**URHEILUVALMENNUS LEPPÄVIRRAN LUKIOSSA**

Urheiluakatemian jäsenenä sinulla on mahdollisuus osallistua ohjattuun (tai omatoimiseen) harjoitteluun kolme kertaa viikossa. Harjoitusten tulee olla valmentajien suunnittelemia sekä vetämiä ja niiden kulkua seurataan koulun puolelta koko ajan. Jokaisen jakson jälkeen pidetään seurantakokous, jossa käsitellään menneen jakson onnistuminen ja tulevan jakson suunnitelmat.

Urheiluvalmennuksesta on mahdollista saada kaikkiaan 13 kurssia hyväksiluettuna lukion päättötodistukseen.

|  |  |
| --- | --- |
|  | **urheiluakatemiaopiskelija** |
| **pääsyvaatimukset** | * Urheilija tähtää lajinsa kansalliselle tai kansainväliselle huipulle harjoitellen ja kilpaillen määrätietoisesti
* Urheilija on omassa ikäluokassaan kansallista kärkitasoa tai hänen jäsenyydelleen on erityinen peruste
* Urheilijalle on voimassaoleva kilpailulisenssi ja hän kilpailee joko nuorten tai yleisessä sarjassa (alaikäraja 15v)
* Urheilijan edustaman lajin lajiliitto noudattaa Suomen Antidopingtoimikunnan säännöstöä.
 |
| **hyväksytyn kurssisuorituksen edellytykset** | * ohjattua valmennusta n. 30h/jakso
* valmentajan tarkastama ja hyväksymä harjoituspäiväkirja
 |

Lisätietoja:

Kuopion alueen urheiluakatemia: http://www.kuopionalueenurheiluakatemia.fi/

Rehtori Niina Häkkinen: niina.hakkinen@leppavirta.fi tai p. 040-8206546.

**OPISKELIJAN NIMI**

Nimi: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**HENKILÖKOHTAISEN VALMENTAJAN TIEDOT**

Nimi \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Osoite \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Puhelinnumero \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Sähköpostiosoite \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_­­­­­­­­­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**VALMENTAJAN LAUSUNTO URHEILIJASTA (laita rasti ruutuun)**

Olen lukenut ja tutustunut oheisiin Kuopion alueen urheiluakatemian valintaperusteisiin, ja niiden perusteella annan seuraavan lausunnon valmennettavastani urheilijasta:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | **Valmennettavani täyttää urheiluakatemiaopiskelijalle asetetut pääsyvaatimukset.**  |
|  |  |  |
|  |  | **Valmennettavani ei täytä urheiluakatemiaopiskelijalle asetettuja pääsyvaatimuksia.** |

**Perustelut**

**HENKILÖKOHTAISEN VALMENTAJAN SITOUTUMINEN (laita rasti ruutuun)**

Sitoudun laatimaan valmennettavalleni henkilökohtaisen aamuvalmennusohjelman ja seuraamaan sen toteutumista ilman erillistä korvausta.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | **Kyllä**  |
|  |  |  |
|  |  | **Ei** |

**VALMENTAJAN ALLEKIRJOITUS**

Paikka ja aika \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Valmentajan allekirjoitus \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_