



## Joukkuevoimistelun seurakiertue 2018

### Mitä

Hae stipendiä seuranne joukkuevoimistelun kehittämiseen. Voit hakea stipendiä, jolla seuranne saa Voimisteluliiton kouluttajan seuraan auttamaan joukkuevoimisteluun liittyvissä asioissa. Lajin aloittamisesta seurassa tai kehittämään seuran toimintaa lajin parissa. Seurat voivat myös hakea stipendiä yhdessä lähiseuran kanssa. Useamman seuran saaminen samaan tilaisuuteen on aina hyödyllistä, sillä niistä voi nousta esille yhteistyöideoita. Stipendin arvo on 300€ + kouluttajan matkakulut.

### Miksi

Tavoitteena on auttaa seuroja laajentamaan toimintaansa uuteen lajiin tai lisätä seurojen osaamista joukkuevoimistelussa.

### Milloin

Hakulomakkeeseen on koottu valmiiksi viikko /kaupunki tai alue aikataulu, josta voi valita oman seuransa sijainnille sopivan ajankohdan. Uusimaa/PK-seudun haku auki koko ajan. Aikataulun löydät myös tämän esitteen lopusta.

### Missä

Seurakäynnin tilaava seura järjestää kokoustilan ja/tai liikuntatilan ja vastaa itse kustannuksista tämän osalta.

### Kenelle

Voimisteluseurojen johdolle, joukkuevoimistelusta vastaaville henkilöille, joukkuevoimistelu valmentajille.

### Toteutus

Vaihtoehtoja toteutukselle on kaksi, molemmissa vaihtoehdoissa on teoriaosuus ja sen lisäksi voi halutessaan valita käytännön salidemon.

#### OHJELMA 1

*(kesto noin 3 tuntia)*

Kaksi vaihtoehtoista aihetta:

Valmennustyö seurassa

Seuratyö seurassa

+ liikuntatilassa tapahtuva salidemo

#### OHJELMA 2

*(kesto noin 2 tuntia)*

Kaksi vaihtoehtoista aihetta:

Valmennustyö seurassa

Seuratyö seurassa

Lisäksi seura saa valita itselleen sopivimpia sisältöjä, sekä teoriaosuuteen, että esimerkkitunnille.



### **Hinta**

Seurakäynti on stipendin myöntämisen jälkeen seuralle ilmainen, lukuun ottamatta seuran järjestämää tilaa, jossa koulutus järjestetään. Stipendi kattaa kouluttajan palkkion sekä matkakulut.

### **SISÄLLÖT**

#### **Teoriaosio/työpaja**

Kaksi vaihtoehtoa: kohderyhmä valmentajat tai seurajohto

##### **Valmennustyö seurassa**

- Joukkuevoimistelun aloitus seurassa
- Lasten urheilun laatutekijät
- Valmentajan polku
- Valmentajan vuorovaikutustaidot
- Terve voimistelija

##### **Seuratyö seurassa**

- JV aloitus seurassa
- Valmennusjärjestelmä seuran näkökulmasta
- Lasten urheilun laatutekijät
- Tuomarikoulutuksen esittely

#### **Salidemo**

Valitaan yksi vaihtoehto:

- Vuorovaikutustaidot, ryhmäytyminen
- JV perustreeni; tuntirakenne
- JV merkkien esittely (stara, pronssi, hopea)
- Valmisohjelmien esittely (JV asema 1&2, 12-14 kilpa, 10-12 KV valmisohjelma)



## AIKATAULU

Uusimaa	vko 2
Kuopio	vko 2/3
Turku	vko 3
Jyväskylä	vko 3/4
Lappeenranta/Imatra	vko 4
Oulu	vko 4/5
Pohjois-Suomi	vko 5
Kokkola	vko 5/6
Rauma/Pori	vko 6
Tampere/Hämeenlinna	vko 6
Lahti	vko 6
Turku	vko 7
Savonlinna	vko 7/8
Seinäjoki	vko 7/8
Iisalmi	vko 7/8
Kuusamo-Leppävirta (itäraja)	vko 9/10
Uusimaa	vko 10
Leppävirta	vko 9/10
Vaasa	vko 9/10
Uusimaa (haku myös koko ajan)	vko 10
Savonlinna	vko 11

\* Uusimaa/PK-seutu haku koko ajan

### Lisätietoja:

Johanna Ahlqvist, Joukkuevoimistelun kehittäjä  
[etunimi.sukunimi@voimistelu.fi](mailto:etunimi.sukunimi@voimistelu.fi)  
puh. 044-779 0578