

KUNTOTESTAUSPÄIVÄT 2016

kaikille avoin ja maksuton valmennuksen extra-päivä

TAIDON TESTAAMINEN, TUNNISTAMINEN JA HARJOITTAMINEN

Lauantai 19.3.2016 Mäkelänrinteen urheilulukio

9.30 Tervetuloa

9.30 Suomalaisen urheilun strategiset tavoitteet

Simo Tarvonen, johtaja, Urheiluakatemiaohjelma, Huippu-urheiluyksikkö, Suomen Olympiakomitea

9.45 Fyysisen suorituskyky ja taito

Tapani Keränen, LitM, urheilu biomekaniikan asiantuntija, Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus

10.15 Kahvi

11.00 Videoiden käyttö uinnin taitovalmennuksessa

Antti Kauhanen, LitM, uinnin nuorten olympiavalmentaja, Turun Seudun Urheiluakatemia

11.30 Mitä kertoo Lahjakkuustutka? - lahjakkuuden tunnistamisen haasteet ja mielekkyys

Jarkko Finni, LitM, valmennuspäällikkö, Jyväskylän Kenttäurheilijat

12.00 Liikeshallinnan testaaminen – telinevoimisteluvallmentajan työkalut

Timo Holopainen, miesten telinevoimistelumaajoukkueen vastuuvalmentaja, Suomen Voimisteluliitto

12.30 Lounas

13.45 Liikeshallintatestien hyödyntäminen valmennuksen apuna (salibandyssä)

Kati Pasanen, FT, tutkimus- ja kehittämispäällikkö, UKK-instituutti

14.15 Vaihtelu virkistää taidon oppimisessa

Sami Kalaja, LitT, johtaja, Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus

14.45 Pelaajakartoitus ja taidon tunnistaminen jääkiekossa meillä ja maailmalla

Jukka Rautakorpi, palloilulajien vastuuvalmentaja, Suomen Olympiakomitea

15.15 Taitoa tukeva fyysikkaharjoittelu

Mika Saari, valmennuksen kehittäjä, Pääkaupunkiseudun Urheiluakatemia Urhea

15.45 Päivän päätös

SEMINAARITIEDOT

Ilmoittautuminen

Lauantai seminaaripäivä on maksuton ja kaikille avoin. Seminaaripäivään tulee kuitenkin ilmoittautua etukäteen. Viimeinen ilmoittautumispäivä on 29.2.2016. Ilmoittaudu osoitteessa www.lts.fi/koulutus.

Seminaaripaikka

Mäkelänrinteen urheilulukio (Mäkelänkatu 47, 00550 Helsinki)

Ruokailut ja kahvit

Lauantai lounas ja kahvit ovat omakustanteisia.

Lisätietoja:

Jonne Kamsula (ohjelma)

puh. 010 778 6606
jonne.kamsula@lts.fi

Linda Raivio (ilmoittautuminen)

puh. 010 778 6602
linda.raivio@lts.fi

Pidätetään oikeuden ohjelman muutoksiin

Järjestäjät:

Liikuntatieteellinen Seura ja Liikuntatieteellisen Seuran kuntotestausvaliokunta

Yhteistyössä:

Mäkelänrinteen Urheilulukio ja Pääkaupunkiseudun Urheiluakatemia, Urhea