



Suunnistusvalmennusseminaari Kisakalliolla 22.–24.1.2016

OHJELMA

Perjantai 22.1.

| | |
|-------------|--|
| 15:00–17:00 | Ilmoittautuminen ja majoittuminen (Iltapäivällä mahdollisuus seurata maajoukkueiden harjoituksia) |
| 17:00–18:00 | Päivällinen |
| 18:00–18:30 | Seminaarin avaus, <i>Asko Härkönen / Harri Hollo, Kisakallio & Petteri Kähäri</i> (Rantamakasiini) |
| 18:30–19:30 | Huimaseurat – Uinnin huippuseuratoiminta, <i>Ippe Natunen, Uimaliitto</i> |
| 20:00–20:30 | Urheiluakatemiavalmennus Helsingissä, <i>Antti Örn</i> (Rantamakasiini) |
| 20:30–21:00 | Tauko |
| 21:00–24:00 | Sauna (rantasaunat) |

Lauantai 23.1.

| | |
|-------------|---|
| 7:00–8:00 | Yhteinen aamulenkki maastotestiradalla |
| 8:00–9:00 | Aamiainen |
| 9:00–10:00 | Nuorten (15-v →) valmennus Pudasjärven Urheilijoissa, <i>Tarja Tolonen</i> (Rantamakasiini) |
| 10:00–11:30 | Mahdollisuus seurata maajoukkueiden maastotestiä / oma liikuntasessio |
| 11:30–12:20 | Lounas |
| 12:20–12:30 | Palkitsemiset |
| 12:30–13:30 | Lasten ja nuorten valmennus Turun Suunnistajissa, <i>Katri Lindeqvist</i> (Rantamakasiini) |
| 13:30–14:30 | Nuorten (15-v →) valmennus Espoon Suunnassa, <i>Kimmo Pernu</i> (Rantamakasiini) |
| 14:30–15:15 | Kahvitauko |
| 15:15–17:30 | Työpajat: Seuravalmennuksen kehittäminen eri ikäryhmissä (Rantamakasiini + ryhmätyötilat) |
| 17:30–18:30 | Päivällinen |
| 18:30–20:30 | Ryhmätöiden purku (Rantamakasiini) |
| 21:00– | Suunnistusiltamat (Rantamakasiini) |

Sunnuntai 24.1.

| | |
|-------------|--|
| 7:30–9:00 | Aamiainen |
| 9:00–10:45 | Swedish elite milieus and clubs, <i>Susanne Wiklund-Björk</i> (Rantamakasiini) |
| 10:45–11:00 | Tauko |
| 11:00–11:30 | Suunnistusliiton koulutukset ja tapahtumat seuravalmennuksen tukena (Rantamakasiini) |
| 11:30–12:00 | Loppukeskustelu, yhteenveto ja päätös, <i>Petteri Kähäri</i> (Rantamakasiini) |
| 12:00–12:15 | Huoneiden luovutus |
| 12:15–13:00 | Lounas |

13:30 – 17:00 Mahdollisuus osallistua OCAD-koulutukseen lisähintaan 20 €.
OCAD:n hyödyntäminen suunnistusvalmennuksessa ja harjoitusten suunnittelussa

17:00 Päivällinen (omakustanteinen)
Ilmoittautumiset ja päivällisvaraukset 20.1. mennessä petteri.kahari@suunnistusliitto.fi.



Osallistujalista 22.–24.1.2016

| | | |
|---|--------------------------|---------------------------------------|
| 6 | Haikola Petteri | Kajaanin Suunnistajat |
| 1 | Ikonen Pasi | Paimion Rasti |
| 4 | Jokinen Heikki | Lahden Suunnistajat -37 |
| 1 | Julkunen Tero | Lounais-Hämeen Rasti |
| 5 | Kurhinen Maria | Kymin Suunnistajat |
| 3 | Kuusivaara Janne | Espoon Akilles |
| | Kähäri Petteri | SSL |
| 4 | Lammi Elina | Helsingin Suunnistajat |
| 5 | Liitiäinen Pasi | OK Trian |
| 2 | Lindeqvist Katri | Turun Suunnistajat |
| 6 | Molin Marja | Kangasala SK |
| 1 | Mäkinen Vesa | Angelniemen Ankkuri |
| | Natunen Ippe | Suomen Uimaliitto |
| 3 | Niskanen Mikko | UrhK, Rastivarsat, Kymin Suunnistajat |
| 4 | Numminen Hannu | Espoon Akilles |
| 7 | Nurmi Ella | Vaasan Suunnistajat |
| 7 | Nurminen Juha | Jämsän Retki-Veikot |
| 7 | Ojanen Juha | Hyvinkään Rasti |
| 2 | Oksa Jukka | Paimion Rasti |
| 2 | Paganus Ari | Angelniemen Ankkuri |
| 4 | Palmen Virpi | Espoon Suunta |
| 3 | Pernu Kimmo | Espoon Suunta |
| 7 | Pitkänen Marko | Jämsän Retki-Veikot |
| 2 | Pohjalainen Harri | Loimaan Jankko |
| 3 | Salmenkylä-Mattila Leena | Helsingin Suunnistajat |
| 5 | Simosas Ove | OK Trian |
| 7 | Sipilä Jari | Vaajakosken Terä |
| 3 | Takkinen Sauli | Espoon Akilles |
| 6 | Tolonen Tarja | Pudasjärven Urheilijat |
| 5 | Vaano Kristiina | OK 77 |
| 6 | Vainionpää Jukka | Rasti-Jussit |
| 1 | Vesalainen Ossi | Paimion Rasti |
| | Wiklund-Björk Susanne | Svenska Orienteringsförbundet |
| 7 | Virtanen Kalle | Hämeenlinnan Suunnistajat |
| 6 | Väisänen Pekka | Helsingin Suunnistajat |
| 2 | Väli-Klemelä Seppo | Paimion Rasti |
| 1 | Väre Teemu | Paimion Rasti |

(Nimen edessä lauantain ryhmätöihin viittaava numero.)