

Laskettelusta elinikäinen harrastus



Levi Ski Clubin uusi alppihiihdon päävalmentaja Jouni Leikkonen tuli Leville Lahdesta, mistä hän kulki viime vuodet valmentamassa Kouvolan Hiihtoseuran 14 – 16-vuotiaita alppihiihtäjiä. Kun hän huomasi kesällä Levi Ski Clubin etsivän uutta päävalmentajaa, hän mietti, että nyt on toimittava ja laittoi oitis hakupa-perit vetämään.

Kaikki motiivit ovat oikeita

Haku tuotti toivotun tuloksen ja Jounin työt päävalmentajana alkoivat 1.10. Ensimmäiset harjoitukset vedettiin heti lokakuun alussa vajaan 10 hengen ryhmällä eturinteen portaissa ja nyt on päästy jo ottamaan tuntumaa myös lumeen.



” Levi on minulle tuttu paikka, koska täällä on kuljettu pitkään kisoissa ja leireillä. Treeniporukka on ollut tosi innokas ja on hienoa lähteä kohti tulevaa kautta, kun näkee, kuinka paljon seurassa kunnioitetaan urheilijoita ja valmentajia. Olen itsekkin intohimoinen urheilija tai nykyään pikeminkin liikkuja, mutta valmentaminen on minulle intohimo ja tutkimisen väline, jonka avulla haluan ymmärtää, miten saan välitettyä tarvittavat tiedot ja taidot parhaiten kullekin valmennettavalle ja autettua häntä parhaani mukaan kohti tavoitteita.

Haluan valmentaa kaikkia tasapuolisesti riippumatta siitä, mitkä ovat harjoittelun motiivit. Joku tähtää kisarinteille, toinen laskee, koska se on hauska tapa viettää vapaa-aikaa. Molemmat tavat ovat oikeita ja yhtä tärkeitä. Me emme opi asioita samalla tavalla, mikä kannattaa ottaa valmennuksessa huomioon. On tärkeää selvittää, miten oppimisen ketju saadaan toimimaan parhaalla mahdollisella tavalla kunkin valmennettavan kanssa. Sen vuoksi olen harjoituksissa tiiviisti osana ryhmää tekemässä mukana myös harjoitteita. Näin pääsen aistimaan urheilijoiden tunnelmia ja lähemmäksi heitä. Mitä paremmin tunnen valmennettavat, sitä helpompi meillä on ymmärtää toisiamme”, Jouni sanoo.

Jatkuu >>>>

Hyvä perustus, tukeva talo

Jounilla on kilpaurheilukokemusta maastohiihdossa, koripallossa, tenniksessä, jalkapallossa ja yleisurheilussa. Maastohiihtosuksille hän hyppäsi 3-vuotiaana ja laskettelua hän on harrastanut jo yli 40 vuotta. Hänen tavoitteenaan on saada valmennettaville laskettelusta elinikäinen harrastus, jonka parissa viihdytään. Kisaorientoituneille laskijoille luodaan pohja kilpaurheilijan uralle.

”Liikkeelle lähdetään perusasioista ja siirrytään askel kerrallaan eteenpäin, kuten talon rakentamisessa. Hyville perustuksille rakentuu tukeva talo. On pedagoginen tosiasia, että oppimista tapahtuu vain hyvässä ja turvallisessa tunnelmassa ja sen vuoksi perusajatukseni on, että treeneissä tulee olla hyvä fiilis.



Olen toiminut hiihdonopettajana reilut 20 vuotta ja valmentanut alppihiihtoa reilut 10 vuotta muun muassa Turun Slalomseurassa, Lahden Hiihtoseurassa ja Kouvolan Hiihtoseurassa. Minulla on taustalla opettajan pedagogiset opinnot ja olen toiselta ammatiltani teatterityön opettaja. Kummassakin lajissa jokainen palanen on opeteltava erikseen, jotta ne voivat muodostua kokonaisuudeksi. Yksittäinen taito on kuin lautaspinin yksi lautanen. Pino kasvaa oppien myötä ja kun pohjimmaisesta lopulta nostaa, kaikki lautaset nousevat mukana”, Jouni täsmentää.

