



Joukkuejakoinfo koteihin kaudelle 2023-2024

Hei koteihin! Kilpailukausi on SM-joukkueilla vielä kuumimmillaan käynnissä, mutta käännetään katseita jo pikkuhiljaa kohti ensi kautta ja joukkuejakoja. Joukkuejaoissa muodostetaan kilpajoukkueet tulevalle kaudelle. Joukkuejakojen tavoitteena on löytää jokaiselle sopiva joukkue sitoutumiseen, motivaatioon, taitotasoon, urheilijan elämäntapoihin, fyysisiin ominaisuuksiin ja psyykkiseen valmiuteen nähden. Kaikkien osa-alueiden painotus kasvaa mitä korkeammalle levelille mennään. Harrastejoukkueisiin ilmoitaudutaan oman iän perusteella 5.6. alkaen. Mikäli harrastaja ei halua pyrkiä kilpajoukkueisiin, ilmoittautuu hän harrastejoukkueeseen myClubissa. Mikäli harrastaja hakee ensimmäistä kertaa kilpajoukkueeseen, kannattaa ilmoittautua varalta myös harrastejoukkueeseen, mikäli paikka kisajoukkueesta ei vielä aukea.

Tässä tiedotteessa on avattu joukkuejakojen käytänteitä ja liitteenä on tietopaketti jokaisesta joukkueesta. Lukekaa tiedote ja joukkueinfo huolella. Loputkin valmennustiimit pyritään ilmoittamaan ensi viikon aikana. Pieniä muutoksia ja täydennyksiä valmennustiimeihin voi tulla vielä kesän aikana, kun opiskelupaikat ovat selvillä.

Tärkeää!

Mikäli harrastajalla/urheilijalla on erääntyneitä laskuja, eikä niiden maksamiseen ole tehty realistista maksusuunnitelmaa (talous@jaguarscheer.com), häntä ei voida hyväksyä harrastajaksi/urheilijaksi ensi kaudelle. Harrastamiseen on saatavilla erilaisia taloudellisia tukimuotoja, katso lisätietoja täältä: <https://jaguarscheer.com/maksaminen/>

Ikärajamuutosten vuoksi ylemmistä joukkueista **ei tule vapautumaan valtavasti paikkoja**. Tämä tarkoittaa sitä, että moni voi jatkaa ensi kaudella nykyisessä joukkueessaan. Tästä on hyvä puhua kotona jo etukäteen, jotta hakija ymmärtää tilanteen. Ei ole mikään oletus, että joka kausi siirryttäisiin seuraavalle tasolle, vaan on täysin tavallista ja jopa urheilijan polun mukaista olla samassa joukkueessa useampi kausi. Kun joukkueet pysyvät melko samoina myös tulevalla kaudella, pääsee joukkueessa myös harjoittelemaan vaikeampia taitoja.

Joukkuejakojen valinnoista ilmoitetaan **SÄHKÖPOSTITSE JÄLKIKÄTEEN SUNNUNTAINA 30.7. (Venus, Jupiter, Merkurius) ja MAANANTAINA 7.8. (muut cheerleadingin kisajoukkueet)**. Tämä johtuu siitä, että ikärajamuutosten vuoksi sama hakija voi hakea sekaisin eri ikäluokkien joukkueisiin ja on mahdotonta

löytää looginen järjestys joukkuejakojen ajankohdille. Siispä kaikki valinnat ilmoitetaan jälkikäteen.

Tarkistathan, että myClubin yhteystiedot ovat ajan tasalla, jotta joukkueilmoitus tulee perille. Viestissä kerrotaan, mihin joukkueeseen hakija on valittu tulevalle kaudelle. Erikseen ei siis tule viestiä jokaisesta joukkueesta, johon on hakenut vaan ainoastaan siitä, johon on valittu.

Koska valinnat ilmoitetaan jälkikäteen, **HAKIJAN TULEE OSALLISTUA KAIKKIEN NIIDEN JOUKKUEIDEN JOUKKUEJAKOIHIN, JOIHIN HAKEE.** Vaikka hakisit nykyiseen joukkueeseen, ilmoittaudu myös joukkueesi joukkuejakoihin. Näin valmentajat tietävät, että olet jatkamassa joukkueessa. Poikkeuksena jo viikolla 31 järjestettävät joukkuejaot (Venus, Jupiter, Merkurius), jos saat joukkueen jostain näistä joukkueista, sinun ei tarvitse osallistua seuraavan viikon joukkuejakotreeneihin.

Osalla joukkueista on yhtä aikaa joukkuejakoja (esim. Asterix ja Ariel), jolloin sama hakija voi osallistua kahden peräkkäisen levelin joukkueen joukkuejakoihin yhtä aikaa. Tämä vähentää hakijan fyysistä ja psyykkistä kuormaa hakuviikolla.

Joukkuejaot

Millaiset joukkuejaot ovat?

Jokaisen joukkueen jäsenen pitää hakea uudestaan kaudelle 2023-2024. Kenellekään ei voida luvata paikkaa nykyisestä joukkueesta. Huomioitavaa on myös se, että joidenkin joukkueiden level mahdollisesti muuttuu (esim. Merkurius ja Ceres) ja joukkue on eri ensi kaudella (pl. sama nimi). Ei siis ole olettamuksena, että jokainen Cereksen tai Merkuriuksen nykyinen jäsen saa paikan joukkueesta myös ensi kaudelle, vaan voi olla että hakija saa paikan esimerkiksi Neptunuksesta tai Asterixista.

Joukkuejaot ovat kuin tavalliset treenit. Joukkuejakojen aikana hakijat osallistuvat treeneihin, joissa lämmitellään, tehdään joukkueen tasoisesti esimerkiksi fysiikkatreeni, lajitaitoja ja loppuverryttelyä. Usein joukkuejaoissa tehdään hieman joukkueen tasoa alempia taitoja ja paljon akrobatiaa, sillä jo ne antavat joukkueen valmentajille hyvän kuvan hakijoiden taitotasosta. Taidollisen puolen lisäksi valmentajat huomioivat myös asenteen ja motivaation ja he keskustelevat urheilijan/harrastajan aiempien valmentajien kanssa mm. treenimotivaatiosta. Ylempien joukkueiden valmentajat ovat saattaneet myös käydä alempien joukkueiden harjoituksissa ja ovat kartoittaneet hakijoita jo etukäteen. Valintoja ei tehdä ainoastaan muutaman treenin perusteella, joten vaikka et suoriutuisi täydellisesti, ei se vaikuta lopputulokseen merkittävästi. Valmentajat keskustelevat nykyisten valmentajiesi kanssa, joten hakujoukkueen valmentajilla on jo käsitys sinusta ennen joukkuejakoja. Nykyiset valmentajat antavat puolueettoman arvion hakujoukkueesi valmentajille.

Mitä joukkuejaoissa tullaan tekemään:

Alle on koottu listaa, mitä joukkuejaoissa voidaan tehdä eri leveleiden joukkueissa. **Listat eivät ole lukkoon lyötyjä eli jotain listalta voidaan jättää tekemättä ja jotain muuta tehdä tilalla.** Listat auttavat hahmottamaan mitä joukkuejaoissa tullaan karkeasti tekemään. Listasta voi myös hahmottaa levelien mukaista etenemistä taidoissa.

Level 1-joukkueet

- Lämmittely
- Akrobatialämmittelyliikkeet ja liikkuvuusliikkeitä esim. silta ja spagaatit
- Youth: kyykky- ja punnerrustekniikka, mineillä kehonhallintaliikkeiden kautta
- Akrobatiaa (aiempien levelien ja levelin mukaiset akrobatiat esim. käärynpyörät, kuperkeikat, käsinseisonta, siltakaadot)
- Stuntit osallistujien tason mukaan helpommasta vaativampaan edeten:
 - o Lähtöasento ("kana")
 - o Koppiasento
 - o Feimi
 - o Nivari
 - o Puolivälikäyttö
 - o Matala kukko
 - o Olkaistunnat
 - o Puoliväli
 - o Puoliväliheitto
 - o Venyvyudet (vaaka ja strech) kaikilla hakijoilla

Level 2-joukkueet

- Lämmittely
- Akrobatialämmittelyliikkeet ja liikkuvuusliikkeitä esim. silta ja spagaatit
- Juniorit, youth: kyykky- ja punnerrustekniikka, mineillä kehonhallintaliikkeiden kautta
- Akrobatiaa (aiempien levelien ja levelin mukaiset akrobatiat esim. käärynpyörät, kuperkeikat, käsinseisonta, siltakaadot, arabialaiset, flikki, arabiflikki, puolivoltti)
- Stuntit osallistujien tason mukaan helpommasta vaativampaan edeten:
 - o Lähtöasento ("kana")
 - o Puoliväli & heitto alas
 - o Kukko oikealla ja vasemmalla jalalla
 - o Basketharjoitteet ja heitot
 - o Awekäyttö ja awe
 - o Akrobaattisen stuntin harjoitteet ja eteneminen

Level 3-joukkueet

- Lämmittely
- Akrobatialämmittelyliikkeet ja liikkuvuusliikkeitä esim. silta ja spagaatit
- Aikuiset, juniorit, youth, minit: kyykky- ja punnerrustekniikka
- Akrobatiaa (aiempien levelien ja levelin mukaiset akrobatiat esim. kärrynpyörät, kuperkeikat, käsinseisonta, siltakaadot, arabialaiset, flikki, arabiflikki, puolivoltti, arabiflikkivoltti, perhosvoltti)
- Stuntit osallistujien tason mukaan helpommasta vaativampaan edeten:
 - o Puoliväliheitto
 - o Awe
 - o Kukot oikealla ja vasemmalla jalalla
 - o Puoliväliheitosta kierre
 - o Akrobaattinen stuntti
 - o Pyörivät stuntit
 - o Basketheittoon taito
 - o Tick up kukkoon
 - o Olkaseisonta

Level 4-joukkueet

- Lämmittely
- Akrobatialämmittelyliikkeet ja liikkuvuusliikkeitä esim. silta ja spagaatit
- Aikuiset, juniorit, youth: kyykky- ja punnerrustekniikka
- Akrobatiaa (aiempien levelien ja levelin mukaiset akrobatiat esim. kärrynpyörät, kuperkeikat, käsinseisonta, siltakaadot, arabialaiset, flikki, arabiflikki, puolivoltti, arabiflikkivoltti, perhosvoltti, arabiflikkisuoravoltti, paikkavoltti, flikkivoltti)
- Stuntit osallistujien tason mukaan helpommasta vaativampaan edeten:
 - o Libet oikealla ja vasemmalla jalalla
 - o Basketheitossa kierreheitto/potkukierreheitto
 - o Puolivälistä tuplakierreheitto
 - o Yhdeltä jalalta venyvyydestä kierreheitto (esim. vaakakierre)
 - o Pyörivä stuntti suorille käsille
 - o Käsinseisontastuntti
 - o Flikkistuntti harjoitteiden kautta edeten
 - o Olkaseisonta
 - o Tick up libbeen
 - o Pyramidissa rewind ja volttialastulot

Level 5-joukkueet

- Lämmittely
- Monipuolinen fysiikkaharjoittelu
- Aikuiset, juniorit, youth: kyykky- ja punnerrustekniikka
- Akrobatiaa (aiempien levelien ja levelin mukaiset akrobatiat esim. kärrynpyörät, kuperkeikat, käsinseisonta, siltakaadot, arabialaiset, flikki, arabiflikki, puolivoltti, arabiflikkivoltti, perhosvoltti, arabiflikkisuoravoltti, paikkavoltti, flikkivoltti, hyppyvoltti, arabiflikkikierrevoltti)
- Stuntit osallistujien tason mukaan helpommasta vaativampaan edeten:
 - o Basketheitossa potkukierre/potkutupla
 - o Tick up libbeen
 - o 540 pyörivä stuntti suorille
 - o Käsinseisonta stuntti
 - o Flikkiylösmeno
 - o Tuplakierre yhdeltä jalalta
 - o Olkaseisonnat
 - o Pyramideissa rewind ja voltialastulot

Level 6-joukkueet

- Lämmittely
- Akrobatialämmittelyliikkeet ja liikkuvuusliikkeitä
- Monipuolinen fysiikkaharjoittelu
- Akrobatiaa (aiempien levelien ja levelin mukaiset akrobatiat esim. kärrynpyörät, kuperkeikat, käsinseisonta, siltakaadot, arabialaiset, flikki, arabiflikki, puolivoltti, arabiflikkivoltti, perhosvoltti, arabiflikkisuoravoltti, paikkavoltti, flikkivoltti, hyppyvoltti, arabiflikkikierrevoltti)
- Stuntit osallistujien tason mukaan helpommasta vaativampaan edeten:
 - o Flikkistuntti
 - o Käsinseisontastuntti
 - o Rewindstuntti
 - o Basketheitossa voltit
 - o Tuplakerieet yhdeltä jalalta ja vapaat voltti alastulot
 - o Kolmikerroksiset pyramidit

Minkä joukkueen joukkuejakoihin voin osallistua?

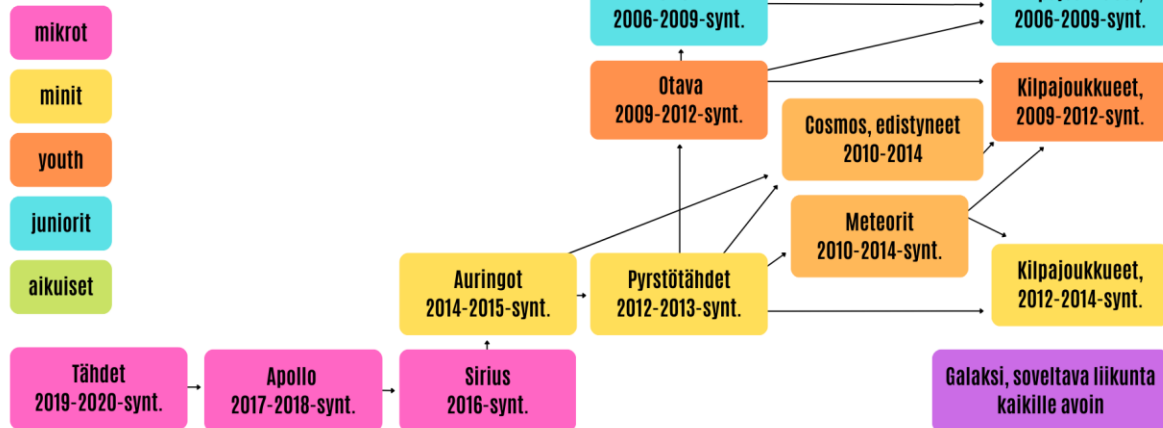
Harrastaja voi ilmoittautua oman ikätasonsa joukkueiden joukkuejakoihin. Huippu- ja Supertason joukkueisiin on erilliset kutsujaot, joten kaikki joukkuejakoihin ilmoittautuneet eivät välttämättä saa kutsua joukkuejakoihin. Tällä pyritään vähentämään hakijan kuormitusta, kun hän osallistuu vain niiden joukkueiden joukkuejakoihin, joista voi tosiasiallisesti saada paikan. Kutsu joukkuejakoihin osallistumiseen ei myöskään ole varma paikka joukkueessa, vasta kutsu osallistua jakotreeneihin. Kaikki Spirit-joukkueen joukkuejakoihin ilmoittautuneet saavat kutsun joukkuejakoihin.

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 Asterix-joukkueessa, hänen ei kannata pyrkiä suoraan Merkuriukseen, vaan hakea ensin Plutoon tai valmentajan suosituksesta jopa Neptunukseen. JSA ei suosittele leveleiden yli hyppimistä kuin vain poikkeustapauksissa. Oma valmentaja auttaa sopivan joukkueen löytämisessä. Ikärajamuutosten myötä 2006-syntyneet ja nuoremmat voivat hakea aikuisista junioreihin ja 2009-2010-syntyneet junioreista youthiin, vaikka molemmin puolisia nuolia ei alla olevista kaavioista löydy. Oman valmentajan kanssa kannattaa jutella onko siirtyminen nuorempien ikäluokkaan järkevää oman urheilijan polun kehityksen mukaan. Esimerkiksi junioreissa jo olleen ei välttämättä kannata siirtyä youth-ikäluokkaan vuodeksi ja hakea sitten uudestaan junioreihin, jos junioreissa pysyminen tukisi urheilijana kehittymistä paremmin esimerkiksi stunttipaikkakehityksen näkökulmasta.

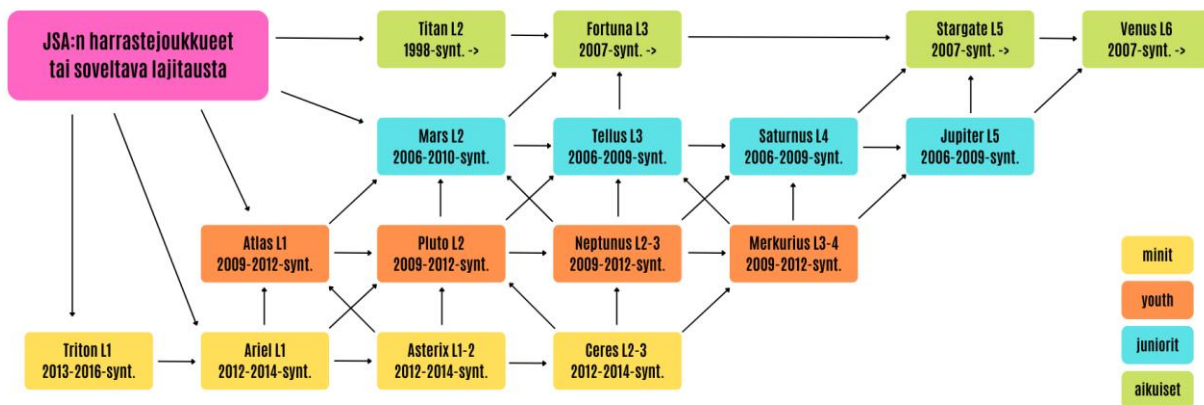
Kun hakee joukkueeseen, stunttipaikkaa saa toivoa, mutta muutoksia voi tulla joukkuejaoissa tai kauden aikana. Joukkueisiin valitaan lähtökohtaisesti urheilijoita, ei tietyn stunttipaikan tekijöitä. Joukkuejakoihin kannattaa tulla avoimin mielin, jos valmentajat ehdottavat toisen stunttipaikan tekemistä. Tavoitteena on saada jokainen hakija näyttämään parastaan tietyllä paikalla ja mahdollistaa joukkueissa eteneminen oman taitotason mukaan. Roolin vaihtaminen esimerkiksi nousijasta pohjaksi voisi mahdollistaa etenemisen, jos nousijana ei tulisi valituksi.

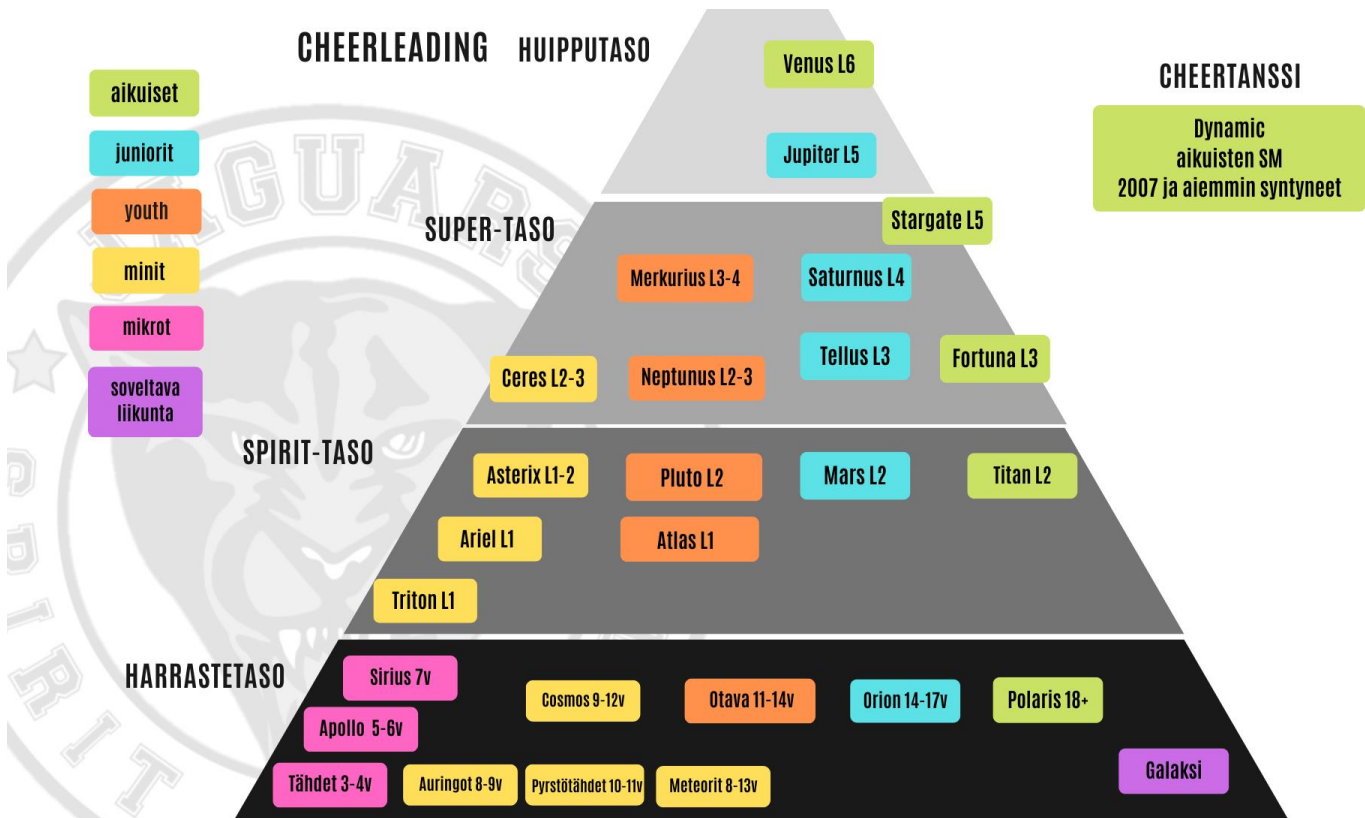
Harrastejoukkueiden polku 2023-2024

Lajin voi aloittaa ilman mitään aiempaa kokemusta tai osaamista.



Kilpajoukkueiden polku Cheerleading 2023-2024





Urheilijan fyysisen ja henkisen jaksamisen näkökulmasta kannattaa miettiä, kuinka monen joukkueen joukkuejakoihin kannattaa osallistua. Joukkuejaot ovat saman viikon aikana, joten suosittelimme ehdottomasti maksimissaan kolmen joukkueen joukkuejakoihin osallistumista. Muutamilla joukkueilla on yhteisjaot, jotta hakijakohtaista joukkuejakojen määrää saadaan pienennettyä.

Mikäli et ylitsepääsemättömän syyn vuoksi (esim. sairastuminen, loukkaantuminen, jo kauan aikaa sitten varattu reissu) pääse osallistumaan joukkuejakoihin, nykyinen valmentajasi voi kertoa osaamisestasi ja toisen joukkueen valmentajat voivat pyytää videomateriaalia osaamisestasi tai tulla katsomaan harjoituksiasi ennen joukkuejakoja. Tarkemmat joukkuekohtaiset joukkuejakoaikataulut löydät jokaisen joukkueen kohdalta. Jos et pääse paikan päälle, ole hyvissä ajoin yhteydessä hakujoukkueen sähköpostiin esim. neptunus@jaguarscheer.com

Joukkuejakoihin ilmoittautuminen

Jokaisen kilpajoukkueen joukkuejakoihin löytyy oma ilmoittautuminen MyClubista. Tapahtumat on nimetty esim. "Tellus joukkuejakoihin ilmoittautuminen (Level 3, 2006-2009-syntyneet). Klikkaamalla "ilmoittaudu", pääset ilmoittautumaan kyseisen joukkueen joukkuejakoihin. **Ilmoittaudu jokaisen joukkueen joukkuejakotapahtumaan, joihin olet hakemassa.** Joukkuejakotapahtumassa kysytään hakujärjestystä ja muutamia lisätietoja joukkuejakoja varten.

ILMOITTAUDU: <https://jsa.myclub.fi/flow/events/public>

Esimerkki:

Hakija X haluaa hakea ykkösvaihtoehtona Merkuriukseen, toisena Neptunukseen ja kolmantena Platoon. Niinpä Hakija X ilmoittautuu MyClubissa kaikkien näiden joukkueiden joukkuejakoihin ja ilmoittaa jokaisessa ilmoittautumisessa oman hakujärjestyksensä. Näin kaikkien joukkueiden valmentajat tietävät, mihin joukkueisiin hakija hakee ja missä järjestyksessä.

Vaikka ei pääsisi ensimmäiseen hakemaansa joukkueeseen, kukaan ei jää ilman joukkuetta. Kannattaa kuitenkin varautua, että paikkaa nykyisestä joukkueesta ei saa, vaan hakee myös yhtä aiemman levelin joukkueeseen. Nykyinen kilpajoukkueen harrastaja ei voi jäädä ilman paikkaa kilpajoukkueesta.

Muistathan kuitenkin harrastejoukkueesta kilpajoukkueeseen hakiessasi varata paikan myös harrastejoukkueeseen varalta, jotta pääset mukaan, jos paikkaa kilpajoukkueesta ei aukea tulevalle kaudelle.

Paikan vastaanottaminen

Kun ilmoittaudut jonkun joukkueen joukkuejakoihin, olet valmis ottamaan paikan sieltä vastaan. Kaikkien joukkueiden valinnat ilmoitetaan jälkikäteen, joten jos sen jälkeen joukkueeseen hyväksytyt ilmoittavatkin, etteivät ota paikkaa vastaan, jäävät joukkueet vajaiksi. Kannattaa muistaa, että osallistumalla joukkueen joukkuejakoihin ja saamalla paikan joukkueesta, viet toiselta motivoituneelta ja taitavalta hakijalta paikan – älä siis osallistu sellaisen joukkueen joukkuejakoihin, josta et ota paikkaa vastaan. Kannattaa harkita minkä joukkueen toimintaan on valmis sitoutumaan koko seuraavaksi kaudeksi vuoden 2024 kesäkuuhun saakka. Mikäli harrastaja saa opiskelu- tai työpaikan eri paikkakunnalta tai joutuu muuttamaan eri paikkakunnalle muusta syystä, voi saadun paikan joukkueesta perua.

Ohjeet paikan vastaanottamiseen saat hyväksymissäähköpostissa joukkuejakojen jälkeen.

Mikäli paikka tavoitejoukkueesta ei aukea, on harrastajalla oikeus pyytää valmentajilta perusteluja päätökselle kyseisen joukkueen sähköpostista *joukkue*@jaguarscheer.com. Kannattaa kuitenkin muistaa, että vapaita paikkoja joukkueissa on vähän ja moni taitava hakija voi jäädä toivejoukkueensa ulkopuolelle. Joukkuejaoissa katsotaan kokonaisuutta eli vaikka urheilija osaisi jonkun levelin akrobatia-aidon kuten flikin, ei se välttämättä avaa ovia seuraavaan joukkueeseen, jos muilla osa-alueilla jää muiden hakijoiden taakse.

Kilpajoukkueeseen sitoutuminen

Kilpajoukkueisiin ja kuukausimaksuihin sitoudutaan koko toimintakaudeksi (elo-kesäkuu).

Kilpajoukkueessa 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 vaihtoehdoista kuten kevennetystä treeniviikosta.

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. Kilpajoukkueiden kilpailukausi päättyy huhtikuussa-toukokuussa 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. Olethan siis valmis sitoutumaan koko kaudeksi, mikäli haet kilpajoukkueeseen. Jos et voi sitoutua koko kaudeksi, suosittellemme ilmoittautumaan harrastejoukkueeseen. Myös joukkueen budjetti lasketaan joukkueeseen valitun urheilijamäärän mukaan. Kesken kauden lopettaminen nostaisi muun joukkueen kustannuksia, kun esimerkiksi yhteisiä leiri- ja kilpailukuluja on maksamassa pienempi porukka.

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 treeneistä. 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 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 joukkueen tason mukaan 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. Tarkat leiri- ja kilpailuajataulut infotaan joukkueille viimeistään kauden alussa.

Varsinaisten joukkueharjoitusten lisäksi kilpajoukkueilla on tason mukaan myös alkulämmittelyä lenkkejä ja psyykkisiä valmennuksia, jotka eivät välttämättä sisälly harjoitusaikoihin. Valmentajat informoivat kauden aikataulut elokuussa. Huipputason ja osa Supertason joukkueista edellyttää myös omatoimista harjoittelua, johon tulee sitoutua.

Varainhankinta on osa kilpajoukkueessa harjoittelua. Varainhankinnalla pyritään laskemaan mm. leireistä ja kilpailuista aiheutuvia kuluja, jotta kilpajoukkueessa harjoittelu olisi taloudellisesti 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. Kysymykset ja ideat varainhankinnasta voi osoittaa suoraan Outi Sahikalliolle tj@jaguarscheer.com tai 045 274 8688

JSA:n kilpajoukkueet kaudella 2023-2024

Mitkä ihmeet Spirit- Super ja Huipputasot?

JSA on kehittänyt vuodesta 2021 alkaen urheilijan polkua, johon sisältyy myös joukkueiden määrittely eri tasoille. Eri tasot kertovat joukkueen harjoittelun ja kilpailamisen määrästä ja sisällöistä, Harrastetasolla harjoitellaan kerran viikossa, kun taas Huipputasolla joukkueen määrää voi nousta 5 kertaan viikossa. Tasoille on määritelty 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, Orion, Otava, Pyrstötähdet, Auringot, Cosmos, Meteorit, Sirius, Apollo, Tähdet, Galaksi

Spirit-joukkueet: Titan, Mars, Pluto, Atlas, Asterix, Ariel, Triton

Superjoukkueet: Stargate, Fortuna, Saturnus, Tellus, Merkurius, Neptunus, Ceres

Huippujoukkueet: Venus, Dynamic, Jupiter

Katso tarkemmat tiedot joukkueista erillisestä joukkueliitteestä.

Joukkuejakoinfot keskiviikkona 14.6.2023

Järjestämme keskiviikkona 14.6. erilliset joukkuejakoinfot. Infoissa käydään läpi joukkueen kauteen liittyviä asioita sekä joukkuejakoja ja valintakriteereitä. Jokaiselta hakijalta suositellaan vahvasti, että vähintään yksi henkilö osallistuu joukkueen infoon. Osalla joukkueista on yhteisinfoja, joten sama hakija pystyy osallistumaan yhtä aikaa kahden joukkueen infoon.

Infot järjestetään JSA Cheer Gymillä. Valmentajat opastavat infoon tulevat oikeaan paikkaan, sillä samaan aikaan voi olla useamman joukkueen infot.

Dynamicille, Titanille ja Tritonilla ei järjestetä infotilaisuuksia.

Infoon ei tarvitse ilmoittautua etukäteen.

Seura ei järjestä etäyhteyttä, vaan info pidetään paikan päällä treenihallilla.

Aikataulut:

klo 16.45–17.30 Merkurius sekä Asterix & Ariel yhteisinfo sekä Stargate & Fortuna yhteisinfo

klo 17.30–18.15 Jupiter, Mars

klo 18.15–19 Ceres sekä Saturnus & Tellus yhteisinfo

klo 19–19.45 Venus

klo 19–20 Neptunus & Pluto & Atlas yhteisinfo

Kilpajoukkueeseen hakevan muistilista

1. Käy valmentajan kanssa keskustelu, mihin joukkueeseen sinun olisi hyvä hakea ensi kaudeksi
2. Pohdi (huoltajan kanssa) mihin joukkueisiin haet. Muista, että kilpajoukkueissa tulee sitoutua KOKO kaudeksi kesäkuuhun saakka.
3. Ilmoittaudu mukaan KAIKKIEN niiden joukkueiden joukkuejakoihin, joihin haet. Ilmoittaudu myös nykyisen joukkueen joukkuejakoihin (ellei ikäraajat muutu niin, ettei voi jatkaa joukkueessa).

<https://jsa.myclub.fi/flow/events/public>

4. Jos olet nyt harrastejoukkueessa, ilmoittaudu mukaan myös harrastejoukkueeseen, jotta varmistat paikkasi tulevalle kaudelle, jos paikka kilpajoukkueesta ei vielä aukea.
5. Osallistu kaikkien joukkueiden joukkuejakoihin, joihin olet ilmoittautunut mukaan. Mikäli haluaisit kehittää omia yksilötaitoja vielä ennen joukkuejakoja, tutustu yksityisvalmennukseen tai kesän tapahtumiin kuten akrobatia- ja level up-kursseihin:
<https://jaguarscheer.com/jasenille/yksityisvalmennus/>
<https://jaguarscheer.com/kesan-2023-tapahtumat/>
6. Jää jännittämään joukkuejakojen tuloksia.
7. Ota paikka joukkueesta vastaan!

Tärkeät päivämäärät

- 5.6. **Harrastejoukkueisiin** ilmoittautuminen alkaa myClubissa **nykyisille harrastajille** (HUOM! Jokainen ilmoittautuu itse haluamaansa harrastejoukkueeseen)
- 5.6. **Joukkuejakoihin** ilmoittautuminen aukeaa myClubissa (muista ilmoittautua kaikkiin niihin jakoihin, joihin olet osallistumassa)
- 12.6. **Harrastejoukkueisiin** ilmoittautuminen alkaa myClubissa **uusille harrastajille** (varaathan oman paikkasi harrastejoukkueesta ennen tätä!)
- 14.6. Joukkuejakoinfot JSA Cheer Gymillä
- 18.6. Ilmoittautuminen kilpajoukkueiden joukkuejakoihin päättyy seuran nykyisille harrastajille
- 20.6. Huippu- ja Supertason joukkueiden joukkuejakoihin ilmoittautuneista osa saa kutsun osallistua joukkuejakoihin. Spirit-tason joukkueissa kaikki saavat kutsun joukkuejakoihin
- 22.6. Valmentajat jäävät lomalle ja palaavat sähköpostin ääreen hieman ennen joukkuejakoja
- 16.7. Ilmoittautuminen uusille harrastajille päättyy Venus, Jupiter, Merkurius (kutsut joukkuejakoihin 24.7.)
- 30.7. Ilmoittautuminen uusille harrastajille päättyy muilla kisajoukkueilla (kutsut joukkuejakoihin 31.7.)
- 24.-28.7. Joukkuejakoviikko Venus, Jupiter, Merkurius
- 30.7. Venuksen, Jupiterin ja Merkuriuksen hakijoille ilmoitetaan saiko paikkaa joukkueesta
- 1.-6.8. Joukkuejakoviikko muut cheerleadingin kilpajoukkueet
- 7.8. Kaikille hakijoille ilmoitetaan ensi kauden joukkue sähköpostitse

7.8. SM-joukkueiden ja Merkuriuksen kausi alkaa

14.8. Muiden kilpajoukkueiden kausi alkaa

28.8. Harrastejoukkueiden kausi alkaa

Lisätiedot joukkuejaoista:

Sopivan joukkueen löytäminen = omat valmentajat

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