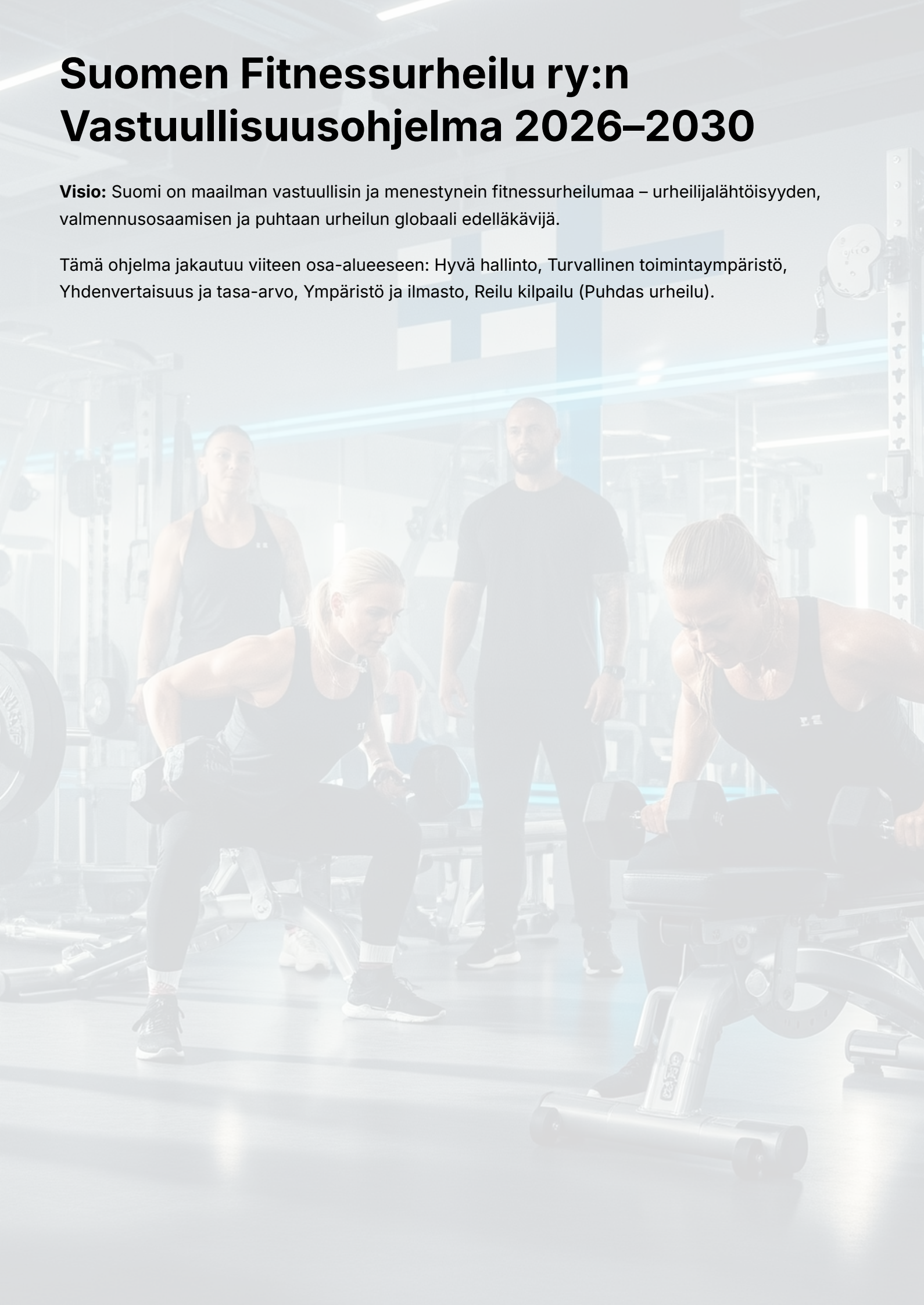


Suomen Fitnessurheilu ry:n Vastuullisuusohjelma 2026–2030

Visio: Suomi on maailman vastuullisin ja menestynein fitnessurheilumaa – urheilijalähtöisyyden, valmennusosaamisen ja puhtaan urheilun globaali edelläkävijä.

Tämä ohjelma jakautuu viiteen osa-alueeseen: Hyvä hallinto, Turvallinen toimintaympäristö, Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo, Ympäristö ja ilmasto, Reilu kilpailu (Puhdas urheilu).



Hyvä hallinto

Nykytila

SFU on viime vuosina uudistanut hallintoaan läpinäkyvämmäksi ja selkeyttänyt rooleja hallituksen ja toimihenkilöiden välillä. Jäsenpohjaa on avattu hakemalla aktiivisesti uusia jäseniä, ja päätöksenteko on avointa. Viestintä jäsenistölle on säännöllistä, ja toiminnan kehittämiseksi kerätään vuosittain anonyymia palautetta kaikilta toimijoilta. Taloutta on vakautettu säästötoimilla ja varainhankintaa monipuolistettu.

Tavoite (2030)

Päätöksenteko on läpinäkyvää ja osallistavaa. Jäsenistö luottaa liiton hallintoon ja kokee voivansa vaikuttaa.

Toimenpiteet

- Julkaistaan hallituksen päätökset ja kokoustiedotteet viipymättä jäsenistölle.
- Järjestetään säännöllisiä jäsenkyselyitä ja kuulemistilaisuuksia päätöksenteon tueksi.
- Hallitus ja toimihenkilöt täyttävät sidonnaisuusilmoitukset vuosittain.

Näin mittaamme onnistumista

- Jäsenkyselyn keskiarvo hallinnon avoimuudesta > 4/5.
- Jäsenmäärän ja lisenssien kasvu.

Talous on vakaa ja riippumaton

Tavoite: Taloudellinen pohja kestää toimintaympäristön muutokset.

Toimenpiteet:

- Kasvatetaan kumppanuusmyyntiä arvopohjaisilla kumppanuuksilla (puhdas urheilu).
- Vähennetään riippuvuutta yksittäisistä tulonlähteistä (kuten valtionavustukset tai fitnessvalmentajakoulutus).

Mittarit: Varainhankinnan kasvu +50 % kumppanuusmyynnin kautta. Talouden omavaraisuusaste pysyy korkeana.

Säännöt ja vastuut ovat selkeät

Toimenpiteet:

- Päivitetään toimintasäännöt ja eettiset ohjeistukset säännöllisesti.
- Selkeytetään yhteistyösopimukset kilpailujärjestäjien (esim. KP Fitness Productions Oy) kanssa.

Mittarit: Toimintasäännöt ovat ajan tasalla ja kaikkien saatavilla. Ei epäselvyyksiä vastuunjaossa kilpailutapahtumissa.

Turvallinen toimintaympäristö

Nykytila

SFU on ottanut käyttöön "White Book" -kilpailijakortin ja vastuuvapauslausekkeet. Häirintään on nollatoleranssi, ja käytössä on ilmoituskanavat epäasialliselle käytökselle. Valmennusosaamista kehitetään jatkuvasti tieteeseen pohjautuen, mikä vähentää huippu-urheiluun liittyviä terveysriskejä.

Tieteeseen perustuva, turvallinen valmennus

Tavoite: Valmennus ei perustu "mutuun" vaan tutkittuun fysiologiaan, mikä ehkäisee syömishäiriöitä ja vammoja.

Toimenpiteet:

- Vakiinnutetaan SFU:n koulutusjärjestelmä ja säännellään fitnessvalmennusta IFBB:n standardien mukaisesti.
- Koulutetaan valmentajia kuormituksen hallinnasta ja turvallisesta dieettaamisesta.

Mittarit: 30 uutta SFU-valmentajaa ja 30 kansainvälistä IFBB Academy -sertifikaattia vuosittain.
Fitnessvalmentaja-koulutus on virallistettu.

Nollatoleranssi häirinnälle ja epäasialliselle käytökselle

Toimenpiteet:

- Ylläpidetään ja markkinoidaan selkeitä ilmoituskanavia (esim. EKI-ilmoituspalvelu).
- Päivitetään eettiset säännöt säännöllisesti ja koulutetaan toimijat tunnistamaan häirintä.
- Vaaditaan valmentajilta ja toimijoilta sitoutumista eettiseen koodistoon.

Mittarit: Kaikki ilmoitetut tapaukset käsitellään viipymättä prosessin mukaisesti.
Jäsenkyselyssä turvallisuuden kokemus on korkea.

Fyysinen turvallisuus kilpailuissa ja tapahtumissa

Toimenpiteet:

- Varmistetaan kilpailupaikkojen turvallisuus ja ensiapuvalmius.
- Otetaan käyttöön kansainvälisen mallin mukaiset vastuuvapauslausekkeet ja vakuutus-suositukset.

Mittarit: Tapaturmien määrä kilpailuissa pysyy minimissä.
Turvallisuussuunnitelmat on tehty jokaiseen tapahtumaan.

Yhdenvertaisuus ja tasa-arvo

Nykytila

SFU on naisvaltainen lajiliitto, mutta miesten osallistumista pyritään kasvattamaan. Toiminta on avointa kaikille ikäryhmille, ja Masters-urheilun (yli 35-v.) arvostusta nostetaan.

01

Sukupuolten tasa-arvon edistäminen

Tavoite: Lisätään miesten kiinnostusta ja osallistumista fitnessurheiluun.

Toimenpiteet:

- Kohdennetaan markkinointia ja toimenpiteitä miesten lajien vetovoiman kasvattamiseksi.
- Tuetaan miesten kilpailumahdollisuuksia kansallisesti ja kansainvälisesti.

Mittarit: Miesten kilpailulisenssien määrä kasvaa +50 % (vs. 2025).

02

Eri ikäryhmien yhdenvertainen kohtelu

Tavoite: Masters-urheilu on yhtä arvostettua kuin yleisten sarjojen urheilu.

Toimenpiteet:

- Nostetaan Masters-urheilun profiilia viestinnässä ja kilpailujärjestelyissä.
- Tarjotaan matalan kynnyksen harrastusmahdollisuuksia ja "polkuja" eri ikäisille.

Mittarit: Suomi on TOP 3 -maa myös Masters-sarjojen joukkuepisteissä MM-tasolla.

03

Taloudellinen saavutettavuus ja harrastamisen mahdollisuudet

Toimenpiteet:

- Pidetään harrastamisen ja kilpailemisen kustannukset kohtuullisina.
- Tehdään yhteistyötä "Liikkuva opiskelu" ja "Liikkuva aikuinen" -ohjelmien kanssa tavoittaaksemme uusia ryhmiä.

Mittarit: Virallinen kumppanuus Liikkuva opiskelu/aikuinen -ohjelmissa. Tavoitetaan osa miljoonasta kuntosalikävijästä.

Ympäristö ja ilmasto

Nykytila

SFU:n kilpailutoiminta keskittyy suuriin tapahtumiin (NFE, Fitness Classic, harjoituskilpailut, Cup-kilpailut), joihin matkustetaan ympäri Suomea. Kansainvälinen kilpailutoiminta vaatii lentomatkustusta. Digitaalisia palveluita (webinaarit, etäkoulutukset) on lisätty merkittävästi.

Tapahtumien ympäristövaikutusten minimointi

Toimenpiteet:

- Suositaan kilpailupaikoissa ja logistiikassa kestäviä ratkaisuja (julkinen liikenne, kimppakyydit).
- Siirretään viestintä ja materiaalit digitaalisiksi (vähennetään paperijätettä).

Mittarit: Tapahtumien hiilijalanjälkeä seurataan ja pyritään pienentämään. Digitaalisten materiaalien osuus > 90 %.

Etäosallistumisen hyödyntäminen

Tavoite: Vähennetään matkustamista koulutuksissa ja hallinnossa.

Toimenpiteet:

- Jatketaan "Valmentajien ilta" -konseptia ja koulutuksia etäyhteyksin (Teams/Zoom).
- Hallituksen kokoukset pidetään ensisijaisesti etänä, kun fyysinen läsnäolo ei ole välttämätöntä.

Mittarit:

Koulutustapahtumista merkittävä osa toteutetaan hybridinä tai etänä.

Vastuullinen kansainvälinen toiminta

Toimenpiteet:

- Optimoidaan joukkueiden matkustus (suorat lennot, ryhmäkuljetukset) kv-kisoihin.
- Vaikutetaan IFBB:ssä kestävän kehityksen huomioimiseen kilpailujärjestelyissä.

Mittarit: Kansainvälisen toiminnan matkustussuunnitelmissa on huomioitu ympäristönäkökulmat.

Reilu kilpailu (Puhdas urheilu)

Nykytila

Puhdas urheilu on SFU:n toiminnan kivijalka ja jäsenistön arvo numero yksi. SFU on ottanut käyttöön tiukan linjan: sakkorangaistukset (10 000 €), testauksen ja antidopingkoulutuksen lisääminen. SFU on yksi testatuimmista lajeista Suomessa.

Puhdas urheilu on toimintamme kivijalka

Antidoping-osaamisen vienti

Tavoite: Suomalainen puhdas urheilu skaalataan kansainväliseksi malliksi.

Toimenpiteet:

- Viedään suomalaista antidoping-koulutusmallia ja asennekasvatusta aktiivisesti IFBB:n toimintaan.
- Vaaditaan kv. testauskäytäntöjen tiukentamista Suomen aloitteesta.

Mittarit: Suomen malli otettu käyttöön 3–5 muussa maassa tai kv. elimessä. Kv. testauskäytäntöjen tiukentuminen.

Nollatoleranssi ja uskottavuus

Toimenpiteet:

- Ylläpidetään tiukkaa sanktiokäytäntöä (sakot, toimintakiellot) yhteistyössä SUEK ry:n kanssa.
- Vaaditaan kaikilta urheilijoilta ja valmentajilta sitoutuminen antidopingsopimukseen ja sääntöihin.

Mittarit:

Dopingrikkomusten määrä pysyy minimissä. 90 % jäsenistä luottaa SFU:n antidopingtyöhön.

Koulutusvelvoite

Tavoite: Jokainen lajin parissa toimiva ymmärtää vastuunsa.

Toimenpiteet:

- Vaaditaan "Puhtaasti paras" - verkkokoulutuksen suorittaminen kaikilta lisenssiurheilijoilta ja valmentajilta vuosittain.
- Vaaditaan Reilusti paras -verkkokoulutuksen suorittaminen tuomareilta ja tiimien vastuuhenkilöiltä.
- Järjestetään säännöllisesti antidoping-webinaareja ja infoja valmentajille.

Mittarit: 100 %

lisenssinhaltijoista on suorittanut vaaditut koulutukset. Valmentajien tietoisuus dopingaineiden ja lisäravinteiden riskeistä on korkealla tasolla.

Seuranta ja raportointi

Tämän ohjelman toteutumista seuraa SFU:n hallitus puolivuositain. Edistymisestä raportoidaan jäsenistölle vuosikokouksissa ja toimintakertomuksissa osana strategian seurantaa.

Puolivuositainen seuranta

Hallitus arvioi ohjelman edistymistä ja tekee tarvittavat korjausliikkeet.

1

Toimintakertomus

Vastuullisuusohjelman toteutuminen dokumentoidaan osana vuosittaista toimintakertomusta.

2

3

4

Vuosikokousraportointi

Jäsenistölle raportoidaan avoimesti tavoitteiden toteutumisesta ja mittareista.

Strategian päivitys

Ohjelmaa päivitetään tarpeen mukaan vastaamaan muuttuvia olosuhteita.



Läpinäkyvyys ja avoimuus: Kaikki seurantatiedot ja raportit ovat toimijoiden saatavilla, ja jäsenet voivat osallistua ohjelman kehittämiseen jatkuvasti.

Suomi on maailman vastuullisin ja menestynein fitnessurheilumaa

**Urheilijälähtöisyyden, valmennusosaamisen ja
puhtaan urheilun globaali edelläkävijä**

Vastuullisuusohjelma 2026–2030 luo pohjan kestäväälle menestykselle, jossa jokainen toimija – urheilija, valmentaja, hallinto ja kumppani – kantaa vastuunsa yhteisestä visiosta.