



## Hiihdon Valmentajakerhon Kevätseminaari Suomen Urheiluopisto, Vierumäki 28. – 29.5.2016

### Ohjelma:

#### Lauantai

9.00	Avaus	Jari Nieminen
9.10	Maajoukkuehuollon kausi ja valmistautuminen kotikisoihin 2017	Matti Haavisto
10.20	Italian maajoukkueen huolto Testaus, suksivalinta, hionnat ja käsikuviot	Enzo Macor
12.00	Lounas	
12.45	Seminaarin virallinen avaus	Pia Pekonen
13.00	Maastohiihdon linjaukset urheilijan polulla ja maastohiihdon ajankohtaiset asiat	Eero Hietanen
13.45	Maajoukkue, Haastajaryhmä, NMM – analyysit FSS-toiminta	Ryhmävalmentajat Henrik Byggmästar
15.30	Kahvitauko	
16.00	Sisäinen motivaatio ja yhteisöllisyys	Tommi Niemelä (Jääkiekon NMJ-valmentaja)
17.30	Valmentajakerhon vuosikokous	
18.45	<b>Valmentajakerhon 40-vuotisjuhлагаala</b>	

#### Sunnuntai

8.00	Aamupala	
9.00	Hiihdon lajiantalyysin päivitys	Ville Vesterinen (KIHU)
9.45	Päävalmentajan terveiset	Reijo Jylhä
10.15	Kahvitauko	
10.30	Harjoittelun rytmittäminen huipulle tähtävällä nuorella urheilijalla	Juho Halonen
11.15	Yhteinen keskustelu ryhmäkeskustelujen kautta maajoukkuevalmentajien johdolla	
12.15	Päätös ja lounas	