



HLK OLYMPIC TEAM

(U15 & U12)

TAVOITE

HLK Olympic Team on tarkoitettu kansainväliselle tennisuralle tähtääville pelaajille.

- U14-U15 ikäisenä mahdollisuus hakea Tennisliiton Huippuryhmään
- HLK liigajoukkue

KRITEERIT

U15

- Ranking top 10, nuorten maajoukkueeringissä
- 6-15 kansainvälistä kilpailua vuodessa
- Pelaaja ja vanhemmat sitoutuvat valmentajan laatimaan valmennussuunnitelmaan

U12

- Pelaaja on osoittanut pystyvänsä harjoittelemaan kokonaisvaltaisesti kansainvälisten vaatimusten mukaisesti
- 4-8 kansainvälistä kilpailua vuodessa
- Pelaaja ja vanhemmat sitoutuvat valmentajan laatimaan valmennussuunnitelmaan

SISÄLTÖ

- Lajiharjoittelua kansainvälisten vaatimusten mukaisesti
- Harjoitusviikkoja vuodessa 48
- Henkilökohtainen harjoitusohjelma
- Fysiikkaharjoitteluun oma valmentaja, joka toimii yhteistyössä lajivalmentajan kanssa

- Kilpailuseuranta JGP, SM, TE ja ITF(kotimaassa), sekä ulkomailla mahdollisuuksien mukaan
- Aktiivinen yhteistyö Tennisliiton kanssa sisältäen valmennuskeskus toiminnan, leirit ja kilpailumatkat
- HLK-tunnit 40h/vuosi/pelaaja

VELVOLLISUUDET

- Koulun järjestäminen siten, että harjoitus- ja kisasuunnitelma toteutettavissa
- HLK:n edustaminen kilpailuissa ja sarjatenniksessä
- Seuran muut edustustehtävät

HINTA

- Määräytyy henkilökohtaisen valmennussuunnitelman perusteella
- 6-8(ka.7) lajiharjoitusta + 1 oheisharjoitus/vko = 8100€/vuosi
- 5-7(ka.6) lajiharjoitusta + 1 oheisharjoitus/vko= 7020€/vuosi
- Ei sisällä fysiikkavalmentajan kuluja, leirejä, eikä ulkomaan kilpailuseurantaa

HAKU

- Kaudelle 2021-2022 sähköpostitse antti.laitinen@hkl.fi 6.6.2021 mennessä
- HLK:n kilpavalmennustiimi (valmennuspäällikkö ja kilpavalmentajat) valitsee pelaajat