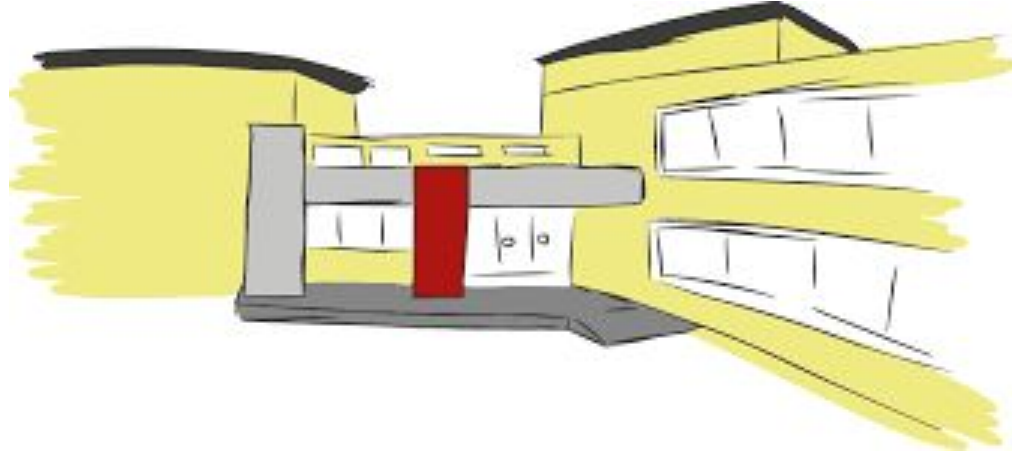


Akatemian vuosi 24-25



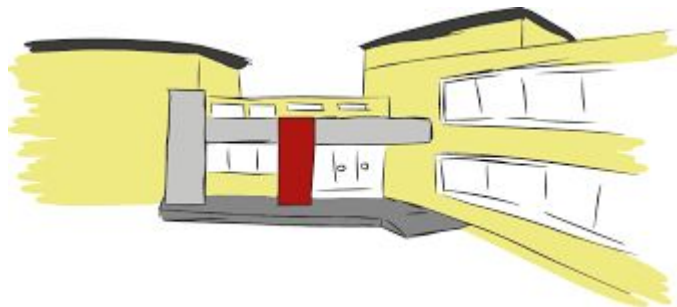
Mitä uutta kaudella 24-25?

Uudet akatemiat: **yleisakatemia sekä sulkapalloakatemia**

Sulkapalloakatemiassa on tällä hetkellä mukana vain yläkoululaisia.

Yleisakatemia puolestaan luo mahdollisuuden harjoittaa eri lajeihin tarvittavia perusominaisuuksia, jos oman lajin akatemiaa ei lukion tarjonnasta löydy tai akatemian harjoitusaika ei sovi omaan lukujärjestykseen.

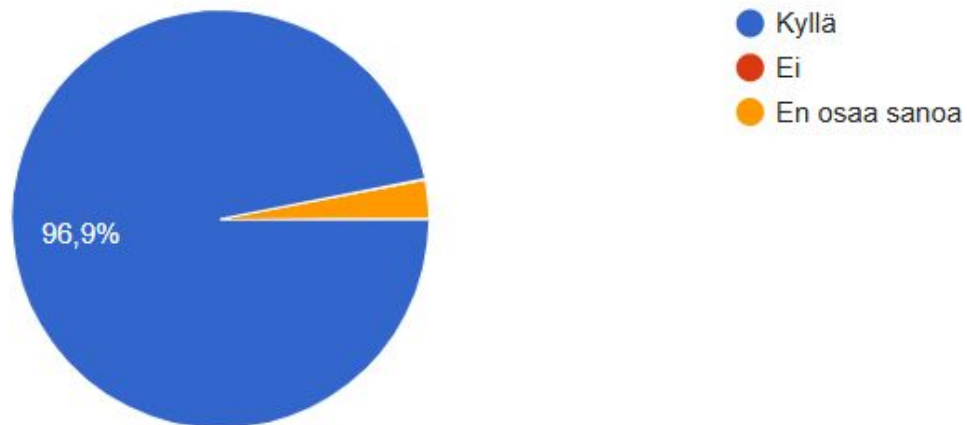
Telinevoimistelijat saivat uudet harjoitustilat Kettukalliontielle.



Akatemioiden kuulumisia

Oletko ollut tyytyväinen saamaasi valmennukseen

65 vastausta



Palautteet

"Olen tykänny käydä yleisakatemiassa ja oon saanu vinkkejä punntisalitreeneihin ja uusia liikkeitä treeneihin."

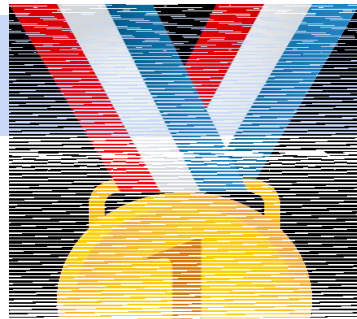
"On ollut mukava ja osaava valmennus"

"Akademia on ollut kivaa ja monipuolista, ja sopivan rankkaa"

"On ollut tosi hyviä treenejä ja hyvä valmentaja!"



UINTIAKATEMIA



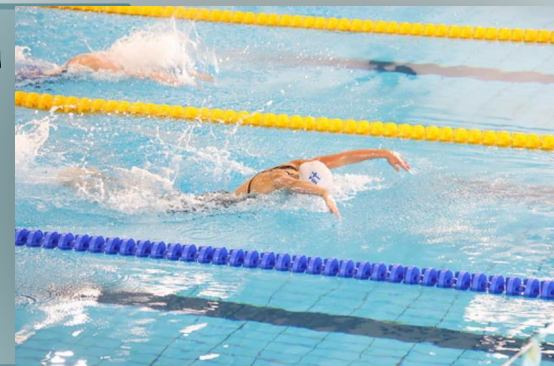
Uinnin saralla akatemiaurheilijat ovat saavuttaneet kuluneella kaudella upeaa menestystä.

Uinnissa valmentajina toimivat:
Sami Hämäläinen
Nina ja Jani Ojakippola

Malla Hämäläinen aloitti pitkän radan kautensa rikkomalla kolmessa lajissa nuorten (U18) EM-kisojen A-aikarajat. Malla alitti myös aikuisten sarjan **EM-kisarajan (Pariisi 2026)**.



Riialiina Kiljalan kauden parhaita tuloksia ovat neljä nuorten Sm-italia: hopeaa 50 metrin rintauinnista ja 100 metrin sekauinnista, pronssia 100 metrin rintauinnista ja 50 metrin vapaauinnista.





Suomen 16 parhaan joukkoon pääsivät: Iida-Carita Niskanen, Nella Hämäläinen, Tommi Kangas, Emil Koskela ja Malla Hämäläinen.

Saku Numminen alitti Nuorten SM-rajan eli Saku pääsee ensi kesänä ensimmäisiin SM-kisoihin.

SM-kisoissa abiturientti, tuleva ylioppilas **Torsti Saarela** ui nuorten SM-kilpailuissa viidenneksi 200 metrin perhosuinnissa.

TELINEVOIMISTELU

Uudet upeat tilat mahdollistavat täysipainoisen treenaamisen kaikilla telineillä.



Valmenajana toimii
Nina Hietanen



Akatemiaurheilijat ovat kilpailleet kauden aikana paljon ja menestystä on tullut kiitettävästi.

Parhaasta menestyksestä on vastannut **Helmi Hietanen**. Kauden paras tulos on Voimisteluliiton mestaruuskilpailuiden viisi hopeamitalia (4-ottelu sekä hyppy, nojapuut puomi ja permanto)



Urheilijoille ja
valmentajille

Kiitos!

