



KUVA: JUHANI JÄRVENPÄÄ

KÄVELYSÄHLY

KOHDERYHMÄ: seurassa harrastavien junioreiden isovanhemmille ja/tai yleensä senioreille. Järjestä matalan kynnyksen kevyttä liikkumista ikääntyville tai heille, jotka eivät pysty juoksemaan.

Tästä alkuun:

- Varmista, että sinulla on kohderyhmän tunteva ohjaaja esim. seniori-ikäinen vertaisohjaaja tai fysioterapeutti
- Mieti vuosisuunnittelua. Järjestätkö toimintaa yksittäisinä kertoina, vai jatkuvana toimintana esim. kerran viikossa vai kuukaudessa?
- Varaa tilat, mieti hinnoittelu ja miten ilmoitaudutaan mukaan
- Valmistelkaa tuntiaihiot: mitä tehdään syyskauden ja kevätkauden tunneilla. Hyödynnä Kävelysählykonseptia harrasteryhmän käynnistämässä ja toiminnan toteuttamissa.

Markkinointi:

- Pelaavien junioreiden isovanhemmat, kummit ja/tai muut seniorit > hyödynnä puskaradion voimaa!
- Hyödynnä myös oman seurasi jäsenrekisteriä eli kontakttoi jäsenten kautta heidän isovanhempiaan

Muistilista:

- Markkinoidaksesi kävelysählyä voit järjestää seuran junioreiden ja heidän isovanhempien yhteisen liikuntatuokion, missä markkinoitte uutta kävelysählyryhmää (toteuta tarvittaessa junioreiden keskuudessa ikäryhmittäin/joukkueittain)
- Tehkää kutsukortit kävelysählyyn, mitkä jaetaan tutustumistilaisuudessa (pelivuoron aika ja paikka ja miten ilmoitaudutaan mukaan)
- Huomioi kävelysählytuokiossa toimintakykyä ylläpitävät liikkeet pelin lisäksi
- Lisätietoa senioreiden liikuttamisesta: ikainstituutti.fi

Miksi ja mitä tavoittelemme?

- Monimuotoisempaa tarjontaa uusille kohderyhmille
- Uusia jäseniä ja/tai toimijoita seuraan
- Yhteisöllisyyttä
- Yhdenvertaisuutta ja harrastamisen mahdollistamista erilaisille liikkujille