

Intohimona lasten ja nuorten paras valmennus

Lasten ja nuorten uintivalmentaja (VEAT), fysioterapeutti Eeva Ketola, otti ohjat omiin käsiinsä ja hakeutui Uinti Tampere ry:n valmentajaksi. Vahvana visiona hänellä oli päästä keskittymään nimenomaan lasten ja nuorten valmentamiseen. Hän haluaa keskittyä 6-12 -vuotiaisiin ja toimii vastuupalmentajana UiTa:n ROLLO-ryhmille ja kilpaurintiryhmille.

sia sillä silmällä, jotta tiedän mihin suuntaan tulevaisuudessa pitää kehittyä. Itselläni on kolme apuvalmentajaa, mikä mahdollistaa pienryhmätoimintaa yksittäisessä harjoituksessa.

– Päätin lisätä infoa vanhemmille. ROLLO-ryhmissä teen kuukausittaisen lapsikohtaisen palautteen ja vanhemmilta saan palautetta, miten lapsi on nukkunut, syönyt ja niin edelleen, Ketola kertoo.

Palautteissa käydään läpi myös sitä, miten raskasta treenaaminen on ollut. Vanhemmat ovat olleet innostuneita palautteesta.

▼ Eeva Ketola pääsee toteuttamaan valmennusammattilaisuutta lasten parissa

VISIONI ON, ETTÄ SAAN pohjatyön tehtyä niin hyvin, että valmennus helpottuu kaikilla seuraavilla tasoilla. Huomioin herkkyyksikaudet, muun muassa koordinaation ja hermotuksen, ikäkauden mukaan.

Valmensin Lappeenrannassa 15 vuotta päätoimisena pienessä seurassa. Turhauduin, kun ei ollut mahdollisuutta tehdä asioita niin hyvin kuin olisin halunnut ja niin lähdin toteuttamaan kaksi vuotta muhinnutta ideaani. Kartoitin ne organisaatiot, joissa uskoin olevan ymmärrystä vahvuusalueelleni lasten ja nuorten valmennukseen sekä kiinnostusta, jos saisivat ammattilaisen. Otin yhteyttä Mika Kekäläiseen Tampereella ja Tommi Pulkkiiseen Oulussa, kertoi Eeva tarinaansa.

Tampere osoittautui maantieteellisesti Oulua paremmaksi vaihtoehdoksi. UiTa on yli 1600 jäsenen seura, jossa päätoimisina ovat toiminnanjohtaja Taavetti Nuto, valmennuspäällikkö Mika Kekäläinen, päävalmentaja Kristiina Mäkinen, lasten vastuupalmentaja Eeva Ketola ja kurssivastaava Jaakko Rautalin. Heidän lisäksi seurassa toimii valtava määrä tuntivalmentajia, joista osa on ollut mukana jo toistakymmentä vuotta, sekä ammattimainen johtokunta.

Vuorovaikutteinen toimintaympäristö kaikkien tukena

Vuorovaikutus on tärkeä työkalu niin seuran toimihenkilöiden kuin valmentajienkin kesken. Lisäksi Ketola on ottanut käyttöön kuukausittaiset uimarikohtaiset infot vanhemmille.

– Meillä on toimistopalaverit, vastuupalmentajapalaverit, tapaamisia, 3–4 ryhmällä on treenit samanaikaisesti ja silloin voi myös pikaisesti vaihtaa kuulumisia. Yritän katsoa omasta ryhmästäni seuraavien ryhmien ja edeltävien ryhmien harjoituk-



