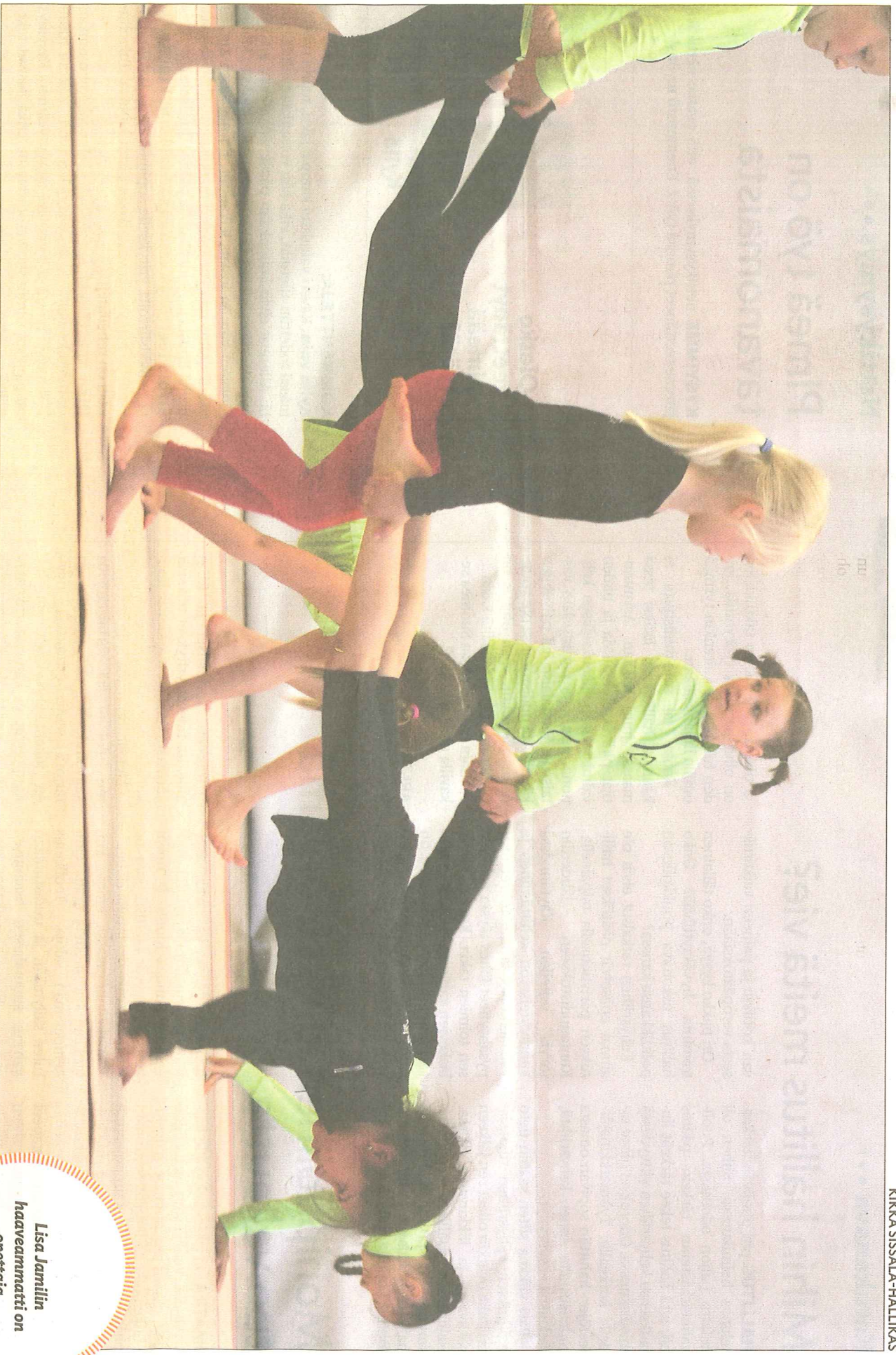


Urheilu

Ota yhteyttä

Tenho Tiilikainen
tenho.tiilikainen@uutisvuoksi.fi
puh. 040 079 9577

KIKKA SISSALA-HALLIKAS



Lisa Jamilin
haaveammatti on
opettaja.

Lisa Jamil on kotikärrinä lajileirillä.

Voimistelu määrää rytmien

Lisa Jamil on nuori voimistelilajilupa. Jamilin perheessä mennään tyttöjen harrastuksen ehdoilla. Valmentajan ja perheen vuoropuhelu on tärkeää.

TENHO TIILIKAINEN

LINNALAN koulun kansainvälisen toisen luokan oppilas **Lisa Jamil** on juuri päässyt koulusta. Hän hyppelee lioisena omena kädessään koulun alkakerrassa sijaitsevaan liikuntasaliin, jossa alkaa päivän harjoitukset. Valmentaja ei ole vielä ehtinyt paikalle, joten tyttö huolehtii salin ovet auki, syö välipala ja vaihtaa harjoitusvaatteet.

Useasti myös omatoiminen lämmittely aloitetaan hyppynarulla ennen valmentajan **Kikka Sissala-Hallikkaan** saapumista. Kun valmentaja saapuu vaihdetaan päivän kuulumiset.

– Aina Kikka kysyy miten koulupäi-

vä on mennyt, olenko syönyt tai olenko väsynyt. Niin ja mitä tehtiin liikketunnilla, Lisa kertoo.

Imatralaisen yhdeksän vuotiaan Lisaa Jamiliin perheen elämä rytmittyy voimisteluharrastuksen mukaan. Lisa har-
rastaa rytmistä sekä joukkuevoimistelu Imatran Voimiste-
leirissä ja harjoituksia, leirejä sekä kilpailuja on lähes jokaisena päivänä viikossa.

– Suhde valmentajien ja tyttöjen vanhempiin on tosi tärkeä. Jos on huolia tai muheita treeni-
en ulkopuolella se näkyy myös harjoituksissa ja niin edelleen, Sissala-Hallika kertoo.

LISAN ÄITI Anna Jamil odottaa tyttöä harkkojen jälkeen kotona.

– Tämä on koko perheen harrastus. Kaikki menot, ruokailut ja lomat on suunniteltava Lisaa harjoitusten mu-

kaan. Mutta niin kauan kuin hän itse sitähä haluaa me olemme perheenä valmiita panostamaan tähän, Anna Jamil kertoo.

Kaikki menot, ruokailut ja lomat on suunniteltava Lisaa harjoitusten mukaan.

Anna Jamil

Sissala-Hallikkaan mukaan luottamus vanhempien kanssa on kaiken a ja o.
– Väillä vanhemmat tarvitsevat tukea ja apua. Toisinaan taas minä tarvitsen heitä. Jos tulee vaikka jotain pettymyksiä treeneissä, valmentajilla tai muualla. Silloin on hyvä keskustella vanhempien kanssa, että tiedät olla lapsen tulkena tarvittaessa.

LISA JAMIL kävi helmikuussa Suomen Voimisteluliiton valintaleirillä. Leirille osallistui 86 vuosina 2005–2003 syntynyttä tyttöä, joista valitsijat valitsi 15 tyttöä liiton valmennusrinkiin. Ensimmäisellä kerralla päästiin jo lähelle valintaa, sillä Lisa valittiin toiselle varasijalle.

– Se oli jo hieno saavutus, valmenta-

ja kertoo.

Maaliskuussa järjestettiin ensimmäinen leiri uusille rinkiläisille ja parin peräruutuksen turvin myös Lisa pääsi osallistumaan leirille.

– Oli tosi jännää lähteä mukaan. Nukuin hämeenlinnalaisen tyttöjen kanssa samassa huoneessa. Leirillä oli kivaa, mutta myös tosi rankkaa. Harjoituksia oli aamusta iltaan ja aika vaikeita juttuja tehtiin, Lisa kertoo.

Lisa Jamilin harrastukset

- Voimistelu
- Pianon soitto
- Monipuolisuustreeneissä hiihtoa, juoksua, luistelua, zumbaa
- Keväällä alkaa juoksukoulu, kesällä luvassa yleisurheilua.