

## Suomen Nyrkkeilyliiton (SNL) VALMENNUSJÄRJESTELMÄ 2020 - 2024

Suomen Nyrkkeilyliiton strategiassa visiomme 2024 on, olla: Menestyvä olympialaji - Vastuullinen ja johtava kamppailulaji Suomessa.

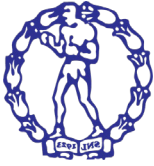
Valmennusjärjestelmän tavoitteena on luoda edellytykset strategian mukaisten tavoitteiden ja vision saavuttamiselle toimintaamme ohjaavien arvojen mukaan: Yhdenvertaisuus, Yksilön kunnioittaminen, Avoimuus ja rehellisyys sekä Tavoitteellisuus.

Perusta kaikelle liiton toiminnalle on seuroissa tehtävä päivittäinen valmennus, ohjaus ja harjoittelu harrastus-, kilpa- ja huippu-urheilun parissa. Ohjenuorana liiton huippu-urheilun valmennusjärjestelmässä on, että parhaat urheilijat pääsevät harjoittelemaan ja kilpailemaan toistensa kanssa yli seurarajojen mahdollisimman paljon.

Toiminta toteutetaan yhteistyössä liiton työntekijöiden (lajipäällikkö- ja nuorten olympiavalmentajat ja toiminnanjohtaja), valmennusvaliokunnan, nuorisovaliokunnan, harrastevaliokunnan, valmentajien, urheilijoiden ja seurojen kanssa. Valmennusjärjestelmässä keskitytään niihin osa-alueisiin, joissa liitto tukee ja auttaa parhaita urheilijoita urheilijaksi kasvamisessa ja huippu-urheilijana olemisessa sekä valmentajia ja seuroja heidän työssään huippu-urheilun hyväksi.

### SNL:n Huippu-urheilun valmennusjärjestelmä koostuu seuraavista huippu-urheiluun ja kansainväliseen menestykseen ohjaavista osa-alueista:

- **Liiton valmennusryhmät ja kriteerit**
  - kriteerien täyttyminen on perusedellytys sille, että voidaan valita liiton valmennusryhmiin. Kriteerien täyttyminen ei automaattisesti johda valintaan, vaan valmennusryhmiä koottaessa otetaan huomioon myös liiton resurssitilanne.
  - valmennusryhmien valintakriteerit
- **Arvokilpailuvalinnat**
  - arvokilpailukriteerit
  - arvokisoihin on mahdollista päästä mukaan, jos täyttää arvokilpailukriteerit riippumatta siitä kuuluuko liiton valmennusryhmiin tai ei
- **Liiton käytännön valmennustoiminta (keskittämisen ratkaisut)**
  - yhteisharjoittelu
  - leirit kotimaassa ja ulkomailla
  - luennot, tukitoiminnot
  - harjoitusten, kilpailujen ja leirien suunnittelu ja seuranta
  - fyysiset testit ja dokumentointi
- **Liiton huippu-urheilun avainhenkilöiden toimenkuvat ja vastuut**
- **Urheilijan polun rakentaminen**
- **Valmentajien ammattitaidon kehittäminen**



### Näistä kohdista tarkemmin (1-7).

1. Liiton valmennusryhmät ja ryhmien valintakriteerit
2. Arvokilpailukriteerit
3. Liiton käytännön valmennustoiminta
4. Liiton Huippu-urheilutyöryhmän ja sen jäsenten vastuut
5. Urheilijan polku (tavoite valmistua 2021)
6. Valmentajien ammattitaidon kehittäminen (Työn alla osana liiton koulutusjärjestelmän kehitystä)
7. Käytetyt termit

### 1. SNL:n VALMENNUSRYHMÄT JA RYHMIEN VALINTAKRITEERIT

#### Suomen Nyrkkeilyliitossa on kolme eri tason valmennusryhmää:

- Olympiaryhmä (O) – huippu-/Olympia -urheilijat
- Boxing Team Finland (BTF) – kansainvälisen tason urheilijat
- Haastajaryhmä (H) – potentiaaliset kv.- tason kilpaurheilijat

Valmennusryhmät seuraavalle kaudelle nimetään jatkossa vuosittain. Valmennusryhmiä voidaan perustellusti tarkistaa kauden aikana.

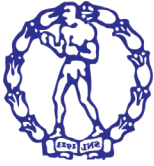
Valmennusjohto käy aina urheilijan ja hänen valmentajansa kanssa keskustelun. Vaikuttavina tekijöinä voivat olla esimerkiksi urheilijan huomattava kehittyminen yhden kauden aikana, loukkaantumiset, harjoituskriteerien laiminlyönti, sopimusrikkomukset tms.

#### Valmennusryhmien valintakriteerit

Alla olevat kriteerit ovat perusedellytyksiä sille, että voidaan valita liiton valmennusryhmiin mukaan. Kriteerien täytyminen ei automaattisesti johda valintaan, vaan valmennusryhmiä koottaessa otetaan huomioon myös liiton resurssitilanne.

#### Yleiskriteerit valmennusryhmät O-BTF-H

- valmennusryhmä O: huippu-urheilu elämäntapana
- valmennusryhmä BTF: huippu-/kilpaurheilu elämäntapana
- urheilijanpulssi.fi täyttö (urheilija ja valmentaja)
- kokonaisvaltainen kausisuunnitelma harjoittelusta, leirityksestä sekä kilpailemisesta tavoitteena oman ikäluokan arvokilpailut (EM/MM/EG/OG) ja SM-kilpailut sekä ikäluokan Suomessa järjestettävät kv. kilpailut (Ruska-, Tammer- ja GeeBee- turnaukset) ja naapurimaissa järjestettävät kv. kilpailut ja turnaukset.
- harjoittelun seurantajärjestelmä päivittäin käytössä
- osallistuu liiton testauksiin niitä järjestettäessä



- osallistuu arvokisoihin, jos valitaan
- allekirjoittaa SNL- valmennustukisopimuksen (tukiurheilijasopimus) mm. vastuut, velvoitteet, antidoping/Puhtaasti Paras-verkkokoulutus.
- Urheilijan- pulssin ylläpito

### Tuloskriteerit O-BTF-H

Edellisten kriteerien lisäksi huomioidaan seuraavat tuloskriteerit. Tuloskriteerit antavat suuntaa urheilijan "tasosta". "Taso" määräytyy urheilijan tuloksia kahdelta edelliseltä kaudelta tarkastelemalla. Poikkeusoloista johtuen edellinen kausi on edellinen täysi kausi 2018-2019. Muutoksia valmennusryhmänimityksiin kauden, 2021-2022 perusteella voidaan arvioida tapauskohtaisesti poikkeus oloista johtuen.

### **Valmennusryhmä O**

- vähintään 2 sijoitusta viimeisen 2 kauden aikana
  - o Sen MM-kisoissa 16:n tai EM-kisoissa 8:n parhaan joukkoon tai AIBA kalenteriturnaus sijoitus 4:n parhaan joukkoon ikäryhmässään.
  - o U22 EM -kisoissa 8:n parhaan joukkoon
  - o U19 EM/MM-kisoissa 4:n parhaan joukkoon

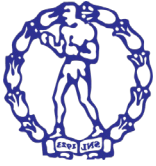
### **Valmennusryhmä BTF**

- vähintään 2 sijoitusta viimeisen 2 kauden aikana
  - o Sen MM- kisoissa 32:n tai EM-kisoissa 16:n parhaan joukkoon tai AIBA kalenteriturnaus sijoitus 8:n parhaan joukkoon ikäryhmässään.
  - o U22 EM -kisoissa 8:n parhaan joukkoon
  - o U19 EM/MM-kisoissa 16:n parhaan joukkoon
  - o U17 EM-kisoissa 4:n parhaan joukkoon

### **Haastajaryhmä**

- vähintään 1 sijoitusta viimeisen kauden aikana
  - o Sen MM- kisoissa 16:n tai EM-kisoissa 16:n parhaan joukkoon tai AIBA kalenteriturnaus sijoitus 8:n parhaan joukkoon ikäryhmässään.
  - o U22 EM -kisoissa 8:n parhaan joukkoon
  - o U19 EM/MM-kisoissa 16:n parhaan joukkoon
  - o U17 EM-kisoissa 4:n parhaan joukkoon

Riippumatta kilpailun luokituksesta ja nyrkkeilijän sijoituksesta, kv. kilpailu kelpaa tuloskriteeristöön vain, jos siinä on vähintään 8 osallistujaa ja nyrkkeilijä pääsee alkueristä jatkoon.



## Taloudellinen ja toiminnallinen tuki

Liitto tukee valmennusryhmien urheilijoita toiminnallisesti ja rahallisesti. Liiton suora tai epäsuora rahallinen tuki kohdennetaan valmennusryhmien (O-BTF-H) toimintaan sitoutuneille ja valmennustukisopimuksen tehneille urheilijoille.

Suoraa taloudellista tukea myönnetään kausikohtaisen suunnitelman mukaan henkilökohtaisesti.

Tuki suunnataan ryhmien kausisuunnitelman mukaisiin kv. leiri- ja kilpailukuluihin. Liitto myöntää valmennustukea kokonaisuudessaan 18 000euroa vuosittain.

Tuet kohdennetaan kattamaan kausisuunnitelman mukaisia mm. kilpailukohtaisia tukia, osanotto- ja tuomarimaksuja, kv. leirimaksuja, arvokisatukia joukkueeseen valituille.

Toiminnalliset tuet sisältävät kotimaan liittotason valmennustoiminnan sisältäen valmentajakorvaukset.

Valmennusryhmätuista (tehostamistuki) tehdään lajipäällikön, Olympiakomitean HUY:n kamppailulajivastaavan, urheilijan ja hänen valmentajansa toimesta kausittain erillinen suunnitelma.

### Kausi 2021-2022/ vuosi 2022:

Kaudella 2021-2022 valmennusryhmiin O-BTF-H valittuja ja valmennustukisopimuksen tehneitä urheilijoita tuetaan seuraavasti:

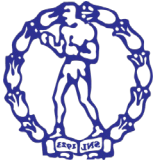
1. Liitto maksaa henkilökohtaisen kausisuunnitelman mukaisiin urheiluun suunnattuihin kustannuksiin tukea seuraavasti:
  - Valmennusryhmän O urheilijalle 3000 euroa
  - Valmennusryhmän BTF urheilijalle 1200 euroa
  - Valmennusryhmän H urheilijalle varustepaketti
2. Liiton osallistuminen arvokilpailujen kustannuksiin:

Urheilijan tullessa valituksi EM- ja MM-kilpailuihin liitto maksaa arvokilpailujen osallistumis-, majoitus- ja matkakulut ensisijaisesti valmennustukisopimuksessa määritellyistä varoista. Liitto maksaa valmentajan ja vastaa sen osallistumis-, majoitus- ja matkakuluista.

Liitto maksaa sopimuskaudella valmennusryhmän urheilijoille järjestetyt erikseen ilmoitetut kotimaan yhteisharjoitus-, sparri- ja leirikustannukset sekä luentotyypiset yhteiset tiedotus- tai koulutustilaisuudet valmennustukisopimuksessa määritellyistä varoista.

Lisäksi liiton edustusasu on maksuton sopimuksen allekirjoittaneelle valmennusryhmän O, BTF ja H urheilijalle.

Edellisten lisäksi erillistä suoraa taloudellista tukea Olympia-projekteihin, jotka ovat riippuvaisia liiton budjettitilanteesta ja saatujen sponsorisummien määrästä.



## 2. ARVOKILPAILUKRITEERIT

Liitto julkaisee vuosittain erikseen määritellyt arvokilpailujen valintakriteerit nyrkkeilyn seniori-, U22- ja U19- sarjojen EM- ja MM-valinnoille.

Kriteereissä on määritelty:

- valintaperiaatteet
- valintakilpailut ja niiden pisteytys
- valinta-ajankohdat

## 3. LIITON KÄYTÄNNÖN VALMENNUSTOIMINTA

### Liiton käytännön valmennustoiminta tähtää vuosittaisiin kv. arvokilpailuihin ja Olympialaisiin

Arvokilpailu- ja Olympia valintaprosesseihin valitaan urheilijat seurojen ilmoittautumisten perusteella. Ilmoittautumisia otetaan vastaan lokakuussa ja valinnat tehdään loppu vuoden aikana. Valinnat tehdään aina vuodeksi kerrallaan. Liiton valmennustoiminnassa mukana olevat urheilijat noudattavat liiton valmennusjärjestelmän mukaista leiritys- ja kilpailuohjelmaa. Mukana olo edellyttää henkilökohtaisen valmennus- ja taloussuunnitelman hyväksyttämisen lajipäälliköltä.

### Valmennusryhmät O, BTF ja H Suunnittelu- ja kehitystoimet

Valmennusryhmissä O, BTF ja H olevien urheilijoiden ja heidän valmentajiensa kanssa käydään läpi kauden harjoitus- ja kilpailusuunnitelmat sekä tavoitteet. Jokaisella liiton valmennusryhmiin O, BTF ja H kuuluvalla urheilijalla, tulee olla:

- harjoitus-, leiri- ja kilpailusuunnitelma

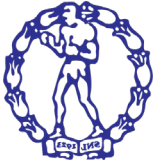
Lisäksi O- valmennusryhmään kuuluvalla tulee olla myös:

- taloussuunnitelma (Urheilijan- pulssi)

Jokaisen kanssa käydään yhdessä läpi seuraavat asiat:

- tunnistetaan yksilöllisesti tärkeimmät kehityskohteet ja suunnitellaan yhdessä henkilökohtaisen valmentajan kanssa käytännön toimenpiteitä, joiden avulla niissä kehitetään
- harjoitus olosuhteiden läpikäynti yksilöllisesti ja niiden parantaminen mahdollisuuksien mukaan
- fysiikkavalmennuksen tarve sekä yksilölliseen tarpeeseen perustuen mahdollinen muu tarvittava valmennus (laji- ja/tai henkinen valmennus) tai tuki (lääkäri, fysio- ja/tai ravitsemusterapeutti)
- ADT (Antidoping toiminta - Puhtaasti Paras -verkkokoulutus)

Työkaluina Olympiakomitean Urheilijan Pulssi -kysely, kausisuunnitelma ja henkilökohtaisen systemaattisen harjoittelun dokumentaatio (Polar- flow tai vastaava).



## Käytännön harjoittelu

Systemaattinen harjoittelu keskitetysti siten, että ryhmät O, BTF ja H harjoittelevat useamman kerran viikossa yhdessä valmennuskeskuksessa NOV/ OV harjoitukset

- fysiikka- ja oheisharjoittelun suunnitelmallinen toteuttaminen
- leiritys kotimaassa keskitetysti 4 kertaa vuodessa (O, BTF ja H) ja ulkomailla (O, BTF) kilpailusuunnitelman mukaan.
- testipatteristo seuroille fyysisen suorituskyvyn ja liikkuvuuden seuraamiselle, testit 1-2 kertaa vuodessa.

Systemaattisen keskitetyn harjoittelun seurannan työkaluna Polar- flow.

B- ja C- junioreiden huippu-/kilpaurheilijaksi kasvamisessa liiton valmennusjärjestelmä auttaa seuraavin tavoin:

- systemaattinen harjoittelu keskitetysti siten, että ryhmän juniuri- urheilijat harjoittelevat kerran viikossa O, BTF ja H ryhmien kanssa
- sparri- leirit arkisin/viikonloppuisin erillisen ohjelman mukaan (pääosin maksutta)
- leiritys kotimaassa ja arvokilpailuihin osallistuvien leiritys ulkomailla
- yläkoululeiritys
- fysiikka- ja oheisharjoittelun tuominen osaksi päivittäistä ja viikoittaista harjoittelua
- testipatteristo fyysisen suorituskyvyn ja liikkuvuuden seuraamiselle, testit 1-2 kertaa vuodessa
- ADT (Antidoping toiminta - Puhtaasti Paras -verkkokoulutus)
- kasvaurheilijaksi.fi

## 4. LIITON HUIPPU-URHEILUTYÖRYHMÄN JA SEN JÄSENTEN VASTUUT

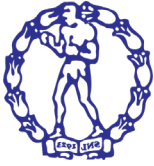
Nyrkkeilyn huippu-urheilusta vastaa huippu-urheilutyöryhmä (HU-ryhmä), joka käyttää tarvittaessa asiantuntijoita toiminnassaan

Jäsenet:

- huippu-urheilusta vastaava hallituksen jäsen
- lajipäällikkö
- O- ja NOV- valmentajat

Asiantuntijat:

- HU-ryhmän vakituksena asiantuntijana on liiton toiminnanjohtaja
- Lisäksi HU-ryhmä käyttää erikseen kutsuttuna asiantuntijoina valmentajia ja urheilijoita sekä ulkopuolisia asiantuntijoita



HU-ryhmä suunnittelee ja kehittää huippu-urheilua yhtenä tärkeänä osana liiton kokonaistoimintaa. Ryhmän oman toiminnan lisäksi oleellisena osana on yhteistyö, huippu-urheiluun liittyvissä asioissa, liiton valiokuntien kanssa, ulkopuolisten sidosryhmien kanssa sekä muiden maiden, etenkin lähialueen, liittojen kanssa.

Liiton HU-ryhmä valmistele hallituksen päätöksiä vaativat asiat yhdessä ja lajipäällikkö esittelee ne hallitukselle päätettäväksi. Tällaisia asioita ovat kausittain nimettävät valmennusryhmät, arvokisavalinnat, liiton taloudellinen tuki urheilijoille ja budjettiin liittyvät esitykset.

HU-ryhmä suunnittelee ja päättää vuosittaisen/ kausittaisen toimintansa yhteistyössä seurojen ja valmentajien kanssa. Toimintaan käytössä olevien varojen jakautumisesta HU-ryhmä päättää hallituksen hyväksymän huippu-urheilun toimintasuunnitelman budjetin puitteissa. HU-ryhmä tekee kaikki urheilija- ja valmentajavalinnat, pois lukien aiemmin mainitut hallituksen päätettäväksi tulevat arvokisavalinnat sekä valmennusryhmien valinnat, joista HU-ryhmä tekee esityksen hallitukselle. HU-ryhmä päättää budjetin käyttösuunnitelman sisällä käytettävistä asiantuntijoista ja valmentajista, noudattaen liiton hallituksen hyväksymää korvauskäytäntöä (liite 2). Työ- ja urheilijasopimukset allekirjoittaa liiton toiminnanjohtaja, muut taloudelliset sitoumukset omien valtuuksiensa mukaisesti.

HU-ryhmän jäsenten vastuut

Huippu-urheilusta vastaava, hallituksen jäsen

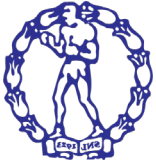
- Huippu-urheilun kehittäminen ja suunnittelu lyhyellä ja pitkällä tähtäimellä
- Huippu-urheiluun liittyvä yhteistyö muiden työryhmien kanssa
- Huippu-urheiluun liittyvien asioiden esittely hallituksen kokouksissa
- Hallituksen päätösten noudattamisen, ohjaaminen ja toteuttamisen seuraaminen HU-ryhmässä
- NOV- ja O- valmentajien sekä toiminnanjohtajan ja valiokuntien tukeminen heidän työssään huippu-urheiluun liittyen

HU-ryhmän jäsen (hallituksen jäsen/muu jäsen)

- nyrkkeilyn huippu-urheilun erikoisosaaminen
- kokonaisnäkömyksen tuominen mukaan päätöksentekoon

Liiton lajipäällikkö

- Liiton operatiivisen huippu-urheilutoiminnan koordinointi
- Urheilija-, valmentaja- ja seurayhteistyö
- Liiton valmennustoiminnan järjestelyt
- Liiton valmennusjärjestelmän toteutus
- valintakriteerit MM-EM-PM- arvokisat
- joukkuevalinnat MM-EM-PM
- valintaesitykset arvokisoihin
- Arvokisojen joukkuejohtajuus

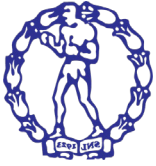


- Olympia-projektien valmistelu
- OK-, Urheiluakatemia-, Urheilukoulu- ja urheilulukioyhteistyö
- HU-vuosisuunnitelma, talous ja seuranta
- HU- ja nuorisotyön tiedotus
- Urheiluoppilaitoshakujen lajiliittopisteytys
- Puolustusvoimien urheilukouluhakujen lajiliittopisteytys
- ADT-asiat

HU-ryhmän yhteystiedot kaudella, 2021-2022

Miika Forsström	SNL hallitus
Pekka Mäki	Lajipäällikkö SNL
Maarit Teuronen	Olympiavalmentaja (OV) SNL
Joni Turunen	Nuorten Olympiavalmentaja (NOV) SNL





## 5. URHEILIJAN POLKU

Valmistuu 2021. Päivitys uuteen, viimeinen Nyrkkeilijän polku 2011 (Appelroth, Eskelinen, Hietanen, Erdogan, Pallaspuro).

## 6. VALMENTAJIEN AMMATTITÄIDON KEHITTÄMINEN

Työn alla osana liiton koulutusjärjestelmän kehitystä.

Nyrkkeilyvalmentajakerho

## 7. TERMEJÄ

Liiton valmennus	Liiton koordinoima yli seurarajojen tapahtuva valmennus parhaille urheilijoille
Valmennusryhmä	Nimetty ryhmä kriteerit täyttäviä urheilijoita (Olympiaryhmä, Boxing Team Finland, haastaja)
Valmennustuki- sopimus	Urheilijan ja liiton allekirjoittama yhteistyösopimus (vastuut, velvoitteet, adt, ym.) liite 3.
Edustusjoukkue	Yksittäiseen arvokilpailuun nimetty joukkue

## 8. LIITTEET

1. Arvokilpailukriteerit 2022-2023
2. Valmennuksen kustannukset
3. SNL- Valmennustukisopimus blanco
4. Nyrkkeilyvalmentajakerho