



TOIMINTAKERTOMUS 2021



Arkistoviite: 2021-002

Electronically signed / Sähköisesti allekirjoitettu / Elektroniskt signerats / Elektronisk signert / Elektronisk underskrevet
<https://sign.visma.net/ff/document-check/d8268e7f-9fd6-43b8-9ee3-9ec8045be7ec>

Sisällysluettelo

.....	
TIIVISTELMÄ.....	3
TOIMINNAN TARKOITUS.....	4
SAUL:N ARVOT.....	4
TAVOITE (Visio).....	4
TEHTÄVÄ (Missio).....	4
SAUL:N TUNNUSLAUSE (Motto).....	4
LIITON 50 V JUHLAVUOSI.....	5
AIKUISLIIKUNTAVERKOSTO.....	7
KOULUTUSTOIMINTA.....	9
TERVEYSLIIKUNTA.....	10
KILPAILUTOIMINTA.....	12
TIEDOTUSTOIMINTA.....	15
ANTIDOPING-TOIMINTA.....	17
HALLINTO.....	18
VASTUULLISUUS.....	19
PALKITSEMISET.....	21
TALOUS.....	23
TOIMISTO JA HENKILÖKUNTA.....	23

**Suomen Aikuisurheiluliitto ry
TOIMINTAKERTOMUS 2021****TIIVISTELMÄ**

Vuosi 2021 oli Suomen Aikuisurheiluliitto ry:n 50. toimintavuosi, kun otetaan huomioon liiton toiminta Suomen Veteraaniurheiluliitto ry:nä. Järjestöllä oli joulukuun loppuun mennessä 363 jäsenseuraa, joissa oli 10 887 SAUL:n toimintaan osallistuvaa jäsentä.

Liiton 50-vuotisjuhlavuosi näkyi merkittävästi niin toiminnassa, kuin liiton viestinässä. Juhlavuoden suunnittelusta ja toteutuksesta vastasi sitä varten perustettu juhlatoimikunta. Juhlatoimikunta toteutti mm. liiton historiaan perustuvan 6-osaisen kirjoitusarjan Ikiliikkuja-lehdessä, juhlaseminaarin ja iltajuhlan. Lisäksi juhlatoimikunta vastasi juhluvosituotteiden hankinnasta.

Vuosi 2021 oli toiminnallisesti haastava. Covid-19 pandemia vaikutti edelleen varsin merkittävästi liiton toimintaan niin kansallisesti, kuin kansainvälisesti. Valitettavasti edelleen useita kilpailuja ja tapahtumia jouduttiin perumaan tai siirtämään myöhemmin järjestettäväksi. Myös kaikki kansainväliset Masters tapahtumat peruttiin. Peruutumisten tilalla järjestettiin korvaavana toimintana mm. virtuaalitapahtumia.

Osallistujamäärä SM-kilpailuihin oli yhteensä 2886, joka oli n.30% vähemmän kuin pandemiaa edeltävänä vuonna. Osallistujista 2503 oli yksilösuorituksia ja 383 joukkuetta. Sukupuolijakauma oli 1009 naista ja 1877 miestä. Tämän lisäksi kilpailtiin SAUL-Maljasta, naisten maljasta sekä SAUL henkilöapistekilpailu. SAUL-maljan ykkönen oli Kunto-Pirkat ja naisten maljan voitti Jyväskylän kenttärheilijat. Henkilöapistekilpailun vei nimiinsä Varsinais-Suomen Veteraaniurheilijoiden Kirsti Viitanen N75 sarjassa. Kilpailutoiminnassa korostui myös liikunnan sosiaalinen ja matkailullinen puoli. Kansallisia järjestettiin aktiivisesti eri puolilla maata. Liiton alaiseen kansalliseen kilpailutoimintaan osallistui n. 4500 urheilijaa.

Uutena toimintona liitto lanseerasi SAUL-liikuntahaasteen. Liikuntahaasteen suunnitteli ja toteutti niin ikään uusi toimija – SAUL kuntoliikuntatyöryhmä. Liikuntahaasteita oli neljä: kevät, kesä, syksy ja talvi. Liikuntahaasteissa kerättiin pisteitä liikkumalla eri tavoin.

Liiton pitkäaikainen toimistos sihteeri Merja Masalin jäi eläkkeelle elokuussa palveltuaan liittoa 10 vuotta. Hänen työtään jatkoi järjestösihteeri Karita Soukko.

Liiton viestinnän kehittäminen oli vuoden 2021 painopisteenä. Vuosi olikin varsin onnistunut viestinnällisesti. Viestinnän kehittämisestä vastasi SAUL mediatiimi. Mediatiimin rakensi Ikiliikkuja-lehden pitkäaikainen terveystoimittaja ja toimituskunnan puheenjohtaja Christer Sundqvist. Tiedotusyksikköön kuului Christerin lisäksi liiton ennätyskirjuri Juha Kylänpää ja Aarto Nevala.

Edellä mainittujen asioiden lisäksi liitto oli myös aktiivinen muiden toimijoiden kampanjoissa mm. Ihmisoikeusliiton älä riko urheilua, Opetus- ja Kulttuuriministeriön Suomi harrastaa sekä Ikäinstituutin Vie Vanhus Ulos- kampanjassa.

Jäsenmaksujen, Ikiliikkujan tilausmaksujen, kilpailumaksujen sekä ministeriön yleisavustuksen lisäksi liiton talouteen vaikuttivat myönteisesti yhteistyökumppaneiden TAYS Sydänkeskus Oy:n ja Sportmixer Oy:n yhteistyösopimukset. Valitettavasti tilikausi oli kuitenkin taloudellisesti haasteellinen lukuisten tapahtumien perumisen ja juhluvuoden kulujen takia. Tilinpäätös oli -17 769,81 alijäämäinen. Näkymä vuodelle 2022 on kuitenkin hyvä. Masters yleisurheilun MM-kilpailuiden järjestämisellä Tampereella, Suomessa arviodaan vaikuttavan myönteisesti liiton talouteen.

Vuoden 2021 onnistumisia:

- Ikiliikkujan juhluvuoden kirjoitussarja
- Liiton juhlaseminaari ja Gaala
- Liiton viestinnän ja tiedotuksen kehittäminen
- Kuntoliikuntatyöryhmän perustaminen

TOIMINNAN TARKOITUS

Liiton tarkoituksena on toimia aikuisurheilun valtakunnallisena keskusjärjestönä, joka edistää aikuisurheilun kilpa- ja kuntourheilua sekä muuta kuntoa ja toimintakykyä ylläpitävää toimintaa. Liiton toiminnan perustana ovat liikunnan eettiset arvot, urheilun reilun pelin periaatteet ja tasa-arvon edistäminen. SAUL:n toiminnan iskulause ”liikuntaa koko elämäankaari” kuvaa osuvasti liiton toiminnan kohdistamista koko aikuisikäiseen väestöön ikärajoihin tuijottamatta. Sääntöjensä mukaan liiton tehtävänä on organisoida toimintaa, joka tukee eri ikäisten toimijoiden hyvän toimintakyvyn säilyttämistä mm. julkaisemalla aikuisurheilua koskevaa materiaalia sekä järjestämällä omakohtaista suoriutumista ja valmentautumista koskevia koulutustilaisuuksia. Siten liiton toiminnan tavoitteet ja itse toiminta vastaavat pitkälti liikuntalain 2 §:ssä esitettyjä lain tavoitteita.

SAUL:N ARVOT

Liiton perusarvot ovat eettisyys, esimerkillisyys, kannustavuus, tasa-arvoisuus, tavoitteellisuus ja elämysmyönteisyys. Liikuntaa koko elämäankaari -toiminta on periaatteena aktiivisen seuratyön tukemisessa.

TAVOITE (Visio)

SAUL on aktiivinen yli 30-vuotiaiden liikuttaja sekä eri lajien koordinaattori niin kotimaassa kuin kansainvälisesti.

TEHTÄVÄ (Missio)

SAUL edistää terveyttä ja toimintakykyä ylläpitävää laaja-alaista harrastus- koulutus- ja kilpailutoimintaa. Toiminta kattaa neljä liikkujan polkua: huippu-urheilijan, lajiliikkujan, kuntoliikkujan ja hyötyliikkujan.

SAUL:N TUNNUSLAUSE (Motto)

SAUL:n tunnuslause on ”Liikuntaa koko elämäankaari”.



LIITON 50V JUHLAVUOSI

Vuosi 2021 oli Suomen Aikuisurheiluliitto ry:n 50. toimintavuosi, kun otetaan huomioon liiton toiminta Suomen Veteraaniurheiluliitto ry:nä.

Liiton 50-vuotisjuhlavuoden suunnittelua ja toteutusta varten perustettiin juhlatoimikunta. Juhlatoimikunta toteutti liiton historiaan perustuvan 6-osaisen kirjoitusarjan Ikiliikkuja-lehdessä, juhlaseminaarin ja iltajuhlan. Liiton juhlavuoden kunnianosoituksena jaettiin liiton toiminnassa merkittävälle henkilölle Opetus- ja kulttuuriministeriön myöntämät liikunnan ansiomerkit.

Juhlaseminaari ja gaala

Liiton juhlaseminaari ja iltagaala kokosivat aikuisurheiluväen yhteen Helsingin Messukeskukseen perjantaina 12.11.2021 teemalla ”Sykettä liikuntaan”. Seminaari ja juhлагаala onnistuivat haastevasta toimintavuodesta huolimatta hienosti. Tilaisuuden avasi tiede- ja kulttuuriministeri Antti Kurvinen. Ministerin puhe teki vaikutuksen yleisöön aikuisurheilua koskevalla tietämyksellään. Ministeri oli perusteellisesti tutustunut liittomme toimintaan ja osasi löytää liitollemme edustamiemme arvojen mukaista merkitystä nyt ja jatkossakin.



Kuvassa: Ministeri Antti Kurvinen

Muut seminaarin puhujat olivat:

Liikunnan vastualuejohtaja Tiina Kivisaari, Opetus- ja kulttuuriministeriö (OKM).

Johtaja Tommi Vasankari, UKK-Instituutti.

Professori Sarianna Sipilä, Jyväskylän Yliopisto.

Miten ikääntyvien liikunta huomioidaan järjestötoiminnassa, Ulla Nykänen, Suomen Olympiakomitea.

Kulttuuriasiainneuvos Päivi Aalto-Nevalainen puhui liikunnan merkityksestä ihmiselle ja yhteiskunnalle. Päivin esityksessä OKM:n Liikkuvat kokonaisuudessa oli paljon yhtymäkohtia omaan toimintaamme. Ikiliikkuja-ohjelmassa ikäihmisten terveystoiminta on huomioitu innovatiivisella tavalla. Aalto-Nevalainen innosti meitä kehittämään hankkeen alle uusia toimintamuotoja niin, että saadaan mukaan uusia liikunnan harrastajia ja kehitetään vapaaehtoistoimintaa.



Kuvassa Päivi Aalto-Nevalainen (OKM)

Tommi Vasankarin esityksessä oli asiaa liikunnan vaikutuksesta ikääntyneiden terveyteen. Tommin viesti oli, että liikkumattomuus heikentää tällä hetkellä suomalaisten terveyttä. Sen sijaan aktiivinen liikunta ja urheilu edistää terveyttä ja hyvinvointia, joka näkyy myös suoraan terveysarvoissa.

Kuvassa UKK-instituutin johtaja Tommi Vasankari

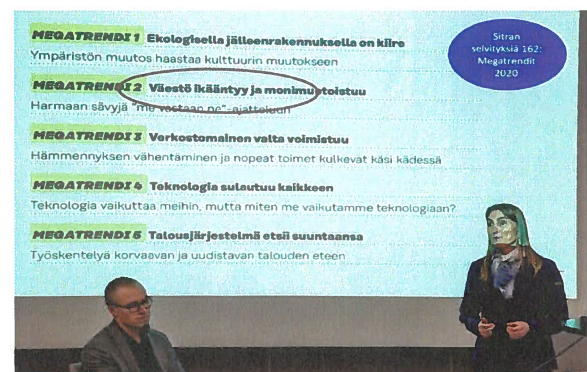


Professori Sarianna Sipilä Jyväskylän yliopistosta kertoi tavoitteellisesta kilpaurheilusta ja miten ikääntyminen vaikuttaa tähän. Tutkimuksissa on todettu urheilun laajat hyödyt ja merkitys ihmisen toimintakykyyn. Urheilu vaikuttaa niin myönteisesti mm. hengitys- ja verenkiertoelimistöön, luustoon ja lihasten koostumukseen. Tutkimuksien mukaan hyödyt ovat hyvin merkittäviä. Sarianna suosittelee voimaharjoittelua kaikenikäisille.

Kuvassa Sarianna Sipilä (JYU)



Ulla Nykänen toi puheessaan Olympiakomitean ja järjestötoiminnan näkökulman aikuisten liikuntaan. Esityksessä Ulla totesi, että edelleen vain pieni osa aikuisista liikkuu urheiluseuroissa.



Kuvassa: Ulla Nykänen (OK)

Seminaarin ja iltagaalan juontaja Christer Sundqvist korosti yhteishengen merkitystä ja hyväntuulinen aikuisurheiluväki vastasi pyyntöön hienosti. Iltagaalan viihdyttäjä, runomies ja korkeushyppääjä Reijo Vähälä, osasi taitavasti poimia laajasta ohjelmistostaan meitä kiinnostavia runoja ja laulujakin.



Opetus- ja kulttuuriministeriön palkittavat iltagaalassa: Reijo Häyrinen, Tapio Lindroos, Timo Havu, Riitta Koski, Vesa Lappalainen, Arto Miiikkulainen ja Pekka Sivula.

AIKUISLIIKUNTAVERKOSTO

Suomen Aikuisurheiluliitolla (SAUL) oli vuoden 2021 lopussa jäsenseuroja yhteensä 336. Jäseniä seuroilla oli yhteensä yli 10 887. Uusia jäsenseuroja hyväksyttiin liiton jäseneksi 8 ja eroamisia myönnettiin 8. Henkilöjäsenmaksun maksoi 9 henkilöä.

SAUL osallistui valtakunnallisen liikunta- ja urheilujärjestö Olympiakomitea ry:n tapahtumiin ja tilaisuuksiin. Liiton edustajat olivat mukana Liikkujan polku -verkostojen toiminnassa sekä Olympiakomitean muissa verkostoissa. Liittoa edustivat sen toimihenkilöt.

Merkittävää yhteistyötä tehtiin Suomen Urheiluliiton kanssa. Suomen Urheiluliiton (SUL) kanssa järjestettiin yhteiset SM-kilpailutapahtumat: SM-maraton Jyväskylässä ja SM-maantiejuoksu Pyhtäällä. Lisäksi kilpailukalenterissa oli yhteisiä tapahtumia: SM-hallimonoottelut Jyväskylässä sekä maantiekävelyt Laitilassa, jotka jouduttiin perumaan pandemiatilanteen takia. Kansallisten kilpailujen järjestäjiä aktivoitiin ottamaan kaikki ikäluokat mukaan kilpailuaikataulun niin salliessa. SAUL:n edustaja SUL:n liittovaltuustossa oli Reijo Häyrinen.

Suomen Hiihtoliiton ja Suomen Luisteluliiton kanssa ylläpidettiin yhteistyötä kyseisten lajien SM-kilpailutoiminnan osalta.

Valtionapua saatiin Opetus- ja kulttuuriministeriöltä varsinaiseen toimintaan 75 000 euroa. Opetus- ja kulttuuriministeriön liikuntaosaston kanssa pidettiin yllä myönteistä yhteistyötä ja painotettiin liiton kansalaisten terveysliikuntaan kohdistuvan työn tärkeyttä.

Ministeriön edustajat osallistuivat aktiivisesti liiton 50v juhlaseminaariin ja gaalaan. Tiede- ja kulttuuriministeri Antti Kurvinen avasi seminaarin, Kulttuurineuvos Päivi Aalto-Nevalainen oli seminaarin puhujana ja liikunnan vastuualue johtaja Tiina Kivisaari jakoi iltagaalassa liikunnan ja urheilun ansiomerkit.

SAUL jatkoi hyvää yhteistyötä Sydänsairaalan, Sportmixer Oy:n, Serp Oy:n, Palkintokeskus Oy:n, sekä Painotalo Plus Digital Oy:n kanssa. Uusi pitkäaikainen yhteistyösopimus solmittiin silmäketju Synsam Group Oy:n kanssa. IT-palveluissa asiantuntemusta ja palveluja hankittiin Suomen Yleisurheiluarkistolta, Eki Laitilalta ja Jorma Ojenilta. Merja Masalinin jäätyä eläkkeelle elokuussa lehden taitosta vastasi T:mi Firis.

Tämän lisäksi yhteistyötä tehtiin ennätyskirjuri Juha Kylänpään, Idea Sundqvistin sekä psyykkisen valmentajan Elisa Valtasen kanssa. Yhteistyön puitteissa yhteistyökumppanit toimittivat artikkeleita Ikiliikkuja-lehteen sekä muuta materiaalia ja asiantuntijoita Terveystori-tapahtumiin ja liiton koulutuspäiviin.

SAUL jatkoi kumppanuustoimintaa Ikäinstituutin kanssa Voimaa vanhuuteen -kampanjan osalta. Yhteistyön avulla myös SAUL saa asiantuntijoita ja tiedotusmateriaalia ikääntyvien liikunnasta sekä liiton jäsenet saavat osallistua Ikäinstituutin koulutuksiin. Tämän lisäksi SAUL oli myös aktiivinen muiden toimijoiden kampanjoissa osallistumalla mm. Ihmisoikeusliiton #älärikourheilua ja Opetus- ja Kulttuuriministeriön #suomiharrastaa-kampanjoihin.

Kansainväliset verkostot

Vuoden 2021 aikana Suomella ja sitä kautta SAUL:n edustajilla oli Pohjoismaisen Veteraanineuvoston puheenjohtajuus. Veteraanineuvostolla oli kaksi etäkokousta, jonka lisäksi asioita käsiteltiin sähköpostin välityksellä. Neuvoston puheenjohtajana toimi Reijo Häyrinen ja sihteerinä Oki Vuonoranta.

Tämän lisäksi vuoden aikana perustettiin Tampereen 2022 MM-kilpailuja varten järjestelytoimikunta. Järjestelytoimikunnan puheenjohtajana toimi SAUL:n puheenjohtaja Reijo Häyrinen. Verkostossa jäseninä olivat Tampereen Kaupunki, Visit Tampere, Tampereen Pyrintö, Kunto-Pirkat, SAUL ja SUL. Järjestelytoimikunnan tehtävät jaettiin niin, että SAUL:n tehtäviksi päätettiin kansainvälinen yhteistyö WMA:n kanssa, Suomen joukkueen organisointi ja koordinointi sekä tiedotus. SAUL:n edustajat järjestelytoimikunnassa olivat Reijon lisäksi Raimo Koskela, Oki Vuonoranta ja Karita Soukko.

Vuoden aikana peruttiin Euroopan Mastersurheiluliiton European Masters Athletics (EMA) EM-hallit Bragassa, Portugalissa, Maailman Mastersurheiluliiton World Masters Athletics (WMA) MM-kilpailut Tampereella, Suomessa sekä International Masters Games Association (IMGA) World Masters Games Festivaali Kansassa, Japanissa. Pohjoismaiden mestaruuskilpailuja ei myöskään järjestetty ja Viro-yhteistyö oli samoin tauolla.

Peruuntuneiden kilpailujen lisäksi WMA:n ja EMA:n yleiskokouksia ei järjestetty. Sen sijaan IMGA:n hallitukseen valittiin Sari Essayah Suomesta.

SAUL oli jäsen (J) tai yhteisöjäsen (YJ) seuraavissa liitoissa ja yhteisöissä: Olympiakomitea ry (J), Suomen Urheiluliitto ry (YJ), Suomen Yleisurheiluarkisto (J), PALTA/Urheilutyönantajat (J), World Masters Athletics (J), European Masters Athletics (J), Pohjoismaiden Masters Neuvosto (J). Suomella oli puheenjohtajuus Pohjoismaiden yhteistyötoimikunnassa. Puheenjohtajana toimi Reijo Häyrinen ja sihteerinä Oki Vuonoranta.

KOULUTUSTOIMINTA

Liiton koulutustoiminnan tavoitteena oli saattaa aikuisia liikunnan piiriin sekä innostaa ja aktivoida heitä osallistumaan valmennus- ja kilpailutoimintaan. Tämän lisäksi tavoitteena oli järjestää ja kehittää aikuisliikuntatoimintaa yhteistyössä jäsenseurojen ja palvelukumppaneiden kanssa.

Valitettavasti liiton koulutustoiminnan edellytykset vaikeutuivat Covid-19 pandemian takia merkittävästi. Alueellisen koulutustoiminta oli tauolla käytännössä tammikuusta-lokakuuhun. Liiton koulutusvaliokunta suunnitteli korvaavaa sisältöä ja selvitti mahdollisuuksia koulutustoiminnan järjestämiseen. Lopulta päädyttiin siihen, että koulutus- ja valmennusaiheita pidetään yllä poikkeusaikana viestinnän ja tiedotuksen kautta. Liiton koulutusaiheita pidettiin yllä viikoittain liiton medioissa. Korvaavaa koulutusta järjestettiin myös verkkokoulutuksina ja webinaareilla. Painopisteenä oli liiton IT-järjestelmien kehittäminen, joilla helpotetaan jäsenseurojen kilpailujen järjestämistä. Mikkelin SM-kilpailuja varten toteutettiin Aikku-ohjelman käyttöönotto ja koulutus.

Valmennustoiminta

Lajiryhmävalmennukselle vuosi 2021 oli hyvin haasteellinen vuosi Covid-19 takia. Lajiryhmävalmennusta järjestettiin pienimuotoisesti urheiluopistoilla harjoitusleirillä sekä alueellisina valmennuspäivinä kaupunkikeskuksissa.

Kestävyysliikunnasta vastasi Annukan ja Mikan juoksukoulu Oy sekä heittolajien osalta Suomen Valmennusapu/ Serp Oy. Tämän lisäksi yhteistyötä tehtiin Alpo Pirttisen (pikajuoksu), Raimo Koskelan (pikajuoksu), Tiina Lampénin (pika- ja aitajuoksu), Viivi Avikaisen (pika- ja aitajuoksu, Matti Monosen (hypyt), Auli Marttisen (hypyt), Elisa Valtasen (psykykinen valmennus) ja Olli Leinon (hypyt ja testaus) kanssa.

Sopimuksilla osapuolet toteuttivat tavoitteellisen yhteistyön asiakkaan valmennus- ja kilpailutoiminnassa omissa lajiryhmissään. Tavoitteena on lisätä lajeista kiinnostuneiden henkilöiden määrää ja saattaa heidät aktiivisiksi harrastajiksi, joista aktiivisen kilpailutoiminnan kautta syntyy uusia menestyjiä kansainvälisiin kilpailuihin.

Järjestetyt koulutus- ja valmennustapahtumat

- * 30-31.7.2021, Terveystori, Mikkeli
- * 15.-17.10.2021, pikajuoksu ja hyppylajien leiri, Valmennus, Matti Mononen, Tanhuvaara
- * 22.-24.10.2021, yleisurheilun yhteisleiri, Pajulahti,
- * 27.-29.12.2021, hyppylajien leiri. Valmennus, Matti Mononen, Tanhuvaara
- * 23.10.2021, Asiantuntijaluento, Oivaltavaa urheilua, Christer Sundqvist, Pajulahti
- * 24.10.2021, Asiantuntijaluento, Omännäköiset tavoitteet, Elisa Valtanen, psykologi, Pajulahti

Valmennustoiminnan osalta koulutusvaliokunta tuotti myös valmentautumiseen ja harjoitteluun liittyviä artikkeleita Ikiliikkuja -lehteen sekä täydennettiin liikekuvastoja liiton kotisivuille.

Jäsenseurojen valmennustoiminta

Suomen Aikuisurheiluliiton jäsenseurat järjestivät myös yhdessä liiton kanssa suunniteltuja aikuisten yleisurheilukouluja, juoksu- ja maratonkouluja sekä muuta kuntoliikunta harjoittelua ja tapahtumia.

Aikuisten yleisurheilukoulun järjestäjät

Esbo IF, Haukiputaan Veikot, Helsingin Kisa-Veikot, HIFK-suomeksi ja ruotsin kielellä, Hämeenlinnan Tarmo, Janakkalan Jana, Jyväskylän Kenttärheilijat, Keski-Uudenmaan

Yleisurheilu, Kunto-Pirkat, KU-58 Vantaa, Lahden Ahkera, LahtiSport, Liedon Parma, Nakkilan Vire, Tampereen Pyrintö, Turun Urheiluliitto, Porin Tarmo, Raahen Vesa, Vantaan Salamat, Viipurin Urheilijat.

Juoksu- ja maratonkoulut sekä muu kuntourheilu

Esbo IF, Finnish Marathon Runners, Helsingin Jyry, Helsingin Juoksijat ry, Hippoksen Maratonkerho, Jyväskylän Kenttä-Urheilijat, Keravan Urheilijat, Kuivasjärven Aura, Oulu, KU-58, Vantaa, LahtiSport, Rauhalahden Roadrunners, Tampereen Maratonklubi.

Ikiliikkujan valmennusartikkelit

Valmennus

* numero	2	Loikkimalla lajivoimaa	Olli Leino
* numero	3	Mäkiharjoituksen vaikutus juoksuun	Tiina Lampen
* numero	4	Kohti tulevaa kautta – Tampere MM tavoitteeksi	Kari Hurmerinta
* numero	6	Eiköhän laiteta voimaa pakaroihin?	Tiina Lampen

Psyykkinen valmennus

* numero	1	Vastoinkäymisistä voi löytyä uusi polku	Elisa Valtanen
* numero	2	Motivaatio on monen tekijän summa	Elisa Valtanen
* numero	3	Valmiina kisoihin – myös henkisesti	Elisa Valtanen
* numero	4	Urheiluvamma on mielen matka	Elisa Valtanen
* numero	5	Omannäköiset tavoitteet tuovat sisältöä ja energiaa tekemiseen	Elisa Valtanen
* numero	6	Itseluottamuksen kokemisen taitoa voi tietoisesti vahvistaa	Elisa Valtanen

TERVEYSLIIKUNTA

Terveys- ja kuntoliikuntatoiminnassa perustettiin kunto- ja terveysliikuntatyöryhmä. Työryhmän tehtävänä oli kehittää liiton kunto- ja terveysasioita. Työryhmä toteutti SAUL liikuntahaasteen.

Liikuntahaaste

Liikuntahaasteessa tarkoituksena oli haastaa ihmisiä säännölliseen liikkumiseen sekä tuoda iloa ja terveyttä sekä piristystä koronavuoden keskelle. Kaikkien osallistujien kesken arvottiin palkintoja ja eniten pisteitä keränneet saivat kunniadiplomit. Haastejaksoja oli yhteensä neljä (kevät-, kesä-, syksy- ja talvihaaste) 1.4.2021 – 31.12.2021 välisenä aikana. Mukaan haasteeseen pystyi liittymään missä vaiheessa vaan.

Liikuntahaasteen kuvaus: Osallistua voi jokainen – olet sitten kilpaurheilija, höntsäilijä, himokuntoilija, päiväkävelijä tai sohvaperunaksi taipuvainen. Ensimmäisen pisteesi saat jo 15 minuutin liikkumisella. Pisteitä voit kerätä mitä erilaisimmista liikuntasuorituksista: se voi olla aktiiviurheilijan hikitreeniä tai hyötyliikuntaa esim. marjastamisen tai halonhakkuun muodossa. Sinä itse valitset juuri sinulle sopivan liikkumisen muodon oman tasosi mukaan. Kaikki aktiviteetit lasketaan! Haasta siis itsesi liikkumaan – teet sen sitten yksin tai perheesi kanssa. Voit kerätä myös haastejengin kasaan kannustamaan toinen toisiaan.

Osallistuminen alkaa liikkumalla: 15 min liikuntaa = 1 piste. Päivittäisen liikuntasi seuraamisen helpottamiseksi sinulle on luotu jokaiseen haastejaksoon oma liikuntapäiväkirja. Kaikki neljän haasteen liikuntapäiväkirjat löydät alla olevasta tiedostosta.

Liikuntapäiväkirjan käyttö; Tallenna käynnissä olevan haastejakson liikuntapäiväkirja

Arkistoviite: 2021-002

omalle koneellesi. Kirjaa päivittäiset pisteesi (15 min liikuntaa = 1 piste) ja laji (20 lajivaihtoehtoja tarjolla). Koska pisteitä voi kertyä monenlaisesta aktiviteetistä, on pistepaikkoja käytössäsi useampi.

Liikuntapäiväkirja laskee sinulle päiväkohtaiset pisteet ja kokonaispisteet. Kun käytät liikuntapäiväkirjan täytössä lajilyhenteitä, saat näkyviin lajikohtaisen pistekertymän sekä lajijakauman piirakkakuviona. Voit myös printata liikuntapäiväkirjan käyttöösi.

Terveystori

TerveysTori-tapahtumien järjestämiseen. TerveysTori järjestettiin Mikkelissä yleisurheilun yhteydessä. Mukana Terveys- ja tapahtumatorilla mukana oli Sydänsairaala ja Sportmixer.

Liikunnan terveyttä edistävät näkökulmat olivat vahvasti esillä SAUL:n toiminnassa mm. Ikiliikkuja-lehdessä.

Ikiliikkujan ravinto & terveystiedot

* numero	1	Aikuisurheilijan tärkeät mineraalit	Christer Sundqvist
* numero	2	Rautaa ja rikkiä aikuisurheilijalle	Christer Sundqvist
* numero	3	Lisää suorituskkyä ravintolisillä	Christer Sundqvist
* numero	4	Sydän tykkää värikkäästä ruoasta	Christer Sundqvist
* numero	5	Ravitsemustiede	Christer Sundqvist
*		Rytmihäiriön syyt on aina selvitettävä	Sydänsairaala
* numero	6	Aikuisurheilijan makea elämä	Christer Sundqvist
*		Terveysliikuntapäähkinä: Etsi erot kuvista!	Karita Soukko

KILPAILUTOIMINTA

Vuosi 2021 oli Covid-19 pandemian takia jo toista vuotta peräkkäin hyvin poikkeuksellinen liiton kilpailutoiminnassa. SM-kilpailuista viisi jouduttiin perumaan. Tämä näkyi myös osallistujamäärissä, joka laski edellisestä vuodesta n.15% (3375) ja aiemmasta normaalivuodesta 2019 peräti n. 30% (4035). Osallistujamäärä SM-kilpailuihin oli yhteensä 2886, joista 2503 yksilösuoritusta 383 joukkuetta. Sukupuolijakauma oli 1009 naista ja 1877 miestä.

Tämän lisäksi kilpailtiin SAUL-Maljasta, naisten maljasta sekä SAUL henkilöapistekilpailu. SAUL-maljan voittaja oli Kunto-Pirkat ja naisten maljan ykkönen Jyväskylän kenttärheilijat. Henkilöapistekilpailu voitti Varsinais-Suomen Veteraaniturheilijoiden Kirsti Viitanen. Kilpailutoiminnassa korostui myös liikunnan sosiaalinen ja matkailullinen puoli. Kansallisia järjestettiin aktiivisesti eri puolilla maata. Liiton alaiseen kansalliseen kilpailutoimintaan osallistui n. 4500 urheilijaa.

Vuoden 2021 SM-kilpailut

SM-kilpailu	Kilpailupaikka	Järjestäjä	Aika	2021	Naiset	Miehet
SM-hiihdot (v) lyhyet matkat	Tampere	Kunto-Pirkat ry	27.2.2021	101	27	74
SM-hiihto viestit (v)	Tampere	Kunto-Pirkat ry	28.2.2021	J 25	J 9	J 16
SM-maastojuoksut	Vihti, Nummela	Vihdin Urheiluveteraanit ry	15.5.2021	339	94	245
SM-viestit	Jyväskylä	Jyväskylän Kenttärheilijat ry	12.6.2021	J 268	J 116	J 152
SM-yleisurheilu	Mikkeli	Mikkelin Kilpa-Veikot ry	29.7. - 1.8.2021	1003	343	660
SM-moniottelut	Jyväskylä	Jyväskylän Kenttärheilijat ry	7. - 8.8.2021	49	24	25
SM-heittoviisiottelu	Nastola	LahtiSport ry	14.8.2021	135	60	75
SM-10 km maantiejuoksu	Pyhtää	Pyhtään Yritys ry	14.8.2021	180	60	120
Joukkueet	Pyhtää	Pyhtään Yritys ry	14.8.2021	J 27	J 12	J 15
SM-polkujuoksu	Lahti	LahtiSport ry	11.9.2021	129	48	81
SM-rullaluistelu ja -hiihto	Tampere, Teisko	Kunto-Pirkat ry	12.9.2021	45	9	36
Joukkueet	Tampere, Teisko	Kunto-Pirkat ry	12.9.2021	J 00	J 00	J 00
SM-maraton	Jyväskylä	Jyväskylän Kenttärheilijat ry	18.9.2021	171	64	107
SM-maraton, joukkueet	Jyväskylä	Jyväskylän Kenttärheilijat ry	18.9.2021	J 31	J 12	J 19
SM-vauhdittomat	Oulu	Oulun Pyrintö ry	9.10.2021	80	29	51
SM-puolimaraton	Helsinki	Helsingin Jyry ry	24.10.2021	206	70	136
SM-puolimaraton, joukkueet	Helsinki	Helsingin Jyry ry	24.10.2021	J 32	J 12	J 20
SM-hallimaniottelu	Helsinki	Helsingin Kisa-Veikot ry	14.11.2021	65	20	45
SM-hiihto, pitkät (p)			PERUUTETTU	0	0	0
SM-sprinttiviesti (p)			PERUUTETTU	J 0	J 0	J 0
SM-pikaluistelu			PERUUTETTU	0	0	0
SM-hallit			PERUUTETTU	0	0	0
SM-hallit, viesti			PERUUTETTU	J 00	J 00	J 00
SM-maantiekävely			PERUUTETTU	0	0	0
SM-maantiekävely, joukkueet			PERUUTETTU	J 0	J 0	J 0
			Yhteensä	2503	848	1655
			Joukkueet	383	161	222
			Yhteensä	2886	1009	1877

SAUL-malja

Sija	Seura	Yhteensä	Miehet	Naiset	henkilö	Joukkue
1	Kunto-Pirkat	767	462	305	645	122
2	Helsingin Kisa-Veikot	701	390	311	595	106
3	Jyväskylän Kenttärheilijät	688	134	554	580	108
4	Varsinais-Suomen Veteraaniurheilijat	510	239	271	454	56
5	LahtiSport	337	141	196	273	64
6	Spove	282	245	37	214	68
7	Länsi-Uudenmaan Urheilijat	255	129	126	234	21
8	Kenttärheilijät-58	214	114	100	165	49
9	Vihdin Urheiluveteraanit	188	144	42	186	0
10	Mikkelin Kilpa-Veikot	172	113	59	161	11
11	Lahden Ahkera	155	80	75	114	41
12	Hippoksen Maratonkerho	144	89	55	105	39
13	Tampereen Pyrintö	125	20	103	122	1
14	Rovaniemen Roadrunners	120	120	0	107	13
15	Helsingin Juoksijat	109	46	63	92	17
16	Janakkalan Jana	100	40	59	95	4
17	Oulun Pyrintö	99	49	50	99	0
18	Kangasniemen Kalske	96	96	0	96	0
19	Rauhalahti Road Runners	95	58	37	78	17
20	Keski-Uudenmaan Yleisurheilu	90	27	63	85	5
21	Forssan Salama	79	55	24	79	0
21	Virtain Urheilijat	79	46	32	78	0
21	Pudasjärven Urheilijat	79	44	35	79	0
24	Oulun Ikiliikkujat	78	78	0	47	31
25	Nurmijärven Yleisurheilu	77	16	61	54	23

Naisten malja

Sija	Seura	Naiset
1	Jyväskylän Kenttärheilijät	554
2	Helsingin Kisa-Veikot	311
3	Kunto-Pirkat	305
4	Varsinais-Suomen Veteraaniurheilijat	271
5	LahtiSport	196
6	Länsi-Uudenmaan Urheilijat	126
7	Tampereen Pyrintö	103
8	Kenttärheilijät-58	100
9	Lahden Ahkera	75
10	Helsingin Juoksijat	63
10	Keski-Uudenmaan Yleisurheilu	63

SAUL henkilöpistekilpailu TOP30

Sija	Osallistuja	Sarja Seura	Yhteensä	Henkilö	Joukkue
1	Viitanen Kirsti	N75 Varsinais-Suomen Veteraaniurheilijat	59	59	0
2	Anunti Henna	N40 Haukiputaan Veikot	46	46	0
3	Siekinen Kirsti	N50 Jyväskylän Kenttärheilijät	45.25	42	3.25
4	Metsänkylä Marja	N70 Varsinais-Suomen Veteraaniurheilijat	44.33	41	3.33
5	Nousiainen Toini	N65 Kunto-Pirkat	43.34	41	2.34
6	Saarela Jaana	N35 Kunto-Pirkat	39.67	37	2.67
7	Häyrinen Reijo	M60 Kangasniemen Kalske	38	38	0
8	Lehto Laura	N35 Jyväskylän Kenttärheilijät	37	37	0
8	Niska Marja	N50 Tampereen Pyrintö	37	37	0
10	Westerberg Sanna	N50 Länsi-Uudenmaan Urheilijat	36	34	2
10	Piironen Valde	M65 Polvijärven Vauhti	36	34	2
12	Savolainen Annika	N60 Jyväskylän Kenttärheilijät	35.42	33	2.42
13	Mäki Tuire	N45 Jyväskylän Kenttärheilijät	35	32	3
13	Rautasalo Markku	M65 Kangasniemen Kalske	35	35	0
13	Kauppila Jukka	M60 Limingan Niittomiehet	35	35	0
16	Järvelä Juha	M40 Kurikan Ryhti	34	34	0
17	Tenhu Leena	N60 Jyväskylän Kenttärheilijät	33.42	31	2.42
18	Lähdekorpi Atte	M60 Forssan Salama	33	33	0
18	Siekinen Jaana	N50 Jyväskylän Kenttärheilijät	33	33	0
18	Kokko Mirja	N60 LahtiSport	33	33	0
21	Reilson Paavo	M55 Länsi-Uudenmaan Urheilijat	32	32	0
22	Juopperi Markku	M75 Spove	31.83	25	6.83
23	Hakola Jari	M55 Kyyjärven Kyky	31	31	0
23	Rahkonen Jukka	M40 Polvijärven Urheilijat	31	31	0
25	Varsala Tuija	N60 Länsi-Uudenmaan Urheilijat	30.25	30	0.25
26	Mäkitörmä Liisa	N60 Varpaisjärven Vire	30	30	0
26	Summa Timo	M60 Vihdin Urheiluveteraanit	30	30	0
26	Lipasti Jarmo	M70 Varsinais-Suomen Veteraaniurheilijat	30	30	0
29	Ruohomäki Virpi	N50 Helsingin Kisa-Veikot	29.67	27	2.67
30	Piispa Simo	M45 Vehkalahten Veikot	29	29	0

Vuositulastot

Liiton vuositulastot ovat nettipohjaisesti julkaistuna Tilastopaja Oy:n sivuille. Vuositilastojen toimittamisesta vastasi Suomen Yleisurheiluarkisto ry tehdyn yhteistyösopimuksen pohjalta. Tilastopajan vuositulastoihin rekisteröitiin yli 10 000 aikuisurheilijoiden 30+ kilpailutulosta. Tilastot löytyvät osoitteesta www.tilastopaja.fi.

Uudet ennätykset

Vuosi 2021 oli ennätysten vuosi, vaikka maailmanlaajuinen Covid-19-pandemia rajoittikin kilpailutoimintaa. Suomalaiset aikuisurheilijat tekivät 126 Suomen-, 33 Pohjoismaiden-, 5 Euroopan- ja 3 maailmanennätystä.

Maailmanennätyksiä tekivät heittäjät. Heinäkuussa 74-vuotias Esa Kiuru paransi omissa nimissään ollutta 70-vuotiaiden ME-tulosta lukemiin 54,47 Orivedellä. Mirja Kokko täytti elokuussa 60 vuotta ja syyskuun 11. päivä syntyi kaksi ME-tulosta Inkeröissä. Moukari lensi lukemiin 47,05 ja paino 18,59.

Euroopan ennätyksiä syntyi viisi. ME-tulosten lisäksi Heli Herlevi-Malila ja Varpu Holmberg tekivät EE:n. 60-vuotias Herlevi-Malila heitti Mikkelin SM-kilpailuissa keihään lukemiin 35,73. Holmberg täytti syyskuussa 80 vuotta ja hallikausi oli ennätysten aikaa. Marraskuun SM-moniotteluissa 60 metrin aitaajuoksen 23,67 on uusi EE. Ottelusarjassa syntyi myös 800 metrillä SE ja korkeustulos sivuaa SE:tä.

Arkistoviite: 2021-002

Electronically signed / Sähköisesti allekirjoitettu / Elektroniskt signerats / Elektronisk signert / Elektronisk underskrevet
<https://sign.visma.net/fi/document-check/d8268e7f-9fd6-43b8-9ee3-9ec8045be7ec>

Ottelutulos oli luonnollisesti uusi SE.

Pohjoismaiden ennätyksiä syntyi kaudella 2021 kaikkiaan 33. Ennätyksiä syntyi kaikissa lajiryhmissä, myös moniotteluissa. Eniten PE-tuloksia teki 54-vuotias Katrin Mertanen 55-vuotiaiden sarjassa. Peräti neljä PE-tulosta tekivät kestävyysjuoksija Seija Nurmi 65-vuotiaissa ja pikajuoksija Sanna Erkinheimo 40-vuotiaissa. Ennätyskirjurina toimi Juha Kylänpää.

Kansainväliset kilpailut

Vuoden 2021 aikana oli tarkoitus järjestää useampia kansainvälisiä kilpailuja, joita SAUL organisoij ja koordinoi. Covid-19 pandemian vaikutus kansainväliseen toimintaan oli merkittävä. Kaikki kansainväliset kilpailut joko siirrettiin myöhemmin järjestettäväksi tai peruttiin. Perutut/siirretyt kilpailut olivat Euroopan Mastersurheiluliitto European Masters Athletics (EMA) EM-hallit Braga, Portugali, Maailman Mastersurheiluliitto World Athletics (WMA) MM-kilpailut Tampere, Suomi sekä International Masters Games Association (IMGA) World Masters Games Festivaali Kansai, Japani.

TIEDOTUSTOIMINTA

Liiton viestintä ja tiedotus kehittyi huomasti vuoden 2021 aikana. Liiton viestintää ja tiedotusta kehitettiin mm. julkaisemalla viikoittaista tulostulokatsausta sekä tiedottamalla uusista ennätyksistä reaaliaikaisesti. Tämän kehityksen aikaansai SAUL mediatiimi, johon kuuluivat liiton toimihenkilöiden lisäksi Christer Sundqvist, Juha Kylänpää ja Aarto Nevala.

Liitto teki tiedotuksellista yhteistyötä Ihmisoikeusliiton Älä riko urheilua-kampanjassa sekä Ikäinstituutin Vie vanhus ulos -kampanjassa.

Päivittäinen vierailu liiton medioissa oli aktiivista eritoten SM- kilpailujen aikana. Eniten sivuilta haettiin tietoa ajankohtaisista asioista ja kilpailujen tuloksista. Facebook ja Instagram sivuilla suosituimmiksi nousivat ennätysilmoitukset ja tulostulokatsaukset.

Liiton kotisivujen kävijämäärä oli 48 861, joka oli iso hyppäys vuotta aiempaan 32 000 verrattuna.



Myös sosiaalisen median aktiivisuus lisääntyi. Liiton Facebook sivun tykkäykset kasvoivat 1663 -> 1925 vuoden aikana. Sivun seuraajia oli 2017 henkilöä.

Arkistoviite: 2021-002

Julkaisun tiedot

Suomen Aikuisurheiluliitto
25. heinäkuuta 2021

Seija Nummi juoksi puolimaratonilla Suomen ja Pohjoismaiden ennätyksen Heinolassa

Kerätköön Urheilijoiden Seija Nummi oli vauhdissa Heinolan Kaupunkipuolimaratonilla. Puolimaratonilla kolmannen sijottunut Nummi juoksi ajan 1:37:47. Aika alittaa ruotsalaisen Bibbi Lindin vuonna 2012 juoksijan 65-vuotiaiden Pohjoismaiden ennätyksen 1:38:02, viideltätoista sekunnilla.

Omiaa Karikaanpäässä juoksemaansa SE La 1:38:11 Nummi paransi 24 sekunnilla.

Onnittelut Seija Nummelle Pohjoismaiden ennätyksestä.

Se PE oli jo yhdestoista suomalaisen tana vuonna tekemä Juhna Kylänpää.

<https://www.saul.fi/seija-nummi-juoksi-puolimaratonilla/>



Sydänsairaala
28. syyskuuta

Tays Sydänsairaalan hallinnon henkilökunta kertasi elvytystaitoja. Kaikille muillekin maallikoille muistutuksena: 1) Lataa puhelimeesi 112-sovellus. 2) Elvytyksessä tehokas painelu on tärkeintä. 3) Kun on tarve elvyttää, hae paikalle myös lähin sydäniskuri. Sen sijainnin voi tarkistaa esim. 112-sovelluksesta. Yleisin sydämen pysäyttävä rytmihäiriö on kammiovärinä. Silloin tarvitaan pikaisesti sydäniskuria.

Ja tärkein ohje: elvyttämällä et saa mitään vahinkoa aikaiseksi. Tärkeintä on auttaa ja aloittaa elvytys ❤️

Vuoden tiedottajana palkittiin SAUL media.

Ikiliikkujalehti

Vuosi 2021 oli yhdeksästoista vuosi, jolloin liitto julkaisi tiedotuslehteään Ikiliikkujaa. Lehti ilmestyi 6 kertaa ja sen levikki oli 1400. Lehden toimittamisesta vastasi Ikiliikkujan toimituskunta. Vakituiset avustajat toimittivat artikkeleita ja kuvia. Ikiliikkujan painopaikka oli Painotalo Plus Digital Lahdessa.

Ikiliikkujan sisältö:

Pääkirjoitus

- | | |
|------------|----------------|
| * numero 1 | Petri Maskonen |
| * numero 2 | Anja Rovio |
| * numero 3 | Reijo Häyrinen |
| * numero 4 | Karita Soukko |
| * numero 5 | Marjo Sjögren |
| * numero 6 | Kunto Viiru |

Arkistoviite: 2021-002

Electronically signed / Sähköisesti allekirjoitettu / Elektroniskt signerats / Elektronisk signert / Elektronisk underskrevet
<https://sign.visma.net/fi/document-check/d8268e7f-9fd6-43b8-9ee3-9ec8045be7ec>

Liiton historiakatsaus

* numero	1	Liiton 50-v historiaa 1970 luku	Kunto Viiru
* numero	2	Liiton 50-v historiaa 1980 luku	Reijo Häyrinen
* numero	3	Liiton 50-v historiaa 1990 luku	Christer Sundqvist
* numero	4	Liiton 50-v historiaa 2000 luku	Vesa Lappalainen
* numero	5	Liiton 50-v historiaa 2010 luku	Vesa Lappalainen
* numero	6	Liiton 50-v historiaa 2020 luku	Christer Sundqvist

Henkilökuvassa

* numero	1	Leo Saarinen
* numero	2	Annemari Kiekara ja Marja Niska
* numero	3	Reijo Häyrinen
* numero	4	Kati Oikarinen
* numero	5	Mikael Söderman
* numero	6	Matti Tennilä ja Antti Kois

ANTIDOPING-TOIMINTA

Liitto teki tunnetuksi Antidoping asioita tekemällä yhteistyötä Suomen urheilun eettinen keskuksen (SUEK:n) kanssa sekä jakamalla tietoa verkkosivuilla ja tapahtumissa.

Liiton säännöissä on pykälä sitoutumisesta antidopingtoimintaan:

- Liitto, sen jäsenet ja jäsenten jäsenet sitoutuvat kulloinkin voimassa olevaan Suomen antidopingsäännöstöön, Maailman antidopingsäännöstöön, Kansainvälisen Olympiakomitean, Kansainvälisen Paralympiakomitean ja kansainvälisten kattojärjestöjensä antidopingsäännöstöön sekä Suomen allekirjoittamien kansainvälisten antidopingsopimusten mukaisiin sääntöihin.

Liitolla on oma antidoping ohjelma, joka löytyy liiton verkkosivuilta.

Liiton verkkosivuilla on lisäksi tietoa antidoping asioita sekä linkit SUEK:n, Maailman Antidopingtoimisto WADA:n sekä WMA:n Anti-Doping verkkosivuille.

Näiden lisäksi liitto antaa yleisohjeita kansainvälisiin kilpailuun osallistuville joukkuekirjeessä.

- On ensiarvoisen tärkeää, että jokainen, joka joutuu terveytensä takia käyttämään lääkkeitä, tarkistaa ovatko kyseiset kauppavalmisteet kiellettyjen aineiden listalla. Kiellettyjen aineiden lista on useimmille meistä yllättävä, sisältäen jopa lasten yskänlääkkeitä. WMA:n ja EMA:n mestaruuskilpailuissa vaaditaan kielletyn aineen käytölle erivapaushakemus (TUE), joka tulee olla etukäteen haettuna.

Liitolla oli myös kriisiviestintäsuunnitelma mahdollisen dopingtapauksen varalle.

SUEK yhteistyö

Liitto teki tunnetuksi jäsentiedotteissa SUEK:in Puhtaasti paras -verkkokoulutusta, Kielletyt aineet ja menetelmät materiaalia sekä KAMU-lääkehakua ja Erkka-erivapauskonetta. Liitto julkaisi myös tiedotusmateriaalia liiton verkkosivuilla ja sosiaalisessa mediassa.

HALLINTO

SAUL kevätkokous 5.6.2021 Helsingissä

SAUL:n kevätkokous pidettiin 5.6.2021 Taitotalossa, Helsingissä. Kokouksessa oli edustettuna 10 jäsenseuraa. Puheenjohtajana toimi Jukka Malila ja sihteerinä Karita Soukko. Kokouksessa päätettiin tilinpäätöksen vahvistamisesta. Kokouksessa hyväksyttiin hallituksen esittämä toimintakertomus, tilinpäätös ja tilintarkastuskertomus. Kokouksessa valittiin myös neljä jäsentä ehdollepanotoimikuntaan. Puheenjohtajaksi valittiin Anja Rovio (Kunto-Pirkat) ja jäseniksi, Ermo Kalevo (Varsinais-Suomen Veteraaniturheilijat), Mika Siimes (Helsingin Kisa-Veikot) ja Pekka Sivula (E-PUV).

SAUL syyskokous 13.11.2021 Helsingissä

Vuosijuhlaa seuraavana päivänä pidettiin liiton syyskokous, jossa vihittiin käyttöön uusi lippu naulausseremonialla. Nauloja oli 13 kappaletta, joille jokaiselle oli oma naulaajansa alkaen liiton kunniapuheenjohtajista Kunto Viirusta ja Tapio Lindroosista jatkuen nykyisiin hallituksen jäseniin ja toimihenkilöihin, liiton puheenjohtajan lyödessä viimeisen naulan. Kokouksessa oli edustettuna 16 jäsenseuraa. Puheenjohtajana toimi Christer Sundqvist ja sihteerinä Karita Soukko. Vuosikokouksessa valittiin Reijo Häyrinen jatkamaan liiton puheenjohtajana vuosiksi 2022-2023 ja hallituksen uudeksi jäseneksi Raimo Koskela Varsinais-Suomen Veteraaniturheilijoista Hannu Rautapuron tilalle. Muina hallituksen jäseninä jatkavat Marjo Sjögren (Oulu), Anja Rovio (Tampere), Harri Kivikko (Vihti), Riitta Koski (Vaasa) ja Petri Maskonen (Joensuu). Kokouksessa päätettiin muuttaa kannatusjäsenmaksu 20 euroksi entisen 50 euron sijaan. Aikuisurheilua voi siis tukea tällä summalla, vaikka ei itse osallistuisi aktiivisesti toimintaan. Tilintarkastajiksi valittiin Markus Palmola ja Viivi Ahomäki Nexia Oy tilintarkastusyhteisöstä. Varatilintarkastajana Nexia tilintarkastusyhteisön nimeämä henkilö Markus Palmolan tai Viivi Ahomäen ollessa estyneenä.

Hallitus

Hallituksen puheenjohtajana toimi Reijo Häyrinen Heinolasta, varapuheenjohtajana Marjo Sjögren Haukiputaalta ja sihteerinä Oki Vuonoranta. Hallituksen jäsenet olivat Petri Maskonen Joensuusta, Anja Rovio Tampereelta, Hannu Rautapuro Vihdistä, Riitta Koski Vaasasta ja Harri Kivikko Vihdistä. Hallituksella oli viisi kokousta ja strategiaseminaari.

Työvaliokunta

Työvaliokuntaan kuuluivat puheenjohtajana Reijo Häyrinen, Marjo Sjögren ja Oki Vuonoranta. Työvaliokunta valmisti liiton strategiset asiat, hallituksen kokoukset sekä työnantajan velvoitteisiin liittyvät tehtävät.

Talousvaliokunta

Talousvaliokuntaan kuuluivat puheenjohtajana Harri Kivikko, Jukka Kauppila, Marja Metsänkylä, Riitta Koski ja Oki Vuonoranta sihteerinä. Talousvaliokunta valmisti ja teki talouden seuranta.

Kilpailuvaliokunta

Kilpailuvaliokunta vastasi liiton kilpailutoiminnasta. Valiokunnan tehtäviin, kuuluivat mm. kilpailujärjestelmän ylläpito ja kehittäminen, sääntöjen, ennätysten ja pistelaskurien päivitys, kilpailujen järjestämisoikeuksien myöntäminen, urheilijoiden edustus- ja kilpailukelpoisuuden valvonta. Valiokuntaan kuuluivat puheenjohtajana Raimo Koskela ja jäseninä, Lasse Kyrö, Tapio Ojala, Annika Savolainen, Kari Pohjola, Pertti Nousiainen, Jouko Hassi, Vesa Häggblom (hiihto), Sirpa Grönberg (luistelu), Christer Strömberg (antidopingasiat) ja Oki Vuonoranta sihteerinä.

Arkistoviite: 2021-002

Koulutusvaliokunta

Koulutusvaliokunnan toiminnan tarkoituksena oli järjestää ja kehittää liiton koulutus toimintaa. Valiokunnan tehtäviin kuuluivat liiton koulutustoiminnan suunnittelu ja organisointi. Tarkoitustaan valiokunta toteutti toimimalla liiton hallitukselle ja toiminnanjohtajalle ohjausryhmänä (valiokunnan jäsenten asiantuntevuuden mukaan) koulutus- ja valmennustoiminnan toimeenpanemisessa ja kehittämisessä. Koulutusvaliokunta organisoivat valmennusleirejä ja koulutustilaisuuksia, aineistoa Ikiliikkuja-lehteen, sekä Terveystori -tapahtuman. Koulutusvaliokunta toteutti myös valmennuspäivien ja leirien osalta ennako- ja palautekyselyt. Tämän lisäksi koulutusvaliokunta jakoi tietoa urheilun eettisistä/antidopingasioista

Valiokuntaan kuuluivat Hannu Rautopuro pj, Tiina Lampén, Maarit Lindberg, Olli Leino, Alpo Pirttinen, Kari Hurmerinta, Karita Soukko ja Oki Vuonoranta sihteerinä.

Kuntoliikuntatyöryhmä

Kuntoliikuntatyöryhmän vastuulla oli liiton kunto- ja terveysliikuntaasiat. Työryhmän jäsenet olivat Anja Rovio, Riitta Koski, Christer Sundqvist, Oki Vuonoranta ja Karita Soukko sihteerinä.

Ikiliikkuja -lehden toimituskunta

Ikiliikkuja- lehden toimituskunta vastasi Ikiliikkuja lehden toimittamisesta. Ikiliikkuja-lehti ilmestyi kuusi kertaa Toimituskuntaan kuuluivat Christer Sundqvist, puheenjohtaja, Sanna Hillberg, Aarto Nevala, Mikko Nieminen, Merja Masalin, Karita Soukko, Tauno Lauri ja Oki Vuonoranta sihteerinä. Toimituskunta kokoontui kuusi kertaa.

VASTUULLISUUS

SAUL on liikuntaa edistävä järjestö sekä palvelujärjestö jäsenseurojaan varten. SAUL:n toiminnan tunnuslause ”liikuntaa koko elämäkkaari” kuvaa liiton toiminnan kohdistamista erityisesti yli 30- vuotiaaseen väestöön. Sääntöjensä mukaan liiton tehtävänä on organisoida toimintaa, joka tukee eri-ikäisten toimijoiden hyvän toimintakyvyn säilyttämistä. Iäkkäin kilpailutoimintaan osallistunut urheilija oli 103-vuotias.

Hyvä hallinto

Liiton toimintaa ohjaavat yhdistyslaki ja liikuntalaki. Liiton tarkoitus ja toimintamuodot on määritetty säännöissä. Liiton säännöt ohjaavat päivittäistä toimintaa. Sääntömääräiset kokoukset vastaavat liiton toimintalinjoista ja päätöksenteosta, jossa jäsenistö käyttää päätösvaltaa. Hallitus edusti yhdistystä sekä oli yhdistyksen asioita hoitava ja toimeenpaneva elin. Ehdollepanotoimikunnan tehtävänä oli etsiä jäsenseuroista sopivia henkilöitä ehdolle liiton hallitukseen.

Liitolla on yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelma. Seuraava yhdenvertaisuuskysely seuroille tehdään vuonna 2022, jonka pohjalta laaditaan päivitetty suunnitelma. Kunnioitamme jokaisen liikkujan ikää, lajia ja henkilökohtaisia ominaisuuksia. Kohtelemme jokaista tasavertaisesti. Tarvittaessa puutummme epäasialliseen käytökseen. Liittoon voi myös olla yhteydessä ongelmatapauksissa. Yhteydenotot vastaanotetaan toimiston kautta.

- Liiton hallituksessa ja valiokunnissa huomioitiin maantieteellinen sekä sukupuolinen tasa-arvo. Tehtävää varten oli määritetty ehdollepanotoimikunta.
- SM-kilpailuja myönnettiin hakemusten perusteella valtakunnallisuus huomioiden.
- Liiton valmennus- ja koulutustilaisuuksia järjestettiin valtakunnallisesti

- Liiton hallitus järjesti strategiaseminaarin
- Viestinnässä pyrittiin avoimuuteen, selkeyteen ja monikanavaisuuteen
- Liitto toteutti seurakyselyn sekä suoraan urheilijoille suunnattuja kyselyjä
- Valmennuskoulutusten sisältö ja ohjaus suunniteltiin siten, että ne soveltuvat eri-ikäisille ja toiminta- ja suorituskyvyltään erilaisille henkilöille.
- Liitto on sitoutunut Urheilun oikeusturvalautakunnan toimivaltaan, antidopingtoimintaan, kilpailumanipuloinnin ehkäisyyn, kansainvälisen lajiliiton sääntöihin ja määräyksiin.

Toiminnanjohtajan tehtävänä oli päätösten toimeenpano, toiminnan kehittäminen, taloudenpito ja viestinnän johtaminen. Järjestösihteerin vastuulla oli jäsenseurojen palvelu. Hallituksen ja toiminnanjohtaja välillä on tiivis yhteistyö.

Liiton valiokunnat vastasivat omasta toiminnasta ja toivat valmistellut esitykset liiton hallitukset päätettäväksi. Toiminnanjohtaja oli valiokuntien sihteeri sekä jäsenlehden päätoimittaja.

Liitto tunnisti keskeiset sidosryhmät ja piti tiivistä yhteyttä niihin.

Talous: Liiton kirjanpito, tilinpäätös ja toimintakertomus on laadittu lain ja hyvän kirjanpitolaitoksen mukaisesti. Liiton vakavaraisuuden tavoitetaso oli määritetty. Liiton taloushallinto on digitaalisessa palvelussa Netvisorissa, jossa talouden prosessit on määritetty. Taloudessa huomiottiin sisäinen valvonta, tilintarkastus, riskien hallinta, lakien ja määräysten noudattaminen. Talousvaliokunta toimi ohjausryhmänä.

Liiton säännöissä on kirjaukset sitoutumisesta:

Antidopingtoimintaan, urheilun oikeusturvalautakunnan toimivaltaan, kilpailutapahtumien/tulosten manipulointiin sekä kansainvälisen lajiliiton sääntöihin ja muihin määräyksiin ja päätöksiin sekä eettisiin periaatteisiin/koodistoihin ja reilun pelin periaatteisiin.

Turvallisuus

Turvallisuusteen kiinnitettiin huomiota:

- Työterveyshuolto oli järjestetty asianmukaisesti.
- Työterveyden toimintasuunnitelma päivitettiin (Terve Työpaikka - tavoitteet ja sisältö yhteistyölle)
- Liitto oli jäsen Sporttitalon yhteisessä työsuojelutoiminnassa
- Kilpailut ja tapahtumat järjestettiin vastuullisesti ja terveysturvallisesti (Covid-19 toimitaohjeet)
- Kokouksiin oli mahdollista osallistua läsnä tai etäyhteydellä. Etäkokouksia painotettiin
- Toimihenkilöillä oli viikko - ja kuukausikokoukset
- Toimihenkilöille järjestettiin kehityskeskustelut

Ympäristösuunnitelma

Toimintavuoden aikana laadittiin SAUL-ympäristösuunnitelma. Ympäristösuunnitelma löytyy liiton verkkosivuilta.

Toimihenkilöt

Liiton henkilökunta sitoutui käyttämään työmatkoillaan julkisia liikennevälineitä tai polkupyörää enemmän kuin yksityisautoilua. Lisäksi etätyömahdollisuus säilytettiin rajoitusten purkauduttua. Konkreettisesti tämä tarkoitti maksimissaan yhtä autopäivää viikossa ja vähintään yhtä etäpäivää viikossa.

Kokouskäytännöt

Valiokunnat, hallitus ja työryhmät kokoontuvat pääasiassa etänä, jotta pitkänmatkalaisten ei tarvitse matkustaa Helsinkiin.

Hankinnat ja materiaalitehokkuus

- Kierrätimme meille saapuneita pakkausmateriaaleja käyttämällä niitä uudelleen.
- Tilojen ja laitteiden yhteiskäyttö Sporttitalon muiden vuokralaisten kanssa sekä jätteiden
- huolellinen lajittelu jatkuivat.
- Luovuimme paperilaskujen lähettämisestä selvittämällä laskutettavien sähköiset laskutusosoitteet.

Ympäristöviestintä ja vaikuttaminen

- Lisäsimme liiton verkkosivuille tietoa ympäristövalinnoistamme.
- Osallistuimme Liikkujan polku -verkoston toimintaan
- Järjestimme ”Sykettä liikuntaa” seminaarin, jossa puhujat edustivat yhteiskunnallisesti vaikuttavia instituutioita.

PALKITSEMISET

Toimintavuoden aikana myönnettiin liiton ansiomerkkejä ja tunnustuksia hakemusten pohjalta. Lisäksi onnittiin liiton onnitteluadressilla tasavuotia täyttäviä aktiivijäseniä, osallistuttiin jäsenseurojen vuosijuhliin sekä muistettiin poisnukkuneita.

SAUL-soihdu

Liiton hallitus myöntää vuosittain Pasi Tauriaisen lahjoittaman SAUL-soihdun esimerkillisellä tavalla aikuisurheilun soihdunkantajana kunnostautuneelle urheilijalle, toimihenkilölle tai seuralle vuosittain jaettavana kiertopalkintona. SAUL-soihdu myönnettiin ensimmäisen kerran 2009. Vuonna 2021 SAUL-soihdu myönnettiin Ermo Kalevolle pitkäaikaisesta työstä aikuisurheilun eteen tehdystä työstä.

SAUL-kiekko

Liiton hallitus myönsi SAUL-kiekon Kunto Viirulle, Olavi Niemelle ja Eila Mikolalle aikuisurheilun eteen tehdystä työstä.

SAUL-malja

Vuoden 2021 menestyneimpänä seurana SAUL-maljalla palkittiin Kunto-Pirkat ry. ja Naisten maljalla Jyväskylän Kentäturheilijat ry.

Vuoden tiedottaja

SAUL media, johon kuuluivat Christer Sundqvist, Aarto Nevala ja Juha Kylänpää.

Liikunnan ansiomerkit vuonna**Kultainen ansioristi**

Häyrinen Reijo
Lindroos Tapio

Ansioristi

Havu Timo
Koski Riitta
Lappalainen Vesa
Miikkulainen Arto

Ansiomitali

Sivula Pekka, Koneasentaja, Seinäjoki

Myönnettyt ansiomerkit

Vuoden aikana hallitus myönsi seuraavat liiton ansiomerkit:

SAUL:n kultainen ansiomerkki**numero päivämäärä nimi**

87	13.9.2021	Matti Puukka
88	13.9.2021	Alpo Pirttinen
89	27.9.2021	Pentti Tamminen
90	27.9.2021	Jouni Tenhu
91	27.9.2021	Eero Väyrynen
93	12.11.2021	Olavi Koivukangas
94	12.11.2021	Inkeri Fält
95	12.11.2021	Irene Merjamaa
96	12.11.2021	Esa Kaihlajärvi
97	12.11.2021	Alpo Pirttinen
98	12.11.2021	Vesa Häggblom
99	12.11.2021	Risto Tuliniemi
100	12.11.2021	Osmo Tuorila

seura

Oulun Ikiliikkujat
Jyväskylän Kenttärheilijät
LahtiSport
LahtiSport
Kajaanin Kipinä
Turun Senioriurheilijat
Kuopion Vipinä
Helsingin Poliisi-Voimailijat
Jyväskylän Kenttärheilijät
Jyväskylän Kenttärheilijät
Jyväskylän Kenttärheilijät
Päijät-Hämeen Urheiluveteraanit
Helsingin Jyry

SAUL:n hopeinen ansiomerkki**numero päivämäärä nimi**

200	13.9.2021	Arja Ahti
201	13.9.2021	Jukka Perälä
202	13.9.2021	Kirsti Siekkinen
203	13.9.2021	Annika Savolainen
204	27.9.2021	Matti Sorsa
205	30.10.2021	Heikki Myllykangas

seura

Helsingin Poliisi-Voimailijat
Kauhajoen Karhu
Jyväskylän Kenttärheilijät
Jyväskylän Kenttärheilijät
LahtiSport
Etelä-Pohjanmaan Urheiluveteraanit

SAUL:n pronssinen ansiomerkki**numero päivämäärä nimi**

343	9.6.2021	Onni Ylimaunu
344	13.9.2021	Sakari Merjamaa
345	13.9.2021	Lauri Rantala
346	13.9.2021	Ari Taipale
347	13.9.2021	Gun-Britt Kuusimäki

seura

Alatornion Pirkat
Helsingin Poliisi-Voimailijat
Helsingin Poliisi-Voimailijat
Helsingin Poliisi-Voimailijat
Helsingin Poliisi-Voimailijat

Pöytästandaardi**numero päivämäärä nimi**

29	12.11.2021	Heimo Klaukka
30	12.11.2021	Eino Sutinen

seura

Varsinais-Suomen Veteraaniurheilijat
Varsinais-Suomen Veteraaniurheilijat

Ansolevyke

11	13.9.2021	Aulis Saarela
12	13.9.2021	Jouko Siikavirta
13	13.9.2021	Kalevi Lehtinen
14	13.9.2021	Maj Wasenius
15	13.9.2021	Mauri Leppäaho
16	13.9.2021	Marko Jylhämäki
17	13.9.2021	Onni Kolehmainen
18	13.9.2021	Pauli Rantala
19	13.9.2021	Pentti Lehti
20	13.9.2021	Seppo Tonteri
21	13.9.2021	Sinikka Jylhämäki
22	13.9.2021	Timo Ruuska
23	30.10.2021	Tarja Ek

Helsingin Poliisi-Voimailijat
Helsingin Poliisi-Voimailijat
Helsingin Poliisi-Voimailijat
Helsingin Poliisi-Voimailijat
Helsingin Poliisi-Voimailijat
Helsingin Poliisi-Voimailijat
Helsingin Poliisi-Voimailijat
Helsingin Poliisi-Voimailijat
Helsingin Poliisi-Voimailijat
Helsingin Poliisi-Voimailijat
Helsingin Poliisi-Voimailijat
Helsingin Poliisi-Voimailijat
Helsingin Poliisi-Voimailijat

24	12.11.20201	Kauko Höysniemi	Kunto-Pirkat
25	12.11.20202	Pentti Nieminen	Kunto-Pirkat
26	12.11.20203	Matti Ala-Nikkola	Kunto-Pirkat
27	12.11.20204	Riitta Lehtonen	Kunto-Pirkat
28	12.11.20205	Taisto Pietilä	Kunto-Pirkat

TALOUS

Liiton taloushallinto hoidettiin Netvisor-palvelussa sekä Laspal Oy:n toimesta.

Liiton talouden kannalta keskeisimmät tulolähteet olivat Opetus- ja kulttuuriministeriön myöntämä toiminta-avustus, jäsenmaksutulot, Ikiliikkujan tilausmaksut, kilpailumaksut, yhteistyösopimukset ja myyntimateriaalin tuotot.

Tilikauden tulokseen vaikutti negatiivisesti toiminan peruuntuminen, liiton 50v juhluvuoden kulut, Ikiliikkuja-lehden tuottojen lasku edelliseen vuoteen nähden. Lisäksi henkilöstökulut olivat edellistä vuotta korkeammat.

Tilintarkastajina toimivat Markus Palmola ja Viivi Ahomäki Nexia Oy tilintarkastusyhteisöstä.

Tilinpäätös osoitti alijäämää -17 769,81 euroa.

Näkymä vuodelle 2022 on kuitenkin hyvä. Masters yleisurheilun MM-kilpailuiden järjestämisellä Tampereella, Suomessa arvioidaan vaikuttavan myönteisesti liiton talouteen.

TOIMISTO JA HENKILÖKUNTA

Liiton toimisto sijaitsi Sporttitalossa Helsingissä, Valimotie 10:ssä. Toimiston tehtävistä ja liiton asioiden hoitamisesta vastasivat toimistosihteeri Merja Masalin 30.7 asti, toiminnanjohtaja Oki Vuonoranta ja järjestösihteeri Karita Soukko 1.6 alkaen.

KIITOS

Suomen Aikuisurheiluliitto haluaa kiittää jäsenseurojen vapaaehtoisia työntekijöitä. Urheiluseurojen vapaaehtoistyöntekijät ovat tärkeitä toiminnassamme, sillä he huolehtivat monista tehtävistä liittyen valmennukseen, hallintoon ja tiedottamiseen unohtamatta tosiseikkaa, että näin laajamittainen kilpailutoiminta olisi muutoin mahdotonta maassamme.

Tilinpäätöksen allekirjoitus

Paikka: Helsinki

Aika: 23.3.2022

Oki Vuonoranta,
toiminnanjohtaja

Reijo Häyrinen, pj

Marjo Sjögren, vpj

Harri Kivikko, jäsen

Riitta Koski, jäsen

Petri Maskonen, jäsen

Raimo Koskela, jäsen

Anja Rovio, jäsen

Tilinpäätösmerkintä

Suoritetusta tilintarkastuksesta on annettu kertomus tilinpäätösmerkinnän sähköisen allekirjoituksen päivänä.

Paikka: _____

Aika: _____._____._____

Nexia Oy, tilintarkastusyhteisö
Markus Palmola, HTNexia Oy, tilintarkastusyhteisö
Viivi Ahomäki, HT

This documents contains 31 pages before this page
Dokumentet inneholder 31 sider før denne siden

Tämä asiakirja sisältää 31 sivua ennen tätä sivua
Dette dokument indeholder 31 sider før denne side

Detta dokument innehåller 31 sidor före denna sida

Oki Ilari Vuonoranta

bb02fa27-c4b5-4e7a-a20b-0abb459cdf63 - 2022-03-23 13:45:19 UTC +02:00
BankID / MobileID - 4ea79a13-55e9-4aa6-b14b-ee70e33c165b - FI

REIJO ANTERO HÄYRINEN

2715451f-e0c8-4e37-bac4-6080cf733cd0 - 2022-03-23 21:23:59 UTC +02:00
BankID / MobileID - 4dc1ffe1-8609-46d8-aa37-e9736fa0873b - FI

MARJO KRISTIINA SJÖGREN

754f4b95-ddae-479c-b68f-6d6d43859c0d - 2022-03-24 19:43:04 UTC +02:00
BankID / MobileID - c5b6a154-b24a-4949-9c88-6565be230ddd - FI

HARRI SAKARI KIVIKKO

2339093b-d251-44ca-a995-1a27e427f570 - 2022-03-25 08:02:29 UTC +02:00
BankID / MobileID - c52cb3b4-5141-440b-93c8-6963bddb1b20 - FI

RIITTA LIISA KOSKI

dbaf1785-46d5-44a1-8c46-dcf080bef2a5 - 2022-03-25 09:00:48 UTC +02:00
BankID / MobileID - c836d725-4c81-4255-b31c-c8cf9eb70707 - FI

PETRI MASKONEN

12dfb301-753f-48ab-a3ac-8f5742141210 - 2022-03-25 15:10:45 UTC +02:00
BankID / MobileID - 0791342b-ad0c-449f-a62a-2e6f9e581fce - FI

Raimo Reino Antero Koskela

d88c1252-d535-43cb-ac80-e5cbf55e345c - 2022-03-25 15:59:04 UTC +02:00
BankID / MobileID - 7723c932-66ed-4fc4-901f-eacda5e387ff - FI

authority to sign	asemavaltuus	stallningsfullmakt	autoritet til å signere	myndighed til at underskrive
representative	nimenkirjoitusoikeus	firmateckningsrätt	representant	repræsentant
custodial	huoltaja/edunvalvoja	förvaltare	foresatte/verge	frihedsberøvende

This documents contains 32 pages before this page

Dokumentet inneholder 32 sider før denne siden

Tämä asiakirja sisältää 32 sivua ennen tätä sivua

Dette dokument indeholder 32 sider før denne side

Detta dokument innehåller 32 sidor före denna sida

ANJA ROVIO

cf633d10-ef89-4753-b6a8-d308f9aa1d6e - 2022-03-25 16:16:18 UTC +02:00
BankID / MobileID - e5abc6d7-bf73-42ad-a8d4-fd081e86dbb1 - FI

MARKUS LAURI PALMOLA

4a95af35-f7e0-4775-b840-70f47951acf7 - 2022-03-28 12:18:25 UTC +03:00
BankID / MobileID - 77455b3a-3f36-4d12-93fb-40e9e7cdad24 - FI

VIIVI LIISA EMILIA AHOMÄKI

b8fc3165-8131-4bd6-b657-4615ab094293 - 2022-03-28 12:22:01 UTC +03:00
BankID / MobileID - 097a72fc-5a8e-4bfa-a123-965e213f873e - FI

authority to sign	asemavaltuus	ställningsfullmakt	autoritet til å signere	myndighed til at underskrive
representative	nimenkirjoitusoikeus	firmitteckningsrätt	representant	repræsentant
custodial	huoltaja/edunvalvoja	förvaltare	foresatte/verge	frihedsberøvende