

# SPNL toimielimet 2025-26

## Toimintasääntöjen 19§ mukaan

Karoliina Lundahl  
Puheenjohtaja

Suomen Painonnostoliitto

24.4.2026

Tiedot perustuvat materiaaleihin:  
SPNL Toimintasuunnitelma 2026  
SPNL Vuosikertomus 2025  
[painonnosto.fi](http://painonnosto.fi) – sivusto 'Liiton organisaatio'

# Johtokunta 2025-26

## Puheenjohtaja

1. Varapuheenjohtaja
2. Varapuheenjohtaja

## Varsinaiset jäsenet

Karoliina Lundahl (2/2)  
Pekka Haataja (2/2)  
Ina Pajula (1/2)  
Henrietta Halonen (2/2)  
Sadia Noor-E (2/2)  
Tytti Becker (1/2)  
Timo Pietilä (1/2)

## Urheilijajäsenet

Ronja Leppiaho (2/2)  
Antti Peltokangas (1/2)  
1. Benjamin Pirkkiö (1/1)  
2. Toni Lammi (1/1)

## Varajäsenet



# Toimielimet

19§ 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 päätösvaltaa.

\* Itsenäisesti toimivat elimet

Johtoryhmä

Kilpailutoiminnan asiantuntijaryhmä

Valmennuksen asiantuntijaryhmä

Koulutusryhmä

Markkinoinnin, myynnin, tiedotuksen ja somen asiantuntijaryhmä

Harrasteliikunnan ja seuratoiminnan asiantuntijaryhmä

Sääntömuutostoimikunta

Tilastoryhmä

Masters toimikunta \*

Kahvakuulaurheilun lajijaosto \*

Toiminnallisen urheilun lajijaosto \*

Hyvän hallinnon ja yhdenvertaisuuden toimielin \*

# Johtoryhmä

## OHJESÄÄNNÖT

- Vastaa materiaalien valmisteluista kehityspäällikön avuksi
- Toimintasuunnitelman, vuosikertomuksen valmistelu
- Talousasioiden valmistelu yhdessä toimiston ja rahastonhoitajan kanssa: budjetointi, tilinpäätös
- Asiantuntijaryhmien valmistelu yhdessä a-ryhmien puheenjohtajien kanssa
- Seuraa että toiminnan vuosikelloa seurataan
- Valmistellut asiat tuodaan keskusteluun johtokunnalle, joka päättää asioista
- Johtokunta voi tarvittaessa delegoida ryhmälle päätösvaltaa

## JÄSENET 16.3.2026

- Karoliina Lundahl, pj
- Timo Pietilä
- Antti Peltokangas
- Jarno Fabritius, kehityspäällikkö

# Kilpailutoiminnan asiantuntijaryhmä (KTA)

## OHJESÄÄNNÖT

- Sääntöasiat, kansallisen kilpailutoiminnan valvonta ja kehittäminen, tuomaritoiminta ja -koulutus, huomionosoitukset.
- Valmistellut asiat tuodaan keskusteluun johtokunnalle, joka päättää asioista
- Johtokunta voi tarvittaessa delegoida ryhmälle päätösvaltaa

## JÄSENET

- Timo Pietilä, puheenjohtaja
- Benjamin Pirkkiö, sihteeri
- Heikki Rautapuro
- Petri Tanninen
- Jari Hirvonen, kilpailuvastaava
- Erja Leppiaho
- Joonas Lahtinen

# Valmennuksen asiantuntijaryhmä (VA)

## OHJESÄÄNNÖT

- Asiantuntijaryhmän vastuualueeseen kuuluvat valmennustoiminta sekä kilpa- ja huippu-urheilu
- Valmistellut asiat tuodaan keskusteluun johtokunnalle, joka päättää asioista
- Johtokunta voi tarvittaessa delegoida ryhmälle päätösvaltaa

## JÄSENET

- Jimmy Taivaloja, puheenjohtaja
- Ina Pajula, johtokunnan edustaja

# Koulutusryhmä

## OHJESÄÄNNÖT

- Koulutussuunnittelu ja toteutus
- Voimailupalvelut
- Valmistellut asiat tuodaan keskusteluun johtokunnalle, joka päättää asioista
- Johtokunta voi tarvittaessa delegoida ryhmälle päätösvaltaa

## JÄSENET

- Jimmy Taivaloja, puheenjohtaja
- Ina Pajula
- Tytti Becker
- Nuorten olympiavalmentaja (NOV)

# Harrasteliikunnan ja seuratoiminnan asiantuntijaryhmä (HST)

## OHJESÄÄNNÖT

- Asiantuntijaryhmän tehtävänä on edistää harraste-, seura- ja piiritoimintaa sekä terveysliikuntaa
- Ryhmä kokoaa ja jakaa parhaita käytäntöjä, jotka tukevat seuratoiminnan kehittämistä ja tapahtumien järjestämistä, kuten Harrastamisen Suomen malli ja Tähtiseuratoiminta
- Asiantuntijaryhmä kokoaa vuosittain seuratietokyselyn kentältä
- Valmistellut asiat tuodaan keskusteluun johtokunnalle, joka päättää asioista
- Johtokunta voi tarvittaessa delegoida ryhmälle päätösvaltaa

## JÄSENET

- Henrietta Halonen, puheenjohtaja
- Harri Norberg
- Tomi Palomäki
- Anne Vuorikoski
- Tähtiseura-vastaava haussa

# Markkinoinnin, myynnin, tiedotuksen ja somen asiantuntijaryhmä (MMTS)

## OHJESÄÄNNÖT

- Ryhmän tehtävänä on liiton asioista tiedottaminen sekä näkyvyyden parantaminen ja seuraajakunnan kasvattaminen sosiaalisessa mediassa ja verkossa
- Tämän kautta mahdollistuu varainhankinnan tukeminen ja kehittäminen
- Valmistellut asiat tuodaan keskusteluun johtokunnalle, joka päättää asioista
- Johtokunta voi tarvittaessa delegoida ryhmälle päätösvaltaa

## JÄSENET

- Tytti Becker
- Henrietta Halonen
- Matti Keskinie mi
- Eetu Kumpulainen

# Sääntömuutostoimikunta

## OHJESÄÄNNÖT

- Vastaa vastaanottaa sääntömuutosehdotuksia mm. seuroilta ja muilta tahoilta
- Määräaikaan mennessä tulleet ehdotukset muokataan virallisiksi ehdotuksiksi, joista liittokokous voi äänestää puolesta tai vastaan
- Muut johtokunnan delegeimat tehtävät
- Toimikunnan tavoitteena on edistää liiton järjestötoimintaa avoimemmaksi ja saavutettavammaksi.
- Valmistellut asiat tuodaan keskusteluun johtokunnalle, joka päättää asioista
- Johtokunta voi tarvittaessa delegoida ryhmälle päätösvaltaa

## JÄSENET

- Ei hakijoita vuodenvaihteessa 2025-2026
- Uusi haku huhtikuussa 2026

# Tilastoryhmä

## OHJESÄÄNNÖT

- Ryhmä vastaa tilasto.fi-palvelun toimivuudesta
- Kilpailutulosten päivitys
- Valmistellut asiat tuodaan keskusteluun johtokunnalle, joka päättää asioista
- Johtokunta voi tarvittaessa delegoida ryhmälle päätösvaltaa

## JÄSENET

- Timo Pietilä (ylläpitäjä)
- Tytti Becker
- Matti Keskinieniemi
- Allan Halme

# Masters-toimikunta (Masters)

## OHJESÄÄNNÖT

- Masters asiantuntijaryhmä toimii ja vastaa toiminnastaan itsenäisesti
- Masters-toiminta on jaettu Masters- ja Grandmasters-toimintaan, jossa mestaruuskilpailut jakautuvat 35–49-vuotiaisiin ja 50–85+ -vuotiaisiin

## JÄSENET

- Jorma Pallari, puheenjohtaja
- Sadia Noor-E
- Jenni Immonen
- Marianna Honkanen
- Erja Leppiaho
- Piia Jääskeläinen
- Anders Witting

# Kahvakuulaurheilun lajijaosto (KK)

## OHJESÄÄNNÖT

- Kahvakuulaurheilun lajijaos toimii itsenäisesti mahdollistaen seuroille verkostoitumisen, kilpailutoiminnan järjestämisen ja lajin edistämisen
- Sen tehtäviin kuuluu myös koulutustoiminnan vetäminen

## JÄSENET

- Puheenjohtaja: Ronja Jämsen
- Varapuheenjohtaja: Marie Högnäs
- Maajoukkuevastaava: Riikka Viiala
- Tiedotusvastaava: Mikko Luostarinen
- Koulutusvastaava: Ronja Jämsen
- Tuomaritoimintavastaava: Marie Högnäs

# Toiminnallisen urheilun lajijaosto (TU)

## OHJESÄÄNNÖT

- Toiminnallisen urheilun lajijaos mahdollistaa seuroille verkostoitumisen ja lajin edistämisen
- Valmennus- ja koulutustoiminnan vetäminen
- Kilpailujen järjestäminen ja aluekilpailujen järjestämisen tukeminen
- Maajoukkue-toiminnan ja kansainvälisiin arvokilpailuihin osallistumisen järjestäminen

## JÄSENET

- Ina Pajula, puheenjohtaja
- Pekka Haataja
- Tero Tiensuu
- Päivi Vartia

# Hyvän hallinnon ja yhdenvertaisuuden toimielin (HHY)

## OHJESÄÄNNÖT

- Toimielin tarkastelee liitto-organisaation läpinäkyvyyttä, hyvää hallintotapaa sekä jalkauttaa Reilun kilpailun ohjesääntöjä liitto-organisaation toimintaan
- Valmistellut asiat tuodaan keskusteluun johtokunnalle, joka päättää asioista
- Johtokunta voi tarvittaessa delegoida ryhmälle päätösvaltaa

## JÄSENET 12.4.2026

- Sari Kola, toiminnantarkastaja
- Juhana Suoniemi
- Benjamin Pirkkiö

# Toimintasäännöt 19§

Asiantuntijaryhmät valmistelevat oman toimialueensa asioita ja tuovat esityksensä johtokunnan kokoukseen hyväksyntää varten. Lajijaostot KK ja TU, Masters-toimikunta sekä HHY toimivat itsenäisesti.

Johtokunta voi halutessaan delegoida päätäntävaltaa johtoryhmälle, asiantuntijaryhmille, lajijaostoille, toimielimille tai muille mahdollisille johtokunnan perustamille työryhmille.

Esitys 24.4.2026:

Hyväksytään SPNL:n asiantuntijaryhmien kuvaukset ja kokoonpanot.

Päätös: Hyväksytty ryhmien aktiivisten toimijoiden päivitysten jälkeen.

