



LIITON TOIMINTASÄÄNNÖT (13.6.2020)

Liiton nimi, kotipaikka ja tarkoitus

1 § Liiton nimi on Suomen Painonnostoliitto SPNL ry, ruotsiksi Finska Tyngdlyftningförbundet rf. Liiton virallinen kieli on suomi. Liiton kotipaikka on Helsinki. Liitto on perustettu vuonna 1934.

2 § Liiton tarkoituksena on edistää ja kehittää painonnostoa, kahvakuularheilua ja toiminnallista urheilua sekä toimia painonnoston, kahvakuularheilun ja toiminnallisen urheilun alalla toimivien seurojen valtakunnallisena liittona. Liiton toiminnan perustana ovat suomalaisen liikunnan ja urheilun eettiset [Reilun Pelin](#) periaatteet ja [yhdenvertaisuuden](#) edistäminen.

3 § Edellisessä pykälässä mainittua tarkoitustaan liitto pyrkii toteuttamaan:

- 1) Tekemällä neuvonta-, koulutus- ja valmennustyötä.
- 2) Myötävaikuttamalla painonnostoa ja kahvakuularheilua harrastavien seurojen perustamiseen ja jäsenseurojen toiminnan tehostamiseen.
- 3) Edistämällä ja valvomalla jäsenseurojen ja niiden jäsenten kilpailutoimintaa Suomessa ja ulkomailla, sekä tarpeen tullen itse toimeenpanemalla kilpailuja ja juhlia.
- 4) Tehostamalla luvallisin keinoin liiton ja jäsenseurojen toimintaa doping-vapaan urheilun periaatteita noudattaen.
- 5) Laatimalla ja vahvistamalla alansa kilpailu-, merkki- ja mestaruussäännöt, valvomalla edustussääntöjen noudattamista sekä ratkaisemalla niitä koskevat rikkomukset ja ristiriitaisuudet. Mikäli ristiriitaisuudet johtavat valitusmenettelyyn, noudatetaan [urheilun oikeusturvalautakunnan](#) sääntöjä ja päätöksiä.
- 6) Edustamalla liittoa ja valvomalla suomalaisen painonnoston, kahvakuularheilun ja toiminnallisen urheilun etuja ulkomailla.
- 7) Edustamalla jäsenliittona Kansainvälistä Painonnostoliittoa ([IWF](#)) Suomessa sekä valvomalla sen sääntöjen ja määräysten noudattamista.
- 8) Liitto voi julkaista alaansa liittyviä lehtiä sekä kirjallisuutta, omistaa kiinteistöjä, hankkia ja myydä voittoa tavoittelematta urheilu- ja toimintavälineitä sekä toimintansa tukemiseksi toimeenpanna asianmukaisella luvalla rahankeräyksiä ja arpajaisia sekä vastaanottaa testamentteja ja lahjoituksia.

4 § Liitto kuuluu jäsenenä Suomen Olympiakomitea ry:een, josta jäljempänä käytetään nimitystä [Olympiakomitea](#). Liitto voi päättää Olympiakomiteasta eroamisesta liittokokouksessa, jos päätöstä kannattaa vähintään 3/4 kokouksessa edustetusta äänimäärästä ja seuraava liittokokous vähintään 3/4 äänten enemmistöllä vahvistaa päätöksen. Liitto voi sopia yhteistoiminnasta muiden liikunta-alalla toimivien liittojen ja yhtymien kanssa ja liittyä jäseneksi yhteisiin järjestöihin.

Liiton jäsenet

5 § Liiton jäseneksi voi päästä 2 §:ssä mainitut ehdot täyttävä seura, joka jättää liittojohtokunnalle kirjallisen jäsenanomuksen sekä todistuksen siitä, että seura on ilmoitettu yhdistysrekisteriin, ja samalla ilmoituksen seuran jäsenmäärän suuruudesta. Liitosta eroaminen tapahtuu niin ikään liittojohtokunnalle tai sen puheenjohtajalle jätetyllä kirjallisella ilmoituksella tai ilmoittamalla erosta liittokokouksessa. Eroamisen katsotaan tapahtuvan liiton toimintavuoden päättyessä. Liittoon jäseneksi ottamisesta ja eroamisesta päättää liittojohtokunta.



6 § Liitto voi periä jäsenseuroiltaan jäsenmaksua sekä palvelumaksuja liiton palvelujen käyttämisestä. Liiton syyskokous päättää vuosittain jäsen- ja palvelumaksusta ja niiden suuruudesta.

7 § Liiton jäsenseurojen tulee vuosittain tammikuun 31. päivään mennessä lähettää liitolle sen vaatimat tiedot edellisen vuoden toiminnasta ja ilmoitus seuran jäsenmäärästä liiton toimintavuoden viimeisenä päivänä.

8 § Liitto ja sen jäsenet sitoutuvat liikunnan ja urheilun yhteisiin vakavaa epäasiallista käyttäytymistä ja vakavia eettisiä rikkomuksia koskeviin kurinpitomääräyksiin ja urheiluyhteisön yhteisen eettisten rikkomusten kurinpitolautakunnan toimivaltaan ja sääntöihin sekä sen päätöksiin. Liiton jäsenet sitouttavat omat jäsenensä ja toiminnassaan mukana olevat henkilöt ja yhteisöt edellä mainittuihin kurinpitomääräyksiin ja kurinpitolautakunnan toimivaltaan, sääntöihin ja päätöksiin.

9 § Liittojohtokunta voi erottaa seuran liiton jäsenyydestä, ellei seura täytä näiden sääntöjen mukaan sille kuuluvia velvollisuuksia, noudata liiton sääntöjä ja liiton tekemiä päätöksiä tai jos seura muuten tahallisesti toimii liiton tarkoituksia vastaan. Päätös astuu voimaan heti ja katsotaan sen tulleen tiedoksi viisi (5) päivää sen jälkeen kun päätös on lähetetty sähköpostitse viimeksi liitolle ilmoitettuun osoitteeseen.

Erottamispäätöksestä voidaan kirjallisesti vedota liittokokoukseen. Vetoamiskirjelmä on lähetettävä liittojohtokunnalle kolmenkymmenen (30) vuorokauden kuluessa erottamispäätöksen tiedoksi annosta.

10 § Henkilöitä, jotka pitemmän aikaa ja merkittävässä määrin ovat toiminnallaan edistäneet liiton tarkoituksien toteuttamista, voidaan liiton liitto- tai ylimääräisen kokouksen päätöksellä kutsua liiton kunniapuheenjohtajaksi, kunniajäseneksi tai heille voidaan liittojohtokunnan päätöksellä antaa liiton ansiomerkki.

Liiton toimielimet

11 § Liiton ylintä päätösvaltaa käyttää liittokokous. Toimeenpanevana elimenä toimii liittojohtokunta.

Liittokokoukset

12 § Liiton ylintä päätösvaltaa käyttää liittokokous. Liittokokous kokoontuu sääntömääräisesti kaksi (2) kertaa vuodessa ja paikassa, jonka liittojohtokunta määrää. Liittojohtokunta voi päättää, että järjestön kokouksiin voidaan osallistua myös postitse taikka tietoliikenneyhteyden tai muun teknisen apuvälineen avulla kokouksen aikana tai ennen kokousta. Tällaisesta osallistumismahdollisuudesta on mainittava kokouskutsussa. Kevätkokous pidetään helmi-huhtikuussa. Syyskokous pidetään syys-joulukuussa.

Ylimääräisiä liittokokouksia voidaan pitää milloin edellinen kokous on niin päättänyt tai liittojohtokunta pitää sitä tarpeellisena, tai milloin vähintään 1/10 liiton äänioikeutetuista jäsenistä tai vähintään 15 jäsenseuraa sitä määrätyn asian käsittelemistä varten kirjallisesti vaatii.

Liittokokouksissa käsiteltäviksi tarkoitetut jäsenseurojen esitykset on lähetettävä kirjallisesti tai sähköpostitse Painonnostoliittoon viimeistään kaksi (2) viikkoa ennen kokousta.

13 § Liiton kevätkokouksessa

- 1) valitaan kokoukselle puheenjohtaja
- 2) todetaan kokouksen laillisuus ja päätösvaltaisuus
- 3) valitaan kokoukselle sihteeri, pöytäkirjan tarkastajat sekä ääntenlaskijat
- 4) todetaan kokouksen osanottajat ja äänimäärät
- 5) käsitellään liittojohtokunnan esittämä kertomus liiton edellisen vuoden toiminnasta



6) hyväksytään liiton tilikertomus edelliseltä vuodelta ja tilintarkastajan ja toiminnantarkastajan siitä antamat lausunnot sekä vahvistetaan tilinpäätös.

7) päätetään vastuuvapauden myöntämisestä liittojohtokunnalle ja muille tilivelvollisille

8) käsitellään muut kokouksessa käsiteltävien asioiden luettelossa mainitut asiat

9) käsitellään kokouksen niin päättäessä myös asialuettelon ulkopuolella olevia asioita, ei kuitenkaan sellaisia, joista mainitaan [yhdistyslain 23 §:ssä](#).

14 § Liiton syyskokouksessa

1) valitaan kokoukselle puheenjohtaja

2) todetaan kokouksen laillisuus ja päätösvaltaisuus

3) valitaan kokoukselle sihteeri, pöytäkirjan tarkastajat sekä ääntenlaskijat

4) todetaan kokouksen osanottajat ja äänimäärät

5) päätetään liittojohtokunnan jäsenille ja tilintarkastajille mahdollisesti maksettavien palkkioiden suuruudesta seuraavalle vuodelle

6) valitaan tilintarkastaja ja toiminnantarkastaja ja heille varahenkilöt seuraamaan ja tarkastamaan seuraavan vuoden tilejä ja hallintoa

7) hyväksytään ja vahvistetaan liittojohtokunnan esittämä seuraavan vuoden toimintasuunnitelma, päätetään jäsen- ja palvelumaksujen suuruudesta sekä hyväksytään talousarvio

8) joka toinen vuosi valitaan liittojohtokunnan puheenjohtaja seuraavaa kahta (2) toimintavuotta varten

9) valitaan liittojohtokunnan muut jäsenet seuraavaa kahta (2) toimintavuotta varten erovuoroisten tilalle sekä varajäsenet vuodeksi kerrallaan

10) päätetään liiton edustajista koskien muita yhteisöjä ja järjestöjä sekä heidän matka- ja kokouskulujen korvausperusteista

11) vahvistetaan toimintakilpailun laskentaperusteet seuraavaksi toimintavuodeksi

12) käsitellään muut asialuettelossa mainitut asiat

13) käsitellään kokouksen niin päättäessä myös asialuettelon ulkopuolella olevia asioita, ei kuitenkaan sellaisia, joista mainitaan yhdistyslain 23 §:ssä.

15 § Liittokokous vahvistaa kansallista kilpailutoimintaa koskevat määräykset sekä seurasiirto, kunnia- ja ansiomerkki, edustus- ja seurajoukkuekilpailun säännöt.

16 § Liittokokouksissa on äänivalta liiton jäsenseuroilla, joilla on oikeus lähettää kokouksiin yksi (1) valtakirjalla äänioikeutettu edustaja sekä kolme (3) lisäedustajaa, joilla on vain puheoikeus.

Voidakseen käyttää äänioikeuttaan kokouksessa tulee jäsenseurojen ilmoittaa liitolle kokoukseen osallistuva äänioikeutettu edustaja sekä lisäedustajat kokouskutsussa mainittuun päivään mennessä.

Valtakirjassa tulee olla äänioikeutetun edustajan ja kolmen lisäedustajan nimet. Äänioikeutetun edustajan estyessä siirtyy äänioikeus lisäedustajalle.

Kokouksissa on kullakin liiton jäsenseuralla yksi (1) perusääni. Lisäksi seura voi saada viimeisten vahvistettujen toimintakilpailupisteiden perusteella enintään kahdeksan (8) lisääntä.



Mikään seura ei voi käyttää enempää kuin 1/5 kokouksessa läsnäolevista äänistä.

Kukin edustaja voi edustaa liiton kokouksissa vain yhtä seuraa.

17 § Liiton liitto- ja ylimääräiset kokoukset avaa liittojohtokunnan puheenjohtaja, minkä jälkeen kokoukselle valitaan puheenjohtaja ja sihteeri.

Kokouksessa ratkaistaan asiat yksinkertaisella äänten enemmistöllä, ellei näissä säännöissä ole jonkin asian ratkaisemista toisin määrätty.

Henkilövalinnoissa äänten mennessä tasan suoritetaan uusintäänestys ja mikäli äännet vieläkin menevät tasan, suoritetaan arpominen. Muissa asioissa äänten mennessä tasan suoritetaan suoraan arpominen.

18 § Liittokokouskutsu julkaistaan liiton virallisessa äänenkannattajassa tai lähetetään sähköpostitse liiton jäsenille vähintään neljä (4) viikkoa ennen kokousta.

Muut tiedonannot toimitetaan jäsenille aikamääräyksettä samalla tavalla kuuluttamalla.

Kokouksen esityslista julkaistaan tai lähetetään asianomaisille edellä mainitulla tavalla viimeistään viikko ennen kokousta.

Liittojohtokunta

19 § Liittoa edustaa sen lainmukaisena hallituksena liittojohtokunta, jonka muodostavat puheenjohtaja ja kuusi (6) jäsentä sekä kaksi varajäsentä. Kahvakuula- ja toiminnallisella urheilulla on molemmilla yksi (1) mahdollinen paikka liittojohtokunnassa. Edellyttäen, että syysliittokokouksessa kahvakuula- ja toiminnallinen urheilu ovat asettaneet ehdokkaita.

Puheenjohtaja valitaan joka toinen vuosi liiton syyskokouksessa kahdeksi (2) vuodeksi kerrallaan.

Liittojohtokunnan jäsenet valitaan liiton syyskokouksessa kahdeksi (2) vuodeksi kerrallaan siten, että puolet heistä (3) on joka vuosi erovuorossa. Varajäsenet syyskokous valitsee vuodeksi kerrallaan.

Puheenjohtajan ja liittojohtokunnan toimikaudet alkavat välittömästi syyskokouksen päätyttyä.

Liittojohtokunnassa tulee olla edustettuna molemmat sukupuolet edellyttäen, että syyskokouksessa on asetettu ehdokkaiksi molempien sukupuolten edustajia. Mikäli jäsenten vaalissa syntyisi tilanne, että liittojohtokuntaan tulisi valituksi vain toisen sukupuolen edustajia, vaikka ehdokkaina olisi sekä naisia että miehiä, ratkaistaan tilanne siten, että äänestyksessä eniten ääniä saanut vähemmistöä edustavan sukupuolen edustaja valitaan vähiten ääniä saaneen enemmistöä edustavan sukupuolen edustajan tilalle.

Liittojohtokunta valitsee vuodeksi kerrallaan keskuudestaan 1. varapuheenjohtajan ja 2. varapuheenjohtajan sekä johtokunnan ulkopuolelta sihteerin, jonka tulee olla liiton toimihenkilö.

Liittojohtokunta voi valita johtoryhmän, asiantuntijaryhmiä, toimikuntia ja työryhmiä joidenkin erikoisten asioiden valmistelemista tai hoitamista varten ja vahvistaa näille sitä varten ohjesäännöt sekä tarvittaessa delegoida näille soveltuvin osin 20 § kohtien 4-9 sisältämää päätösvaltaa.

Liittojohtokuntaan ei voida valita liiton palkattua henkilöstöä.

20 § Liittojohtokunta kokoontuu puheenjohtajansa tai varapuheenjohtajansa kutsusta.

Liittojohtokunta on päätösvaltainen, kun puheenjohtajan tai varapuheenjohtajan lisäksi vähintään kolme (3) jäsentä on saapuvilla. Puheenjohtaja tai varapuheenjohtaja kutsuu tarvittaessa varajäsenet paikalle päätösvaltaisuuuden varmistamiseksi.



Liittojohtokunnan käsittelemät asiat ratkaistaan yksinkertaisella äänten enemmistöllä. Jos äänet menevät tasan, voittaa se mielipide, johon puheenjohtaja on yhtynyt. Henkilövalinnoissa tasatulos ratkaistaan arpomalla.

21 § Liittojohtokunta toimii liiton toimeenpanevana elimenä hoitaen liiton asiat lain, näiden sääntöjen ja liiton kokousten päätösten mukaisesti. Liittojohtokunnan tulee mm.:

- 1) valvoa ja ohjata painonnoston, kahvakuularheilun ja toiminnallisen urheilun kehitystä maassamme liiton toimintasääntöjen 2-3 § hengen mukaisesti
- 2) hyväksyä ja erottaa liiton jäsenesurats, laatia liiton ja yhtymien väliset sopimukset ja esitellä ne liiton liittokokouksen hyväksyttäväksi
- 3) kutsua koolle liittokokoukset, valmistaa niille esitettävät asiat ja toimeenpanna niiden päätökset
- 4) hoitaa liiton omaisuutta ja pitää siitä sekä liiton tuloista ja menoista täydellistä kirjanpitoa sekä vastata toimintasuunnitelman ja vuosikertomuksen laatimisesta
- 5) myöntää SM-tason, kansallisten ja kansainvälisten kilpailujen järjestämisluvat ja tarvittaessa esitellä kilpailuja koskevat riitakysymykset liiton liittokokouksen ratkaistaviksi
- 6) myöntää osallistumisluvat ulkomaisiin kilpailuihin
- 7) laatia mestaruus-, merkki- ja kilpailusäännöt
- 8) ratkaista alansa kilpailukelpoisuus-, edustus- ja riitakysymykset
- 9) pitää sääntöjen määräämiä luetteloja
- 10) valita liiton edustajat ulkomaisiin kongresseihin
- 11) valita liiton edustajat Olympiakomitean kokouksiin
- 12) päättää liiton toimihenkilöiden palvelukseen ottamisesta ja erottamisesta sekä sopia heidän palkkauksestaan.

22 § Liiton nimen merkitsevät liittojohtokunnan puheenjohtaja yksin tai varapuheenjohtaja yhdessä henkilön/henkilöiden kanssa, jolle/joille liittojohtokunta on myöntänyt nimenkirjoitusoikeuden.

Piiri- ja aluetoiminta

23 § Suomen Painonnostoliiton piiri- ja aluetoiminta perustuvat soveltuvin osin SPNL [piirijakoon](#). Piirijaosta päättää liittojohtokunta.

Tilintarkastus

24 § Liiton tilivuosi on kalenterivuosi.

Liiton tilit jätetään liiton vuosikertomuksen, pöytäkirjojen ym. asiakirjojen seuraamina viimeistään kuukausi ennen kevätkokousta liiton tilintarkastajalle ja toiminnantarkastajalle, joiden tulee viimeistään kaksi viikkoa ennen liiton kevätkokousta jättää lausuntonsa liittojohtokunnalle.



Taloushallinto ja verotus

25 § Liiton kilpailutoimintaan osallistuva seura sitoutuu hoitamaan taloushallintonsa säädösten ja ohjeiden mukaisesti. Seuraa, joka jättää hoitamatta toiminnan ja urheilijoiden verotukseen liittyvät velvoitteet, rangaistaan liiton kulloinkin voimassa olevan [kurinpitösäännön](#) mukaisesti, pääsääntöisesti sulkemalla kilpailutoiminnasta vähintään yhdeksi kilpailukaudeksi.

Antidopingsäännöt ja dopingvalvonta

Epäillyissä dopingrikkomuksissa 1.1.2021 alkaen kurinpitovaltaa käyttää voimassa olevassa Suomen antidopingsäännöstössä mainittu kurinpitoelin.

26 § Liitto ja sen jäsenseurat sekä jäsenseurojen jäsenet sitoutuvat noudattamaan kulloinkin voimassa olevaa Suomen urheilun eettinen keskus SUEK ry:n vahvistamaa antidopingsäännöstöä ([Suomen antidopingsäännöstö](#)) sekä Kansainvälisen Painonnostoliiton ([IWF](#)) ja Kansainvälisen Olympiakomitean ([KOK](#)) antidopingsäännöstöjä ja -määräyksiä.

Dopingrikkomukset ja niistä määrättävät seuraamukset on määrätty edellä mainituissa antidopingsäännöstöissä.

Antidopingsäännöstöön ja liiton [antidopingsopimukseen](#) sitoutunut henkilö joutuu korvaamaan dopingrikkomuksella aiheuttamansa vahingon lajiliitolle sekä kansainväliselle lajiliitolle.

Suomen Painonnostoliitto ja/tai Kansainvälinen Painonnostoliitto voivat päättää seuran jäsenelle dopingrikkomuksesta määrättävästä seuraamuksesta ja muista kurinpitotoimista edellä mainituissa antidopingsäännöstöissä, toimintasäännöissä ja sääntöjä alemmanasteisissa määräyksissä vahvistetulla tavalla.

Rangaistusmääräyksiä

27 § Seuraa, joka on rikkonut näitä sääntöjä tai asianomaisten antamia määräyksiä vastaan, voidaan rangaista liiton kulloinkin voimassa olevan kurinpitösäännön mukaisesti antamalla sille varoitus, sakkomaksulla, sulkemalla pois kilpailuista, julistamalla kilpailukelvottomaksi tai erottamalla liitosta.

Kilpailukelvottomaksi julistamisesta seuraa kaikkien oikeuksien menettäminen mitä seuralla on liitosta, vapauttamatta seuraa kuitenkaan velvollisuuksista liittoa kohtaan.

Mikäli seurassa ilmenee dopingrikkomus, seura maksaa liitolle liittojohtokunnan vahvistaman euromäärän sakkoa.

Mikäli seurassa ilmenee kahden vuoden sisällä toinen dopingrikkomus, seura maksaa liitolle liittojohtokunnan vahvistaman euromäärän sakon ja seura saa varoituksen.

Mikäli seurassa ilmenee kahden vuoden sisällä kolme dopingrikkomusta, seura suljetaan pois liiton toiminnasta yhdeksi vuodeksi ja seura maksaa sakkoa liitolle liittojohtokunnan vahvistaman euromäärän sakkoa.

Liittojohtokunta vahvistaa vuosittain em. sakkojen määrän. Sakon suuruus voi vaihdella dopingrikkomuksen mukaan. Sakon suuruuden voi liittojohtokunta määrätä myös jälkikäteen.

Sakot on maksettava 30 vuorokauden kuluessa. Niin kauan kuin kyseessä oleva seura ei ole maksanut sakkoa, se ei voi osallistua liiton toimintaan.



Ennen kuin rangaistustoimenpiteisiin ryhdytään, on liittojohtokunnan vaadittava rikkonutta seuraa antamaan määräajan kuluessa kirjallinen vastine uhalla, että asia muuten ratkaistaan ilman sitä.

Sääntöjen muuttaminen ja liiton purkaminen

28 § Näiden sääntöjen muuttamista koskeva päätös on tehtävä liittokokouksessa yhdistyslain 23-24 § mukaisesti. Päätös astuu voimaan jos kokouksessa muutosta on kannattanut vähintään 3/4 edustetusta äänimäärästä.

29 § Liiton purkamista koskeva päätös on tehtävä kahdessa peräkkäisessä liittokokouksessa yhdistyslain 23-24 § mukaisesti. Päätös astuu voimaan, jos molemmissa kokouksissa purkamista on kannattanut vähintään 3/4 edustetusta äänimäärästä.

Jos liitto on päätetty purkaa, on sen jäljelle jäänyt omaisuus käytettävä liiton tarkoituksen edistämiseen jälkimmäisen purkamisesta päättävän liittokokouksen päättämällä tavalla. Liiton purkamisesta ilmoitetaan [yhdistysrekisteriin](#)