

## Suomen Jalkapallovalmentajat ry

Valmentajien jäsenlehti 26. vsk

Päätoimittaja Jukka Vakkila

### Hallitus:

Jukka Vakkila, puh.joht. 040 778 5240  
jvakkila@surfeu.fi

Heikki Altonen 050 596 7714  
heikki.altonen@hella.com

Kari Hakkarainen 040 590 6355  
kari.hakkarainen@uusimaa.palloliitto.fi

Mauri Keinänen 0400 483 354  
mauri.keinanen@fennia.fi

Heikki Suhonen 0400 437 704  
heikki.suhonen@om.fi

Jussi Ristimäki 040 863 1119  
jussi.ristimaki@vr.fi

Pekka Utriainen 0400 562 071  
pekka.utriainen@luukku.com

### Lehden toimituskunta:

J. Vakkila, H. Suhonen ja Sirpa Kaijomaa  
Kannen kuvat: Jukka Vakkila

### Lehden taustaa:

Suomen jalkapallovalmentajien jäsenlehti on Suomen suurin yhden lajin kattava valmennusjulkaisu. Sen päätehtävänä on tuottaa jalkapallovalmentajien arkikäyttöön sopivia valmennukseen liittyviä vaihtoehtoja ja alan uusinta informaatiota. Toimintaa on viime vuosina päämäärätietoisesti ja tavoitehakuisesti suunnattu siten, että yhdistys pystyy vastaamaan niihin kysymyksiin, joihin jalkapallovalmentaja nykyisissä muuttuvissa olosuhteissa odottaa vastauksia.

### Kustantaja:

Suomen Jalkapallovalmentajat ry

### Toimisto:

PL 121, 00511 Helsinki  
Toimistosiht. Sirpa Kaijomaa 0500 422 240  
valmentajat@surfeu.fi  
www.jalkapallovalmentajat.fi

### Lehden ilmoitukset:

A & J Media Oy  
Porvoonkatu 5, 00510 Helsinki

### Lehden tuotanto:

Printway Oy  
Lauhatie 21 A, 01300 Vantaa  
Puh. (09) 873 3400, 0500 400 654  
Faksi (09) 8517 0074  
seppo.mahlman@printway.fi

ISSN 0782 3703



## Mies tuli vuorilta ja pelasti

**Kausi on** jälleen kerran käynnistynyt niin naisten kuin miestenkin sarjoissa. Miesten maajoukkue latautuu jo henkisesti tuleviin syksyn EM-otteluihin. Odotukset ovat taas korkealla kaikilla rintamalla. MM-turnaus pamahtaa sohvaluoliin jo kesäkuussa, joten futisystävälle on mukavia hetkiä tiedossa läpi

kauden. Me suomalaiset olemme siirtyneet Hodgsonin aikaan. Ainakin julkisuudessa A-maajoukkueelle on ladattu melkoisia odotuksia. Kansalaisia kiinnostaa Royn resepti.

Liikkuvatko kärkipelaajamme entistä nopeammin vai puolustavatko puolustajamme aiempaa tehokkaammin? Pelaako joukkueemme näyttävää ja hyökkävää futista vai junnaammeko kojo-kojoo? Kaikki tuo nähdään hyvinkin pian. Varmaa on vain se, että FiFa:n säännöt pysyvät ennallaan, kentät paikallaan ja aloituskokoonpanon nimet lähes entisellään.

**Roy Hodgson** on todellinen ammattilainen ja aiempien tulostensa perusteella hyvin arvostettu. Hän johtaa nyt joukkueemme karsintoihin, missä vastustajat vaikuttavat pitkistä aikaa normaaleilta ihmisiltä. Saumaa on. Olisihan se hienoa jos mies, joka tuli vuorilta ja vuonoilta antaisi 100-vuotiaalle lahjaksi matkalipun EM-kisoihin. Lahjan, minkä sorvaamiseen häneltä meni aikaa vajaa kaksi vuotta! Synttärिताulut ja kukkapuskat joutaisivat pienempiin kekkereihin.

**No joo** justinsa. Joskus tuntuu että vieläkin löytyy jopa futispiireistä ihmisiä, jotka eivät ymmärrä tai hallitse kokonaisuuksia. Lopputurnauspaikka on toki täysin mahdollinen nyt ja miksei pienellä onnella olisi ollut jo aiemminkin. On kuitenkin huomioitava suomalaisen jalkapallon kokonaisuus. Siitä on pidettävä huolta silloinkin kun päävalmentaja tulee ulkomailta. Oikotietä menestykseen ei ole. Me tarvitsemme mahdollisimman laajan harrastajapohjan, ammattilaisia valmentamaan kaikille mahdollisille tasoille sekä kilpailujärjestelmän, mikä kehittää pelaajia.

Onneksi kaikkiin menestykseen vaikuttaviin tekijöihin on tavalla tai toisella jo puututtukin. Harrastajamäärät ovat edelleen kasvussa. Hyvä niin. Kansainvälisestä menestyksestä kiinnostuneille seuran sisällä tapahtuva lahjakkuuksien ohjaaminen on avainasia. Palloliiton kehittämän mittarin (FootPass) tulokset osoittavat jo alkuvaiheessa kiistatta, että avainongelma löytyy juniorien valmennustilanteesta. Olemme jostakin syystä tilanteessa, missä huippuvalmentajia ei saada riittävästi nuorten ohjaamiseen mukaan. Ongelma lähtee purkautumaan sillä hetkellä, kun seuralle ja junnutoiminnalle annetaan se arvo, mikä sille kuuluu.

Ehdottomasti myönteinen päätös on se, että Naisten SM-sarja ja Miesten Ykkösen edellyttävät lisenssiä vuoden 2007 alusta lähtien liigan tapaan. Laatutekijöihin on kiinnitettävä huomiota kaikilla osa-alueilla. Niin se vaan menee. Onneksi seurat ovat hienosti lisenssiajattelun takana ja osaavat katsoa tulevaisuuteen. Tämä on se tie, mikä synnyttää Suomelle EM-kelpoisuuden. Emme pane hanttiin jos mies vuorilta löytää oikotien.

Jaksamista alkaneelle kaudelle  
*puheenjohtaja*



# Peli pelinä

**– Perusmantra on, että älä ajattele vain tulosta. Tulos on seurausta tekemisestä. Siksi pitää miettiä tekemisen laatua, MyPan mestariksi valmentanut Ilkka Mäkelä sanoo.**

Ilkka Mäkelä on tuttu mies urheilua seuraaville: kaikkien aikojen toiseksi eniten SM-sarjaotteluita pelannut jalkapalloilija ja Myllykosken Pallon mestarijoukkueen päävalmentaja.

Niin sanottua mediavalmentajaa Mäkelästä ei kuitenkaan ole tullut – ja tuskin tuleekaan. Hän puhuu urheilusta asiallisesti ja analyttisesti, eikä sellainen puhe ole muodissa.

– Totta kai valmentajalla on paineita, kuten monissa muillakin työntekijöillä. Täytyy yrittää muistaa asioiden mittasuhteet. Tämä on kuitenkin vain urheilua, Mäkelä sanoo.

## Akateeminen koulutus muuttaa ajattelua

Ilkka Mäkelä, kun vielä pelasit, valmistauduitko tietoisesti siirtymään valmentajaksi?

En erityisen järjestelmällisesti, esimerkiksi musiikinpanoja tekemällä. Ajattelin, että tässä olisi hyvä harjoite – kyllä sen sitten myöhemmin muistaa. Paskanmarjat niitä mitään muista.

Tietysti silloin tuli tehtyä suuntaa antava valinta, kun aloitin kouluttautumisen valmentajaksi. Jo 80-luvulla kävin ensimmäisiä liiton kursseja, kun minulla oli aikaa isojen loukkautumisten vuoksi.

Vuonna 1993 pääsin Jyväskylään yliopiston liikuntatieteelliseen valmennuslinjalle. Sitä ennen olin toiminut pelaamisen ohella kolme vuotta yläasteen liikunnanopettajana – epäpätevänä, yo-merkonomina. Seuraavassa haussa virkaan saatiin pätevä opettaja, ja pestini loppui. Koulun opinto-ohjaaja kannusti Jyväskylän suuntaan.

Teksti ja kuvat: Harri Mannonen

*Olet pelannut muun muassa Jukka Vakkilan, Keijo Vuotilaisen ja Jari Pyykölän valmennuksessa sekä toiminut Juha Malisen apuvalmentajana. Kuka on vaikuttanut eniten sinuun valmentajana?*

Olen ottanut asioita sieltä täältä, mutta varsinaista oppi-isää on vaikea nimetä. Toki se on sanottava, että Juha on vaikuttanut eniten valmennusrutiineihini. Esimerkiksi MyPan nykyinen viikkorytmitys on suurin piirtein kopioitu häneltä, koska olin sitä mieltä, että se oli hyvä rytmitys.

*Mitä hyötyä akateemisesta koulutuksesta on ollut valmentajaurallasi?*

Uskon, että siitä on ollut hyötyä ajattelun kannalta. Korkeakouluopetus tähtää kriittiseen ajatteluun ja analyttiseen suhtautumiseen.

On hankalaa näyttää toteen koulutuksen hyötyä, koska on vaikea eritellä, mitä olen oppinut missäkin. Harvoin tulee eteen sellaista käytännön tilannetta, jossa voisi sanoa, että jos en olisi käynyt Jyväskylää, en selviäisi tästä.

## Kokematon kuunteli liikaa ympäristöä

*Kauden 2004 alku oli MyPalle vaikea. Pelkäsitkö missään vaiheessa potkuja?*

Eihän niitä itse ajattele, mutta tietysti seuran johtoon kohdistuu painetta. Minuun suhtauduttiin hyvin lojaalisti, mutta jokin raja on siinäkin. Niinhän sitä sanotaan, että kun seurajohto sanoo, että valmentajalla on täysi luottamus, silloin aletaan laskea päiviä.

Varsinkin uran alkuvaiheissa potkut ovat valmentajalle isku päin naamaa. Jos pahimmat murheet tulevat, ennen kuin on ehtinyt saada hyviä kokemuk-

sia, ammatillinen into saattaa laantua: ”Tätäkö tämä sitten on?”

Onneksi tuloksemme kääntyivät heinäkuun helteillä. Pelasimme sitä seuranneet pari kuukautta erittäin tehokkaasti.

*Miten tärkeä syksyn 2004 cup-mestaruus oli kauden 2005 kannalta?*

Meiltä vaadittiin kovia venymisiä, jopa yllätyksiä. Varmasti se toi ryhmään itseluottamusta ja uskoa. Sen jälkeen tiesimme, että kovin helpolla tämä joukkue ei taivu. Sillä suorituksella hankimme myös paikan UEFA-cupiin.

Sinänsä taktiikoilla tai pelitavoilla ei otteluita voiteta. Mutta kun pelaajat oppivat luottamaan systeemiin, se luo joukkueelle selkärangan.

Puolet kaudesta 2004 olimme kärkijoukkueiden tasolla. Se näytti, että teimme myös oikeita asioita. Tämän vastapuoli on se, mitä tapahtui kauden 2004 alussa. Menestymättömyys meni kokemattoman valmentajan piikkiin.

Kuuntelin ehkä liikaa ympäristöä. Huomioin liikaa muiden mielipiteitä. Silloin alkaa helposti itsekin epäillä: pitäisikö meidän sittenkin pelata kolmella kärjellä?

### **Voitto on perussuoritus**

Viime syksynä MyPa varmisti Suomen mestaruuden kolmanneksi viimeisellä kierroksella, kun Tampere United kaatui Anjalankosken stadionilla 3–0. Vaikutit ottelun jälkeisessä lehdistötilaisuudessa hyvin tyyneitä ja analyttiselta. Olitko oikeasti rauhallinen?

Olin. Vaikka se oli meille iso ottelu, melko nopeasti pääsin sen jälkeen normaaliin järjenjuoksuun. Joukkueen esitys sinä iltana oli niin vakuuttava, ettei ottelu raastanut hermoja. Enemmän minulle tuli helpottunut tunne.

Ehkä hyvinolontunne tuli voimakkaampana myöhemmin, toisessa ympäristössä. Olen tasainen luonne, enkä voi kuvitella itseäni kovin helposti ilakoimassa yleisön edessä esimerkiksi tanssien tai stripaten.

*Eikö se anna valmentajan ammatista melko lohduttoman kuvan, että suuren menestyksen hetkellä päällimmäinen tunne on helpotus?*

Varmasti antaa, mutta kaikki riippuu odotuksista. Voittoa pidetään meillä perustuloksena. Jos siihen ei päästä, ollaan helposti pettyneitä.

Tunneskaalalla tappio vetää syvälle rotkoon, mutta voitto ei nosta yhtä korkealle taivaalle. Kun liigan viimeisellä kierroksella hävisimme HJK:lle, minua ei hirveästi hymyilyttänyt, vaikka olimme jo varmistaneeet mestaruuden.

Peliä pitäisi pystyä katsomaan pelinä, oli tulos mikä tahansa. Pitäisi pystyä suhtautumaan lähes tunteettomasti, mutta onko se mahdollista?

### **Tulos saattaa johtaa harhaan**

*Miten toimit, kun pelaajat eivät harjoituksissa saa tarvittavaa tempoä päälle?*

Joskus on tullut hermostuttua. Kerran joku sanoi, että kuului MyPa-talolle asti, kun huusin kakkoskentällä.





Mutta huutaminen ei ole pakissa se ensimmäinen työkalu, johon tartun.

Perusajatukseni on, että valmentajan tulisi vedota urheilijan omaan ajatteluun ja vastuuntuntoon. Harjoittelun motivaatio kumpuaa parhaimmillaan sisältä, ei ulkoa käskemällä. Joskus käskeminenkin voi tehota, mutta vain hetkellisesti.

Minulla on ollut valmentajauran alusta asti urheilijalähtöinen ajattelutapa. Mutta urheilijan vallon ja vastuun pitää olla tasapainossa. Jonkin verran olen joutunut tarkentamaan sitä, miten paljon urheilijoihin voi luottaa. Joukkueessa on niin erilaisia tyyppisiä.

*Miten MyPa aikoo saada menestyksen jatkumaan?*

Kaikki täällä tietävät, että viimevuotiset tulokset saavutettiin kovalla työllä. Mitään emme saaneet helposti. Viime kauden mestaruus ei auta meitä tällä kaudella, mutta ei se myöskään sulje meiltä mitään pois.

Perusmantra on, että älä ajattele vain tulosta. Tulos on seurausta tekemisestä. Siksi pitää miettiä tekemisen laatua.

Tuloksen liian aikainen tuijottaminen johtaa harhaan. Kun teet jokapäiväisen arkisen valmistautumisen hyvin, saat edellytyksiä onnistua myös ottelussa. Ja kun ottelussa tapahtuu riittävästi oikeita asioita, on tuloskin useimmiten positiivinen.

## Elimäeltä Mikkelin kautta Myllykoskelle

Ilkka Mäkelä syntyi Elimäellä Pohjois-Kymenlaaksossa vuonna 1963. Kun hän oli kaksivuotias, perhe muutti Mikkeliin.

Hänen kasvattajaseuransa on Mikkelin Palloilijat. Hän pelasi yksitoista kautta MP:n edustusjoukkueessa. Ensimmäiset SM-sarjaottelut kertyivät tilastoihin vuonna 1981. Aluksi Mäkelä pelasi hyökkääjänä, mutta siirtyi myöhemmin puolustajaksi

– Aina kun MP tippui pääsarjasta, piti lähteä muualle, ja tippumisia tuli aika usein. Mutta tuli myös paluita, Mäkelä sanoo.

MP:stä hän lähti Kuusysiin, palasi MP:hen, lähti Hakaan, palasi MP:hen ja lähti RoPS:iin. Rovaniemeltä hän meni yhdeksi kaudeksi FC Lahteen, jossa hän päätti pelaajauransa vuonna 2000.

### Joukkuekavereita koehenkilöinä

Tai päätti ja päätti: kun Mäkelä toimi Myllykosken Pallossa Juha Malisen apuvalmentajana 2001–03, hän pelasi liigaotteluita jokaisella kaudella.



**Ilkka Mäkelä asuu ja valmentaa Myllykoskella, Anjalankosken kaupungissa Pohjois-Kymenlaaksossa. Hänen synnyinkuntansa Elimäki on Anjalankosken rajanaapuri.**

– Vaihtopenkillä olin aika useinkin, koska meillä oli puolustajapulaa, Mäkelä kertoo.

– Tilastoissa ne pelit ovat, mutta minä en niitä noteeraa oikeiksi peleiksi enkä niitä kausia kausiksi.

Ilkka Mäkelän virallinen pääsarjakausiensa määrä 22 on Suomen ennätys. Pääsarjaotteluiden määrässä hän on 441 ottelulla tilastokakonen Rami Niemisen jälkeen.

MP:n riveissä Mäkelä saavutti SM-hopeaa 1991 ja -pronssia 1990. Apuvalmentajana ja hätävarapelaajana tuli MyPassa hopeaa 2002 ja pronssia 2001.

MyPassa Mäkelä toimi myös nuorten valmennuspäällikkönä. Syyskaudella 2003 hän kaiken kukkuraksi valmensi A-juniorien ykkösdivisioonajoukkuetta.

Kesken tuota pestiä hänet nimettiin MyPan seuraavaksi päävalmentajaksi, kun tiedettiin Juha Malisen tekevän lähtöä muualle.

Mäkelä on koulutukseltaan liikuntatieteen maisteri. Pääaine oli liikuntafysiologia.

– Tein gradun, kun pelasin FC Lahdessa. Koehenkilöinä oli joukkuekavereita, ja heistä jotkut pelaavat nyt MyPassa, Mäkelä kertoo.

– Olisikohan gradun otsikko ollut ”Jalkapallon pienpelien fysiologinen kuorimittavuus”.

### Huonoin ja paras sijoitus

Mäkelän ensimmäisellä päävalmentajakaudella MyPa sijoittui liigassa kahdeksanneksi. Se oli seuran huonoin sijoitus vuonna 1992 alkaneella pääsarjataipaleella. Syksyllä 2004 MyPa voitti Suomen cupin.

Viime kaudella MyPa voitti seuran ensimmäisen Suomen mestaruuden. UEFA-cupin karsintakierroksilla anjalankoskelaiset löivät latvialaisen FC TVMK:n ja skotlantilaisen Dundee Unitedin. Ensimmäisellä varsinaisella kierroksella sveitsiläinen Grasshoppers pudotti MyPan jatkosta.

Punaisessa  
on  
vauhtia...



ja fiilistä!

Viking Linen Punaiset Sporttilaivat vievät voiton! Jo 10 hengen ryhmä starttaa matkaan huippuedullisesti. Hoidamme tarvittaessa koko paketin: matkajärjestelyt, majoitukset, kuljetukset ja jatkoyhteydet. Varaa lennossa!

Esim. Helsinki–Tukholma alk. vain 9,50 €/hlö.

Sis. henkilölippu/suunta 4-hengen C-hytissä  
su-ke lähdöillä.

Tuotetunnus FVGRU. **alk. vain.....9,50 €/hlö**

**VIKING LINE**

Helsinki (09) 123 571 • Turku (02) 333 1332 • Tampere (03) 249 0100 • [www.vikingline.fi](http://www.vikingline.fi)



**Torinon menestys oli yhteistyön taidonnäyte**

# Suomalainen palloilu menestyy maailmalla

**Torinon olympiakilpailut huipentuivat jääkiekon unelmafinaaliin Suomen ja Ruotsin välillä. Hopea on erinomainen suoritus, vaikka kieltämättä kultakin olisi maistunut hyvältä. Hopean arvoa lisää se, että Erkka Westerlundin kykyihin uskovia oli varsin vähän ennen kisojen alkua.**

Teksti ja kuvat: ANTERO KUJALA

Heti ottelun jälkeen ja vielä viikkoja sen jälkeenkin Erkka Westerlund on ollut kiireinen ja kysytty mies.

– Tuntuu, että tänään taivas on vain rajana. Tarjolla on vaikka minkälaista tehtävää. On tämä mielenkiintoista tämä valmentajana oleminen. Tänäpä olet sylkykuppi ja huomenna olet kaikkien omaisuutta ja lähes yli-ihminen. Yksi ottelu tai yksi turnaus tekee luuserista voittajan, hymyilee Erkka, joka tätä juttua kirjoitettaessa pohtii jatkoaan Leijonein päävalmentajana. Toisessa vaakakupissa on Suomen Urheiluopiston rehtorin tehtävät.

– Pitkässä juoksussa Vierumäen tehtävä on ilman muuta se, jota haluan tehdä. Muutama vuosi sitten olin jo jättämässä päivittäisvalmennuksen kunnes tuli riittävän haastellinen tehtävä eteen. Ensiksi se oli Raimo Summasen projekti ja sen jälkeen tämä oma projekti.

Oman vaikeutensa valintaan tekee myöskin se, ettei Westerlund halua jättää maajoukkuetta tyhjän päälle, ilman johtajaa, keväällä.

– Tilanne on hiukan kimurantti juuri nyt. Monilla valmentajilla on jo spimukset ensi kaudesta, joten heidän on vaikea päästä niistä irti. Toisaalta Vierumäen rehtorikuviokin on sen verran mielenkiintoinen, että tskin siinäkin saadaan päätöksiä kovin nopeasti aikaiseksi.

**– Tuntuu, että tänään taivas on vain rajana.**

– Mutta kuten yleensä, kun ei hötkyile, niin asioilla on taipumus selvitä ja yleensä parhainpäin. On kuitenkin tärkeää, että itse tietää, mitä haluaa, Westerlund toteaa.

## Kiirastulesta toiseen

Westerlundin kiirastuli alkoi syksyllä 2004, kun hän otti päävalmentajan tehtävän hoitaakseen upeasti päättyneen World Cupin hopean jälkeen. Melko nopeasti World Cupin jälkeen Jääkiekkoliitto vapautti silloisen päävalmentaja Raimo Summasen tehtävästä ja kutsui tilalle Summasen kakkosena toimineen Erkka Westerlundin.

Summanen ymmärrettävästi loukkaantui tilanteesta vaatien lojaalisuutta oppi-isältään. Noiden tapahtumien seurauksena suomalaisessa jääkiekkoväki on mielipiteiden osalta jakautuneet kahteen osaan.



Kahtia on jakautunut myöskin suomalainen media, jossa on summaslainen media vastaan westerlundilaismedia. Näiden kahden leirittymän nokittelua on saatu seurata jo puolitoista vuotta. Sitkeimmät käänsivät puukkoa päävalmentajan selässä vielä kisojen aikanakin.

Olympiahopeaan päätyneet Torinon kisat olivat ennen muuta johtajuuden kisat. Osa mediasta totesi, että eihän joukkuetta ole edes valmennettu tai että Westerlundista huolimatta joukkue menestyi sen vahvojen johtavien pelaajien Saku Koivun tai Teemu Selänteen ansiosta.

Mielestäni tämä turnaus osoitti hienolla tavalla, sen mitä tapahtuu, kun joukkue saadaan kasvamaan sisältä käsin. Johtavat pelaajat saivat kaipaamansa tilan ja kunnioituksen, vastalahjaksi he olivat valmiita auttamaan joukkuetta.

Päävalmentajan suurin taito oli siinä, että hän malttoi antaa joukkueen sisäisen johtajuuden kehittyä ja vahvistua menestyksen myötä. Taitoa ja tasapainoilua se varmaan vaati ja onnistumiset ruokkivat menestysnälkää.

Nyt ainakin tuli todistettua, että menestys joukkuelajeissa voidaan saavuttaa monella eri tavalla. Ei ole oikeaa tai väärää tapaa. Jokainen valmentaja voi miettiä, miten itse toimisi vastaavassa tilaisuudessa tai pohtia itselleen sopivaa johtamis- ja toimintatapaa.

Erkka Westerlund näytti oman tapansa ja oli omalle persoonalleen uskollinen, samoin teki Raimo Summanen omana aikanaan.

## Torinoprojektin rakennusaineet

Suomen maajoukkueen Torino-projekti oli aika erikoinen prosessi, sillä turnauksena se oli varsin erikoinen. Olympiaturnaus sijoittui keskelle talvea, NHL:n pelitauko oli äärimmäisen lyhyt, pelaajat lensivät kisapiikkakunnalle Italiaan jopa 7 tunnin aikaeron takaa.

Jo valmiiksi väsyneet NHL-pelaajien matkaa vaikeutti vielä luonnonvoimat. Lumimyräkän takia Eurooppaan suuntautuvat lennot Yhdysvalloista olivat myöhässä jopa vuorokauden. Tämä viivytys aiheutti lisäongelmia kisakaupungissa odottaville valmentajille.

Turnauksessa Suomen joukkue pelasi kymmenessä päivässä kahdeksan huippupeliä - se on melkoinen rutistus, joka ei tarjoa valmennukselle juurikaan mahdollisuuksia harjoittamiseen ja omien ajatusten sisäisyydelle.

## Tarvitaan ennakoivaa valmistelua.

- Menestyvä joukkue tarvitsee onnistuakseen osaavia työntekijöitä, jotka ovat sitoutuneita yhteiseen tavoitteeseen. Maajoukkueen olympioprojektiki alkoi osajien rekrytoinnilla. Ykkösjuuttu oli saada tiimiin oikeat ihmiset oikeille paikoille. Tällä tarkoitetaan sekä pelaajia ja heidän roolistustaan että myöskin johtoryhmän henkilöiden valintaa, toteaa Erkka Westerlund.

- Ihminen on aina suurin voimavara. Jokaisen



pelaajan panosta tarvitaan onnistuneen lopputuloksen saavuttamiseksi, joten jokainen rekrytointi on äärettömän tärkeä.

- Valintapuntarissa olivat osaaminen, yksilön henkinen vahvuus, joukkuepelaajaominaisuudet ja sopiva pelirooli.

Näistä viimeksi mainittu oli Torinossa erityisen tärkeä, koska joukkueen yhteinen aika ennen pelejä oli niukka.

**- Jokaisen piti jo tullessaan tietää ja sisäistää joukkueen pelitapa ja oma rooli siinä kokonaisuudessa.**

## Suoritustavoite keskeinen

Mielenkiintoinen paradoksi on se, että samaan aikaan kun me penkkiurheilijat Suomessa arvioimme onnistumista tulos- tai sijoitustavoitteiden kautta, päävalmentaja Westerlund pohtii suoritusta ja onnistumista vain ja ainoastaan suorituksen kautta.



- Tällaisessa turnauksessa, jossa pelirytmi on äärimmäisen kova eikä harjoittelulle jää juurikaan aikaa, on tärkeintä löytää joukkueelle heti yhteinen suunta. Tavoitteen tulee lähteä joukkueen sisältä, se takaa kovan motivaation. Valmentajien on aivan turha puhua tavoitteista, ellei joukkue ole itse sisäistänyt niitä.

Torinossa pelannut joukkue näytti sitoutuneelta jokainen pelaaja tunsivat oman vastuunsa ja kantoi sen parhaalla mahdollisella tavalla. Sitoutumisen aste näkyi erinomaisen hyvin finaalipelin jälkeen, kun olympiahopea ei maistunut miltään. Vain kultaa olisi kelvannut leijonalaumalle.

- Urheilussa tärkein on suoritustavoite. Jos joukkue onnistuu suorituksessaan, tulee myös tulosta. Torinossa pilkoimme suorituksen seitsemän kohdan malliksi, jossa painotettiin periksi antamattomuutta, ehjää viisikkotyötä ja muita elementtejä, joista meidän mielestämme hyvä suoritus koostuu. Tarkoituksena oli luoda pelaajille ajatuksiin sellainen kuva, mitä pelimme parhaimmillaan voi olla.

### Luonnollisten johtajien käyttäminen

Kuten tämän artikkelin alkuosassa totesin Saku Koivu ja Teemu Selänne johtajaominaisuudet olivat nähtävissä myös joukkueen ulkopuolelta asioita Torinossa seuratessa. Oli tilanne mikä tahansa ammattilaiset Selänne ja Koivu olivat median käytettävissä ja he tekivät töitä myös joukkueen sisällä.

- Kun ryhmän jäsenillä on vahvuuksia ja kokemusta, kannattaa heidän näkemyksiä myös kuunnella ennen päätösten tekoa. Näin toimimalla johtajuutta on jaettu myös joukkueen sisälle. Meillä oli luonnollisesti kapteenisto, jolla oli suuri vastuu koko joukkueen ilmeestä ja siitä, että viestit menivät joukkueelle perille oikealla tavalla.

- Kapteenien lisäksi oli kokeneitten pelaajien muodostama lähes kymmenen pelaajan ryhmä, joka teki myös töitä yhteisen tavoitteemme eteen. Kaikki olivat erittäin sitoutuneita ja oikealla tavalla johtajia, mikä osaltaan sai joukkueen pelaamaan juuri niin hyvin kuin se pelasi.

- Kun pelaajat oli valittu ja luotu yhteiset tavoitteet ja keinot, oli tärkeää varmistaa, että jokainen pelaa Suomen maajoukkueen peliä, eikä esimerkiksi toteuttanut oman seurajoukkueensa tapaa pelata, Westerlund muistuttaa.





## Nyt saat Plussaa Fennian kotivakuutuksista!

Kerää pisteet kotiin ja keskitä nyt kaikki perheesi vakuutukset Fenniaan. Asiakkaanamme saat omalta asiantuntijaltasi, riskienhallinnan ammattilaiselta, aina henkilökohtaista palvelua. Tule tapaamaan häntä lähimpään Fennian konttoriin tai soita numeroon 010 503 8808. Voit myös jättää yhteydenottopyynnön osoitteessa [www.fennia.fi](http://www.fennia.fi)



# Tanskassa liitto maksaa osan seurojen talenttivalmennuksesta

**Tanskassa on ymmärretty, että pienen maan pitää pärjätäkseen tehdä asiat paremmin kuin suurempien vastustajiensa. Tällä hetkellä Tanskan liitossa kehitetyn ITU-valmennuksen sateenvarjon alla on 12 päätoimista valmentajaa ja noin 250 16-21 -vuotiasta lahjakkuutta.**

Teksti ja kuvat: MAURI FORSBLOM

Hamlet sanoi aikanaan, että Tanskanmaassa on jotain mätää. Tänään voi sanoa hyvällä omallatunnolla ettei Hamletin yli 400 vuotta vanha väite pidä ainakaan paikkansa juuttien jalkapallon suhteen. Vaikka Tanskan A-maajoukkue karsiutuikin niukasti kesän MM-kisoista, niin kesäkuussa 21-vuotiaat ovat pelaamassa Portugalissa maanosamme lopputurnauksessa.

Sen lisäksi, että Tanska tuottaa jatkuvasti huipputykösilöitä Keski-Euroopan ammattilaisrjoihin, niin alle viiden miljoonan kansan juniorimaajoukkueet ja seurajoukkueet ovat hyvää eurooppalaista keskitasoa.

Tanskassa tehdään junioripuolella juuri niin kuin Suomessakin pitäisi tehdä. Liitossa on ymmärretty, että pienen maan on oltava ”tuotekehittely” ja tietotaidon kärjessä pärjätäkseen suurille jalkapallomaille. Yhtään talenttia ei saisi hukata liiton ylimielisen tai leväperäisen asenteen vuoksi.

– Emme pärjää pelaajamäärissä, joten toiminnan laadun on oltava parasta mahdollista. 21-vuotiaiden maajoukkueen pääsy EM-lopputurnaukseen on todistus siitä, että olemme oikealla tiellä nuorisopuolella, sanoo FC Nordsjaellandin ITU-valmentaja John Bredal.

## ”Yhdistetty talenttikehitys”

ITU-valmennus, joka tulee tanskankielisistä sanoista Integreret Talentudvikling (vapaasti suomennettuna ”yhdistetty talenttikehittely”) on Tanskan liiton panostus seurojen talenttivalmennukseen. Dansk Boldspill Union (DBU) maksaa tänä vuonna 12 ITU-valmentajan palkoista noin 2,4 miljoonaa Tanskan kruunua suoraan seurojen tilille. Lopuista valmentajien tilipussin täytöstä huolehtii ITU-järjestelmän pariin hyväksytty seura.

Tanskalaisten lehtitietojen mukaan ITU-valmentajan vuotuinen keskiansio on noin 400 000 kruunua (52 640 euroa) eli liiton kassasta tulee viitisenkymmentä prosenttia kokonaiskuluista.

FC Nordsjaellandissa Bredalilla on 13 ITU-pelaaja. Nämä 16-21 -vuotiaat lahjakkuudet harjoittelevat normaalisti omissa joukkueissaan, mutta Bredal vetää





heille yksilöllisiä harjoituksia kaksi kolme kertaa viikossa.

– Keskitymme sellaisiin asioihin, mitä joukkueharjoituksissa ei ehdi tehdä. Tarkoituksena on vahvistaa pelaajien sekä vahvuuksia että heikkouksia, Bredal kertoo urheilullisista tavoitteista.

ITU-pelaajien määrä vaihtelee seuroittain, mutta yhteensä heitä on noin 250.

Siinä mielessä FCN on erikoislaatuinen, että seuran kaikki ITU-pelaajat kuuluvat edustusjoukkueen rinkiin.

– Meillä ei tällä hetkellä ole lainkaan 16-18 -vuotiaita ITU-pelaajia FCN:ssä, mutta uskon tilanteen korjautuvan tulevaisuudessa. Toisaalta se helpottaa minun työtäni, sillä nyt näen kaikki pelaajat ykkösen harjoituksissa päivittäin. Näin pystyn seuraamaan heidän edesottamuksiaan todella tarkasti, Bredal toteaa.

## Tiukat vaatimukset

Aivan mikä tahansa kyläseura ei saa ITU-statusta. Seurojen pitää täyttää määrätyt kriteerit sekä urheilullisesti että taustojen suhteen.

– Ensiksi pitää tietenkin junioritoiminnan laadun olla korkeatasoista. Sen lisäksi seurassa on oltava kunnan olosuhteet sekä terveys- että kuntopuolella. Ilman päätoimista fyysistä valmentajaa, joka valvoo pelaajien terveyttä sekä kunnan kuntosalia ei pääse nauttimaan liiton avustuksista, Bredal täsmentää.

## Kaikki tiedot ajantasalla

Yksi ITU-järjestelmän vahvuuksia on, että jokaisen pelaajan tiedot ovat liiton tietokannassa. Pelaajien on netissä täytettävä päivittäin tekemänsä harjoitukset. Näin DBU:n nuorisomaajoukkueiden valmentajat ovat koko ajan tietoisia yksittäisten pelaajien senhetkisestä tilanteesta.

– Minulla on mahdollisuus seurata omien ITU-pelaajien tietoja, mutta en pääse käsiksi muiden seurojen kavereihin. Tämä on erittäin hyvä systeemi sekä kaikille ITU-valmentajille että maajoukkueista vastuussa oleville, Bredal valottaa.

– Maajoukkuevalmentajat tietävät koko ajan mitä ITU-pelaajat tekevät ja mikä heidän päivittäinen kuntosensa on. Tarkalla tietokone seurannalla vältetään myös päällekkäisyyksiä sekä pystytään valvomaan levon ja rasituksen suhdetta.

ITU-sivut eivät ole pelkästään pelaajien päivitysten varassa, sillä myös valmentajat tekevät niille omia merkintöjään. Harjoitusmäärien lisäksi pelaajien terveydentilasta, ravinnosta, opiskeluista, vahvuuksista ja heikkouksista pidetään jatkuvasti kirjaa.

– Tanskalainen junioripelaaja voi pelata täyspäiväisesti jalkapalloa ainoastaan kuusi kuukautta sopimuksen tekopäivästä eteenpäin. Sen jälkeen hänen on pelaamisen ohella opiskeltava. Kaikki opiskelutiedot ja suoritettut kurssit tai tentit näkyvät myös ITU-tietokannassa, Bredal jatkaa.

– Monessa muussa maassa nuoret panostavat

kaiken jalkapalloon. Jos jotain menee pieleen eikä ura lähdekään nousuun, niin he ovat tyhjän päällä. Meillä tällainen vältetään sillä, että nuorten on myös opiskeltava pelaamisen ohessa. Teemme jokaisen ITU-pelaajan kanssa kolmivuotisen siviilisunnitelman, jota on myös noudatettava.

Bredalin mielestä 21-vuotiaiden maajoukkueen EM-lopputurnauspaikka on tätä taustaa vasten erinomainen saavutus.

– Vaikka suurissa jalkapallomaissa nuoret pistävät kaiken yhden kortin varaan, niin silti olemme omalla systeemillämme pysyneet kilpailullisessa kehityksessä mukana. Mielestäni olemme pystyneet Tanskassa todistamaan, että jalkapalloilija voi kehittyä vaikka osa ajasta kuluu koulunkäyntiin.

Myös valmentajille ITU-systeemi on mieleinen. Viidesti vuodessa kaikki nykyiset 12 ITU-valmentajaa kokoontuvat ja käyvät läpi sekä pelaajia että koko järjestelmää.

– ITU motivoi sekä pelaajia että valmentajia tekemään parhaansa omassa työssään. En näe systeemissä tällä hetkellä oikeastaan mitään heikkoutta, Bredal miettii.

## Nuori seura

FC Nordsjaelland ei ole ollut futiskartalla kuin vasta neljä vuotta. Se on kasattu edeltäjänsä, konkurssiin menneen Farum BK:n jalustalle. Parikymmentä kilometriä Kööpenhaminan pohjoispuolella sijaitsevan Farumin entinen kaupunginjohtaja oli todellinen futismies, joka rakennutti 19 000 asukkaan kaupunkiinsa modernin jalkapallostadionin sekä kymmenkunta harjoituskenttää. Samalla alueella toimii myös konferenssihotelli, uimahalli ja tenniskeskus.

Sen verran kaupunginjohtajalla kuitenkin meni kunnianhimosiaan puurot ja vellit sekaisin, että hän sijoitti pelaajiin ja seuraan suuria määriä (veronmaksajien) rahoja. Loppujen lopuksi noutaja tuli sekä kaupunginjohtajalle että Farum BK:lle.

– Farumin kävi juuri niin kuin sattaa odottaa.



**SOKOS HOTEL**  
KAARLE | KOKKOLA

**Kaikki saman katon alla!**

KOKOUSTA, MAJOITU JA NAUTI!

**Ala Carte** KAARLE  
**Streetcafe** Bar & Kitchen  
**Chess** MusicBar  
**MUSTAKARI** KESÄRAVINTOLA

Tiedustelut ja varaukset puh. 06-8266 505  
e-mail: sales.kokkola@sokoshotels.fi  
[www.sokoshotels.fi](http://www.sokoshotels.fi)

**Sokos Hotel Kaarle**  
Kauppatori 4, 67100 KOKKOLA

**Vuoden 2006  
Terveystuote**



Vuoden  
**2006 Terveys-  
tuote**  
Suomen  
Terveystuotekauppioiden  
Liitto

# Tonalin

**POLTAA,  
PILKKOO;  
PALAUTTAA**



**Janne Ahonen**  
mäkibiippääjä

**Hannu Manninen**  
yhdistetyn urheilija

**Yhdistetyn hiihdon  
A-maajoukkue**



## Tonalinilla tuloksiin!

Hyvin suunniteltu ja toteutettu harjoittelu sekä oikeat ravintoaineet mahdollistavat menestyksen. Käytämme ravintolisä Tonalin-CLA:ta, koska se vapauttaa rasvan energiaa lihasten käyttöön, jolloin harjoittelu tehostuu, palautuminen nopeutuu ja paino pysyy kurissa.

Suosittellemme Tonalin:ia painon hallinnan tueksi sekä liikkuville, itsestään huolehtiville ihmisille. (SHL:n luvalla)

Tenniksessä rasitus on koko ajan kova. Tonalinin avulla palaudun nopeammin peleistä ja harjoituksista. Tonalinin avulla painoni pysyy hallinnassa ja tiedän ettei voima kuitenkaan häviä lihaksista. Tonalin on osa terveellistä ruokavaliotani. Käytän sitä joka päivä ja muutaman vuoden kokemuksella voin suositella sitä kaikille.

**Emma Laine**  
tennisammattilainen

**Suomalaiset testaavat Tonalinia**  
lue lisää: [www.mtv3.fi/helmi/hoidanitse](http://www.mtv3.fi/helmi/hoidanitse)

Tonalinia myyvät terveys- ja luontaistuote-  
kaupat sekä apteekit. Markkinoija:  
Polar Pharma Oy, Helsinki.  
Lisätiedot: [www.polarpharma.fi](http://www.polarpharma.fi)

Kun jalkapallossa haluaa liian nopeasti liian paljon, niin lopputulos on odotettavissa, Bredal tyytyy sanomaan Farum BK:n kohtalosta.

Farumilaisen jalkapallon pelastajaksi tuli Alan K. Pedersen, joka pisti nuotit uusiksi ja perusti FC Nordsjællandin.

– Vanhalle seuralle olisi ollut vaikeaa saada yhteistyökumppaneita, sillä sen maine oli täydellisesti ryvettynyt. FCN:ssä ei ole mitään muuta samaa Farum BK:n kanssa kuin fyysinen sijainti. Meillä on uudet pelaajat, uudet värit, uudet valmentajat. Kaikki on rakennettu paljon tukevammalle pohjalle kuin aikaisemmin.

## Heerenveenin malli

FCN:n kuningasajatus on oman pelaajakoulutuksen lisäksi ostaa alasarjoista halpoja, mutta lahjakkaita pelaajia. Kun he ovat lyöneet läpi Tanskassa, niin heidät on suhteellisen helppoa myydä muualle Eurooppaan. Voidaanko jopa sanoa, että FCN haluaa olla Tanskan Heerenveen?

– Kyllä voidaan, Bredal vastaa.

– Toistaiseksi olemme vain yrittäneet selvitä kovassa kilpailussa, mutta tulevaisuudessa tulemme panostamaan entistä enemmän sekä omaan pelaajakoulutukseen että alasarjojen kykyjenetsintään.

Paras esimerkki FCN:n onnistumisesta tuli tammikuussa, kun seura myi SAS-liigan parhaan maalintekijän Mads Junkerin Vitesse Arnheimiin. FC rikastui kaupalla yli miljoonan euron edestä.

Seuraavaksi lähtövuorossa on laitalinkki Anders Due, jonka keskityksistä Junker viimeisteli suurimman osan syksyn täysosumistaan. Vitesse haluaa Duen auttavan Junkerin Hollannin maalihanojen avaamisessa.

– Olemme hankkineet paljon potentiaalisia pelaajia Tanskan kakkosdivarista. Tehostuneen juni-orityön ja näiden ”ilmaisten” lahjakkuuksien avulla FCN aikoo pysyä tulevaisuudessakin vähintään Kööpenhaminan kolmosjoukkueena, Bredal kertoo.

– Farum on pieni kaupunki, joten yleisöä peleissämme ei ole yhtä paljon kuin Brøndbyllä ja FC Kööpenhaminalla. Meidän on tehtävä Tanskassa juuri samoin kuin Tanska tekee muualla Euroopassa. Skouttaaminen ja kaikki tekeminen on oltava parempaa kuin muilla.



**Polttaa  
rasvakudosta  
ei lihasta**