



Suomen Tennisliitto r.y.



JÄRJESTÄVÄT YHTEISTYÖSSÄ VALTAKUNNALLISEN

KILPAVALMENTAJAKOULUTUKSEN

LIIKUNTAKESKUS PAJULAHDESSA 8.-10.9.2006 JA 17.-19.11.2006.

Koulutuksen kuvaus

Valmentajakoulutuksen taso 2 on valtakunnallisesti Liikuntakeskus Pajulahdessa toteutettava Kilpavalmentajakoulutus, johon voivat hakeutua Seuravalmentajakoulutuksen suorittaneet ja sen jälkeen vähintään vuoden tai 200 tuntia valmentajakokemusta hankkineet valmentajat. Muita kriteereitä ovat SLU:n alueellisesti järjestämän Fyysisen harjoittelun perusteet –koulutuksen suorittaminen ja ITN –testin tulos 5 (tai muulla tavalla osoitettu vastaava osaaminen).

Koulutukseen valitaan 12 edellä mainitut kriteerit täyttävää valmentajaa hakujärjestyksessä. Ensisijaisia ovat valmentajat, jotka työskentelevät tällä hetkellä kilpavalmentajina.

Koulutus koostuu kahdesta perjantaista sunnuntaihin kestävästä kolmen päivän lähiopetusjaksosta, jonka lisäksi osallistujat tekevät itsenäistä työskentelyä jaksojen välissä ja ennen 1. jaksoa.

Koulutuksessa perehdytään kilpaurheiluun liittyviin valmennuksellisiin asioihin:

- Ensimmäinen jakso painottuu kilpatekniikkaan, -taktiikkaan ja psyykkiseen valmennukseen
- Toinen jakso keskittyy fyysiseen valmennukseen, ravintotietouteen ja urheiluvammoihin

Koulutus valmistaa kilpavalmentajia, jotka voivat toimia seurojen ja leiritysten valmentajina sekä seurojen kilpavalmennuksen organisoijina ja kehittäjinä.

Kouluttajina ovat koulutuspäällikkö Pekka Kainulainen, fysiikkavalmentaja Jaakko Nevanlinna, fysioterapeutti Jouni Sihvonen sekä psyykkisen valmennuksen ja kilpavalmennuksen ekspertit. Jaksojen yhteishinta on 500 euroa. Hinta sisältää koulutuksen, koulutusmateriaalit ja majoituksen täyshoidolla (myös iltapalat).

Koulutukseen hakeminen

Hakemukset lähetetään sähköpostitse koulutuspäällikölle viimeistään 18.8.2006.

Laita hakemukseesi seuraavat asiat:

1. Yhteystiedot sekä valmennustehtävät ja valmentajakokemus
2. Tavoitteet kilpavalmentajakoulutukselle (miksi haen koulutukseen?)
3. Seuravalmentajakoulutuksen suorittaminen ja seuran todistus sen jälkeisestä valmennuksesta
4. Fyysisen harjoittelun perusteet –koulutuksen suorittaminen eli milloin kävin tai milloin aion käydä sen (käytävä viimeistään ennen toista lähijaksoa)
5. Milloin ja millä tuloksella suoritin ITN –testin (kuka otti testin vastaan?)

Lisätieto: pekka.kainulainen@pajulahti.com tai 040-744 3553.