kansallisissa kilpailuissa.

Jaoston toiminnassa on korostunut terveysturvallinen toiminta ja ennakoimattomuus. Voimanosto on herättänyt kiinnostusta ihmisissä, mutta kotisalin sulut ja ennakoimattomuus on merkittävästi haitannut jäsenhankintaa. Voimanostojaosto on myös menettänyt jäseniä vuonna 2020 merkittävästi toiminnan seisahtumisen takia.

Yleisurheilujaoston toimintakertomus 2021

Yleisurheilujaosto 2021: Risto Karasmaa pj, valmennusvastaava, Markus Hekkala sihteeri, jaoston edustaja Tarmon johtokunnassa, Pia Hannukainen, jaoston edustaja Helsyn hallituksessa, Heikki Kemppainen nuorisosta ja tiedostusvastaava, Kari Simonen aikuisurheilu- ja kunniakierrosvastaava, Esa Heinonen

Jaosto kokoontui vuoden aikana COVID-19-tilanteesta johtuen vain kerran, 9.6. Lisäksi pidettiin sähköpostikokous 29.10.-1.11.

Kilpailutoiminta

Hallikilpailukausi jäi miesten ja naisten sekä 17-22 v. SM-kisoja lukuun ottamatta kokonaan väliin. SM-hallikisoistakin moniottelut jäivät pitämättä, samoin peruutettiin Tampere Junior Indoor Games. Kilpailukausi pääsi toden teolla käyntiin vasta kesäkuun alussa. Kesän kilpailukausi sujui lähes normaalisti, toukokuussa pidettäväksi suunniteltuja kilpailuja jouduttiin siirtämään kesä-heinäkuulle.

Parhaat sijoitukset yleisurheilun Suomen mestaruuskilpailuissa olivat kaksi neljättä sijaa. Jere Liskojärvi oli neljäs hallimestaruuskilpailuissa miesten 7-ottelussa ja Jessica Ljungberg neljäs N17 2000 m estejuoksussa. Seuraliigassa sijoitus oli valtakunnallisesti 83., Helsingin piirissä seitsemäs. Nuorisotoimintakilpailussa sijoitus oli valtakunnallisesti 29., Helsingin piirissä neljäs ja SUL:n kakkosliigassa neljäs, josta sijoituksesta saimme palkintorahaa 550 €.

Parhaat kilpailusaavutukset

Suomen mestaruuskilpailut (kaikki osallistuneet)

Miesten ja naisten hallimestaruuskilpailut Jyväskylä 20.-21.2.
M 7-ottelu 4. Jere Liskojärvi 5003

Nuorten hallimestaruuskilpailut Tampere 27.-28.2.
N22 1500 m 10. Venla Turakainen 5.13,11
N22 3000 m 14. Venla Turakainen 11.32,23



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

Tiejuoksun SM-kilpailut Pyhtää 17.4.
N19 10 km 13. Ingrid Jalas 49,28

16- ja 17-v. SM-kilpailut Hyvinkää 6.-8.8.
N17 2000 m ej 4. Jessica Ljungberg 8.51,59

14- ja 15-v. SM-kilpailut Kokkola 6.-8.8.
T14 3-loikka 23. Pinja Liski 9,57, 27. Tuulia Kiuru 9,30

19- ja 22-v. SM-kilpailut Turku 13.-15.8.
N22 pituus 9. Annina Stens 542
N22 3-loikka 7. Annina Stens 11,91

SM-viestit Oulu 11.-12.9.

T15 4x80 m aj alkuerässä 3. Milka Koivukoski, Aura Arvas, Elena Taskinen, Saima Helminen 58,35
T15 4x100 m alkuerässä DQ Milka Koivukoski, Aura Arvas, Elena Taskinen, Tara Lämsä (vaihtorikko)

Aluemestaruuskilpailut (kuuden parhaan joukkoon sijoittuneet)

Estejuoksut Vantaa, Hiekkaharju 7.7.
N17 2000 m ej 3. Jessica Ljungberg 8.58,80

Moniottelut Kotka 11.-12.7.
T15 5-ottelu 5. Sara Hekkala 1515

17- ja 19 v. Vihti, Nummela 20.-21.7.
N19 3000 m 4. Ingrid Jalas 12.30,54

14- ja 15-v. Tuusula, Hyrylä 28.-29.7.
T14 80 m aj 3. Vilja Valtakari 13,56, 4. Tuulia Kiuru 15,09
T14 korkeus 5. Tuulia Kiuru 140

Miehet ja naiset Espoo, Leppävaara 17.-18.8.
M 200 m 3. Karim Jaiteh 23,45
M 100 m 4. Karim Jaiteh 11,81 (alkuerässä 11,77)

Viestit Helsinki, Eläintarha 1.-2.9.
M 4x100 m 2. Tuukka Heinonen, Karim Jaiteh, Rahul Hyvönen, Jean Tuyishime 46,34
N 4000 m viesti 3. Jessica Ljungberg, Pia Hannukainen, Veera Turakainen, Venla Turakainen 14.20,50

9-13 v. piirinmestaruuskilpailut (mitalit)

pm-moniottelut osa 1 Espoo, Leppävaara 28.6.
P9 3-ottelu 1. Otso Järvinen 738, 2. Teemu Lilja 676

9-13 v. pm-kilpailut Helsinki, Eläintarha 21.-22.8.

T13 200 m aj 3. Milka Koivukoski 35,40
T13 seiväs 2. Milka Koivukoski 200, 3. Aura Arvas 160
T13 kuula 2. Tara Lämsä 9,53



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

T13 moukari 3. Anna Luht 23,29
T13 keihäs 2. Tara Lämsä 26,40
T13 2000 m kävely 3. Anna Luht 14.08,02
P13 korkeus 3. Leo Laaksonen 110
T12 3-loikka 2. Aili Pekkanen 8,91
T11 1000 m kävely 2. Emilia Peltola 8.02,01
T10 kuula 3. Saga Suonpää 6,62
T9 korkeus 2. Seela Kukkala 105
P9 40 m 1. Teemu Lilja 6,53 (Suomen kärkitulos 2021)
P9 1000 m 3. Otso Järvinen 3.43,98
P9 pituus 2. Teemu Lilja 344, 3. Otso Järvinen 343
P9 kiekko 1. Otso Järvinen 16,12, 3. Oskari Talja 13,22
P9 keihäs 1. Otso Järvinen 20,62, 2. Oskari Talja 16,71
pm-moniottelut osa 2 Vantaa, Hiekkaharju 18.9.
P9 4-ottelu 1. Otso Järvinen 806, 3. Teemu Lilja 675
T12 5-ottelu 2. Elsi Lukasczyk 1407

Seuraliigapisteitä keränneet urheilijat

Karim Jaiteh 5,75, Annina Stens 5, Jessica Ljungberg 5, Tuukka Heinonen 3,75, Jean Tuyishime 2,75, Ingrid Jalas 2, Venla Turakainen 2, Jere Liskojärvi 2, Elena Taskinen 1,5, Vilja Valtakari 1,5, Tuulia Kiuru 1,25, Pinja Liski 1,25, Eeva Eisanen 1, Pia Hannukainen 1, Jonna Karasmaa 1, Silja Laaksonen 1, Esa Paukku 1, Rahul Hyvönen 0,75, Aura Arvas 0,25, Milka Koivukoski 0,25

Nuorisotoimintakilpailun pisteitä keränneet

Saima Helminen 14,5, Otso Järvinen 13,25, Aura Arvas 13, Emilia Peltola 12,5, Veera Kaleva 12,5, Tara Lämsä 11,5, Essi Järvinen 10,25, Teemu Lilja 10,25, Milka Koivukoski 10, Oskari Talja 10, Aili Pekkanen 7, Emilia Koppatz 7, Leo Laaksonen 7, Anna Luht 6,25, Iida Hellman 6,25, Saga Laine 5,5, Saga Suonpää 5, Venla Kaleva 5, Aatos Ipatti 4,25, Anna-Maria Haikala 4,25, Lumi Semenius 4,25, Elli Isoranta 4, Olivia Talja 4, Orvokki Talja 4, Aada-Liina Seppänen 3, Amos Uotila 3, Ella Taskinen 3, Elsi Lukasczyk 3, Emma Aksentjeff 3, Leon Törrönen 3, Mai Kaijanen 3, Samuel Roehr 3, Joona Kananoja 2,25, Seela Kukkala 2, Pihla Latva-Koivisto 1,25

Vuoden yleisurheilijat 2021

paras miesyleisurheilija Jere Liskojärvi
paras naisyleisurheilija Annina Stens
miehet 19 v. Jean Tuyishime
naiset 19 v. Ingrid Jalas
miehet 17 v. Rahul Hyvönen
naiset 17 v. Jessica Ljungberg
tytöt 15 v. Sara Hekkala
tytöt 14 v. Pinja Liski
pojat 13 v. Leo Laaksonen
tytöt 13 v. Aura Arvas ja Milka Koivukoski
tytöt 12 v. Elsi Lukasczyk ja Aili Pekkanen
pojat 11 v. Aukusti Mähönen
tytöt 11 v. Veera Kaleva ja Venla Kaleva
tytöt 10 v. Saga Suonpää
pojat 9 v. Otso Järvinen ja Teemu Lilja
tytöt 9 v. Seela Kukkala
aikuisurheilija miehet Karim Jaiteh



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

aikuisurheilija naiset Virva Riikonen

Tarmon järjestämät kilpailut

Tarmon 90-vuotisjuhlakilpailut Eläintarhan kentällä 5.6.

SAUL:n SM-hallimoniottelut Liikuntamylyssä 14.11. yhdessä HKV:n kanssa.

Seurakisat Vuosaarella 31.5. ja Eläintarhassa 1.6. näillä kentillä harjoitteleville lapsille.

Piirikunnalliset hallikilpailut Liikuntamylyssä 16.12. ja Eläintarhan tunnelissa 18.12.

Kilpailutuomarit

Voimassa olevat tuomarikortit (aktiiviset tuomarit)

4-taso (kilpailunjohtaja) Risto Karasmaa, Esa Paukku, Markus Hekkala

3-taso (lajinjohtaja) Kari Simonen, Silja Laaksonen, Virve Riikonen

2-taso (tuomari) Leili Amini, Pia Hannukainen, Esa Heinonen, Tuukka Heinonen, Ingrid Jalas, Ronja Lindblad, Jere Liskojärvi, Veli Saarela.

Valmennus- ja harjoitustoiminta

COVID-19-viruksen aiheuttamat harjoituspaikkojen sulkemiset vaikeuttivat suuresti urheilijoiden valmentautumista hallikaudella. Marraskuun puolivälistä maaliskuun puoliväliin oli vain alle 13-v. harjoittelu sallittu ja maaliskuun puolivälissä suljettiin sisäharjoitustilat kokonaan, myös yksityisten omistamat. Yli 13 v. harjoittelivat ennen täyttä sulkua Esport Arenalla ja Certos-hallissa Vihdin Nummelassa.

Valmennuksessa v. 2021 olleet vähintään yhden seuraliigapisteen tasoiset yli 14-v. kilpaurheilijat

Urheilija, sarja, laji, valmentaja

Eeva Eisanen N17 pikajuoksu Frangel Luis

Pia Hannukainen N40 moniottelut Risto Karasmaa

Tuukka Heinonen M pikajuoksu Esa Heinonen

Karim Jaiteh M pikajuoksu Frangel Luis

Tuulia Kiuru T14 hypyt Heikki Kemppainen

Silja Laaksonen N22 pikajuoksu Risto Karasmaa

Jere Liskojärvi M22 moniottelut Ari Pelander

Elena Taskinen T15 pikajuoksut Frangel Luis

Veera Turakainen N17 kestävyysjuoksu Olli Turakainen

Venla Turakainen N19 kestävyysjuoksu Olli Turakainen

Jean Tuyishime M19 pikajuoksu Risto Karasmaa

Vilja Valtakari T14 pikajuoksu Heikki Kemppainen

Tarmoa edustaa myös Tukholmassa asuva Ruotsin ja Suomen kaksoiskansalainen Annina Stens.

6-13 vuotiaden valmentajina ja ohjaajina toimivat Frangel Luis, Heikki Kemppainen, Saana Aaramaa, Karita Auvinen, Anjum Azad, Jere Liskojärvi, Iida Mäkelä, Kylli Palla, Jonne Ryynänen ja Clea Sass, marras-joulukuussa myös Aura Arvas ja Saima Helminen. Harjoituksia oli lasten iästä ja tasosta riippuen 1-4 kertaa viikossa. Harjoitukset pidettiin 1.1.-14.3. ja 1.10.-31.12. pääsääntöisesti Liikuntamylyssä. Ulkoarjoitukset pidettiin Eläintarhan ja Vuosaaren urheilukentillä. Ulkoarjoituksia pidettiin myös koronasulun aikana maaliskuuhun.



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

Lisenssejä oli kaudella 1.10.2020-30.9.2021 ennätysmäärä 201. 1.10.2021 alkaneen kauden lisenssejä oli vuoden 2021 loppuun mennessä maksettu vain kolmasosa tästä. Suurin syy laskuun on lisenssien maksun siirtyminen SUL:lta Olympiakomitean Suomisport-palveluun ja vanhempien vastuulle.

Edustukset Helsingin piirin (Helsy) ja SUL:n Eteläisen alueen kokouksissa

Helsyn yhdistetyssä kevät- ja syyskokouksessa oli Tarmon edustajana Pia Hannukainen. Hän on myös Tarmon edustaja Helsyn hallituksessa. Risto Karasmaa on Helsyn kilpailuvastaava ja kilpailutoimikunnan jäsen sekä SUL:n Eteläisen ja Kaakkoisen alueen yhteisen kilpailutoimikunnan jäsen.

AIKUISYLEISURHEILIJOIDEN TOIMINTAKERTOMUS 2021

Helsingin Tarmo täytti 90 vuotta ja juhluvuoden kunniaksi järjestettiin yleisurheilussa juhlakilpailu Eläintarhan urheilukentällä 5.6.2021.

Vuosi 2021 oli edelleen Korona-viruksen ja rajoitusten alainen. Rajoitukset purivat todella pahoin aikuisurheilijoihin, sillä yhteisiä harjoittelu- ja kilpailutapahtumia rajoitettiin. Tai jopa kokonaan kiellettiin pitämästä. Toivottavasti vuosi 2022 olisi jo parempi.

Kesän aikana ei ohjattuja yhteisharjoituksia pidetty. Urheilukentät olivat osittain rajoitusten alaisia, eikä kentän välineitä ja pukuhuoneita voinut käyttää. Henkilökohtaisilla välineillä pystyi hyödyntämään, sopivia kenttiä ja puistoja.

Aikuisurheilijat saavat osallistua yleisen sarjan kilpailuihin, sekä 30 vuotta täyttäneet, voivat osallistua kaikkiin aikuisurheilijoiden sarjoissa yleisurheilu-, hiihto- ja luistelukilpailuihin kotimaassa ja muualla maailmalla. Tarmolaiset ovat osallistuneet kaudella 2021 pelkästään kotimaisiin kilpailuihin, yleisurheilussa ja hiihdossa.

Tarmo on ollut Suomen Aikuisurheiluliiton, (vuoteen 2013 asti Suomen Veteraaniurheiluliitto) jäsen jo vuodesta 1989 alkaen. Tarmolaiset aikuisurheilijat ovat kilpailleet mahdollisuuksien mukaan, Tarmon omissa-, kansallisissa- sekä SM-kilpailuissa.

SAULn yleisurheilun SM-kilpailuissa saavutettiin yksi kultamitali (0/2020), kuusi hopeamitalia (3/2020) ja kolme pronssimitalia (2/2020). Mitalisijoja tuli yhteensä 10 kpl (5/2020). Hiihdossa oli mukana yksi kilpailija, sijalla 7. Kilpailuissa oli mukana yhteensä seitsemän eri urheilijaa (5/2020), kolme naista (3/2020) ja neljä miestä (2/2020). He osallistuivat yhteensä 22 eri lajiin (13/2020).

Vuoden aikuisyleisurheilijat 2021

Naiset	N55 Virve Riikonen
Miehet	M30 Karim Jaiteh

Aikuisurheilijoiden yhteyshenkilö

Helsingin Tarmon yleisurheilun ja muiden SAULn lajien koordinoijana on toiminut Kari Simonen, vuodesta 1989 alkaen.

Harjoitukset

Talviharjoittelu

Mahdollisuuksien mukaan on lapsille ja nuorille pidetty ohjattuja yleisurheilun harjoituksia talvikautena Liikuntamylyssä ja Eläintarhan tunnelissa. Harjoituksiin ovat muutamat aktiivikilpailijat pystyneet osallistumaan.



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

Liikuntamylyssä voi harrastaa kaikkia lajeja, moukarin-/painonheitosta seiväshyppyyn. Eläintarhan tunnelissa, on mahdollisuus pikajuoksuun ja pituushyppyyn. Harjoituksissa ovat vastanneet Risto Karasmaa ja Kari Simonen.

Kesäharjoittelu

Kesällä ei ohjattuja yhteisharjoituksia pidetty. Halukkaille urheilijoille on luotu omat kirjalliset harjoitteet, joiden mukaan harjoituksia on tehty.

Tuomarit ja toimitsijat

Yleisurheilutuomareilla ja toimitsijoilla oli hiukan helpompi kausi. Kauden suuri ponnistus oli Tarmon 90v juhlakilpailu Eläintarhassa 5.6.2021, sekä SAULn SM-hallimoniottelut Liikuntamylyssä 14.11.2021. Kilpailut järjestettiin yhdessä HKVn kanssa. Tarmon järjestämien kilpailujen läpivientiin ovat Tarmosta osallistuneet pääasiallisesti aikuisikään tulleet ja kiitettävästi myös kurssin käyneitä nuoria.

Kilpailutoiminta

Kesän aikana järjestettiin aikuisurheilijoiden kilpailut yhdessä nuorempien sarjojen kanssa. Kilpailujen ajankohdat ja lajit selviävät tarkemmin yleisurheilun toimintakertomuksesta.

Aikuisurheilijoiden seurakilpailu heitto 3-ottelussa (kuula-kiekko-keihäs) pidettiin perinteiseen tapaan 24.7.2021 Tammisaarella.

Kilpailuihin osallistuminen ja tulokset

Tarmon aikuisurheilijat osallistuivat vuoden 2021 aikana SM-kisojen lisäksi, kansallisiin ja aluemestaruuskilpailuihin, nimet ja tulokset on nähtävissä Tarmon internetsivuilla www.helsingintarmo.fi.

Helsingin Tarmon aikuisurheilijoiden arvokisasaavutukset 2021

YLEISURHEILU

SM-kilpailut

Mikkeli Aikuisurheilijoiden SM-kilpailut 30.7.2021

M30 100 m 2. Karim Jaiteh 11,54 (-0,9)

N55 korkeus 3. Virve Riikonen 115

N40 100 m alkuerät 5h2 Pia Hannukainen 15,54 (+0,2)

Mikkeli Aikuisurheilijoiden SM-kilpailut 31.7.2021

M30 200 m 2. Karim Jaiteh 22,96 (+0,2)

N55 pituus 5. Virve Riikonen 336 (+3,4, 333 -0,4)

N40 keihäs 9. Pia Hannukainen 22.72

N40 pituus 10. Pia Hannukainen 372 (+1,2)

Mikkeli Aikuisurheilijoiden SM-kilpailut 1.8.2021

N55 3-loikka 2. Virve Riikonen 7.46 (+2,3, 7.44 +1,8)

M30 400 m 2. Karim Jaiteh 51,79



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

N55 80 m aj	3. Virve Riikonen 18,77 (-1,0)
M45 3-loikka	3. Jarno Warsa-Ritaranta 7.91 +2,0
N40 80 m aj	5. Pia Hannukainen 16,20 (-0,6)
M45 1500 m	5. Jarno Warsa-Ritaranta 6.48,06
M45 10000 m	5. Jarno Warsa-Ritaranta 51.53,34
M65 10000 m	6. Marsh Norris 52.23,49

Jyväskylä Aikuisurheilijoiden SM-moniottelut 7.-8.8.2021

N40 7-ottelu 2. Pia Hannukainen 2765 (15,76/-0,7 124 7.04 31,70/+1,8 290 -0,2 25.34 3.07,82)

N55 7-ottelu 2. Virve Riikonen 2892 (18,15/-0,3 118 5.93 37,36/+0,8 334 -0,7 11.30 3.45,98)

Lahti, Rakokivi Aikuisurheilijoiden SM-heittoviisiottelut 14.8.2021

N65 heittoviisiottelu 5. Raija Mäkipää 2455 (17.73 6.21 15.53 16.21 7.84)

M70 heittoviisiottelu 11. Kari Simonen 2181 (24.43 8.08 20.05 17.86 10.42)

Helsinki, Aikuisurheilijoiden SM-puolimaratonin 25.10.2021

M65 puolimaraton 6. Marsh Norris 2.01.23.

Helsinki, Liikuntamyly Aikuisurheilijoiden SM-halli-5-ottelut 14.11.2021

N55 halli 5-ottelu 1. Virve Riikonen 2247 (13,56 118 5,92 333 3.50,36)

IIIHTO

SM-kilpailut

Tampere, Aikuisurheilijoiden SM-hiihdot 27.2.2021

M45 5 km vapaa 7. Jarno Warsa-Ritaranta 21.06,

Mitalitilasto

	Kulta	Hopea	Pronssi
Naiset	1	3	2
Miehet	0	3	1
Yhteensä	1	6	3

Yleisurheilijoiden kesäleiri 2021

Tarmolaisten perinteinen kesäleiri peruttiin Korona-pandemian vuoksi.

Kesäleirien päätteeksi, normaalisti pidetty yleisurheilun seurakilpailu, järjestettiin perinteiseen tapaan 24.7.2021. Raasepori, Tammisaaren Torsön saarella. Kilpailussa oli muka 16 aikuista, lajina oli heitto 3-ottelu (kuula-kiekko-keihäs). Kilpailujen yhteydessä kilpailivat myös 21 lasta ja nuorta omassa 3-ottelussaan, lajeina 40m tai 60m, kuula tai pallonheitto sekä pituus.



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

Tarmon yleisurheilun Internet sivut

Risto Karasmaan päivittämät sivut löytyvät osoitteesta www.helsingintarmo.fi. Sieltä yleisurheilun kautta löytyvät kilpailutulokset, tilastot ja ajankohtaiset asiat. Käykää tutustumassa.

Koulutus ja kurssitus

Tarmolaisia ei osallistunut kursseille kaudella 2021.

Aikuisurheiluliiton SAUL-maljan pisteet 2021

Suomen Aikuisurheiluliitossa on jäsenseuroja yhteensä 365 kpl. Pisteitä saadaan vuoden aikana SM-kilpailuista, yleisurheilussa, hiihdossa ja luistelussa. Pisteitä saavat kunkin sarjan kuusi parasta urheilijaa. Tarmon pisteet saatiin yleisurheilusta, hiihdossa oli sijoitus 7, niukasti alle pisterajan. Tarmon kokonaispistemäärä (naiset ja miehet) on 28 (17/2020), jotka oikeuttavat seuroista sijalle 79 (124/2020). Seuroja oli yhteensä 260 kpl joista oli osallistujia SAULn SM-kilpailuissa. Naisten kilpailussa pisteitä tuli 9 (11/2020) ja miesten pisteitä 19 (6/2020). Pisteitä saaneita seuroja oli yhteensä 260 kpl (268/2020).

Päästiin tavoitteeseen, 100 parhaan seuran joukkoon kaudella 2021. Saavutettiin upea sija 79. Kiitos kaikille jotka olitte kilpailuissa mukana.

Kaudelle 2022 on tavoitteena parantaa sijoitusta. Pidetään tavoitteena 50 parhaan seuran joukkoon pääsemiseksi. Toivottavasti se ei tyssää Korona karanteeneihin.

Kunniakierros keräys 2021

Tarmo osallistui jälleen Kunniakierros kampanjaan. Suomen Urheiluliiton alaiset jäsenseurat voivat kerätä tukirahaa nuorisotoimintansa tukemiseen. Erillistä Kunniakierros tapahtumaa ei järjestetty, liikunta yhdistettiin Tarmon seurakilpailun yhteyteen Vuosaaren urheilukentällä 30.5.2021. Korona-virus esti isompien tilaisuuksien pitämisen. Tarmon Kunniakierros koordinaattorina oli Kari Simonen. Mukaan saatiin yhteensä 31 tukijaa. Kerätty summa oli 805,20 € (390 €/2020), josta Tarmolle tilittävä osuus oli 442,86 € (215,50 €/2020). Keräyssumma jäi selvästi tavoitteesta, joka oli 1000 €.

Toivottavasti vuoden 2022 keräykseen saadaan mukaan useampia tukijoita. Vain sitä kautta saadaan pottia suuremmaksi. Nyt vaan kaikki mukaan hankkimaan uusia tukijoita.



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

TOIMINNANTARKASTUSKERTOMUS

Helsingin Tarmo ry:n jäsenille

Olen tarkastanut Helsingin Tarmo ry:n (Y-tunnus 0201306-7) hallinnon, tilinpäätöksen ja toimintakertomuksen tilikaudelta 1.1.–31.12.2021.

Yhdistyksen hallitus vastaa siitä, että yhdistyksen kirjanpito on lainmukainen ja varainhoito on luotettavalla tavalla järjestetty. Toiminnantarkastajan tehtävänä on tarkastaa yhdistyksen talous ja hallinto yhdistyksen toiminnan edellyttämässä laajuudessa.

Lausun toiminnantarkastuksen johdosta seuraavaa:

Tarkastamani tilinpäätös sisältää olennaisilta osilta yhdistyksen tuotot, kulut, varat, oman pääoman, varausten muutokset, velat ja yhdistyksen antamat vakuudet.

Tarkastuksessa en ole havainnut, että yhdistykselle olisi aiheutunut vahinkoa tai yhdistyslakia tai sääntöjä olisi rikottu.

Tarkastuksessa ei ole havaittu kenenkään syyllistyneen tekoon tai laiminlyöntiin, josta saattaa seurata vahingonkorvausvelvollisuus Helsingin Tarmo ry:lle.

Tilinpäätös voidaan vahvistaa ja vastuuvollisille myöntää vastuuvapaus.

Helsingissä 18.5 2022

Arto Pohjamo
Toiminnantarkastaja, FM, IAT



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

TILINTARKASTUSKERTOMUS

Helsingin Tarmo ry:n jäsenille

Tilinpäätöksen tilintarkastus

Lausunto

Olen tilintarkastanut Helsingin Tarmo ry:n (Y-tunnus 0201306-7) tilinpäätöksen tilikaudelta 1.1.–31.12.2021. Tilinpäätös sisältää taseen, tuloslaskelman ja liitetiedot.

Lausuntonani esitän, että tilinpäätös antaa oikean ja riittävän kuvan yhdistyksen toiminnan tuloksesta ja taloudellisesta asemasta Suomessa voimassa olevien tilinpäätöksen laatimista koskevien säännösten mukaisesti ja täyttää lakisääteiset vaatimukset.

Lausunnon perustelut

Olen suorittanut tilintarkastuksen Suomessa noudatettavan hyvän tilintarkastustavan mukaisesti. Hyvän tilintarkastustavan mukaisia velvollisuuksiani kuvataan tarkemmin kohdassa *Tilintarkastajan velvollisuudet tilinpäätöksen tilintarkastuksessa*. Olen riippumaton yhdistyksestä niiden Suomessa noudatettavien eettisten vaatimusten mukaisesti, jotka koskevat suorittamaani tilintarkastusta ja olen täyttänyt muut näiden vaatimusten mukaiset eettiset velvollisuuteni. Käsitykseni mukaan olen hankkinut lausuntoni perustaksi tarpeellisen määrän tarkoitukseen soveltuvaa tilintarkastusevidenssiä.

Tilinpäätöstä koskevat hallituksen velvollisuudet

Hallitus vastaa tilinpäätöksen laatimisesta siten, että se antaa oikean ja riittävän kuvan Suomessa voimassa olevien tilinpäätöksen laatimista koskevien säännösten mukaisesti ja täyttää lakisääteiset vaatimukset. Hallitus vastaa myös sellaisesta sisäisestä valvonnasta, jonka se katsoo tarpeelliseksi voidakseen laatia tilinpäätöksen, jossa ei ole väärinkäytöksestä tai virheestä johtuvaa olennaista virheellisyttä.

Hallitus on tilinpäätöstä laatiessaan velvollinen arvioimaan yhdistyksen kykyä jatkaa toimintaansa ja soveltuvissa tapauksissa esittämään seikat, jotka liittyvät toiminnan jatkuvuuteen ja siihen, että tilinpäätös on laadittu toiminnan jatkuvuuteen perustuen. Tilinpäätös laaditaan toiminnan jatkuvuuteen perustuen, paitsi jos yhdistys aiotaan purkaa tai sen toiminta lakkauttaa tai ei ole muuta realistista vaihtoehtoa kuin tehdä niin.

Tilintarkastajan velvollisuudet tilinpäätöksen tilintarkastuksessa

Tavoitteenani on hankkia kohtuullinen varmuus siitä, onko tilinpäätöksessä kokonaisuutena väärinkäytöksestä tai virheestä johtuvaa olennaista virheellisyttä, sekä antaa tilintarkastuskertomus, joka sisältää lausuntoni. Kohtuullinen varmuus on korkea varmuustaso, mutta se ei ole tae siitä, että olennainen virheellisyys aina havaitaan hyvän tilintarkastustavan mukaisesti suoritettavassa tilintarkastuksessa. Virheellisyyksiä voi aiheutua väärinkäytöksestä tai virheestä, ja niiden katsotaan olevan olennaisia, jos niiden yksin tai yhdessä voisi kohtuudella odottaa vaikuttavan taloudellisiin päätöksiin, joita käyttäjät tekevät tilinpäätöksen perusteella.



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

Hyvän tilintarkastustavan mukaiseen tilintarkastukseen kuuluu, että käytän ammatillista harkintaa ja säilytän ammatillisen skeptisyyden koko tilintarkastuksen ajan. Lisäksi:

- Tunnistan ja arvioin väärinkäytöksestä tai virheestä johtuvat tilinpäätöksen olennaisen virheellisuuden riskit, suunnittelen ja suoritan näihin riskeihin vastaavia tilintarkastustoimenpiteitä ja hankin lausuntoni perustaksi tarpeellisen määrän tarkoitukseen soveltuvaa tilintarkastusevidenssiä. Riski siitä, että väärinkäytöksestä johtuva olennainen virheellisyys jää havaitsematta, on suurempi kuin riski siitä, että virheestä johtuva olennainen virheellisyys jää havaitsematta, sillä väärinkäytökseen voi liittyä yhteistoimintaa, väärentämistä, tietojen tahallista esittämättä jättämistä tai virheellisten tietojen esittämistä taikka sisäisen valvonnan sivuuttamista.
- Muodostan käsityksen tilintarkastuksen kannalta relevantista sisäisestä valvonnasta pystyäkseni suunnittelemaan olosuhteisiin nähden asianmukaiset tilintarkastustoimenpiteet mutta en siinä tarkoituksessa, että pystyisin antamaan lausunnon yhdistyksen sisäisen valvonnan tehokkuudesta.
- Arvioin sovellettujen tilinpäätöksen laatimisperiaatteiden asianmukaisuutta sekä johdon tekemien kirjanpidollisten arvioiden ja niistä esitettävien tietojen kohtuullisuutta.
- Teen johtopäätöksen siitä, onko hallituksen ollut asianmukaista laatia tilinpäätös perustuen oletukseen toiminnan jatkuvuudesta, ja teen hankkimani tilintarkastusevidenssin perusteella johtopäätöksen siitä, esiintyykö sellaista tapahtumiin tai olosuhteisiin liittyvää olennaista epävarmuutta, joka voi antaa merkittävää aihetta epäillä yhdistyksen kykyä jatkaa toimintaansa. Jos johtopäätökseni on, että olennaista epävarmuutta esiintyy, minun täytyy kiinnittää tilintarkastuskertomuksessani lukijan huomiota epävarmuutta koskeviin tilinpäätöksessä esitettäviin tietoihin tai, jos epävarmuutta koskevat tiedot eivät ole riittäviä, mukauttaa lausuntoani. Johtopäätökseni perustuvat tilintarkastuskertomuksen antamispäivään mennessä hankittuun tilintarkastusevidenssiin. Vastaiset tapahtumat tai olosuhteet voivat kuitenkin johtaa siihen, ettei yhdistys pysty jatkamaan toimintaansa.
- Arvioin tilinpäätöksen, kaikki tilinpäätöksessä esitettävät tiedot mukaan lukien, yleistä esittämistapaa, rakennetta ja sisältöä ja sitä, kuvastaako tilinpäätös sen perustana olevia liiketoimia ja tapahtumia siten, että se antaa oikean ja riittävän kuvan.

Kommunikoin hallintoelinten kanssa muun muassa tilintarkastuksen suunnitellusta laajuudesta ja ajoituksesta sekä merkittävistä tilintarkastushavainnoista, mukaan lukien mahdolliset sisäisen valvonnan merkittävät puutteellisuudet, jotka tunnistan tilintarkastuksen aikana.

Helsingissä, 23. toukokuuta 2022

Anssi Pietiläinen, HT

Osoite: Viskaalintie 19 A, 00690 Helsinki



Helsingin Tarmo ry

Paasivuorenkatu 5 A

00530 Helsinki

Helsingin Tarmon lipun on suunnitellut seuran jäsen ja nuorten ohjaaja Pauli Rämö vuoden 1946 alkupuolella. Perimätiedon mukaan lippu oli ensikerran käytössä TUL:n kolmansissa liittojuhlissa vuonna 1946. Tarmon joukkue marssi liittojuhlien avajaisissa ryhdikkäästi uuden lipun johdolla.

Lippu oli esillä Tarmon 90- vuotisjuhlassa Helsingissä ravintola Paasiravintolassa 04.12.2021.



Vuosikertomuksen kokosi 05/2022 Ilpo Seppälä