

## **T-klubin järjestämät valmennusseminaarit Hämeenlinnan Raatihuoneella**

### **22.4.2006 Urheiluvammat ja niiden ehkäisy**

**Timo Vuorimaa**, valmentaja ja yliopettaja, **T-klubi**  
**Jouni Heikkilä**, LT, dos., ortopedian ja traumatologian erikoislääkäri, **T-klubi**  
**Kimmo Mattila**, LT,dos., radiologian erikoislääkäri  
**Petri Keskitalo**, ent. kymmenottelija, toim.joht.  
**Merja Sopenperä**, fysioterapeutti, **T-klubi**

### **3.3.2007 Liiku terveemmin-seminaari urheiluvammoista ja niiden ennaltaehkäisystä**

**Sakari Orava**, prof.,dos., ortopedian ja traumatologian erikoislääkäri  
**Jouni Heikkilä**, LT, dos., ortopedian ja traumatologian erikoislääkäri, **T-klubi**  
**Kimmo Mattila**,LT, dos., radiologian erikoislääkäri ,  
**Kari Sinkkonen**, valmentaja  
**Petri Keskitalo**, ent. kymmenottelija, toim.joht.  
**Wilson Kirwa**, ent. juoksija

### **9.2.2008 Urheilija nesteessä- ravinnon, nesteytyksen ja huollon merkitys urheilijalle**

**Katja Mjösund**, LT, liikuntalääketieteen erikoislääkäri  
**Mikael Fogelholm**, ETT, dos.  
**Timo Vuorimaa**, valmentaja, LitT, **T-klubi**  
**Jouni Heikkilä**, LT, dos., ortopedian ja traumatologian erikoislääkäri, **T-klubi**  
**Juhani Mikkola**, SM 400m 2007/**Ilkka Seppänen**, lääkäri, valmentaja, HML Tarmo  
**Veli-Pekka Laitinen**, kapteeni/**Jussi Hyvärinen**, junioripäällikkö, HPK  
**Ville Pietilä**, fysioterapeutti/**Kai Lindfors**, manageri, Trackers  
**Petri Keskitalo**, toim.joht.

### **25.4.2009 Turvaa lasten ja nuorten harjoitteluun**

**Petri Haapanen**, Suomen Olympia Akatemian pj  
**Olli Heinonen**, prof., dos., liikuntalääketieteen erikoislääkäri.  
**Jouni Heikkilä**, LT, dos.,ortopedian ja traumatologian erikoislääkäri, **T-klubi**  
**Pasi Mäenpää**, Nuori Suomi  
**Ilkka Seppänen**, lääkäri, valmentaja, HML Tarmo, **T-klubi**  
**Petri Keskitalo**, valmentaja, ent. huippu-urheilija.

### **23.10.2010 Juniorista kilpaurheilijaksi I**

**Jouni Heikkilä**, LT, dos., ortopedian ja traumatologian erikoislääkäri, **T-klubi**  
**Hannele Hohtari**, LKT,naistentaudit  
**Hannu Hämäläinen**, pikajuoksija, VU / **Heikki Hämäläinen**, valmentaja, **T-klubi**  
**Ismo Hämäläinen**, valmentaja, Lappidocin kestävyysurheilun päävalmentaja  
**Jani Blad**, päävalmentaja, Trackers / **Sami Saarinen**, pelaaja, Trackers  
**Petri Keskitalo**, toim.johtaja, Linna Golf Oy

## **15.10.2011 Juniorista kilpaurheilijaksi II**

**Jarkko Finni**, urheiluyksikön johtaja, Nuori Suomi ry  
**Harri Hakkarainen**, mm. Suomen jääkiekon miesten A-maajoukkueen lääkäri ja fysiikkavalmentaja vuodesta 2006, liikuntatieteen maisteri, lääketieteen lisensiaatti, Terveystalo  
**Jaakko Kailajärvi**, lihaskuntovalmentaja (Tappara) ja voima-asiantuntija/  
**Jenni Puputti**, fysioterapeutti, painonnostaja ja keihäänheittäjä, TP  
**Antti Mero**, liikuntafysiologian professori, Jyväskylän yliopisto  
**Ville Suomalainen**, fysioterapeutti, Mehiläinen  
**Petri Keskitalo**, toim.johtaja, Linna Golf Oy

## **12.10.2012 Harjoittele kovaa pysy terveenä**

**Petri Väyrynen**, TtM/fysioterapeutti  
**Timo Vuorimaa**, valmentaja, LitT, **T-klubi**  
**Tomi Mäkelä**, fysioterapeutti, Tappara  
**Tanja Komulainen LL**, UKK instituutti  
**Petri Keskitalo**, toim.johtaja, Linna Golf Oy

## **13.10. 2013 Psykinen valmennus ja valmennuksen sudenkuopat**

**Hanna-Maari Latvala**, LitM, urheilupsykologia  
**Ann-Mari Salokero** Voimavaravalmennus Vaisto oy  
**Hannu Hämäläinen** pikajuoksija  
**Joni Rautanen** pikajuoksija  
**Petteri Jouste** lajivalmentaja SUL  
**Petri Keskitalo**, toim.johtaja, Linna Golf Oy

## **4.10.2014 Urheilijan ura 10-vuotinen matka**

**Tuomas Mäkinen**, liikuntalääketieteeseen erikoistuva lääkäri, LIKES, Mehiläinen  
**Hanna Kanerva**, fysioterapeutti  
**Tommy Ekblom**, lajivalmentaja SUL  
**Hannu Hämäläinen ja Petri Keskitalo**  
**Aki Riihilahti**, HJK

## **8.10.2016 Mielen hyvinvointi ja kohtaamisen taito urheilijan tukena**

**Hannu Hämäläinen**, valmennuspäällikkö SUL, **T-klubi**  
**Marko Siivonen**, ammattivalmentaja  
**Niilo Konttinen**, urheilupsykologi KIHU  
**Jussi Ihamäki**, valmentaja  
**Nooralotta Neziri**, aitajuoksija  
**Petri Keskitalo**, toim.johtaja, Linna Golf Oy