



TSEMPPILÄINEN

KAUSIJULKAISU KEVÄT 2015



MIEHEMME MAAILMALLA

Tabletti etsii omaa asiakasomistajaa...

NYT SINUNKIN KANNATTAA LIITTYÄ
OP SUUR-SAVON ASIAKASOMISTAJAKSI!



Arvomme tänä vuonna joka kuukausi yhden tabletin uusien asiakasomistajien kesken. Lue lisää op.fi/suur-savo ja liity asiakasomistajaksemme vaivattomasti joko verkossa tai piipahtamalla konttorissamme.

Yhdessä hyvä tulee.



OP Suur-Savo

HYVÄÄ KESÄÄ!



**MIKASA
BEACHVOLLEY
PALLOT ELMOSTA
TSEMPPIHINTAAN!**

ASICS JA ADIDAS
SISÄPELIKENGÄT

-50%



Kaaritie 12, PIEKSÄMÄKI
p. 0207 291801, elmopmk@sahkopari.fi
www.sahkopari.fi

Avoinna:
MA-PE: 9-18
LA: 9-14



0207 -alkuiset numerot 8,21 snt/puhelu + 6,9snt/min lanka- tai 14,9 snt/min matkapuhelinverkosta.

HALPA HARRASTUS!!!

Viime aikoina on valtakunnalliseen keskusteluun noussut liikunnan harrastamisen kalleus juniori-ikäisten parissa. Olemme myös Pieksämäen Tsemppi 82:n taholta seuranneet keskustelua mielenkiinnolla, mutta myös suurta mielihyvää ja ylpeyttä tuntien.

Valtakunnallinen urheilulehti Urheilusanomat julkaisi keväällä tutkimuksen, jossa oli verrattu 10-vuotiaiden harrastamisen hintaa eri lajien urheiluseuroissa. Kallein laji ylivoimaisesti oli jääkiekko, jossa kalliit jäähallivuokrat nostavat vanhempien maksettavaa rahamäärää. Tuo maksu nousee vuodessa jopa 5000 euroon. Yhtenä tällaisena seurana mainitaan myös alueellamme toimivan kuopiolainen jääkiekon erikoisseura. Lähinnä nämä jääkiekon maksut ovat herättäneet voimakkaan keskustelun siitä, että ne karsivat selvästi lajiin harrastajien määrää. Paikkakuntamme jääkiekkoseuran maksut ovat paljon pienemmät, mutta täälläkin ne ovat monen mielestä liian korkeat.

Lentopallon harrastaminen on valtakunnan halvimpia. Omassa seurassamme harrastaminen on todella edullista. 10-vuotiaan juniorin pelaajamaksu on kauden aikana 125 euroa. Siihen kuuluu harjoitukset, sarjaturnaukset ja vuoden aikana olevat seuran yhteiset tapahtumat. Tämän lisäksi itse joutuu maksamaan Power cup-turnauksen, joka tänä vuonna on tapauksesta riippuen 145–185 euroa. Jos tähän vielä lisätään joitakin turnauksiin tai varusteisiin liittyviä maksuja, pysyy yhden juniorin harrastukseen kuluva raha selvästi alle 500 euron.

Tuossa 500 eurossa nuo kustannukset on edelleen tarkoitus pitää ja sillä tarjota edelleen laadukasta ja hyvää toimintaa lentopallon parissa pieksämäkeläisille lapsille ja nuorille. Toivottavasti olemme taas kaudella 2014–2015 tuossa tehtävässä onnistuneet ja toivottavasti seuramme toiminta ensi kaudellakin kiinnostaa yhä uusia junioreja, joita tarvitsemme, kun olemme jälleen rakentamassa uutta sukupolvea hyvään harrastukseen ja kunnon elämään.

Tämän tsemppiläisen sivuilta saatte lukea hyvin myönteisen haastattelun yhdestä seuramme kasvatista, Lauri Hakalasta. Lauri on täällä lentopallokipinänsä saaneena valloittanut monia lentopalloareenoita ja on nyt tekemässä hienoa valmentajauraa kuopiolaisessa LEKA-volleyssa ja Suomen maajoukkuekuvioissa. Innostakoon myös Laurin antama esimerkki junnujamme, heidän vanhempiaan ja kaikkia tsemppiläisiä kehittämään edelleen seuramme hienoa työtä lasten, nuorten ja perheiden parissa.

On hienoa olla tsemppiläinen, vai mitä ?

**Heikki "Hopö"
Holopainen**
puheenjohtaja



MIEHEMME MAAILMALLA



Lauri Hakala on yksi Pieksämäen Tsemppi 82:n kasvateista pitkälle edenneistä lajin harrastajista. Lauri on pelannut lentopalloa huipulla niin Suomessa kuin ulkomaillakin aina Yhdysvallat mukaan lukien. Tällä hetkellä Lauri tekee valmentajan uraa Suomen huipputasolla.

Tavoitimme Laurin maajoukkueleiriltä Kuortaneen Urheiluopistolta, jossa hän kaiken kiireen keskellä vastasi erittäin mielellään kysymyksiimme.

1. Miten lentopallosta tuli sinun lajisi?

- Usean asian summa luulisin. Se oli isälteni tärkeä harrastus, ja Pieksämäellä oli upea historia takana. Varmaan tärkein vaikuttava asia kuitenkin oli kaveripiiri, Ville Holopaiset ja Teppo Perkiset, jotka pelasivat. Niin pelasin sitten minäkin.

2. Millaisia muistoja Sinulla Tsemppin junioriajoiltasi?

- Hienoja muistoja! Vaikka varmasti joku hävitty pelikin muistuu mielen yhä, kylä se oli onnellista ja rikasta aikaa kaikin puolin. Power cupit varmaan päällimmäisenä tekivät kestäviä muistoja ja opettivat paljon elämästä ja kansainvälisyydestä.

3. Mitä "tsemppiläisyys" sinulle merkitsee?

- Hyvä kysymys. On paljon ihmisiä, jotka kulkevat halki elämän miettimättä tällaisia asioita juurikaan. Itselleni on

tärkeää olla tsemppiläinen. Pieksämäki ja Tsemppi antoivat hyvät eväät maailmalle, ja tätä muista ihmisistä välittämisen kulttuuria pidän tässä tärkeimpänä asia-na. Tsemppiläinen ei ole yksin, vaikka jokaisesta joskus siltä tuntuu. Kiitos.

4. Mitä lentopalloilu on Sinulle antanut?

- Valtavasti. Kokemuksia, oppia, kieliä, kykyä toimia porukassa, kykyä käsitellä voitot ja vastoinkäymiset. Kaksi ammattiakin se on minulle antanut: Ensin pelaajana ja nyt valmentajana. Jos en pelaisi pärjäisin varmaankin, mutta en yhtään osaa sanoa minkälaista elämä olisi. Ihan erilaista kuin nyt joka tapauksessa!

5. Mitä unelmia Sinulla on tulevaisuuteen?

- Nähdä Suomi olympialaisissa jonakin päivänä ja auttaa yhdistämään meidän lajikenttää ja valmennusta. Se on tärkeää ja vie aikaa, mutta on täysin mahdollista. Valmentaa vielä ulkomailla pitkä ura jossakin vaiheessa, vaikka nyt Kuopio on paras paikka vielä vuosia.

- Niin ja oppia vielä uusia vieraita kieliä!!!

KAUSI 2014-2015

Ohessa valmentajien mietteitä kuluneesta kaudesta



Lentishuiput yhteiskuvassa Vesileppis Areenalla Super Hero Action Play Day -tapahtumassa.

Miesten 2-sarjan kausi oli haasteellinen. Alkukausi meni paremmin, mutta sitten alkoivat hankaluudet, kun aina oli joku kipeänä tai muuten estynyt pelaamaan. Varsinkin kevätpuolella oli täpä-

rää, saadaanko joukkuetta kasaan peliä varten. Urheasti kausi kuitenkin pelattiin loppuun. Alemman jatkosarjan pelit päättyivät jo maaliskuun alussa.

-Tuula-



A-tytöt harjoitteli omalla joukkueella kaksi kertaa viikossa ja kerran viikossa harjoittelivat C-tyttöjen kanssa. Joukkueessa pelasi muutama tyttö, jotka olivat pitäneet taukoa muutaman vuoden, mutta vahvalla rutiinilla ja hyvällä asenteella he pelasivat hienon kauden. Suonenjoelta kävi kolme tyttöä vahvistamassa Tsemppin joukkuetta. Muut tytöt olivat edellisen vuoden B-tyttö joukkueesta.

Valmennuksesta vastasi *Timo Hämäläinen* ja *Kari Aspegren*.

Tsemppin tytöt pelasivat kauden aikana E- ja F-boolissa. Koko kauden pelit olivat tiukkoja ja parhainpana pelinä jäi mieleen viimeisen turnauksen viimeinen peli Salppista vastaan. Ottelu meni kolmanteen erään, jonka tytöt voitti 21-19. Tosi hieno peli tytöiltä ja loistava valmennus Karilta!

Tuleva kausi on vielä epävarma, koska osa tytöistä lähtee opiskelemaan muualle ja osalle tulee ikä täyteen. Tytöt ovat aloittaneet omatoimisen kesäharjoittelun.

-Pekka-



Pieni mutta sitäkin innokaampi seitsemän pelaajan vanhempi C-tyttöjoukkue aloitti jo viime vuoden alkukesästä harjoittelun ja valmistautumisen kuluneeseen kauteen. Harjoituksia oli 2-4 kertaa viikossa ja niissä keski-tyttiin taidon ja tekniikan hiomiseen

unohtamatta lihaskuntoharjoittelua. Ensimmäinen turnaus syksyllä oli ns. alueellinen tasonmittausturnaus, jonka jälkeen jatkoimme 1-sarjassa. Seuraava turnaus voitettiin ja nousiin samantien SM-sarjaan.

Tämä nousu innosti tyttöjä harjoit-

MIESTEN 2-SARJA

A-TYTÖT

C-TYTÖT 1

telemaan lisää, sillä SM-sarjan säännöt sallivat yläkauttasyötön ja vapaan aloituksen nostotyylin. Into ja motivaatio joukkueessa oli käsinkosketeltava.

C-poolissa pelattiin viiden joukkueen turnauksena ja sieltä saatiin tuntu-
maa ja kovuutta oman tason peleihin. Niissä onnistumiset poikivat nousun B- ja jopa A-pooliin ja lopulta suoran SM-finaalipaikan.

Raskas kausi pitkine matkoineen ja pienellä rosterilla pelaaminen alkoi kuitenkin vaatia veronsa ja SM-kisat eivät sujuneet odotetulla tavalla. Tiukat pelit eivät enää kääntyneet meille ja tuloksena oli 12. sija.

SM-sarjan välissä pelattiin Itä-Suomen aluemestaruuskisat ja tuloksena oli upea 2. sija. Lisäksi osa työistä on ollut kau-

den aikana C-tyttöjen aluejoukkueissa ja myös katsastus- ja maajoukkueilleille pelaajia on kutsuttu.

Koko kausi kokonaisuudessaan on ollut hieno matka ja tämän matkan aikana on vuodatettu litrakaupalla hikeä, välillä kyyneleitäkin. Aika usein olemme käyttäneet metrikaupalla teippiä, jääpusseja, laastareita ja särkylääkkeitä unohtamatta. Toisaalta myös ilonkiljauksia on kuultu paljon. Hienointa koko matkassa on kuitenkin ollut nähdä tyttöjen kehittyminen ja SUURI INTO LENTOPALLOON.

Joukkueen valmennuksesta ovat vastanneet *Henrik Kosonen* ja *Ilpo Kaunisto*, joukkueenjohtajana on toiminut *Elena Boricheva*.

-Ilpo-



C-TYTÖT 2

Kausi 2014-2015 oli Tsempin C2-tytöille uuden oppimisen kausi. Siirtyminen pelaamaan isolle kentälle ja kuudella pelaajalla ei ollut mikään pieni muutos verrattuna aiempiin kausiin. Syksyllä, kun ensimmäisiä harjoitukertoja vedettiin Hiekanpään koulun isolla kentällä, uusin harjottein, oli se aluksi kaikkea muuta kuin lentopalloa.

Kerta kerran jälkeen se kuitenkin alkoi enemmän ja enemmän muistuttamaan jo hieman lentopallon pelaamiselta ja tyttöjen positiivinen asenne ja halu oppia uutta oli kuitenkin niin vahva, että meillä valmentajilla ei ollut epäilystäkään, etteikö tämä tyttöryhmä tulisi pärjäämään myös isolla kentällä.

Harjoittelimme kaksi kertaa viikossa, minkä lisäksi kävimme myös pari kertaa kuussa kuntosalilla. Kuntosalin mukaan

ottaminen toimintaamme sai tytöiltä vaurauksettomaa kannatusta.

Valtakunnallisesti C-tyttöjä ilmottautui 112 joukkuetta kisailemaan oman ikäluokkansa Suomen mestaruudesta. Syksyn ja kevään aikana oli pooliturnauksia joukkueellamme 7 kappaletta ja viimeisen sijoitusturnauksen jälkeen löysimme itsemme sijalta 48, joka oli hieno saavutus nuorelta joukkueeltamme. Tulevalle kaudelle onkin helpompi lähteä kun peliä samalta sarjatasolta on alla jo useita kymmeniä.

Joukkueessamme pelasi seuraavat tytöt: *Emma Rautiainen*, *Suvi Nyberg*, *Roosa Itkonen*, *Johanna Nyrönen*, *Sonja Montonen*, *Jecilia Taavitsainen*, *Vilma Ylönen*, *Pauliina Hietala* ja *Emma Ahonen*. Valmentajina toimivat *Jukka Rautiainen*, *JP Itkonen* ja *Hannu Ahonen*. **-Hannu-**



C-POJAT

C-poikien alkusyksy näytti lupaavalta, kun joukkueeseen saatiin uudet pelaajat, *Jeremias* ja *Jubo*. Kuitenkin siinä vaiheessa, kun pelikausi käynnistyi, alkoivat

vammautumiset ja sairastelu vaikeuttaa poikien harjoittelua ja turnauksia. Joka turnaukseen lähdettiin erilaisella kokoonpanolla ja kapealla pelaajamate-



riialilla pelaaminen oli raskasta. Pojat kehittyivät kuitenkin kovasti kauden aikana ja kuusikkopelaaminen alkoi sujua. He palasivat koko kauden valtakunnallista 1-sarjaa ja lopullinen sijoitus ailahtelevan kauden päätteeksi oli 27. Tsempin C-pojista valittiin *Ylösen Kimmo* Itä-Suomen joukkueeseen syyskuussa pidettyihin SM-aluekisoihin.

Joukkue menestyi hienosti sijoittuen kolmanneksi. Hienon turnauksen myötä Kimmo kutsuttiin 2001 syntyneiden maajoukkueryhmään, jossa hän on ollut mukana kuluneen kauden. Kevätkauden lopulla pelattiin perinteinen Itä-Suomi cup, jossa Etelä-Savon ykkösjoukkueessa Tsemppiä edustivat *Eetu Elomaa, Jeremias Hänninen, Juho Janhunen, Tommi Nenonen* sekä *Kimmo Ylönen*. Joukkue sijoittui pronssille. Joukkueessa ovat

pelanneet myös *Joonas Janhunen, Tuomas Kuparinen, Tino Pylkkänen ja Miika Strid*. C-poikien harjoitusringissä ovat kauden ajan pelanneet myös B-ikäiset *Vili Rahikainen, Esa Leinonen ja Walteri Karjalainen*. Joukkueen valmennuksesta vastasivat *Vesa ja Marko Ylönen*. Joukkueen johtajana toimi *Vesa Janhunen*.

-Vesa-

C- ja B-pojat



Kausi alkoi harjoitusten osalta syyskuun alussa. Tyttöjä oli ensimmäisissä harjoituksissa mukana kolme, koska tieto kauden alkamisesta ei ollut saavuttanut kaikkia. Lopulta parin ensimmäisen harjoituskerran jälkeen tyttöjä oli mukana yllättäen neljätoista. Mukana oli tasaisesti pelaajia molemmista ikäryhmistä (-02 ja -03). Harjoittelimme kaksi kertaa viikossa tiistaisin ja torstaisin.

Osallistuimme harjoittelun ohella myös D-tyttöjen Etelä-Savon maakuntasarjaan. Tuossa sarjassa pelit olivat vaativia, ja haasteeksi muodostui vähäiseksi jäänyt peliaika kunkin pelaajan osalta. Sijoituimme omassa alkulohkossa sijalle 4 ja jatkolohkossa sijalle 3. Näin ollen pelasimme ennen joulutaukoa sijoista 5-8 ja lopullinen sijoitus oli 6.

Aloitimme tammikuun osalta parin harjoituskerran jälkeen kotiturnauksella, joka pelattiin Harjun koulun salissa. Kevään puolelle lähdettiin kahdella eri joukkueella ja kyseessä oli D-tyttöjen Tiikerisarja. Tsempin joukkueiden kes-

kinäinen tasoero oli melko suuri, vaikka molemmissa ikäryhmissä oli vasta syksyllä lentopalloilun aloittaneita. -02-syntyneiden joukkue menestyi hienosti keväällä voittaen oman lohkonsa. Lopullinen sijoitus oli pronssia D-tyttöjen Itä-Suomen Tiikerisarjassa. Nuorempien joukkue taisteli myös hienosti ja asenne oli pitkälti hauskanpitoa pelien lopputuloksesta huolimatta. Kauteen mahtui myös pallotyttövuoroja Pieksämäki Volleyn kotipeleissä. Yhteistyö liigatason joukkueen kanssa on ollut opettavaista junio-

D-TYTÖT



D-tytöt sai Idän tiikerisarjan pronssia.



rityössä. Kauteen mahtui melkoisesti haasteita valmennuksen näkökulmasta. Tuoreena valmentajana ei tiennyt mitä kausi tuo tullessaan. Työmäärä on ollut melkoinen valmennuksen lisäksi. Tämän osalta toimintaa pitää organisoida paremmin jatkossa, mutta nyt käännetään ajatukset Power-cupiin ja tulevaan kesään!

-Mika-



E-JUNNUT

E-junioreita oli koko kauden ajan ilahduttavan paljon, keskimäärin 15 lasta osallistui harjoituksiin viikoittain. Harjoittelimme kaksi kertaa viikossa ja pääsimme pelaamaan kaikki turnaukset neljän joukkueen voimin. Poikien joukkue menestyikin hienosti ja voitti E-poikien idän aluemestaruuden. Kaksi tyttö-joukkuetta ja seka-joukkue saivat myös runsaasti pelikokemusta voittojen ja tappioiden myötä E-junnujen tiikerisarjassa. Kauden päätöksenä osallistuimme Leppävirran uudella Vesileppis Areenalla pelattuun Super Hero Action Play Day -tapahtumaan, jossa nykyiset ja tulevat huippupelaajat kohtasivat, kun paikalla oli miesten maajoukkuepelaajia seuraamassa E-junnujen turnausta. Pelien jälkeen hiet huuhdottiin Vesileppiksen uima-altailla leikkimielisten kisojen jatkuessa vielä vedessäkin.

Kauden viimeisiin harjoituksiin osallistui lasten lisäksi myös suuri joukko lasten vanhempia, sisaruskia ja muita sukulaisia. Tarkoituksena oli mukavan yhteisen ajanvieton lisäksi näyttää aikuisille kuinka lapset harjoittelevat. Osallistuessaan harjoituksiin joillekin aikuisille saattoi tulla jopa yllätyksenä harjoitusten vaativuus. Lapset pääsivät myös näyttämään sukulaisilleen kauden aikana oppimiaan taitoja.

Hienointa valmentajien silmin oli nähdä lasten huikea kehittyminen niin tekniikan kuin myös fysiikan puolella kauden aikana. Tästä on hyvä jatkaa ensi syksynä kunhan osan porukan kanssa on ensin käyty ihmettelemässä Power Cup -tohinaa Vaasassa.

-Maikki ja Pekka-



Junnut on tosi hyvin jaksaneet käydä treeneissä ja peleissä. Turnauksissa on yleensä ollut kaksi joukkuetta, tyttöjen ja poikien joukkue. Pojat ovat harjoitteet pelaamaan jo E-junnujen säännöillä. Lapset on saaneet pelireissuilta paljon uusia kokemuksia ja kehittyneet tosi paljon. Olen tosi ylpeä junnuista! Vanhemmat ovat olleet aktiivisesti mu-

kana ja auttaneet paljon, kuskina ja valmentajana, jos on ollut tarvetta. Hyvä kannustusjoukkue on aina ollut pelireissuilla mukana. Valmentajia treeneissä oli meitä monta (*Ksenia, Anastasia* ja Volleysta *Niina ja Essi* +joukkueen johtaja *Minna*). Iso kiitos niille kaikille :)

- **Airi**

F-JUNNUT



F-pojat



F-junnut



E-junnut nimmarien haussa Vesileppis Arenalla Super hero action play day -tapahtumassa, kuvassa Siltala, Säisä ja Tolvanen.



F-tytöt

Powercup -INFO VAASA

Power Cup 2015 turnaus Vaasassa 4-7.6.

Tsempiltä turnaukseen on lähdössä 7 joukkuetta:

C-tytöt, C-pojat, D-tytöt (2 joukkuetta), E-pojat, E-sekajoukkue ja E-tytöt.

Yhteensä lähtijöitä on 49 pelaajaa/valmentajaa/huoltajaa.

Osa lähtee omilla kyydeillä ja osa yhteiskuljetuksella.

**Yhteiskuljetukseen lähtijöiden kyyti starttaa Uudelta kirkolta
torstai-aamuna 4.6 klo 5.00
Ole paikalla viimeistään klo 4.45!!!!**

Bussi pysähtyy tarvittaessa Naarajärvellä Moilasen vastapäätä olevalla pysäkillä n. klo 5.15, ilmoita jos nouset kyytiin siitä 044-3409682!!!

- Ennen pelikentille menoa** bussi käy majoituskoululla, josta pelaajat saavat pelipassit, jotka vaaditaan pelipaikalla ruokailuun pääsyyn. Samalla voi matkatavarat jättää koululle.
- Ensimmäiset ottelut** alkavat torstaina jo klo 12 ja lounas tarjolla klo 10-14. Koko turnauksen ohjelma on katsottavissa osoitteessa <http://www.powercup.info/viihdy/ohjelma.html>
- Otteluohjelmat** eivät ole vielä tätä kirjoitettaessa näkyvissä netissä, mutta ne tulevat osoitteeseen <http://powercup.torneopal.fi/>
- Joukkueiden valmentajien** kannattaa vieraillla Power Cupin sivuilla ja kerrata säännöt sekä tarkistaa otteluohjelma vielä lähtöä edeltävänä iltana, niihin saattaa tulla muutoksia ihan viime hetkellä.
- Majoituskoulu Vaasassa** on Länsimetsän koulu, Länsimetsäntie 10. Matkaa pelikentille koululta tulee 9,2 km. Yhteiskuljetukseen ilmoittautuneille on bussi käytössä koko turnauksen ajan. Aikataulu kuljetuksiin sovitaan paikan päällä, kun otteluohjelmat päivien osalta selvillä. Bussikuljetus on järjestetty myös avajaisiin ja kisadiskoon.
- Jokaisen lähtijän** kannattaa vieraillla Power Cupin virallisilla sivuilla osoitteessa <http://www.powercup.info/etusivu.html> sieltä löytyy paljon tietoa liittyen turnaukseen.
- Vierailkaa myös** seuran kotisivuilla <http://pieksamaentsemppi.fi/power-cup/power-cup-2015-vaasa/>, josta löytyy lähtijälista, TARKISTAKAA ETTÄ NIMI ON LISTALLA JA MIKÄLI LÄHDET YHTEISKULJETUKSEEN, ETTÄ NIMESI ON KOROSTETTUNA LISTALLA! JOS TIETO LISTALLA EI PIDÄ PAIKKAANSA OTA VÄLITTÖMÄSTI YHTEYS 044-3409682.

Lisäinfoa kauden päättäjaisissä ja kotisivuilla!

VUODEN NUORI SUOMI VALMENTAJA: **MIKA WEISSMANN**

1. Miten sinusta tuli valmentaja/ohjaaja?

- Lähdin ihan mielenkiinnosta E-junioreitten harjoituksiin mukaan keväällä 2014 seuraamaan lähinnä tyttärenti palloilua. Silloinen valmentaja oli estynyt lähtemään Power Cupiin Raaheen ja näin ollen minua kysyttiin siihen hommaan. Lupauduin lähtemään Poweriin ja sitä kautta lentopallo imaisi mukaansa, eikä valmentajiaakaan ollut jonoksi asti syksyllä 2014 kauden alkaessa.

2. Ketä/minkälaista ryhmää tällä hetkellä valmennat?

- Tsemppin D-tyttöjä, 11-12- vuotiaita.

3. Kuinka monta vuotta olet valmentanut?

- Yhden kauden vasta.

4. Mistä asioista pidät eniten valmennushommissa?

- Siitä, kun näkee pelaajien kehittyvän ja onnistuvan. On mielenkiintoista seurata, kuinka tytöillä tunteet sanelevat paljon, niin onnistumisissa kuin epäonnistumisissakin. Harjoitusten suunnittelu on myös mukavaa.

5. Mitkä asiat ovat puolestaan vaikeita tai ikäviä työssäsi?

- Ison ryhmän mukanaan tuomat haasteet; eri tasoisten pelaajien eriyttäminen

tai ryhmadynaamiset seikat tyttöjen iänkin huomioon ottaen ;) mm.

6. Mikä on mukavin valmennusmuistosi?

- Turnausreissut toisille paikkakunnille sekä tietysti D-tyttöjen vanhemman ikäluokan menestyminen kevään Tiikeri-sarjassa.

7. Onko sinulla joku henkilö tai taho, joka on auttanut sinua valmennustyössäsi ja haluat häntä kiittää siitä?

- On moniakin, joista kaikki toki ansaitsevat kiitokseni avusta ja tuesta sekä kannustuksesta. Mutta erityiskiitokset kuuluvat ehdottomasti *Heiskanen Pekalle* ja *Rautiaisen Jukalle!* Heiltä kokeneempina valmentajina on tullut kullannarvoisia vinkkejä ja neuvoja omaan valmentamiseen.

- Myös *Pertti Kulluvaaran* pitämä tekniikkakurssi syvensi omaa tietämystäni lentopalloilun teknisistä seikkoja ajatellen, joten kiitokset siitä hänelle!

Seuran Nuori Suomi vastaava *Tuula Poimala-Ylönen*



**NUORI
SUOMI**
ILOA LIIKKEELLE

