

# Pienin askelin kohti vaikeampia temppuja



Levi Ski Clubin freestyle- ja lumilautaryhmien uusi päävalmentaja Jukka Jarva sanoo olevansa 35-vuotias lautaileva ja maastopyöräilevä sekatyömies Muoniosta. Alun perin hän on kotoisin Suomen maantieteellisestä keskiosasta, Leskelän kylästä, mutta pitkään tunturissa vietettyjen talvien myötä asettui hän pari vuotta sitten Muonioon asumaan pysyvästi.

## Levi on tuttu paikka

Jukka huolehtii Levi Ski Clubin freestyle- ja lauta- valmennuksesta yhdessä ryhmien vastuuvälmentäjien kanssa ja on parhaillaan työstämässä seuralle uusia tapoja harjoitella entistä suunnitelmallisemmin ja tavoitteellisemmin riippumatta laskijan motiiveista. Tavoitteiden ei tarvitse olla kisaradoilla, uuden oppiminenkin riittää.



Jukan laskettelu-ura alkoi jo 3-vuotiaana Oloksen rinteillä. Laudalle hän hyppäsi 7-vuotiaana ja laji kaappasi hänet mukaansa niin vahvasti, että Pohjois-Pohjanmaan lakeuksille alettiin rakentaa omia reilejä ja hyppyreitä kavereiden kanssa, kun ajatukset siinsivät jokavuotisissa Lapin laskettelumatkoissa, jotka olivat silloin vuoden kohokohta.

”Lumilautailukulttuuri oli jo silloin avoin ja hyväksyvä ja kaikki olivat kavereita keskenään. Se on juttu, minkä haluan näkyvän myös Levi Ski Clubissa. Hauskuus, yhdessä tekeminen ja rinteessä viihtyminen tulevat olemaan toiminnan pohjana, sillä ne ovat hyvä perusta kaikelle oppimiselle. Valmennuksen aloitin aikoinaan Ylläksellä viikoittaisten parkkitreenien parissa, mistä sain myös kipinän liikunnan opiskeluihin.

Opiskelen liikuntaa Lapin Ammattikorkeakoulussa ja toimin Lapin Urheiluakatemiassa maastopyöräilyn lajivalmentajana. Tein pari vuotta sitten työharjoittelun Levillä silloisen Freeride-ryhmän parissa, mikä oli silmiä avaava kokemus. Kävin samaan aikaan lasten ja nuorten liikuntakasvatuksen kursseja ja pääsin ryhmän kanssa testaamaan opiskeltavia asioita heti käytännössä”, Jukka muistelee.

Hiihdonopettajan uransa Jukka aloitti Oloksella vuonna 2013, aluksi lumilautailun ohjaajana, minkä jälkeen hän kävi myös alppihiihdon ohjaajakurssin, kun huomasi, että suurin osa asiakkaista laskee suksilla. Hiihdonopettajan työt työllistivätkin Jukan moneksi talveksi ja sitä kautta aukesivat mahdollisuudet myös tapahtumien ja välinetestauksien pariin.

Jatkuu >>>>

## Uusia harrastajia, kisakynnys matalammaksi

Jukka aloitti Levi Ski Clubin valmentajana lokakuun alussa, minkä jälkeen on tehty suunnitelmia ja pidetty palavereja. Nyt ollaan pääsemässä jo tositoimiin. Osa Ski Clubin valmennettavista ovat jo ennestään tuttuja ja muihin tutustutaan ryhmien valmennusten käynnistyessä loka- ja marraskuun aikana.

”Täällä on hyvä henki, hyvät urheilijat ja osaavat toimijat, joiden kanssa jaamme samat näkemykset valmennuksen tavoista ja tavoitteista. Olemme kasvattamassa seuralle pitkäaikaisia harrastajia ja aktiivisia toimijoita sekä madallamme kynnystä osallistua kilpailuihin kehittämällä alueen kilpailutoimintaa. Edistyneempien urheilijoiden kanssa tähdätään kilpailuihin ja siellä menestymiseen. Harjoituskausi jaksotetaan kilpailukalenterin mukaan ja heidän kanssaan leireillä myös muissa keskuksissa, jotta ne tulevat tutuiksi.



Lautailu ja freestyle-laskeminen parkissa temppuineen voidaan mieltää vaarallisiksi, mutta me etenemme harjoituksissa askel kerrallaan helppoista tempuista helppossa ympäristössä kohti Levi South Parkin isompia hyppyreitä sekä reilejä. Kun kehitys tapahtuu pienin askelin, se luo oppimiselle turvallisen ympäristön. Koordinaatiota kehitämme monipuolisilla kehohallintaharjoituksilla.

Vaikka alppihiihto ja freestyle ovat ulkoisesti erilaisia lajeja, niiden valmennus ei juurikaan eroa toisistaan. Tavoitteet ovat samankaltaiset ja pidämme ryhmien välillä myös yhteistreenejä, joissa molemmat osapuolet hyötyvät toistensa osaamisesta. Näin välineiden käsittelytaito eri olosuhteissa laajentuu molemmin puolin”, Jukka sanoo.

