



ETELÄ-POHJANMAAN  
URHEILUAKATEMIA

[epurheiluakatemia.fi](http://epurheiluakatemia.fi)



URHEILIJAN  
PARHAAKSI  
TIELLÄ  
HUIPULLE

TOIMINTAKERTOMUS  
1.8.2012 – 31.7.2013



**SISÄLLYS**

1.	AKATEMIAKATSAUS	3
2.	HALLINTO	4
2.1	Kunnat, kaupungit ja Kuortaneen Urheiluopistosäätiö	4
2.2	Toimintamalli	4
2.3	Organisaatio	5
2.3.1	Ohjausryhmä ja toimihenkilöt	5
2.3.2	Sopimuskumppanit	6
3.	OPISKELU JA OPPILAITOKSET	6
4.	URHEILIJAT JA LAJIT	7
5.	VALMENTAJAT, VALMENNUS JA HARJOITUSOLOSUHTEET	9
6.	ASiantuntijapalvelut	12
7.	TIEDOTTAMINEN	13
8.	URHEILUAKATEMIAYHTEISTYÖ	14
9.	TALOUS	15



## 1. AKATEMIAKATSAUS

Kulunut lukuvuosi oli Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemia kuudes toimintavuosi. Toiminta jatkui aikaisempien lukuvuosien viitoittamilla linjoilla ja laajuudessa. Akatemiaurheilijoiden määrässä (268) oli pientä nousua aiempiin vuosiin nähden. Vajaa puolet urheilijoista oli Kuortaneen urheilulukion opiskelijoita.

Palloilulajien edustus akatemiassa on vahva, sillä selvästi yli puolet urheilijoistamme edustaa näitä lajeja ja tämä suuntaus vain vahvistuneena tulevana lukuvuosina. Pelataan maakunnassa korkeimmalla sarjatasolla niin salibandyssä, jalkapallossa, pesäpallossa kuin koripallossa ja lentopalloa 1-sarjaa. Kaudella 2012 – 2013 kolme täysin Etelä-Pohjanmaan Urheiluakatemia urheilijoista koostuvaa joukkuetta pelasi omana joukkueenaan valtakunnallisissa palloilusarjoissa. Team Oriflame Kuortane pelasi naisten jääkiekon SM-sarjassa ja Kuortaneen Urheiluopiston nimellä pelanneet lentopallojoukkueet miesten ja naisten 1-sarjassa.

Merkittävin käytännön uudistus akatemiatoimintaan oli puolipäiväisen valmennuspäällikön palkkaus tammikuussa 2013. Teemu Rauhalan työn avulla pystyttiin panostamaan entistä enemmän akatemiavalmennuksen kehittämiseen, yleisvalmennukseen ja valmentajien työn tukemiseen. Mm. valmentajien yhteisöllisyyttä on pyritty parantamaan järjestämällä heille yhteisiä aamukahvitilaisuuksia ja perustamalla ns. akatemiavalmentajien valmentajakerho, joka kokoontuu säännöllisesti keskustelemaan ajankohtaisista valmennukseen liittyvistä teemoista.

Opetus- ja kulttuuriministeriön ensimmäistä kertaa myöntämä, aiempia vuosia selkeästi suurempi erityisavustus urheiluakatemioiden puolestaan mahdollisti akatemiakoordinaatioon käytetyn resurssin kasvattamisen sekä urheilijoille tarjottavien asiantuntijapalveluiden kartoitustyön aloittamisen, uusien yhteistyökumppanien etsimisen ja palvelutarjonnan laajentamisen. Asiantuntijapalveluiden kehitystyö on kuitenkin vasta aluillaan ja siinä riittää runsaasti työsarkaa jatkossakin.

Urheiluakatemiatoiminnan valtakunnallisesta koordinaatiosta ja sisällöllisestä ohjauksesta vastaa nykyisin Suomen Olympiakomitean Huippu-urheiluyksikkö ja akatemiatoimintaa ohjaa ”Urheiluakatemiatoiminnan ohjeisto”. Ohjeistus on syntynyt osana huippu-urheilun muutostyötä ja siinä määritellään toiminnan eri osa-alueiden tavoitteet ja toteutus. Tärkeä osa ohjeistusta on urheilijoiden ja valmentajien kehittymisen seuranta sekä toiminnan kehittymisen seuranta. Valtakunnallinen huippu-urheilun seuranta- ja arviointijärjestelmä rakennetaan vuosina 2013 - 2014 ja se tulee sen jälkeen myös osaksi urheiluakatemioiden jatkuvaa toimintaa.

Etelä-Pohjanmaan Urheiluakatemia nykyinen huippu-urheiluakatemiastatus on voimassa vuoden 2013 loppuun. Teemme kaikkemme, että säilytämme statuksen myös seuraavien neljän vuoden ajan.

Maarit Laitinen  
koordinaattori



## 2. HALLINTO

### 2.1 Kunnat, kaupungit, oppilaitokset ja Kuortaneen Urheiluopistosäätiö

Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemia toiminnan käynnistänyt puitesopimus hyväksyttiin 14.3.2007. Lukuvuonna 2012 - 2013 näistä sopimuksen hyväksyneistä toimijoista olivat mukana edelleen Kauhajoen kaupunkia lukuun ottamatta kaikki muut sopimuksen allekirjoittaneet tahot: Ilmajoen kunta, Kuortaneen kunta, Kuortaneen urheiluopistosäätiö, Lapuan kaupunki, Seinäjoen kaupunki (entinen Nurmo ja Seinäjoki) sekä Seinäjoen Ammattikorkeakoulu ja Koulutuskeskus Sedu (entinen Seinäjoen koulutuskuntayhtymä). Puitesopimuksen lisäksi kaikkien yhteistyötahojen kanssa on solmittu myös kahdenkeskiset yhteistyösopimukset.

Sopimusten avulla kehitetään ja tehostetaan maakunnan kuntien, kaupunkien, toisen ja korkea-asteen koulutuksen järjestäjien sekä Kuortaneen Urheiluopiston välistä yhteistyötä Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemiatoiminnassa eli urheilijoiden opetuksen ja päivittäisvalmennuksen järjestämisessä ja toteuttamisessa, erilaisten asiantuntijapalveluiden tarjoamisessa sekä harjoitteluolosuhteiden kehittämisessä.

Sopijaosapuolten pitkäjänteinen sitoutuminen akatemiatoimintaan on vahvistanut merkittävästi eteläpohjalaisten urheilevien opiskelijoiden mahdollisuuksia yksilöllisempiin ja joustavampiin opintoihin sekä urheilijauralla etenemiseen omassa maakunnassaan.

Kuntien ja kaupunkien yleinen rooli urheiluakatemiajärjestelmässä on vastata harjoitusolosuhteista ja niiden koordinoinnista paikallinen ja alueellinen päätöksenteko huomioiden. Koulutuksen järjestäjinä ja oppilaitosten ylläpitäjinä kunnan ja kaupungit sitoutuvat akatemiatoimintaan myös oppilaitostensa kautta.

### 2.2 Toimintamalli

Etelä-Pohjanmaan huippu-urheiluakatemia on Kuortaneen urheiluopiston valmennuskeskuksen hallinnoima ja koordinoima maakunnallinen yhteistyöverkosto, joka kehittää ja tarjoaa monipuolisia ja laadukkaita palveluita opiskelun ja kilpaurheilun kokonaisvaltaiseen yhdistämiseen. Akatemian harjoitusryhmiä toimii Ilmajoella, Kuortaneella, Lapualla ja Seinäjoella.

Akatemiatoiminta kattaa kaikki koulumuodot yläkouluista aina yliopistotasoiseen opiskeluun, ja on tarkoitettu tavoitteellisille ja motivoituneille kansalliseen ja kansainväliseen menestykseen pyrkiville urheilijoille.

Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemia tukee ja koordinoi tavoitteellisesti harjoittelevan ja huipulle pyrkivän urheilijan opiskelu- ja urheilu-uran yhdistämistä. Täysipainoinen valmentautuminen käsittää päivittäistä harjoittelua myös koulupäivän aikana henkilökohtaisen opinto- ja valmennussuunnitelman mukaisesti. Urheiluakatemia keskeisiä tehtäväalueita ovat valmennuksen kehittäminen, päivittäisen harjoittelun tehostaminen sekä urheilijoiden opiskelumahdollisuuksien, harjoitusolosuhteiden ja asiantuntijapalveluiden kehittäminen.

Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemia yhteistyökumppaneita valmennustoiminnassa ovat maakunnan urheiluseurat, kansalliset lajiliitot ja näiden alueorganisaatiot.



Urheiluakatemiassa on koordinaattori, joka vastaa urheiluakatemiatoiminnan käytännön toteutuksesta sekä tammikuusta 2013 alkaen valmennuspäällikkö/-koordinaattori, joka vastaa akatemiavalmennuksesta. Koordinaattorin ja valmennuspäällikön työtä tukee Urheiluakatemian johtoryhmä. Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemiassa on toimisto sekä Kuortaneen urheiluopistolla että Seinäjoen Ammattikorkeakoulun tiloissa.

## 2.3 Organisaatio



### 2.3.1 Johtoryhmä ja toimihenkilöt

Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemiaa hallinnoi Kuortaneen Urheiluopiston valmennuskeskus.

Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemian johtoryhmään ovat kuuluneet:

Tapio Korjus	Kuortaneen Urheiluopisto
Hannu Kankaanpää	Lapuan kaupunki
Päivi Vähäsalo	Seinäjoen ammattikorkeakoulu
Jorma Hyytiä	Kuortaneen Urheiluopisto
Antti Hänninen	Suomen Jääkiekkoliitto
Pasi Koskela	Suomen Luisteluliitto

Anne Kotila  
 Hannu Lemmetyinen  
 Jaakko Lepistö  
 Reija Lepola  
 Jari Oksanen  
 Maarit Laitinen

Seinäjoen kaupunki  
 Kuortaneen kunta/Kuortaneen urheilulukio  
 Etelä-Pohjanmaan Lentopallojaosto  
 Koulutuskeskus Sedu  
 Suomen Salibandyliitto  
 Kuortaneen Urheiluopistosäätiö

Ohjausryhmän puheenjohtajana toimi Tapio Korjus ja sihteerinä Maarit Laitinen.

Johtoryhmän kokoonpanoa voidaan täydentää uusien yhteistyösopimusten allekirjoitusten yhteydessä.

### 2.3.2 Sopimuskumppanit

Puitesopimuskumppaneiden lisäksi Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemiaa muita sopimustyhteistyökumppaneita olivat:

Suomen Luisteluliitto ry, Pohjanmaan Pesis ry, Suomen Jääkiekkoliitto ry/Keskimaan alue, Etelä-Pohjanmaan yleisurheilu EPU ry, Suomen Salibandyliitto ry, SJK-juniorit ry, SeiHockey Oy ja SSU ry.

Kaikkien puitesopimusten allekirjoittaneiden kuntien kanssa solmitut kahdenkeskiset kolmivuotiset yhteistyösopimukset olivat voimassa 31.7.2013 saakka ja ne on Ilmajoen kuntaa lukuun ottamatta uusittu 1 – 3 vuodeksi eteenpäin.

### 3. Opiskelu ja oppilaitokset

Päävastuu opetuksen järjestämisestä, opintojen suunnittelusta ja seurannasta urheiluakatemiajärjestelmässä on oppilaitoksilla. Maakunnan oppilaitokset ovat suhtautuneet urheiluakatemiat toimintaan hyvin positiivisesti ja olleet kehittämässä urheilijoiden opintomahdollisuuksia ja urheilijan polkua pitkäjänteisesti.

Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemiaa yhteistyöoppilaitokset ja yhteyshenkilöt 2012 – 2013:

Ilmajoen lukio/valmennuslinja  
 Kuortaneen urheilulukio  
 Kuortaneen urheiluopisto  
 Kuortaneen yläaste  
 Lapuan lukio  
 Lapuan yläaste  
 Nurmon lukio  
 Nurmon yläaste  
 Seinäjoen ammattikorkeakoulu  
 Koulutuskeskus Sedu  
 Koulutuskeskus Sedu, Lapua  
 Seinäjoen lukio  
 Seinäjoen lyseo  
 Seinäjoen yhteiskoulu  
 Seinäjoen yliopistokeskuksen

liikunnanopettaja Jukka Peltoniemi  
 rehtori Hannu Lemmetyinen  
 Koulutuskeskuksen johtaja Atte Hotti  
 rehtori Rauno Laitila  
 rehtori Kaisa Piiparinen  
 rehtori Petri Saunamäki  
 rehtori Pekka Manninen  
 rehtori Teemu Tassi  
 suunnittelija Asko Ojanperä  
 liikunnanopettaja Teemu Joensuu  
 opinto-ohjaaja Marketta Valkama  
 rehtori Tuula Lamminmäki  
 rehtori Kaisa Isotalo  
 rehtori Jari Noponen  
 koulutussuunnittelija Aira Metsä-Ketelä



Tapaamisia oppilaitosten edustajien kanssa järjestettiin viisi kertaa lukuvuoden aikana.

#### 4. Urheilijat ja lajit

Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemia on avoin kaikkien lajien urheilijoille. Kuudentena lukuvuotena urheiluakatemia valmennuslajeja olivat jalkapallo, jääkiekko, keilailu, koripallo, lentopallo, pesäpallo, paini, pikaluistelu, salibandy ja yleisurheilu. Muut urheiluakatemiassa edustettuina olleet lajit olivat: golf, hiihto, autourheilu, mäkihyppy, uinti ja voimanno.

Virallinen hakuaika urheiluakatemiaan on kevätlukukausi. Toukokuun loppuun mennessä tulleet hakemukset käsitellään juhannukseen mennessä. Yksittäisiä akatemiahakemuksia otetaan vastaan ja valmennusryhmien kokoonpanoa voidaan täydentää muinakin ajankohtina, jos ryhmissä on tilaa. Akatemiaurheilijoiksi hyväksytään urheilijoita, jotka ovat lajissaan oman ikäluokkansa kansallista kärkitasoa, tähtäävät kansalliselle tai kansainväliselle huipulle tai ovat kansallista haastajatasoa. Joiden lajien kohdalla sisään voidaan ottaa myös maakunnallisen haastajataso urheilijoita lajien omasta toivomuksesta.

Urheiluakatemia toiminta-alueella/yhteydessä toimi viime lukukautena mm.:

- Suomen Salibandyliiton alueellinen harjoituskeskus/valmennuskeskittymä, Seinäjoki
- Suomen Luisteluliiton valmennuskeskus, Seinäjoki
- Suomen Jääkiekkoliiton/Keskimaan alueen harjoittelukeskus, Seinäjoki
- Suomen Jääkiekkoliiton tyttöjen virallinen valmennuskeskus ja yksi nuorten valtakunnallisista valmennuskeskuksista, Kuortane
- Suomen Urheiluliiton valtakunnallinen valmennus- ja koulutuskeskus, Kuortane
- Etelä-Pohjanmaan yleisurheilun EPU ry:n valmennuskeskittymä, Seinäjoki
- Suomen Lentopalloliiton poikien, miesten, tyttöjen ja naisten valtakunnallinen valmennuskeskus, Kuortane
- Suomen Keilailuliiton valtakunnallinen valmennuskeskus, Kuortane
- Pohjanmaan Pesiksen valmennuskeskittymä, Seinäjoki
- Suomen Painiliiton harjoittelukeskus, Kuortane ja Ilmajoki



Syksystä 2013 urheiluakatemia toimintaan palaa Seinäjoen lentopalloryhmä ja uusina lajiryhminä tulevat mukaan pesäpallo Kuortaneelle ja monilajiryhmä Lapualle.



Poikien U18- maajoukkueella oli upea alkuvuosi 2013: huhtikuun EM-kisoissa Serbiassa ja Bosnia-Hertsegovinassa joukkue oli 4., kesä-heinäkuun MM-kisoissa Meksikossa 11. ja EYOF -kisoissa Hollannissa heinäkuussa 6.

Pääosa joukkueen pelaajista opiskelee Kuortaneen Urheilulukiossa.

Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemiaan kuului yhteensä 268 urheilijaa/1.6.2013. Akatemia-urheilijoiden kokonaismäärä vaihtelee kuukausittain lukuvuoden aikana. Eniten urheilijoita toiminnassa on mukana syyslukukauden lopussa ja pienimmillään määrä on yleensä kevätlukukauden loppupuolella.

Akatemiaurheilijoista 19 (2 pikaluistelijaa, 1 jääkiekkoilija ja 7 salibandyn pelaajaa, 1 yleisurheilija, 6 jalkapalloilijaa ja 2 lentopalloilijaa) opiskeli perusopetuksen puolella. Akatemiaurheilijalistat ovat liitteenä 1 (Seinäjoki, Lapua, Ilmajoki ja Nurmo) ja 2 (Kuortane).

Urheilijat lajeittain ja tasoittain/1.6.2013:

Laji	Tyttöjä	Poikia	Yhteensä	%	Taso 1*	Taso 2*	Taso 3*
Jalkapallo	1	18	19	7,1	0	3	16
Jääkiekko	26	27	53	19,8	0	20	33
Keilailu	5	3	8	3,0	0	6	2
Koripallo	4	4	8	3,0	0	1	7
Lentopallo	13	16	29	11,0	0	24	5
Paini	7	17	24	9,0	5	12	7
Pesäpallo	13	11	24	9,0	0	0	24"
Pikaluistelu	4	5	9	3,4	3	2	4
Salibandy	3	13	16	6,0	0	1	15
Yleisurheilu	33	34	67	25,0	7	21	39
Muut lajit	6	5	11	3,7	2	5	4
<b>Yhteensä</b>	<b>115 (43 %)</b>	<b>153 (57 %)</b>	<b>268</b>	<b>100</b>	<b>17</b>	<b>95</b>	<b>156</b>

\*Olympiakomitean urheiluakatemiaurheilijoiden kolme tasoryhmää:

Taso 1: OK:n ja Paralympiakomitean tukiurheilijat sekä vastaavat ei-olympialajien urheilijat.

Taso 2: maajoukkue-tason urheilijat

Taso 3: haastajatason urheilijat

" Pesäpallossa kaikki urheilijat kirjattu 3-tason urheilijoita.



Urheilijat oppilaitoksittain/1.6.2013:

Akatemiaoppilaitos	Akatemiaurheilijat	%
Ilmajoen lukio	21	8,6
Koulutuskeskus Sedu/Lapua	1	0,4
Koulutuskeskus Sedu/Seinäjoki	15	6,2
Kuortaneen urheiluopiston koulutuskeskus	9	3,7
Kuortaneen urheilulukio	115	47,1
Lapuan lukio	5	2,1
Nurmon lukio	10	4,1
Seinäjoen ammattikorkeakoulu	10	4,1
Seinäjoen lukio	42	17,2
Yläkoulut	11	4,5
Muut oppilaitokset	2	0,8
Ei opiskelevat urheilijat	3	1,2
<b>Yhteensä</b>	<b>244</b>	<b>100</b>



Normaalin akatemiavalmennuksen lisäksi uutena toimintamuotona oli yläkoululaisten leiriviikkotoiminnan aloittaminen. Syyslukukaudesta 2012 alkaen Kuortaneella toteutettiin Vuokatin mallin mukaisia leirikouluja yläasteikäisille telinevoimistelijoille, jääkiekkoilijoille, keilailijoille ja lentopalloilijoille. Leirikoulut toteutettiin yhteistyössä Kuortaneen kunnan ja Kuortaneen Urheiluopiston kanssa.

Opiskelijoiden Liikuntaliitto OLL palkitsi Etelä-Pohjanmaan Urheiluakatemian painija Pekka Rintamäen vuoden 2012 opiskelijaurheilijana. Pekan meriitteihin kuuluivat viime vuonna mm. pronssi opiskelijoiden painin MM-kisoissa ja SM-kulta sekä kreikkalaisroomalaisessa että vapaapainissa. Urheilu-uransa ohessa on ehtinyt jo hoitaa loppuun tietojenkäsittelyn opintonsa Seinäjoen ammattikorkeakoulussa.



Pekka Rintamäki

## 5. Valmentajat, valmennus ja harjoitusolosuhteet

### Valmentajat

Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemian valmennuksesta vastaavat ammattitaitoiset huippuvalmentajat yhteistyössä urheilijoiden seura- ja henkilökohtaisten valmentajien sekä lajiliittojen kanssa. Ammattivalmentajien avulla toteutetaan pitkäjänteistä ja laadukasta valmennustoimintaa, jota kehitetään akatemiavalmentajien välisellä tiiviillä yhteistyöllä.

### Seinäjoen, Ilmajoen ja Lapuan lajivalmentajat/lajikoordinaattorit 2012 – 2013

Jalkapallo	Petri Kangaskokko, SJK-juniorit valmennuspäällikkö Max Peltonen, SJK, apuvalmentaja
Jääkiekko	Tuomas Takala, S-Kiekkoo Juniorit, apulaisvalmennuspäällikkö Harri Turunen, S-Kiekkoo Juniorit, valmennuspäällikkö
Koripallo	Hannu Mäenpää ja Toni Raiski
Paini	Marko Yli-Hannuksela, nuorten olympiavalmentaja
Pikaluistelu	Pirjo Lehtinen, nuorten olympiavalmentaja
Pesäpallo/Seinäjäki	Mikko Vainionpää, AmVT
Pesäpallo/Ilmajoki	Jukka Peltoniemi, liikunnanopettaja
Salibandy	Mikko Helanen, Suomen Salibandyliitto, aluevastaava
Yleisurheilu	Ari Koivisto, SSU ry, valmentaja

### Kuortaneen valmennusryhmien lajivalmentajat 2012 - 2013

Kestävyyslajit	Ari Saarikoski, valmentaja
Jääkiekko	Jari Risku, naisten maajoukkuevalmentaja Tommi Pärämäkoski, maajoukkuevalmentaja
Keilailu	Piritta Maja, tyttöjen maajoukkuevalmentaja
Lentopallo	Pekka Lahtinen, päävalmentaja, nuorten olympiavalmentaja Pertti Honkanen, valmennuskeskusvalmentaja Tapio Kangasniemi, tyttöjen päävalmentaja, nuorten olympiavalmentaja Aapo Rantanen, valmennuskeskusvalmentaja
Paini	Juha Virtanen, painin päävalmentaja (-> 2012) Ahto Raska, maajoukkuevalmentaja, nuorten olympiavalmentaja

Yleisurheilu Ari Koivisto, Hannu Holappa, LiTM, Olga Hämäläinen, Eduard Hämäläinen, Petteri Piironen, VeAT 2004, Arto Rinta-aho, SUL:n lajivalmentaja

Akatemiavalmentajille on perustettu oma valmentajakerho lisäämään valmentajien yhteisöllisyyttä ja kanssakäymistä toisten valmentajakollegoiden kanssa. Kerho kokoontuu pari kertaa lukukaudessa keskustelemaan ajankohtaisista valmennukseen liittyvistä teemoista vaihtuvien alustajien/luennoitsijoiden johdolla.

Samoin kaikilla akatemiavalmentajilla on halutessaan mahdollisuus osallistua Kuortaneen Urheiluopiston järjestämään valmentajien mentorointiin. Joko yksin tai ryhmässä tapahtuvaan mentorointia voidaan pitää eräänlaisena valmentajien työnohjauksena ja valmentautumisen psykologiaan liittyvänä palveluna. Jakaminen ja hiljaisen tiedon siirtäminen ovat keskeisiä toiminnan tavoitteita. Luottamuksellisessa ilmapiirissä urheiluvalmentajalla on erinomainen mahdollisuus haastaa syvällisemmin ammatillista osaamistaan ja saada myös tukea mahdollisiin kriisitilanteisiin.

### Valmennus

Akatemiavalmennuksen toteuttamisen päävastuu on lajiliitoilla ja paikallisilla urheiluseuroilla. Kaupungeilla ja kunnilla on puolestaan merkittävä rooli harjoittelupaikkojen tarjoajana. Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemia roolina valmennuksessa on koordinoida ja konsultoida akatemiavalmennusta, kehittää valmentautumisolosuhteita ja valmentajien työympäristöä. Urheiluakatemia toimii kiinteässä yhteistyössä Kuortaneen urheiluopiston valmennuskeskuksen kanssa ja hyödyntää opiston tarjoamaa valmennusosaamista ja olosuhteita.

Urheiluakatemiavalmennuksen tavoitteena on ohjata nuoret urheilijat säännölliseen, päämäärätietoiseen ja vastuulliseen huippu-urheilun vaatimukset täyttävään harjoitteluun. Akatemiaurheilijoille luodaan mahdollisuus kehittyä urheilijoina, saavuttaa valmennusolosuhteilla ja -ympäristöllä mitattuna kansallinen huipputaso ja ottaa askel kohti kansainvälisiä kilpa-areenoita. Lisäksi valmennuksen tulee edistää urheilijoiden kasvua itsenäisinä ihmisinä, tukea heidän kouluttautumistaan, kannustaa heitä ymmärtämään huippu-urheilun vaatimukset ja saavuttamaan ura huippu-urheilijoina.

Toivottu lisä Urheiluakatemian valmennusresurssiin saatiin tammikuussa 2013, kun Teemu Rauhala aloitti akatemian valmennuskoordinaattorina Olympiakomitean tukeman valmennuskoordinaattorikokeilun kautta.

Valmennuskoordinaattorin avaintehtäviä on akatemioiden toimintaympäristössä työskentelevien valmentajien yhteistyön kehittäminen ja sen myötä toiminnan laadun parantaminen. Lisäksi Teemu vastaa mm. valmentajien mentoroinnista, akatemian yhteistyöverkoston kehittämisestä, asiantuntijapalveluista sekä yleistaito- ja fysiikkavalmennuksesta.

Pääpaino Teemun työssä keväällä 2013 on ollut valmennuksen koordinoimisessa ja akatemiaurheilijoille tarjottavien asiantuntijapalveluiden kehittämisessä.



Valmennuskoordinaattori Teemu Rauhala

### Harjoittelu ja olosuhteet

Kuortaneen Urheilulukiolaiset harjoittelivat viitenä päivänä viikossa. Muissa harjoitusryhmissä akatemiaharjoituksia järjestettiin neljä kertaa viikossa jääkiekkoilijoille, yleisurheilijoille, pikaluistelijoille, pesäpalloilijoille, salibandypelaajille ja painijoille. Kori- ja jalkapalloilijat harjoittelivat kolme kertaa viikossa. Harjoittelu tapahtui kaikissa päälajeissa lajivalmentajien ohjauksessa. Harjoituksia ei järjestetty koeviikoilla eikä koulujen lomakausina. Harjoittelun rytmittämisessä otettiin huomioon yksilölliset tavoitteet sekä lajikohtaiset painotukset yhteistyössä seura-/henkilökohtaisten valmentajien kanssa.

Harjoitusviikko rakentui lajiharjoittelusta, fyysisten ominaisuuksien kehittämisestä, lihahuollosta ja palautumisesta sekä yhteistoiminnallisesta harjoittelusta. Harjoittelun sisällöt, painotukset ja tavoitteet määriteltiin lajikohtaisesti. Kaikissa lajiryhmissä valmentajat laativat jaksokohtaiset suunnitelmat oman ryhmänsä harjoittelusta.



Keihäsvalmentaja Petteri Piironen ja keihäänheittäjä Sami Peltomäki harjoituksissa Kuortanehallissa.

Urheiluakatemian harjoitusryhmien harjoitusajat ja –paikat paikkakunnittain:

Seinäjoki – Nurmo alue

- tiistaisin ja torstaisin klo 8.05 – 9.20 sekä maanantaisin ja keskiviikkoisin klo 14.15 - 16.00
- Seinäjoen urheilutalo, Seinäjoen jääurheilukeskus, Seinäjoki Areena, Seinäjoen ulkoliikuntapaikat, Nurmon liikuntahalli ja Hylykallion pesäpallokenttä

Lapua

- maanantaisin klo 13.15 – 14.50 ja keskiviikkoisin ja perjantaisin klo 8.00 – 9.45
- Lapuan urheilutalo ja uimahalli

Ilmajoki

- maanantaisin ja keskiviikkoisin klo 8.00 - 9.35 ja tiistaisin ja torstaisin klo 13.50 - 15.30
- Ilmajokihalli ja Ilmajoen uimahalli

Kuortane

- Kuortaneen urheilulukion lajiryhmien harjoitusajat
- Kuortaneen urheiluopiston perusliikuntatilat

Seinäjoen Urheilutalon kuntosalit, uimahalli, painisali ja palloiluhalli, Lapuan Urheilutalon kuntosali ja uimahalli, Ilmajokihallin kuntosali ja Ilmajoen uimahalli sekä Kuortaneen Urheiluopiston perusliikuntatilat ovat kaikkien urheiluakatemiakortin lunastaneiden urheilijoiden käytössä veloituksetta myös akatemiaharjoitusten ulkopuolisina aikoina varaustilanteen mukaan.

Maksulliset liikuntatilat, mm. Seinäjoki Areena, Seinäjoen jäähalli, WallSport ja QMax Areena, ovat akatemiaurheilijoiden käytössä vain varattuina akatemiaharjoitusaikoina.

## 6. Asiantuntijapalvelut

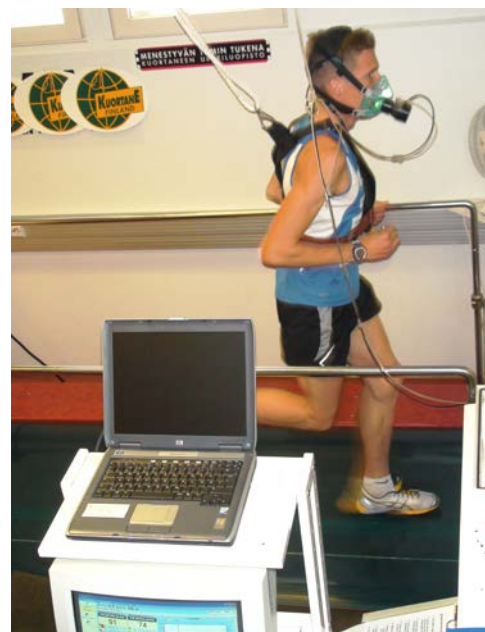
Urheilijoille tarjottavat asiantuntijapalvelut olivat valmennuksen lisäksi yksi akatemia-toiminnan viime lukuvuoden tärkeimmistä kehityskohteista. Suuri tuki asiantuntijapalvelujen kehittämisessä oli OKM:n huhtikuussa myöntämä, edellisvuosia selvästi suurempi tuki akatemiakoordinaatioon ja asiantuntijapalveluihin. Erityispaino oli lääkäri-, fysioterapia-, ravintovalmennus- ja psyykkisen valmennuksen palveluissa. 1. ja 2. tason akatemia-urheilijoille tarjottiin mm. ensimmäistä kertaa mahdollisuutta muutamiiin fysioterapia- ja hierontakäynteihin ja lääkärintarkastuksia veloituksetta.

Kevätlukukaudella aloitettu kehitystyö jatkuu seuraavinakin lukuvuosina, jos vain ulkopuolista tukea toimintaan saadaan. Tavoitteena on, että jatkossa akatemia pystyisi tarjoamaan näitä palveluita urheilijoidensa käyttöön joko veloituksetta, subventoituun hintaa tai sopimushintaan palvelusta ja urheilijan tasosta riippuen.

Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemia tarjosi akatemiaurheilijoilleen ohjatun lajivalmennuksen lisäksi mm. seuraavia asiantuntijapalveluita lukuvuonna 2012 – 2013:

- lääkäripalvelut (Suomen Terveystalo Oyj ja lääkäri Esa Liimatainen)
- psykologinen konsultointi (psykologi Sari Honkanen)
- fysioterapia (OMT Fysioterapia Saukko ja Kuortaneen Kuntopalvelut Oy)
- hieronta (Hierontapalvelu Ari Orava Tmi, Tmi Ville Turja ja Kuortaneen Urheiluopiston UHK-hierojat)
- ravintovalmennus (LiTM Tiina Salo)
- testaus (Kuortaneen Urheiluopiston valmennuskeskus)
- luennot ja yhteisharjoitukset (eri luennoijia ja vetäjiä)

Kaikille akatemiaurheilijoille tarjottiin veloituseton testausmahdollisuus kerran lukuvuoden aikana. Lisäksi kaikki akatemian järjestämät yhteisluennot ja –harjoitukset olivat kaikkien akatemiaurheilijoiden hyödynnettävissä ilman kustannuksia.



Mattotesti

Lukuvuoden aikana akatemiaurheilijoille järjestettiin kuusi yhteisluentoa:

- ”Urheilijan elämä”, Teemu Rauhala, 24.10.2012
- ”Ajattelutaidot”, psykologi Esa Nordling, 12.12.2012
- ”Psyykinen valmennus” psykologi Sari Honkanen, 21.1.2013
- ”Antidoping –infot, ADT:n kouluttaja Ari Saarikoski, 4. ja 6.2.2013
- ”Ravintoluento”, LiTM Tiina Salo, 15.5.2013

## 7. Tiedottaminen

Tiedottaminen akatemiaurheilijoille tapahtui pääsääntöisesti valmentajien välityksellä, urheiluakatemia kotisivujen ([www.epurheiluakatemia.fi](http://www.epurheiluakatemia.fi)) ja Facebookin (Etelä-Pohjanmaan Urheiluakatemia) kautta tai suoraan sähköpostitse/tekstiviestein.

Akatemiavalmentajien ja oppilaitosten yhteyshenkilöiden kanssa järjestettiin toimintakauden aikana useita tapaamisia yhdessä ja erikseen. Urheiluakatemia muille sidosryhmille tiedottaminen tapahtui pääasiassa sähköpostitse lähetettyjen urheiluakatemi tiedotteiden muodossa. Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemia toiminnasta on kirjoitettu säännöllisesti myös maakunnan tiedotusvälineissä.

Akatemiavalmentajille järjestettiin ns. valmentajakerhon tilaisuuksia, jossa informoitiin ja keskusteltiin ajankohtaisista valmennukseen liittyvistä asioista ja tapahtumista.

18.3.2013 järjestettiin Lapualla info- ja keskustelutilaisuuden urheiluakatemiatoiminnasta kiinnostuneille, 1997 - 1999 syntyneille urheilijoille, heidän vanhemmilleen ja valmentajilleen.

4.4.2013 Urheiluakatemia järjesti yhdessä Seinäjoen kaupungin kanssa Seinäjoen ja lähialueiden urheiluseurojen valmentajille avoimen Valmennusfoorumin teemalla ”Monipuolisuus urheilijan polun eri vaiheissa”. Tilaisuudessa kokemuksiaan kertoivat urheilijoista mm. Olli-Pekka Karjalainen, Rami Hietaniemi ja Pekka Koskela sekä valmentajista Ari Tammivaara, Simo Valakari ja Tommy Koponen.



Olli- Pekka Karjalainen, Pekka Koskela ja Rami Hietaniemi Valmennusfoorumin paneelikeskustelussa.

Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemia osallistui Opinlakeusmessuille 23. – 24.1.2013 yhteis-osastolla Kuortaneen urheiluopiston koulutuskeskuksen kanssa. Lisäksi Akatemiolla oli oma esittelypiste Seinäjoen lyseon Lyseomessuilla 31.1.2013.

## 8. Urheiluakatemiayhteistyö

Lukuvuonna 2012 - 2013 Suomessa toimi vakiintuneesti 19 urheiluakatemiaa: Etelä-Kymenlaakson urheiluakatemia, Etelä-Savon urheiluakatemia, **Joensuun urheiluakatemia**, Kouvolan urheiluakatemia, **Pääkaupunkiseudun urheiluakatemia (Urhea)**, Ouluseutu urheiluakatemia, **Pohjois-Savon urheiluakatemia**, **Päijät-Hämeen urheiluakatemia**, Satakunta Sports Academy, **Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemia**, **Keski-Suomen urheiluakatemia**, **Lapin urheiluakatemia**, **Turun seudun urheiluakatemia**, **Tampereen urheiluakatemia**, **Vaasan seudun urheiluakatemia**, Vuokatti urheiluakatemia, Keski-Pohjanmaan urheiluakatemia, Etelä-Karjalan urheiluakatemia ja Porvoon urheiluakatemia. Näistä akatemiosta Olympiakomitea on myöntänyt huippu-urheiluakatemiastatuksen kymmenelle (tummennetut).

Yllä mainittujen 19 akatemian lisäksi urheiluakatemiatoimintaa käynnistettiin tai sitä oli jossain muodossa käynnissä mm. Hämeenlinnassa ja Raaseporissa.

Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemia on osallistunut vuosittain järjestettäviin urheiluakatemia-tapaamisiin seuraavasti:

- Urheiluakatemiapäivät 22. – 23.10.2012 Rovaniemellä/Maarit Laitinen ja Tapio Korjus
- Urheiluakatemiapäivät 30. – 31.5.2013 Helsingissä/Maarit Laitinen ja Teemu Rauhala

Toukokuussa 2013 akatemiapäivät piti järjestää Kuortaneella, mutta ne integroitiin Santahaminassa järjestettyyn olympiaurheilijoiden tapahtumaan 30. – 31.5.2013. Etelä-Pohjanmaan Urheiluakatemia toivoo kuitenkin pääsevänsä isännöimään Urheiluakatemiapäiviä lähivuosina.

Valtakunnallinen urheiluakatemiayhteistyö nivoutui viime lukuvuotena vahvasti Huippu-urheilun muutosryhmän työskentelyyn ja sen joulukuussa 2012 julkaisemaan loppuraporttiin sekä myös joulukuussa julkaistuun Urheiluakatemiatoiminnan ohjeistoon.

Urheiluakatemioiden keskeisin tulevien vuosien kehittämiskohde on valmennus. Tavoitteena on, että urheiluakatemit muodostavat urheilijan kehittymistä tukevan alueellisen verkoston, jossa toimijoiden roolit on määritelty. Vaikka verkosto on moniulotteinen ja toimijoita on paljon, toiminnan keskiössä tulee säilyä urheilija yksilönä urheilijan polun eri vaiheissa.

Käytännön toiminnassa urheiluakatemiayhteistyö näkyy konkreettisesti mm. Vaasan seudun urheiluakatemian kanssa tehtävässä yhteistyössä esim. valmennuksen ja asiantuntijapalvelujen puitteissa.

## 9. Talous

Lukuvuotena 2012 – 2013 urheiluakatemian tulo- ja menoarvio toteutui suunnitellun mukaisesti sopeuttamalla menot tuloihin.

Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemian suurimpia tulonlähteitä olivat edelleen kaupunkien ja kuntien maksamat jäsenmaksut, oppilaitosten maksamat lukukausimaksut, lajeilta tullut tuki ja akatemiaurheilijoiden itsensä maksamat lukukausimaksut. Merkittävin lisäys akatemian tuloihin oli Opetus- ja kulttuuriministeriön urheiluakatemioiden huhtikuun alussa myöntämä erillismääräraha. Tämän tuen kautta aiemmin Olympiakomitealta saatu tuki nousi kolminkertaiseksi aikaisempaan verrattuna. Lisäksi Olympiakomitealta saatiin vielä erillinen 10.000 euron palkkatuki valmennuskoordinaatioon ja yleistaitovalmennukseen, mikä mahdollisti puolipäiväisen valmennuspäällikön palkkauksen.

Yhteensä näistä tuli tuottoja n. 115.000 €. OKM:n 45.000 €n tuki yleiskoordinaatioon ja asiantuntijapalveluihin tilitettiin vasta huhtikuussa 2013, joten tästä rahoituksesta suurin hyöty saadaan vasta syyslukukaudella 2013.

Menoeristä suurimpia olivat edelleen valmentajien ja koordinaation palkkakustannukset (n. 70.000 €). Toimintavuoden aikana Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemia maksoi palkkaa kahdeksalle tuntipalkkaiselle lajivalmentajalle tai koordinaattorille. Ilmajoen pesäpallon ja painin, Seinäjoen salibandyn ja jalkapallon sekä Kuortaneen urheilulukion valmennusryhmien toiminnasta urheiluakatemialle ei aiheutunut palkkakuluja.

Muita isompia kulueriä olivat mm. yhtiömuotoisten liikuntatilojen vuokrat, esim. Seinäjoen Jäähalli Oy, Seinäjoki Areena, WallSport ja QMax Areena. Pienempiä kulueriä muodostivat lisäksi mm. matka-, toimisto-, testaus- ja kokouskulut.

Kuortaneen Urheilulukiovalmennukset tuotot ja kulut eivät sisälly akatemiabudjettiin.

