



ETELÄ-KYMENLAAKSON  
URHEILUAKATEMIA

INFO



## ETELÄ-KYMENLAAKSON URHEILUAKATEMIA

Etelä-Kymenlaakson urheiluakatemia (EKA) on tarkoitettu tavoitteellisesti urheileville urheilijoille. Suurin osa akatemian urheilijoista opiskelee toiselle asteella ja osa ammattikorkeakoulussa. Akatemian keskeisenä tavoitteena on koulunkäynnin ja urheilun yhteensovittaminen. Akatemia tarjoaa kansalliselle ja/tai kansainväliselle huipulle tähtääville tai siellä jo oleville urheilijoille hyvät ja joustavat opiskelu- ja valmennusmahdollisuudet.

### YHTEISTYÖOPPILAITOKSET

Urheiluakatemian toiminnassa mukana ovat seuraavat oppilaitokset: Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu, Etelä-Kymenlaakson ammattiopisto (erityistehtävän saanut urheiluoppilaitos), Kotkan lyseo, Karhulan lukio, Haminan lukio, Kotka samskola, Langinkosken koulu, Pappilansalmen koulu, Rauhalan/Karhulan koulu, Harjun Oppimiskeskus.

### LAJIT JA VALMENTAJAT

Urheiluakatemia on avoin kaikkien lajien urheilijoille, lajeissa joissa on kilpailutoimintaa. Valmennuksesta vastaavat laji-liittojen valitsevat valmentajat, akatemiavalmentajat, seuravalmentajat ja liikunnanopettajat. Lukuvuonna 2019-2020 urheiluakatemian valmennuslajit (paikalla aamuisin lajivalmentaja) ovat Kotkassa jalkapallo, jääkiekko, koripallo, lentopallo, telinevoimistelu, joukkuevoimistelu, uinti, tennis ja yleisurheilu sekä yleisvalmennus. Haminassa valmennuslajit ovat jalkapallo, pesäpallo ja yleisvalmennus. Mikäli urheilijan oma laji ei kuulu valmennuslajeihin, urheilija osallistuu akatemian järjestämään yleisvalmennukseen. Muutokset valmennuslajeissa ovat mahdollisia myös kesken lukuvuoden. Valmentautumisen onnistumisen kannalta keskeisintä on urheilijan asenne sekä seura/henkilökohtaisen valmentajan ja urheiluakatemiatvalmentajan välinen yhteistyö.

### VALMENTAUTUMINEN

Akatemian aamuharjoitukset pidetään kolmena koulupäivänä viikossa: tiistaisin, keskiviikkoisin ja perjantaisin. Harjoitukset alkavat klo 8.00 ja päättyvät viimeistään klo 9.30. Perjantaisin harjoituksiin on varattu yksi tunti (klo.8.00-9.00), joten tämä harjoitus pyritään sijoittamaan lähelle oppilaitosta, jossa opiskelija opiskelee. On erittäin tärkeää harjoitusten sujuvuuden ja yleisen joustavuuden sekä harjoitusilmapiiriin kannalta, että kaikki opiskelijat ovat valmiina aloittamaan harjoitukset kello kahdeksan. Lukioiden koeviikkojen osalta sovelletaan erityisjärjestelyjä. Lukiolaiset voivat osallistua aamuvalmennukseen koeviikkojen aikana mahdollisuuksiensa mukaan, EKAMI:n opiskelijat sen sijaan harjoittelevat aamuisin myös koeviikkojen aikana. Urheilijakoulutuskurssien saamiseksi tulee urheilija osallistua järjestettyyn valmennukseen ja valmentautumisen mahdollisista erityisjärjestelyistä tulee sopia etukäteen allekirjoittaneiden ja lajivalmentajien kanssa. Lisätietoa harjoituspaikoista ja valmentajista saat akatemian internetsivuilta.

### HAKEMINEN URHEILUAKATEMIAAN

Viimeinen palautuspäivä hakulomakkeelle on **10.3.2020** alla olevaan osoitteeseen. Lisätietoa valintamenettelystä ja -perusteista saat akatemian internetsivuilta <https://peda.net/kotka/urheilijakoulutus>

**Valittujen urheilijoiden nimet julkaistaan urheiluakatemian nettisivuilla viimeistään 26.6.mennessä.**

### YHTEYDENOTOT JA LISÄTIETOJA

Etelä-Kymenlaakson urheiluakatemia  
Kotkan lyseo  
Kirkkokatu 15  
48100 KOTKA

Internetsivut: <https://peda.net/kotka/urheilijakoulutus>

Twitter: @EKAurh\_akatemia

Instagram: @EKAurheiluakatemia

Jiri Auranen  
Urheiluakatemian toiminnanjohtaja  
puh. 044-702 5731  
sähköposti: [jiri.auranen@kotka.fi](mailto:jiri.auranen@kotka.fi)

Tiina Keinänen  
Ekamin urheilijakoulutuksen koordinaattori  
puh. 050-5765371  
sähköposti: [tiina.keinanen@ekami.fi](mailto:tiina.keinanen@ekami.fi)