

# Seuraseminaari

## Lapset ja nuoret lumilajien pariin

### Perjantai 12.5.

15.30–16.15 Seminaarin avaus

16.15–17.05 Urheilija- ja valmentajapuheenvuoro,  
mäkihyppy ja yhdistetty

17.05–17.45 Urheilija- ja valmentajapuheenvuoro, maastohiihto  
– Niko Anttola, Marko Anttola ja Ville Maunuksela

17.45–18.00 Huippu-urheiluyksikön tervehdys  
– Toni Roponen

18.00–18.30 Valmentaja- ja suksihuoltajakerhon vuosikokous  
(koskee vain kerhoa)

19.00–21.00 Hiihtogaala

Perjantain ohjelma on yhteinen  
valmentaja- ja suksihuoltoseminaarin  
kanssa.



Suomen  
Hiihtoliitto

# Suksihuoltoseminaari

## Lauantai 13.5.

- 9.00–9.10 Valmentaja- ja suksihuoltajakerhon päivän avaus  
– Pia Pekonen
- 9.10–9.50 Huippuhihdon tilannekuva ja vaatimustaso  
– Toni Roponen
- 9.50–10.30 Frekvenssin merkitys hiihdossa  
– Jussi Piirainen
- 10.30–10.45 tauko ja keskustelua
- 10.45–11.45 Mika Venäläisen perintö 1990-luvulta 2020-luvulle  
– Mika Venäläinen
- 11.45–12.35 lounas
- 12.35–13.25 OVK- ja SHL-yhteistyö kohti MM-menestystä  
– Hannu Hovila
- 13.25–14.15 Kehittävä ja menestystä tuottava valmennusprosessi  
– Niko Anttola ja Marko Anttola
- 14.15–14.45 kahvit ja keskustelua
- 14.45–16.00 Askeleet kohti fluorittomuutta  
– Teemu Lemmettylä
- 16.00 Seminaarin päätös

