



ESPOON JÄÄTAITURIT

KAUSIJULKAISU 2021-2022

ESPOON JÄÄTAITURIT RY

Hallitus kaudella 2021-2022

Anna Kuusniemi-Laine - Puheenjohtaja
Katariina Lisko - YL-toimikunta, varapuheenjohtaja
Sari Eteläinen - ML-toimikunta
Sami Lehtimäki -YL-toimikunta, toimitilat
Hanni Nevas - HR, Lumineers-yhteyshenkilö, ML-toimikunta
Suvi Peussa - ML-toimikunnan pj, aikuisluistelu
Petteri Fagerström - Varainhankinta
Jarkko Raski - Varainhankinta

Hallinto

Hannele Korkala - Kirjanpito, laskutus, palkanlaskenta
Henriikka Manninen - Toiminnanjohtaja
Päivi Napari - Seurakoordinaattori

Seuran päävalmentaja

Virpi Horttana



Hallitus ja hallinto (kuvasta puuttuvat Petteri Fagerström ja Päivi Napari)

Kausijulkaisu

Tekstit: Salla Häikiö, Anna Kuusniemi-Laine, Elina Lohi, Henriikka Manninen, Suvi Peussa ja työryhmä
Mainokset: Henriikka Manninen
Kuvat: Janne Koistinen, Antti Lehto
Kansikuva: Antti Lehto
Paino: **Markprint**

YKSINLUISTELU- JA MUODOSTELMATOIMIKUNNAT 2021-2022

Yksinluistelutoimikunta

Karjalainen Mari
Lahti Anne
Lehtimäki Sami (hallituksen jäsen)
Linnakorpi Mikko
Lisko Katariina (hallituksen jäsen)
Palm Annukka
Puntila Kirsi

Muodostelmatoimikunta

Eteläinen Sari (hallituksen jäsen)
Nevas Hanni (hallituksen jäsen)
Häikiö Salla
Kareinen Kati
Klemetti Laura
Kuronen Taija
Liimatainen Rosa
Lindborg Nea
Lukas Annaliisa
Löytty Pauliina
Maasalo Tea

Martikainen Vilma
Oksanen Mia
Pajunen Marika
Peussa Suvi (hallituksen jäsen)
Rantala Johanna
Rautee Riina
Räikkönen Jonna-Marika
Sorsa Minna
Toivonen Mervi
Ylikulppi Johanna

Espeen Jäätaiturit ry:n puheenjohtajat

1985 - 1986 Kerstin Noponen
1986 - 1987 Pirkko Halme
1987 - 1989 Sirkka Hulkkonen
1989 - 1990 Kari Karvosenoja
1990 - 1992 Sirkka Hulkkonen
1992 - 1993 Tapani Kella

1993 - 1994 Sirkka Hulkkonen
1994 - 2000 Petri Ruokonen
2000 - 2007 Ulla-Maija Halmi
2007 - 2015 Mika Leppänen
2015 - Anna Kuusniemi-Laine



YHTEISTYÖ KANTAA – PUHEENJOHTAJAN TERVEHDYS

Kausi 2021-2022 on ollut Espoon Jäätaitureille hyvä vuosi. Koronavirustilanne on edelleen haastanut seuratoimintaa, mutta sitkeästi olemme pitäneet toiminnan kehityspolulla.

Espoon Jäätaiturit sai kunnian olla ehdolla vuoden seuraksi Urheilugaalassa. Voiton vei Oulun Voimisteluseura, mutta jo ehdokkuus oli seurallamme suuri tunnustus ja kunnia. Espoon Jäätaiturit haluaa olla huippuseura ja lämminhenkinen seurayhteisö ja me haluamme luoda turvallisen ja syrjimättömän ympäristön jäsenillemme. Haluamme myös olla aktiivinen yhteistyökumppani. Ehdokkuus kertoo, että meillä tehty hyvä työ on nähty.

Lämminhenkinen huippuseura tehdään yhteistyöllä. Kiitos tästä yhteistyöstä kuuluu valmentajille, ohjaajille, toimihenkilöille, vapaaehtoisille, luistelijoille ja vanhemmille. Te kaikki olette mukana seurayhteisön luomisessa. Olemme tehneet paljon yhteistyötä myös Suomen Taitoluisteluliiton, muiden seurojen ja kansainvälisten toimijoiden kanssa, mistä esimerkkinä

on nähty kansainväliset vieraat treeneissämme. Espoon jääurheiluseurojen yhteistyö Espoon Jääurheilun Tuki ry:ssä on puolestaan tuonut parannusta harjoitteluolosuhteisiin.

Korona-aika on ollut vaikeaa kaikille urheiluseuroille. Seuratyö on kuitenkin ollut ehkä tärkeämpää kuin koskaan. Urheilu on pitänyt lapset ja nuoret kiinni normaalissa elämässä näinä haastavina aikoina. Ja se on tärkeää. Kiitos kaikille, jotka olette tämän mahdollistaneet!



Anna Kuusniemi-Laine
hallituksen puheenjohtaja



Seuratyötä suurella sydämellä

Luistelijoiden harjoitukset jäällä ja oheisissa, kilpailut ja tapahtumat ovat se osa seuratyöstä, joka näkyy selvästi kaikille jäsenille. Toimivassa seurassa taustalla on kuitenkin paljon näkymätöntä työtä.

Hoidetaan asiakaspalveluna luistelijoiden asioita, henkilöstöhallintoa, taloushallintoa, viestintää ja markkinointia, tehdään erilaisia tukihakemuksia, pyöritetään ja haetaan jäävuoroja sekä paljon, paljon muuta päivittäistä työtä. EsJt:ssä työskentelee n. 50 valmentajaa ja ohjaajaa, joka tarkoittaa, että olemme suhteellisen suuri työnantaja. Seura on voittoa tavoittelematon järjestö, mutta monilta osin sen perustoiminnot muistuttavat yrityksen toimintaa.

Toimistolla on kaksi päätoimista työntekijää; toiminnanjohtaja ja seurakoordinaattori sekä osa-aikainen toimistoassistentti, joka auttaa pääsääntöisesti yksinluistelijoiden kilpailuilmoittautumisissa. Vapaaehtoiset ovat seuran suuri voimavara. Ison seuran seuratyötä ei voida koskaan täysin siirtää pelkästään palkatuille työntekijöille. Harrastamisen kustannukset nousisivat näin monelle kohtuuttoman suuriksi ja harrastaminen ei olisi mahdollista. Tästä syystä vapaaehtoisia tarvitaan monenlaisiin rooleihin. Esimerkiksi tätä lukemaasi



kausijulkaisua tekemään, kisajohtajaksi kilpailuihin, testivastaavaksi yksinluisteluun sekä joukkueenjohtajiksi ja huoltajiksi. Tapahtumissa ja kisoissa vapaaehtoisten tarve huipentuu ja niihin tarvitaan aina iso joukko talkoolaisia. Seura tarvitsee luonnollisesti toimivan hallituksen, joka sekin koostuu vapaaehtoisista. Tällä kaudella olemme päässeet nauttimaan mm. SynchroGaalasta, muodostelmaluistelun kansallisten sarjojen 2. valintakilpailusta sekä yksinluistelun ISU-sarjojen aluemestaruuskilpailuista. Nämä kaikki tapahtumat toteutettiin pitkälti vapaaehtoisten voimin!

EsJt.n motto on "luistelua suurella sydämellä". Tämä sama ajatus ohjaa meitä myös seuratyössä; pyrimme jatkuvasti kehittymään ja tarvittaessa ottamaan käyttöön uusia toimintamalleja. Kiitos kaikki vapaaehtoiset panoksestanne! Kiitos valmentajille ja ohjaajille kuluneesta kaudesta, joka haastoi meitä edelleen monin tavoin! Kiitos toimistolle Päivi Napari ja Elina Lohi! Kiitos seuran taloudenhoitaja Hannele Korkala korvaamattomasta panoksestasi!

Henriikka Manninen
toiminnanjohtaja

JUHLIMME STLL:N ANSIOMERKEIN PALKITTUJA

Suomen Taitoluisteluliitto on myöntänyt useita kunniamerkkejä Espoon Jäätaitureiden ja Espoo Synchronized Skatersin seuratoimijoille ja valmentajille. Juhlistimme ansiomerkkejä Metro Arenalla 31.10.2021:

Järjestöllisistä ansioista:

- Anna Kuusniemi-Laine, EsJt:n puheenjohtaja, ESS:n hallituksen jäsen ja EJUT:n hallituksen jäsen, hopeinen ansiomerkki
- Mika Leppänen, EsJt:n entinen puheenjohtaja ja hallituksen jäsen, pronssinen ansiomerkki.
- Hanni Nevas, EsJt:n hallituksen jäsen, ESS:n hallituksen jäsen, pronssinen ansiomerkki
- Leena Salo, ESS:n puheenjohtaja, hopeinen



ansiomerkki

Valmennuksellisista ansioista:

- Anna Karjalainen, pronssinen ansiomerkki
- Liisa Lakela, pronssinen ansiomerkki
- Jenni Rahko, pronssinen ansiomerkki
- Helena Tienhaara, hopeinen ansiomerkki

Teknisenä specialistina toimimisesta:

- Henriikka Latva, pronssinen ansiomerkki

Onnittelemme vapaaehtoisia ja taitavia valmentajiamme

ansiomerkkien johdosta. Kaikilla on takana vuosien pitkäjänteistä työtä, rakkaudesta lajiin.

PARANNUSTA OLOSUHTEISIIN

Espoolaisen jääurheilun olosuhteet paranivat merkittävästi, kun Espoon Jääurheilun tuki ry:n uusi Ilmatar Areena valmistui Matinkylään marraskuun 2021 alussa. Areenalla on kolme jääkaukaloa, kuntosali, tanssisali, urheilusali sekä verryttelytilat, jotka on suunniteltu jääurheilun tarpeita vastaaviksi. Hallin lukusali palvelee opiskelevia urheilijoita.

Ensimmäisen kerran seuran historiassa jääajasta ei ole jatkuvaa pulaa. Toisaalta lisääntynyt jääaika on saatu tehokkaaseen käyttöön ja olemme pystyneet kasvattamaan ja kehittämään toimintaamme paitsi kilpaurheilun, myös harrastustoiminnan osalta. Tilanne mahdollistaa myös tulevan toiminnan kehittämisen!

Espoon Jäätaitureiden toiminnasta Matinkylään siirtyi erityisesti muodostelmaluistelun edustusputken toiminta. SM-seniorijoukkue Lumineers harjoittelee vakiovuoroilla Ilmatar Arenalla ja samaan yhteyteen on sijoitettu osa SM-juniorijoukkue Valley Bay Synchron ja SM-noviisijoukkue Valley Bay Synchronicsin harjoituksista. Samalla kehitämme yhteistä espoolaista huippumuodostelmaluistelun

polkua. Myös osalla muita muodostelmaluistelujoukkueita ja harrastusryhmiä on treenejä Matinkylässä.

Yksinluistelijoiden treenit keskittyvät Leppävaaran Warrior Arenalle ja yksinluistelijamme pääsivätkin tällä kaudella ensimmäistä kertaa harjoittelemaan viidessä eri harjoitusryhmässä. Syksyllä 2022 myös toimistomme pääsee muuttamaan Warrior Arenalle.

Warrior Arenalla ja Tapiolan harjoitushallissa jatkuu luistelukoulutoiminta ja monen kehitys- ja harrastusryhmän toiminta.



YKSINLUISTELUN HUIPPUVUOSI

Jäätaiturit ovat loistaneet yksinluistelun kisoissa kuluneella kaudella. Kun mittariksi asetetaan mitalien määrä SM- ja PM-tasolla, niin kausi 2021-2022 on aivan omaa luokkaansa. Lisäksi moni jäätaituri luisteli hyvillä suorituksilla 10 parhaan joukkoon.

Joulukuussa järjestetyistä vuoden 2022 SM-kisoista luistelijamme toivat kolme mitalia: SM-seniorinaisissa Linnea Ceder teki loukkautumisen jälkeen upean paluun ja luisteli SM-hopealle loistokkaalla luistelulla ja vapaaohjelmakisan voitolla! Esjtn hienon kisamenestyksen täydensivät Olivia Lisko 5., Laura Karhunen 6. ja Mai Helse 9.

SM-junioripojissa Matias Lindfors luisteli kultaa ja SM-juniorityttöissä Petra Lahti sai hopeaa. Myös muut SM-juniorit onnistuivat todella kovatasoisessa kilpailussa: Minja Peltonen 5., Sirkku Koskenvaara 8., ja Kiia Kurkinen 9.

Tanskassa järjestetyissä PM-kilpailuissa nähtiin historiallisen suuri jäätaituriedustus ja mitaliuutiset seurasivat toisiaan. Noviisisarjassa Lotta Artimo ja Amanda Eskelin ottivat kaksoisvoiton. Matias Lindfors sai junioripoikien sarjassa pronssia ja Petra Lahti juniorityttöjen sarjassa pronssia. Olivia Lisko, joka luistelee ensimmäistä vuotta naisten sarjassa, nousi vahvalla vapaaohjelmallaan pronssille. Jäätaitureista Kiia Kurkinen oli noviisisarjassa 4. ja Linnea Ceder naisten sarjassa 4.



SM-noviisien SM-kisat järjestetään vasta maaliskuun lopulla ja ennen kausijulkaisun ilmestymistä. Toivotamme niihinkin kisoihin jäätaitureille onnistuneita suorituksia!

Onnittelut luistelijoillemme! Onnea myös taustajoukoille ja valmentajille suurkiitos hienosta työstä upeiden luistelijoidemme eteen!



YKSINLUISTELU

Yksinluistelun kilparyhmät ovat K1a, K1b, K2, K3 ja K4. Yksinluistelijoitamme valmentavat päävalmentaja Virpi Horttana, Kati Perokorpi, Nita Viiri ja Jutta Haapamäki.

Espoon Jäätaitureilla on pitkät perinteet yksinluistelun huippuseurana. Seurassa on ollut

vuodesta 1986 lähtien SM- ja PM-mitalisteja. Laura Lepistö on seuran ensimmäinen arvokisamitalisti: EM-pronssia 2008, kultaa 2009 ja hopeaa 2010 ja ensimmäinen MM-mitalisti (pronssia 2010). Viveca Lindfors saavutti EM-pronssia 2019.

KILPARYHMÄ K1



Linnea Ceder

Kilpailusarja 2021-2022: SM-seniori

Valmentaja: Virpi Horttana
Syntynyt 2002 / Aloittanut luistelun 2006 / EsJt 2016 / Ensimmäinen kilpailu 2010 Naisten maajoukkue

Suomen mestaruuskilpailut (Finnish Championships):

- SM-noviisitytöt (Novice Girls) 2016: 1.
- SM-junioritytöt (Junior Ladies) 2017: 3.
- SM-junioritytöt (Junior Ladies) 2018: 6.
- SM-seniorinaiset (Senior Ladies) 2019: 5.
- SM-seniorinaiset (Senior Ladies) 2020: 3.
- SM-seniorinaiset (Senior Women) 2022: 2.

Euroopan mestaruuskilpailut (ISU European Figure Skating Championships):

- Naiset (Ladies) 2020: 12.

Junioireiden MM-kilpailut (ISU Junior Figure Skating Championships):

- Junior Ladies 2019: 29.

Pohjoismaiden mestaruuskilpailut (Nordics):

- Junioritytöt (Junior Ladies) 2017: 1.
- Seniorinaiset (Senior Women) 2022: 4.

Sijoitukset ISU Junior GP-kilpailuissa:

- 2017-2018: 15.
- 2019-2020: 8.



Laura Karhunen

Kilpailusarja 2021-2022: SM-seniori

Valmentaja: Virpi Horttana
Syntynyt 2001 / EsJt 2017
Naisten maajoukkue

Suomen mestaruuskilpailut (Finnish Championships):

- SM-junioritytöt (Junior Ladies) 2018: 3.
- SM-seniorinaiset (Senior Ladies) 2019: 9.
- SM-seniorinaiset (Senior Ladies) 2020: 6.
- SM-seniorinaiset (Senior Women) 2022: 6.

Pohjoismaiden mestaruuskilpailut (Nordics):

- Junioritytöt (Junior Ladies) 2018: 3.
- Junioritytöt (Junior Ladies) 2019: 3.
- Junioritytöt (Junior Ladies) 2020: 1.



Olivia Lisko

Kilpailusarja 2021-2022: SM-seniori

Valmentaja : Virpi Horttana
Syntynyt 2006 / Aloittanut luistelun 2009 / EsJt 2019 / Ensimmäinen kilpailu 2012 Naisten maajoukkue

Suomen mestaruuskilpailut (Finnish Championships):

- SM-noviisitytöt (Advanced Novice Girls) 2018: 2.
- SM-noviisitytöt (Advanced Novice Girls) 2019: 2.
- SM-junioritytöt (Junior Ladies) 2020: 2.
- SM-seniorinaiset (Senior Women) 2022: 5.

Pohjoismaiden mestaruuskilpailut (Nordics):

- Noviisitytöt (Advanced Novice Girls) 2019: 3.
- Junioritytöt (Junior Ladies) 2020: 3.
- Seniorinaiset (Senior Women) 2022: 3.



Mai Helske

Kilpailusarja 2021-2022: SM-seniori

Valmentaja: Virpi Horttana
Syntynyt 2004 / Aloittanut luistelun 2007 / EsJt 2019 / Ensimmäinen kilpailu 2010

Suomen mestaruuskilpailut (Finnish Championships):

- SM-noviisitytöt (Novice Girls) 2018: 3.
- SM-junioritytöt (Junior Ladies) 2019: 3
- SM-junioritytöt (Junior Ladies) 2020: 4.
- SM-seniorinaiset (Senior Women) 2022: 9.

Pohjoismaiden mestaruuskilpailut (Nordics):

- Noviisitytöt (Novice Girls) 2018: 2.
- Junioritytöt (Junior Ladies) 2019: 5.
- Junioritytöt (Junior Ladies) 2020: 6.



Minja Peltonen

Kilpailusarja 2021-2022: SM-juniori

Valmentaja: Virpi Horttana
Syntynyt 2005 / Aloittanut luistelun 2008 / EsJt 2016 / Ensimmäinen kilpailu 2011 Nuorten maajoukkue

Suomen mestaruuskilpailut (Finnish Championships):

- SM-noviisitytöt (Novice Girls) 2020: Kilpailu peruttiin koronapandemian vuoksi
- SM-junioritytöt (Junior Women) 2022: 5.



Matias Lindfors

Kilpailusarja 2021-2022: SM-juniori

Valmentaja: Virpi Horttana
Syntynyt 2007 / Aloittanut luistelun 2010 / EsJt 2015 / Ensimmäinen kilpailu 2014 Maajoukkue

Suomen mestaruuskilpailut (Finnish Championships):

- SM-noviisipojat (Novice Boys) 2019: 1.
- SM-junioripojat (Junior Boys) 2020: 3
- SM-junioripojat (Junior Men) 2022: 1.

Pohjoismaiden mestaruuskilpailut (Nordics):

- Noviisipojat (Advanced Novice Boys) 2019: 2.
- Noviisipojat (Advanced Novice Boys) 2020: 2.
- Juniorit, miehet (Junior Men) 2022: 3.



Lotta Artimo

Kilpailusarja 2021-2022: SM-juniori

Valmentaja: Virpi Horttana
Syntynyt 2008
Nuorten maajoukkue

Pohjoismaiden mestaruuskilpailut (Nordics):

- Noviisitytöt (Novice Girls) 2022: 1.



Petra Lahti

Kilpailusarja 2021-2022: SM-juniori

Valmentaja: Virpi Horttana
Syntynyt 2008 / Aloittanut luistelun 2012 / EsJt 2020 / Ensimmäinen kilpailu 2014 Nuorten maajoukkue

Suomen mestaruuskilpailut (Finnish Championships):

- SM-junioritytöt (Junior Women) 2022: 2.

Pohjoismaiden mestaruuskilpailut (Nordics):

- Junioritytöt (Junior Women) 2022: 3.



Sirku Koskenvaara

Kilpailusarja 2021-2022: SM-juniori

Valmentaja: Virpi Horttana
Syntynyt 2003 / Aloittanut luistelun 2007 / EsJt 2013 / Ensimmäinen kilpailu 2010

Suomen mestaruuskilpailut (Finnish Championships):

- SM-noviisitytöt (Novice Girls) 2017: 7.
- SM-noviisitytöt (Novice Girls) 2018: 9.
- SM-junioritytöt (Junior Ladies) 2019: 9.
- SM-junioritytöt (Junior Ladies) 2020: 11.
- SM-junioritytöt (Junior Women) 2022: 8.

KILPARYHMÄ K1b



K1b-luistelijat

Kiia Aittomäki
Yulia Fedorova
Eevi Kankaanranta
Oona Kesti
Kiia Kurkinen
Emmi Ahlstedt
Amanda Eskelin
Minea Helske
Pihla Pitkänen
Sofia Väisänen

K1b-ryhmässä luisteli kaudella 2021-2022 viisi SM-junioria ja viisi SM-noviisia.

Nuorten maajoukkue:

Kiia Kurkinen
Emmi Ahlstedt
Amanda Eskelin
Minea Helske
Pihla Pitkänen

Vastuuvallmentaja:

Virpi Horttana



KILPARYHMÄ K2



K2-luistelijat

Fanny Grönroos
Iris Lahti
Viola Lehtimäki
Pinja Peltola
Kaisla Siivonen
Mai Tarvainen
Amanda Teerimäki
Natalie Tieva
Vilina Tolonen

K2 on nuorten kilpailevien yksinluistelijoiden ryhmä. Tällä kaudella ryhmässä luisteli yhdeksän debytanttia.

STLL Nuorten projektiryhmä:

Fanny Grönroos
Viola Lehtimäki
Pinja Peltola
Natalie Tieva

Vastuuvallmentaja:

Kati Perokorpi



KILPARYHMÄ K3



K3-luistelijat

Venni Pitko
Emmi Mustonen
Darja Oksanen
Kiiia Palm
Hertta Pönni
Zea Raski
Janella Stenström
Lauri Linnakorpi
Liia Linnakorpi
Else Paajanen
Erin Pirskanen
Lidiia Tsukanova

K3 on nuorimpien kilpailevien yksinluistelijoiden ryhmä. Kaudella 2021-2022 ryhmässä luisteli neljä B-silmua, kuusi A-silmua ja yksi debytantti.

Vastuuvalmentaja:

Kati Perokorpi



KILPARYHMÄ K4



K4-luistelijat

Lilja Eloranta
Siiri Ahtee
Helmi Eloranta
Fiona Fagerström
Tara Haapanen
Klara Karjalainen
Sara Liljavirta
Sofia Nymander
Nelli Puntila
Emilia Sand
Lili Simpanen
Enni Vartiainen
Leonardo Izumi-Salmi
Martha Honkavuo
Winston Honkavuo

K4 on nuorimpien kilpailevien yksinluistelijoiden ryhmä.
Kaudella 2021-2022 ryhmässä luisteli 11 Miniä ja yksi B-silmu.

Vastuuvallmentaja:

Jutta Haapamäki



MUODOSTELMALUISTELU



Muodostelmaluistelu seurassamme alkoi vuonna 1986 ja ensimmäiset Valley Bay -joukkueet perustettiin vuonna 2002. Kaudella 2021-2022 Espoon Jäätaitureilla on joukkueet kaikissa muodostelmaluistelun sarjoissa sekä SM-tasolla että kansallisissa sarjoissa. SM-seniorijoukkueemme ja Espoon yhteinen edustusjoukkue on Lumineers. Seurassamme toimii myös muodostelmaluistelun kehitysryhmä Muokkaminit.

Muodostelmaluistelu muuttuu ja kehittyy lajina voimakkaasti, samalla mm.



yksilötaitojen merkitys kasvaa. Pyrimme ennakoimaan sitä, minkälaisia taitoja nuorten luistelijoiden on syytä oppia, jotta he voisivat halutessaan edetä urallaan kansainväliselle huipputasolle. Samalla luistelussa halutaan säilyttää ilo ja kannustavuus sekä huolehtia luistelijoiden hyvinvoinnista ja jaksamisesta.



Muodostelmaluistelijoina valmensivat kaudella 2021-2022 päätoimiset valmentajamme Henriikka Latva, Jenni Rahko, Riikka Paasonen, Anna Karjalainen, Marena Höglund ja Hanna Jerkku ja tuntivalmentajamme Helena Tienhaara, Pauliina Nuotiomaa, Sara Leppänen, Heidi Kunelius, Katariina Saarinen, Teemu Hintikka, Tiia Poikajärvi ja Noora Solaranta. Lumineersin vastuuvallmentajana toimi Liisa Lakela.

LUMINEERS

Lumineers-luistelijat

Ahvenainen Venla
Airola Emma
Huurros Riina
Janatuinen Kia
Janatuinen Oona
Karhunen Henna
Kivilompolo Aada
Kossila Karla
Kosunen Hilma
Kuusirati Silja
Laine Milja
Limnell Alexandra
Lönnqvist Saga
Nymander Eveliina
Painilainen Milla
Papathemelis Sofia
Pönttiö Katja
Salmiheimo Josefina
Sten Pinja
Stewen Sandra
Turunen Mimosa



Lumineers on Espoon Taitoluisteluklubin ja Espoon Jäätaitureiden yhteinen edustusjoukkue. Lumit kilpailevat maailman kovimmassa seniorisarjassa, SM-senioreissa. Yhdessä joukkue rakentaa polkuaan kohti lajin kirkkainta kärkeä.

Kaudella 2021-2022 joukkueessa on 21 urheilijaa. Lumineers harjoittelee 5 päivänä viikossa jäällä ja oheisissa. Senioritasolla opetellaan yhä haastavampia taitoja ja elementtejä, mukaan lukien vaikeita pari- ja ryhmänostoja. Samalla urheilijat ylittävät omia rajojaan sekä tyyllisesti että ilmaisullisesti.

Lumeja tukee eri alojen osajista koostuva valmennustiimi, joka luo urheilijoille parhaat

mahdollisuudet kehittyä huomioiden urheilijan arjen eri osa-alueet kokonaisuutena. Jäätreenien lisäksi harjoitusohjelma sisältää monipuolisesti fysiikkaharjoittelua, ajattelutaitojen harjoittelua eli psyykkistä valmennusta, ohjelmaoheisia, tanssia, kehonhuoltoa ja akrobatiaa.

Lumineers-joukkue kilpailee SM-seniorisarjassa.

Joukkueen valmentajina toimivat: **Liisa Lakela** (vastuuvalmentaja), **Henriikka Latva** ja **Jenni Rahko**

Balettiopettaja: **Riina-Kaisa Huovila**

Kuntovalmentaja: **Antti Leirimaa**

Psyykinen valmennus/ajattelutaitojen valmennus: **Matti Henttinen**

Joukkueenjohtajatiimi: **Hanni Nevas, Maiju Saloranta**

Lumineers-joukkueen ohjelmat:

- lyhytohjelma: **Danse Macabre**
- vapaaohjelma: **Chernobyl**



VALLEY BAY SYNCHRO

Valley Bay Synchro -luistelijat

Airisto Anni
Airola Anni
Annala Iida
Fagerlund Linnea
Finnig Miili
Gilbert Malaika
Grekellä Julia
Henriksson Natalia
Hyttinen Olivia
Häikiö Helmi
Jäppinen Katri
Lahtinen Elli
Maidell Siiri
Norrena Milja
Ojamies Miiu
Pajula Inka
Parikka Anna
Pyykönen Venny
Raivio Anna
Rantala Milena
Rautee Aliina
Saari Wilma
Savin Saga
Susiluoto Sofia
Tainio Erika
Välivuori Vilma



Valley Bay Synchro on huipulle tähtäävien, tavoitteellisten luistelijoiden joukkue, joka kilpailee SM-juniorisarjassa. Joukkue koostuu 14-19 -vuotiaista luistelijoista ja se harjoittelee viitenä päivänä viikossa, useamman tunnin kerrallaan. Jäällä harjoitellaan

monipuolisesti ohjelma- ja yksilötaitoja. SM-junioreissa harjoiteltavaksi tulee sekä lyhyt- että vapaaohjelma, ja Synchron tavoitteena on hallita vaikeimpien tasojen elementit laadukkaasti. Oheiset sisältävät mm. fysiikkaharjoittelua (monipuolista liikuntaa ja kuntosaliharjoittelua), balettia, tanssia, kehonhuoltoa, ohjelmaharjoittelua sekä psyykkistä valmennusta. Näiden lisäksi jokainen luistelija käy vuosittain fysioterapeutin tarkastuksessa ja saa yksilöllistä ohjausta omiin kehityskohteisiinsa.

Synchro-joukkue on määrätietoisella ja pitkäjänteisellä työllä kehittynyt huippujoukkueeksi, joka pystyy haastamaan kovimmatkin kilpakumppaninsa. Kaudella 2021-2022 joukkue nimettiin Suomen Taitoluisteluliiton haastajajoukkueeksi. Synchronot ovat tunnettuja vahvasta teknisestä osaamisestaan. Synchro pyrki vuosittain tekemään jotain uutta ja ennennäkemätöntä ja ohjelmavalinnoissaan haastamaan luistelijat erilaisten musiikkien sekä tunnettilojen tulkintaan. Ohjelmiin haetaan vaikutteita myös mm. taitoluistelun muista lajeista, tanssista ja voimistelusta. Yksilöinä Synchron luistelijat ovat monipuolisia, teknisesti taitavia ja luistelutyyliiltään linjakkaita.

“Synchronot” ovat itsenäisesti toimivia nuoria urheilijoita, jotka osaavat ottaa vastuuta harjoittelustaan, palautumisestaan ja joukkueen toiminnasta. Joukkueen harjoittelu on tavoitteellista ja urheilijalähtöistä, luoden kannustavan ja avoimen ilmapiirin. Valmennus on vuorovaikutteista ja töitä tehdään hyvässä hengessä, hauskuutta unohtamatta.



Synchro-joukkue tavoittelee mitalisijoja niin kotimaisissa kuin kansainvälisissäkin kilpailuissa. Joukkue sijoittui 3. sijalle SM-sarjojen kummassakin valintakilpailussa syksyllä 2021. Joukkue sijoittui myös toiseksi Challenger-sarjan osakilpailussa Hevelius Cupissa 01/2022. SM-kilpailuissa Turussa 03/2019 joukkue voitti historiallisesti pronssia tuoden Espooseen seuran ensimmäisen muodostelmaluistelun SM-mitalin.

Valley Bay Synchro -joukkue kilpailee SM-Juniorisarjassa.

Joukkueen vastuuvallmentat:

Henriikka Latva ja Jenni Rahko

Joukkueetta valmentaa myös **Anna Karjalainen**

Balettiopettaja: **Riina-Kaisa Huovila**

Kuntovalmentajat: **Anna Karjalainen, Antti Leirimaa ja**

Pauliina Nuotiomaa

Psyykkinen valmennus: **Jaana Blom**

Joukkueenjohtajat: **Salla Häikiö ja Riina Rautee**

Huoltaja: **Jaana Juutilainen-Saari**

Valley Bay Synchron ohjelmat:

• lyhytohjelma: **The Giving Tree**

• vapaaohjelma: **Carmen Revised**

VALLEY BAY SYNCHRONICS

Valley Bay Synchronics -luistelijat

Aho Aino
Arminen Oona
Finnig Evelin
Harju Siiri
Izumi Salmi Victoria
Kekkonen Aava
Kivi Alisa
Koistinen Noora
Koski Ada
Laurila Lilja
Lehtolampi Lilja
Lisko Aurora
Martikainen Saana
Matti Monica
Moussa Julia
Nissilä Alina
Norrena Ella
Nurmi Erika
Parviainen Lilja
Poikola Saga
Purhonen Venla
Puurtinen Erika
Räikkönen Ida
Saksinen Taru
Vähänen Vera



Valley Bay Synchronics on 11–15 -vuotiaiden luistelijoiden innostunut ja motivoitunut joukkue, joka kilpailee SM-noviisisarjassa. “Nicsit” harjoittelevat viitenä päivänä viikossa, useamman tunnin kerrallaan. Jäällä harjoitellaan monipuolisesti ohjelma- ja yksilötaitoja. Oheiset sisältävät mm. fyysikkaharjoittelua (kuntosaliharjoittelun tekniikat ja monipuolista liikuntaa huomioiden herkkyyksikaudet), balettia, tanssia, kehonhuoltoa, ohjelmaharjoittelua sekä psyykkistä valmennusta. Näiden lisäksi jokainen luistelija käy vuosittain fysioterapeutin tarkastuksessa ja saa yksilöllistä ohjausta omiin kehityskohteisiinsa.

SM-noviisien kilpailuohjelmassa on mahdollista saada arvo kaikkein korkeimman tason elementeistä. Tämän takia harjoittelussa painotetaan haastavampia elementtejä sekä vahvistetaan muodostelmaluistelun lajitaitoja entisestään keskittyen linjakkaaseen ja viimeistelyyn luistelutyylisiin. Opittuja yksilötaitoja ylläpidetään ja kehitetään viikottaisella harjoittelulla. Tärkeänä painopisteenä näiden lisäksi on kehon optimaalisen asennon ja linjausten kehittäminen, sekä oman



kehon ja paikan hahmottaminen suhteessa muihin luistelijoihin. Myös koko kehon tulkinta, erilaisten musiikkien ja rytmien hahmotus saavat Nicsissä enemmän painoarvoa.

Nicsihin siirryttäessä luistelijat opettelevat entistä enemmän vastuunottoa omasta harjoittelustaan. Valmentajan ja luistelijan välinen kommunikaatio kehittyi vastavuoroisempaan suuntaan ja luistelijoilta odotetaan itsenäisempää toimintaa harjoittelussa sekä arjen hallinnassa. Vahvana tukena on kotijoukkojen lisäksi koko valmennustiimi ja tiivis joukkue, joka auttaa jaksamaan raskainakin päivinä ja pitämään ilon mukana harjoittelussa.

Nicsit ovat nousseet viime kausien aikana huippu SM-noviisien joukkoon ja tavoittelevatkin mitalisijoja niin kotimaisissa kuin kansainvälisissä kisoissa. Joukkue on sijoittunut viime kausien SM-valintakilpailuissa sijoille 1 ja 2, SM-kilpailuissa 2019 sekä 2020 sijalle 4. Kansainvälisessä Mozart Cup -kilpailussa vuonna 2019 joukkue sai kultaa ja Britannia Cupissa vuonna 2020 hopeaa. Kaudella 2021-2022 Nicsit tekivät historiaa ja luistelivat hopealle SM-kilpailuissa.

Valley Bay Synchronics -joukkue kilpailee **SM-Noviisisarjassa**.

Joukkueen vastuuvallmentajat:

Hanna Jerkku ja Anna Karjalainen

Joukkuetta valmentavat myös:

Jenni Rahko ja Henriikka Latva

Balettiohjaaja: **Riina-Kaisa Huovila**

Kuntovalmentajat: **Anna Karjalainen, Antti Leirimaa ja Pauliina Nuotioma**

Psyykinen valmennus: **Jaana Blom**

Joukkueenjohtajat: **Vilma Martikainen ja Jonna Räikkönen**

Huoltajat: **Terhi Nissilä ja Tiina Puurtinen**

Joukkueen ohjelma: **Sinfonian synty**

VALLEY BAY SYNCHRONETTES

Valley Bay Synchronettes -luistelijat

Aalto Pihla
Holopainen Melina
Jokinen Minka
Laine Iiris
Lehto Lotte
Maasalo Lilia
Maasalo Lumia
Mantere Sylvi
Martevuo Lumi
Neva Heidi
Neva Linda
Niemi Aino
Niemi Sanni
Nykänen Kaisla
Oikarinen Jenni
Pomoell Stella
Puttonen Julia
Rantala Miisa
Rasila Armi
Rostila Elisabet
Sahu Tanvi
Simström Lilja
Säilynoja Lumi
Tiainen Vieno
Tuomi Sointu
Vaappo Fanny



Valley Bay Synchronettesin luistelijat ovat täynnä energiaa ja luistelun iloa. Kaudella 2021-2022



joukkueeseen kuuluu 26 luistelijaa. ”Nettesien” tärkein tavoite on perustluistelun kehittäminen ja vahvan pohjan luominen SM-joukkueisiin siirtymistä varten. Kivojen joukkuekavereiden kanssa harjoittelu on hauskaa, vauhti



ja taidot kehittyvät samalla huimaa vauhtia. ”Nettesit” harjoittelevat viisi kertaa viikossa luistelun perusasioita, kehonhallintaa, tanssia ja heittäytymistä, ketteryyttä ja liikkuvuutta.

Valley Bay Synchronettes -joukkue kilpailee **Minorisarjassa**.

Joukkueen vastuuvallmentajat:

Marena Höglund ja Hanna Jerkku

Joukkueetta valmentavat myös: **Katariina Saari, Teemu Hintikka ja Tiia Poikajärvi**

Joukkueenjohtajat: **Tea Maasalo ja Johanna Rantala**

Huoltajat: **Sari Eskelinen, Niina Mantere, Suvi Peussa ja Outi Simström**

Joukkueen ohjelma: **Tropiikin lintujen Dance Battle**

VALLEY BAY SYNCHROKIDS

Valley Bay Synchrokids -luistelijat

Chauhan Sofia
Doyu Natsuko
Helenius Kerttu
Kivi Iines
Klemetti Iiris
Kokko Zoja
Koljonen Linnea
Koskela Vuokko
Koskinen Frida
Laakso Aava
Laaksonen Emma
Laine Lumi
Leino Anni
Leppävuori Aada
Liljeroos Isla
Luumi Aino
Petäjä Iida
Rantala Milla
Rantavuori Kaisla
Reijonen Kiira
Reijonen Milja
Ren Julianna
Siitari Ariel
Sintonen Ines-
Alexandra
Sipola Saimi
Sivén Saana
Suila Meeri
Tiainen Hertta
Toivakainen Ada
Tuomi Saga
Viinikkala Lumi
Yang Viann
Ylitalo Senja



Valley Bay Synchrokids

-joukkue on muodostelmajoukkueidemme kuopus. Kaudella 2021-2022 joukkueeseen kuuluu 33 luistelijaa, joista jokainen osallistuu kauden aikana kilpailuihin. Kidseissä keskitytään perusluistelutaitojen ja muodostelmaluistelun peruselementtien opetteluun. Joukkueessa treenataan iloisella



mielellä, eikä treeneistä ääntä tai vilskettä puutu. Kidsien treeniviikko on nelipäiväinen ja se sisältää luistelun lisäksi mm. lajioheisia, voimistelua ja tanssia. Treenien lisäksi joukkue viettää aikaa yhdessä myös treenien ulkopuolella.



Valley Bay Synchrokids -joukkue kilpailee **Tulokassarjassa**.
Joukkueen vastuuvallmentaja: **Riikka Paasonen**
Joukkuetta valmentavat myös :
Teemu Hintikka, Katariina Saarinen ja Noora Solaranta
Joukkueenjohtajat: **Laura Klemetti ja Marika Pajunen**
Huoltajat: **Johanna Aarnisalo, Sari Eteläinen, Eeva Helenius, Hanna Kiviniitty, Teresa Liljeroos, Johanna Rantala, Satu Sipola, Eija-Liisa Tiainen ja Laura Ylitalo**
Joukkueen teema: **Väriympyrä**

VALLEY BAY SYNCHROSTARS

Valley Bay Synchrostars -luistelijat

Aalto Emma
Ahlstedt Linnea
Berghäll Emma
Eklund Vera
Heinonen Sara
Hoppi Trina
Hynninen Saga
Kareinen Jenny
Kari Aino
Karjalainen Aino
Laaksonen Emma
Mero Eeva
Nissilä Kaisa
Nykänen Vilhelmiina
Ranto Tiia
Raunio Aada
Riipinen Minna
Riipinen Sanna
Salmo Lotta
Salo Noora
Salovaara Thea
Sertti Tiia
Änkö Netta



Valley Bay Synchrostars -joukkueen luistelijat ovat pääosin entisiä SM-polun urheilijoita, jotka haluavat edelleen nauttia luistelusta, hyvästä porukasta ja yhdessä onnistumisesta. "Starat" treenaavat kerran viikossa jäällä ja oheisissa, asenteella, hyvällä fiiliksellä ja iso pilke silmäkulmassa!



Valley Bay Synchrostars -joukkue kilpailee
Kansallisessa seniorisarjassa.
Joukkueen vastuuvallmentaja: **Helena Tienhaara**
Joukkueenjohtaja: **Kati Kareinen**
Joukkueen ohjelma: **Losing reality**

VALLEY BAY SYNCHROSTORM

Valley Bay Synchronstorm -luistelijat

Annala Sanni
Autio Angelina Maria
Castrén Iris
Gädda Nonoko
Hirvonen Noora
Holopainen Nenna
Hynninen Freja
Koivu Karoliina
Lagerbohm Giitta
Lampi Iiris
Lukkari Frida
Oksanen Helmi
Partinen Ellen
Pulli Jenna
Päiväniemi Matilda
Salmenkaita Melissa
Salutskij Sarah
Toivonen Emmi
Vainio Saimi
Valosaari Erica
Valtavaara Jenna
Ylikulppi Vilma



Valley Bay Synchronstorm on perustettu keväällä 2021 ja täten seuramme uusin muodostelmaluistelujoukkue. Joukkueessa luistelee 21 ahkeraa ja motivoitunutta luistelijaa, joiden luistelutaustat ovat pääasiallisesti SM-sarjojen joukkueista sekä yksinluistelupuolelta. ”Stormit”



harjoittelevat jäällä kahdesti viikossa niin yksilö- kuin muodostelmataitoja. Oheisharjoittelussa keskitytään fysiikkaharjoittelun lisäksi tanssiin ja ilmaisuun. Kauden aikana uusi joukkue on päässyt ottamaan ensiaskeleensa myös kilpajälle! Stormeja yhdistää rakkaus lajiin - tärkeintä on nauttia luistelusta!



Valley Bay Synchronstorm -joukkue kilpailee Kansallisessa juniorisarjassa. Joukkueen vastuuvallmentaja: **Marena Höglund** Joukkueetta valmentavat myös **Tiia Poikajärvi** ja **Katariina Saarinen** Joukkueenjohtajat: **Mia Oksanen** ja **Mervi Toivonen** Huoltaja: **Taina Lampi** Joukkueen ohjelma: **Snowpiercer**

VALLEY BAY SYNCHROSTYLE

Valley Bay Synchronstyle -luistelijat

Aalto Suvi
Ahonen Emmi
Harlas Aamu
Himberg Elli
Järventausta Iiris
Kuronen Maija
Lehtinen Laura
Löytty Laura
Löytty Olivia
Manninen Josefiina
Nummela Kristiina
Oikarinen Meeri
Peltonen Eedit
Puhakka Silja
Pulli Helmi
Pulli Sade
Repo Julia
Siiki Helmi
Summerford Audrey
Talka Riina
Tanner Saana



Valley Bay Synchronstyle -joukkueessa luistelee 21 ahkeraa ja motivoitunutta luistelijaa, joiden luistelutaustat ovat koostuneet niin SM-sarjojen kuin kansallistenkin sarjojen joukkueista sekä yksinluistelupuolelta. ”Stylet” harjoittelevat jäällä yhteensä kolme kertaa viikossa. Valmentajat kannustavat joukkuetta kehittämään omaa perusluistelutaitoaan, harjoittelemaan uusia muodostelmaluisteluelementtejä ja kehittymään entistä monipuolisemmiksi urheilijoiksi. Oheiset pidetään myös kolmesti viikossa ja silloin panostetaan erityisesti fysiikan kehittämiseen,



tanssiin sekä ilmaisuun. Kauden aikana joukkue on jälleen päässyt tositoimiin myös kisajäille, mikä on tuonut harjoitteluun paljon lisää iloa ja motivaatiota. Styleissä kaikista tärkeintä on kuitenkin nauttia itse luistelusta ja yhdessä tekemisen riemusta!



Valley Bay Synchronstyle -joukkue kilpailee

Kansallisessa juniorisarjassa.

Joukkueen vastuuvallmentajat:

Teemu Hintikka, Marena Höglund ja Katariina Saarinen

Joukkueenjohtaja: **Taija Kuronen ja Pauliina Löytty**

Joukkueen ohjelma: **EOS - Goddess of The Dawn**

VALLEY BAY SYNCHROSHINE

Valley Bay Synchronshine -luistelijat

Concu Sara
Hagelberg Neea
Jantunen Paula
Knuutila Julia
Koljonen Olivia
Kyllönen Laura
Lahtinen Inka
Lück Alexandra
Markman Antonina
Nadimpalli Anwita
Paavolainen Anna
Savin Elle
Sorsa Siiri
Sun Ruyi
Tang Gabel
Tuomi Stella
Vihervaara Eevi
Viitanen Pinja
Voima Saara



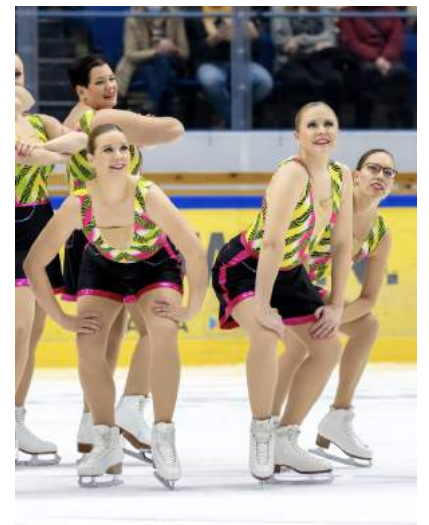
Valley Bay Synchronshineissä luistelee 19 innokasta harrastajaa. Kivassa porukassa on mukava treenata kolme kertaa viikossa sekä jäällä että oheisissa. Tälle kaudelle oheisharjoitteluun saatiin mukaan myös voimistelu. Kauden aikana kaikki pääsevät lisäksi näyttämään taitojaan kilpailuissa ja esiintymisissä. Joukkueen tavoitteena on harjoitella positiivisella asenteella jatkuvasti kehittyen. Tärkeintä on luistelun ilo!

Valley Bay Synchronshine -joukkue kilpailee **Kansallisessa noviisisarjassa.**
Joukkueen vastuuvallmentaja: **Katariina Saarinen**
Joukkuetta valmentavat myös:
Teemu Hintikka, Sara Leppänen ja Riikka Paasonen
Joukkueenjohtajat: **Annaliisa Lukas ja Minna Sorsa**
Huoltaja: **Pia Viemerö**
Joukkueen teema: **Super friends**

VALLEY BAY SYNCHROSPIRIT

Valley Bay Synchronspirit -luistelijat

Hilksa Mervi
Hiltunen Ella
Illman-Ylinen Camilla
Jakobsson Marika
Järvinen Nanna
Korjus Susanna
Laine-Kokki Kati
Lajunen Tarja
Lampi Taina
Lehto Maija
Mannerkoski Johanna
Metsämäki Katri
Mäkelä Tiina-Kaisa
Palmu Liisa
Rautee Riina
Rinnankoski-Tuikka Rita
Savijoki Katariina
Siponen Petra
Tahvanainen Suv
Viira Sari
Ylikulppi Johanna



Huumorintaju, sinnikkyys ja #noproblem kuvaavat erinomaisesti EsJt:n aikuisjoukkuetta Valley Bay Synchronspiritiä. Nauru raikaa sekä kopissa että jäällä Spiritien perjantai-illan harjoituksissa. ”Spiritit” kehittävät perusluistelutaitojaan ja harjoittelevat muodostelmaluistelun perusteita. Osa joukkueen luisteliijoista on aloittanut luistelemisen vasta aikuisiällä!

Valley Bay Synchronspirit -joukkue kilpailee aikuisten sarjassa.
Joukkueen vastuuvallmentaja: **Pauliina Nuotimaa**
Joukkueenjohtaja: **Johanna Ylikulppi**
Joukkueen ohjelma: **Miami vibes**

VALLEY BAY SYNCHROHEARTS

Valley Bay Synchrohearts -luistelijat

Auranen Laura-Maria
Herva Julia
Hjerppe Lotta
Hjort Meri
Häyrinen Mia
Kammonen Sanna
Kullas Tiia
Latva Mariikka
Leino Saara
Leivo Marie
Liimatainen Rosa
Lindborg Nea
Maaranen Mariia
Manninen Jonna
Sutinen Elina
Tolvanen Helena
Turunen Anna
Turunen Suvi
Wagner Erika
Wuoristo Outi



Hearts on toinen seuran aikuisjoukkueista, ja kilpailee entisille kilpatason muodostelmaluistelijoille suunnatussa masters-sarjassa. ”Heartseja” yhdistää rakkaus lajiin ja rento tekemisen meininki. Joukkue harjoittelee suurella sydämellä kerran viikossa.



Valley Bay Synchrohearts -joukkue kilpailee Masters-sarjassa.
Joukkueen vastuuvallmentaja: **Heidi Kunelius**
Joukkueenjohtajat: **Roosa Liimatainen** ja **Nea Lindborg**
Huoltajat: **Meri Hjort** ja **Erika Wagner**
Joukkueen ohjelma: **Cher**

SILJAN POLKU KIDSEISTÄ LUMEIHIIN ON KULKENUT TREENEISTÄ NAUETTIEN

- Halu luisteluun lähti täysin itsestäni. Olin 4-vuotiaana perheeni kanssa Laaksohallin jäähallissa yleisöluistelussa ja sen päätteeksi jälle tuli luistelukoulu. Totesin vanhemmilleni, että tuonne minäkin haluan, muistelee Silja päätöstään aloittaa luisteluharrastus.

Nyt 18-vuotias Silja Kuusirati luistelee SM-seniorijoukkue Lumineersissa ensimmäistä kauttaan. Takana on yhteensä 11 kautta viidessä eri kilpasarjassa ja sitä ennen kausi muokkamineissa sekä kolme kautta luistelukoulua. Tuskin tiesi 4-vuotias Silja sen enempää kuin hänen vanhempansakaan, kuinka pitkälle polulle ensi potkut luistelukoulussa johtivat.

Elämäntavastakin voisi varmaan puhua ja Silja vahvistaa tämän käsityksen.

- Urheilulliseen elämäntapaan kasvaa vuosien myötä pikkuhiljaa. Kausi kaudelta alkaa miettimään enemmän ravintoa, unta, palautumista ja osaa kuunnella omaa kehoaan ja vireystilaansa. Samalla tavalla myös vastuu omista suorituksista kasvaa ja



valmentajat luottavat luistelijoiden näkemyksiin iän ja kokemuksen karttuessa, Silja toteaa.

Näin pitkä luistelu-ura on vienyt paljon aikaa ja energiaa, mutta antanut kaksin verroin.

- Luistelu on antanut minulle niin paljon, etten sitä varmaan vielä itsekään oikein pysty hahmottamaan. Tärkeimpänä on ystävät, jotka varmasti kulkevat elämässäni luistelun päätyttyäkin. Toiseksi olen oppinut paljon erilaisia ryhmässä toimimisen taitoja, esimerkiksi miten tulla toimeen erilaisten persoonien kanssa, kertoo Silja, joka kuului viimeisenä SM-juniorikautenaan myös joukkueen kapteenikolmikkoon.

Muistoja on matkan varrelta kertynyt luonnollisesti paljon.

- Ikimuistoisimpia hetkiä oli lyhytohjelmakisa Finlandia Trophyssä. Se oli ensimmäinen seniorikisa minulle ja koronan jälkeen halli oli lähes





täynnä yleisöä. Se oli upea fiilis, Silja muistelee syksyn 2021 Finlandia Trophyä.

- Toinen mieleenpainuva hetki on ollut SM-pronssin voittaminen Valley Bay Synchron kanssa vuonna 2019. Mutta myös arkisemmat tapahtumat kuten leirit varsinkin kauden alkuvaiheessa, kun ohjelmia ja joukkuehenkeä rakennetaan, ovat olleet hienoja hetkiä. Samoin kaikki kisamatkat.

Millaisia tavoitteita sinulla on ollut luistelijana?

- Minoreissa olen sanonut äidilleni, että tavoitteeni on saada SM-mitali ja luistella SM-sennuissa, nämä ovat jo toteutuneet ja siitä olen iloinen. Edelleen haluan haastaa itseäni, sillä aina on uutta opittavaa. Esimerkiksi esiintymistäni haluan viedä eteenpäin ja saada perusluisteluani puhtaammaksi, Silja toteaa.

Mitä neuvoja antaisit nuoremmille luistelijoille, jotka ovat samalla polulla tai siitä haaveilevat?

- Nuorempana sitä ajatteli, ettei mitenkään pääse sille tasolle, millä

esim. SM-juniorit ja -seniorit ovat. Siitä on turha kantaa huolta. Kun treenaa täysillä ja siitä nauttien, niin varmasti kehitty kausi kaudelta. Eteneminen sarjasta toiseen on luontevaa. Etenkin korona on opettanut sen, että kannattaa nauttia kaikista niistä hetkistä, kun saa olla kisapuvussa osana joukkuetta, Silja lopettaa.



HAUSKANPITOA JA HYVIÄ SUORITUKSIA

Kansallisissa noviiseissa luisteleva Valley Bay Synchronshine on perustettu vuonna 2015 eli se on EsJt:n joukkueista tuoreimmasta päästä. Siihen nähden joukkue on luonut hienosti oman Shine-asetteen ja tällä kaudella saanut myös tunnustusta tuomaristoilta mitalisijojen myötä.

- Meillä Shineissa luistelea tällä hetkellä 19 luistelijaa, iältään 11-15-vuotiaita, kertoo Shinien



vastuuvallmentaja Katariina Saarinen, joka valmentaa Shineja kolmatta ja vastuuvallmentajana toista kautta.

Shinet harjoittelevat kolme kertaa viikossa jäällä ja oheisissa. Tälle kaudelle oheisharjoituksiin on tullut uutena lisänä kovasti toivottu voimistelu, jota ohjaa Elina Heinonen. Katariinan ohella jäävalmennuksesta ja lajioheisista vastaavat Teemu Hintikka, Sara Leppänen ja Riikka Paasonen.

Pieni mutta pippurinen joukkue

- Koronan vaikutukset näkyvät valitettavasti meilläkin ja joukkue on kooltaan suhteellisen pieni, Katariina kertoo.

- Mutta mikä joukkuekoossa menetetään, se pippurisuudella korvataan, hän jatkaa hymyillen.

- Joukkueen vahvuutena on asenne. Kovalla tsempillä ja sitkeällä harjoittelulla joukkue on osoittanut, että tavoitteisiin on mahdollista päästä. Tämän kauden teemamme Super Friends kuvaa hyvin joukkuetta eli se on vahvan kaveriporukan tarina. Vaikka meillä luistelijat tulevat hyvin erilaisista taustoista ja joukkueessa puhutaan suomen lisäksi kuutta eri kieltä, yhteinen tekeminen ja yhteiset tavoitteet yhdistävät joukkuetta.

Jottei kukaan tuntisi itseään ulkopuoliseksi, on

joukkue yhdessä sopinut, että harjoituksissa ja muissa yhteisissä tilaisuuksissa puhutaan yhteistä kieltä eli suomea. Katariina pitää joukkueen monikulttuurisuutta rikkautena ja uskoo sen opettavan ymmärrystä ja erilaisuuden arvostamista.

Kansallisille sarjoille oma urapolku

Katariina pitää merkittävänä asiana sitä, että EsJt:ssä kansallisille sarjoille on luotu ns. urapolku

eli kaikista joukkueista on mahdollisuus siirtyä eteenpäin ja säilyttää luistelu harrastuksena, johon ei käytetä kaikkea vapaa-aikaa.

- Tähän vielä hienona lisänä tulee kansallisten joukkueiden rinkitoiminta, johon on otettu mallia SM-sarjojen puolelta. Eli muutamat luistelijat pääsevät kauden aikana harjoittelemaan seuraavan ikäsarjan joukkueen kanssa ja aistimaan, millaista kyseisessä joukkueessa harjoittelu olisi. Näin kynnyks siirtyä sarjasta toiseen madaltuu, Katariina iloitsee.

Onnistunut kausi

Koronan vuoksi esiintymiset ovat jääneet kaikilla joukkueilla kahden viime vuoden aikana vähiin. Siksi joukkue on jo arvostanut paljon yleisölle esiintymistä ja kausi lähtikin SynchronGaalalla hienosti käyntiin.

- Joukkueena meillä on ollut tavoitteena pitää hauskaa ja tehdä onnistuneita suorituksia. Varovainen haave luistelijoilla on ollut tällä kaudella mitaleille pääsy. Nyt mitaleita on tullut jo kaksin kappalein eli valintakilpailuissa Jyväskylässä pronssia ja pikkujoulukisoissa Tikkurilasta kultaa. On ollut luistelijoille todella palkitsevaa nähdä, mihin joukkueena yhdessä pystymme, Katariina lopettaa.



JÄÄTAITURIN HARRASTUS ALKAA LUISTELUKOULUSTA

Lasten luistelukoulu (3 - 6 v)

Lasten luistelukoulussa voi opetella luistelemaan alkeista lähtien. Luistelukoulu on oikea aloituspaikka silloinkin, kun luistelu jo hieman sujuu. Luistelukoulussa on useita eri tasoisia pienryhmiä, poikien oma ryhmä Jäätiikerit ja



aikuinen-lapsi-ryhmä, jossa vanhempi ja lapsi voivat harrastaa luistelua yhdessä. Jokaiselle lapselle pyritään löytämään taitoihin ja ikään nähden sopivin ryhmä, jossa harjoittelu on tarpeeksi haastavaa, mutta ei liian vaikeaa. Harjoittelu innostaa, kun harjoituksissa opitaan uutta ja jäällä on kivaa.

Alle kouluikäisenä luistelukouluun tulosta on paljon iloa, vaikei kilpauraa mieltisikään. On mukavaa osata luistella jo ennen koulun liikuntatuntien luistelukertoja. Hyvästä perusluistelutaidosta on iloa myös muissa jäälajeissa. Luistelukoulusta saa taitoja myös tulevalle koulutielle: luistelukoulussa lapsi oppii toimimaan ryhmässä ja seuraamaan ohjeita. Lapsen liikkua kehittyneet taidot mahdollistavat luku- ja kirjoitustaidon oppimisen.

Osa hakee luistelukouluistamme perusluistelutaidot, mutta suuri osa löytää luistelusta rakkaan harrastuksen, myöhemmin yksinluistelun tai muodostelmaluistelun parista. Luistelukoulumme kautta innokkaita pieniä luistelijoita nousee kehitysryhmiimme, Leppiksiin ja Perhosiin.

Koululaisten alkeisharrasteryhmä ja muodostelmaluistelukoulu (7-vuotiaasta alkaen)

Kouluikäisten harrasteluistelussa on mahdollista aloittaa alkeista Mintuissa ja Muodostelmaluistelukouluun voi tulla mukaan, jos osaa jo hieman luistelun perusteita.

Muodostelmaluistelukoulussa harjoitellaan luistelun perustaitojen lisäksi muodostelmaluistelun alkeita. Kouluikäisten ryhmistä nousee luistelijoita harrastusryhmiimme ja sitä kautta myös muodostelmaluistelun kansallisiin joukkueisiin.

Luistelu on hauskaa ja monipuolista liikuntaa. Ryhmissä harjoitellaan hyvällä fiiliksellä, ammattitaitoisten ohjaajien johdolla!

Miten pääsen mukaan?

Luistelukoulun syyskausi alkaa syyskuussa ja talvikausi tammikuussa. Mukaan voi tulla vielä kauden jo alettua, jos ryhmissä on tilaa. Esiintymiset Joulupiruetissa ja keväisessä jääsadussa huipentavat yleensä kauden.

Aikataulut ja ryhmät löytyvät nettisivuiltamme myöhemmin keväällä / kesällä 2022:
www.espoonjaataiturit.fi.



KEHITYSRYHMÄT

Espoon Jäätaitureiden alle 8-vuotiaiden kehitysryhmässä luistelee vuosittain noin 100 - 150 lasta, joista suuri osa löytää luistelusta itselleen pitkäaikaisen liikuntaharrastuksen yksinluistelun, muodostelmaluistelun tai



harrastusluistelun parissa.

Kaikissa kehitysryhmissä opetus mukautetaan lasten kehitystasoon. Harjoittelu on hauskaa ja innostavaa. Jokaisella tunnilla kerrataan vanhaa, mutta opetellaan myös jotakin uutta. Musiikkia käytetään aktiivisesti harjoittelun tukena. Samalla opetellaan ryhmässä toimimista. Kaikki kehitysryhmäläiset pääsevät esiintymään seuran näytöksissä.

Kehitysryhmiä valmentavat Suomen Taitoluisteluliiton järjestämän koulutuksen käyneet valmentajat ja ohjaajat, joilla on oma kilpaluistelutausta.



Kehitysryhmätaso 1: n. 4-5 v.

Leppikset	Leppiksissä harjoitellaan 2 kertaa viikossa jäällä ja kerran viikossa jumpassa ja opetellaan perusluistelutaitoja ja perusliikunnallisia valmiuksia.
-----------	--

Kehitysryhmätaso 2: n. 5-6 v.

Tintit	Ryhmässä opetellaan hyvää perusluistelua ja yksinluistelun alkeita (yksöishyppyjä ja peruspiruetteja). Osasta näistä luistelijoista tulee aikanaan kilpailevia yksinluistelijoita, osasta muodostelmaluistelijoita ja osasta taitavia harrastajia. Tinteillä on peruskaudella viikottain 3 jääharjoitusta ja 2 oheisharjoitusta.
Perhoset	Perhosissa harjoitellaan monipuolisesti perusluistelutaitoja eli taitavaa perusluistelua eteen- ja taaksepäin, sirkelauksia, peruskaaria kahdella ja yhdellä jalalla, piruettien ja hyppyjen alkeita. Perhosissa on tavoitteena oppia riittävä perusluistelun taso, jonka pohjalta voidaan siirtyä muodostelmaluistelun kehitysryhmään. Perhosilla on peruskaudella viikottain 2 jääharjoitusta ja yksi oheisharjoitus.

Kehitysryhmätaso 3: n. 6-7 v.

Taiturit	Taitureissa opetellaan hyvää perusluistelua ja yksinluistelun alkeita (yksöishyppyjä ja peruspiruetteja). Osasta näistä luistelijoista tulee aikanaan kilpailevia yksinluistelijoita, osasta muodostelmaluistelijoita ja osasta taitavia harrastajia. Taitureilla on peruskaudella viikottain 4 jääharjoitusta ja 3 oheisharjoitusta.
Muokkaminit	Muodostelmaluisteluun tähtäävä kehitysryhmä. Muokkamineilla on peruskaudella viikoittain 3 jääharjoitusta ja 2 oheisharjoitusta.

Ikärajat ohjeellisia – osa lapsista etenee omassa tahdissaan.



LUISTELUSTA ELINIKÄINEN HARRASTUS LAPSELLE

Taitoluistelusta on mahdollista saada lapselle elinikäinen harrastus. Luistelukupinän sytyttämiseksi ja sen ylläpitämiseksi tärkein valinta harrastuksessa polun kaikilla vaiheilla on sopivan harrastusryhmän valinta. Sopiva ryhmä on sellainen, jossa haastetta ja uusia asioita on sopivasti motivaation ylläpitämisen kannalta. Lisäksi viikoittaisen harrastusmäärä on oltava sellainen, että jokaiseen harrastuskertaan haluaa lähteä innolla. Kun nämä kaksi asiaa saadaan kohdalleen, pääsee matka alkamaan ja se saa jatkua parhaimmillaan läpi elämän.

Taitoluistelu on monipuolinen harrastus, jossa lapsi oppii luistelutaidon lisäksi mm. yleisiä motorisia ja koordinaatiivisia taitoja, ryhmäytötaitoja ja rytmiikkaa sekä spatiaalisia taitoja. Laji kehittää peruskunnon lisäksi erityisesti tasapainoa ja ketteryyttä.

Luisteluharrastus on lapselle myös monipuolinen ympäristö tilan ja muodon hahmottamisen oppimiseen. Näiden lisäksi rytmiikkaa harjoitellaan jokaisessa harjoituksessa. Kuvatut taidot ovat lapselle arvokas pohja koulussa opittavia taitoja varten. Taitoluistelu on myös vaikea ja hidas taitolaji oppia, sen harjoittelu kehittää lapsessa sinnikkyyttä, pitkäjänteisyyttä ja malttia.

Nuoren luistelijan kehittyminen taitavaksi luistelijaksi koostuu kokonaisuudesta, jossa luistelutaitojen kehittymiseen vaikuttavat yhtä paljon luisteluharjoitusten lisäksi muut liikunnan parissa vietetyt tunnit sekä muut harrastukset. Luistelutaitoja tukevia muita harrastuksia on paljon, niistä yleisimmät ovat voimistelu, tanssi ja musiikki. Ohjattujen harrastusten lisäksi lapsen taitoja

kehittävät myös omaehtoinen liikunta kuten ulkoilu ja pihapelit.

Jotta nuori luistelijä saisi harjoituksista mahdollisimman paljon irti, on varsinkin alkuvuosina suurin vastuu harjoituksiin valmistautumisessa vanhemmilla. Vanhemman vastuulla on huolehtia, että lapsi on harjoituksiin tullessaan virkeä, syönyt kunnolla, on ajoissa paikalla ja kaikki tarvittavat tavarat ovat mukana. Pienen luistelijan harrastuksessa valmentajan ja vanhempien hyvä vuorovaikutus ja yhteistyö

korostuvat, jotta valmentaja on tietoinen lasta koskevista asioista, tuntee hänet ja osaa valmentaa häntä mahdollisimman hyvin omana yksilönään. Muodostelmaluistelujoukkueessa vanhempien tukena harrastuksen alussa arvokasta työtä tekevät myös joukkueenjohtajat, jotka pitävät huolta joukkueen arjen pyörittämisestä ja auttavat samalla perheitä harrastukseen liittyvissä asioissa.

Vanhemmalle antaisiin ohjeeksi seuraavan: kuuntele, kannusta, osallistu. Nämä kaikki kolme ohjetta liittyvät siihen, että lapsi tulee nähdyksi harrastuksessaan. Kysele lapselta harrastuksesta kun näet lapsen harrastuksen

jälkeen, kuuntele keskittyneesti ja juttele lapsen kanssa vaikka et ymmärtäisi lajiin liittyviä sanoja. Kannusta, lapsi tarvitsee aikuisen kannustusta jotta jaksaa yrittää vaikeita liikkeitä ja kohdata lapselle jännittäviä tilanteita. Osallistu joukkueen ja ryhmän toimintaan. Ole itse mukana luomassa lapselle hyvää seurayhteisöä. Parhaimmillaan käy niin, että luistelukärpänen puraisee sinua itseäsi!

Kirjoittaja Riikka Paasonen valmentaa EsJt:ssä eri ikäisiä luistelijaita alle kouluikäisistä teineihin.



UUTTA VIRTAA KANSAINVÄLISESTÄ YHTEISTYÖSTÄ

Kaudella 2021-2022 päätimme tiivistää kansainvälistä yhteistyötä, jonka uskomme tarjoavan niin luisteliijoille kuin valmentajillekin uutta virtaa ja inspiraatiota harjoituksiin. Syksyllä 2021 EsJt:n jäillä luisteli Finlandia Trophy -kilpailuun osallistuvia luisteliijoita mukaan lukien Kanadan Keegan Messing (Pekingin olympialaisten 11.).

Kesäkuun 2022 Skate Espoo -leirimme kiinnostaa myös kansainvälisesti. Jo useita luisteliijoita on ilmoittautunut leirille muista Pohjoismaista.

Maajoukkueluisteliijoillemme kansainvälisen harjoittelun yhdistäminen seuran toimintaan auttaa nousussa kansainvälisellä kilpailu-uralla. Linnea Ceder vietti muutaman viikon Chicagossa, Shanetta Follen valmennuksessa ennen joulukuun SM-kilpailuja.



Linnea Ceder ja Shanetta Folle

SPORTTIVERSO-TOIMINTA ALKOI

On turha väittää, että yli 600 urheilijan seurayhteisössä ei joskus olisi ristiriitoja. Meillä Espoon Jäätaitureissa on nollatoleranssi kiusaamiselle, mutta se ei tarkoita, etteikö konfliktitilanteita, mm. koettua kiusaamista, mieltä pahoittavaa käytöstä ja väärintulkintoja lainkaan esiintyisi. Nollatoleranssilla tarkoitamme sitä, että riitoihin ja kiusaamiseen reagoidaan aina. Nyt meillä on käytössä selkeä toimintamalli.



Espoon Jäätaiturit on ensimmäinen suomalainen urheiluseura, joka ottaa käyttöönsä SporttiVerso-toiminnan eli urheiluseurojen vertaissovittelumallin. Espoon Jäätaiturit toimii

Suomen Olympiakomitean Tähtiseurojen SporttiVerso-pilottina.

Vertaissovittelussa sovittelijoiksi koulutetut lapset ja nuoret auttavat osapuolina olevia vertaisia löytämään itse ratkaisun ristiriitaansa. Sovittelijoiden tukena toimivat koulutetut aikuiset, SporttiVerso-ohjaajat. Aikuisen tehtävänä on käytännön asioista huolehtiminen, kuten sovittelijoiden valinta, aikataulun ja tilojen järjestäminen. Itse sovittelu tapahtuu vertaismallilla.

Aina vertaissovittelu ei riitä. Silloin voidaan hyödyntää aikuissovittelijaa, ammattisovittelijan sovittelua tai Espoon sovittelutoimiston palveluja.

Espoon Jäätaitureissa käynnistettyä, pilottivaiheessa olevaa, SporttiVerso-toimintaa kouluttaa Suomen sovittelufoorumin VERSO-ohjelma, joka on toiminut jo yli 20 vuotta eri oppilaitoksissa.

Koulumaailmasta tuttu vertaissovittelu on tutkimuksissakin koettu vaikuttavaksi tavaksi selvittää ristiriitoja. Riitojen sovittelussa korostuvat kuulluksi tuleminen, konfliktinratkaisutaidot, sosiaalisten taitojen oppiminen ja osallisuuden merkitys. Pidemmällä aikavälillä SporttiVersolla vahvistetaan turvallista treeni-ilmapiiiriä ja myönteistä seurahenkeä.

HARRASTUSRYHMÄT

Esjt:n harrastusryhmissä luistelee vuosittain noin 100 lasta, joista suuri osa löytää luistelusta itselleen pitkäaikaisen liikuntaharrastuksen. Osa harrastajista siirtyy myöhemmin muodostelmaluistelujoukkueisiimme, lähinnä kansalliset noviisit -sarjan joukkueeseemme Valley Bay Synchronshineen.

Kaikissa harrastusryhmissä opetus mukautetaan lasten osaamistasoon. Harjoittelu on hauskaa ja innostavaa. Jokaisella tunnilla kerrataan vanhaa, mutta opetellaan myös jotakin uutta. Musiikkia käytetään aktiivisesti harjoittelun tukena. Samalla

opetellaan ryhmässä toimimista. Kaikki harrastusryhmäläiset pääsevät esiintymään seuran näytöksissä.

Myös aikuisilla on mahdollisuus harrastaa luistelua eri ryhmissä. Tarjolla on jäätuntien lisäksi balettia, josta saa mukavasti potkua niin luisteluun kuin arkeen.

Harrastusryhmiä valmentavat Suomen Taitoluisteluliiton järjestämän koulutuksen käyneet valmentajat ja ohjaajat, joilla on oma kilpaluistelutausta.

Alkeisharrasteryhmä ja muodostelmaluistelukoulu 7v -

Mintut	Harjoitellaan luistelun alkeita.
Muodostelmamintut	Harjoitellaan luistelun perustaitojen lisäksi muodostelmaluistelun alkeita. Mukaan voi tulla jos osaa hieman luistelun perusteita.

Harrastusryhmätaso 1: n. 7-10 v.

Pikku-Roosat	Harrastusryhmä, joka harjoittelee 2 kertaa viikossa jäällä ja kerran oheisissa. Pikku-Roosissa harjoitellaan peruluistelua, temppuja ja muodostelmaluistelun perustaitoja.
--------------	--

Harrastusryhmätaso 2: n. 9-12 v.

Roosat	Harrastusryhmä, joka harjoittelee kaksi kertaa viikossa jäällä ja kerran oheisissa. Roosista voi taitojen karttuessa siirtyä edelleen muodostelmaluistelun pariin, esim. Valley Bay Synchronshine -joukkueeseen.
--------	--

Aikuisten ja nuorten ryhmät

Aikuiset tekniikka 1	Ryhmässä harjoitellaan luistelun alkeita ja peruluistelutaitoja, kuten eteen- ja taaksepäin luistelu, kaariluistelu, helpot askeleet (mm. kantakäännös, kolmonen), liukuja sekä hyppyjen ja piruettien alkeita.
Aikuiset tekniikka 2	Ryhmässä jatketaan peruluistelutaitojen hiomista ja edetään askelsarjoihin sekä haastavampiin askeleisiin (mm. käänteet, vastakolmoset), liukuihin ja jatketaan hyppyjen ja piruettien alkeita.
Alkeismuodostelma	Kerran viikossa harjoittelevassa ryhmässä pääsee sukeltamaan muodostelmaluistelun saloihin. Ryhmässä harjoitellaan myös peruluistelutaitoja, se ei kilpaile eikä tähtää kilpailuihin.
Edistyneet muodostelma	Kokeneemmat muodostelmaluistelijat harjoittelevat haastavampia kuvioita ja yksilötekniikkaa kerran viikossa. Ryhmä ei kilpaile eikä tähtää kilpailuihin vaan ryhmässä harjoitellaan omaksi iloksi.
Masters	Edistyneille muodostelmaluistelijoille tai esimerkiksi aktiiviuransa päättäneille luistelijoille tarkoitettu tekniikkatunti. Tunneilla tehdään mm. vauhdikasta kaariluistelua, harjoitellaan vaikeampia askelsarjoja ja opetellaan uusia juttuja.
Nuorten ryhmät	Nuorten treeniryhmä, kansallisten junioreiden tekniikkajäät sekä Espoon kaupungin kanssa yhteistyönä Jumppi-ryhmä.

VALMENTAJAT KAUDELLA 2021-2022

Yksinluistelu:

Virpi Horttana on seuran päävalmentaja. Vippe on valmentanut Jäätaitureita vuodesta 1987 ja valmentanut mittavan joukon luistelijoitamme SM- ja PM-mitalisteiksi. Kaudella 2018/2019 Viveca Lindfors nousi Vipen valmennuksessa EM-pronssille. Laura Lepistö saavutti Vipen valmennuksessa 3 mitalia Euroopan mestaruuskisoissa, joista kultainen tuli Helsingin EM-kisoissa vuonna 2009. Lisäksi Laura sai MM-pronssia 2010. Myös Junioreiden MM-tasolla Vipen luistelijat ovat saavuttaneet pistesijoja. Vippe on Master Pro -valmentaja. Hän oli 2001-2003 ja 2010-2014 mukana kansainvälisen luisteluliiton valmennusprojektissa (ISU development project). Projektissa paneuduttiin havainnoinnin, luennoin sekä testaamisen avulla ensisijaisesti lajin herkkyyksikauden huomioivaan valmentamiseen. Vuosina 2018-2021 hän oli mukana kansainvälisen luisteluliiton valmentajakoulutuksessa (Olympic Development Project), johon STLL hänet valitsi.



Lisäksi Vippe on vuosien varrella ollut luistelijoiden kanssa lukuisilla opintomatkoilla mm. USAssa, Venäjällä, Virossa, Ranskassa, Tanskassa. Valmentajien koulutusta hän on vetänyt Pohjoismaiden lisäksi myös Sveitsissä. Vippe valmentaa seuran yksinluistelijoin, ja on K1a- ja K1b-ryhmien vastuuvälmentaja.

Kati Perokorpi on päätoiminen valmentaja. Kati on valmentanut vuodesta 1988 lähtien ja syksystä 2012 alkaen Jäätaitureissa. Kati on Master Pro -valmentaja ja lisäksi hänellä on Kansallinen valmentajatutkinto, joka vastaa nykyistä erityisammattivalmentajatutkintoa. Kati valmentaa seuran yksinluistelijoin ja on vastuuvälmentaja K2- ja K3-ryhmillä.



Nita Viiri on päätoiminen valmentaja. Nita aloitti Jäätaitureissa syksyllä 2018 päätoimisesti ja on sitä ennen valmentanut Jäätaitureissa ja muissa seuroissa. Hänellä on 2. tason yksinluistelun valmentajakoulutus, liikunnanohjaajan AMK-tutkinto ja personal trainerin koulutus. Nita opiskelee parhaillaan YAMK-valmennuslinjalla. Nita valmentaa yksinluistelijoin, kehitysryhmiä ja kaudella 21/22 toimi Tinttien vastuuvälmentäjänä.



Jutta Haapamäki on valmentanut kaudesta 2015-2016 yksinluistelijoin ja kehitysryhmiä. Hänellä on 2. tason yksinluistelun valmentajakoulutus. Kaudella 21/22 Jutta toimi vastuuvälmentäjänä K4-ryhmillä sekä kehitysryhmillä Taitureilla ja Leppiksillä.



Elina Järvinen koulutukseltaan fysioterapeutti ja on ohjannut yksinluistelijoiden oheisharjoituksia vuodesta 2015 lähtien Esjt:ssä.

Kaudella 21/22 yksinluistelijoin on valmentanut myös Lilli Saksela. Tanssia yksinluistelijoin on opettanut Hanna Savolainen.

Harraste- ja kehitysryhmien valmentajat:

Lilli Saksela on aloittanut valmentamisen 2018. Lilli on suorittanut taitoluisteluohjaajan koulutuksen ja valmentaa yksinluistelijoin, Leppiksii, Tinttejä ja Taitureita.



Anna-Sofia Flinck vastaa Jumppi-ryhmästä sekä valmentaa myös Leppiksii ja alkeisharrasteryhmää. Anna-Sofialla on Taitoluistelun 2. tason valmentajakoulutus, ja suoritettuna myös STLL- Nordic Development - moduulikoulutus (1 osa). Anna-Sofia on kasvatustieteiden kandidaatti (2021) ja luokanopettajaopiskelija.



Kehitys- ja harrasteryhmiä ovat valmentaneet myös: Melina Brusi, Anni Skoberg, Eveliina Mikkola, Kia Kojo ja Saga Höijer

Luistelukoulun vakituiset ohjaajat:

- Eveliina Mikkola
- Hertta Ramirez
- Oona Nieminen
- Emmi Toivonen
- Saga Höijer
- Paula Lehto
- Kia Kojo
- Elle Rouhiainen
- Riina Talka
- Eevi Kankaanranta
- Oona Kesti
- Silja Puhakka

Muodostelmaluistelu:



Henriikka Latva on päätoiminen valmentaja. Hän aloitti valmentamisen Jäätaitureissa 2015. Henriikalla on valmennuskokemusta vuodesta 2007. Hänellä on muodostelmaluistelun 2. tason valmentajakoulutus. Henriikka on myös kansainvälisen tason tekninen spesialisti. Henriikka valmentaa joukkueita Lumineers, Valley Bay Synchro ja Valley Bay Synchronics.

Jenni Rahko on päätoiminen valmentaja. Jennillä on muodostelmaluistelun 2. tason valmentajakoulutus ja hänellä on myös HSO-Tradenomin tutkinto (2013), pääaineenaan viestintä. Jenni on valmentanut vuodesta 2008 ja EsJt:ssä vuodesta 2016. Jenni valmentaa joukkueita Lumineers, Valley Bay Synchro ja Valley Bay Synchronics.

Anna Karjalainen on päätoiminen valmentaja. Hän on valmentanut vuodesta 2011 ja aloitti valmentamisen Jäätaitureissa keväällä 2018. Anna on fysioterapeutti ja kuntovalmentaja. Hänellä on muodostelmaluistelun 2. tason valmentajakoulutus. Anna toimii valmentajana Valley Bay Synchronics- ja Valley Bay Synchro -joukkueilla.

Riikka Paasonen on päätoiminen valmentaja. Hän on valmentanut vuodesta 2007 ja Jäätaitureissa vuodesta 2015. Riikka on valmistunut keväällä 2014 lasten ja nuorten valmentajaksi Vierumäeltä. Riikka valmentaa Valley Bay Synchrokids- ja Valley Bay Synchroshine -joukkueita ja on kehitysryhmä Perhosten ja Muokkaminiin vastuuvallmentaja.

Marena Höglund aloitti valmentamisen Jäätaitureissa keväällä 2018. Marena on fysioterapeutti, suorittanut muodostelmaluistelun 1. tason valmentajakoulutuksen sekä toiminut joulukuusta 2019 alkaen päätoimisena valmentajana. Marena valmentaa Valley Bay Synchronettes-, Valley Bay Synchrostorm- ja Valley Bay Synchrostyle -joukkueita.

Hanna Jerkku aloitti valmentamisen EsJt:ssä keväällä 2019. Hanna on valmentanut vuodesta 2015 ja on suorittanut liikunnanohjauksen perustutkinnon, on muodostelmaluistelun 2. tason valmentaja ja on suorittanut yksinluistelun- ja jäätanssin 1. tason valmentajatutkinnot. Hanna valmentaa Valley Bay Synchronettes- ja Synchronics -joukkueita.

Katariina Saarinen aloitti valmentamisen Jäätaitureissa keväällä 2019. Hänellä on valmennuskokemusta vuodesta 2012 ja hän on suorittanut muodostelmaluistelun 1. tason valmentajakoulutuksen. Lisäksi hän on tekninen spesialisti ja koulutukseltaan kauppatieteiden maisteri. Katariina valmentaa Valley Bay Synchroshine-, Valley Bay Synchrostyle- ja Valley Bay Synchrostorm -joukkueita. Lisäksi hän on apuna tulokas- ja minorijoukkueilla.

Heidi Kunelius aloitti valmentamisen Jäätaitureissa keväällä 2018. Heidillä on valmennuskokemusta vuodesta 2005. Hänellä on muodostelmaluistelun 2. tason valmentajakoulutus ja hänellä on myös kauppatieteiden maisterin tutkinto. Hän valmentaa Valley Bay Synchrohearts -joukkuetta kaudella 21/22.

Pauliina Nuotiomaa aloitti EsJt:ssä kuntovalmentajana 2016 ja on koulutukseltaan fysioterapeutti. Pauliinalla on myös muodostelmaluistelu- ja valmentajatausta ja hän valmentaa aikuisten Valley Bay Synchrospirit- joukkuetta, ja antaa kuntovalmennusta Valley Bay Synchro- ja Valley Bay Synchronics -joukkueille. Pauliina ohjaa myös Aikuisten tekniikkajää 1 & 2 -ryhmiä.

Riina-Kaisa Huovila aloitti muodostelmaluistelijoiden baletin opettajana syksyllä 2014. Riina-Kaisa opiskeli Suomen Kansallisoopperan balettikoulussa ja työskenteli sen jälkeen Suomen Kansallisbaletin tanssijana 25 vuotta corps de ballet ja solistirooleissa. Riina-Kaisa opettaa ESS:n Lumineers-joukkuetta sekä Valley Bay Synchro-, Valley Bay Synchronics-, Valley Bay Synchronettes- ja Valley Bay Synchrokids -joukkueita. Lisäksi hän on Somatic Pilates -ohjaaja.

Helena Tienhaara on vastuuvallmentajana Valley Bay Synchrostars -joukkueella. Helenalla on muodostelmaluistelun 2. tason valmentajakoulutus. Helenalla on filosofian maisterin tutkinto puheviestinnästä Helsingin yliopistosta. Helena on valmentanut vuodesta 2002 ja aloitti valmennuksen Jäätaitureissa 2015.

Liisa Lakela on Lumineers SM-seniorijoukkueen päävalmentaja, ja valmentanut joukkuetta sen perustamisesta saakka vuodesta 2017 alkaen. Liisa aloitti valmennuksen vuonna 2003, ja on aikaisemmin työskennellyt Oulun Luistelukerhossa (päävalmentaja 2008-2016), Lahden Taitoluistelijoiissa ja Espoon Taitoluisteluklubissa. Liisa on suorittanut valmentajan ammattitutkinnon vuonna 2014, ja tällä hetkellä opiskelee EduFocus psyykkisen valmentajan koulutusohjelmassa.

Teemu Hintikka on aloittanut valmentamisen Jäätaitureissa syksyllä 2018. Hänellä on valmennuskokemusta vuodesta 2016. Teemu on suorittanut muodostelmaluistelun ja yksinluistelun perustason (entinen 1. taso) valmentajakoulutusta ja valmistuu myös kasvatustieteiden maisteriksi vuonna 2022. Teemu valmentaa Valley Bay Synchrostyle-, Valley Bay Synchrokids-, Valley Bay Synchroshine- ja Valley Bay Synchronettes -joukkueita, Muokkaminit-kehitysryhmää sekä Pikku-Roosat-harrastusryhmää.

Tiia Poikajärvi on valmentanut vuodesta 2015 ja EsJt:ssä vuodesta 2020. Tiia valmentaa Valley Bay Synchronettes- ja Valley Bay Synchrostorm -joukkueita ja toimii valmentajana myös tekniikkajäillä sekä tarvittaessa muilla joukkueilla. Tiia opiskelee lingvistiikkaa Helsingin yliopistossa.

Sara Leppänen on aloittanut valmentamaan Jäätaitureissa vuonna 2014. Hän on suorittanut muodostelmaluistelun 1. tason valmentajakoulutuksen ja toimii lisäksi muodostelmaluistelun seuratuomarina. Sara valmentaa Valley Bay Synchroshine -joukkuetta. Sara on luistelukoulun vastuuvallmentaja, sekä toimii harrasturyhmien Roosien ja Pikku-Roosien vastuuvallmentajana.

Noora Solaranta valmentaa Valley Bay Synchronettes- ja Valley Bay Synchrokids -joukkueita.



HOTEL MATTS



Lucky Skate[♥]
FIGURE SKATING SHOP

www.luckyskate.fi

SELLO

LUMENE

BEAUTY BORN OF LIGHT

markprint



www.zaomakeup.fi

Espoo
liikkuu

MITALITAU LUKKO

Jäätaiturien SM-, PM-, EM-, MM-mestaruudet ja mitalit

The medals that skaters from Espoon Jäätaiturit have got from:

- The Finnish Championships (SM)
- The Nordics (PM): Finland, Sweden, Norway, Denmark, Iceland
- ISU European Figure Skating Championships (EM)
- ISU World Figure Skating Championships (MM)

Vuosi	Naiset / Women Miehet / Men	Juniorit / Junior	Kokelaat / Noviisit / Novice
1986			SM 1. Meri Karvosenoja
1987		SM 3. Meri Karvosenoja	SM 1. Kaisa Kella
1988		SM 1. Meri Karvosenoja	
1989		SM 2. Kaisa Kella PM 2. Kaisa Kella	SM 1. Riikka Väisälä
1990	SM 1. Meri Karvosenoja	SM 1. Kaisa Kella PM 1. Kaisa Kella	SM 3. Hannele Lundström
1991	SM 2. Kaisa Kella		SM 1. Hannele Lundström
1992	SM 2. Kaisa Kella PM 1. Kaisa Kella	SM 1. Hannele Lundström PM 1. Hannele Lundström	
1993	SM 3. Kaisa Kella PM 1. Kaisa Kella	SM 1. Hannele Lundström	
1994	SM 1. Kaisa Kella PM 2. Kaisa Kella		SM 2. Sanna Maija Wiksten
1995	SM 1. Kaisa Kella		
1996	SM 2. Kaisa Kella SM 3. Alisa Drei PM 1. Kaisa Kella PM 2. Alisa Drei	SM 1. Sanna Maija Wiksten PM 1. Sanna Maija Wiksten	
1997	SM 1. Alisa Drei SM 2. Sanna Maija Wiksten PM 3. Sanna Maija Wiksten		SM 3. Taru Karvosenoja
1998	SM 1. Alisa Drei, PM 1. Sanna Maija Wiksten		SM 3. Aino Hellman
1999	SM 1. Sanna Maija Wiksten SM 2. Alisa Drei PM 2. Sanna Maija Wiksten		
2000		SM 2. Taru Karvosenoja PM 1. Taru Karvosenoja	
2001	PM 2. Taru Karvosenoja	SM 2. Sari Hakola PM 1. Sari Hakola	
2002		SM 1. Sari Hakola PM 3. Sari Hakola	SM 2. Laura Lepistö
2003		SM 1. Laura Lepistö PM 3. Laura Lepistö	
2004	PM 3. Sari Hakola	SM 3. Elina Vesämäki PM 3. Laura Lepistö	
2005		SM 1. Laura Lepistö PM 2. Laura Lepistö	SM 1. Sissi Keränen SM 2. Tuuli Nikoskinen SM 3. Jenni Vähämaa

Vuosi	Naiset / Women Miehet / Men	Juniorit / Junior	Kokelaat / Noviisit / Novice
2006	PM 3. Elina Vesämäki	SM 2. Jenni Vähämaa SM 3. Sissi Keränen PM 1. Jenni Vähämaa PM 2. Laura Lepistö	
2007	SM 2. Laura Lepistö PM 2. Laura Lepistö	SM 1. Jenni Vähämaa PM 1. Jenni Vähämaa	
2008	SM 1. Laura Lepistö EM 3. Laura Lepistö		PM 1. Matthias Versluis SM 3. Ines Karvinen
2009	SM 2. Laura Lepistö EM 1. Laura Lepistö	SM 2. Matthias Versluis PM 3. Matthias Versluis	
2010	SM 1. Laura Lepistö EM 2. Laura Lepistö MM 3. Laura Lepistö		PM 1. Seidi Rantanen SM 1. Nea Viiri SM 2. Seidi Rantanen SM 3. Nelma Hede
2011		SM 1. Matthias Versluis SM 2. Nea Viiri SM 3. Seidi Rantanen PM 2. Nea Viiri	PM 3. Nelma Hede SM 1. Nelma Hede
2012	SM 2. Matthias Versluis PM 3. Julian Lagus	PM 1. Seidi Rantanen	PM 3. Nelma Hede SM 3. Emmi Peltonen
2013	SM 2. Matthias Versluis		PM 1. Emmi Peltonen SM 1. Emmi Peltonen
2014	SM 1. Matthias Versluis	SM 2. Emmi Peltonen PM 2. Emmi Peltonen	SM 2. Lilli Saksela
2015	SM 3. Viveca Lindfors PM 3. Viveca Lindfors		
2016	PM 2. Viveca Lindfors	SM 3. Emma Niemi	
2017	SM 3. Viveca Lindfors	SM 3. Linnea Ceder PM 1. Linnea Ceder	
2018	SM 2. Viveca Lindfors PM 1. Viveca Lindfors	SM 3. Laura Karhunen PM 3. Laura Karhunen	SM 1. Fanny Lindfors
2019	SM 1. Viveca Lindfors EM 3. Viveca Lindfors	SM 1. Fanny Lindfors PM 3. Laura Karhunen SM 3. Valley Bay Synchro	PM 2. Matias Lindfors SM 1. Matias Lindfors
2020	SM 3. Linnea Ceder	SM 2. Olivia Lisko SM 3. Matias Lindfors PM 1. Laura Karhunen PM 3. Olivia Lisko	PM 2. Matias Lindfors
2022	SM 2. Linnea Ceder PM 3. Olivia Lisko	SM 1. Matias Lindfors SM 2. Petra Lahti PM 3. Petra Lahti PM 3. Matias Lindfors	PM 1. Lotta Artimo PM 2. Amanda Eskelin SM 2. Valley Bay Synchronics

Yhteensä

32 Suomen ja 18 Pohjoismaiden mestaruutta, 35 mitalistaia.

4 EM-mitalia, 1 MM-mitali.





JÄÄSHOW

**Satujen
aarteet**

La 2.4.2022

klo 15.00 ja 18.00

Metro Arenalla

Espoo
liikkuu

Liput aikuiset 25€, lapset 3-12v 15€,
Perhelippu 2 aikuista ja 2 lasta 70€
Lippuautomaatti.fi/EsJt

