



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

- “Juniorista huipulle - ja nopeasti?” -

- klo 13.00 **Seminaarin avaus**  
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 kestävyys harjoittelu 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 arjen 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)  
21.9. 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