



Valmennuksen työsuunnitelma 2024

SISÄLLYSLUETTELO

Johdanto	3
Judoliiton valmennusjärjestelmä	4
Valmennuksen henkilöstö	5
Vapaaehtoiset OTO-valmentajat.....	5
Judoliiton vapaaehtoiset OTO-valmentajat 2024	6
Valmennuksen viestintä	6
Aikuiset ja alle 23-vuotiaat	7
AIKUISTEN tavoitteet, toimenpiteet ja mittarit vuodelle 2024:	8
Huippuryhmä.....	8
Aikuisten vuosisuunnitelma 2024	9
Alle 23-vuotiaiden ja haastajaryhmän vuosisuunnitelma 2024	10
Huippuryhmä 2024.....	11
Aikuisten edustusjoukkue 2024	11
Alle 23-vuotiaiden edustusjoukkue 2024	11
Aikuisten ja alle 23-vuotiaiden talous.....	12
Valmennustukien pisteytys vuodelle 2024	13
Alle 21-vuotiaat.....	15
ALLE 21-VUOTIAIDEN tavoitteet, toimenpiteet ja mittarit 2024:	16
Alle 21-vuotiaiden vuosisuunnitelma 2024	17
Alle 21-vuotiaiden edustusjoukkue 2024	17
Alle 21-vuotiaiden talous.....	18
Alle 18-vuotiaat.....	19
ALLE 18-VUOTIAIDEN tavoitteet, toimenpiteet ja mittarit 2024:	20
Alle 18-vuotiaiden vuosisuunnitelma 2024	21
Alle 18-vuotiaiden edustusjoukkue 2024	22
Alle 18-vuotiaiden talous.....	22
Valmennuskeskustoiminta	23
Lasten ja nuorten valmennustoiminta (U13/U15)	24
Joukkueiden valintakriteerit 2024.....	25
Kaikkiin arvokilpailuihin sovellettavat kriteerit	25
Aikuiset	25
Alle 23-vuotiaat.....	26
Alle 21-vuotiaat.....	26
Alle 18-vuotiaat.....	27
Muita huomioita arvokilpailuvalintoihin liittyen	27

JOHDANTO

Vuoden 2023 aikana Judoliiton valmennuksen keskittämiskäytäntö Helsingissä sijaitsevaan Urhean valmennuskeskukseen on alkanut tuottaa selviä tuloksia. Ensimmäistä kertaa suomalaisjudokat ylsivät palkintokorokkeelle kaikkien ikäluokkien arvokilpailuissa. Myös tavoite palata kansainväliseen arvokilpailujen mitalikantaan toteutui Martti Puumalaisen yltäessä historialliseen kultamitaliin Euroopanmestaruuskilpailuissa.

Selkeän menestyspotentiaalin omaavien ja Judoliiton valmennustoimintaan sitoutuvien urheilijoiden taloudellista tukea jatketaan kriteeristön pysyessä samankaltaisena ryhmän päivittämisen jälkeen. Arvokilpailu- ja edustusjoukkueet valitaan jatkossakin vuosittain tarkistettavien valintakriteereissä mainittujen tuloksien sekä sitoutumisen asteen perusteella.

Valmennustiedon jakamista seurakenttään pyritään tehostamaan ja kuvaamaan seuratasolle selkeä polku lapsuus- ja nuoruusvaiheesta aikuiseksi huippu-urheilijaksi. Tätä työtä lähdetään rakentamaan yhdessä Urhean kanssa seurojen suuntaan. Tavoitteena on koordinoitu valtakunnallinen alle 15-vuotiaiden valmennus, toimiva yläkoululeiitys osana urheilijaksi kasvamisen polkua ja seurakenttää, harrastajia sekä urheilijoita palveleva kalenteri. Tätä työtä on tarkoitus tehdä yhdessä seurojen kanssa.

Vain riittävät valmentajaresurssit mahdollistavat laadukkaan toiminnan niin päivittäisvalmennuksessa kuin kansainvälisissä tapahtumissa. Valmennusresurssit ovat vuoden 2023 aikana kasvaneet Urhean päivittäisvalmennuksessa alle 21-vuotiaiden nuorten akatemiavalmentajan liittyttyä valmennustiimiin.

Resursseja tulee silti vahvistaa jotta kansainväliselle huipulle saadaan tulevaisuudessa nousemaan yhä uusi nuoria potentiaalisia judokoita. Resursseja tarvitaan erityisesti alle 23-vuotiaiden siirtymävaiheeseen aikuisten ikäluokkaan sekä Urheaan pyrkivien urheilijoiden määrän jatkuvasti kasvavassa ja sisäänottokapasiteetin ollessa tällä hetkellä maksimissa.

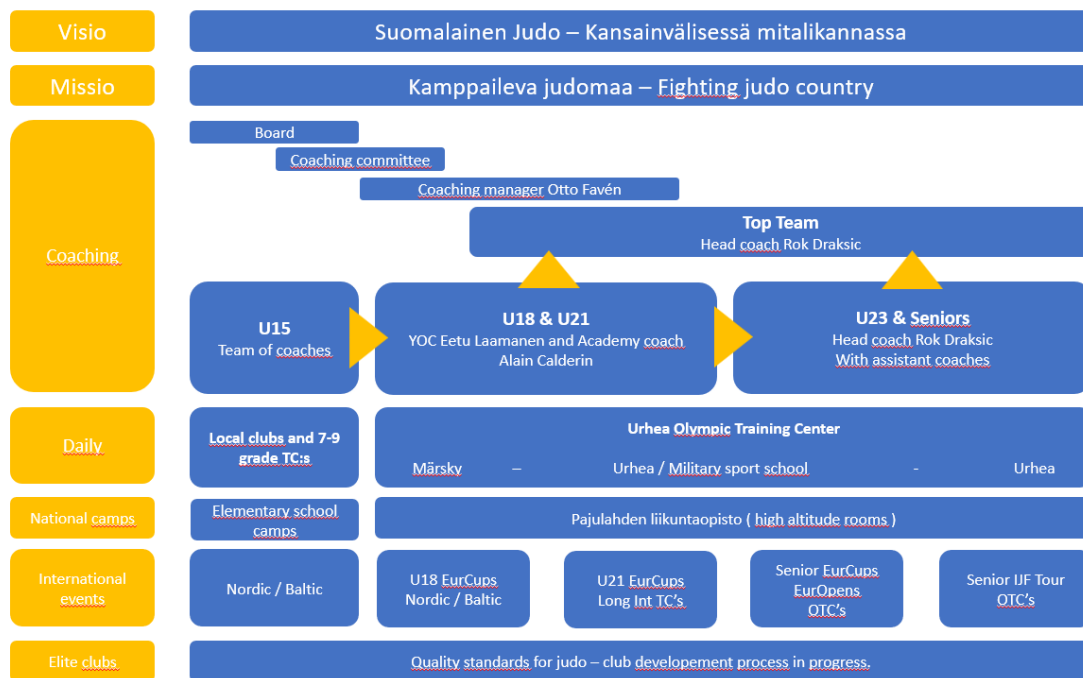
Vuoden 2024 aikana myös päivitetään Suomen Judon strategiaa nykyisen päättyessä. Nyt päättyvän strategiakauden tavoitteina ovat olleet Suomen Judo kansainväliseen mitalikantaan ja jäsenmäärän kasvattaminen 10000 harrastajaan. Toinen näistä tavoitteista täyttyi.

19.1.2023

Otto Favén

Valmennuspäällikkö

JUDOLIITON VALMENNUSJÄRJESTELMÄ



Suomen Judoliiton valmennustoimintaa ohjaa Valmennusvaliokunta. Valmennusvaliokuntaan kuuluu valmennuksesta vastaava Judoliiton hallituksen varapuheenjohtaja, valmennuspäällikkö, urheilijajäsen ja yhdestä kahteen kutsuttua jäsentä. Valmennusvaliokunnan kokoonpano muodostetaan tammikuussa hallituksen järjestäytymiskokouksen jälkeen.

Judoliiton valmennuksen organisoinnista vastaavat Judoliiton valmennushenkilöstö jota johtaa Valmennuspäällikkö.

Valmennuspäällikön vastuualueena on Suomen Judoliiton valmennustoiminnan johtaminen ja kehittäminen. Päävalmentajan vastuualueena on Pariisin 2024 tähtävään huippuryhmän valmennuksen suunnittelu ja toteutus. Alle 18-vuotiaiden nuorten Olympiavalmentajan vastuualueena on Mäkelänrinteen urheilulinjan valmennuksen suunnittelu ja toteutus sekä alle 18-vuotiaiden nuorten valtakunnallisen edustusvalmennuksen suunnittelu ja toteutus. Nuorten Akatemiavalmentajan tehtävä on alle 21-vuotiaiden harjoittelun suunnittelu ja toteutus Urhean Olympiavalmennuskeskuksessa sekä valtakunnallisen edustusvalmennustoiminnan suunnittelu ja organisointi.

Tapahtuneiden organisaatio- ja henkilöstömuutosten jälkeen tehtävien uudelleenjärjestely on käynnissä ja toimintapojen vakiintuminen tapahtuu kevään 2024 aikana.

VALMENNUKSEN HENKILÖSTÖ

Judoliiton palkattu valmennuksen henkilöstö 2024.

Otto Favén	Valmennuspäällikkö
Rok Draksic	Päävalmentaja
Alain Calderin	U21 Nuorten Akatemiavalmentaja
Eetu Laamanen	U18 Nuorten Olympiavalmentaja

VAPAAEHTOISET OTO-VALMENTAJAT

Vapaaehtoiset valmentajat muodostavat merkittävän resurssin Judoliiton valmennusorganisaatiossa. Vapaaehtoiset valmentajat paitsi yhteistyössä Judoliiton palkattujen valmentajien kanssa suunnittelevat ja tukevat valmennustoimintaa, myös muodostavat sidoksen Judoliiton laajaan seurakenttään.

Vapaaehtoiset valmentajat sitoutuessaan tehtäväänsä toimivat puolueettomasti ja tasapuolisesti kaikkia urheilijoita kohtaan. Vapaaehtoisilla valmentajilla usein on myös omia henkilökohtaisia valmennettavia eikä luonnollisestikaan näistä valmennussuhteista tarvitse irtautua.

Toimiessaan nimettynä Judoliiton valmentajana valmennussuunnitelman mukaisessa tapahtumassa, vapaaehtoinen valmentaja osoittaa huomiota tasapuolisesti kaikille, ja tämä välittyy myös koko ryhmälle.

Vapaaehtoinen valmentaja voi kuitenkin toimia vapaasti henkilökohtaisen valmentajan roolissaan silloin, kun ei ole vastuuasemassa Judoliiton valmennussuunnitelman mukaisessa tapahtumassa.

Vapaaehtoisen valmentajan roolissa on kuitenkin tärkeää, että on valmis kaikissa tapahtumissa kommunikoimaan eri seurojen edustajien ja urheilijoiden kanssa. Verkostoituminen ja yhteydenpito on luonnollinen ja tärkeä osa vapaaehtoisenkin valmentajan tehtävää.

Näiden toimintaperiaatteiden noudattaminen ja niin sanotun ”pelisilmän” käyttäminen tapahtumissa ja tilanteissa on tärkeää vapaaehtoisen valmentajan roolissa.

JUDOLIITON VAPAAEHTOISET OTO-VALMENTAJAT 2024

Judoliiton ikäryhmien vapaaehtoiset valmentajat 2024

Aikuiset	Jorma Korhonen
	Esa Korkia-Aho
	Sami Salonen
Alle 21-vuotiaat	Jaana Jokinen
	Tuomo Seikkula
	Tuomas Narva
Alle 18-vuotiaat	Tommi Valtonen
	Topias Ikävalko
	Sanna Pyykönen
	Petteri Pohja

VALMENNUKSEN VIESTINTÄ

Valmennuksen koordinaatio: Valmennusvaliokunta kokoontuu kokouksiin noin 1 – 2 kertaa kuukaudessa. Valmennushenkilöstö pitää viikottain tiistaisin palaverin jossa koordinoidaan valmennustoimintaa. Valmennuksella on myös omat Whatsapp -ryhmät viestintään.

Ulkoinen viestintä: Ikäluokkien Whatsapp -ryhmät ovat tärkeä osa ajankohtaista viestintää ulospäin. Seuroille ja valmentajille järjestetään verkkopalavereja. Lisäksi valmennuksen uutiskirje lähetetään säännöllisesti noin kuusi kertaa vuodessa.

AIKUISET JA ALLE 23-VUOTIAAT

Aikuisten huippuryhmän osalta valmennustoiminta keskittyy tiiviisti lähestyviin Pariisin Olympialaisiin. Pariisin 2024 Olympialaisten karsinta on loppusuoralla ja päättyy kesäkuun 2024 MM-kilpailuihin. Olympiakarsinnoissa tavoitellaan vähintään kahta paikkaa Olympialaisiin.

Aikuisten tärkeimmät kilpailutapahtumat ovat Pariisin Olympialaiset heinä-elokuussa sekä EM- ja MM-kilpailut. Olympiakarsinnat muodostavat kaikista valmennuksen suunnitelman IJF World Tourin kilpailuista merkittävät urheilijoille, jotka joutuvat kamppailemaan viimeisistä paikoista Olympialaisiin.

Vuonna 2024 on myös tärkeä nuorempien sekä potentiaalisten urheilijoiden valmistautumiseen seuraavalle Olympiadille. Olympiakarsintojen jälkeen avautuu mahdollisuus heille merkittäviin askeleisiin siirtymisessä aikuisten kansainväliselle huipputasolle.

Kansainvälinen menestyminen vaatii laadukkaan päivittäisharjoittelun ja uskottavan kansainvälisen ohjelman toteuttamista urheilijoilta ja valmennukselta. Taloudellista tukea jaetaan menestyspotentiaalin omaaville ja etenkin Judoliiton valmennustoimintaan sitoutuneille urheilijoille vuoden 2023 menestys huomioiden valmennuksen työsuunnitelmassa määriteltyjen kriteerien mukaisesti. Lisäksi naisten valmentautumiseen kohdennetaan lisäresursseja, jotta judossa on myös jatkossa kansainvälisesti menestyviä naisjudokoita.

Joukkue valmistautuu arvokilpailuihin yhtenäisellä valmistautumisohjelmalla, johon sitoutuminen on arvokilpailuvalinnan perusteena.

Kotimaan leiritys suunnitellaan tukemaan kansainvälistä ohjelmaa. Korkeanpaikan leiritys toteutetaan osin ulkomailla ja osin kotimaassa Liikuntakeskus Pajulahden ja valmennuskeskus Urhean alppimajaolosuhteissa vuosisuunnitelman tavoitteet huomioiden.

AIKUISTEN TAVOITTEET, TOIMENPITEET JA MITTARIT VUODELLE 2024:

TAVOITTEET	TOIMENPITEET	MITTARIT
<ul style="list-style-type: none"> - Keskittyminen Pariisiin Olympialaisiin potentiaalin omaaviin urheilijoihin - Joukkuekisaan osallistuminen Olympialaisten jälkeen - Uuden sukupolven tuominen kv-tasolle 	<ul style="list-style-type: none"> - Taloudellinen tuki urheilijoille jotka noudattavat liittojohtoista suunnitelmaa - Viikkotason harjoittelun optimointi - Ryhmähengen rakentaminen - Vain naisille kohdenneet leirit 	<ul style="list-style-type: none"> - Asiantuntijoiden tuen hyödyntäminen - Urheilijoiden harjoittelun seuranta: osallistumiset, kuormituksen seuranta, Athlete Analyzer - Kilpailuohjelma kohdennettuna U23 ja aikuisten ikäluokalle huomioiden tuleva sukupolvi
<ul style="list-style-type: none"> - Menestys Olympialaisissa - Menestys EM ja MM-kilpailuissa - Menestys Grand Prix ja Grand Slam tasolla sekä 2028 Olympialaisten potentiaalisten tuominen GP- ja GS tasolle. 	<ul style="list-style-type: none"> - Eriytynen valmistautuminen Olympialaisiin - Suunnitelma tulosten tekemiseen EM- ja MM-kilpailuissa - Hyvä aloitus seuraavalle Olympiadille 	<ul style="list-style-type: none"> - Mitali EM- ja MM-tasolta, Olympialaisissa sijoitus 5. joukkoon. - Eriytynen taktinen valmistautuminen vastustajien analysoimiseen perustuen - 5 ottelijaa ottelemaan EM- ja MM-kilpailuissa - Uusi sukupolvi aloittaa Grand Prix ja Grand Slam tasolla.
<ul style="list-style-type: none"> - Urheilijoiden terveydestä huolehtiminen - Korkeanpaikan harjoittelu - Taloudellisten resurssien kasvattaminen ulkopuolisista lähteistä 	<ul style="list-style-type: none"> - Fysio mukaan Kv-leireille - Loukkaantumisten ennaltaehkäisy - Testaus korkean paikan leirien yhteydessä. - Paremmat yhteydet EJU:n ja IJF:ään. - Sponsorien hankinta 	<ul style="list-style-type: none"> - Terveet harjoituspäivät - Fysion hyödyntäminen - Urhean asiantuntijoiden tuki korkeanpaikan harjoittelun suunnittelussa - IJF:n ja EJU:n taloudellinen tuki - Sponsorituki kärkirahalle

HUIPPURYHMÄ

Judoliitto on nimennyt Huippuryhmän, jonka tavoitteena on menestyä Pariisin Olympialaisissa 2024 ja edelleen Los Angelesissa 2028. Ryhmää tuetaan taloudellisesti Judoliiton valmennuksen budjetista (39500 €).

Lisäksi osa ryhmän urheilijoista saa Suomen Olympiakomitean huippu-urheiluyksikön myöntämää valmennuksen tehostamistukea (55000 €).

Ryhmän päivitys tapahtuu vuosittain. Tukien kohdentamisesta vastaa päävalmentaja yhdessä valmennuspäällikön kanssa.

AIKUISTEN VUOSISUUNNITELMA 2024

Suunnitelma päivätty 31.12.2023, ajantasainen suunnitelma: judo.fi

SENIOR	jan					feb			mar			apr				may			jun						
Competition			Samurai Cup	Portugal GP	Paris GS				NATIONALS	Linz GP		Tbilisi GS?	Antalya GS			Europeans CRO	Dushanbe GP?	Astana GS	Worlds						
Training camp	National TC	Mittersill OTC				Paris TC	Japan TC	Japan TC			Nyrburg OTC		Tbilisi GS TC?	Antalya TC	Tata OTC	Nordic camp?					Porec OTC				
Week	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
Period																									

jul			aug			sep			okt			nov			dec											
Heinävesi	Benidorm OTC	SJR + Olympic preparation Urheaa	Urheaa	Paris 2024	Paris 2024				Budapest GS	Zagreb GP					Military worlds											
			HJC												Abu Dhabi GS/Team Cadiz											
			ITC Valencia																							
									ITC						Japan TC	EC U23										
															Japan TC											
															Japan TC											
															ALTITUDE	BSC										
															ALTITUDE											
															ALTITUDE											
26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52

ALLE 23-VUOTIAIDEN JA HAATAJARYHMÄN VUOSISUUNNITELMA 2024

Suunnitelma päivätty 31.12.2023, ajantasainen suunnitelma: judo.fi

B and U23	jan					feb				mar				apr				may			jun				
Competition			Samurai ISL Judo Open or GP POIR			Danish Open			NATIONALS		Riga Eu Cup								Nordics SWE			Podcetrak Eu Cup			
Training camp	National TC	Mittersill OTC				Paris TC		CRO TC					Antalya TC	Tata OTC				High Altitude Training?	High Altitude Training?	High Altitude Training?		Porec OTC			
Week	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
Period																									

	jul					aug				sep				okt			nov			dec												
Heinävesi	Tallinn Eu Open													MNE Eu Cup?		Coimbra Eu Cup?	Eu Cup Malaga	Team Cadiz				EC U23										
			SJR + Olympic preparation Urheaa	Olympic preparation Urheaa		HJC								ITC				TC Malaga				Japan TC	Japan TC	ALTITUDE	ALTITUDE	ALTITUDE						
26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52						

HUIPPURYHMÄ 2024

Martti Puumalainen, Meido-Kan Helsinki
Luukas Saha, Riihimäen Judoseura
Valtteri Olin, Voimailuseura Bodonos
Pihla Salonen, Porin Judoseura Fudoshin
Eetu Ihanamäki, Nokian Judo
Oskari Mäkinen, Nummelan Judo
Turpal Djoukaev, Hämeenlinnan Judoseura
Artur Kanevets, Tikkurilan Judokat

Aikuisten edustusjoukkue 2024

Edustusjoukkuevalinnat ovat ehdollisia kunnes vuoden 2024 Urheilijasopimus on allekirjoitettu.

Pihla Matikainen, Maskun Tempo
Emilia Kanerva, Kirkkonummen Judoseura
Thomas Rönkkö, Orimattilan Judoseura
Luukas Saha, Riihimäen Judoseura
Valtteri Olin, Voimailuseura Bodonos
Roope Korhonen, Kajaanin Judokerho
Turpal Djoukaev, Hämeenlinnan Judoseura
Eetu Ihanamäki, Nokian Judo
Oskari Mäkinen, Nummelan Judo
Markus Lambacka, Koyama Rovaniemi
Martti Puumalainen, Meidokan Helsinki

Alle 23-vuotiaiden edustusjoukkue 2024

Edustusjoukkuevalinnat ovat ehdollisia kunnes vuoden 2024 Urheilijasopimus on allekirjoitettu.

Erika Vauhkonen, Helsingin Chikara
Unna Teppo, Koyama Rovaniemi
Venla Laiho, Nummelan Judo
Pihla Salonen, Porin Judoseura Fudoshin
Joonatan Kujanhaara, Helsingin Chikara
Sami Rönty, Kajaanin Judokerho
Teo Yliruusi, Tampereen Judo
Artur Kanevets, Tikkurilan Judokat

AIKUISTEN JA ALLE 23-VUOTIAIDEN TALOUS

Urheilijoiden valmennustuet noin 160000€

Sisältäen Judoliiton, Olympiakomitean ja mm. urheiluopistosäätiön valmennustuet. Tuet suunnattu arvokilpailuihin, kansainväliseen toimintaan ja kotimaan leiritykseen.

Tukitoimet 12000€

Lihashuolto ja fysioterapia, asiantuntijatuki ja sähköinen harjoittelun seuranta.

Urheilijakohtainen valmennusbudjetti

Ohjelma 1: IJF Tour, European Open, Olympiakarsintaohjelma 33650 €

Ohjelma 2: European Open, European Cup painotteinen ohjelma 18250 €

Urheilijakohtaiset valmennustuet julkaistaan erikseen Judoliiton nettisivuilla judo.fi

VALMENNUSTUKIEN PISTEYTYS VUODELLE 2024

Valmennustukien jakaminen perustuu kansainväliseen menestykseen pohjautuvaan pisteetykseen sekä erikseen haettavaan solidaarisuustukeen (menestykseen pohjautuva pisteystaulukko seuraavalla sivulla).

Pisteetyksessä huomioidaan kuluneen vuoden paras tulos. Huippuryhmään (Topteam) kuuluvien pisteet tuplataan. Kaikkien pisteille yltäneiden urheilijoiden pisteet lasketaan yhteen, jonka jälkeen tulos jaetaan kokonaistukisummalla. Yksittäisen urheilijan tuki määräytyy korkeimman saavutetun tuloksen mukaan.

Vähintään kahdella otteluvoitolla saavutetut tulokset huomioidaan pisteetyksessä. Olympiakomitean osoittaman tuen osuus on jaettu huomioiden mahdollisuus edetä Pariisiin Olympialaisiin sekä Olympiakomitean asettaman ehdot esimerkiksi yksilötukien osalta sekä saavutetut arvokisamitalit vähintään alle 21-vuotiaiden ikäluokassa. Lisäksi on arvioitu näkymää Los Angelesin olympialaisia kohti. Olympiakomitean tukea voivat saada vain Olympiakomitean tukiohjelmaan nimetyt urheilijat.

Solidaarisuustuen haku Judoliiton nettisivuilla oli marras-joulukuun vaihteessa. Solidaarisuustuki on suunnattu alle 21-vuotiaille ja sitä vanhemmille edustusjoukkueisiin nimetyille urheilijoille.

Kaikkien tukien myöntämisen perusteena on Judoliiton valmennusjärjestelmään sitoutuminen. Mikäli urheilija ei sitoudu valmennusjärjestelmään, tuen maksu voidaan keskeyttää päävalmentajan tai valmennusvaliokunnan päätöksellä. Valmennusjärjestelmään sitoutuminen tarkoittaa osallistumista 80% Urhean iltaharjoituksista.

Koko tukisummaa ei voi kerralla käyttää yhteen tapahtumaan, vaan tuki jakautuu sen suuruudesta riippuvan prosenttiosuuden mukaan useammalle tapahtumalle. Tukea voi käyttää vain tapahtumiin, jotka ovat Judoliiton valmennussuunnitelmassa. Mikäli urheilija loukkaantuu, voidaan osa tuesta siirtää seuraavalle vuodelle käytettäväksi.

Olympic games: WIN	1000
World championship: WIN	
World championship: medal	800
European championship: WIN	
Masters: WIN	
Olympic games: medal or 5th place	
World championship: 5th place	700
Olympic games: 7th place	
European championship: medal	
Grand slam: WIN	
Grand prix: WIN	
Masters: medal	
World championship: 7th place	600
European championship: 5th place	
Masters 5th place	
Grand slam: medal	
Grand prix: medal	
JUNIOR world championship: WIN	
World championship: 9th place (1/16) with at least two wins	300
European championship: 7th place	
Grand slam: 5th place	
Grand prix: 5th place	
European open: WIN	
JUNIOR world championship: medal	
European championship U23: WIN	
JUNIOR European championship: WIN	
European open: medal	200
European championship: 9th place (1/16) (with at least two wins)	
Grand slam: 7th place	
Grand prix: 7th place	
JUNIOR World championship: 5th place	
European cup: WIN	
European championship U23: medal	
JUNIOR european championshp: medal	100
European cup: medal	
European open: 5th place	
European championship U23: 5th place	
Grand Prix/Slam: 9th place (1/16) (with at least two wins)	50
Junior cup: medal	
European championship U21: 5th place	
European Cup: 5th place (with at least two wins)	
European Open: 7th place (with at least two wins)	

ALLE 21-VUOTIAAT

Alle 21-vuotiaiden päätavoitteet ovat syyskuussa Viron Tallinnassa järjestettävät EM-kilpailut 05.–08.09.2024 sekä myöhemmin syksyllä MM-kilpailut.

EM-kilpailuissa on tavoitteena osallistua myös Mixed Team-joukkuekilpailuun. Yksilökilpailun tavoitteena on saada vähintään yksi urheilija mitaliotteluihin eli 5. parhaan joukkoon.

Joukkue valmistautuu arvokilpailuihin yhtenäisellä valmistautumisohjelmalla, johon sitoutuminen on arvokilpailuvalinnan perusteena. Joukkue arvokilpailuihin valitaan painottaen ikäluokan Eurooppa Cup –kilpailuja. Harjoittelua tehostetaan Eurooppa Cup-kilpailujen yhteydessä järjestettävien – sekä muiden kansainvälisten leirien ja laadukkaan päivittäisharjoittelun turvin. Pohjoismaista yhteistyötä jatketaan yhteisten leirien merkeissä.

Kotimaan tärkeimmät kilpailut ajoittuvat syksyyn, jolloin järjestetään kansainvälinen Finnish Open marraskuulla sekä Baltic Sea Championships joulukuulla. Muita tärkeitä kotimaisia kilpailuita ovat Samurai Cup -sarja ja ikäluokan SM-kilpailut, jotka järjestetään taas maaliskuussa yhdessä aikuisten SM-kilpailuiden kanssa. Lisäksi ikäluokan ryhmäsuunnitelmassa on merkittävänä osana Pohjoismaissa ja Baltiassa sekä Euroopassa järjestettävät kilpailut, kuten Danish open, Dutch Open, Krakova Open jne., johon osallistutaan yhdessä U18-ikäluokan kanssa.

Judoliiton valmennuksen rakentamalla kilpailu- ja leiriohjelmalla pyritään nuorten judokoiden pitkäjänteiseen kehittymiseen. Tavoitteena joukkueiden muodostamisessa on että jokaiselle rakentuu uskottava ja progressiivisesti pitkällä tähtäimellä etenevä polku kohti aikuisten kansainvälistä tasoa.

ALLE 21-VUOTIAIDEN TAVOITTEET, TOIMENPITEET JA MITTARIT 2024:

TAVOITTEET	TOIMENPITEET	MITTARIT
<p>Menestyminen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ikäluokan EM- ja MM-kilpailuissa • European Cup -turnauksissa 	<ul style="list-style-type: none"> • Päivittäisvalmennus ja leiritys niin EJU Cup:ien yhteydessä tai muutoin kansainvälisessä ympäristössä sekä kotimaassa läpi vuoden • Kansainväliset kilpailut • Edustusurheilijoiden kisa-profiilien luominen 	<ul style="list-style-type: none"> • Ikäluokan World Ranking -listalla parhaat urheilijat Top 30 • European Cup –tason kilpailuissa vähintään neljän urheilijan sijoittuminen Top 8 • EM-/MM-kilpailuissa vähintään yhden urheilijan sijoittuminen Top 5 • Suomi paras maa ikäluokan Pm-kisoissa, Baltic Sea Championship, FJO • Valmentajien määrän nouseminen (VOK3, Oto- ja seura-valmentajat tapahtumissa)
<ul style="list-style-type: none"> • Päivittäisharjoittelun tehostaminen • Urheilun ja opiskelun yhdistäminen 	<ul style="list-style-type: none"> • Olympiavalmennuskeskus harjoittelun onnistumisen ja menestyksen mahdollistava ympäristö pohjana • Leiritys kansainvälisessä ympäristössä • Opiskelun yhdistäminen tavoitteelliseen valmentautumiseen • Osallistuva asiantuntijuus 	<ul style="list-style-type: none"> • Osallistumisaktiivisuus • Opiskelutavoitteiden eteneminen • Asiantuntijapalveluiden käytettävyys
<ul style="list-style-type: none"> • Urheilijoiden fyysinen kehittyminen vastaamaan kansainvälisiä vaatimuksia 	<ul style="list-style-type: none"> • Harjoittelun seuranta • Harjoittelumäärän asteittainen nosto • Testaus 	<ul style="list-style-type: none"> • Harjoituspäiväkirja ja sen analysointi • Testitulosten kehitys • Athlete Analyzerin hyödyntäminen
<ul style="list-style-type: none"> • Valmennusprosessien kehitys 	<ul style="list-style-type: none"> • Tavoite- ja kehityskeskustelut • Valmennustoiminnan järjestelyt • Yhteydenpito urheilijoihin ja urheilijan valmentajiin sekä taustahenkilöihin 	<ul style="list-style-type: none"> • Urheilijoiden ja valmentajien itsearviointi • Kausipalaute • Otteluanalysointi Athlete Analyzerin kautta • Valmentajapalavereiden määrä ja osallistuminen

ALLE 21-VUOTIAIDEN VUOSISUUNNITELMA 2024

Suunnitelma päivätty 19.1.2024, ajantasainen suunnitelma: judo.fi

U21 planning 2024

	January			February			Marz			Abril			May									
vkot	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
1. ryhmä	TC FIN	OTC AUT Mittersill	samurai Tampere		TC FIN	Paris TC (mon-thu)			nationals		Riga Senior European cup	Bremen/Thuringen		Antalaya TC	EJU Cup Poland	TC FIN						EJU Ltu
2. ryhmä	TC FIN	Dutch Open + TC	samurai Tampere		TC FIN	Danish Open	TC Danish (mon-wed)		nationals			Bremen/Thuringen				TC FIN		samurai Porvo	Budo Nordic		Nordics SWE	
kausi																						
€																						

Koulu

koulu

loma
Hki

yo

yo

June		July					Agus					Sept					October					Nov			December						
22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	
	Olympic preparation	OTC Porec		EJU SLO	TC SLO	EJU HUN	TC HUN	EJU GER ?			TC FIN	TC Valencia		EM U21 Est				MM U21 ?				FJO	EVL FIN ?	Kaimu Keerak Triato	Kaimu Keerak Triato			Baltic and TC			
		OTC Porec	Yanagi			SJR			HJC		TC FIN		Cracow POL +TC						Samurai 3			FJO	EVL FIN	Kaimu Keerak Triato			Baltic and TC	TC FIN			
																															total

ALLE 21-VUOTIAIDEN EDUSTUSJOUKKUE 2024

Edustusjoukkuevalinnat ovat ehdollisia kunnes vuoden 2024 Urheilijasopimus on allekirjoitettu.

- Riina Myllylä, Helsingin Chikara
- Louna-Lumia Seikkula, Meidokan Helsinki
- Jenna Kuosmanen, Meidokan Helsinki
- Anni Narva, Oulun Judokerho
- Emma Krapu, Vantaan Jukara
- Kasper Niemenkari, Oulun Judokerho
- Lenni Uro, Hontai Judo Helsinki
- Jere Rankinen, Oulun Judokerho
- Aleksi Hukkanen, Helsingin Chikara
- Pyy Westermark, Turun Judoseura

ALLE 21-VUOTIAIDEN TALOUS

Urheilijoiden valmennustuet noin 10000€
suunnattu pääasiassa arvokilpailuihin.

Urheilijakohtainen valmennusbudjetti n. 20000€
Kotimaan ja EJU:n tapahtumat sekä arvokilpailut (U21 EM, U21 MM)

Valmennuksen tukitoimiin (Fysio, Psyykkinen valmennus) varattu 2000€

Urheilijakohtaiset valmennustuet julkaistaan erikseen Judoliiton nettisivuilla judo.fi

ALLE 18-VUOTIAAT

Alle 18-vuotiaiden edustusjoukkueen päätavoite on EM-kilpailut kesä-heinäkuun vaihteessa Bulgarian Samokovissa 27.06.-30.06.2024.

Joukkue kilpailuihin valitaan kevään kansainvälisten kilpailujen perusteella, joista painotetaan European Cup- kilpailuja. Mikäli U18 MM-kilpailut järjestetään, mahdollinen joukkue valitaan Em-kilpailujen jälkeen.

Joukkue valmistautuu arvokilpailuihin yhtenäisellä valmistautumisohjelmalla, johon sitoutuminen on arvokilpailuvalinnan perusteena.

Arvokilpailujen tavoitteena on vähintään yhden urheilijan sijoittuminen sijoille 1-5. Edustusjoukkueeseen valittu urheilija sitoutuu noudattamaan ikäryhmän vuosisuunnitelmaa, osallistuu kotimaan valmennusleireille sekä allekirjoittaa Judoliiton urheilijasopimuksen.

U18-valmennusryhmän tavoitteena on menestyä Pohjoismaisissa ja alemman tason kansainvälisissä turnauksissa, kuten Dutch Open, Danish Open, Pm-kilpailut, Budo Nord Cup, Krakova Open jne. Lisäksi keskeisenä osana alle 18-vuotiaiden valmennussuunnitelmaa ovat kotimaan tapahtumat kuten SM-kilpailut, Samurai Cup -kilpailusarja sekä Baltic Sea Championships ja Finnish Judo Open. Edustusjoukkue vuodelle 2025 valitaan joulukuussa 2024 menneen kevään ja syksyn ikäryhmän vuosisuunnitelmassa olevien kilpailutapahtumien perusteella.

Alle 18-vuotiaiden valmennusjärjestelmän runkona on kotimaan leiritys Liikuntakeskus Pajulahdessa, jonka tavoitteena on koota kaikki parhaat suomalaiset ikäluokan judokat harjoittelemaan yhdessä. Vuoden aikana on viisi edustusvalmennusleiriä yhdessä U21-ikäluokan kanssa. Ainakin kahdelle leirille pyritään saamaan kansainvälisiä vieraita Pohjoismaista ja Virosta, kuten oli vuonna 2023. Näiden leirien lisäksi edustusryhmä osallistuu European Cup-kilpailujen jälkeisille leireille sekä 2-3:en kansainväliselle leirille, jotta kovaa kansainvälistä randoria saadaan riittävästi.

Edustusvalmennusleirien tavoitteena on paitsi laadukkaan harjoittelun lisääminen myös urheilijaksi kasvaminen, testaus sekä VOK1-tason luennot. Ikäluokan valmennusta tehostetaan Pajulahdessa järjestettävän leirityksen lisäksi mm. Samurai Cup kilpailujen yhteydessä järjestettävillä harjoituspäivillä. Alle 18-vuotiaiden valmennusryhmiin kuulumisen edellyttää sitoutumista ikäluokan vuosittaiseen valmennussuunnitelmaan.

Ikäluokan parhaimmista kannustetaan hakemaan opiskelun ja urheilun yhdistäviin toisen asteen oppilaitoksiin Judoliiton valmennusresurssien keskittyen pääkaupunkiseudun urheiluakatemiaan Urheaan ja Mäkelänrinteen lukion urheilulinjaan.





ALLE 18-VUOTIAIDEN TAVOITTEET, TOIMENPITEET JA MITTARIT 2024:

TAVOITTEET	TOIMENPITEET	MITTARIT
<p>Menestyminen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ikäluokan EM-kilpailuissa (Mm-kilpailuissa) • European Cup –turnauksissa • Pohjoismaisissa/Baltian alueen sekä muissa kansainvälisissä turnauksissa 	<p>Onnistunut valmennus (päävalmentaja, oto-valmentajat, seuravalmentajat) yhteistyössä henkilökohtaisten valmentajien kanssa</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kansainvälisten tapahtumien ja kalenterin oikeanlainen suunnittelu • Riittävä kansainvälisten leirien määrä kotimaassa ja ulkomailla sekä edustusjoukkueelle että valmennusryhmälle • Suurempi joukkue näihin tapahtumiin 	<ul style="list-style-type: none"> • Tulokset arvokilpailuissa (vähintään yhden urheilijan sijoittuminen sijoille 1.–5.) • Tulokset European Cup –tason kilpailuissa (vähintään 3 urheilijan sijoittuminen sijoille 1.–7.) • Suomi paras maa ikäluokan Pmkisoissa, Baltic Sea Championship, FJO • Valmentajien määrän nouseminen (VOK3, Oto- ja seuravalmentajat tapahtumissa)
<ul style="list-style-type: none"> • Urheilijoiden fyysisten ominaisuuksien ja taitotason kehittäminen riittävälle tasolle ikäluokan kansainvälisen vaatimustason mukaisesti sekä pohja tulevaa harjoittelua varten U21-ikäluokassa 	<ul style="list-style-type: none"> • Edustusvalmennusleireillä selkeät tekniset teemat vuoden aikana sekä ev-leireillä kansainvälisiä vieraita kovempien randorien saamiseksi. • Urheilijoiden koulutus leireillä ymmärtämään lajin vaatimustaso (harjoittelun kuormitus, harjoituspäiväkirja yms.) • Tiedonvälitys seura- ja henkilökohtaisten valmentajien kanssa. Esim. Edustusvalmennusleirien tekniikkavideot, urheilijalomake 1krt/vuosi jne. kotiharjoittelun tueksi. 	<ul style="list-style-type: none"> • Harjoituspäiväkirja ja sen analysointi • Urheilijoiden ja valmentajien itsearviointi • Palaute urheilijoilta/valmentajilta jokaisen arvokilpailun jälkeen • Testitulosten kehityksen seuranta ja palaute testileirin jälkeen
<ul style="list-style-type: none"> • Edustusjoukkueen ja edustusvalmennusryhmän kasvattaminen kotimaisissa ja ulkomaisissa tapahtumissa 	<ul style="list-style-type: none"> • Onnistunut seura- ja liittovalmennuksen yhteistyö, tiedon jakaminen ja valmennuksen laadun kehittämisen. Yhteistyö U15-valmennuksen kanssa • Sitoutuneita Oto-valmentajia enemmän U18-ikäryhmään • Jatkuvuus oto-valmennuksessa ja selkeät valmennuslinjat sekä toimintatavat. Judoliiton Vok-3 valmistuneet seuravalmentajat mukaan toimintaan leireille yms. 	<ul style="list-style-type: none"> • Menestymispohjan (tulokset) laajeneminen pohjoismaisen- sekä Baltian alueen kilpailuissa sekä muissa näyttökilpailuiksi luokitelluissa kansainvälisen tason kilpailuissa. Lisäksi enemmän urheilijoita näissä tapahtumissa.

ALLE 18-VUOTIAIDEN VUOSISUUNNITELMA 2024

Suunnitelma päivitetty 5.12.2023. Ajantasainen suunnitelma: judo.fi

EDUSTUSLOUKKUE	Tammikuu				Helmikuu				Maaliskuu				Huhtikuu				Toukokuu				Kesäkuu					
	Vko	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
Kustarv	200	600			200		600	750				700			800		200			400		800			700	
Jaks o																										
VALMIENNUSKILPAILUKAUSI	Kv.evi-leiri Pajulahti	Dutch Open, Ned	Dutch Open leiri (ma-t), Samurail 1 Tampere		Evi Pajulahti	Danish Openleiri Vejle	Danish Open leiri (ma-tl)	Porec TC (ke-su)	Sm-kilpailut U18/U21/Aikuiset Ideapark			Bremen/Thuringen, Ger + leiri	Bremen/Thuringen, Ger + leiri (ma-ke)		Eju cup Teglice, Tsseki	Eju cup leiri Teplice, Tsseki (ma-ke)	Evi Pajulahti		Samurail Cup 2 Porvoo	Budo-Nord Cup + leiri Lund, Ruotsi		Eju Cup Coimbra, Portugali	Eju Cup leiri Coimbra, Portugal (ma-ke)		Kansainvälinen leiri Riccione Ita Green Camp (Em-valm.)	
Vko	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	

 Peruskuntokausi 1 - Yleisharjoittelujakso
 Peruskuntokausi 2 - Lajiharjoittelujakso
 Kilpailuun valmistava kausi - Tehoharjoittelujakso
 Kilpailukausi

Yanagi Judo Camp	Heinäkuu				Elokuu				Syyskuu				Lokakuu				Marraskuu				Joulukuu				
	Vko	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Kustarv	200	200			200			600						200			200								
Jaks o																									
Em-kilpailut Samokov, Bulgaria / Yanagi judo camp																									
Summer Judo Rocks, Ardjani																									
Helsinki Judo Camp																									
Green Hill tournament Tukholma la + leiri su																									
Evi Pajulahti																									
Krakovo Open+leiri																									
Krakovo Open leiri (ma-t)																									
(U18 MMA-kilpailut Ashgabat Turk)																									
Samurail Cup 3 Rovaniemi + Joukkue Sm U18/U21																									
Eju Cup Riika, Latvia																									
Eju Cup leiri Riika, Latvia (ma-t)																									
Evi Pajulahti???																									
Kaimu Keerak Tartto																									
Samurail Cup 4 Vantaa																									
Baltic Sea Championships																									
Baltic Sea Championships leiri (ma)																									

ALLE 18-VUOTIAIDEN EDUSTUSJOUKKUE 2024

Edustusjoukkuevalinnat ovat ehdollisia kunnes vuoden 2024 Urheilijasopimus on allekirjoitettu.

Samir Balayev, Meidokan Helsinki
Oliver Anthoni, Shirokawa Porvoo
Essi Lappeteläinen, Iisalmen Judoseura
Sara Mäntykenttä, Koyama Rovaniemi
Topi Silen, Orimattilan Judoseura
Pihla-Maria Seikkula, Meidokan Helsinki
Sofia Pekki, Meidokan Helsinki

ALLE 18-VUOTIAIDEN TALOUS

Urheilijoiden valmennustuet noin 7200€

Judoliitto kustantaa osallistumiset arvokilpailuihin sekä valmistautumisleirikuluja.

Urheilijakohtainen valmennusbudjetti n. 8500€

Kotimaan ja EJU:n tapahtumat.

VALMENNUSKESKUSTOIMINTA

Judoliitto on keskittänyt valmennustoimintansa pääkaupunkiseudun Urheaan. Valmennuskeskuksen tehtävänä on koota tavoitteellisesti harjoittelevat judokat laadukkaan päivittäisvalmennuksen piiriin. Ohjattujen arkiharjoitusten ohella saatavilla ovat myös valmennuksen tukitoimet sekä opiskelun ja urheilun vaivaton yhdistäminen.

Urhean yksilölliset tukitoimet koordinoidaan urheilijan tarpeiden mukaan valmentajan johdolla. Huippuryhmällä (Topteam) on käytössä yksilölliset olympiavalmennuskeskuksen tukipalvelut, muulla akatemiaryhmällä pääosin ryhmäprosessit.

Urheassa judokoiden fysioterapiasta vastaa Niklas Hamnström ja muusta terveydenhuollosta lääkäri Katja Mjösund (huippuvaihe). Ravintovalmennuksen asiantuntijoina toimivat Laura Manner (huippuvaihe) ja Vili Jaakkola (lukio). Psykkisestä valmennuksesta huippuvaiheen osalta vastaa Tatja Holm, lukion osalta puolestaan Kim Forsblöm. Kaksoisura-asioista vastaavat Juha Dahlström yhdessä Tuuli Merkikoski-Siliuksen kanssa.

Lisäksi valmentajilla on käytössään muita asiantuntijoita, kuten konsultaatiotukea fysiikkavalmennukseen sekä tukea Olympiakomitean lajiryhmävastaavilta.

Mäkelänrinteen lukion päivittäisvalmennukseen rakennettua psyykkisen valmennuksen vuosikelloa, joka yhtenäistää ja tehostaa psyykkisen valmennuksen toteuttamista urheilijoiden ikä- ja taitotasot huomioiden, jatketaan.

LASTEN JA NUORTEN VALMENNUSTOIMINTA (U13/U15)

Alle 15-vuotiaiden valmennustoiminnan tavoitteena on tehostaa ikäluokan valmennusta lisäämällä valtakunnallisesti ikäluokan tietoisuutta urheilijana kasvamisesta ja kehitymisestä sekä kasvattaa valmiutta kohti systemaattisempaa harjoittelua.

Ikäluokan valmennuksen valtakunnallista koordinaatiota kehitetään vuoden 2024 aikana. Tähän on tavoitteena myös suunnata taloudellisia resursseja.

Valmennustiedon jakamista seurakenttään pyritään tehostamaan ja kuvaamaan seuratasolle selkeä polku lapsuus- ja nuoruusvaiheesta aikuiseksi huippu-urheilijaksi. Tätä työtä lähdetään rakentamaan yhdessä Urhean kanssa seurojen suuntaan. Tähän kokonaisuuteen liittyy myös tietoisuus Urheiluyläkouluverkoston tarjoamista mahdollisuuksista urheilijaksi kasvamisen polulla.

Tavoitteena on koordinoitu valtakunnallinen alle 15-vuotiaiden valmennus, toimiva yläkoululeiritys osana urheilijaksi kasvamisen polkua ja seurakenttää, harrastajia sekä urheilijoita palveleva kalenteri. Tätä työtä on tarkoitus tehdä yhdessä seurojen ja alueiden kanssa.

Alle 15-vuotiaiden toiminnan kehittäminen on yksi Judoliiton painopisteistä vuosien 2024-2025 aikana.

JOUKKUEIDEN VALINTAKRITEERIT 2024

KAIKKIIN ARVOKILPAILUIHIN SOVELLETTAVAT KRITTEERIT

- 80% osallistuminen Urhean iltaharjoituksiin 2 kuukauden valmistautumisjaksolla
- 80% osallistuminen U18 ikäluokassa 1 kuukauden valmistautumisjaksolla
- Valmistautumisjakso sisältää kansainväliset ja kotimaiset tapahtumat Judoliiton suunnitelmassa
- Athlete Analyzerin täyttöä edellytetään U21 ikäluokasta ylöspäin
- Urheilijasopimus tulee olla allekirjoitettu

AIKUISET

Kaikki aikuisurheilijat voivat osallistua Eurooppa Cup- tason (+European Open EST) kilpailuihin vapaasti allekirjoitettuaan sopimuksen, jossa he sitoutuvat ADT-säännöstöön, urheilun eettisiin ohjeisiin ja Judoliiton käyttäytymissääntöihin.

IJF-tason kilpailuihin (Continental Open, Grand Prix, Grand Slam) voivat osallistua huippuryhmään (Top Team) nimetyt judokat.

Huippuryhmän ulkopuolinen urheilija voidaan lähettää IJF-turnauksiin, jos päävalmentaja katsoo sen järkeväksi.

Alle 21-vuotiaiden edustusjoukkueen urheilija voidaan lähettää IJF-turnauksiin, jos päävalmentaja katsoo sen järkeväksi.

EM 2024 riittäväksi näytöksi katsotaan edustusvalmennuksessa olevalta urheilijalta kilpailua edeltävältä 12 kk:

- Continental Open 1.–5.
- Grand Prix- tai Grand Slam 1. – 7.
- Grand Prix- tai Grand Slam top 16 vähintään kahdella otteluvoitolla
- Osallistuminen vähintään 80% iltaharjoituksista Urheassa (Iltaharjoitukset: Tiistai, Keskiviikko, Perjantai, Lauantai)
- Jos urheilija asuu judon vuoksi ulkomailla enemmän kuin 200 päivää vuodessa, 80% kriteeriä ei tarvitse täyttää
- Urheilijasopimus tulee olla allekirjoitettu

EM-kilpailuiden näytöt on annettava viimeistään **1.4.2024**.

MM 2024 riittäväksi näytöksi katsotaan edustusvalmennuksessa olevalta urheilijalta sijoittuminen maailman listalla 100 parhaan joukkoon ja kilpailua edeltävältä 12 kk:

- Continental Openin 1.–3. TAI
- Grand Prix – tai Grand Slam 1.-7. TAI
- Gran Prix- tai Grand Slam vähintään kahdella otteluvoitolla 16. joukossa kahdessa kilpailussa

- Osallistuminen vähintään 80% iltaharjoituksista Urheassa (Iltaharjoitukset: Tiistai, Keskiviikko, Perjantai, Lauantai)
- Jos urheilija asuu judon vuoksi ulkomailla enemmän kuin 200 päivää vuodessa, 80% kriteeriä ei tarvitse täyttää
- Urheilijasopimus tulee olla allekirjoitettu

MM-kilpailuiden näytöt on annettava viimeistään **1.4.2024**.

Edustusjoukkueen ulkopuolelta päävalmentaja voi esittää valmennusvaliokunnalle urheilijaa arvokilpailuihin, mikäli urheilija on saavuttanut vähintään Continental Open mitalin tai sijoituksen Grand Prix tai Grand Slam tason turnauksissa ja mikäli päävalmentaja katsoo sen järkeväksi.

ALLE 23-VUOTIAAT

Riittäväksi näytöksi katsotaan edustusvalmennuksessa olevalta urheilijalta kilpailua edeltävältä 9 kk:

Alle 23-vuotiaiden EM-kisoihin voidaan valita urheilija, joka on saavuttanut vähintään

- Euroopan cupin (1. – 5) vähintään kahdella otteluvoitolla, Continental Openin (1.–7.) vähintään kahdella otteluvoitolla
- Lisäksi urheilijalta edellytetään ottelukelpoisuuden osoittamista sekä U23 EM-mestyyteen tähtäävän uskottavan harjoittelun suunnittelua ja toteuttamista kesän ja syksyn aikana.

U23 EM-kilpailujen 2024 näytöt on annettava **14.10.2024** mennessä.

U21-ikäluokan ikäluokan urheilija voidaan valita U23 EM-kilpailuihin U21 MM-kisojen sijasta samoilla kriteereillä: vähintään pistesija (1.–7.) U21 EM-kisoissa, kaksi EJU Cup -mitalia U21-ryhmäsuunnitelman tapahtumissa tai top16-sijoitus U21 maailman rankingissa mikäli päävalmentaja katsoo sen järkeväksi.

ALLE 21-VUOTIAAT

Alle 21-vuotiaiden nuorten EJU-tason turnauksiin voi osallistua ikäluokan vastuvalmentajan nimeämä edustusjoukkue.

Alle 21-vuotiaiden EM-kilpailuihin 2024 voidaan valita urheilijat, jotka ovat sijoittuneet alle 21-vuotiaiden ryhmäsuunnitelmaan nimetyissä EJU-turnauksissa vähintään pistesijoille (1.–7.). Ryhmäsuunnitelman ulkopuolisiin EJU-turnauksiin urheilija voi halutessaan osallistua, esimerkiksi EJU-rankingia parantaakseen, mutta kyseiset tulokset eivät vaikuta arvokisavalintaan. Joukkuekisaan osallistuminen saattaa olla perusteluna lähettää tavoitteellisesti harjoitteleva urheilija kisoihin, vaikka näyttökriteeristö ei aivan täytyisikään.

Alle 21-vuotiaiden EM-kilpailujen näytöt on annettava **29.7.2024** mennessä.

Alle 21-vuotiaiden MM-kilpailuihin 2024 voidaan valita urheilija seuraavilla näytöillä:

- Alle 21-v. EM-kilpailuissa 2024 sijat 1.–7. TAI
- Saavuttaa kaksi nuorten Eurooppa Cup- mitalia U21-ryhmäsuunnitelman 2024 mukaisissa näyttökilpailuissa.

Alle 21-vuotiaiden MM-kilpailujen näytöt on annettava **9.9.2024** mennessä.

ALLE 18-VUOTIAAT

Alle 18-vuotiaiden nuorten EJU-tason turnauksiin voi osallistua ikäluokan vastuvalmentajan nimeämä edustusjoukkue.

Alle 18-vuotiaiden EM- 2024 voidaan valita urheilijat, jotka ovat sijoittuneet kuluvan vuoden ryhmäsuunnitelmaan nimetyissä EJU Cup-tason turnauksissa pistesijoille (1–7.) ml. Bremen ja Thüringen. Joissain tapauksissa saattaa olla perusteltua lähettää tavoitteellisesti harjoitteleva urheilija kisoihin, vaikka näyttökriteeristö ei aivan täytyisi, kuten joukkuekisaan osallistuminen tai useampi otteluvoitto useammassa turnauksessa. Nämä valinnat on erikseen perusteltava.

Ikäluokan EM-kilpailujen näytöt on annettava **27.5.2024** mennessä.

U18 MM-kilpailut eivät pääsääntöisesti kuulu U18-edustusjoukkueen ohjelmaan. Niihin voidaan valmentajan näin esittäessä lähettää urheilija, joka on kuluvana vuonna yltenyt mitaleille kahdessa ryhmäsuunnitelmaan kuuluvassa EJU Cup-tason turnauksessa tai sijoittunut EM turnauksessa sijoille 1.-5. Mahdollinen MM-joukkue valitaan Em-kilpailujen jälkeen.

MUITA HUOMIOITA ARVOKILPAILUVALINTOIHIN LIITTYEN

- Arvokisavalinnat tekee valmennusvaliokunta ikäluokan vastuvalmentajan ja valmennuspäällikön yhteisestä esityksestä.
- Joissain tapauksissa (olympiakarsinta, joukkuekisaan osallistuminen, menestymisennuste) saattaa olla perusteltua lähettää tavoitteellisesti harjoitteleva urheilija kisoihin, vaikka näyttökriteeristö ei aivan täytyisi, nämä valinnat on erikseen perusteltava.
- Ulkomaille harjoittelemaan lähtevä urheilija pysyy osana edustusjoukkuetta sopimalla erikseen harjoittelusta edustusjoukkueen johdon kanssa. Hänellä on velvoite osallistua SM-kisoihin ja muuhun ikäluokan vastuvalmentajan osoittamaan ohjelmaan.
- Kaikissa ikäluokissa, jos useampi kuin kaksi urheilijaa sarjaa kohti ylittää valintarajan, asetetaan urheilijat paremmuusjärjestykseen edeltävän 8 kuukauden ajalta kerättyjen yhteenlaskettujen IJF ja/tai EJU ranking-pisteiden perusteella.
- Mikäli kansainvälisiä näyttökilpailuita ei jostain syystä järjestetä tai niihin ei voida osallistua, esimerkkinä koronatilanne, arvokilpailuvalinnat tehdään vallitsevien olosuhteiden valossa.
- Loukkaantumistilanteet voivat vaikuttaa arvokilpailuihin valmistautumiseen ja valintaprosessiin. Nämä tilanteet arvioidaan erikseen ikäluokan vastuvalmentajan esityksen perusteella valmennusvaliokunnan toimesta ja ne edellyttävät huolellista ja tapauskohtaista harkintaa.