



Vaalitoimikunta ehdottaa seuraavia henkilöitä Friskis&Svettis Helsinki ry:n syyskokoukselle valittavaksi seuran hallitukseen vuodelle 2023:

Puheenjohtajaksi – Susanna Ahonen

Varapuheenjohtajaksi – Jussi Mikkola (uusi)

Sihteeriksi – Sanna Savolainen (uusi)

Taloudenhoitajaksi – Pirkko Kaartinen

Jäseneksi – Jaana Eloranta (uusi)

Jäseneksi - Liisa Kemppainen (uusi)

Jäseneksi – Inka Lehto (uusi)

.....

Puheenjohtaja Susanna Ahonen

Suski on heilunut Friskis-porukoissa ensimmäisen kerran jo 90-luvun puolivälissä, mutta todellinen rakkaus syntyi Luxemburgissa, jossa hän asui 2008-2017. Suski valmistui Sportti-ohjaajaksi vuonna 2013, Barbell-lisenssin hän sai vuonna 2015. Luxin-vuosinaan Suski toimi seurassa ensin järkkärinä, sitten hallituksessa ja ohjaajana, ja lopulta myös seuran puheenjohtajana siihen saakka, kunnes heinäkuussa 2017 perhe muutti takaisin Suomeen, ja Suski toi Barbell-tunnit ja itsensä Helsingin Friskikseen. Suski haluaa tuoda hallitukseen innostusta, iloa ja uutta pöhinää.

Varapuheenjohtaja Jussi Mikkola

Jussi on aloittanut Friskis-uransa 25 vuotta sitten. Ensin mukana perustamassa Hyvä FiiliS -lehteä ja myöhemmin erinäisissä hommissa. Seuran hallituksessa ensimmäisen kerran Kaitsun ollessa puheenjohtaja ja sen jälkeen useamman kerran. Aikoinaan seuran lehdessä monet kuvat olivat Jussin ottamia ja edelleen kuvia löytyy silloin tällöin eri tilaisuuksista. Usein myös mukana roudailemassa tavaroita.

Sihteeri Sanna Savolainen

Sanna on ollut mukana Friskiksen toiminnassa palloiluhallin vakiojärkkärinä vuodesta 2015. Järkkäröinnin lisäksi tutuksi on tullut järkkäritoimikunnassa työskentely sekä vaalitoimikunnan jäsenenä toimiminen. Friskis on tuonut paljon uusia ystäviä ja rikastuttaa kaikin puolin elämää - parhaassa seurassa on hyvä olla.

Taloudenhoitaja Pirkko Kaartinen

Vapaaehtoistoiminta, monipuolinen liikuntatarjonta ja innostava seura ovat arvoja, jotka saivat Pirkon liittymään Friskikseen 1990-luvun puolivälissä. Pirkko on toiminut aiemmin seuran hallituksessa taloudenhoitajana vuosina 2016 – 2018 ja uudelleen vuoden 2022 alusta. Haagan pelastusaseman järkkärinä hän aloitti vuonna 2019. Vapaaehtoistoiminnan messuilla Pirkko oli järjestämässä Friskiksen esittelyä vuosina 2017, -18 ja -19. Pirkko oli mukana Oma Sali -työryhmässä, Hermannin tilaremontin suunnittelussa ja valvonnassa.

Ajatus lähteä liikkeelle oman kunnon mukaan omannäköisenä ja -ikäisenä houkuttelee edelleen. Friskiksen liikuntatunnit ovat hyväntuulinen sosiaalinen tapahtuma, mielen ja kehon stressinpoistolääke.

Jaana Eloranta

Jaana löysi Friskiksen Haagan kesäjummat n. vuonna 2010. Monipuolista tarjontaa piti kokeilla jumpaten, juosten, patikoiden ja tanssien. Friskiksen ystävällinen ilmapiiri teki helpoksi tulla tunneille omana itsenään ja sai jäämään aktiiviseksi jäseneksi. Friskis on tuonut iloa ja uusia ystäviä, joiden kanssa on koettu jumpat, juhlat ja muut tapahtumat.

Liisa Kempainen

Liisa on Friskiksen paluumuuttaja. Hän liittyi seuraan heti ensimmäisinä toimintavuosina 1990-luvun alussa ja jäi iloiseen ja tehokkaaseen liikuntaan heti koukkuun. Aluksi hän toimi järkkärinä ja kouluttautui sporttiohjaajaksi vuosina 1997-98. Vuosia Liisa ohjasi sporttia, sykesporttia ja ki-balansia ja toimi aktiivisessa porukassa mukana. Hän teki myös Friskiksen markkinointimateriaaleja. Nyt on aika taas jatkaa aktiivista toimintaa hyvän seuran parhaaksi.

Inka Lehto

Inka löysi Friskiksen lukioikäisenä 20 vuotta sitten. Friskiksen erilaiset tunnit, ideologia ja tunnelma veivät alusta alkaen tuolloin aerobic-ohjaajana toisessa seurassa toimineen Inkan mukanaan, ja vuonna 2005 hän valmistui sporttiohjaajaksi. Sportin lisäksi Inka on ohjannut Ki-jumppaa ja Power houria, mutta tällä hetkellä hän on yksi tanssiohjaajista Tanssi explode -tunnillaan. Friskis on antanut vuosien aikana Inkalle niin paljon pysyvyyttä ja hyvää, että hän pyrkii hallitustyöskentelyllä antamaan aktiivisesti seuralle takaisinkin.