

SAL VALMENTAJAVERKOSTON ETÄTAPAAMINEN 21.1.2025



Mikä on SAL-valmentajaverkosto?

- Suomen Valmentajat ry:n valmentajayhteisö ampumaurheilun parissa toimiville valmentajille
- Verkosto edistää yhteisöllistä valmennuskulttuuria ja seurojen, alueiden ja liiton eri rooleissa toimivien valmentajien välistä vuorovaikutusta sekä tiedon ja osaamisen jakamista
- Verkosto järjestää webinaareja, seminaareja ja keskustelutilaisuuksia sekä toteuttaa julkaisutoimintaa valmennuksen eri teemoihin liittyen
- Tällä hetkellä verkostoon kuuluu 42 valmentajaa
- SAL-valmentajaverkoston yhteyshenkilönä toimii SAL:n nuoriso- ja koulutuspäällikkö Kustaa Ylitalo

JÄSENASIAT 2025

- Jäsenmaksu vuonna 2025 on 65€ ja seniorijäsenille (70 vuotta täyttäneille) 55€ vuodessa.
- Verkostoon pääsee mukaan liittymällä Suomen Valmentajien jäseneksi ja **valitsemalla ensisijaiseksi jäsenyydeksi SAL valmentajaverkoston**. Lisäinfoa löytyy [täältä](#).
- Vanhoille jäsenille tulee maksuohjeet tammikuun aikana sähköpostitse
- Jäsenmaksu sisältää SAL -valmentajaverkoston webinaarimaksut ja alennetun hinnan kauden valmentajaseminaariin

Suomen Valmentajat ry:n jäsenedut

- Valmentaja–lehti, 5 numeroa vuodessa
- e-Valmentaja, 12-15 numeroa vuodessa
- Jäsenhintaiset koulutukset ja tapahtumat
- Jäsenhuone (mm. sopimuspohjat)
- Mahdollisuus henkilökohtaiseen koulutustukeen
- Coach Collection asujen käyttöoikeus ja pääsy verkkokauppaan
- Urheiluopistoilla vähintään 15 % alennus majoituksista omilla vapaa-ajan matkoilla
- VK-Kustannuksen normaalihintaiset kirjat -20 %
- Asemakohtainen polttoainealennus ST1- ja Shell-asemilta
- TE3 Liikkuvuuden analysointi sekä TE3 Suorituskyky Sport – harjoituskokonaisuus alennettuun hintaan



Tulossa



VALMENTAJAKLINIKKA - HALLINTATAITO:
Taidon jalostaminen, monipuolinen liiketaitavuus sekä
fyysinen suorituskykyisyys

25.1. Helsinki, 26.1. Tampere, 1.2. Oulu, 2.2. Jyväskylä

- Sunnuntai 2.2. klo 10.30-11.30, Urheilijan polku: Aleksis Leppä.
- Torstai 6.2. klo 18.30-20, ISSF Akatemia: Vesa Nissinen.
- Tiistai 11.2.2025 klo 16.30-18.00 Suomen Valmentajat ry:n jatkuvan oppimisen Coach webinaari yksilö- ja taitolajien valmentajille
- Katso lisätiedot [täältä!](#)

Kansainvälinen taitoharjoittelukonferenssi Kisakalliossa

Fifth Scientific Conference on

MOTOR SKILL ACQUISITION

26.-28.3.2025



Myös yksittäinen päiväosallistuminen mahdollista. Katso lisätiedot [täältä!](#)

Helsingin Erämessut

7.-9.2.2025



ARVONTA! 5 x 2 hlön vapaalippupaketteja
Helsingin erämessuille (7.-9.2.2025)
Kahden hlön lippupaketin arvo on 38 €.



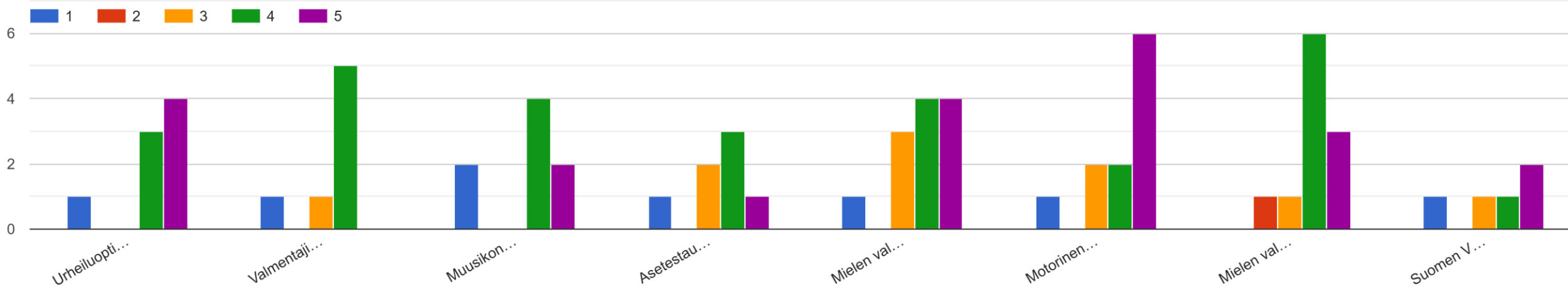


SAL-valmentajaverkoston 2024 palautekysely

SAL-valmentajaverkosto on järjestänyt vuoden 2024 aikana seminaareja, webinaareja ja etäluentoja. Kehittääksemme toimintaa ja sen laatua toivomme palautettasi niiden tapahtumien osalta, joissa olet ollut mukana. Voit myös jättää kyselyn kautta toiveita tulevan vuoden toimintaan liittyen.

Palaute 2024 – 17 vastausta

Kuinka tyytyväinen olit järjestettyihin tapahtumiin? Arvioi vain ne tapahtumat, joissa olet ollut mukana (tai katsonut nauhoitteen).



1. Urheiluoptikon luento 16.3. : silmät ja näk...

2. Valmentajien keskustelutilaisuus 21.3.: id...

3. Muusikon höpinöitä ampumaurheilun pe...

4. Asetestauksen demo, Veijo Sivula 17.6.

5. Mielen valmentaminen ampumaurheiluss...

6. Motorinen oppiminen, fyysiikka- ja taitoh...

7. Mielen valmentaminen ampumaurheiluss...

8. Suomen Valmentajat ry:n tilaisuudet

HUOM! Suurin osa arvosanoista 1 johtuu kyselyn alkuvaiheessa olleesta teknisestä kömmähdyksestä!

Tähän voit halutessasi kirjoittaa sanallista palautetta edellä mainituista tapahtumista

6 responses

Erittäin mukava tilaisuus, jossa virisi mukavasti keskustelua.

Noissa en ollut mukana missä vastasin 1

30.11 oli todella hyvä seminaari. Hyvät vetäjät ja mielenkiintoisia aiheita josta itse sain ainakin "kopin".
Todella selkeästi esitetty eri aiheet. Suuri Kiitos 👍

Kaikki em. luennot voisi esittää 2-3 kertaa, jotta kaikilla olisi mahdollisuus halutessaan nähdä ne.

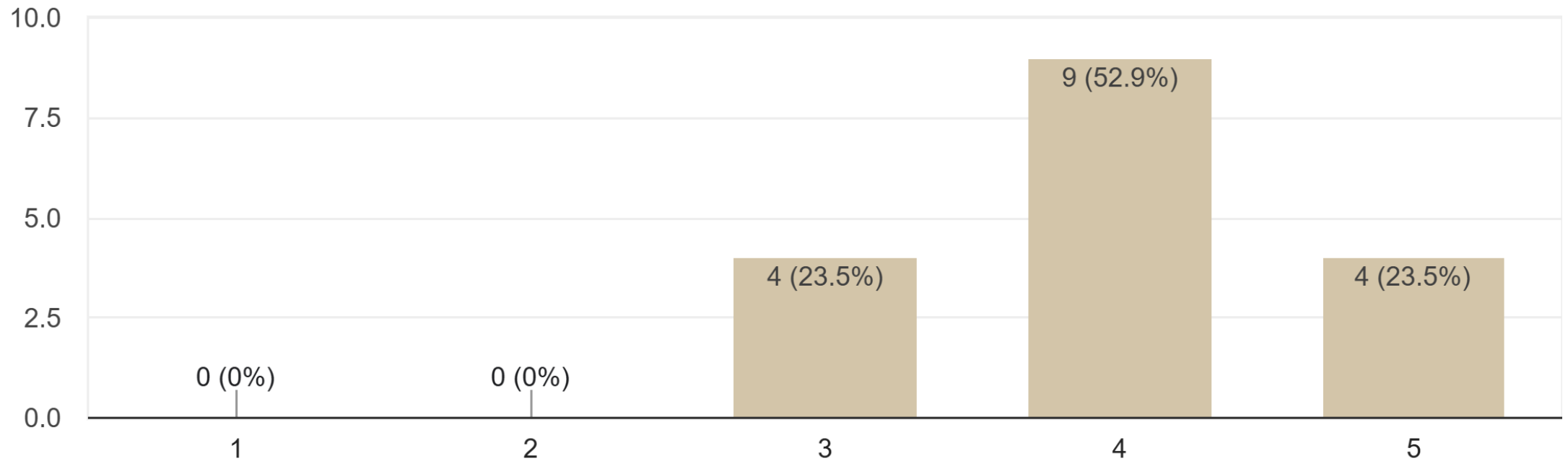
Osallistuin motorisen oppimisen jne. seminaariin Tampereella. Luento olisi ollut hyvä jakaa kahdelle päivälle. Erittäin laaja kokonaisuus läpikäytäväksi 8 tunnin aikana. Jokaisesta osiosta olisi voinut olla oma 2 tunnin luento periaatteella.

Hieman ihmetytti että paikalla oli valmentaja, joka ei ollut koskaan kuullut aerobisen ja anaerobisen kunnon harjoittamisesta. Eikö tuo asia pitäisi olla peruskauraa kenelle tahansa joka urheilun parissa toimii?

Hitot mikä kysymyksen asettelu. Vastaa vain niihin joissa olit mukana ja kuitenkin pakko vastata kaikkiin että, kysely menee läpi.

Yleisarvio SAL-valmentajaverkoston vuoden 2024 toiminnasta. Montako tähteä annat?

17 responses



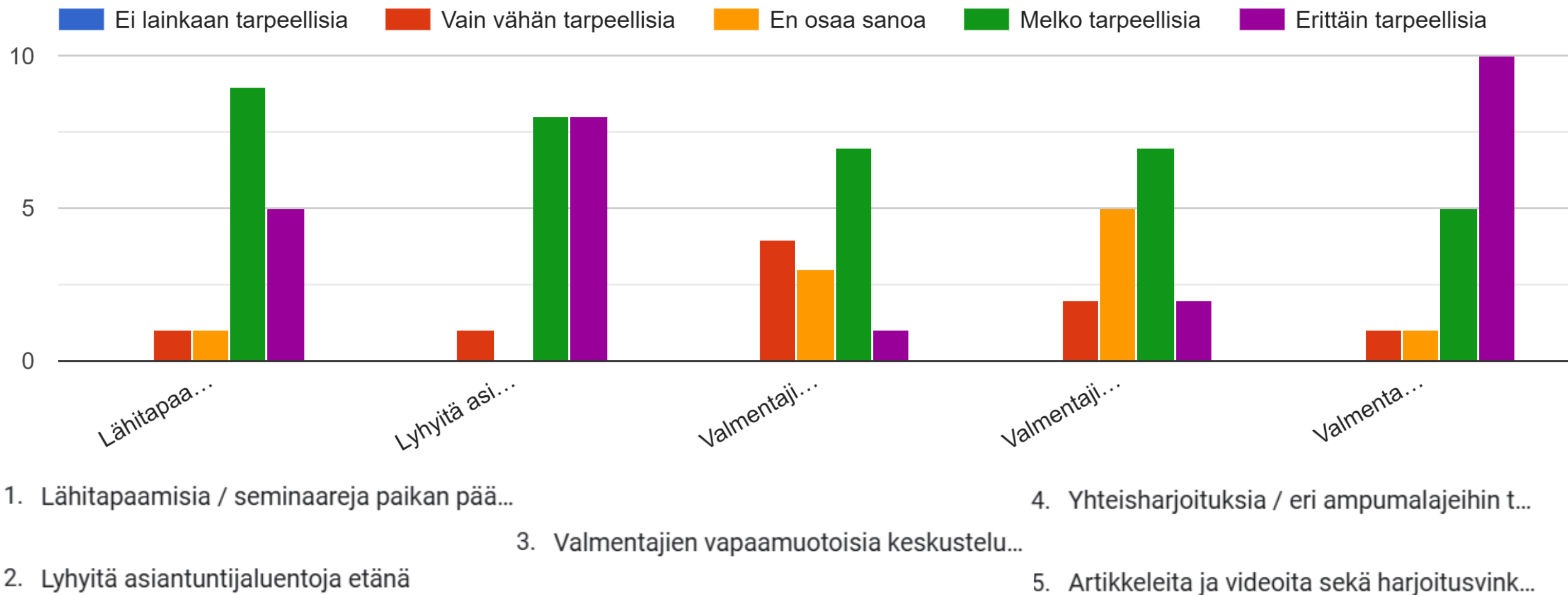
Tähän voit halutessasi perustella arviotasi

2 responses

Tällaiset sisällöt ovat hyviä, mutta enemmänkin niitä saisi olla.

Parannusta aikaisempaan, luentoja voi vielä lisätä reippaasti

Millaista toimintaa toivot ja pidät tarpeellisena jatkossa?



Mitä aiheita toivoisit erityisesti verkostossa käsiteltävän?
Muita toiveita SAL-valmentajaverkoston toimintaan liittyen?

5 responses

Verkostotoimintaan liittyen mielestäni tärkeintä on tiedon jakaminen valmentajien kesken. Lähitapaamisina ne toimivat parhaiten, mutta niihin osallistuminen on käytännössä vaikeampaa. Monipuoliset näkökulmat auttavat kehittämään omaakin valmennusta.

Haulikkopuolelle materiaalia ja lajikohtaisia esimerkkejä harjoitteista.

Menttaaliset harjoitukset, kilpailu jännitys ja sen käsittely yms.

Perusasioiden valmennusta

Mielen valmentaminen konkretiaa. Havainnointi.

Vapaa sana

4 responses

Lajikirjo on laaja, joten itse hyötyisin yleisimmistä aiheista. Näistä hyviä ovat mm. vuoden aikana mielen ja oppimisen aiheet. Etänä voi tehdä täsmäiskuja aiheen pinnalliseen asiaan, mutta tapaamisella ja kohtaamisella saa enemmän irti. Fysiikan merkityksestä ja harjoittelusta toivoisin jotain ja esim. mittaamisen(esim. puettava elektroniikka) ja data-analytiikan ja AI:n kehittymisen tuomat mahdollisuudet kiinnostavat

Mielestäni tämä valmentajaverkostotoiminta on tosi tärkeää ja toivottavasti se myös jatkuu. Tämä vaatii luultavasti koordinoitua työtä ampumaliiton puolelta. Hyvää joulun ja uuden vuoden odotusta!

Monasti keskustelut menevät jaaritteluksi, aika kuitenkin etäluennoissa rajallista, joten lyhyt ytimekäs kysymys tai vastaus.

Hienoa, että näitä järjestetään 🙌

Verkostossa nousseita toiveita sisällöistä

- Tuulen hallinta (kivääri, pistooli, haulikko)
- Rahoitusmahdollisuudet koulutuksiin ym valmentajille
- Kerätään opinnäytetöiden aiheita verkostolta ja välitetään niitä oppilaitoksiin esim. Lapin AMK, Liikunta-alan oppilaitokset jne
- Paraurheilijoiden erityistarpeista ja valmentamisesta infoa valmentajille
- Optoelektroninen mittaaminen (Scatt / Noptell), Marko Tanskasella osaamista tähän
- Harjoituskauden suunnittelusta ja rytmittämisestä tietoa
- Biomekaniikka, ampujan tasapaino: Miikka Köykkä (KIHU), Marko Tanskanen
- Rasitusvammojen ehkäisy
- Vuorovaikutustaidot
- KV –valmennusosaamista – Ville ja Kustaa sopii tästä meidän ulkomaalaisten päävalmentajien kanssa
- Muiden lajien lajikokeiluita
- Ravitseminen
- Urheilijoiden ja valmentajien puheenvuoroja (entisen ja nykyisten)
- Psykykinen valmennus

Muuta

- Aleksis Leppä kertoo sunnuntaina 2.2. omasta urheilijanpolustaan Teamsin välityksellä (nauhoite mahdollista saada jälkikäteen kuunneltavaksi).
- Seminaari suunnitteilla touko-kesäkuulle, luennoitsijoina mm. Satu Luoto ja Kimmo Yli-Jaskari
- Kevään aikana 4-5 webinaaria / etätapaamista
- Löytyykö verkostosta halukkaita webinaarien / keskustelutilaisuuksien järjestäjiä?
- Valmentaja- ja E-valmentaja –lehteen otetaan mielellään artikkeleita vastaan

KIITOS! ILOA JA VALOA VUOTEEN 2025!

