

Haku naisten maajoukkueeseen kaudelle 2024

Naisten maajoukkue kaudelle 2024 valitaan lokakuussa 2023. Tämä hakuohje koskee kaikkia naisten cheerleading maajoukkueeseen hakevia urheilijoita, pois lukien kauden 2023 MM-projektissa mukana olleita urheilijoita, joille on annettu erillinen hakuohje. Uusien urheilijoiden hakuprosessi koostuu kahdesta vaiheesta; 1) hakemuksesta + taitovideosta sekä 2) liveosuudesta, johon sisältyy fysiikkatestit (13.10.) ja livekarsintana (14.10.). Maajoukkueen valmennustiimi voi myös halutessaan haastatella urheilijaa missä tahansa kohtaa hakuprosessia.

Valintaprosessin vaiheet ovat:

19.9.–28.9. hakulomake ja videoiden lähetys auki (hakulomake sulkeutuu klo 14:00)

2.10. Livekarsintaan edenneet urheilijat tiedotetaan sähköpostitse

13.10. Fysiikkatestit, Areena Center Kaarela, Helsinki

14.10. Livekarsinta, HAC Training Center

15.10. Leiripäivä, HAC Training Center

17.10. Joukkueiden julkistus

23.10. Valituille urheilijoille pakollinen urheilijainfo

Hakukriteerit ja osaamisvaatimukset

Naisten maajoukkueeseen hakevalla urheilijalla tulee olla kierrevoitit akrobatiassa tai jokin muu erityistaito stunteissa/pyrtseissä. Hakijan tulee olla vuonna 2005 tai aiemmin syntynyt. Hakemalla joukkueeseen urheilija sitoutuu fysiikkaharjoitteluun sekä harjoittelun seurantaan harjoituspäiväkirjan avulla.

[Hakulomake](#)

Fysiikkatestit ja fysiikkaharjoittelu

Kaikki cheermaajoukkueisiin hakevat, livekarsintaan edenneet urheilijat osallistuvat yhteiseen fysiikkatestitilaisuuteen perjantaina 13.10. klo 17–20 välisenä aikana. Testiryhmät ja tarkemmat infot tulevat sähköpostitse, kun videovaiheen tulokset on tiedotettu.

Maajoukkueeseen kuuluva urheilija sitoutuu mm.

- osallistumaan kaikille leireille, tapahtumiin sekä kilpailumatkalle
- omatoimiseen harjoitteluun leirien ulkopuolella valmentajien ohjeistuksen mukaisesti (sis. mm. fysiikkaharjoittelun ja harjoituspäiväkirjan täyttämisen)
- matkustamaan MM-kilpailuihin Orlandoon sekä palaamaan kotimaahan liiton järjestämällä lennoilla
- edistämään kaikessa toiminnassaan SCL:n tavoitteita ja toimintaperiaatteita

Kustannukset

- Projektin omavastuu urheilijoille noin 2800-2900 € (sis. leiritykset, valmennuksen, lentomatkan, vuokra-autot ja kilpailumajoituksen Orlandossa)
- Omavastuuosuudet laskutetaan urheilijoilta pienemmissä erissä
- Joillekin urheilijoille voi tulla lisäkustannuksia projektiin liittyvästä kotimaan matkustamisesta

SUEK koulutukset

Kaikkien maajoukkueisiin valittujen urheilijoiden tulee suorittaa SUEK:in Puhtaasti paras ja Reilusti paras - koulutukset. Voit suorittaa ne jo hakuaikana. Koulutukset löydät osoitteesta suek.fi otsikon Koulutukset alta. Koulutukset ovat voimassa kaksi vuotta 1.1.2022 alkaen, eli jos olet tehnyt koulutuksen 1.1.2022 jälkeen, ei sinun tarvitse tehdä koulutusta uudestaan.

Videoiden lähetys

Kaikkien uusien hakijoiden tulee toimittaa videot hakulomakkeella. Videovaiheesta jatkoon menijät tiedotetaan ma 2.10.2023

Stuntit: kuvattavat stuntit tulee olla turvallisia, hyvällä tekniikalla suoritettuna sekä urheilijan oman taitotason mukaisia. Stunttiryhmän tulee koostua korkeintaan neljästä naisurheilijasta.

- flikkikierre
- level 6 kässäri
- rewind
- vain nousijoille tuplakierrealastulo

Heitot: vain nousijoiden tulee kuvata heittotaidot, mikäli alla olevan taidon hallitsee turvallisesti. Heittoryhmän tulee koostua korkeintaan viidestä naisurheilijasta.

- tuplakierrevoltti
- toinen väh. 2 taidon level 6 heitto

Akrobatia: akrobatia tulee suorittaa kilpailualustalla (ei jousitetulla) turvallisesti ja hyvällä tekniikalla.

- Voltti
- Flikki-alkuinen akrobatiasarja tai paikaltaan kierrevoltti
- Oma vaikein juokseva akrobatia

Joukkueen valinta

Valintatilaisuudessa vuoden 2024 maajoukkueeseen valitaan kilpailujoukkue 6 ryhmää (24 urheilijaa). Lisäksi kauden aikana valitaan 1 varaurheilijaryhmä (4 urheilijaa).

Päivämäärät kausi 2023-2024

13.10. klo 17-20 Testipäivä karsintaan osallistuville, Areena Center Kaarela, Helsinki

14.10. NMJ karsinnat, HAC Training Center

15.10. NMJ 2024 leiripäivä

9.-11.11. NMJ leiri 1 (to-la)

16.11. klo 17.00-17.45 Leirin palaute purku

1.-3.12. NMJ leiri 2

7.12. klo 17.00-17.45 Leirin palaute purku

10.12. jengipäivä

5.-7.1. NMJ leiri 3

11.1. klo 17.00-17.45 Leirin palaute purku

26.-28.1. NMJ leiri 4

1.2. klo 17.00-17.45 Leirin palaute purku

11.2. jengipäivä

17.-18.2. NMJ leiri 5 (Päiväleiri Helsinki)
26.2. klo 17.00-17.45 Leirin palaute purku
29.2-2.3. NMJ leiri 6 (to-la)
7.3. klo 17.00-17.45 Leirin palaute purku
21.3 Esiintyminen
22.-24.3. NMJ leiri 7
28.3. klo 17.00-17.45 Leirin palaute purku
1.4 Esiintyminen
11.4 Esiintyminen
12.-14.4. NMJ leiri 8
16.4 Esiintyminen
17.4. Esiintyminen
18.4. Esiintyminen
18.4.klo 17.00-17.45 Leirin palaute purku
19.4. Lähtö Orlandoon
24.-26.4.2023 MM.kilpailut, Orlando
26.7. Kauden päätös

Valmennustiimi

NMJ – Maria Wahlroos, Ina Tiittula, Hanna Salo ja Katariina Hintsa.

Valmentajat:

Maria Wahlroos: maria.wahlroos@scl.fi

Ina Tiittula ina.tiittula@scl.fi

Hanna Salo hanna.salo@scl.fi

Katariina Hintsa katariina.hintsa@scl.fi

Suomen Cheerleadingliitto, Valmennuspäällikkö Nita Rikström nita.rikstrom@scl.fi