



Joukkuejakoinfo kaudelle 2021-2022

Hei koteihin! Kilpailukausi on vielä osalla joukkueista kuumimmillaan käynnissä, käännetään katseita jo pikkuhiljaa kohti ensi kautta ja kesäkuun joukkuejakoja. Joukkuejaoissa muodostetaan kilpajoukkueet tulevalle kaudelle. Harrastejoukkueisiin ilmoittaudutaan tuttuun tapaan oman iän perusteella kesäkuussa. Mikäli harrastaja ei halua pyrkiä kilpajoukkueisiin, ilmoittautuu hän harrastejoukkueeseen MyClubissa oman iän perusteella.

Tässä tiedotteessa on avattu joukkuejakojen käytänteitä ja liitteenä on tietopaketti jokaisesta joukkueesta. Lukekaa tiedote ja joukkueinfo huolella. Joukkueiden valmentajat julkistetaan kesän aikana, kun esimerkiksi eri paikkakunnalle hakeneiden valmentajien koulupaikat selviää.

Tärkeät päivämäärät

- 1.6. Ilmoittautuminen harrastejoukkueisiin alkaa MyClubissa (HUOM! Jokainen ilmoittautuu itse haluamaansa harrastejoukkueeseen)
- 3.6. klo 16.30 avoin kyselytunti joukkuejaoista, Zoom
- 6.6. Ilmoittautuminen kilpajoukkueiden joukkuejakoihin päättyy MyClubissa
- 14.-20.6. Kilpajoukkueiden joukkuejakoviikko
- 14.6. Ilmoittautuminen seuran ulkopuolisille avataan harrastejoukkueisiin (vinkkaa tästä kaverillekin!)

Joukkuejaot

Millaiset joukkuejaot ovat?

Joukkuejaot ovat melkein kuin tavalliset treenit – joukkuejakojen aikana joko joukkueeseen pyrkijät + nykyinen joukkue tai ainoastaan joukkueeseen pyrkijät osallistuvat treeneihin, joissa tehdään yhdessä lajitaitoja. Usein joukkuejaoissa tehdään hieman joukkueen tasoa alempia taitoja ja paljon akrobatiaa, sillä jo ne antavat joukkueen valmentajille hyvän kuvan pyrkijöiden taitotasosta. Taidollisen puolen lisäksi valmentajat huomioivat myös asenteen ja motivaation ja he saattavat keskustella harrastajan aiempien valmentajien kanssa mm. treenimotivaatiosta. Ylempien joukkueiden valmentajat ovat saattaneet myös käydä alempien joukkueiden harjoituksissa ja kartoittaa mahdollisia pyrkijöitä jo etukäteen.

Minkä joukkueen joukkuejakoihin voin osallistua?

Harrastaja voi ilmoittautua oman ikätasonsa joukkueiden joukkuejakoihin. Poikkeuksina tästä ovat seuramme cheerleadingin edustusjoukkueet Venus ja Jupiter. Tanssin edustusjoukkueiden joukkuejaot ovat avoimet. Venuksen ja Jupiterin joukkuejakoihin on saatava kutsu kyseisen joukkueen valmentajilta, he ovat yhteydessä potentiaalsiin pyrkijöihin hyvissä ajoin ennen joukkuejakoja.

Vaikka harrastaja saa osallistua periaatteessa kaikkien joukkueiden joukkuejakoihin, kannattaa neuvoja tulevan kauden joukkueesta kysyä omalta valmentajalta. Alla oleva JSA:n urheilijan polku kuvaa urheilijan etenemistä joukkueesta toiseen. Jos harrastaja on esimerkiksi nyt Triton-joukkueessa, hänen ei kannata pyrkiä suoraan Merkuriukseen, vaan hakea ensin Asterixiin tai iän perusteella Cerekseen tai Plutoon. Oma valmentaja auttaa sopivan joukkueen löytämisessä. Etsi alla olevasta kuvasta nykyinen joukkueesi ja katso mihin joukkueisiin siitä kulkee yhdistäviä viivoja. Pinkit joukkueet ovat mikroikäisiä, keltaiset minejä, siniset junioreita ja vihreät aikuisia.

Yleiset ikäraajat kilpajoukkueisiin kaudelle 2021-2022 ovat seuraavat:

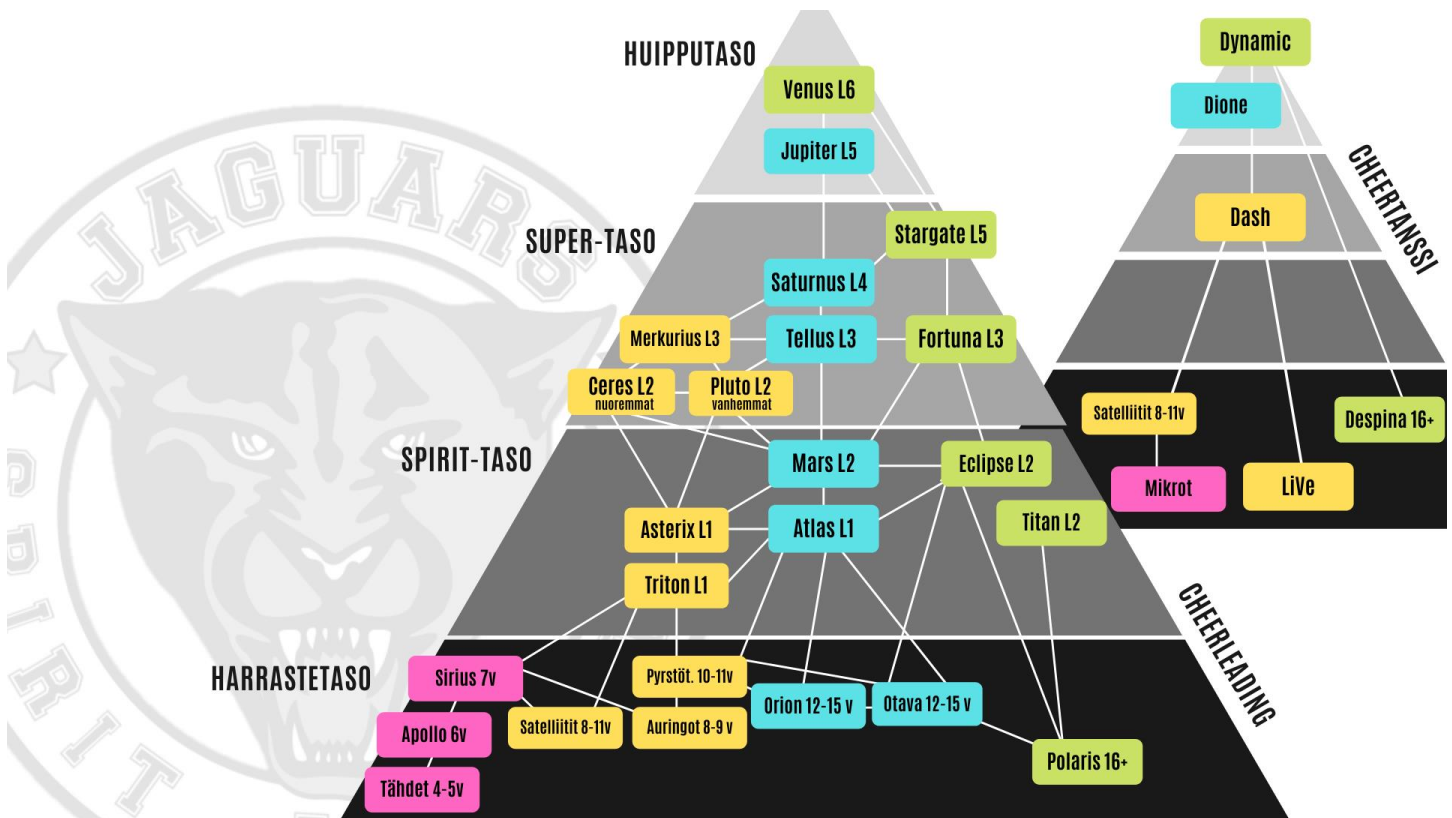
Aikuiset 2005 ja aiemmin syntyneet

Juniorit 2006-2008-syntyneet

Minit 2009-2012-syntyneet

HUOM! Ikärajoissa voi olla joukkuekohtaisia eroja (esim. alempien levelien joukkueet), katso joukkuekohtaiset ikäraajat joukkueiden erillisestä joukkuetiedostosta.

2006-syntyneet eivät siirry pääsääntöisesti vielä aikuisiin tai 2009-syntyneet junioreihin. Tämä johtuu kesällä 2020 tehdystä kahden ikäluokan kerralla siirtämisestä seuraavalle ikätasolle. JSA lähti ennakoimaan Suomen Cheerleadingliiton kilpailujärjestelmän muutosta, jonka vuoksi iso osa 2004 ja 2005-syntyneistä siirtyi jo aikuisiin ja 2007- ja 2008-syntyneet junioreihin kesällä 2020. ”Normaalisti” viime kerralla 2004- ja 2007-syntyneet olisivat siirtyneet seuraavalle ikätasolle ja nyt vuorossa olisivat 2005- ja 2008-syntyneet. Tämän vuoksi 2006- ja 2009-syntyneet pysyvät vielä nykyisellä ikätasollaan.



Jokainen voi osallistua kaikkien muiden paitsi Venuksen ja Jupiterin joukkuejakoihin avoimesti, joten esimerkiksi valmentajan suosituksesta, voi kokeilla pyrkimistä myös korkeampaan joukkueeseen ja ”hypätä” urheilijan polulla jonkun joukkueen yli. Urheilijan fyysisen ja henkisen jaksamisen näkökulmasta kannattaa miettiä, kuinka monen joukkueen joukkuejakoihin kannattaa osallistua. Joukkuejaot ovat saman viikon aikana, joten suosittelemme ehdottomasti maksimissaan kolme joukkueen joukkuejakoihin osallistumista.

HUOM! Myös nykyiset joukkueen jäsenet voivat joutua pyrkimään joukkueeseen uudelle kaudelle. Nykyisen joukkueen valmentajat infoavat urheilijoita, mikäli jokainen joutuu pyrkimään joukkueeseen seuraavalle kaudelle.

Joukkuejaot järjestetään viikolla 24 ilta-aikaan joukkueiden harjoitusten aikana. Mikäli et ylitsepääsemättömän syyn vuoksi (esim. sairastuminen, loukkaantuminen, karanteeni) pääse osallistumaan joukkuejakoihin, nykyinen valmentajasi voi kertoa osaamisestasi ja toisen joukkueen valmentajat voivat pyytää videomateriaalia osaamisestasi. Tarkemmat joukkuekohtaiset joukkuejakoaikataulut löydät jokaisen joukkueen kohdalta.

Joukkuejakoihin ilmoittautuminen

Jokaisen kilpajoukkueen joukkuejakoihin löytyy oma ilmoittautuminen MyClubista. Tapahtumat on nimetty esim. "Joukkuejaot, Triton". Klikkaamalla "ilmoittaudu tästä", pääset ilmoittautumaan kyseisen joukkueen joukkuejakoihin. Mikäli olet kiinnostunut pyrkimään joko Venukseen tai Jupiteriin, ilmoittaudu kyseisen joukkueen tapahtumaan ja valmentajat ilmoittavat ERIKSEEN ilmoittautuneilla saavatko kutsun joukkuejakoihin vai eivät.

Voit ilmoittautua maksimissaan kolmen eri joukkueen joukkuejakoihin. Ilmoita ilmoittautumisen "selite"-osiossa, mihin joukkueisiin aiot hakea ja missä järjestyksessä. Esimerkiksi: 1. Jupiter 2. Saturnus 3. Tellus. Tämä tieto ilmoitetaan kaikkien joukkueiden ilmoittautumisten yhteydessä. Muistathan siis ilmoittautua jokaisen joukkueen joukkuejakoihin oman tapahtuman kautta.

Esimerkki:

Hakija X haluaa hakea ykkösvaihtoehtona Saturnukseen, toisena Tellukseen ja kolmantena Marsiin. Niinpä Hakija X ilmoittautuu MyClubissa kaikkien näiden joukkueiden joukkuejakoihin ja kirjoittaa jokaisen joukkueen ilmoittautumiseen seuraavasti: "1. Saturnus, 2. Tellus, 3. Mars. Näin kaikkien joukkueiden valmentajat tietävät, mihin joukkueisiin hakija hakee.

Vaikka ei pääsisi ensimmäiseen hakemaansa joukkueeseen, kukaan ei jää ilman joukkuetta. Muistathan kuitenkin harrastejoukkueesta kilpajoukkueeseen hakiessasi varata paikan myös harrastejoukkueeseen varalta, jotta pääset mukaan, jos paikkaa kilpajoukkueesta ei aukea tulevalle kaudelle.

Paikan vastaanottaminen

Osallistuessaan joukkueen joukkuejakoihin, tulee harrastajan olla valmis ottamaan paikka vastaan. Joukkuejakoihin ei tulla "kokeilemaan" olisiko harrastajasta joukkueeseen, vaan jos paikan saa, on oltava valmis ottamaan se vastaan. Kannattaa siis harkita minkä joukkueen toimintaan on valmis sitoutumaan koko seuraavaksi kaudeksi vuoden 2022 kesäkuuhun saakka. Mikäli harrastaja saa opiskelu- tai työpaikan eri paikkakunnalta tai joutuu muuttamaan eri paikkakunnalle muusta syystä, voi saadun paikan joukkueesta perua.

Joukkueeseen pyrkijöille ilmoitetaan valinnoista viimeistään joukkuejakoja seuraavana päivänä, jotta harrastajat osaavat tarvittaessa osallistua seuraavan joukkueen joukkuejakoihin. Tieto paikan saamisesta tulee joko kasvokkain joukkuejakojen jälkeen tai sähköpostilla tai viestillä joukkuejakojen jälkeen.

Mikäli paikka haluamasta joukkueesta ei aukea, on harrastajalla oikeus pyytää valmentajilta perusteluja päätökselle.

Kilpajoukkueeseen sitoutuminen

Kilpajoukkueisiin sitoudutaan koko toimintakaudeksi (elo-kesäkuu). Joukkueessa ei voi lopettaa esimerkiksi joulun jälkeen, ellei ole erittäin painavaa syytä (esim. harjoittelun täysin estävä loukkaantuminen, muutto eri paikkakunnalle). Mikäli kauden aikana tulee haasteita motivaation kanssa, ole ajoissa yhteydessä valmentajaasi ja keskustele eri vaihtoehtoista.

Koko kaudeksi sitoutumisella turvataan kilpajoukkueiden kehittymisen jatkuminen koko kauden ajan. Syyskausi on peruskuntokautta, jolloin harjoittelun pääpaino on uusien taitojen oppimisessa. Vuoden vaihteen jälkeen alkaa kilpailukausi, jonka pituus vaihtelee joukkueen tason mukaan – mitä korkeammalla tasolla joukkue kilpailee, sitä pidemmälle kevääseen kilpailukausi jatkuu. Alimpien levelien joukkueiden kilpailukausi päättyy helmi-maaliskuussa ja SM-joukkueiden pääkilpailut ovat kesäkuussa. Mikäli kilpajoukkueiden jäsenet lopettaisivat jouluna, olisi joukkuetta täydennettävä juuri ennen kilpailukauden aloittamista, mikä tarkoittaisi osittain syksyllä tehdyn työn hukkaan menemistä.

Harjoittelu, leirit, kilpailut, varainhankinta

Kilpajoukkueissa sitoudutaan käymään joukkueen harjoituksissa, leireillä ja kilpailuissa. Joukkue neuvottelee usein yhdessä (ja vanhempien kanssa) mitkä ovat hyviä syitä olla poissa. Sairaana ei tietenkään tulla harjoituksiin, mutta kilpajoukkueessa esimerkiksi koulutyö tulisi oppia aikatauluttamaan niin, että voi osallistua joukkueen harjoituksiin. Mikäli kaipaavat apuja koulun ja treenien yhteensovittamisessa, ole yhteydessä valmentajiisi, heiltä löytyy varmasti hyviä neuvoja.

Jokaisen urheilijan paikallaolo harjoituksissa on tärkeää. Erityisesti cheerleading eroaa monista muista lajeista siinä, että jokaisella joukkueen jäsenellä on oma paikkansa joukkueessa ja poissaolo vaikuttaa väistämättä myös muuhun joukkueeseen. Joukkueen sisällä on omat stunttiryhmät, joissa on 4 jäsentä. Jos joku jäsenistä on poissa, ei kyseinen stunttiryhmä ei voi harjoitella omalla ryhmällään. Jos ei ole nostajaa, ei voida nostaa ja jos ei ole nousijaa, ei ole mitään nostaa. Pyramideissa sama ilmiö on vielä suurempi, yhden ihmisen poissaolo voi tarkoittaa sitä, ettei 10 ihmistä pysty harjoittelemaan pyramideja suunnitellusti. Koska jokaisella jäsenellä on oma paikkansa ja ryhmänsä, treeneissä ei välttämättä voida laittaa toista jäsentä korvaamaan jonkun toisen paikkaa.

Myös joukkueen leireille tulee osallistua. Leirit järjestetään viikonloppuisin, mutta ei lähellä loma-aikoja (esim. juuri ennen syys- tai hiihtolomaa), jotta jokainen pääsee osallistumaan leireille. Joukkue osallistuu

kauden aikana 2-6 kilpailuihin, jonka lisäksi seura järjestää 1-2 näytöksen kauden aikana ja näihin tulee osallistua. Suomen Cheerleadingliitto määrittää kilpailujen ajankohdan ja järjestämispaikkakunnan, joten joukkueet saattavat joutua matkustamaan kilpailuja varten eri paikkakunnalle.

Varsinaisten joukkueharjoitusten lisäksi kilpajoukkueilla on tasosta riippuen myös alkulämmittelyä lenkkejä ja psyykkisiä valmennuksia, jotka eivät välttämättä sisälly harjoitusaikoihin. Valmentajat informoivat kauden aikataulut elokuussa.

Varainhankinta on osa kilpajoukkueessa harjoittelua. Varainhankinnalla pyritään laskemaan mm. leireistä ja kilpailuista aiheutuvia kuluja, jotta kilpajoukkueessa harjoittelu olisi mahdollista mahdollisimman monelle. Varainhankinnan tuotot tulevat aina koko joukkueelle, ei yksittäiselle urheilijalle.

Kilpajoukkueissa suosittuja ja toimivaksi koettuja varainhankintoja ovat olleet mm. sponsoripaidan kerääminen, seuran yhteinen Gutz-myynti ja Kakkutukkutuotteet. Joukkue neuvottelee kauden alussa tulevan kauden varainhankinnat ja talkoot.

JSA:n kilpajoukkueet kaudella 2021-2022

Mitkä ihmeet Spirit- Super ja Huipputasot?

JSA on kehittänyt kuluneen vuoden aikana urheilijan polkua, johon sisältyy myös joukkueiden määrittely eri tasoille. Eri tasot kertovat joukkueen harjoittelun ja kilpailemisen määrästä ja sisällöistä, Spirit-tasolla harjoitellaan 2 kertaa viikossa, kun taas Huipputasolla määrät nousevat jopa 5 kertaan viikossa. Tasolle on määriteltä myös omat harjoittelun painopisteet lajitaitojen lisäksi fysiikka- ja psyykkiseen valmennukseen. Urheilijan polun myötä yhtenäistetään JSA:n valmennuslinjaa ja tuetaan urheilijan kehittymistä aloittelijasta omalle huipulle saakka.

Harrastejoukkueet: Polaris, Despina, Otava, Orion, Pyrstötähdet, Auringot, Satelliitit, Sirius, Apollo ja Tähdet

Spiritjoukkueet: Titan, Eclipse, Mars, Atlas, Asterix ja Triton

Superjoukkueet: Stargate, Fortuna, Saturnus, Tellus, Merkurius, Pluto ja Ceres, Dash

Huippujoukkueet: Venus, Dynamic, Jupiter ja Dione

Katso tarkemmat tiedot joukkueista erillisestä joukkueilitteestä.

Avoin kyselytunti joukkuejaoista

Avoin kyselytunti joukkuejaoista Zoomissa torstaina 3.6. klo 16.30. Kyselytunnille voivat tulla sekä harrastajat että vanhemmat, tule ja kysy joukkuejoista!

Osallistumislinkki:

<https://zoom.us/j/96418604995?pwd=eGR6V0Z4UEZGc0g3bXZobXlIZktZQT09>

Meeting ID: 964 1860 4995

Passcode: 725589

Lisätiedot joukkuejaoista:

Sopivan joukkueen löytäminen – omat valmentajat

Muut asiat – Tiia Parviainen, valmennuspäällikkö, vp@jaguarscheer.com/ p. 044 238 9946