



# T- klubin valmennusseminaari Hämeenlinnan Raatihuoneella lauantaina 25.9.2021, klo 13.00-17.00

- "Juniorista huipulle - ja nopeasti?" -

- klo 13.00 Seminaarin avaus**  
Olavi Vuorinen, T-klubin puheenjohtaja ja Hämeenlinnan kaupungin edustaja
- klo 13.05 Juniorista huipulle, valmennuksen ja taustatekijöiden merkitys**  
Kirsi Hämäläinen, LitT, valmentajakoulutuksen asiantuntija, Olympiakomitea
- klo 13.35 Juniorista huipulle, nopeus- , voima ja kestävyysharjoittelu fysiologian ja biomekaniikan näkökulmasta**  
Antti Mero, LitT, emeritus Professori, Jyväskylän yliopisto
- klo 14.10 Nuoria huippupelaajia tuottavan pelaajapolun taustat ja haasteet**  
Jyrki Louhi, KTM, ex-huippupelaaja
- klo 14.40 Kahvi**
- klo 15.10 Juniorista huipputulokseen - Aaron Kangas juniorijääkiekkoilijasta moukarinheittäjäksi. Urheilu-urjen haasteet ja kriittiset menestystekijät.**  
Jarmo Kangas, valmentaja
- klo 15.40 Keskeiset valintani omalla urheilu-urallani**  
Mikaela Ingberg, BBA, ex-huippu-urheilija
- klo 16.10 Keskeiset valintani omalla urheilu-urallani**  
Matti Heikkinen, KTK, ex-huippu-urheilija
- klo 16.40- Seminaarin yhteenveto- paneeli**  
**17.00 Seminaariesiintyjät ja osanottajat**

Seminaarin puheenjohtajana toimii liikuntaneuvos Jarmo Mäkelä

**Ilmoittautumiset:** [www.t-klubi.net](http://www.t-klubi.net) tai [www.suomenvalmentajat.fi](http://www.suomenvalmentajat.fi)  
**20.9. mennessä. Osallistumismaksu 30 € ilmoittautumisen yhteydessä T-klubin tilille: Nordea FI46 1135 3000 3192 44 viitenumero 3900**  
**Tiedustelut:** [olavi.vuorinen@pp.inet.fi](mailto:olavi.vuorinen@pp.inet.fi)

HÄMEEN SANOMAT



HÄMEENLINNAN  
KAUPUNKI