

Lounais-Suomen  
Liikunta ja Urheilu ry  
(LiikU)

Liikunta elämäntavaksi!



# Tehtävä

LiikU on liikunnan asiantuntija Lounais-Suomessa.

Liikutamme lapsia ja aikuisia tapahtumissa ja leireillä.

Koulutamme lasten kanssa työskenteleviä, seuratoimijoita ja työyhteisöjä liikuttamaan muita.

Puhumme liikunnan puolesta päättäjille.



Liikunta elämäntavaksi!

**LiikU**

# LiikU lukuina

- Perustettu vuonna 1993.
- Yleishyödyllinen yhdistys, joka toimii yli tuhannen liikunta- ja urheiluseuran asialla. Jäsenet ovat liikuntaseuroja ja –järjestöjä.
- Vaikuttaa Satakunnan ja Varsinais-Suomen alueilla. Porissa ja Turussa on 17 päätoimista työntekijää ja kymmeniä osa-aikaisia kouluttajia.
- Budjetti 1,7 miljoonaa euroa, josta valtionavusta on noin 30%.



Liikunta elämäntavaksi!

**LiikU**

# Toimialakumppanit



Toimialakumppaneita  
me ovat **Nuori  
Suomi** (lasten ja  
nuorten liikunta),  
**Kunto ja KKI**  
(aikuisten  
harrasteliikunta) ja  
**SLU** (seuratoiminta).



LiikU on Suomen  
Liikunta ja Urheilu  
ry:n jäsen.

LiikU on yksi Suomen  
viidestätoista SLU -alueesta



Liikunta elämäntavaksi!



# Lapset ja nuoret

LiikU tarjoaa lapsilla mahdollisuuksia kokeilla erilaisia liikuntamuotoja leireillä ja tapahtumissa.

Vuosittain LiikUn Pitkis, Kesis ja Sporttis leireillä liikkuu noin 3 500 lasta. Lisäksi järjestämme lyhyempiä tapahtumia koulujen loma-aikoina ja kouluissa.

Kohtaamme vuoden aikana kymmenisen tuhatta 4-14 -vuotiasta lasta ja nuorta ja tarjoamme heille mielekästä tekemistä liikunnan parissa ja mahdollisuuden ohjaajakoulutukseen.



Liikunta elämäntavaksi!

**LiikU**

# Lasten ja nuorten liikuttajat

LiikU on maakunnallinen asiantuntija lasten ja nuorten liikuttamisessa.

Vuosittain annamme liikunnan täydennyskoulutusta noin kuudelle tuhannelle lasten parissa työskentelevälle aikuiselle, useimmiten päivähoidon tai koulun työntekijälle.

Kehitämme keinoja, kuten kerhotoimintaa, joiden avulla vähän liikkuvia lapsia ja nuoria kannustetaan liikkumaan.

Pyrimme vaikuttamaan päättäjiin, jotta kouluissa, päivähoitopaikoissa ja asuinympäristössä olisi suotuisat olosuhteet liikkumiselle.



Liikunta elämäntavaksi!

**LiikU**

# Aikuisten harrasteliikunta

LiikU tarjoaa työyhteisöille kokonaisvaltaista apua henkilöstön liikunnan kehittämiseen. Palveluihimme kuuluvat liikuntaohjelmat, liikuntapäivät, lajitutustumiskurssit, testaukset ja liikuntakoulutukset.

Järjestämme kuntotapahtumia, joissa yhteisöt voivat liikkua yhdessä.

Kuntien kanssa yhteistyössä aktivoimme ihmisiä järjestämällä kampanjoita, kuten Haastepyöräilyn, johon osallistuu keväisin yli 40 000 ihmistä.



Liikunta elämäntavaksi!

**LiikU**

# Seuratoiminta

LiikU tukee urheiluseuroja säännöllisen liikuntaharrastuksen edistämiseksi.

Järjestämme kaikille lajeille soveltuvaa koulutusta ohjaajille, valmentajille, harrasteliikuntaa vetäville ja seuran toimihenkilöille.

LiikU aktivoi ja opastaa seuroja palkitsemaan ja kiittämään, hankkimaan resursseja, kehittämään ja markkinoimaan toimintaansa.

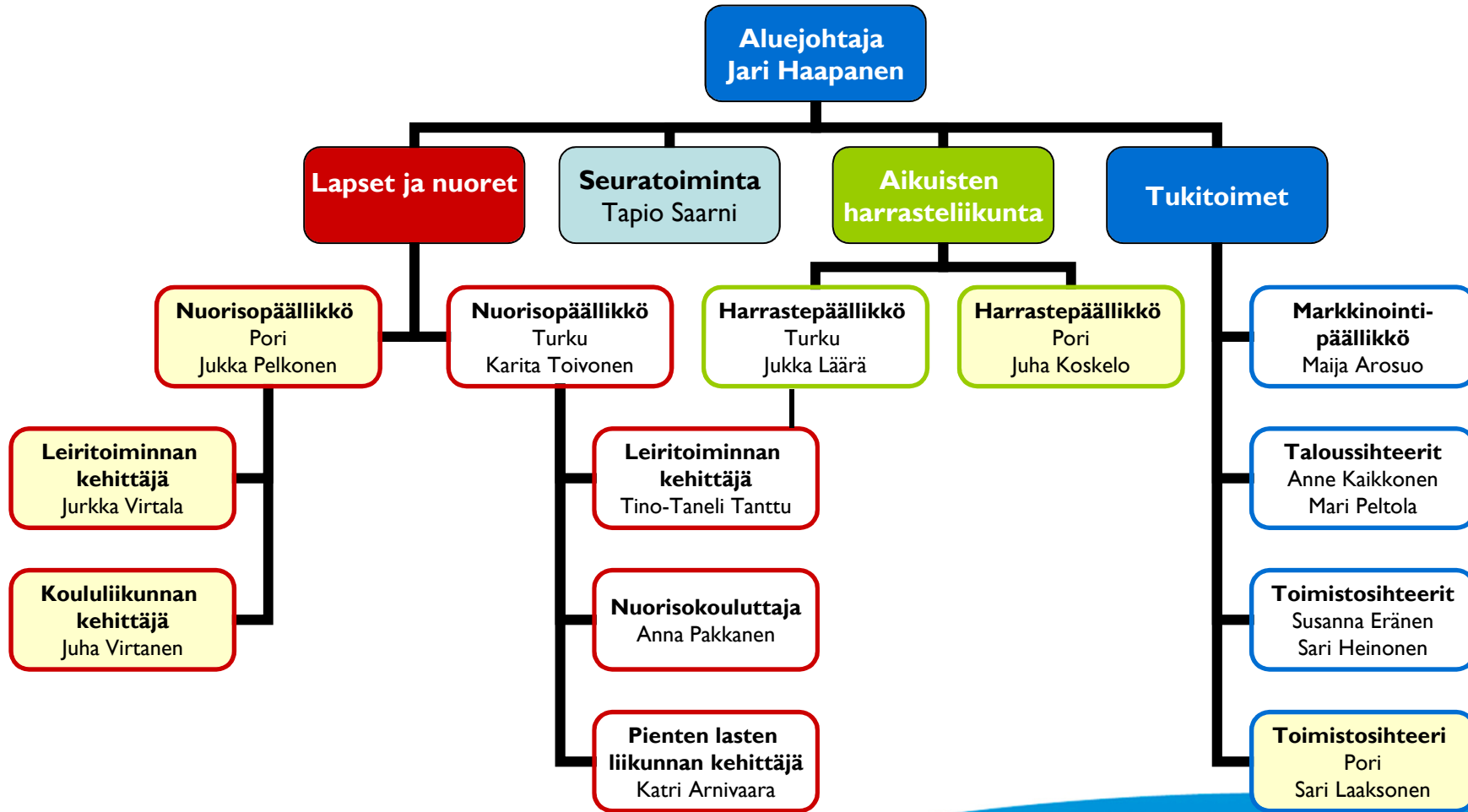
LiikU puhuu seuratoiminnan puolesta ja toimii aktiivisesti sen kehittäjänä.



Liikunta elämäntavaksi!

**LiikU**

# Toimihenkilöt 2011



Liikunta elämäntavaksi!



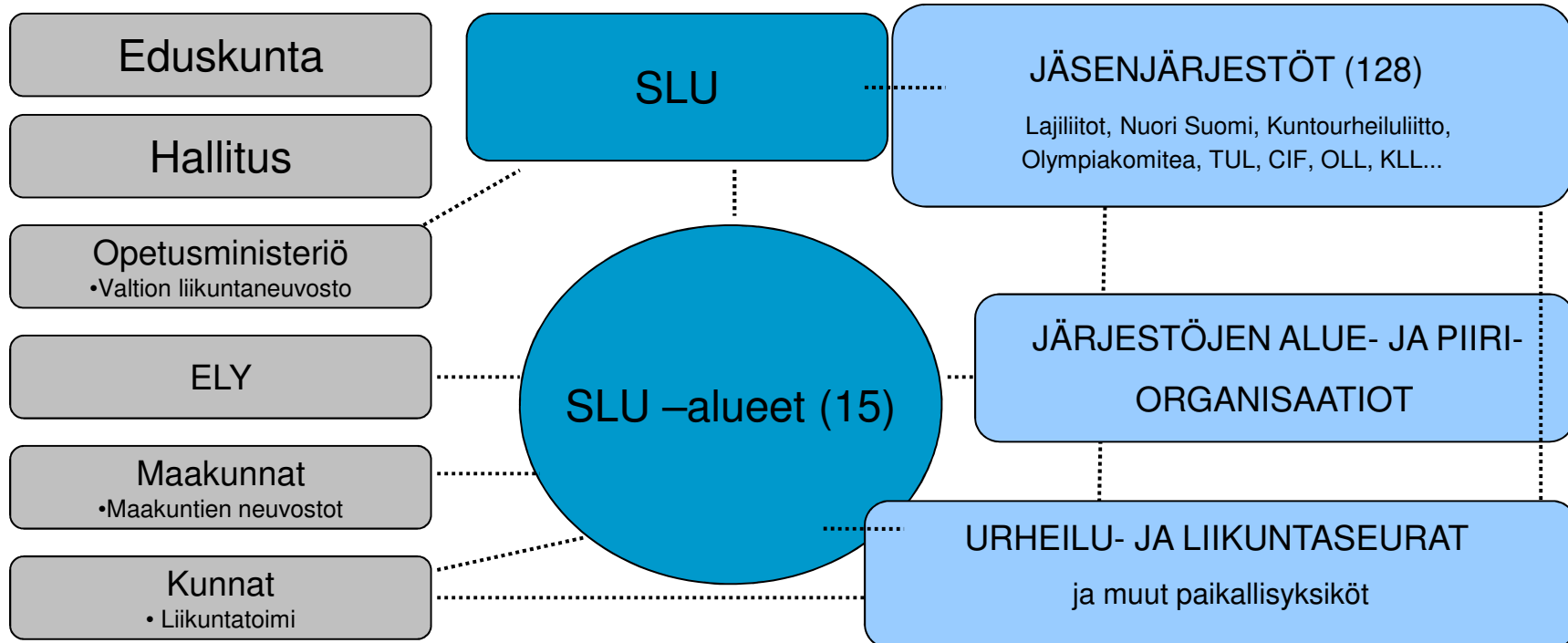
# Suomen liikunnan toimikenttä

## JULKINEN HALLINTO

Luo liikunnalle edellytykset

## KANSALAI SJÄRJESTÖT

Toimivat



Liikunta elämäntavaksi!

