



YHTEISTYÖSEUROJEN KOULUTUSKALENTERI 2020-2021 U7-U15 IKÄLUOKISSA

U7/ U8-ikäluokat

Starttikoulutus, osa 1: Miten valmennan Kohderyhmä: aloittavat ikäluokat ja muut aloittavat valmentajat	Valmentajat	Ti 8.9. Peltolan koulu ja Tikkurilan Jäähalli??? Teoria: Minä valmentajana, vuorovaikutus, suunnitelmallisuus Jää: Opetustavat, harjoitetyypit Varustus: luento- ja jäävarustus
Starttikoulutus, osa 2: Mitä valmennan Kohderyhmä: aloittavat ikäluokat ja muut aloittavat valmentajat	Valmentajat	Ke 23.9. Peltolan koulu ja Tikkurilan Jäähalli??? Teoria: Monipuolisuus harjoittelussa ja vapaa-ajalla, Luistelu Jää: Luistelu (Puolakka) Varustus: luento- ja jäävarustus
Seuroissa	huoltajat, jojat,	Huoltaja- ja jojokoulutus, Aikuiset mahdollistajina ja innostajina

U9/ U10 -ikäluokat

Tarvelähtöisestä seuroittain/ sateenvarjoittain	Valmentajat	1. tason seuramoduli
--	-------------	----------------------

U11/ U12 -ikäluokat

Suomi kiekko 1: Hyvä harjoittelu ja fysiikka (luistelu) Kohderyhmä: U15-U11 Menevätkö koulutukseen osallistuvat koutsit jälle???	Valmentajat	Hunters, Jokerit, LJK, Viikingit 17.8. Myllypuron Tennishalli ja Jäähalli Teoria 17:30-18:45, Oheinen 19:00-19:45, Jää 20:00-21:30 Varustus: luento-, oheis- ja jäävarustus, Demo: Jokerit U15
		EVU, KiVa, Kurra, OKK, PiTa, 20.8. Myyrmäen jäähalli Teoria 18:00-19:15, Oheinen 19:30-20:30, Jää 20:50-21:50 Varustus: luento-, oheis- ja jäävarustus, Demo: KiVa Jr U15
Seurayhteisön painopistekoulutus: Hyökkäyspeli Kohderyhmä: U14-U11	Valmentajat	Ke 14.10. Vuosaaren Jäähalli Teoria 00:00-00:00, Jää 00:00-00:00 Varustus: luento- ja jäävarustus Demo: Viikingit U14
Suomi kiekko 2: Puolustuspelejä Kohderyhmä: U15-U11 Menevätkö koulutukseen osallistuvat koutsit jälle???	Valmentajat	Hunters, Jokerit, LJK, Viikingit 19.10. Myllypuron Tennishalli ja Jäähalli Teoria 17:00-18:15, Jää 18:30-20:00 Varustus: luento- ja jäävarustus Demo: JoVi U15
		EVU, KiVa, Kurra, OKK, PiTa, Vk 20.10. Myyrmäen jäähalli Teoria 18:30-20:00, Jää 20:20-21:50 Varustus: luento- ja jäävarustus, Demo: U14 Vantaa yhdistelmä
Suomi kiekko 3: Luonne? (U15-U11)	Valmentajat	Tammi-helmikuu

U13/ U14 -ikäluokat

Suomi kiekko 1: Hyvä harjoittelu ja fysiikka (luistelu) Kohderyhmä: U15-U11 Menevätkö koulutukseen osallistuvat koutsit jälle???	Valmentajat	Hunters, Jokerit, LJK, Viikingit 17.8. Myllypuron Tennishalli ja Jäähalli Teoria 17:30-18:45, Oheinen 19:00-19:45, Jää 20:00-21:30 Varustus: luento-, oheis- ja jäävarustus, Demo: Jokerit U15
		EVU, KiVa, Kurra, OKK, PiTa, 20.8. Myyrmäen jäähalli Teoria 18:00-19:15, Oheinen 19:30-20:30, Jää 20:50-21:50 Varustus: luento-, oheis- ja jäävarustus, Demo: KiVa Jr U15

Urheilullisuus -koulutus: U14-U13	U14-U13 Valmentajat, U14 Pelaajat ja Vanhemmat	Ti 22.9. Peltolan koulu??? Tikkurila 18:00-20:00??? 1) Ravinto, päihtettömyys, arjen hallinta, 2) Leijonapolku, fysiikka, kiireettömyys, 3) Ammattijääkiekkoilijan ura, sitoutuminen ja sietäminen
Seurayhteisön painopistekoulutus: Hyökkäyspeli Kohderyhmä: U14-U11	Valmentajat	Ke 14.10. Vuosaaren Jäähalli Teoria 00:00-00:00, Jää 00:00-00:00 Varustus: luento- ja jäävarustus Demo: Viikingit U14
Suomi kiekko 2: Puolustuspele Kohderyhmä: U15-U11 Menevätkö koulutukseen osallistuvat koutsit jälle???	Valmentajat	Hunters, Jokerit, LJK, Viikingit 19.10. Myllypuron Tennishalli ja Jäähalli Teoria 17:00-18:15, Jää 18:30-20:00 Varustus: luento- ja jäävarustus Demo: JoVi U15
		EVU, KiVa, Kurra, OKK, PiTa, Vk 20.10. Myyrmäki Teoria 18:30-20:00, Jää 20:20-21:50 Varustus: luento- ja jäävarustus, Demo: U14 Vantaa yhdistelmä
Suomi kiekko 3: Luonne? (U15-U11)	Valmentajat	Tammi-helmikuu

U15 -IKÄLUOKKA

Suomi kiekko 1: Hyvä harjoittelu ja fysiikka (luistelu) Kohderyhmä: U15-U11 Menevätkö koulutukseen osallistuvat koutsit jälle???	Valmentajat	Hunters, Jokerit, LJK, Viikingit 17.8. Myllypuron Tennishalli ja Jäähalli Teoria 17:30-18:45, Oheinen 19:00-19:45, Jää 20:00-21:30 Varustus: luento-, oheis- ja jäävarustus, Demo: Jokerit U15
		EVU, KiVa, Kurra, OKK, PiTa, 20.8. Myyrmäen jäähalli Teoria 18:00-19:15, Oheinen 19:30-20:30, Jää 20:50-21:50 Varustus: luento-, oheis- ja jäävarustus, Demo: KiVa Jr U15
Suomi kiekko 2: Puolustuspele Kohderyhmä: U15-U11 Menevätkö koulutukseen osallistuvat koutsit jälle???	Valmentajat	Hunters, Jokerit, LJK, Viikingit 19.10. Myllypuron Tennishalli ja Jäähalli Teoria 17:00-18:15, Jää 18:30-20:00 Varustus: luento- ja jäävarustus Demo: JoVi U15
		EVU, KiVa, Kurra, OKK, PiTa, Vk 20.10. Myyrmäki Teoria 18:30-20:00, Jää 20:20-21:50 Varustus: luento- ja jäävarustus, Demo: U14 Vantaa yhdistelmä
Suomi kiekko 3: Luonne? (U15-U11)	Valmentajat	Tammi-helmikuu