


KAINUUN LIIKUNTA RY
**TOIMINTA-
KERTOMUS**
2025
#kunnontekemistä

**KAINUUN
LIIKUNTA**
KUNNON TEKIJÄ



Sisältö

- 
- 1 **1. Katsaus toimintavuoteen**
 - 2 **2. Tulevaisuuden näkymät**
 - 2 **3. Toiminta vuonna 2025**
 - 2 **3.1 LIIKUNNALLINEN ELÄMÄNTAPA – lapset, nuoret ja perheet**
 - 6 **3.2 LIIKUNNALLINEN ELÄMÄNTAPA - soveltava liikunta**
 - 8 **3.3 LIIKUNNALLINEN ELÄMÄNTAPA – aikuiset ja ikäihmiset**
 - 10 **3.4 Elinvoimainen seuratoiminta**
 - 12 **3.5 Menestyvä urheilu**
 - 13 **3.6 Liikuntamatkailu ja -tapahtumat**
 - 15 **4. Alueellinen vaikuttaminen**
 - 16 **5. Valtakunnallinen ja kansainvälinen vaikuttaminen**
 - 17 **6. Viestintä**
 - 17 **7. Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo sekä vastuullisuus**
 - 18 **8. Resurssit**
 - 18 **9. Hallinto ja jäsenyhteisöt**
 - 21 **10. Talous**
 - 24 **11. Tilastot ja yhteenveto toimintavuodesta**

1 Katsaus toimintavuoteen

Kainuun Liikunnan vuosi 2025 onnistui hyvin sekä toiminnallisesti että taloudellisesti. Talvella valmistunut Kainuun Liikkumisohjelma – Kainuun Liikkumislupaus 2030 sai kunnissa, maakuntaliitossa ja hyvinvointialueella hyvän vastaanoton, ja ohjelman kirjauksia vietiin vuoden aikana kiitettävästi erilaisiin ohjelmiin ja strategioihin sekä käytännön toteutuksiin. Etenkin maakuntaohjelmassa liikunta ja urheilu tulivat huomioiduksi erinomaisesti. Myös maakunnan keskuskaupunki Kajaanin uudesta strategiasta urheilu löytyy nyt yhtenä kirjattuna kärkitoimialana kulttuurin rinnalla. Kehittämishankkeissa käynnistettiin muun muassa soveltavan liikunnan edistämisen LIEKKI (Liikunta elämäntavaksi kaikille) -hanke (ESR+). Opetus- ja kulttuuriministeriön hankerahoituksella puolestaan kehitettiin urheiluseuroille suunnattua sovittelutoimintaa. Toimintavuonna toteutettiin ensimmäistä kertaa Kajaanin kaupungin kumppanuussopimusta ja siinä päästiin liikkeelle tavoitteiden mukaisesti. Toimintavuoden aikana päivitettiin myös Kainuun Liikunnan säännöt sekä laadittiin uusi strategia vuosille 2026–2030.

Tapahtumatoiminnan osalta vuosi oli tapahtumien määrän ja osallistujamäärien suhteen lähes normaali, joskin Vuokatti Hiihdon osallistujamäärä jäi hieman tavoiteltua pienemmäksi johtuen vähälumisesta alkutalvesta sekä uudesta ajankohtakokeilusta helmikuun puolella. Taloudellisesti toimintavuosi oli tapahtumatoiminnan pienestä notkahduksesta huolimatta hyvä, ja tulos päättyi positiiviseksi.

Teemu Takalo
Toiminnanjohtaja

2 Tulevaisuuden näkymät

Vuonna 2026 Kainuun Liikunnan toiminnassa korostuvat järjestön oman uuden strategian jalkauttaminen toimintaan sekä Kainuun Liikkumisohjelman jalkauttaminen. Toimintasuunnitelman kolme kärkeä ovat urheiluseuratoiminnan vetovoimaisuuden edistäminen, matalankynnyksen liikunnan harrastamisen edistäminen sekä liikunnan ja urheilun hyödyntäminen maakunnan elinvoimatyössä. Toimintavuoden aikana valmistaudutaan vaikuttamistyössä myös tuleviin vuoden 2027 eduskuntavaaleihin. Toimintavuoden toiminnalliset ja taloudelliset näkymät ovat hyvät, joskin alkuvuodesta lumen puutteen vuoksi peruttu Vuokatti Hiihto asettaa taloudelle omat haasteensa ja vaikuttaa muun muassa suunniteltuihin rekrytointeihin.

Toimintaa ohjaavat vuoden aikana opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittamat aluejärjestöjen yhteiset hankkeet lapsiin, nuoriin ja aikuisiin kohdentuen sekä EU-rahoitteiset 2. asteella opiskeleviin nuoriin kohdentuva TUDU-hanke ja soveltavan liikunnan LIEKKI-kehittämishanke. Lisäksi toiminta toteutetaan liikunnan aluejärjestöjen sekä opetus- ja kulttuuriministeriön yhteisen tavoiteasiakirjan pohjalta.



3 Toiminta vuonna 2025

3.1 LIIKUNNALLINEN ELÄMÄNTAPA – lapset, nuoret ja perheet

Lasten ja nuorten liikunnassa tavoitteena on, että liikkuminen rakentuu kiinteäksi osaksi lapsen arkea. Tehtyjen toimenpiteiden tavoitteena on tukea kainuulaisen lapsen ja nuoren kasvuympäristöä edistämään monipuolista fyysistä aktiivisuutta niin varhaiskasvatuksessa, koulussa, toisella asteella kuin vapaa-ajalla harrastustoiminnan parissa.

Kehittämis- ja verkostotyö

Kainuun Liikunta on aktiivinen verkostotoimija koordinoiden tai ollen mukana erilaisissa paikallisissa ja maakunnallisissa verkostoissa. Toimintavuoden aikana Kainuun Liikunta koordinoi maakunnallista Liikkuva koulu -verkostoa sekä soveltavan liikunnan Valtti-toimintaa. Tämän lisäksi Kainuun Liikunta oli mukana asiantuntijajäsenenä muun muassa kolmen Kainuun kunnan HYTE- tai lasten ja nuorten HYTE-verkostossa sekä kuntakohtaisissa varhaiskasvatuksen tai perusopetuksen liikunnan edistämisen verkostoissa.

Osaaminen ja innostus

Koulutusten avulla lisätään toimijoiden osaamista ja innostumista liikkumisen edistämistyössä. Toimintavuoden aikana järjestettiin yhteensä 86 koulutuksellista tilaisuutta, joihin osallistui yhteensä yli 1200 henkilöä. Koulutusten lisäksi osaaminen kehittyi myös erilaisissa kohtaamisissa ja sparraustilanteissa, joihin osallistui lähes 400 henkilöä.

Perheiden liikkumisen edistäminen

Perheitä kohdattiin toimintavuoden aikana erilaisissa liikuntatapahtumissa sekä toiminnallisissa vanhempainilloissa

Toiminnalliset vanhempainillat

Kainuun Liikunta oli mukana Kuhmon kaupungin kaikissa varhaiskasvatusyksiköissä järjestämässä toiminnallisissa vanhempainilloissa, jossa Kainuun Liikunnan roolina oli pitää huoltajille lyhyt puheenvuoro päivittäisen liikkumisen merkityksestä. Tilaisuuksia oli yhteensä neljä, ja niihin osallistui yli sata huoltajaa.

Perheseikkailu

Perheseikkailu järjestettiin Hyrynsalmella osana Lost in Kainuu -seikkailutapahtumaa 6.9.2025. Tapahtumaan osallistui yhteensä 40 henkilöä.

Esteetön perhevaellus

Esteetön perhevaellus toteutettiin 21.9.2025 osana Vuokatin Vaellusta. Vuokatin alamaastossa järjestetty toiminnallinen vaellus kokosi yhteensä 200 osallistujaa.

Muut tapahtumat

Kainuu Liikunta oli mukana Jekku-jänö-toimintapisteellä Kajaanin Valonkadun Pilke-päiväkodin perhekahviteemalla järjestetyssä Unelmien liikuntapäivän tapahtumassa 9.5.2025. Tapahtumaan osallistui yhteensä 65 henkilöä. Samalla teemalla oltiin mukana Mannerheimin Lastensuojeluliiton Kainuun piirin järjestämässä Lasten oikeuksien päivän tapahtumassa Kajaanissa 22.11.2025. Tapahtuma järjestettiin yhdessä Joulunavauksen kanssa Kajaanin Raatihuoneen torilla. Tapahtuma sai liikkeelle 600 osallistujaa. Lisäksi Kainuun Liikunta oli mukana Kajaanin Papasin yhteistyössä muiden urheiluseurojen kanssa järjestämässä perheliikuntatapahtumassa 29.11.2025. Tapahtumaan osallistui 140 henkilöä.





Lisää liikettä perusopetukseen, toiselle asteelle, varhaiskasvatukseen sekä harrastamisen edistämiseen perusasteella -kehittämishanke

Lisää liikettä -kehittämishanke on liikunnan aluejärjestöjen yhteinen valtakunnallinen kehittämishanke, jossa tavoitteena on edistää Opetushallituksen Liikkuvat-kokonaisuuden alueellista ja paikallista toteutumista sekä tukea kuntia ja toimijoita harrastamisen edistämistyössä.

Kainuun Liikunta, Pohjois-Suomen aluehallintovirasto sekä Liikkuvat järjestivät yhteistyössä kaikille hankkeen kohderyhmille suunnatun Kunnan hyvinvointijohtamista -seminaarin torstaina 20.2.2025 Vuokatin urheiluopistolla. Teemana oli välittävä toimintakulttuuri ja henkilöstön hyvinvointi. Pääpuheenvuoron piti Oulun yliopiston kasvatustieteiden professori (KT) Maija Lanas. Seminaari oli tarkoitettu kaikille Kainuun kuntien ja hyvinvointialueiden sivistys- ja liikuntatoimen johtajille, toisen asteen ja perusopetuksen rehtoreille sekä päiväkotien johtajille ja kuntien hyvinvointikoordinaattoreille sekä kaikille asiasta kiinnostuneille. Siihen osallistui yhteensä 31 henkilöä.

Joulukuussa 2025 osana maakunnallisen Lupaam liikun -liikkumishankkeen viestintää toteutettiin Lupaam liikun -joulukalenteri. Joulukalenteri sisälsi erilaisia toiminnallisia liikuntavinkkejä. Kalenterin kuudessa luokassa esiintyi liikunnan aluejärjestöjen Jekku-jänö-hahmo. Lisäksi vinkit olivat helposti siirrettävissä esimerkiksi oppitunneille taukoaktivointiin.

Liikkuva varhaiskasvatus -kehittämistyö

Liikkuva varhaiskasvatus -kehittämistyö rakentui seuraavien keskeisten toimenpiteiden ympärille.

Liikkuva varhaiskasvatus toiminnan alueellisen ja paikallisen toteuttamisen edistäminen huomioiden ulko- ja luontoliikunta

Toimintavuoden aikana toteutettiin yhteensä 13 kunta- tai yksikkökohtaista sparraustilaisuutta, joihin osallistui yhteensä 73 henkilöä. Lisäksi toteutettiin erillisiä aktiiviseen pihapedagogiikkaan keskittyviä sparraustilaisuuksia 13, joihin osallistui yhteensä 87 henkilöä.

Perheiden aktiivisen liikkumisen tukeminen sekä perheliikuntaneuvonnan edistäminen

Toimintavuoden aikana Jekku-jänö on ollut mukana liikuttamassa kolmessa perheliikuntatapahtumassa, joihin on osallistunut yhteensä 800 henkilöä. Lisäksi liikkumisen puheeksi ottaminen on ollut teemana erilaisissa varhaiskasvatuksen verkostotapaamisissa. Lisäksi vanhempainilloissa on nostettu esille perheliikuntaneuvonnan palveluita.

Verkostomaisten työtapojen alueellinen ja paikallinen edistäminen

Kajaanin kaupungin varhaiskasvatuksen liikuntavastaavien verkosto kokoontui toimintavuoden aikana kerran. Kainuun Liikunta on mukana myös Sotkamon kunnan varhaiskasvatuksen liikuntavastaavien verkostossa, joka kokoontui toimintavuoden aikana neljä kertaa.

Perusopetuksen sekä harrastusmahdollisuuksien edistämisen kehittämistyö

Perusopetuksen sekä harrastusmahdollisuuksien edistämisen kehittämistyö rakentui neljän keskeisen kokonaisuuden alle.

Liikkuva koulu -restartin ja MOVE!-polun kehittämistyön tukeminen

Toimintavuoden aikana toteutettiin kymmenen erilaista sparraustilaisuus, joissa keskusteltiin koulun toimintakulttuurin liikunnallistamisesta sekä MOVE-polun kehittämisestä. Toimintavuoden aikana saatiin perusopetuksen liikuntaneuvontaa tekeville henkilöille kirjaamisoikeudet Kainuun HVA:n potilastietojärjestelmään.

Lisäksi Pohjois-Suomen ja Lapin aluehallintovirastojen ja Pohjoisen alueen liikunnan aluejärjestöjen yhteistyönä järjestettiin 25.9.2025 maksuton MOVE/liikuntaneuvontaseminaari hybridisti (yksi paikan päällä järjestetty tilaisuus Kajaanissa). Kainuun alueelta tilaisuuteen osallistui yli 20 henkilöä. Kainuun alueen koulu- ja opiskeluhuollon terveydenhoitajista mukana oli puolet henkilöstöstä.

Oppilaiden fyysisen aktiivisuuden edistäminen koulupäivän aikana

Toimintavuoden aikana toteutettiin kuusi alakoulun Välkäri-koulutusta ja yksi yläkoulun Välkäri-koulutus. Lisäksi järjestettiin kaksi alakoulun Vamos välkälle -koulutusta. Näihin osallistui yhteensä yli 150 perusopetusikäistä. Lisäksi järjestimme Kajaanin kaupungin nuorisotoimen tapahtumassa Sumeneeko ajatus – liike freesaa toimintapisteeseen, johon osallistui yhteensä sata perusopetusikäistä.

Koulupäivän aikaisen harrastamisen tukemisen ja monipuolistamisen edistäminen

Toimintavuoden aikana on sparrattu Sotkamon kuntaa Harrastamisen Suomen mallin polku seuratoimintaan -hankkeessa. Lisäksi järjestettiin kaksi harrastamisen edistämisen työpajaa. Kajaanin harrastemessujen yhteydessä 29.8.2025 kokeiltiin ensimmäistä kertaa iltapäiväosuutta, joka oli kohdennettu perusasteen, toisen ja korkea-asteen opiskelijoille. Paikalla oli vajaat 20 urheiluseuratoimijaa esittelemässä toiminnallisesti nuorille suunnattuja harrastusmahdollisuuksia, ja iltapäiväosuuteen osallistui 270 henkilöä.

Verkostomaisten työtapojen alueellinen ja paikallinen edistäminen

Maakunnallinen Liikkuva koulu/ koululaisliikuntatapahtumaverkosto kokoontui kaksi kertaa. Kajaanin kaupungin Liikkuva koulu -verkosto kokoontui myös kaksi kertaa. Kuntahankkeiden tueksi liikunnan aluejärjestöt käynnistivät valtakunnallisen perusopetuksen liikuntaneuvontaa tukevan valtakunnallisen verkoston, johon myös Kainuu osallistuu. Verkosto kokoontui Teams-välitteisesti kolme kertaa. Kainuun Liikunta on mukana kolmen kunnan HYTE-verkostossa.

Liikkuva opiskelu -kehittämistyö

Liikkuva opiskelu -kehittämistyö rakentui kahden keskeisen toimenpiteen alle.

Liikkuva opiskelu -toiminnan aktiivisemmän ja toiminnallisemmän liikuntakulttuurin edistäminen ja kehittäminen

Toimintakauden aikana toteutettiin yhdeksän eritasoista sparraus- ja kehittämistilaisuutta, joihin osallistui lähes 50 henkilöä. Lisäksi yhteistyössä Liikkuva opiskelu -ohjelman kanssa järjestettiin lukion rehtoreille suunnattu koulutustilaisuus hyvinvoinnin edistämisestä, jossa Kainuun alueelta oli mukana kaksi rehtoria.

Opiskelijoiden ja henkilöstön osallistumisen tukeminen Liikkuva opiskelu -toiminnan suunnitteluun

Valtakunnalliseen liikunnan aluejärjestöjen Liikkuva opiskelu -webinaariin osallistui Kainuun alueelta yhteensä 13 osallistujaa. Opiskelijoille järjestettiin viisi eri koulutustilaisuutta Liikkuva opiskelu -toiminnan suunnittelun tueksi. Näihin osallistui yhteensä yli 60 opiskelijaa. Henkilöstölle järjestettiin kaksi toiminnallisen oppimisen työpajaa, joihin osallistui lähes 50 henkilöä.

Liikunnalliset ideat videoiksi pienten lasten liikuttajille -innovaatiohanke

Kainuun Liikunta oli osatoteuttajana mukana valtakunnallisessa Suomen Liikunnan Alueiden hallinnoimassa kehittämishankkeessa. Hankkeella edistettiin fyysisen aktiivisuuden suositusten toteutumista pienten lasten arjessa. Hankkeessa tuotettiin ammattilaisille suunnattu uusi verkkosivusto, josta löytyy videomuodossa liikuntaleikkejä ja ideoita arjen liikunnallistamiseen varhaiskasvatuksessa, esi- ja alkuopetuksessa, aamu- ja iltapäivätoiminnassa sekä liikunta- ja urheiluseuroissa. Kainuun Liikunnan roolina oli hankkeessa tuotetun videosivuston jalkauttaminen. Hankkeen aikana toteutettiin kymmenen päiväkotikohtaista esittelytilaisuutta viidessä Kainuun kunnassa, joissa kohdattiin yhteensä 79 varhaiskasvatuksen henkilökunnan edustajaa. Hanke päättyi vuoden 2025 lopussa.



TUDU, Tuunattuna Duuniin -toisen asteen opiskelijoiden hyvinvoinnin ja osallisuuden kehittämishanke

TUDU, Tuunattuna Duuniin – toisen asteen opiskelijoiden hyvinvoinnin ja osallisuuden kehittämishankkeen toiminta jatkui täydessä vauhdissa vuonna 2025. Kyseessä on Kainuun Liikunnan ja Kajaanin kaupungin koulutusliikelaitoksen (1.1.2026 alkaen Kajaanin kaupungin) ESR+-rahoitteinen ryhmähanke, jonka tavoitteena edistää nuorten liikunta-aktiivisuutta, kokonaisvaltaista terveydenluketaitoa, yhteisöllisyyttä, osallisuutta sekä osallistumisen taitoja eri Liikkujatyypit huomioiden.

Hankkeen toimintaa toteutettiin Kajaanin lukiolla, Kainuun ammattioppilaitoksen (KAO) kampuksilla ja asuntoloissa sekä opiskelijoille että henkilökunnalle. Oppilaitoksilla Kajaanissa ja Kuusamossa järjestettiin muun muassa matalan kynnyksen välituntiaktiivointia ja taukoliikuntaa, opiskelijoille ja henkilökunnalle koulutus- ja kurssitoimintaa eri hyvinvointiteemoista, opiskelijaryhmille kohdennettua toimintaa sekä lajikokeituja eri liikuntamuodoista. Toimintavuonna hanke oli osallisena yhteisöllisen opiskeluhuollon ryhmissä tuoden liikunnallisen elämäntavan näkökulmaa toimintaan sekä oppilaitosten yhteistyötapatumissa. Näissä toiminnoissa oli toimintavuonna yli 3500 osallistumista, yhteistyötapahtumat huomioiden yli 6 100.

Hankkeen erityiskohderyhmänä ovat asuntolaopiskelijat sekä hyvinvointinsa kannalta heikoimmassa asemassa olevat opiskelijat. Näitä kohderyhmiä tavoitettiin erityisesti asuntolassa järjestettävän toiminnan ja hyvinvointineuvonnan kautta sekä kohdentamalla toimintaa tutkintokoulutukseen valmentavan koulutuksen (TUVA) opiskelijoille.

Hankkeen hyvinvointineuvonnassa oli toimintavuoden aikana 30 asiakasta toisen asteen oppilaitoksista. Hyvinvointineuvonnassa asiakkaat saivat apua yksilöllisesti unen, ravinnon, liikkumisen ja mielen hyvinvoinnin lisäksi elämänhallinnan ja opiskelujen kannalta keskeisiin teemoihin, kuten ystävyysuhteisissa ja päivärytmissä.

Sosiaalisessa mediassa, erityisesti TikTokissa, tehtiin nuorille suunnattua terveys- ja hyvinvointiviestintää vaihetelevilla teemoilla (muun muassa liikkuvuus, mielenhyvinvointi, penkkiurheilu, kehonhuolto, ravitsemus). TikTokissa viestintä saavutti toimintavuonna yhteensä 167 874 näyttökertaa. Hanke oli päävastuussa hankeyhteistyönä toteutetusta Lupaun liikun -joulukalenterista, jonka katseluosus TikTokissa oli 15 829 näyttökertaa.

Hankkeessa kehitettiin paikallinen hyvinvointiosaamiseen keskittyvää, lukiolle ja ammattioppilaitokselle yhteinen opintojakso. Opintojakson pilotti alkoi syksyllä 2025 ja jatkuu vuodelle 2026. Kainuun Liikunnan hanketyöntekijä vastaa pilotin toteutuksesta ja opetuksesta, ja pilotissa on mukana noin 20 opiskelijaa Kajaanista ja Kuusamosta. Lisäksi hankkeessa kehitettiin toisen asteen opiskelijoiden harrastepassi sekä käynnistettiin liikunnan ja vapaa-ajan välinelainaamo, joiden avulla pyritään kannustamaan nuoria omaehtoiseen liikkumiseen ja seuratoiminnan pariin vapaa-ajalla. Näiden pilotit toteutetaan keväällä 2026.

3.2 LIIKUNNALLINEN ELÄMÄNTAPA - Soveltava liikunta

LIEKKI - Liikunta elämäntavaksi kaikille - kehittämishanke

LIEKKI – Liikunta elämäntavaksi kaikille on Euroopan sosiaalirahaston (ESR+) rahoittama Kainuun Liikunnan hallinnoima, yhteistyössä kaikkien Kainuun kuntien kanssa toteuttama kehittämishanke. Kaksivuotinen hanke käynnistyi 1.3.2025.

Hankkeen tavoitteena on edistää toimintarajoitteisten ja maahanmuuttajataustaisten henkilöiden terveellisiä elintapoja ja elämänhallintaa lisäämällä paikallisten julkishallinnon sekä vapaaehtoistoimijoiden osaamista liikkumisen edistämisen keinoista ja vahvistaa paikallista liikuntapalvelutarjontaa hankkeen välillisen kohderyhmän tarpeet ja lähtökohdat huomioiden. Hankkeen päätavoitteena on luoda toimintamalleja ja palveluita toimintarajoitteisten henkilöiden ja maahanmuuttajataustaisten henkilöiden liikkumisen edistämiseksi.

Hankkeen keskeiset toimenpiteet vuoden 2025 aikana:

Paikkakunta-kohtaisten toimijaverkoston rakentaminen ja verkostotyön edistäminen

Paikkakunta-kohtaisten verkostojen osalta on hyödynnetty muun muassa kuntien jo perustamia Voimaa vanhuuteen -verkostoja tai kunnissa jo toimivia lasten ja nuorten HYTE-verkostoja. Lisäksi Kainuun Liikunta tekee tiivistä verkostoyhteistyötä maakunnallisesti Kajaanin ammattikorkeakoulun kanssa sekä valtakunnallisesti muun muassa Suomen paralympiakomitean ja Liikuntatieteellisen seuran kanssa.

Erilaisten paikkakunta-kohtaisten tai alueellisten työpajojen tai koulutuksen järjestäminen toimijaverkoston osaamisen lisäämiseksi

Kaikissa Kainuun kunnissa on järjestetty Helsingin yliopiston koordinoiman YLLI 2.0 -hankkeen työpajat, joissa keskityttiin poikkihallinnollisen ja moniammatillisen kuntatoimijoista koostuvan osallistujajoukon kanssa tarkastelemaan kuntakohtaisesti liikuntamahdollisuuksien saavutettavuutta laaja-alaisesti. Työpajoihin osallistui lähes 90 osallistujaa.

Sovelletun liikuntatoiminnan edistäminen urheiluseuroissa ja yhdistyksissä

Kainuun Liikunta koordinoi Kainuussa maakunnallisesti Suomen paralympiakomitean valtakunnallista Valtti-ohjelmaa, jossa pyritään löytämään 6–23-vuotiaille erityistä tukea tarvitseville lapsille ja nuorille liikuntaharrastus. Kainuussa Valtti-ohjaajina toimivat syksyn 2025 aikana joko Kainuun ammattiopiston koulunkäynnin ammattitutkinnon suorittavat opiskelijat tai Kajaanin ammattikorkeakoulun liikunnanohjaajaopiskelijoita. Ohjelmaan osallistui seitsemän perhettä. Ohjaajina toimi 14 opiskelijaa. Ohjelmassa tarjotaan Valtti-ohjaajien tukemana lapselle ja nuorelle neljä lajikokeilua lapsen toiveiden mukaisesti. Perhe jatkaa halutessaan harrastustoiminnan parissa. Kolmen lapsen osalta lajikokeilut suuntautuivat urheiluseuroihin, joista kaikki jatkoivat harrastamista seuratoiminnassa kokeilujen päätyttyä.

Kajaanilaisten urheiluseurojen osalta tuotettiin syksyn aikana esite, johon on koottu niin soveltavan liikunnan ryhmiä kuin kielivähemmistöryhmille suunnattua seurojen toimintaa.

Erilaisten soveltavan liikunnan tarpeet huomioivien paikallisten, kaikille avointen liikuntatapahtumien järjestäminen

Kainuun Liikunta on ollut mukana järjestämässä neljää liikuntatapahtumaa, joissa on esitelty Suomen paralympiakomitean Vuokatin apuvälinelainaamon välineitä. Tapahtumiin on osallistunut yhteensä vajaa 400 henkilöä. Lisäksi Perhevaelluksesta ja Harrastemessuista tuotettiin selkokielistä ja englanninkielistä markkinointimateriaalia kielivähemmistöryhmien tavoittamiseksi.

Maakunnallinen lasten ja nuorten soveltavan liikunnan apuvälinekokonaisuuden hankinta

Toimintavuoden aikana hankittiin kaksi Snowcomfort-kelkkaa.

Soveltavan liikunnan palveluiden kehittäminen osaksi rakenteita

Kaikkien Kainuun kuntien kanssa on käynnistetty työ kuntakohtaisten soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelmien laadinnasta.

Esteettömyyskartoitusten tai -kuvailujen tuottaminen tarpeen mukaan

Kainuun kunnille on aktiivisesti viestitty ja esitelty Suomen paralympiakomitean tuottamaa mallia esteettömyyskuvailujen laadinnasta.

Viestintä

Valtakunnallisesti hanketta ja siinä tehtyjä toimenpiteitä on esitelty Tampereen liikuntamaa/ apuvälinetapahtuman 6.-7.11.2025 yhteydessä järjestetyssä valtakunnallisessa kuntien soveltavan liikunnan työseminaarissa, johon osallistui 40 henkilöä. Lisäksi hanketyöntekijää pyydettiin puhumaan kesäkuussa Liikuntatieteellisen seuran järjestämiin Soveltavan liikunnan aamuporinoihin teemalla "Kuntien soveltavan liikunnan suunnitelmat – pakkopullaa vai potkua toimintaan?". Tilaisuudesta on tehty tallenne.

Soveltavan liikunnan kansainvälinen kehittämishanke

Kainuun Liikunta oli kumppanina mukana valmistelemassa Erasmus+ Sport -rahoitukseen jätettävää kansainvälistä soveltavan liikunnan kehittämishanketta, jonka tavoitteena on mahdollistaa entistä paremmin liikuntarajoitteisten henkilöiden osallistuminen liikunnan harrastetoimintaan ja tapahtumiin. Hankkeen päähakijataho tulee Espanjasta, ja mukana on Kainuun Liikunnan lisäksi kumppaneita Itävallasta ja Italiasta. Hankkeen rahoituspäätös tulee syksyllä 2026.



3.3 LIIKUNNALLINEN ELÄMÄNTAPA – aikuiset ja ikäihmiset

Toiminnan kohderyhmänä ovat kainuulaiset aikuiset, joiden elämänlaatua, fyysistä toimintakykyä ja painonhallintaa edistetään liikunta- ja ravitsemustottumusten muutosten kautta. Lisäksi kohderyhmään kuuluvat alueelliset toimijatahot, joissa kehitetään liikuntaa edistäviä toimintamalleja Kainuun alueella kuntarajat ylittäen.

Terveyttä edistävän liikunnan merkityksen tunnettuuden lisäämiseksi sekä väestön omatoimisen liikkumisen vahvistamiseksi toimintavuoden aikana toteutettiin terveysliikuntatapahtumia, kampanjoita sekä muita toimenpiteitä joko organisaation omana toimintana tai yhteistyössä paikallisten toimijoiden kanssa.

Toimintavuosi 2025 toteutui pääosin hyväksytyin toimintasuunnitelman mukaisesti, ja asetetut toimenpiteet sekä kehittämistehtävät toteutuivat suunnitellussa laajuudessa.

Kehittämis- ja verkostotyö **Liikuntaneuvonta**

Kainuun Liikunta on toiminut usean vuoden ajan Kainuun liikuntaneuvontaverkoston vetäjänä. Toimintavuoden aikana on jälleen edistetty Kainuun kuntien sekä Kainuun hyvinvointialueen tuottamia liikuntaneuvontapalveluita. Kuntien ja hyvinvointialueen yhteiset kumppanuussopimukset on allekirjoitettu, ja liikuntaneuvontaa antaville kunnille on mahdollistettu kirjaamisoikeudet potilastietojärjestelmään. Tämän lisäksi on edistetty kuntien ja hyvinvointialueen yhteistyötä liikuntaneuvontapalveluiden kehittämisessä, palveluun ohjauksessa sekä kuntalaisten tietoisuuden lisäämisessä liikuntaneuvontapalveluja kohtaan. Toimintavuoden aikana Pohjois-Suomen liikuntaneuvontaverkosto ja Pohjois-Suomen liikuntaneuvonnan oppilaitosyhteistyöverkosto ovat kokoontuneet useita kertoja, ja Pohjois-Suomen liikuntaneuvontaverkoston yhteistyönä toteutettiin kaksi seminaaria. Molempia verkostoja hallinnoi Kainuun Liikunta yhteistyössä Pohjois-Pohjanmaan liikunta ja urheilu ry:n, Keski-Pohjanmaan liikunta ry:n sekä Lapin Liikunta ry:n kanssa.

Toimintavuoden aikana olemme olleet mukana Kainuun kuntien sekä hyvinvointialueen hankkeiden ohjausryhmissä. Paltamon kunnan Elinvoimaa elintavoilla -hankkeessa sekä Sotkamon kunnan Liikunta haltuun Sotkamossa -hankkeessa olemme päässeet kehittämään yhteistyössä hanketoimijoiden kanssa kunnan liikuntaneuvontaa sekä liikuntapalveluja kuntalaisille. Kainuun hyvinvointialueen ravitsemusterveyden edistämisen koordinaatitryöryhmässä olemme taas edistäneet ravitsemusterveyden edistämisen suunnitelmaa.

Järjestöyhteistyö

Toimintakauden aikana järjestöjen kanssa tehty yhteistyö on jatkunut tiiviinä. Järjestöt ovat olleet mukana järjestämässä erilaisia liikunnallisia tapahtumia ja projekteja ympäri maakuntaa. Konkreettisia yhteistyötapahtumia ovat olleet Korpikansa seikkailee -kiertue, Terveyttä liikkuen -kansalaiskisa, Kunnan kevätpäivä sekä erilaiset luentotilaisuudet järjestöjen tilaisuuksissa. Voimaa vanhuuteen -ohjelmassa olemme olleet tiiviissä yhteistyössä paikallisten ja alueellisten järjestöjen kanssa edistämässä ikäihmisten toimintakykyä. Verkostotyötä on tehty useiden eri järjestöjen kuten eläkeläisjärjestöjen, sydänyhdistyksen, omaishoitajien, kyläyhdistysten sekä urheiluseurojen kanssa.

Voimaa vanhuuteen -verkosto

Ikäinstituutin Voimaa vanhuuteen Kainuussa -ohjelma on toiminut vuoden ajan, ja mukaan toimintaan on saatu reilu 40 toimijaa ympäri Kainuuta. Ensimmäisen vuoden aikana painopiste oli verkostoitumisen lisäksi toisilta oppimisesta ja yhteisen suunnan löytämisestä. Näitä edistettiin työpajojen, yhteisporinoiden ja koulutusten kautta. Ohjelmassa järjestetyt lähi- ja etätilaisuudet keräsivät vuoden aikana yli 300 osallistujaa, jotka edustivat niin ammattilaisia kuin vapaaehtoisia. Toimintavuonna Kainuun Liikunta on jatkanut mukana Paltamon kunnan mentorointiohjelman ohjausryhmässä.

Yhteistyö Kainuun oppilaitosten kanssa

Yhteistyö Kainuun alueen liikunta-alan oppilaitosten kanssa on jatkunut tiiviinä ja vakiintuneena. Toimintavuoden aikana toteutettiin useita yhteisiä tapahtumia yhteistyössä Kajaanin ammattikorkeakoulun liikunnanohjaajaopiskelijoiden sekä Kainuun ammattiopiston liikuntaneuvojaopiskelijoiden kanssa.

Kainuun Liikunta on säilyttänyt asemansa vetovoimaisena harjoittelupaikkana tarjoten opiskelijoille monipuoliset mahdollisuudet työelämään tutustumiseen. Liikunnanohjaaja- ja liikuntaneuvojaopiskelijat osallistuivat toimintakauden aikana muun muassa Kunnan kevätpäivän sekä Terveyttä liikkuen - kansalaiskisan toteutukseen.

Lisäksi Kainuun Liikunta osallistui yhteistyössä Vuokatti Kampuksen toimijoiden kanssa Lupaam liikun -seminaarin järjestämiseen Sotkamossa sekä Hyvinvointivirtaa-tapahtuman toteuttamiseen Kainuun ammattiopistolla.

Osaamisen lisääminen

Toimintavuoden aikana on järjestetty 26 terveystuokkurin koulutusta, kurssia tai luentoja sekä verkostotapaamista, joihin on osallistunut yhteensä 740 osallistujaa. Lisäksi on järjestetty useita palaute- ja keskustelutilaisuuksia, joissa on annettua lisätietoa liikunnallisista ja terveellisistä elämäntavoista.

Tapahtumat ja kiertueet

Korpikansa seikkailee -kiertue

Kainuun Liikunnan marraskuussa jo 13. kerran kaikissa Kainuun kunnissa toteuttama vuosittainen Korpikansa seikkailee -hyvinvointimittauskiertue rikkoi 10 000 tehdyn Kehon kuntoindeksi -testin rajapyykin. Vuoden 2025 kiertueella testeihin osallistui yli tuhat kainuulaista, joista monelle kiertueeseen osallistumisesta on muodostunut vuosittainen perinne. Tapahtumissa osallistujat pääsevät testaamaan Kehon kuntoindeksi -testin avulla oman fyysisen kuntosensa. Testien avulla osallistujat saavat lisää tietoa omasta sen hetkisestä terveydentilastaan ja kuntosensa kehittymisestä, jos alla oli jo useampi vastaava testi. Tapahtumiin saavat osallistua kaiken ikäiset henkilöt maksutta.

Korpikansa Seikkailee -kiertue toteutettiin yhteistyössä Kainuun kuntien sekä Kainuun sydänyhdistyksen kanssa. Tapahtumissa oli lisäksi testaajina paikallisia urheiluseuroja, kyläyhdistyksiä sekä lukuisia muita toimijoita.

Kunnan kevätpäivä

Kunnan kevätpäivä toteutettiin 16.5.2025 jo 20. kerran, ja juhlavuonna järjestelypaikkakunnaksi valikoitui Puolanka. Kajaanin ammattikorkeakoulun liikunnanohjaajaopiskelijat olivat suunnitelleet monipuolista ohjelmaa niin Puolangan liikuntahalliin kuin sen lähiympäristöönkin. Lisäksi osallistujat pääsivät Kunnan Mummolassa toteutettuihin toimintakykytesteihin. Tapahtuma sai Puolangalla mukavan vastaanoton, ja osallistujia saapui päivään noin 140. Seuraavan kerran tapahtuma järjestetään Kajaanissa 21.5.2026.

Liikuttava Suomi -hanke

Liikuttava Suomi on liikunnan aluejärjestöjen yhteisesti toteuttama hanke, jonka tavoitteena on edistää terveystuokkurin valtakunnallisesti. Hanketta koordinoi Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry. Hanketoiminnan keskeisenä tavoitteena on vahvistaa liikunnan asemaa osana työyhteisöjen strategista johtamista. Liikuntaneuvonnan osalta tavoitteena on kehittää kuntien liikuntaneuvontaa sekä hyvinvointialueiden elintapaohjausta. Hankkeessa pyritään lisäämään työikäisen aikuisväestön ja ikäihmisten fyysistä aktiivisuutta sekä kasvattamaan liikunnan määrää yhteistyössä Liikkuvat-ohjelmakokonaisuuden kanssa. Toiminnan painopisteinä ovat työyhteisöliikunnan edistäminen, liikuntaneuvonnan palvelupolkujen kehittäminen sekä ikäihmisten fyysisen aktiivisuuden lisääminen. Hanke on mahdollistanut alueellisesti resurssien vahvistamisen liikunnallisen elämäntavan edistämiseksi.

Liikuttava Suomi -hankkeen tavoitteena on lisäksi toteuttaa liikunnan aluejärjestöjen, Liikkuva Aikuinen -ohjelman, Ikäinstituutin sekä Olympiakomitean kanssa sovittuja toimenpiteitä, jotka kohdistuvat erityisesti työikäisen väestön fyysisen aktiivisuuden lisäämiseen.

Muu toiminta

Toimintavuoden aikana toteutettiin Kainuun Liikunnan järjestämissä tapahtumissa ja yksittäisissä tilaisuuksissa yhteensä 2672 kuntotestausta ja hyvinvointimittauksia. Näiden aikana osallistuneet henkilöt saivat kuntotestipalautteen lisäksi myös ohjausta ja neuvontaa terveellisemmistä elintavoista sekä vinkkejä ja ohjeita eri toimijoiden järjestämistä liikuntamahdollisuuksista. Lisäksi tietoa oli tarjolla Kainuun hyvinvointialueen sekä Kainuun kuntien järjestämistä liikuntaneuvontapalveluista, kuntien ja kansalaisopistojen tarjoamista liikuntapalveluista sekä sydänterveydestä Kainuun sydänyhdistyksen toimesta.

3.4 Elinvoimainen seuratoiminta

Osaamisen lisääminen

Toimintavuoden aikana järjestettiin urheiluseuroille seitsemän eri koulutustilaisuutta, joihin osallistui yhteensä yli 60 henkilöä.

Seurafoorumit ja harrastemessut

Kainuun Liikunta järjesti tai oli mukana seitsemässä eri seura-/yhdistysfoorumissa vuoden 2025 aikana. Näihin osallistui yhteensä 170 henkilöä. Kainuun Liikunta toteutti Kajaanin Harrastemessut yhteistyössä Kajaanin kaupungin kanssa, ja messuille osallistui yhteensä 900 henkilöä.

Kehittämis- ja verkostotyö

Toimintavuoden aikana järjestettiin tai oltiin mukana neljässä eri seuratoiminnan kehittämis- tai sparraustilaisuudessa. Toimintavuoden lopulla käynnistettiin erityisesti seuratoiminnan hallinnon ja strategiatyön kehittämiseen tähtäävän hankkeen suunnittelu. Hankkeelle on tarkoitus hakea rahoitusta vuoden 2026 aikana.

Sovittelutoiminta

Toimintavuoden aikana käynnistettiin liikunnan aluejärjestöjen yhteisenä hankkeena sovittelutoiminta kainuulaisille urheiluseuroille. Sovitteluprosessiin osallistui hankevuoden aikana yksi kainuulainen urheiluseura ja lisäksi sovittelusparrasta annettiin kahdelle seuralle. Hankkeessa toteutettiin lisäksi kaksi riitatilanteiden ehkäisyyn liittyvää koulutusta, joista toinen oli täsmäkoulutus yhdelle seuralle, ja toinen avoin koulutus usealle seuralle. Hanke sai seurojen keskuudessa hyvän vastaanoton ja siinä saatiin luotua hyvä pohja tulevalle sovittelutoiminnalle.

Tähtiseura-auditoinnit

Toimintavuoden aikana Kainuun Liikunta oli mukana kahdessa uudelleen auditoinnissa, kun Tanssiurheiluseura Kajaanin Casamba ja Sotkamon Jymy-Pesis uusivat merkkinsä. Lisäksi Kajaani Gymnasticsille luovutettiin ensimmäistä kertaa aikuisten Tähtimerkki joulukuussa 2025. Myös Pro Riders Kainuu sai ensimmäisen lasten ja nuorten osa-alueen Tähtimerkin syksyn 2025 aikana.



Kainuun Urheilugaala

Kainuun Urheilugaala järjestettiin perjantaina 17.1.2025 Hotelli Kajanuksessa Kajaanissa. Gaalassa juhlistettiin vuonna 2024 menestyneitä kainuulaisia urheilijoita, kuntien liikuntatekoja, valmentajien panosta ja tukijoukkojen merkitystä sekä muisteltiin kuluneen urheiluvuoden sykehdyttävimpiä hetkiä. Galaan osallistui 120 juhluvierasta, ja mukana olivat palkittujen urheilijoiden ja urheiluseurojen lisäksi muun muassa kaikki Kainuun kunnat, Kainuun liitto, Olympiakomitea sekä useita paikallisia yrityksiä. Lisäksi maakuntalehti Kainuun Sanomat striimasi gaalan suorana verkkolähetyksenä, jota seurasi noin 1100 katsojaa Suomen lisäksi Yhdysvalloista, Saksasta ja Marokosta. Kainuun Urheilugaala järjestettiin toimintavuonna 15. kerran.

Kainuun Urheilugaalassa 2025 palkitut:

Vuoden urheilija: Kerttu Niskanen
Elämänurapalkinto: Unto Väisänen
Vuoden nuori urheilija: Eero Sorsa
Vuoden valmentaja: Iiro Haimi
Vuoden joukkue: Sotkamon Jymyn superpesisjoukkue
Vuoden urheiluseura: Kainuu Hockey Team ry
Vuoden liikunnan olosuhdepalkinto: Paltamon kuntoportaati
Vuoden seuratoimija: Jari Sissonen
Vuoden taustavoima: VuokattiSport
Kainuun kasvatti: Krista Kovalainen
Harrastaminen koulupäivän yhteydessä: Kajaanin Tennisseura
Vuoden liikunnanopiskelija: Anni Flöjt
Vuoden kainulainen lasten ja nuorten tähtiseura: Kajaanin Haka
Vuoden sotilasurheilija: Remi Lindholm
Hyrnsalmen liikuntateko: Ukkohalla Ski Resort
Kajaanin liikuntateko: Kajaanin suunnistajien Vappurastit
Kuhmon liikuntateko: Eläkeliiton Kuhmon yhdistys ry, Ketterät
Puolangan liikuntateko: Juho Väisänen
Paltamon liikuntateko: Paltamon Urheilijat ry
Ristijärven liikuntateko: Pirjo Saarinen ja Leila Karppinen
Sotkamon liikuntateko: Katinkulta Golf ry
Suomussalmen liikuntateko: Terttu Härkönen
Lisäksi Kainuun liikunnan ja urheilun Hall of Fame -kunniagalleriaan nimettiin vuonna 2025 jääkiekon maailmanmestari Janne Pesonen.



3.5 Menestyvä urheilu

Kasva urheilijaksi -leirit

Kainuun Liikunta järjesti yhteistyössä Kajaanin ammattikorkeakoulun kanssa tammikuussa, toukokuussa ja marraskuussa Kasva urheilijaksi -leirin 5.–7.-luokkalaisille. Kasva urheilijaksi -toiminta on ensiaskel tavoitteelliselle urheilijan polulle, sillä leireillä yhdistyvät urheilu ja koulunkäynti. Tammikuun leirille osallistui 24 lasta ja nuorta, toukokuun leirille 20, ja marraskuun leirille 22. Leireillä oli ohjaajina Kajaanin ammattikorkeakoulun opiskelijoita.

Kainuun Talentti

Kainuun Liikunta jakoi toimintavuoden aikana avustuksia hyväntekeväisyystapahtumien tuotoilla perustetusta Kainuun Talentti -rahastosta. Rahastosta voi hakea maksimissaan 300 euron suuruisen tuen muun muassa maajoukkueleirityksistä ja maajoukkue-edustuksista sekä muista kansainvälisistä kilpailuista aiheutuviin kustannuksiin.

Urheiluakatemiatoiminta

Kainuun Liikunta ohjaa ja koordinoi alueellista akatemiatoimintaa. Kajaanissa on yhteensä viisi painopistelajia: jalkapallo, salibandy, voimistelu (kilpa-aerobic ja naisten telinevoimistelu) tanssi ja jääkiekko. Painopistelajeissa järjestetään ohjattua lajivalmennusta kolme kertaa viikossa koulupäivien aikana. Lajivalmennuksesta vastaavat paikalliset urheiluseurat ja tanssikoulu sekä niissä toimivat ammattivalmentajat ja tanssinopettajat.

Kajaanin urheilukampuksen toiminnan piirissä ovat Lehtikankaan koulu (liikuntapainotteiset luokat), Kainuun ammattiopisto, Kajaanin lukio, Kajaanin ammattikorkeakoulu ja Kainuun prikaati. Kajaanin urheilukampuksessa yläkoulusta korkea-asteelle saakka on yhteensä noin 260 nuorta urheilijaa.

Toimintavuoden lopulla Kainuun Liikunta käynnisti nopealla aikataululla valmistelutyön Kajaanin urheilukampuksen kehittämishankkeelle, joka pitää sisällään Kajaanin akatemiatoiminnan vahvistamisen sekä kehittämistyön urheilun nostamiseksi kaupungin merkittäväksi pito- ja vetovoimatekijäksi.

Barents Urheilu

Barents Urheilu on Suomen, Ruotsin ja Norjan yhteinen hanke, joka kohdistuu 15–25-vuotiaisiin nuoriin. Toiminnasta vastaa Lapin Liikunta ry:n koordinoima Barents urheilun jaosto. Jaostossa edustettuina ovat Kainuun Liikunta ry, Lapin Liikunta ry ja Pohjois-Pohjanmaan Liikunta ry. Toiminta keskittyy kansainvälisen Barents yhteistyön kehittämiseen Pohjoisen urheilutoiminnassa sekä Barents Games -kisoihin, joissa kilpaillaan noin 15 lajissa niin talvi- kuin kesäkisoissa. Vuoden 2025 talvikisat järjestettiin Altassa Norjassa. Lisäksi toimintavuoden aikana Kainuun Liikunta osallistui Barents urheilun kehittämiskongressiin Bodossa Norjassa.





3.6 Liikuntamatkailu ja -tapahtumat

Liikunnan massatapahtumat

Toimintavuoden aikana Kainuun Liikunnan vuosittain järjestämistä kestävyysurheilupainotteisista liikunnan massatapahtumista järjestettiin neljä: Vuokatti Hiihto, Tour de Kainuu, Vuokatin Vaellus ja Lost in Kainuu. Tapahtumat onnistuivat järjestelyiltään hyvin, mutta talven heikko lumitilanne vaikutti negatiivisesti Vuokatti Hiihdon osallistujamäärään.

Kainuun Liikunnan vuonna 2025 järjestämät liikunnan massatapahtumat ja niiden osallistujamäärät:

Vuokatti Hiihto: 805 osallistujaa

Tour de Kainuu: 85 osallistujaa

Vuokatin Vaellus: 286 osallistujaa + esteettömällä perhevaelluksella 200 osallistujaa

Lost in Kainuu Adventure: 154 joukkuetta, 410 osallistujaa + perheseikkailu 40 osallistujaa

Kainuun Liikunta järjesti pienempiä tapahtumia, jotka liikuttivat paikallisia matalalla kynnyksellä. Kajaanin kuntakumppanuuteen liittyen Kainuun Liikunta järjesti maksuttomia yhteistreenejä Kajaanin maksuttomilla ulkoliikuntapaikoilla touko-kesäkuussa, Tunnin Taival kuntoilutapahtuman elokuussa, sekä touko- ja syyskuussa Cooperin testit ja UKK-kävelytestit.

Maakunnallinen yhteistyö

Toimintavuoden 2025 aikana jatkettiin yhteistyötä Suomussalmen kunnan ja Suomussalmen Rastin kanssa Suomussalmella järjestettävien Ruthless Rajan ja Raatteen Maratonin markkinointi- ja järjestämis-yhteistyöhön liittyen.

Ruthless Rajaan osallistui 188 osallistujaa, ja Raatteen Maratonille 194 osallistujaa. Lisäksi jatkettiin tiivistä yhteistyötä Kainuun Rastiviikko -organisaation kanssa. Liikuntamatkailun vaikuttamistyössä Kainuun Liikunta piti kuntien ja maakuntaliiton kanssa pidetyissä tilaisuuksissa esillä urheilun ja liikunnan sekä liikuntamatkailun merkitystä Kainuulle.

Vaaroilta vesille -hanke

Toimintavuonna jatkettiin Vaaroilta vesille -hanketta, jonka tavoitteena oli edistää Oulujärvi Leaderin alueella eli Kajaanissa, Paltamossa, Puolangalla ja Vaalassa melonta- ja pyöräilyharrastusta sekä melontaan ja gravel-pyöräilyyn liittyvää matkailua. Valmiita gravel-reittikuvauksia laadittiin yhteensä seitsemän: Kajaanissa Renforsin retki ja Korvanniemen kierto, Paltamossa Melalahden maisemiin ja Vaarankylän vauhti, Vaalassa Manamansalon mutkat sekä Puolangalla Hepokönkään huokaus ja Pirttijärven polkasu. Reitit koostuvat hyvin rullaavista sorateistä, mukavasti mutkittelevista metsäurista ja satunnaisista asfalttiosuuksista. Reittejä ei ole merkattu maastoon, vaan kunkin reittikuvauksen yhteydessä on linkki Trailmapin reittikarttaan ja reitin GPX-jälkeen, jonka avulla navigointi on helppoa. Lisäksi hankkeessa on tuotettu melontaan liittyvä markkinointivideo, joka on vapaasti käytettävissä paikallisen melonta- ja luontomatkailun markkinointiin. Gravel-reitit ja melontavideo on julkaistu osoitteessa www.endurancelainuu.fi. Vaaroilta vesille -hanketta rahoitti Oulujärvi Leader, ja hankkeen toteutusaika oli 1.3.2024–31.10.2025.



Hyvän sään aikana -hanke

Kainuun Liikunta starttasi marraskuussa 2025 Hyvän sään aikana -hankkeen, jonka tavoitteena on auttaa tapahtumajärjestäjiä varautumaan ilmastonmuutoksen aiheuttamiin sään ääri-ilmiöihin, kuten myrskyihin, rankkasateisiin, voimakkaisiin ukkosiin, helteisiin, lumimyrskyihin ja lumen puutteeseen.

Hankkeessa kehitetään tapahtumien varautumis- ja turvallisuussuunnitelmia sekä tehostaan hätäviestintää ja tapahtumien siirtokäytäntöjä. Lisäksi tavoitteena on luoda käytännön ratkaisuja, joiden avulla tapahtumat voivat jatkua turvallisesti myös muuttuvissa sääolosuhteissa. Hanke kehittää ja testaa uusia toimintamalleja, kouluttaa tapahtumajärjestäjiä sekä kartoittaa teknologisia sovelluksia turvallisuuden parantamiseksi. Lisäksi vahvistetaan yhteistyötä viranomaisten ja tapahtuma-alan toimijoiden välillä.

Hankkeen konkreettisina tuloksina syntyy uudet tapahtumien varautumis- ja turvallisuussuunnitelmat, tehokkaampi ja nopeampi hätäviestintämalli, toimivat tapahtumien siirtokäytännöt ja varapaikkasuunnitelmat, koulutetut tapahtumajärjestäjät ja parantunut kriisinhallintaosaaminen, teknologiaratkaisujen käyttöönotto tapahtumaturvallisuudessa sekä tiiviimpi yhteistyö tapahtumajärjestäjien ja viranomaisten välillä.

Hyvän sään aikana -hankkeen toteutusaika on 1.11.2025–31.12.2026, ja Pohjois-Pohjanmaan ELY-keskus on myöntänyt hankkeelle Euroopan aluekehitysrahaston (EAKR) ja valtion rahoituksen.

4 Alueellinen vaikuttaminen

Maakunnallinen yhteistyö

Kainuun Liikunta osallistuu aktiivisesti ja aloitteellisesti uuden maakuntaohjelman valmisteluun. Uudessa maakuntaohjelmassa hyvinvointi, liikunta ja urheilu ovat nyt merkittävästi aikaisempaa laajemmin kirjattuna. Kainuun Liikunta vastasi talvella 2025 valmistuneen Kainuun liikkumisohjelmatyön vetämisestä ja jalkauttamisesta. Kainuun liikkumisohjelman kirjauksia saatiin vuoden aikana hyvin läpi maakunnan eri toimijoiden strategioihin ja suunnitelmiin.

Kainuun Liikunta teki aktiivista vaikuttamistyötä liikunnan ja urheilun puolesta kevään 2025 kunta- ja aluevaaleissa, joissa valituiksi tuli useita liikuntaehdokkaita mukaan lukien Kainuun Liikunnan toiminnanjohtaja ja puheenjohtaja sekä kaksi hallituksen jäsentä.

Kuntayhteistyö

Toimintavuonna toteutettiin maakunnallinen Korpikansa Seikkailee -testikiertue, joka vieraili kaikissa Kainuun kunnissa. Kaikki Kainuun kunnat osallistuivat Kainuun Urheilugaalaan, ja yhteydenpito kuntiin päin oli aktiivista Kainuun Liikunnan eri toimialoja koskevissa asioissa. Yhteistyötä yli kuntarajojen tehtiin muun muassa liikuntamatkailutapahtumissa, Vaaroilta vesille -hankkeessa, LIEKKI-hankkeessa sekä Vuokatti-Ruka Urheiluakatemia toiminnassa. Lisäksi Kainuun Liikunta oli edistämässä paikallisesti Liikkuvat-ohjelmien toteutusta.

Toimintavuoden aikana käynnistettiin kuntakumppanuus Kajaanin kaupungin kanssa sekä jatkettiin kuntakumppanuussopimuksen valmistelua muiden Kainuun kuntien kanssa.

Kuntien liikunnan viranhaltijoiden verkosto

Toimintavuoden aikana Kainuun Liikunnan koordinoima ja koolle kutsuma liikunnan viranhaltijoiden verkosto kokoontui Teams-välitteisesti kymmenen kertaa. Keskeisimpänä teemana tapaamisissa oli liikuntaneuvontaan ja soveltavaan liikuntaan liittyvät sisällöt. Verkostossa on mukana myös Kainuun hyvinvointialueen liikunta- ja ravitsemusneuvonnan edustus.

Kuntakohtainen HYTETU -yhteistyö

Kainuun Liikunnan lasten liikunnan asiantuntija on mukana asiantuntijajäsenenä Hyrynsalmen kunnan hyte-johtoryhmässä sekä Suomussalmen että Paltamon kunnan lasten ja nuorten hyte-työryhmässä. Työryhmät ovat kokoontuneet muutamia kertoja toimintavuoden aikana.

JANE-järjestöasiainneuvottelukunta

Järjestöasiainneuvottelukunnan tarkoitus ja tehtävä on edistää järjestökentän yhteistyötä: laatia maakunnallinen järjestöstrategia, koota järjestötoimijoiden yhteiset näkemykset sekä olla yhdistysten ja järjestöjen monialainen yhteistyöelin, joka toimisi järjestökentän edustajana eri kumppanuuspöydissä. JANE kokoontui toimintavuoden aikana neljä kertaa.

Muu alueellinen yhteistyö

Kainuun Liikunnan aluejohtaja toimi Pohjois-Suomen aluehallintoviraston liikuntaneuvoston varapuheenjohtajana vuonna 2025. Kainuun Liikunnan hallituksesta alueelliseen liikuntaneuvostoon kuului lisäksi Timo Heikkilä, ja Kainuun kolmas edustaja liikuntaneuvostossa oli Pirjo Neuvonen. Liikuntaneuvosto lakkautettiin vuoden 2025 lopussa aluehallintouudistuksen myötä.

Toimintavuoden aikana jatkettiin yhteistyötä Vuokatin urheiluopiston kanssa. Kainuun Liikunta on Vuokatin urheiluopiston taustalla olevan Vuokatin Säätöön hallituksessa mukana kahdella hallituspaikalla.

Toimintavuoden aikana jatkettiin yhteistyötä Kainuussa koko maakunnan alueella toimivien järjestöjen (MLL Kainuu ja 4H Kainuu) kanssa etenkin yhteisessä viestinnässä. Kainuun Liikunta oli aktiivisesti mukana erilaisissa yhteistyöverkostoissa tuomassa liikuntakentän ja seuratoimijoiden ääntä yhteiseen päätöksentekoon.

Toimintavuoden aikana Kainuun Liikunta teki aktiivista yhteistyötä Kajaanin ammattikorkeakoulun sekä Kainuun ammattiopiston kanssa muun muassa tapahtumiin sekä urheiluakatemia toimintaan liittyen. Lisäksi Kainuun Liikunnan toimistolla oli oppilaitoksista vuoden aikana useita työharjoittelijoita.

Kainuun Liikunta osallistui aktiivisesti Vuokatti Kampus -kehittämistoimintaan, joka kokoaa yhteen Vuokatti-Kajaani akselilla toimivan valtakunnallisesti ainutlaatuisen liikunnan koulutuskeskittymän edustajat.

5 Valtakunnallinen ja kansainvälinen vaikuttaminen

Opetus- ja kulttuuriministeriö -yhteistyö

Opetus- ja kulttuuriministeriö on Kainuun Liikunnan toiminnan tärkeä rahoittaja, mutta myös merkittävä yhteistyökumppani liikunnan edistämisessä. Yhteistyö perustuu aluejärjestöjen ja ministeriön kanssa yhdessä laadittuun tavoiteasiakirjaan, jonka päivitystyö tehtiin toimintavuoden aikana. Yhteistyötä tehtiin myös ministeriön rahoittamissa aluejärjestöjen yhteisissä hankkeissa.

Olympiakomitea-yhteistyö

Suomen Olympiakomitean kanssa tehtiin toimintavuoden aikana yhteistyötä Olympiakomitean vetämissä seuratoiminnan kehittämisen verkostossa ja urheiluakatemiatoiminnan verkostossa sekä liikunnan vaikuttamistyössä. Lisäksi Kainuun Liikunta osallistui Kainuussa Tähtimerkki-auditointeihin.

Suomen paralympiakomitea -yhteistyö

Kainuun Liikunta tekee yhdenvertaisen liikkumisen edistämistyössä tiivistä yhteistyötä Suomen paralympiakomitean kanssa. Kainuun Liikunta koordinoi paikallisesti valtakunnallista Valtti-toimintaa. Lisäksi Kainuun Liikunta on mukana Suomen paralympiakomitean koordinoimassa Liikkeellä kuntoon -verkostossa.

Aluejärjestöyhteistyö

Toimintavuoden aikana aluejärjestöjen yhteistyötä tehtiin tiiviisti etenkin liikunnan ja urheilun vaikuttamistyössä, yhteisissä hankkeissa sekä koulutusten kehittämisessä. Yhteistä toiminnan kehittämistä tehtiin enenemässä määrin aluejärjestöjen yhteisen Suomen Liikunnan Alueet ry:n kautta.

Kansainvälinen yhteistyö

Kainuun Liikunta oli aktiivinen toimija ja kehittäjä kansainvälisessä massahiihtojen Euroloppet-sarjassa, johon Vuokatti Hiihto kuuluu. Kainuun Liikunta osallistui aktiivisesti Norjan, Ruotsin ja Suomen väliseen Barents Urheilun toimintaan. Hanketoiminnassa Kainuun Liikunta kuuluu eurooppalaisten liikunnan hanketoimijoiden EPSI-verkoston. Tavoitteena on saada verkoston kautta tulevaisuudessa uusia kansainvälisiä hankeavauksia.



6 Viestintä

Toimintavuoden aikana viestittiin aktiivisesti ja monikanavaisesti niin järjestötoiminnasta kuin liikunnan massatapahtumistakin. Ulkoisissa viestintäkanavissa kuten järjestön nettisivuilla osoitteessa www.kainuunliikunta.fi ja tapahtumien nettisivuilla osoitteessa www.endurancekainuu.fi sekä sosiaalisen median kanavissa (Facebookissa, Instagramissa ja TikTokissa) tuotettiin laadukasta ja vaikuttavaa sisältöä suunnitelmallisesti ja säännöllisesti. Järjestön uutiskirjeitä lähetettiin toimintavuoden aikana 11 kpl, joista jokaisella oli keskimäärin noin 1700 vastaanottajaa.

Kainuun Liikunta toimi järjestön omien somekanavien lisäksi ylläpitäjänä Endurance Kainuun,

Vuokatin Vaelluksen, Vuokatti Hiihdon, Lost in Kainuun, Tour de Kainuun, Raatteen Maratonin, Ruthless Rajan ja Kajaanin urheilukampanin sekä Vuokatti-Ruka Urheiluakatemia somekanavissa. Vuoden lopussa kaikissa somekanavissa oli yhteensä 41 000 seuraajaa.

Maakunnan päämedian Kainuun Sanomien kanssa jatkettiin yhteistyötä, jossa alueen järjestötoimijat (Kainuun Liikunta, MLL ja 4H) saivat kukin kolmen viikon välein sunnuntain Kainuun Sanomien verkkosivuille artikkelitilan oman järjestönsä ja sen jäsenten toiminnasta kertomiseen. Jutut ovat luettavissa Kainuun Sanomien verkkosivuilla ilman maksuunia. Lisäksi mediatiedotteita laadittiin tapahtumista ja merkittävistä Kainuun Liikunnan toimintaa koskevista muutoksista, uutuuksista ja uutisista.

7 Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo sekä vastuullisuus

Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo

Yhdenvertaisuus- ja tasa-arvotyössä Kainuun Liikunta toteutti omaa yhdenvertaisuus- ja tasa-arvosuunnitelmaansa. Toimintavuonna aloitettiin koko maakunnan kattava ESR-rahoitteinen hanke soveltavan liikunnan edistämiseksi. Sukupuolten välisen tasa-arvon edistämiseksi jatkettiin monipuolista tyttö- ja naisurheilun huomioivaa viestintää.

Vuoden aikana Kainuun Liikunta toteutti opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittamaa hanketta sovittelutoiminnan käynnistämiseksi ja toteuttamiseksi sekä kiusaamisen ja häiriökäyttäytymisen ehkäisemiseksi seuroissa.

Vastuullisuusohjelma

Kainuun Liikunta toteutti toimintavuoden aikana runsaasti kiitosta saanutta vastuullisuusohjelmaansa, joka on mitoitettu viiden vuoden aikajaksolle. Ohjelman tavoitteena on toimia Kainuun Liikunnan omaa toimintaa ohjaavana tavoitekokonaisuutena sekä laatuleimana kumppaneille ja asiakkaille.

Vastuullisuusohjelman selkäranka rakentuu Yhdistyneiden Kansakuntien Kestävän kehityksen tavoitteille, joista Kainuun Liikunta identifioi seitsemän tavoitetta osaksi omaa vastuullisuusustyötään. Sen lisäksi vastuullisuusohjelmalle toi näkökulmaa Suomen Olympiakomitean urheiluyhteisölle laatima vastuullisuusohjelma.

Kainuun Liikunnan vastuullisuusohjelmassa on kolme pääteemaa: sosiaalinen, ekologinen ja taloudellinen vastuullisuus. Näitä tarkastellaan kainuulaisten hyvinvoinnin edistämisen, luonnon kunnioittamisen ja Kainuun elinvoimaisuuden vahvistamisen kautta. Kaikki nämä teemat tuodaan yhteen Kainuun Liikunnan ydintoimintojen, eli seurakehittämisen, elämäntapojen aikaisen liikkumisen lisäämisen ja tapahtumatoiminnan sekä tukitoimintojen viestinnän ja taloudenpidon kautta.

Henkilöstö

Heikkinen Anni
Karppinen Miira
Liuski Ira
Mannermaa Timo
Pöyhönen Jasmin
Ronkainen Matias
Sihvola Inka
Takalo Teemu

Osa aikainen

Kananen Roosa 1.1.–31.12.2025
Takalo Vilja 1.1.–31.12.2025
Karhila Roni 5.2.–8.2.2025 (Vuokatti Hiihto)

Koulutusopimus

Huusko Jonna 25.8.–30.9.2025 (KAO, liikuntaneuvoja)

Harjoittelusopimus

Alatalo Tiina 1.5.–31.5.2025 (KAMK, liikunnanohjaaja)
Heikkinen Henni 15.9.–7.11.2025 (KAMK, liikunnanohjaaja)
Heinonen Ninni 31.3.–28.6.2025 (KAMK, liikunnanohjaaja)
Huusko Jonna 25.8.–30.9.2025 (LPT, liikuntaneuvoja)
Kinnunen Tuomas 6.5.–31.7.2025 (KAMK, tradenomi)
Kivioja Minja 11.8.–20.9.2025 (LAT)
Malm Eerika 1.5.–31.5.2025 (KAMK, liikunnanohjaaja)
Martikainen Iida-Mari 1.5.–31.5.2025 (KAMK, liikunnanohjaaja)
Nevalainen Niko 1.8.–16.11.2025 (KAMK, liikunnanohjaaja)
Oikarinen Netta 20.10.–19.12.2025 (KAO, liikuntaneuvoja)
Peltonen Elviira 31.3.–30.5.2025 (KAMK, liikunnanohjaaja)
Pukkila Jonna 31.3.–28.6.2025 (KAMK, liikunnanohjaaja)
Sirviö Iida-Mari 31.7.–10.10.2025 (KAO, media-ala)
Ylönen Netta 6.8.–26.09.2025 (KAO, liikuntaneuvoja)

TET-harjoittelijat/ taksvärkki

Liuski Oona 30.4.2025
Määttä Vilma 30.4.2025

Hallitus

Puheenjohtaja

Pentti Malinen, Kajaani

Varapuheenjohtajat

Riikka Kähkönen, Kuhmo
Matteus Pirinen, Kajaani
Mari Möttönen, Paltamo

Jäsenet

Heimo Keränen, Hyrynsalmi
Seija Huotari, Suomussalmi
Riikka Kähkönen, Kuhmo
Mikko Keränen, Kajaani
Kimmo Sirviö, Kajaani
Matteus Pirinen, Kajaani
Birit Oksman-Sandelin, Kajaani
Tuulikki Kemppainen, Puolanka
Timo Heikkilä, Kuhmo

Varajäsenet

Ossi Pulkkinen Sotkamo
Aila Tartia-Jalonen, Kajaani
Mari Möttönen, Paltamo
Anu Kuosmanen, Kajaani

Hallitus kokoontui kymmenen kertaa. Hallituksen kokouksessa esittelijänä toimi Teemu Takalo.

Toimikunnat ja edustukset

Ehdollepanotoimikunta

Timo Heikkilä, puheenjohtaja
Jorma Kyllönen
Kirsi Hänninen
Mari Möttönen
Aki Räisänen
Teemu Takalo, sihteeri

Barents urheilun toimikunta

Pentti Malinen
Teemu Takalo

Pohjois-Suomen aluehallintoviraston liikuntaneuvosto

Teemu Takalo, puheenjohtaja
Timo Heikkilä, jäsen
Pirjo Neuvonen, jäsen

Euroloppet-massahiihtosarja

Teemu Takalo, jäsen

Vuokatin säätiön (Vuokatin Urheiluopisto) hallitus

Pentti Malinen, varapuheenjohtaja
Teemu Takalo, jäsen

Kainuun järjestöasiain neuvottelukunta

Ira Liuski, jäsen

Jäsenyhteisöt

Budoseura Kajaanin Ko-Jou ry
FC Wimma Kajaani ry
Garde-Party ry
Hyrnsalmen Isku ry
Hyrnsalmen kunta
Jormuan Tarmokkaat Urheilijat ry
Kainuun Hiihto ry
Kainuun Hiihtoseura ry
Kainuun Pesis ry
Kainuun Pyöräilijät ry
Kainuun Rastiviikko ry
Kainuun Ravirata Oy
Kainuun Sydänyhdistys ry
Kainuun Urheilusukeltajat ry
Kainuun Vapaa-ajankalastajat ry
Kainuun Yleisurheilu ry
Kainuun Ärjy ry
Kajaanin Aiki-Jo ry
Kajaanin Ampujat ry
Kajaanin Avantouimarit ry
Kajaanin Casamba
Kajaanin Golf ry
Kajaani Gymnastic ry
Kajaanin Haka ry
Kajaanin Hiihtäjät ry
Kajaanin Honka ry
Kajaanin Ilmailukerho ry
Kajaanin Judokerho
Kajaanin Ju-Jutsu seura ry
Kajaanin Junnuhokki -68 ry
Kajaanin Juntta ry
Kajaanin kaupunki
Kajaanin kaupungin koulutusliikelaitos
Kajaanin Kiipeilijät ry
Kajaanin Kipinä ry
Kajaanin Kuohu ry
Kajaanin Latu ry
Kajaanin Palloilijat ry
Kajaanin Pallokerho ry
Kajaanin Purjehtijat ry
Kajaanin Ratsastusseura ry
Kajaanin Seudun Invalidit ry
Kajaanin Sulkapalloilijat ry
Kajaanin Suunnistajat ry
Kajaanin telinevoimistelijat ry
Kajaanin Tennisseura ry
Kajaanin Uimaseura ry
Kajaanin Varuskunnan Urheilijat ry
Kavala esport ry
Katinkulta Golf ry
Kontion Tapio ry
Korpien Kiertäjät ry
Kuhmon Jääratakerho ry
Kuhmon kaupunki
Kuhmon Kiva ry
Kuhmon Kiva HT ry
Kuhmon Kiva-Pesis ry
Kuhmon Kiva-Lentis ry
Kuhmon Kivattaret ry
Kuhmon Kiva Uintiseura ry
Kuhmon lasten ja nuorten jalkapalloilun tukiyhdistys
Kuja ry
Kuhmon Melojat ry
Kuhmon Peurat ry
Kuhmon Potkijat ry
Kuhmo-Ski ry
Kylmän Ratsastajat ry
Laokojat ry
Otanmäen-Vuolijoen Seuraunioni ry
Oulujärven Melojat ry
Padelman Oy
Paljakka Ski-O ry
Paltamon Golf ry
Paltamon Jyry ry
Paltamon kunta
Paltamon Urheilijat ry
Papas ry
Pro Riders Kainuu ry
Puolangan kunta
Puolangan Ryhti ry
Ristijärven kunta
Ristijärven Pyry ry
Shotokan Karate-Do Urheilu ry
Somervaaran Eränkävijät ry
Sotkamon Jymy ry
Sotkamon Jymy-Pesis ry
Sotkamon kunta
Sotkamon Tennisseura ry
Sotkamon Visa ry
Spartak Kajaani ry
Suomen Jääkiekkoliiton pohjoinen alue
Suomussalmen kunta
Suomussalmen Palloseura ry
Suomussalmen Rasti ry
Suomussalmen Urheiluampujat ry
Swimming Club Vuokatti ry
Taitoluistelijat Kajaani ry
TUL:n Kainuun Piiri ry
Voimistelu- ja Urheiluseura Kuluntalahden kunto ry
Vuokatin Latu ja Polku ry
Vuokatin Säätio sr
Vuokatti Ski Team Kainuu ry
Vuokatti Team Sport ry

10 Talous

Kainuun Liikunta ry:n tilikauden 1.1.–31.12.2025 oman varsinaisen toiminnan kuluja jäämä oli -521 853,52 euroa, mikä katettiin varainhankinnan tuotolla (71 428,48 €) ja yleisavustuksilla (473 155,72 €).

Tilikauden tulos (yli jäämä) 22 350,59 euroa kirjataan edellisten tilikausien tulokseen.

TULOSLASKELMA

1.1.2025 - 31.12.2025

1.1.2024 - 31.12.2024

VARSINAINEN TOIMINTA

Tuotot			212 798,62		255 655,61
Kulut					
	Henkilöstökulut	-450 036,72		-405 305,71	
	Poistot	-8 367,77		-12 281,45	
	Muut kulut	-276 247,65	-734 652,14	-293 034,85	-710 622,01
VARSINAINEN TOIMINTA YHTEENSÄ			-521 853,52		-456 966,40
	Tuotto-/kulu jäämä		-521 853,52		-456 966,40

VARAINHANKINTA

	Tuotot		71 428,48		77 586,87
	Kulut		-762,57		-802,79
VARAINHANKINTA YHTEENSÄ			70 665,91		76 784,08
	Tuotto-/kulu jäämä		-451 187,61		-378 182,32

SIJOITUS- JA RAHOITUSTOIMINTA

	Tuotot	1 424,39		1 143,94	
	Kulut	-741,91	682,48	-1 112,36	31,58
	Tuotto-/kulu jäämä		-450 505,13		-378 150,74

YLEISAVUSTUKSET

YLEISAVUSTUKSET			473 155,72		350 475,24
YLEISAVUSTUKSET YHTEENSÄ			473 155,72		350 475,24
TILIKAUDEN TULOS			22 650,59		-27 675,50
TILIKAUDEN YLI-/ALIJÄÄMÄ			22 650,59		-27 675,50

TASE

VASTAAVAA

31.12.2025

31.12.2024

PYSYVÄT VASTAAVAT

Aineelliset hyödykkeet

Koneet ja kalusto	2 456,29	2 675,06
Autot ja kuljetusvälineet	7 549,00	15 098,00
Muut aineelliset hyödykkeet	0,00	0,00

Aineelliset hyödykkeet yhteensä 10 005,29 17 773,06

Sijoitukset

Osakkeet ja osuudet	10 000,00	10 000,00
Lainasaamiset	0,00	0,00
Sijoitukset	35 000,00	35 000,00

Sijoitukset yhteensä 45 000,00 45 000,00

PYSYVÄT VASTAAVAT YHTEENSÄ 55 005,29 62 773,06

VAIHTUVAT VASTAAVAT

Vaihto-omaisuus

Aineet ja tarvikkeet	3 181,01	3 185,64
Ennakkomaksut	0,00	0,00

Vaihto-omaisuus yhteensä 3 185,80 3 185,80

Saamiset

Lyhytaikaiset

Myyntisaamiset	16 091,35	7 691,89
Siirtosaamiset	166 504,41	63 390,21
Ennakkomaksut	6 349,71	3 862,03
Muut saamiset	538,68	1 383,18

Lyhytaikaiset saamiset yhteensä 189 484,15 76 327,31

Rahat ja pankkisaamiset 71 011,28 173 211,92

VAIHTUVAT VASTAAVAT YHTEENSÄ 263 676,44 252 725,03

VASTAAVAA YHTEENSÄ 318 681,73 315 498,09

VASTATTAVAA	31.12.2025	31.12.2024
OMA PÄÄOMA		
Edellisten tilikausien voitto/tappio	177 224,89	140 803,87
Edellisen tilikauden voitto/tappio	-27 675,50	36 421,02
Tilikauden voitto/tappio	22 650,59	- 27 675,50
OMA PÄÄOMA YHTEENSÄ	172 199,98	149 549,39
VIERAS PÄÄOMA		
Lyhytaikainen		
Saadut ennakot	49 737,63	69 654,57
Ostovelat	14 517,17	23 488,45
Siirtovelat	81 274,07	72 189,70
Muut lyhytaikaiset velat	952,88	615,98
Lyhytaikaiset velat yhteensä	146 481,75	165 948,70
VIERAS PÄÄOMA YHTEENSÄ	146 481,75	165 948,70
VASTATTAVAA YHTEENSÄ	318 681,73	315 498,09
Toiminnan tuotot ja kulut		
Kokonaistuotot	758 807,21	683 509,58
Kokonaiskulut	-727 788,85	-700 784,61
Poistot	-8 367,77	-12 281,45
Ylijäämä	22 650,59	-29 556,48

11 Tilastot ja yhteenveto toimintavuodesta

Vuoden 2025 toimintasuunnitelman toteuttamisessa onnistuttiin erinomaisesti kaikissa valituissa painopisteissä, joita olivat:

1. Lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuuden lisääminen
2. Kainuun Liikkumisohjelma ja kuntayhteistyö
3. Soveltavan liikunnan edistäminen

Toimintaluvuissa kasvua tuli laajasti kaikilla toiminnan osa-alueilla paitsi tapahtumatoiminnassa, jossa hankala talvi ja uusi ajankohtakokeilu näkyivät Vuokatti Hiihdon osallistujamäärässä. Myös Lost in Kainuu Adventure -seikkailutapahtumassa oli pientä osallistujamäärän laskua. Kaikkiaan edelliseen vuoteen verrattuna kaikkien tapahtumien osallistujamäärä laski merkittävästi, koska edellisenä Kainuun Liikunnan vuotena (Kainuun Liikunnan 30-vuotisjuhlavuosi) toteutettiin laajaa kiertuetoimintaa ympäri Kainuuta.

Koulutukset	Määrä (kpl)	Henkilöitä (yhteensä)
Lasten liikunta	86	1217
Seuratoiminta	6	30
Aikuisliikunta	18	346
Muut	11	228
YHTEENSÄ	121	1821
YHTEENSÄ V. 2024	54	919

Webinaarit	Määrä (kpl)	Henkilöitä (yhteensä)
Lasten liikunta	6	197
Seuratoiminta	0	0
Aikuisliikunta	2	90
Muut	2	53
YHTEENSÄ	10	340
YHTEENSÄ V. 2024	6	126

Tapahtumatoiminta	Määrä (kpl)	Henkilöitä (yhteensä)
Tapahtumat	130	4986
Yhteistyötapahtumat	26	4932
YHTEENSÄ	156	9918
YHTEENSÄ V. 2024	76	18715

Muut tilaisuudet	Määrä (kpl)	Henkilöitä (yhteensä)
Sparraukset	113	664
Verkostotapaamiset	28	273
Yhteistyöverkostot	116	1734
Auditoinnit	2	15
Seurafoorumit	7	169
Seminaarit	3	206
Urheiluakatemia	7	170
Testaukset	2672	2672
Liikuntaneuvontaryhmät	8	67
Leirit	3	66
YHTEENSÄ	2959	6046
YHTEENSÄ V. 2024	2611	4615



**KAINUUN
LIIKUNTA**
KUNNON TEKIJÄ