

## JSA -jojon kilpailumatkaopas

Kiitos, että olet lupautunut jojoksi Jaguars Spirit Atheletes ry:n cheerleading-toimintaan. Tässä on sinulle tiivis paketti ohjeita ja vinkkejä kisareissuille. Jotta kilpailumatkasta tulisi mieluisa kokemus, niin joukkueen jäsenille, kuin jojoille ja valmentajillekin, kannattaa matkaan valmistautua hyvin. Jojat ja valmentajat vastaavat yhdessä kilpailumatkan onnistumisesta ja siitä, että kaikki tarvittava tulee hoidetuksi ajoissa ennen kilpailuja. Varsinaisista kilpailuilmoinnauksista ja bussi-, ruokailu- ym. varauksista huolehtii toiminnanjohtaja.

Ennen kilpailuja:

- Osallistujien varmistaminen: pyydetään sitova vahvistus mukaan lähtemisestä jokaiselta jäseneltä ja hänen huoltajaltaan (alle 18-vuotiailta) myClubissa
- Ilmoittautumislomakkeen täyttö (kilpailijat, varamiehet, spotterit, valmentajat ja huoltajat). Ohjeita täyttämiseen saa valmennuspäälliköltä. Valmennuspäällikkö lähettää ilmoittautumiset kilpailujen järjestäjälle ja liittoon koordinoitusti koko seuralta samaan aikaan.
  - Valmennuspäällikkö varmistaa lisenssien voimassaolon ilmoittautumislomakkeen perusteella
- Matkan ruokailujen suunnittelu (koska syödään ja missä, erityisruokavalioiden selvittäminen). Suunnitelmissa ja varauksissa auttaa toiminnanjohtaja
- Kilpailukutsuun, kilpailuinfoon ja kilpailusääntöihin tutustuminen
- Kilpailupäivän aikataulujen suunnittelemine yhdessä valmentajien kanssa
- Valmennuspäällikkö lähettää yleisinfon joukkueen johtotiimeille noin kaksi viikkoa ennen kisoja. Jojo kokoaa joukkuekohtaisen kisakirjeen ja -infon ja lähettää ne koteihin vähintään viikkoa ennen kisoja.
- Tulosta itsellesi (tai pyydä valmennuspäällikköä tulostamaan) kilpailupäiväksi mukaan:
  - o matkalle lähtijöiden nimet, huoltajien tiedot, allergiat yms. tiedot.
  - o kisa-aikataulut (harjoitus-, lämmittely-, kenraali-, korutarkastus-, ruoka- sekä kilpailuajat)
  - o huonejaot mahdollista yöpymistä varten (huonenumerot kannattaa kirjata hotellissa ylös, jotta tiedät, kuka missäkin huoneessa on)

Kilpailumatkoilla:

- Ennen matkaan lähtöä valmentajat ja jojat tarkistavat, että jokaisella osallistujalla on mukana: kisa-asut, kengät, lettinauhut ja muut tarvittavat tavarat. Tarkistatthän myös, että kisamusiikki ja mahdolliset rekvisiitat ovat mukana
- Varmista, että kaikki joukkueen jäsenet ovat mukana bussissa aina bussin startatessa (matkanjohtaja tekee nimenhuudon).
- Mahdollisten yöpymisten yhteydessä huonejaot, ruokailut, nukkumaanmenoajat ja herätykset

Kilpailupaikalla:

Kilpailupaikalla toiminta on usein minuutilleen aikataulutettua. Kun kaikki ovat paikalla ajoissa oikeassa paikassa on kilpailupäivän toiminta jouhevaa. Kilpailupaikat ovat myös isoja ja sokkeloisia, joihin varsinkin nuoren ensikertalaisen on helppo eksyä.

Kilpailupaikalla jojon tehtäviä ovat esimerkiksi seuraavat:

- Tarvittaessa rekisteröinnin hoitaminen valmentajien puolesta: osallistujalistan kuittaaminen
- Huolehtia yhdessä valmentajien kanssa, että joukkueen jäsenet ovat oikeassa paikassa oikeaan aikaan ja että kaikki ovat mukana!
- Musiikkivastaavan tehtävä (eli huolehtii kismusiikin soittopaikalle, tarvittaessa myös ”soittaa” musiikin, eli laittaa cd:n tms. koneeseen ja painaa oikeaan aikaan ”play” ja ”stop” ja muistaa vielä ottaa cd:n mukaankin 😊)

- Muistuttaa joukkuelaisia tarpeen mukaan syömisestä, juomisesta ja vessassa käymisestä (jännittävänä kisapäivänä perustarpeetkin unohtuvat helposti) • Kisalounaasta huolehtiminen (ruokalippujen hankkiminen ja jakaminen, ruokailuajan varaaminen, aikataulun noudattaminen, varmistaa että kaikki syövät kunnolla) • Olla valmentajien apuna ja ”juoksupoikana” tarvittaessa • Tsempata kisailijoita, lohduttaa, auttaa, meikata, tehdä kampauksia yms. kivaa! • Ennakkoon tilattujen kisatuotteiden noutaminen rekisteröinnistä/kisatoimistosta ja jakaminen harrastajille

Kilpailuiden jälkeen: Kilpailut loppuvat palkintojen jakoon, jonka jälkeen lähdetään aina välittömästi kohti kotia (tai majoituskohdetta). Kisojen päättyessä jojat ja valmentajat huolehtivat seuraavista asioista: • Joukkueen jäsenillä on tavarat yms. mukana, eikä pukuhuoneeseen jää mitään. Pukuhuone tulee jättää kisapäivän päätteeksi siistiin kuntoon • Kaikki joukkueen jäsenet löytävät bussiin ja takaisin kotimatalle • Bussin lähtiessä tarkastakaa, onko lähtö aikataulussa. Jos aikataulu on muuttunut, ilmoittakaa tulevaan ruokapaikkaan muuttunut saapumisaika (matkanjohtaja) • Jyväskylään saavuttua katsotaan, että kaikilla on kyyti kotiin ja bussi jää siistiin kuntoon • On tärkeää olla ylpeä joukkueestaan ja seurastaan, menestymisestä ja/tai kokemuksista 😊

Kilpailumatkalle mukaan: • Mukavat kisavaatteet ja kengät • Mukaan hyvä reppu tms. jossa voit kuljettaa ja kantaa joukkuelaisten arvotavaroita (kännykät, rahapussit, kamerat). Painavaa tavaraa! • Vesipullo, kertakäyttömukeja • Hätävararuokaa esim. myslipatukoita, pillimehua, jos kisailijoiden verensokeri pääsee laskemaan (myös jojolle omat eväät mukaan) • Sakset, laastaria, särkylääkettä, neula, lankaa, nenäliinoja, hakaneuloja, kosteuspyyhkeitä, minigrip-pusseja (koruille), ponnareita, pinnejä...

Kisamatkat ovat huikeita tapahtumia iloineen ja suruineen, sanoinkuvaamattomine kisatunnelmineen ja jännityksineen. Onnea ja menestystä kisamatkoille!