cetus

TOIMINTAKERTOMUS 2025–2026



PUHEENJOHTAJAN KATSAUS KAUTEEN 2025-2026

Kuten lukemalla tämä toimintakertomus selviää, Cetuksen kausi 2025-2026 oli toiminnallisesti ja urheilullisesti menestys. Cetus on seurana verraten nuori, mutta perustajaseurojemme paljon kauemmas ulottuvat perinteet ja päätös yhdistyä yhden logon alle velvoittavat meitä pyrkimykseen olla enemmän kuin osiemme summa ja haluun olla vielä kokoammekin suurempi. Esimerkkejä askeleistamme kauden aikana päätimme palkata taitouinnille päätoimisen päävalmentajan ja muutokset kilpauinnin huippuvaiheessa, joilla mahdollistetaan urheilijoille valmennus ja olosuhteet kunkin tavoitetasoa ja sitoutumisen astetta vastaten.

Cetuksen tulevaisuus näyttää hyvältä. Urheilullinen menestyksemme on kansallista huippua. Seuran henkilöstö on pätevää, osaavaa ja sitoutunutta. Jäsenmäärällä olemme Suomen suurimpia urheiluseuroja. Perustehtävämme - uimataidon opetus ja uintiurheilun edistäminen - ovat yhteiskunnallisesti arvostettuja, ja arvot, jotka määrittelevät cetuslaisuuden, ovat kestäviä. Seuran talous on hyvällä mallilla ja mahdollistaa pitkäjänteisen toiminnan kehittämisen.

Seuran hallitus on ottanut tärkeäksi ohjenuoraksi hillitä urheiluharrastuksen ja kilpaurheilun kustannusten nopeaa kasvua, jotta kaikki seuran uintilajit säilyisivät mahdollisimman monen lapsen, nuoren ja huipputasolle tähtäävän saavutettavissa. Kurssitoiminnan ja valmennuksen rinnalla tehtävä vapaaehtoistyö esimerkiksi kilpailujen järjestämisessä on tärkeä osa tätä tavoitetta. Olen myös iloisena huomannut kasvavan aktiivisuuden eri toimintaryhmien varainhankinnassa.

Yhteistyö Espoon kaupungin kanssa on jatkunut hienosti ja siitä isot kiitokset kaupungin henkilöstölle ja päättäjille. Cetus on ylpeä espoolaisuudestaan ja kaupunki on ylpeä Cetuksesta. Kaupungin ja seuran kumppanuus näkyi käytännön tasolla niin meille tärkeissä uimahallien vuorojen jakamisessa ja Espoonlahden ylläpidossa kansallisestikin tärkeänä kilpailukeskuksena kuin tukena uintiurheilutapahtumien järjestämisessä Espoossa. Isoksi onnistumiseksi aikakirjoihin merkitään muiden muassa Leppävaaran maauimalassa kesäkuussa ennätysyleisön edessä järjestetyt SM-uinnit.

Espoolaisille ja myös uinnille kansallisesti tärkeimmät odotukset kohdistuvat Espoonlahden uuteen uintiurheilukeskukseen, jonka valmistuminen siintää 2030-luvun alkupuoliskolla. Cetus on jo pitkää kertonut, että tarve on nimenomaan kansainväliset mittapuut täyttävälle uintiurheilukeskukselle, joka on enemmän kuin pelkkä uimahalli eikä kilpailija viihdekylpylöille.

Kannustan cetuslaisia vaikuttamaan hankkeen suunnitteluun puhumalla meille tärkeistä seikoista päättäjille ja antamalla mielipide hankkeen kaavoituksen osallistumis- ja arviointisuunnitelmasta.

Kiitos kaikille cetuslaisille mennestä kaudesta ja menestystä alkavalle kaudelle. Nähdään hallilla!

Kai Salminen
Puheenjohtaja
Cetus Espoo ry – Cetus Esbo rf



Kuva: Veera Jokinen

Sisällys

1 YLEISTÄ 5

1.1.1 Cetus saavutti kansallista ja kansainvälistä menestystä 6

1.1.2 Toimintaa ja henkilöstöä kehittämällä taitavia ja nopeita urheilijoita Cetukselle 7

1.1.3 Cetus tuki urheilijoitaan / jäseniään tavoitteiden saavuttamisessa 7

1.2 Talous 8

1.3 Hallinto ja henkilöstö 9

1.3.1 Koulutus 9

1.3.2 Viestintä ja markkinointi 10

1.3.3 Seuran vastuullisuutta kehitettiin 10

1.4 Yhteistyö eri toimijoiden kanssa 11

1.4.1 Espoon kaupunki 11

1.4.2 Oppilaitosyhteistyö 12

1.4.3 Muut yhteistyökumppanit 12

2 KILPAURHEILUTOIMINTA 13

2.1 KILPAUINTI 13

2.1.1 Tavoitteiden yleinen toteutuminen 13

2.1.2 Valmennuksen ja koulun yhdistäminen 14

2.1.3 Urheilukoulun toteutuminen 14

2.1.4 Parauinti 15

2.1.5 Masters 15

2.2 VESIPALLO 16

2.2.1 Tavoitteiden yleinen toteutuminen 17

2.3 Taitouinti 18

2.3.1 Tavoitteiden yleinen toteutuminen 18

2.4 Sukelluskerho 20

2.5 Seuran järjestämät kilpailut 21

22

3 VESILIIKUNTAPALVELUT 22

3.1 Tavoitteiden yleinen toteutuminen 22

3.2 Yhteistyö kaupungin kanssa 23

4 Jäsentoiminta 24

4.1 Jäsenvuoro 24

4.2 Tapahtumien järjestäminen 24

4.3 Urheilijaneuvosto....24
4.4 Kilpailutyöryhmät....24
LIITTEET.... 25

Cetus Espoo ry – Cetus Esbo rf

Y-tunnus 1937998-9

Espoonlahdenkuja 4, 02320 Espoo

www.cetus.fi

@cetusespoo

@cetuswaterpolo

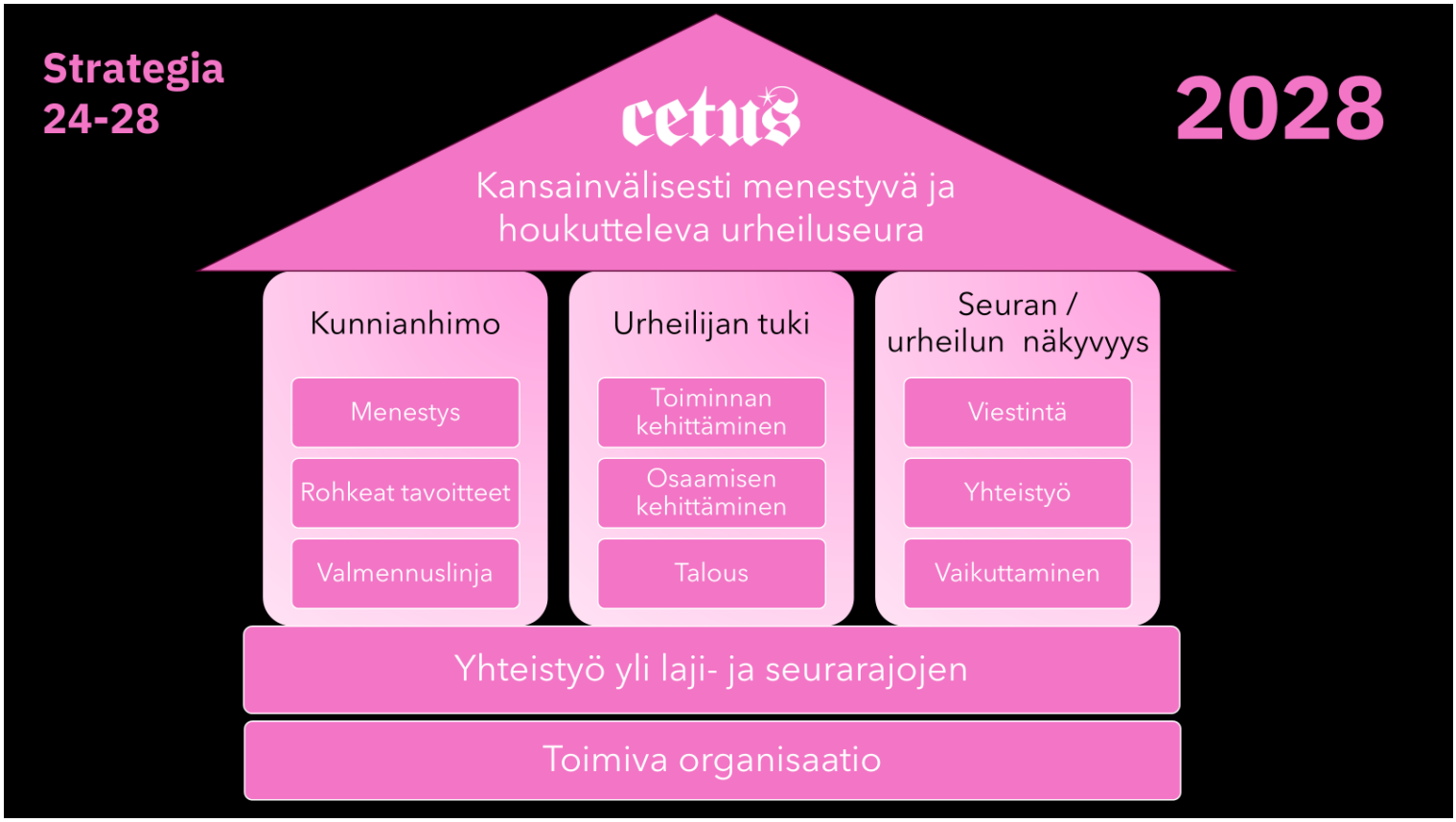
@ synchrocetus

@cetusdiveclub

1 YLEISTÄ

Seuran toimintakausi 2025-2026 oli kokonaisuudessaan onnistunut. Cetuksen tavoitteena oli saavuttaa kansallista ja kansainvälistä menestystä kaikissa toimintaohjelmassa olevissa uintiurheilulajeissa sekä olla houkutteleva urheiluseura.

Suunnitelmat pohjautuivat 2024 tehtyyn Cetuksen strategiaan.



Toimintasuunnitelma toteutui suunnitellusti, seuran talous kohentui ja saatiin nauttia urheilumenestyksestä. Seura saavutti Tähtiseura-merkit lasten ja nuorten urheilussa, aikuisliikunnassa ja huippu-uinnissa. Cetus valittiin Espoon Urheilugaalassa vuoden 2025 urheiluseuraksi. Uimaliitto palkitsi vuoden 2025 onnistujia Helsingin Olympiastadionilla järjestetyssä tilaisuudessa, jossa kolmelle Cetuslaiselle jaettiin palkinto: Aurora Alava vuoden vesipalloilijana, Iiris Nurmi vuoden taitouimarina yhdessä duopari Mari Moilalalle (Oulun Uinti) ja taitouintivalmentajalle Jasmin Grönmanille.

1.1.1 Cetus saavutti kansallista ja kansainvälistä menestystä

Urheilullisesti pärjäsimme loistavasti kaikissa toimintaohjelmassa olevissa uintiurheilulajeissa. Cetuksen urheilijat ja valmentajat osallistuivat kilpauinnissa, vesipallossa ja taitouinnissa sekä leiri- että kilpailutoimintaan kotimaassa ja ulkomailla.

Seura saavutti kesän kilpauinnin arvokisoissa pistekilpailuvoiton Rolloilla, IKM-kilpailussa 2. sijan, NSM-kisoissa 3. sijan ja SM-kisoissa 2.sijan. Cetuksen uimarit Fanny Teijonsalo ja Luukas Vainio olivat EM-edustajina kesän 2026 Pariisissa. Parauinnin EM-kilpailuissa Cetuksen uimari Anna Hontar edusti omaa kotimaataan Ukrainaa ja saavutti kisoissa yhteensä 6 mitalia.

Vesipallossa Cetus saavutti Suomen Cupin voiton, 14-18U sarjojen mestaruudet + miehet Suomen mestaruussarjassa hopealle. Rantavesipallossa tuli kultaa sekä miehissä, että naisissa. Suuri joukko Cetuslaisia edusti nuorten, naisten ja miesten maajoukkueissa osallistuen kansainvälisiin otteluihin. Challenger Cupissa Cetus nousi sijalle 58.

Taitouinnissa kausi 2025–2026 oli kilpailullisesti erittäin menestyksekäs. Cetus voitti kaikissa ikäsarjoissa (IKM, NSM, SM) Suomen taitouintiseuroista eniten mitaleja, ja oli näin ollen edeltävän kauden tapaan Suomen menestyksekkäin taitouintiseura. Kesän 2026 aikuisten Euroopan mestaruuskilpailuissa Cetuksen urheilija Iiris Nurmi edusti Suomea niin vapaalla soololla kuin teknisellä duolla yhdessä parinsa Mari Moilalan kanssa. Iiris lunasti soolollaan finaalipaikan ja sijoittui finaalissa 12:ksi.

Sukelluskerhon jäsenet saavuttivat hienoa menestystä. Vapaasukelluksen SM-kilpailuissa seuran jäsenet toivat kotiin useita mitaleja.



1.1.2 Toimintaa ja henkilöstöä kehittämällä taitavia ja nopeita urheilijoita Cetukselle

Cetuksen kurssi- ja valmennustoimintaa kehitettiin edelleen kaudella 2025-2026.

Seuralle myönnetyn Opetus- ja Kulttuuriministeriön seuratoiminnan kehittämistuella käynnistetty urheilukoulu-hanke otettiin osaksi valmennusjärjestelmää kilpauinnissa. Kurssitoiminnassa päivitettiin pienen altaan kurssien sisältöä keväällä 2026 yhdessä ohjaajien kanssa.

Kauden aikana toteutettiin kyselyitä sekä jäsenistölle että henkilöstölle, jonka perusteella pystyimme arvioimaan tyytyväisyyttä seuran toimintaa kohtaan. Kyselyiden avulla saimme paljon arvokasta tietoa, jolla lähteä kehittämään toimintaa tulevalle kaudelle.

Keväällä 2026 toteutimme yhteistyössä Haaga-Helian opiskelijan kanssa jäsentyytyväisyyskyselyn seuran jäsenille. Vastauksia kyselyyn saatiin 523kpl. Vahvuutemme oli ohjaajien ja valmentajien ammattitaito ja olosuhteet. Seuran järjestämään toimintaan oltiin yleisesti tyytyväisiä: toimintaan osallistuttiin mielellään, siellä opittiin uusia asioita ja kehityttiin, sekä turvallisuus oli otettu hyvin huomioon. Kehittämiskohteiksi nousi uusien ohjaajien perehdytys ja ryhmäkokojen arviointi.

Henkilöstölle suunnattiin työhyvinvointikysely, jonka perusteella seuran vahvuutena oli, että työilmapiirin koettiin hyväksi, työ oli innostavaa ja esihenkilöt koettiin luotettavina. Kehittämiskohteeksi nousi palautteen antaminen ja valmennustyössä erityisesti henkinen kuormitus.

1.1.3 Cetus tuki urheilijoitaan / jäseniään tavoitteiden saavuttamisessa

Cetus päätti perustaa uintiurheilun tukirahaston vähävaraisille urheilijoille, jossa tarkoituksena on jakaa taloudellista tukea kilpauinnin, taitouinnin ja vesipallon harrastamiseksi yhdistyksessä. Seura halusi luoda pysyvän ja läpinäkyvän järjestelyn tukivarojen keräämiseksi, säilyttämiseksi ja jakamiseksi seuran varsinaisen budjetin ulkopuolelle. Tukirahaston valmisteluun perustettiin johtokunta, joka laati toiminnalle raamit.

Kilpaurheilijoita tuettiin taloudellisesti joukkuekohtaisesti arvokisoihin lähteneitä, huippu-urheilun tukijärjestelmän kriteerit täyttäneitä urheilijoita, sekä tapauskohtaisesti tuen tarvitsijoita. Ryhmiä kannustettiin tekemään varainkeruuta, jolla saatiin esimerkiksi yhteisiä leirikustannuksia pienennettyä.



Seuran hallitus ja vapaaehtoiset osallistuivat aktiivisesti vaikuttamistyöhön, jolla saimme Espoonlahden uimahallin remontin uudestaan kaupungin valtuustoon käsittelyyn ja sen tuloksena hallille löydettiin uusi sijainti Espoonlahden uimahallin viereen.

Urheilijoille tarjottiin altailla tapahtuvan valmennuksen lisäksi psyykkistä valmennusta osana harjoittelua. Psyykkisen valmentajan ja fysioterapeutin vastaanotolle oli myös Cetuksen jäsenille omakustanteisesti. Valmentajille järjestettiin lisäkoulutusta psyykkiseen valmennukseen ja epäasiallisen käytökseen puuttumisessa.

1.2 Talous

Talouden perustana ovat seuran järjestämät vesiliikuntapalvelut sekä kilpaurheilun valmennusmaksut. Kauden 2025-2026 aikana saimme taloutta vakautettua tuloksen ollessa ylijäämäinen. Toimintakauden tulos oli 77 188€ ylijäämäinen.

Kauden haasteena oli Keski-Espoon uimahallin peruskorjauksen valmistuminen kesken syyskauden, jonka jälkeen jäsenet ei löytäneet kurssien pariin edeltävän kauden tapaan.

Kilpaurheilussa säästyi suunnitelluissa kuluissa ja näin ollen harjoitusmaksuissa pystyttiin antamaan 50 % alennus viimeisestä osasta valmennusmaksua (osa4/4).

Seura sai avustuksia Espoon kaupungilta yhteensä n. 100 000€, muun muassa toiminta-avustuksen, koulutusavustuksien ja urheilijastipendien muodossa.

1.3 Hallinto ja henkilöstö

Seuran hallitukseen valittiin puheenjohtaja ja kuusi jäsentä kolmen vuoden toimintakaudeksi (ks. seuran hallitus, liite 1) seuran sääntömääräisessä kokouksessa marraskuussa 2025. Hallitus kokoontui toimintakauden aikana 11 kertaa.

Seuran palveluksessa oli toimintakauden aikana kuukausittain keskimäärin 120 henkilöä. Päätoimisia työntekijöitä oli 13 henkilöä. Cetuksella kävi useita opiskelijoita harjoitteluissa, muun muassa TET-harjoittelussa ja liikunnanohjaajaharjoittelussa. OP:n kesätuella työllistimme kaksi 15-17v nuorta kahden viikon leiriavustajan kesätyöhön.

1.3.1 Koulutus

Henkilöstön ja vapaaehtoisten osaamista ja toiminnan rakenteita kehitettiin aikaisempien vuosien tapaan. Seura järjesti kauden aikana sekä sisäisiä että ulkoisia koulutuksia henkilöstölle, vapaaehtoisille, urheilijoille sekä heidän perheilleen, jotta voimme tarjota laadukasta valmennusta ja urheilutoimintaa sekä uinnin opetusta Espoossa.

Seuran valmentajille ja ohjaajille järjestettiin kauden alussa syksyllä, keväällä ja kesällä koulutustilaisuudet, jossa käytiin turvallisuuteen liittyviä ohjeistuksia, ajankohtaisia asioita ja ohjeistuksia läpi.

Valmentajat ja ohjaajat osallistuivat Uimaliiton, ESLUn ja Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliiton kursseille.

Vesipallossa valmennusosaamisen kehittämistä varten haettiin Erasmus+-hankkeen kautta rahoitusta, joka seuralle myönnettiin.

Vuoden aikana vanhemmille ja muille vapaaehtoisille järjestettiin muun muassa toimitsijakoulutusta Suomen Uimaliiton koulutusohjelman mukaisesti sekä vanhempainiltoja. Hätäensiapukoulutusta tarjottiin sekä henkilöstölle että vapaaehtoisille.

Kuva: Tytti Lauhava-Kääriäinen



1.3.2 Viestintä ja markkinointi

Viestintää toteutettiin monipuolisesti ja monikanavaisesti. Kauden aikana jalkautimme seuran viestintäsuunnitelmaa ja viestintäopasta. Viestintää saatiin edelleen kehitettyä päivittämällä seuran nettisivuja ja aktivoimalla seuran sosiaalisen median kanavia. Järjestimme vapaaehtoisille viestijöille tapaamisen ja teimme yhteistyötä urheilijoiden kanssa.

Jäsenistöä tiedotettiin pääasiassa Cetuksen omien verkkosivujen kautta, MyClubissa, Facebookissa ja Instagramissa. Seuran jäsenille lähetettiin kauden alussa jäsenkirjeet, jossa seuran toimintoja, henkilöstöä ja menestystä tuotiin esille.

Kilpaurheilun ryhmissä toimii joukkueen johtajana aktiiviset vanhemmat, jotka ylläpitivät ryhmän vanhemmille Whatsappissa. Vanhemmille järjestettiin vanhempainiltoja ja seurapäiviä kauden aikana kaksi kertaa, jotka toimivat yleiseen tiedottamiseen ja luennoitsijoita oli kutsuttu pitämään luentoa kiinnostavista aiheista. Cetuksen uintiurheilumenestys sai myös näkyvyyttä paikallismediassa (Länsiväylä).

Sosiaalisessa mediassa teimme markkinointiyhteistyötä Espoon kaupungin kanssa käyttämällä #espooliikkuu tunnistetta. Seuran eri toimijat käyttivät #onecetus -tunnistetta tuomalla esille yhteisöllisyyttä.



1.3.3 Seuran vastuullisuutta kehitettiin

Kauden 2025-2026 aikana seura kehitti vastuullisuutta muun muassa laatimalla toimintaohjeet epäasialliseen käytökseen puuttumisessa (liite 2), sekä tarjosi yhdenvertaisia mahdollisuuksia jäsenille osallistua seuran toimintaan. Noudatimme yhdenvertaisuussuunnitelmaamme (liite 3).

Kurssitarjonta oli laajaa ja huippu-urheilun lisäksi meillä oli mahdollista harrastaa myös matalammalla tasolla. Cetus järjesti yhdessä Espoon kaupungin kanssa monipuolista ilmaista ohjattua toimintaa. Espoon uimahalleissa sekä arkena että loma-aikoina.

Kurssitoimintaan ja kilpaurheilutoimintaan osallistuville annettiin vaihtuva seuravaruste, jolloin kaikilla osallistujilla on jokin yhdistävä Cetus-varuste.

Kauden aikana Cetus edisti erilaisin tukitoimin lasten ja nuoren yhdenvertaisia mahdollisuuksia harrastaa. Useampi vähävarainen kilpaurheilija osittain kauden harjoitusmaksusta, minkä lisäksi seura tarjosi uimakoulupaikkoja sitoutumattoman Hope ry:n kautta alkeisuimakouluihin sekä kesäleireille.

K-Supermarket Lippulaiva aloitti Cetuksen kanssa yhteistyön toukokuussa 2024, jonka tuottoja käytettiin vähävaraisten perheiden tukemiseen.

1.4 Yhteistyö eri toimijoiden kanssa

1.4.1 Espoon kaupunki

Seura teki tiivistä yhteistyötä Espoon kaupungin kanssa. Kaupunki tarjosi hienot olosuhteet toiminnan järjestämiseen Espoonlahden, Matinkylän, Keski-Espoon ja Leppävaaran uimahalleilla.

Seura järjesti yhteistyössä kaupungin kanssa uinnin opetusta ja tapahtumia, muun muassa iltapäiväkerhoja, Töpinät-tilaisuuksia, maksuttomia harrasteryhmiä yläkoululaisille ja uintikursseja liikunta- ja kehitysvammaisille. Cetus järjesti yhdessä Espoon kaupungin kanssa loma-aikoina kouluikäisille monipuolista ohjattua toimintaa Espoon uimahalleissa.

Seura oli sitoutunut markkinointiyhteistyöhön Espoon kaupungin kanssa. Seura käytti #espooliikkuu- tägiä tekemissään julkaisuissaan, osallistui Espoon kaupungin tapahtumiin ja Espoo liikkuu-logo oli tapahtumissa nähtävillä.

1.4.2 Oppilaitosyhteistyö

Cetus osallistui urheilijoiden koulutusyhteistyöhön URHEA:n ja koulujen kanssa. Seura teki tiivistä yhteistyötä muun muassa Omnian, Haukilahden lukion, Espoonlahden lukion ja Lauttasaaren yhteiskoulun yläkoulun kanssa. Seura tarjosi Lauttasaaren yhteiskoululle uintivalmennusta luokille 7.-9., joka tulee asteittain loppumaan vuoteen 2027 mennessä, kun uintiluokat lopetetaan.

1.4.3 Muut yhteistyökumppanit

- Espoon kaupunki: nuoriso-, liikunta- ja tilapalvelut
- Oppilaitokset ja päiväkodit: peruskoulu – toisen asteen koulutus – korkeakoulu
- Urheiluopistot: mm. Vierumäki, Pajulahti, Kuortane, ulkomaat
- Uimaliitto, SUH, Olympiakomitea, ESLU, SUEK, Urhea, Sukellusliitto ja AIDA
- Espoolaisten urheiluseurojen ja muiden uimaseurojen kanssa
- Reissuihin liittyvät firmat (bussit + majoitus)
- Media ja lehdistö
- Yhteistyökumppanit: K-Supermarket Lippulaiva, Varuste.net, Altaalle.com, Virpi Rajala tmi, Tea Uimonen tmi, Rantalainen, Integral, MyClub
- Hyväntekeväisyysjärjestöt: Pelastakaa Lapset, Hope Ry



2 KILPAURHEILUTOIMINTA

Cetuksen uintiurheilu käsittää kilpauinti-, vesipallo- ja taitouintitoiminnan. Cetuksen harrastetuin laji on kilpauinti. Seurassa oli lähes 400 kilpauimaria, joista noin kymmenen kilpaili kansainvälisellä tasolla. Vesipalloa pelasi noin 100 henkilöä kuudessa joukkueessa eri sarjoissa. Taitouinnin valmennusryhmiä oli 7, joissa taitouimareita oli noin 55. Vapaasukellusta harrasti 40, joista kansainvälisellä tasolla kilpaili 5.

2.1 KILPAUINTI

Cetuksen kilpauinnin tavoitteena oli auttaa espoolaisia uimareita saavuttamaan kansainvälinen huipputaso. Tavoitteen saavuttamiseksi kaikkiin Suomen Uimaliiton edustusjoukkueisiin oli tavoitteena saada useita Cetuksen uimareita, jotka osallistuvat kansainvälisiin arvokilpailuihin ja tavoittelevat niissä menestystä. Kotimaisissa arvokilpailuissa tavoitteena oli olla paras seura pistekilpailussa SM, NSM ja IKM-tasolla sekä osallistua Rollo-kilpailuihin suurimmalla joukkueella, joka saavuttaa mitalin kaikissa viesteissä.

2.1.1 Tavoitteiden yleinen toteutuminen

Kilpauinnin tavoitteet täyttyivät suunnitelman mukaan osittain toimintakaudella.

Syksyllä 2025 seura voitti pistekilpailun lyhyen radan IKM- sekä aikuisten SM-kilpailuissa. NSM-kilpailuissa saavutettiin 3.sija.

Cetuksen uimarit Severi Tammihovi ja Peppi Siirtola edustivat Suomea Reykjavikissa marraskuussa 2025 käydyissä PM-uinneissa. Fanny Teijonsalo, Roope Paatos ja Mihail Khanoukaev puolestaan edustivat lyhyen radan EM-uinneissa joulukuussa 2025 Puolan Lublinissa.

Seura voitti Rollo-uintien pistekilpailun ja saavutti mitalin 4/7 viestissä. IKM-kilpailuissa Cetus sijoittui toiseksi Uinti Turun viedessä voiton 18 pisteen erolla. NSM-kisoissa saavutettiin 3.

sija ja SM-kisoissa 2.sija. Cetuksen uimarit Fanny Teijonsalo ja Luukas Vainio olivat EM-edustajina kesän 2026 Pariisissa. Parauinnin EM-kilpailuissa Cetuksen uimari Anna Hontar edusti omaa kotimaataan Ukrainaa ja saavutti kisasta 5 henkilökohtaista mitalia sekä yhden viestimitalin.

Valmennusryhmien päätapahtumat toteutuivat suunnitellusti kaudella 2025–2026, muun muassa:

- Arvokilpailut Suomessa: SM/NSM-uinnit, IKM, Rollot
- Harjoitusleirit kotimaassa ja ulkomailla
- Arvokilpailut ulkomailla: PM-kilpailut
- SFI Stockholmin järjestämä Simkampen
- Cetus GP by Altaalle.com 6 osakilpailua

2.1.2 Valmennuksen ja koulun yhdistäminen

Kouluyhteistyötä jatkettiin edellisvuosien tapaan. Aamuharjoituksia järjestettiin arkisin yläkouluikäisille kahdesti viikossa ja toisella asteella opiskeleville viidesti viikossa Espoon uimahalleilla.

Cetus osallistui Lauttasaaren yhteiskoulun uintiluokkatoimintaan resursoimalla päätoimisen uintivalmentajan työaikaa luokkien valmennukseen noin 10 tuntia viikossa. Cetus on lupautunut hoitamaan uintiluokkien valmentamisen siihen asti, kunnes aloittaneet uintiluokat loppuvat vuonna 2027.

2.1.3 Urheilukoulun toteutuminen

Lapsuus- ja urheilullisuusvaiheessa keskityttiin liikuntataitojen oppimiseen ja monipuoliseen liikkumiseen. Opetus- ja kulttuuriministeriö myönsi Cetukselle seuratoiminnan kehittämistukea Urheilukoulu –hankkeeseen, jonka tavoitteena on tarjota lapsuus- ja urheilullisuusvaiheen uimareille innostavia kokemuksia eri urheilulajeista, harjoittaa erilaisia motorisia taitoja ja saada lapsista motivoituneita ja monipuolisia liikkujia. Kauden 2025-2026 aikana Urheilukoulu-yhteistyötä tehtiin Northern Starsin, Crossfit Kirkkonummen, Espoon verkkopalloseuran ja Tapiolan Sulan käyttämällä seuratoiminnan kehittämistukea ostamalla lajivalmennusta edellä mainituilta seuroilta.

Lisäksi seura jatkoi yhteistyötä OCR Factoryn kanssa tarjoamalla Rolloryhmäläisille mahdollisuuden osallistua omakustanteisesti OCR Factoryn järjestämiin kuivaharjoituksiin kerran viikossa.

2.1.4 Parauinti

Keväällä 2025 perustetun para-kilpaharrasteryhmän toiminta jatkui kaudella 2025-2026. Näin ollen Espoossa voi harjoitella 2 kertaa viikossa pararyhmässä. Parauimareille saatiin kilpauintiin uimarin polku, jossa jatkossa liikunta- ja kehitysvammaiset lapset voivat kursseilta siirtyä joko erityislasten harrasteryhmiin, kilpatason ryhmiin tai para-kilpaharrasteryhmään.

2.1.5 Masters

Cetuksen Masters-uintitoiminta tarjosi toimintakaudella hyvät mahdollisuudet aikuisurheiluun ja -kuntoiluun sekä kilpailemiseen. Onnistuimme ylläpitämään kauden aikana jäsenmäärää. Masterseilla oli syys- ja kevätkaudella harjoitusvuoroja 4 kertaa viikossa.

Avovesiuinnin SM-kilpailut järjestettiin Espoossa kesällä 2025 osana SM-viikkoa.

Tammikuussa järjestettiin perinteinen 10km-uinti, jossa useimmilla tavoitteena oli saavuttaa 10 kilometriä yhden treenin aikana. Tapahtumaan osallistui noin 20 uimaria.

Cetus mastersien pieni mutta energinen joukkue osallistui menestyksekkäästi avoimiin mastersien PM-kisoihin, jotka pidettiin Tallinnassa lyhyellä radalla. Joukkueessa uivat vanhat konkarit Timo Teponoja ja Kaarina Markkula sekä ensi kertaa kansainvälisissä kisoissa mukana olleet Tarja Arkio, Kati Teuri ja Jan Zapasnik.

Cetus sijoittui mitalitilastossa 18. 93:sta osallistuneesta joukkueesta. Kotiin tuomisina oli yhteensä 14 mitalia.





Kuvaaja: Timmy Cutugno

2.2 VESIPALLO

Seuran vesipallotoiminta tarjosi kiinnostuneille mahdollisuuden harrastaa vesipalloa oman tasonsa mukaan vesipallokoulusta aina maajoukkuetasolle asti. Jokaiselle nuorelle pyrittiin löytämään ryhmä, jossa vesipalloilija saa tasonsa mukaista ohjausta ja valmennusta. Seurassa oli joukkueet 12U-, 14U-, 16U- ja 18U- junioreille sekä miesten ja naisten joukkue. Lisäksi tarjolla oli myös vesipallon harrasteryhmä aikuisille. Vesipallon päätoimisena valmentajana toimi Nemanja Stevanovic.

Seuran valmennuksen tavoitteena on kasvattaa omat pelaajat junioreista aikuisikäisiksi saakka. Seuran tavoitteena oli vesipallossa voittaa Suomen mestaruus ja kehittää vesipallotoimintaa. Seuralla oli joukkue vesipallon 14U- ja 16U-junioreiden ikäkausimestaruussarjoissa, miesten ja naisten Divarisarjassa sekä 18U-junioreiden ja miesten SM-sarjoissa. Lisäksi Cetus osallistui 12U-juniorijoukkueella epävirallisiin turnauksiin.

2.2.1 Tavoitteiden yleinen toteutuminen

Kilpailullisesti kausi oli erittäin menestyksellinen. Cetuksen joukkueet voittivat mestaruuden kaikissa Uimaliiton järjestämissä nuorten virallisissa sarjoissa: 18U-junioreiden SM-sarja ja 16U- ja 14U-junioreiden ikäkausimestaruussarja. Miesten joukkue sijoittui SM-hopealle. Sekä naisten että miesten joukkue voitti rantavesipallon Suomen mestaruuden.

Miesten edustusjoukkue voitti seurajoukkueiden PM-turnauksen. Joukkue osallistui Nordic Waterpolo League -sarjaan.

European Aquatics Challenger Cupissa miesten joukkue saavutti 11. sijan ja European Aquaticsin miesten seurarankingissä Cetus nousi sijalle 56.

Naisten joukkue osallistui Nordic Waterpolo League -sarjaan. Seura jatkoi naisten ja tyttöjen vesipallotoiminnan yhteistyötä Kuhien ja Keravan Uimareiden kanssa.

U16-juniorit osallistuivat ikäluokkansa Nordic Water Polo League-sarjaan ja hankkivat arvokasta kansainvälistä pelikokemusta aina sarjan Final 8-turnauksessa saakka.

Seuran pelaajat edustivat maajoukkueissa kaikissa ikäluokissa ja osallistuivat muun muassa Espoonlahden kotihallissa pelattuun PM-turnaukseen, Portugalissa pelattuun miesten U20 Division 1 EM-turnaukseen.

Valmennusta kehitettiin järjestelmällisesti ja edistettiin Cetuksen omien valmentajien kouluttautumista.

Keväällä 2025 saimme tiedon Erasmus+-kehittämishankkeen myöntämisestä seuralle. Vesipallon valmentajat osallistuivat Erasmus-hankkeen tutustumiskäynneille Kroatiaan Jug Dubrovnikiin kauden 25-26 aikana.



(Kuva: Krister Majander)

2.3 Taitouinti

Seuran taitouintitoiminta tarjosi kiinnostuneille mahdollisuuden harrastaa taitouintia oman tasonsa ja tavoitteiden mukaisesti. Seuralla oli taitouinnissa 7 kilpailevaa joukkuetta: alle 12-vuotiaiden kilpaharrasteryhmä, alle 12-vuotiaiden edustusjoukkue, alle 15-vuotiaiden kilpajoukkue, alle 15-vuotiaiden edustusjoukkue, 15–18-vuotiaiden edustusjoukkue, yli 18-vuotiaiden edustusjoukkue sekä aikuisten kilpaharrasteryhmä. Taitouinnin lajivastaavana toimi Jasmin Grönman.

Cetuksen taitouintivalmennuksen tavoitteena oli tukea urheilijoita valitsemallaan urheilijanpolulla sekä tarjota edellytykset harjoitella kansainväliselle huipputasolle vaaditulla tavalla. Kotimaisissa arvokilpailuissa tavoitteena oli saavuttaa mitalisija SM, NSM ja IKM-tasolla kaikissa lajeissa (soolo, duo sekä joukkuekilpailu). Lisäksi tavoitteena oli sitouttaa nuoria valmentajia seuran toimintaan sekä tarjota mahdollisuuksia jatkaa lajin parissa oman aktiivisen urheilu-uran jälkeen muun muassa matalan kynnyksen aikuisten valmennusryhmissä, valmentajana tai tuomarina.

2.3.1 Tavoitteiden yleinen toteutuminen

Taitouinnin tavoitteet täyttyivät pääosin suunnitelman mukaisesti toimintakaudella.

Cetus voitti kaikissa ikäsarjoissa (IKM, NSM, SM) kaikista Suomen taitouintiseuroista eniten mitaleja, ja oli näin ollen jälleen Suomen menestyksekkäin taitouintiseura. Kesän 2026 aikuisten Euroopan mestaruuskilpailuihin valittiin yksi Cetuksen urheilija, joka osallistui kilpailuihin vapaalla soololla sekä teknisellä duolla. Duo sijoittui suorissa finaaleissa sijalle 17. Soolon osalta nähtiin suomalaisittain historiallinen suoritus, joka oikeutti alkukilpailussa

sijaan 11 sekä finaalissa sijalle 12. Kilpailuun osallistui Suomen Uimaliiton nimeämänä myös kaksi Cetuksen valmentajaa.

Valmennusryhmien päätapahtumat toteutuivat suunnitellusti kaudella 2025–2026:

- Arvokilpailut Suomessa: Teknisten taitojen mestaruuskilpailut, IKM, NSM/SM, PM-kilpailut
- Arvokilpailut ulkomailla: aikuisten EM-kilpailut
- Kotimaan harjoitusleirit (2 kpl)
- Kotimaan kilpailut (2 kpl) Cetuksen järjestäminä
- Ulkomaan harjoituskilpailu; 25. Primorje Synchro Cup, Kroatia

Urheilijoiden sekä valmentajien sitoutuneisuus toimintaan kauden aikana oli hyvällä tasolla. Suomen Uimaliitto valitsi Cetuksen valmentajan Jasmin Grönmanin vuoden 2025 taitouintivalmentajaksi ja Cetuksen duon (Iiris Nurmi & Mari Moilala) vuoden 2025 taitouimareiksi.





2.4 Sukelluskerho

Kauden aikana järjestettiin useampia intro-kursseja sekä AIDA2 koulutuksia jäsenmäärän kasvattamiseksi. Kurssien myötä kerhon toiminnan volyymia saatiin kasvatettua perehdyttäen lajin pariin uusia sukeltajia, joille tarjottiin tietotaidot turvalliseen vapaasukelluksen harjoitteluun.

Cetuksen sukelluskerho järjesti vapaasukelluksen SM-kilpailut Espoonlahden uimahallissa keväällä 2026. Kilpailuissa tehtiin sekä Suomen että Pohjoismaiden ennätyksiä, ja Cetuksen omat urheilijat ylsivät useaan mitalisijaan.

Hermanni Heimonen voitti miesten kokonaiskilpailun vakuuttavasti 308,7 pisteellä. Hän otti kultaa myös DNF-, DYNB- ja DYN-lajeissa sekä hopeaa staattisessa hengityksessä (STA). Rasmus Werling täydensi Cetuksen menestystä miesten sarjassa kahdella hopealla (DNF ja DYN) ja STA-lajin voitolla, mikä toi hänelle kokonaiskilpailun hopeasijan.

Naisten puolella Iiris Ala-Olla toi Cetukselle vahvaa näkyvyyttä. Hän nappasi pronssia DNF- ja DYN-lajeissa sekä kultaa STA:ssa hienolla ajalla 7:35. Ala-Olla sijoittui myös kokonaiskilpailussa kolmanneksi.



2.5 Seuran järjestämät kilpailut

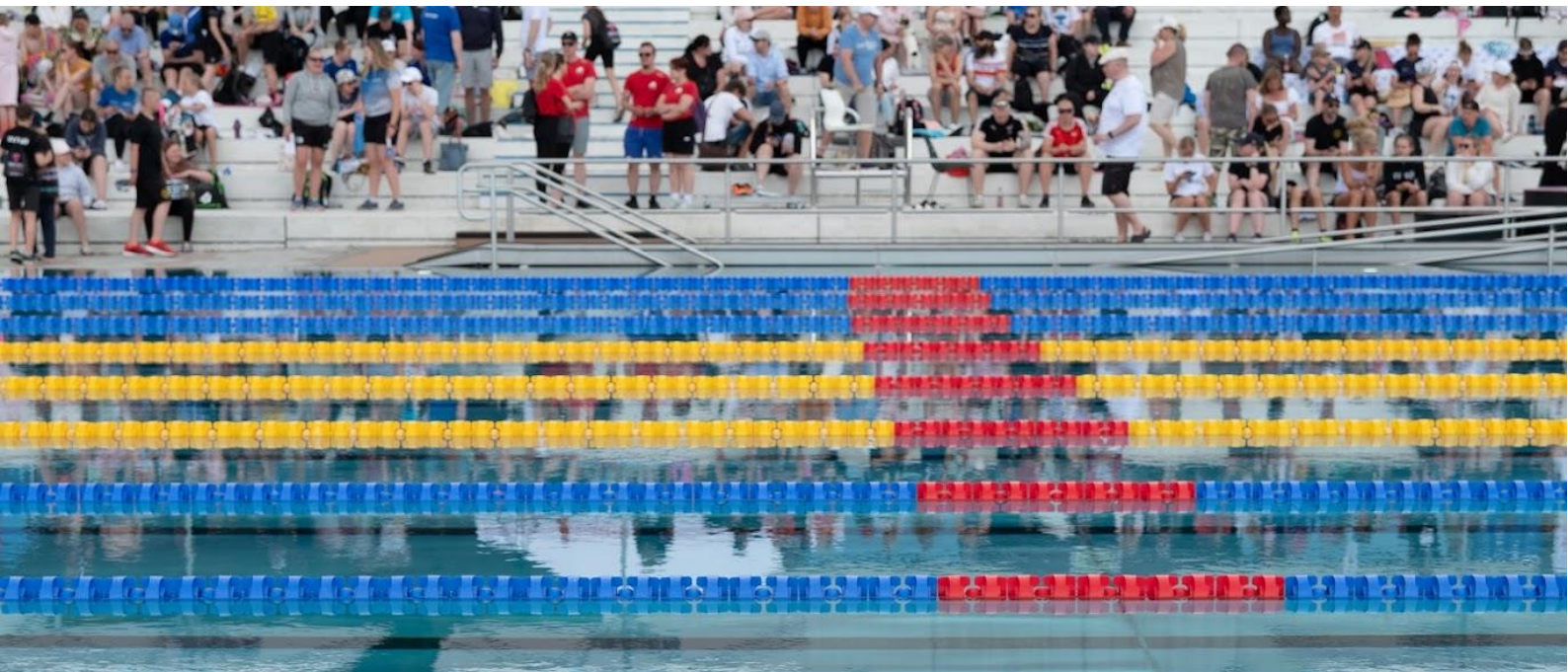
Cetuksen uintikilpailut ja vesipallo-ottelut järjestettiin Espoonlahden uimahallissa normaalisti. Hallin peruskorjaus tai korvaaminen kokonaan uudella uimahallilla siirtyi näillä näkymin muutaman vuoden päähän tulevaisuuteen. Tämä antoi mahdollisuuden jatkaa kilpailutoimintaa normaalisti koko kauden ajan.

Kilpauinnissa kauden päätapahtumia olivat Uimaliiton SM-uinnit kesäkuussa 2026. Näiden lisäksi seura järjesti IKM-aluekilpailut, neljät avoimet kansalliset uintikilpailut ja masters-uimareille suunnatut Viriilit Vinstat sekä kymmenen seuran sisäistä GP- tai time trial-kilpailua.

Kilpailujen järjestämiseen osallistui kauden aikana yli 200 vapaaehtoista, jotka tekivät yhteensä lähes 1500 toimitsijavuoroa. Uusille toimitsijoille järjestettiin 2-luokan toimitsijakoulutusta ja I-luokan tuomarikoulutusta. Lisäksi seuran vapaaehtoisia osallistui Uimaliiton järjestämiin etäkoulutuksiin.

Vesipallossa pelattiin kymmeniä vesipallon sarjaotteluita Espoonlahdessa. Cetus järjesti joulukuussa 2025 Vesipeto-turnauksen ja keväällä 2026 kansainvälisen Nordic Water Polo League U16 -turnauksen.

Taitouinnin osalta järjestettiin kahdet kilpailut Leppävaaran uimahallissa: maaliskuussa Cetus Gamesit sekä toukokuussa Cetus Cup.





3 VESILIIKUNTAPALVELUT

Kauden aikana viikoittain käynnissä oli noin 400 erilaista vesiliikunnan kurssia, joihin osallistui lähes 5000 kurssilaista syys- ja kevätkautena. Vuositasolla uimakoulu- ja leiritoiminnassa sekä kesäleireillä on ollut mukana yli 10 000 osallistujaa. Kurssitoiminnan lisäksi myynnissä oli koko kauden myös yksityistunteja, joiden avulla pystyimme tarjoamaan jäsenten toiveiden ja tarpeiden mukaista uinninopetusta.

3.1 Tavoitteiden yleinen toteutuminen

Olosuhteiden korjaustoimenpiteet aiheuttivat epävarmuutta kauden aikana. Keski-Espoon uimahallin peruskorjaus kesti 31.10.2025 asti, jonka jälkeen käynnistettyihin uimatunteihin ei onnistuttu houkuttelemaan jäseniä kesken kauden. Muu kurssimyynti oli muuten onnistunutta. Kesällä järjestimme uimakouluja ja leiritoimintaa Leppävaaran, Matinkylän ja Keski-Espoon uimahalleissa. Leppävaara oli auki poikkeuksellisesti koko kesän, ja loppukesän uimakoulut sekä leirit toteutuivat hyvin.

Oman kurssitoiminnan lisäksi tarjoisimme toimintavuoden aikana päiväkotiuinteja viskareille ja eskareille, 5-6 -luokkien vesipelastustunteja ja uimaopetusta ruotsinkieliselle Iceharts ryhmälle.

Toimintakausi päästiin aloittamaan hyvällä ohjaajatilanteella. Tilanne jatkui suhteellisen hyvänä koko kauden, vaikka vaihtuvuutta ohjaajissa oli opiskelusiirtojen tai asevelvollisuuden suorittamisen takia. Kaikkiin alkaviin ryhmiin oli ohjaajat ja sijaisringissäkin oli hyvä määrä ohjaajia mukana. Kauden aikana kurssipuolen erilaisiin koulutuksiin (uimaopettaja, aikuisten tekniikka, soveltava uinti) osallistui kuusi kurssitoiminnan ohjaajaa.

Tammikuussa 2026 käynnistettiin pienen altaan uimakoulutoiminnan uudistus strategiamme mukaisesti. Tavoitteena oli selkeyttää lasten etenemistä uimakouluissa, päivittää uimakoulujen sisällöt vastaamaan uusia Suomen uimaopetus- ja hengenpelastusliiton suosituksia sekä sujuvoittaa erityisesti siirtymistä opetusaltaasta ison altaan ryhmiin. Kevään aikana uimakoulujen sisältöjä, tavoitteita ja etenemiskriteerejä uudistettiin yhdessä uimaopettajien kanssa. Erityistä huomiota kiinnitettiin Uimakoulu 3- tasoon, joka toimii jatkossa valmistavana vaiheena ennen isolle altaalle siirtymistä. Uudistuksen tueksi laadittiin yhtenäiset opetussisällöt sekä osaamisen arviointikriteerit ja uimaopettajia koulutettiin uuden toimintamallin käyttöönottoon. Kesällä 2026 uutta Uimakoulu 3- konseptia pilotoitiin tiiviskursseilla. Pilotista ja uimaopettajilta saadun palautteen perusteella toimintamallia viimeisteltiin. Uudistetut uimakoulusisällöt ja etenemisen kriteerit otetaan kokonaisuudessaan käyttöön kaudelle 2026-2027

3.2 Yhteistyö kaupungin kanssa

Yhteistyö Espoon kaupungin kanssa jatkui aiempien vuosien tapaan hyvässä yhteistyössä. Seuran ohjaajia osallistui seuraaviin aktiviteetteihin ja toimintoihin:

- 30.8 nuorten maauimalan allasbileet
- soveltavan uinnin ryhmissä tiistaisin Leppävaarassa ja torstaisin Matinkylässä koko kauden.
- tarjoamalla keskiviikkoisin maksutonta yläkoulujen toimintaa Leppävaarassa ja Matinkylässä.
  Maksuttomia Wau-kerhoja oli 10 kpl / vko koulujen toimintakaudelle.
- järjestämällä kerran kuukaudessa Keski-Espoon uimahallilla perheille ”Töpinät”
- Yhteistyöuimakouluja jatkettiin ma-pe viikkoryhmissä
- keväällä 2026 tyttöjen ja naisten uimakoulujen ohjaukseen
- talvilomalla uimataidottomien uintikokeiluja kaikissa halleissa
- järjestämällä kesällä tuleville ekaluokkalaisille uinnin kokeilukertoja Leppävaaran ja Espoonlahden hallissa. Ryhmin osallistui noin 700 tulevaa ekaluokkalaista.



4 Jäsentoiminta

4.1 Jäsenvuoro

Jäsenillä oli mahdollisuus uida seuran jäsenvuoroilla (kts. jäsenvuoroajat liite 4). Jäsenvuoroilla oli käytössä aina vähintään yksi rata ja toimintaa leimasi vahva perhekeskeisyys. Monet vanhemmat hakeutuvat jäseneksi, koska joku muu perheenjäsenistä osallistui seuran järjestämille kursseille. Viikonlopun jäsenvuorot olivat jälleen perheiden suosiossa Espoonlahden uimahallissa. Uintivuoron lisäksi jäsenillä oli mahdollisuus hyödyntää uimahallien kuntosaleja seuravuorojen aikana Espoonlahdessa.

4.2 Tapahtumien järjestäminen

Cetus järjesti kilpaurheilun seurapäivän kauden alussa, sekä elokuussa että tammikuussa. Elokuun yhteisellä kaudenaloituksella Leppävaaran urheilustadiolla vanhemmille järjestettiin infotilaisuus, urheilijoille yhteishenkeä nostattavaa kisailua stadionilla ja palkitsemistilaisuus. Tammikuussa järjestimme seurapäivän Espoonlahden uimahallilla.

4.3 Urheilijaneuvosto

Urheilijaneuvosto (liite5) toimii kilpaurheilijoiden ja seuran hallinnon välisenä yhdyssiteenä sekä urheilijoiden edunvalvojana. Urheilijaneuvosto toi urheilijan näkökulmaa ja aloitteita hallitukselle. Urheilijaneuvoston aloitteesta psyykkinen valmennus otettiin osaksi valmennusta.

4.4 Kilpailutyöryhmät

Seurassa toimii aktiiviset työryhmät kilpailuiden ja turnausten järjestämiseen. Työryhmät koostuvat nykyisten ja entisten urheilijoiden vanhemmista, joilla on vahva halu järjestää laadukkaita urheilukilpailuita Espoossa. Tämän lisäksi seurassa toimi kilpaurheilijoiden vanhempia toimitsija-/tuomaritehtävissä ja koulutettiin uusia tehtäviin. Kilpailuissa käytetyn laitteiston ja varusteiden osalta käytiin aktiivista vuoropuhelua Espoon kaupungin liikunnan kanssa ja näin ollen saimme kaikki toimintasuunnitelmassa olleet kilpailutapahtumat järjestettyä onnistuneesti.

LIITTEET

LIITE 1

Cetus Espoo ry:n hallitus vuonna 2025

Puheenjohtaja Kalle Rasinmäki

Jäsenet: Sirpa Väyrynen, Anu Sormunen, Marjokaisa Ryhänen, Kai Salminen, Sami Rintamäki, Tuomas Kiviluoma

Cetus Espoo ry:n hallitus vuonna 2026

Puheenjohtaja Kai Salminen

Jäsenet: Antti Snellman, Anu Puuperä Enroth, Marjokaisa Ryhänen, Sami Rintamäki, Jenni Pirinen, Tuomas Kiviluoma

LIITE 2

Epäasialliseen käytökseen puuttuminen Cetuksessa

https://www.cetus.fi/seura/me-olemme-cetus/yhteiset-toimintatapamme/turvallinen-toimintaymparisto/

LIITE 3

Yhdenvertaisuussuunnitelma
https://www.cetus.fi/site/assets/files/1934/yhdenvertaisuussuunnitelma_2025_pdf.pdf

LIITE 4

Seuran jäsenvuoroajat 2025-2026:

ESPOONLAHDEN UIMAHALLI:
Sunnuntai klo 8:30–10:45 uinti + kuntosali

Cetuksen jäsenille on varattu seuravuoroilla 1–2 rataa.

LIITE 5

Urheilijaneuvosto

Kilpauinnin edustajat Tommi Mosconi (pj), Lotta Martikainen, Boris Minkovski

Vesipallon edustajat Alexander Angelov ja Aurora Alava

Taitouinnin edustaja Iiris Nurmi