

Rytmissen voimistelun valmennusjärjestelmä



[Maajoukkue- ja arvokilpailuvalintakriteerit 2024](#)
[Valmennuksen nettisivut](#)

Naisten maajoukkue

Liittojohtoisesti Urheassa

- Joukkue (1-2 kokoonpanoa)
- Larisa Gryadunova (NOV), Iryna Klymenko (NOV), Klara Kodra

Naisten yksilömaajoukkue

- Enintään 4 urheilijaa maajoukkue- ja arvokilpailuvalintakriteerien mukaisesti.

”Talenttiryhmä Urheassa”

(noin 12 voimistelijaa, vuonna 2024 s.2007-2010)

- n. 5-8 tehopäivää / vuosi Urheassa, mahdollisuus osallistua arkibalettiin Urheassa (erikseen sovitusti n.1 x vko)
- Kutsutaan voimistelijoita, joilla potentiaalia ja tavoitteita nousta naisten maajoukkueeseen (joukkue).
- Lisäksi voidaan kutsua voimistelijoita, joilla potentiaalia edustaa yksilönä korkealla kansainvälisellä tasolla naisten sarjassa.
- yhteistyön lisääminen, osaamisen jakaminen, yhteiset linjaukset ja laadun lisääminen, henkilökohtaiset valmentajat ja Urhean valmennustiimi yhdessä

Alueellinen toiminta, seurojen yhteistyö

Yläkoulu-leirit

KV - yhteistyö

Nuorten valmennusryhmä eli N-ryhmä

(noin 15 voimistelijaa, 13-14v.)

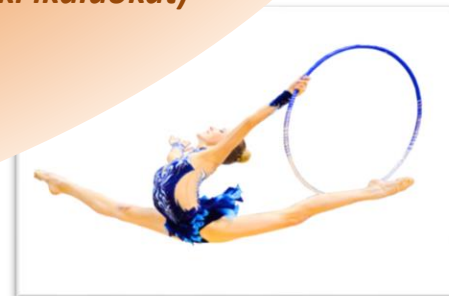
- Leiritoiminnan päätavoitteita: rytmisen voimistelun yksilöllisten taitojen ja ominaisuuksien sekä joukkuetaitojen kehittäminen
 - 5 leiriä x 2 vrk / vuosi
- Seurat sitoutuvat mukaan toimintaan ja valmentajien osaamisen kehittämiseen.

Liiton avoin leirit (kaikki ikäluokat)

Valmennusryhmät Minirinki 1 ja 2

(n. 30 voimistelija + 20 varasijoilla,)

- 8-12-vuotiaiden valmennusrinki, 5 leiriä x 2 vrk / vuosi
- Leiritoiminnan päätavoitteita: seuravalmennuksen laadun nostaminen, perusvoimistelun tason nostaminen ja joukkuevalmiuksien lisääminen
- Seurat sitoutuvat mukaan toimintaan ja valmentajien osaamisen kehittämiseen.



KV - yhteistyö



Tehopäivät, tuomari-konsultaatiot



Nuorten maajoukkue/edustusjoukkue

- EM/MM – kilpailuissa parittomina vuosina maajoukkue- ja arvokilpailuvalintakriteerien mukaisesti
- Vaihtoehtoisesti: seuratoiminnasta tai seuryhteistyöllä kuten 2022-2023 tai esim. liittojohtoinen maajoukkue kuten 2020-2021

Seuratoiminta

Huippuseurat



Rytmissen voimistelun valmennusjärjestelmässä joukkuepainotus.