



## After School Physical Activities for Youth

Ekdahl Päivi, Kainulainen Janne, City of Turku Sport Services Centre  
Parkkunen Heini, Baltic Region Healthy Cities Association

Further information:  
[janne.kainulainen@turku.fi](mailto:janne.kainulainen@turku.fi)  
[heini.parkkunen@marebalticum.org](mailto:heini.parkkunen@marebalticum.org)





## WHY - Background

Drop-out from Sport NGOs / clubs around 14 years of age

Teen-age – need to be more independent, wish to try different things, role of parents decreases, eg. no need of chauffeurs

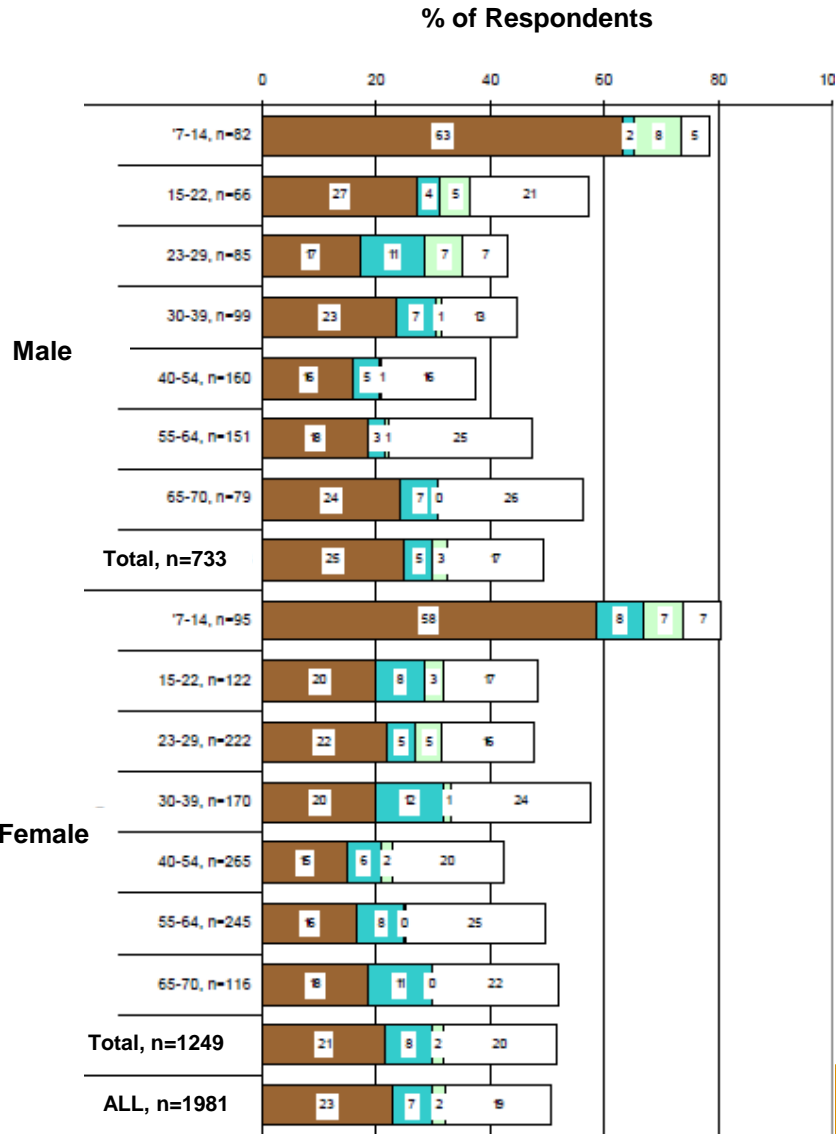
Being with friends becomes more important than belonging to one specific NGO / club

Division between very active (competitive) and non-active who want to do physical activity for fun

**Poweraction is developed to offer young people possibilities to maintain/increase physical activity, try something new, without previous skills in a non-competitive way**

### Why Poweraction?

A huge drop-out in belonging to the sport / pa NGOs / clubs between the groups of 7-14 and 15-19



Belonging into NGOs / clubs / associations in various age groups in Turku (2007)

Categories of NGOs associations:

**Sport / pa**

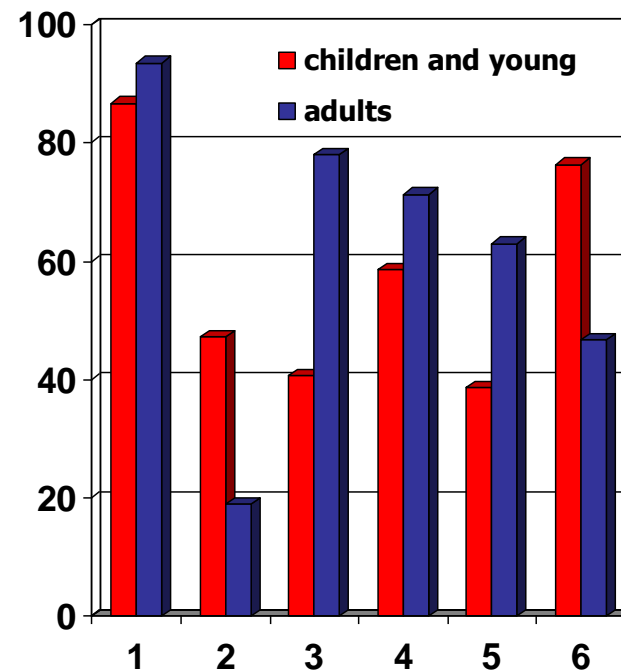
Culture

Youth

Other

## Young people value different things than adults in pa

1. Physical activity is good for health
2. I enjoy competition
3. I can be in touch with nature
4. I enjoy physical stress
5. Physical activity improves working and functional capacity
6. I can be together with my friends





## WHAT - Activities

For 13 – 19 years old (from 7<sup>th</sup> grade to the end of gymnasium)

- one age cohort around 1 500 → target group (13 – 19) is + 10 000

New in 2010 – Power 20+ for 20-28 years old young adults

- includes also shifts on weekend evenings

Free of charge for participants, no pre-registration for shifts

Weekly curriculum (mon-sun), currently 28 shifts and 14 different possibilities

Instructor always present and advising, equipment available / can be borrowed

Since 2003, following school year (Autumn / Spring) schedule (2010 also summer)



turku.fi » Poweraction.net » Power-lukkari

Hae
Palvelut Kaikki
Tarkennettu haku Yhteystietohaku

Tekstin koko: a a a a

Lajiesittelyjä
Lajit ja paikat
Meiliä Powerilta
Mikä on Poweraction.net?
» Power-lukkari
Tietoa urheiluseuroille
Toiveet ja palautteet
LIIKUNTA PALVELUKESKUS
© 2008 Turun kaupunki
Liikuntapalvelukeskus
Blomberginaukio 4 /
Hippoksentie 6, 20720 Turku
puh. (02) 330 000
faksi (02) 262 3255
turku

Poweraction-lukkari, lukuvuosi 2009-2010

(tämä lukkari on tulostettavassa muodossa)

Maanantai

Table with 4 columns: Time, Activity, Location, and Link. Rows include Kuntosali, Dance, Futsal, Sähly (Uusi vuoro!), Kuntosali, Sähly, Dancemix, Kupittaaan urheiluhalli, Turun normaalikoulu, Kellonsoit.kadun koulu, Paattistalon sali, Jäkärän kuntosali, Pansion koulu, Jäkärän liikuntasali, Kupittaankuja 1, Annikanpolku 9, Kellonsoittajankatu 9-11, Paattistalonkatu 1, Arkeologinkatu 9, Pemontie 29, Arkeologinkatu 9.

Tiistai

Table with 4 columns: Time, Activity, Location, and Link. Rows include Futsal, Sähly, Työtöt, Ultimate, Power Dance, Lacrosse, Varissuon koulu, Lausteen koulu, Ilpoisten palloiluhalli, Moision liikuntasali, Impivaaran jalkapallohalli, Kuopuksenpolku 1, Raadinkatu 4, Lauklähteenkatu 13, Moision koulutie 2, Eskonkatu 1.

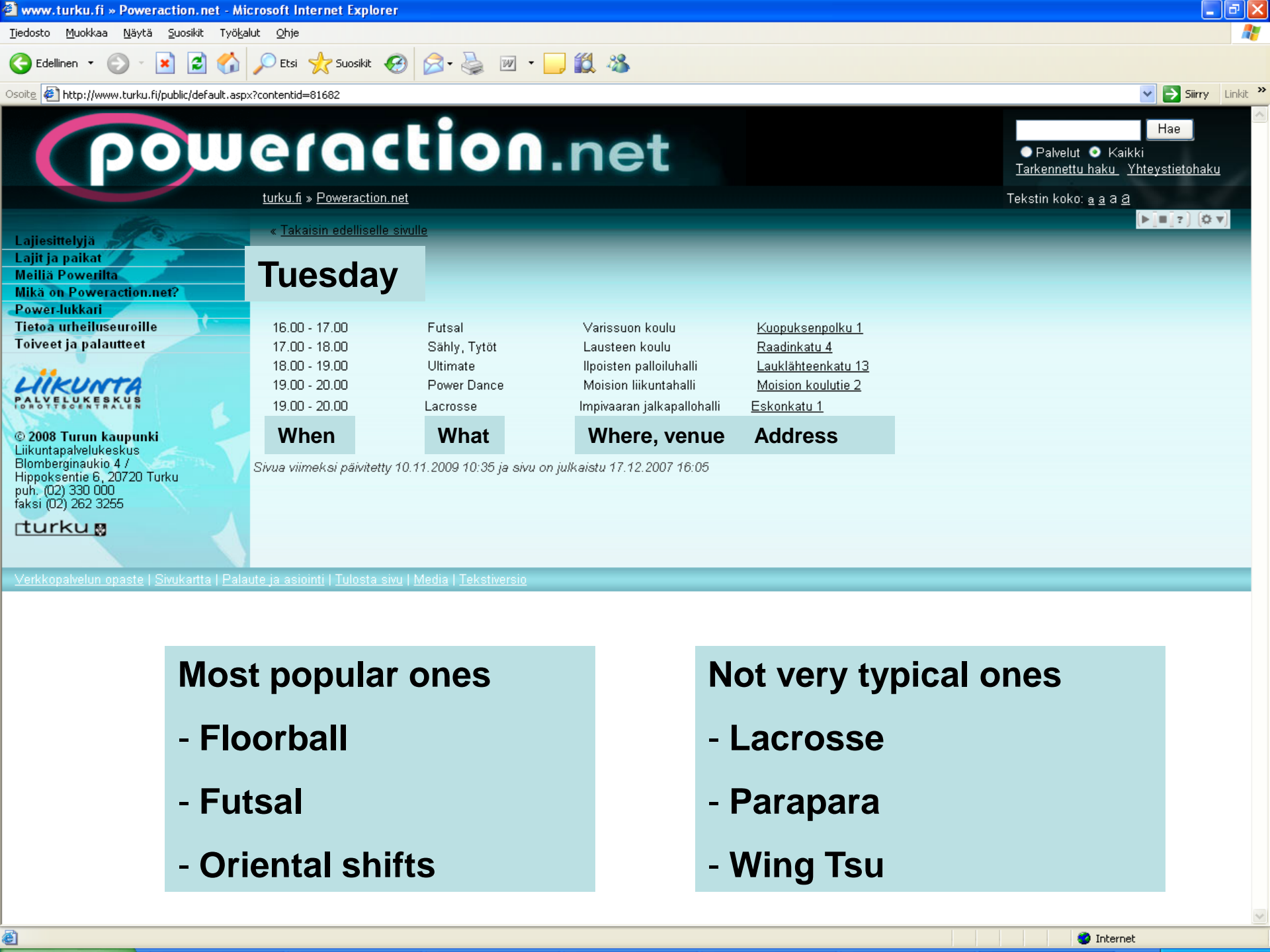
Keskiviikko

Table with 4 columns: Time, Activity, Location, and Link. Rows include Keilailu (vuoro peruttu 5.4 astil!), Sähly, Sähly, Keilailu, Sähly, Wing Tsun, Kupittaaan keilahalli, Aurajoen koulu, Härkämäen palloiluhalli, Kupittaaan keilahalli, Lausteen koulu, Shaolin dojo, Kupittaankuja 1, Papinkatu 4, Rahjepolku 4, Kupittaankuja 1, Raadinkatu 4, Nahkurinkatu 8.

Torstai

Table with 4 columns: Time, Activity, Location, and Link. Rows include Koripallo, Keilailu, Taekwondo, Aerobic (UUSI LAJII), Sähly, Sähly, Turun normaalikoulu, Kupittaaan keilahalli, Saippua-Center, Energym, Aunelan palloiluhalli, Jäkärän liikuntasali, Annikanpolku 9, Kupittaankuja 1, Kirstinkatu 1, Vähäheikkiläntie 56, Opintie 1, Arkeologinkatu 9.





# poweraction.net

Hae  
 Palvelut  Kaikki  
[Tarkennettu haku](#) [Yhteystietohaku](#)

turku.fi » Poweraction.net

Tekstin koko: a a a a

- Lajiesittelyjä
- Lajit ja paikat
- Meiliä Powerilta
- Mikä on Poweraction.net?
- Power-lukkari
- Tietoa urheiluseuroille
- Toiveet ja palautteet

[← Takaisin edelliselle sivulle](#)

## Tuesday

16.00 - 17.00	Futsal	Varissuon koulu	<a href="#">Kuopuksenpolku 1</a>
17.00 - 18.00	Sähly, Tytöt	Lausteen koulu	<a href="#">Raadinkatu 4</a>
18.00 - 19.00	Ultimate	Ilpoisten palloiluhalli	<a href="#">Lauklähteenkatu 13</a>
19.00 - 20.00	Power Dance	Moision liikuntahalli	<a href="#">Moision koulutie 2</a>
19.00 - 20.00	Lacrosse	Impivaaran jalkapallohalli	<a href="#">Eskonkatu 1</a>

When	What	Where, venue	Address
------	------	--------------	---------

Sivua viimeksi päivitetty 10.11.2009 10:35 ja sivu on julkaistu 17.12.2007 16:05

**LIIKUNTA**  
PALVELUKESKUS  
IDROTTSCENTRALEN

© 2008 Turun kaupunki  
Liikuntapalvelukeskus  
Blombergin aukio 4 /  
Hippoksentie 6, 20720 Turku  
puh. (02) 330 000  
faksi (02) 262 3255

**turku**

**Most popular ones**

- Floorball
- Futsal
- Oriental shifts

**Not very typical ones**

- Lacrosse
- Parapara
- Wing Tsu







## HOW - Administration

Coordinated by City of Turku Sport Services unit

City compiles the curriculum and co-operates with the NGOs / Clubs and provides the marketing materials (posters, passports, website etc)

Services are produced by Sport NGOs / Clubs, now more than 20 NGOs / Clubs involved

City pays 15 € / hour to NGOs/ Clubs

Most of the shifts instructed by NGOs / Clubs, only few by the city employees

Special attention on the more deprived city areas = more possibilities / shifts



## Marketing

The most important channel is [www.poweraction.net](http://www.poweraction.net)

Schools / pa education teachers distribute “a passport “ to everyone in target group and market the action

Passport includes the curriculum

Passports and information available in various info points in the city

Face-to-face distribution between young people

Co-operation between the NGOs/club and city, but also between NGOs/clubs

# poweraction.net

turku.fi » Poweraction.net

 Hae

 Palvelut  Kaikki

[Tarkennettu haku](#) [Yhteyksiöthaku](#)

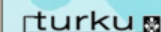
Tekstin koko: a a a a



- Lajiesittelyjä
- Lajit ja paikat
- Meillä Powerilla
- Mikä on Poweraction.net?
- Power-lukkarit
- Tietoa urheiluseuroille
- Toiveet ja palautteet



© 2008 Turun kaupunki  
 Liikuntapalvelukeskus  
 Blomberginaukio 4 /  
 Hippoksentie 6, 20720 Turku  
 puh. (02) 330 000  
 faksi (02) 262 3255



## Haarlan Poweractionin lentopallovuoro peruutettu

Olemme valitettavasti joutuneet peruttamaan Haarlan lentopallo vuoron maanantailta klo 20-21. Peruutus johtuu vähäisestä osallistujamäärästä.

## 20-28-vuotias: Tule pelaamaan Power 20+-vuoroille

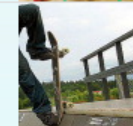
Power 20+:ssa pääsee pelaamaan sählyä, futsalia, koripalloa tai lentopalloa. Mukaan ei tarvita muuta kuin sisäliikuntavarusteet. Pelivälineet saa lainaksi. Ei ennakkoilmoittautumista tai maksua.

## LiikU järjestää nuorille monipuolista toimintaa

Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu LiikU järjestää nuorille leirejä ja koulutusta. Kiinnostaako sinua järjestää liikuntapahtuma esimerkiksi koulussasi?

## Löydä Poweraction.net Facebookista

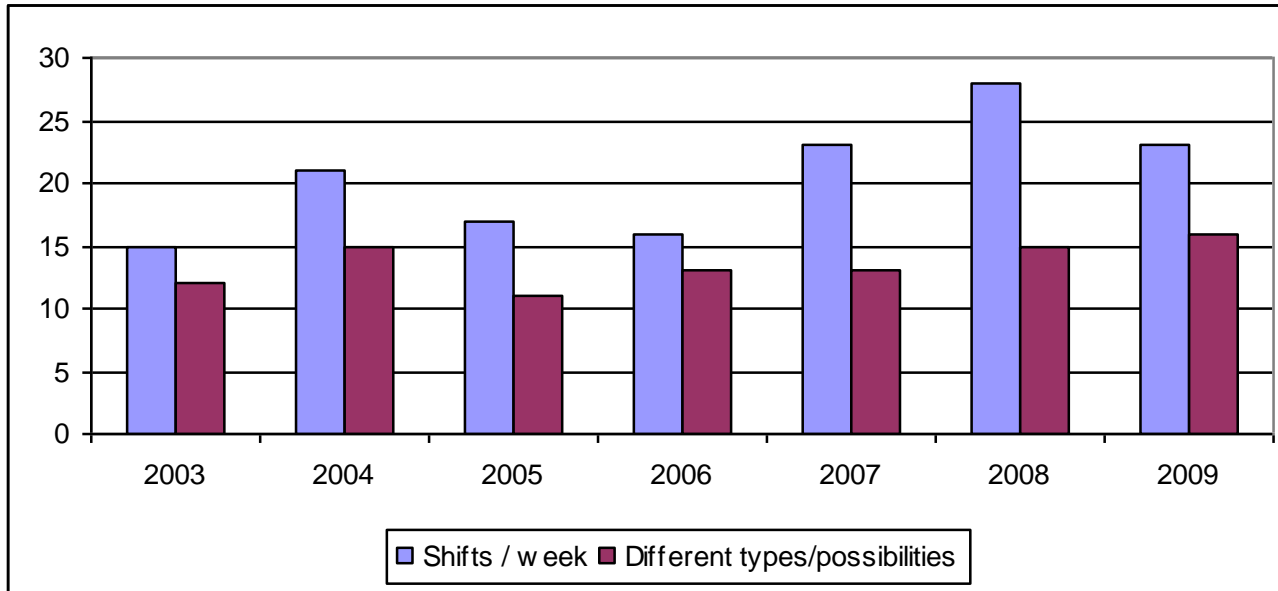
Haluatko saada viimeisimmät uutiset Powerista mahdollisimman nopeasti? Haluatko vaikuttaa Turun alueen liikuntamahdollisuuksiin? Liity nyt Poweraction.net:in faniksi Facebookissa ja pysy ajan hermoilla!


[facebook](#)

Maanantai Tiistai Keskiviikko Torstai Perjantai Lauantai Sunnuntai

Sivua viimeksi päivitetty 20.10.2009 11:52 ja sivu on julkaistu 17.12.2007 16:01

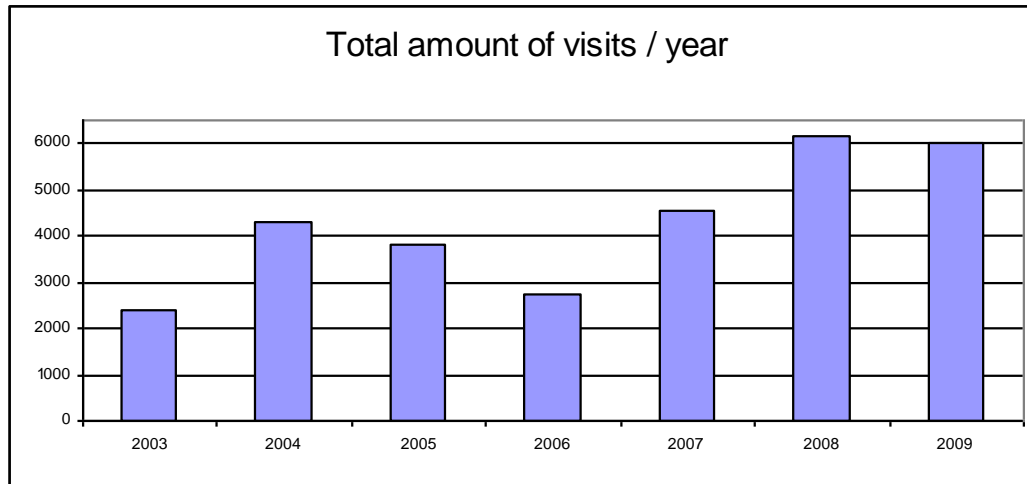
# Development of shifts and possibilities/week 2003-2009



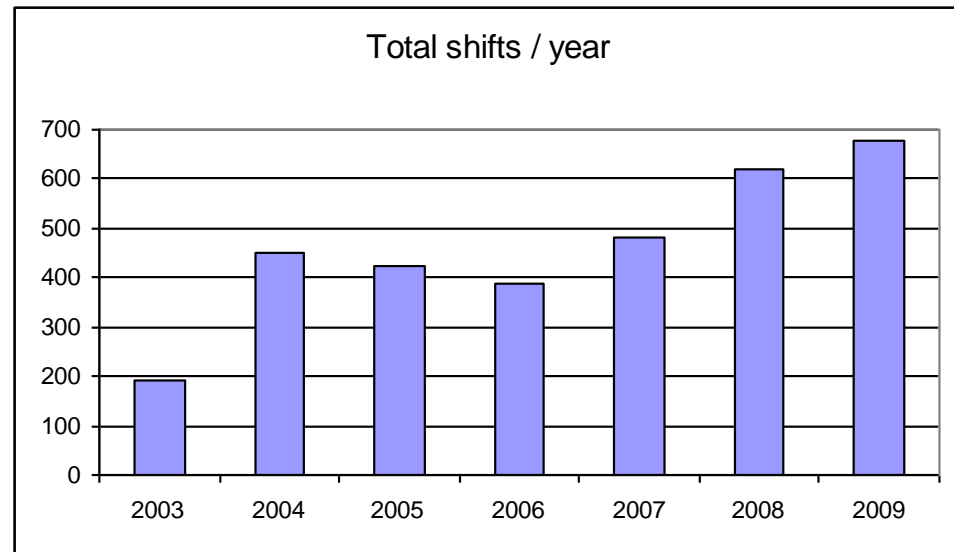
The offer of possibilities has been between 10 to 15

Shifts / week has varied depending on the facilities free for the action

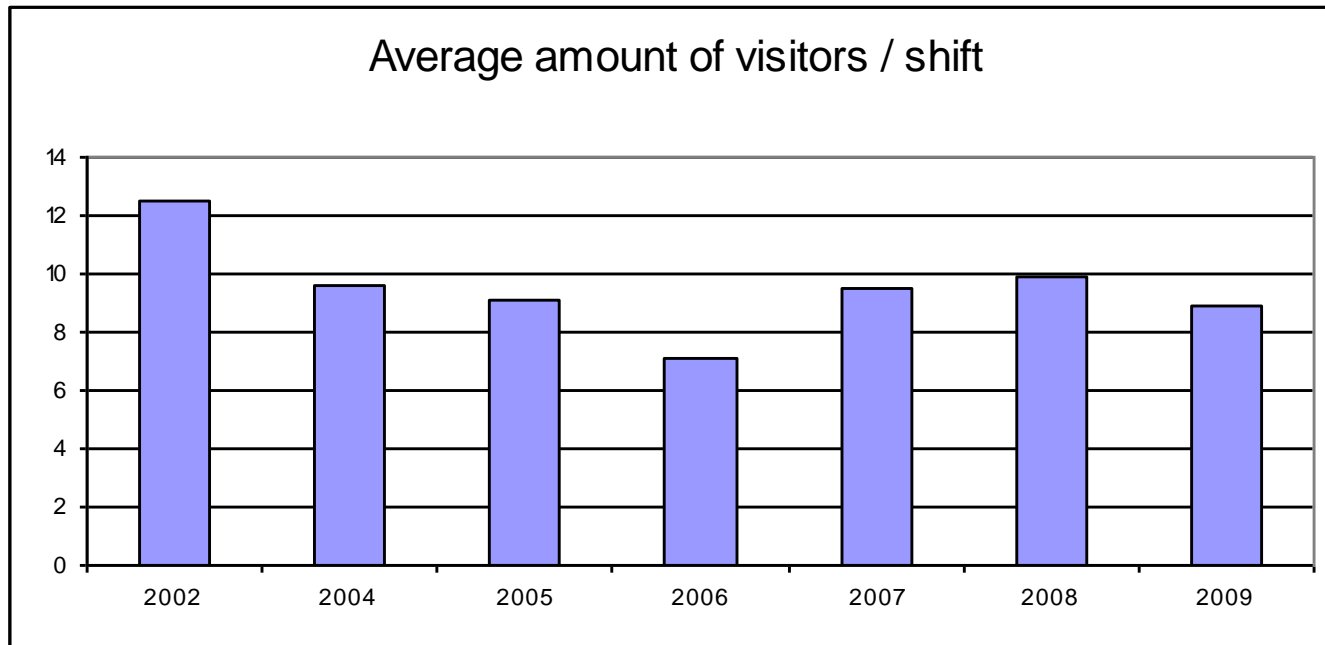
# Amounts of visits and shifts / year 2003-2009



Total amounts of visits and shifts / year has increased during the years



# Average amount of visitors / shift 2003-2009



There is no clear trend of decrease or increase of visitors / shift

This is due to the different amount of shifts between the years and the offer of possibilities

Space / place for more participants



## Results and further development

Important to come with friends – difficult to predict what comes popular

Sport NGOs / Clubs see this as a possibility to enhance young people in their activities – they are very willing to continue and develop Poweraction further  
- include offers to shops and/or free tickets in the passport

Marketing depends very much on the activity of PA teacher

A big opening event will be organised in Autumn where young people can come and try the variety of possibilities in Poweraction

Involvement of young people in planning will be increased  
- “branding” – Poweraction is cool to belong to

More attention to multicultural offer/possibilities

Thank you for your attention!

