

EsJt

ESPOON JÄÄTAITURIT

Kausijulkaisu 2023-2024



ESPOON JÄÄTAITURIT RY

HALLITUS

Katariina Lisko — puheenjohtaja
Johanna Aarnisalo — luistelukoulu, harraste- ja aikuisluistelu
Sari Eteläinen — tapahtumat, kilpailut
Petra Fäldt — YL-toimikunta, viestintä
Anna Kuusniemi-Laine — huippuluistelu
Sami Lehtimäki — EJUT
Suvi Peussa — muodostelmaluistelu, ML-toimikunta, projektit
Jarkko Raski — varainhankinta
Pauliina Viinikanoja — muodostelmaluistelu, viestintä

HALLINTO

Hannele Korkala — kirjanpito, laskutus, palkanlaskenta
Henriikka Manninen — toiminnanjohtaja
Päivi Napari — seurakoordinaattori
Kati Jokinen — toimistoassistentti (osa-aikainen, YL-kisailmoittautumiset)

SEURAN PÄÄVALMENTAJA Virpi Horttana

SEURAN 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 Haimi
2007–2015	Mika Leppänen
2015–2023	Anna Kuusniemi-Laine
2023–	Katariina Lisko

KAUSIJULKAISU 2023–2024

Tekstit: Petra Fäldt, Jutta Haapamäki, Salla Häikiö, Kati Jokinen, Katariina Lisko, Henriikka Manninen, Anna Kuusniemi-Laine, Johanna Rantala, Riina Rautee, Arja-Leena Paavola, Suvi Peussa, Pauliina Viinikanoja.
Kuvat: Janne Koistinen, Antti Lehto, Kuvaverkko, Santtu Jaakkola.
Kansikuva: Janne Koistinen
Taitto: Pauliina Viinikanoja Paino: Markprint



Hallitus. (Kuvasta puuttuvat Petra Fäldt, Anna Kuusniemi-Laine ja Jarkko Raski.)

YKSINLUISTELU- JA MUODOSTELMATOIMIKUNNAT 2023–2024

YKSINLUISTELUTOIMIKUNTA

Bergman Susanna,
Fäldt Petra (hallituksen jäsen, toimikunnan vetäjä)
Lehtimäki Sami (hallituksen jäsen),
Linnakorpi Mikko,
Manninen Henriikka (toiminnanjohtaja),
Palm Annukka,
Tolonen Reetta,
Voipio Sanna

MUODOSTELMATOIMIKUNTA

Aarnisalo Johanna (hallituksen jäsen),
Eteläinen Sari (hallituksen jäsen),
Jokinen Lia, Klemetti Laura,
Lindborg Nea, Lukas Annaliisa,
Löytty Pauliina, Maasalo Tea,
Manninen Henriikka (toiminnanjohtaja),
Mantere Niina, Moilanen Anna-Maija,
Nevas Hanni, Nieminen Marja,
Nykänen Sanna,
Peussa Suvi (hallituksen jäsen, toimikunnan vetäjä)
Rantala Johanna, Rautee Riina,
Salovaara Kati,
Viinikanoja Pauliina (hallituksen jäsen),
Visuri Hanna, Wirgentius Laura,
Wuoristo Outi, Ylikulppi Johanna,
Ylitähti Laura

PUHEENJOHTAJAN KIITOS!

Tämä kausijulkaisu on kurkistus seuramme kauteen 2023–2024 ja samalla se olkoon kunnianosoitus ja KIITOS koko seuraväelle tästä kaudesta. Se on myös muisto luistelijalle hänen omasta ryhmästään tai joukkueestaan ja muisto menneestä kaudesta meille jokaiselle. Tämäkin kausi on ollut seuralle merkittävä ja menestyksellinen!

Muutoksia seuran hallinnossa tehtiin heti kauden alkaessa, joten paljon on ollut uuden opettelua ja aiempien suurten saappaiden tutkailuakin. Oma ensimmäinen kauteni seuran puheenjohtajan pestissä on tulossa päätökseen ja jo tähän vuoteen on mahtunut paljon, jossa olen saanut olla mukana. Haluan kiittää lämpimästi kaikkia tahoja: Luistelijoin, valmentajia, vanhempia, isovanhempia, muita tukijoukkoja, hallintoa ja hallitusta. Meitä jokaista tarvitaan siihen, että seurassamme saa jokainen luistelija loistaa jatkossakin!

Urheiluseurojen asema suomalaisessa yhteiskunnassa on merkittävä etenkin lasten ja nuorten liikuttajana, mutta myös kasvattajana. Lisäksi urheiluseuratoiminta on suomalaisen liikumiskulttuurin peruspilari myös jo nuoruuden

kultaiset vuodet ohittaneelle väestöllekin, joten seurojen merkitys niin huippu- ja kilpaurheilun kuin harrasteliikunnan näkökulmasta on siis todella laaja ja suuri.

Lasten ja nuorten liikuttajina sekä kanssakansalaisten liikumisen turvaajina seurojen (eli meidän kaikkien!) rooli on siis korvaamaton. Kiitos juuri Sinun panoksestasi sen eteen! Oletan, että jokainen meistä vanhemmista ja aikuisista haluaa olla tukemassa ja antamassa oman panoksensa sen eteen, että seurassamme on jatkossakin riittävät eväät ja resurssit urheilla ja harrastaa.

Kiitos!

Katariina Lisko
Puheenjohtaja
Espoon Jäätaiturit ry.



TOIMINNANJOHTAJAN TERVEHDYS

Mottomme on “luistelua suurella sydämellä”. Sydämen lisäksi kehitämme toimintaamme myös niin tunteella kuin järjellä. Espoon Jäätaiturit ry on jo aiemmin saavuttanut lasten ja nuorten sekä huippu-urheilun (yksinluistelussa ja muodostelmaluistelussa) Tähtiseuramerkit.

Tähtimerkki on lupaus laadusta. Tähtimerkin saaneessa seurassa toimitaan vastuullisesti, kuunnellaan ja kannustetaan osallistujia, reagoidaan ympärillä tapahtuviin muutoksiin, toimitaan modernisti ja vaikutetaan toimintaympäristöön. Tähtiseurassa jokainen voi urheilla ja liikkua omalla tasollaan kohti omia tavoitteitaan ja kehittyä.

Tähtiseura auditoidaan uudestaan tasaisin väliajoin. Kauden 2023–2024 aikana seurassa auditointia lasten ja nuorten osa-alue uudestaan. Kehittäminen on jatkuvaa, mutta auditointia varten koottiin taas yhteen työryhmä, joka koostui hallinnosta, hallituksesta ja valmentajista. Päivitettiin vaadittavia dokumentteja ja arvioitiin samalla toimintaa, missä me menemme seurana. Hienoa oli huomata, että monia asioita olimme pystyneet kehittämään ja viemään eteenpäin!

Kaudella 2023–2024 saavutimme myös aikuisten Tähtiseuramerkin! Tämä on ansaittu saavutus. Aikuisluistelua on seurassa kehitetty jo useamman vuoden ajan. Toiminta on

laajentunut ja nyt aikuisilla on mahdollisuus luistella alkeista lähtien. Tekniikka ryhmiä on 3 eri tasoa. Masters-tasolla voi harjoitella edistyneimmät aikuisluistelijat. Järjestimme myös useita erilaisia kursseja mm. alkeismuodostelmaa. Tekniikka ryhmiä voi taitojen karttuessa edetä aikuisten Valley Bay Synchrospirit -joukkueeseen. Tavoitteena on jatkaa aikuisluistelun kehittämistä. Aikuisena luistelun aloittaminen voi tuntua haastavalta.

Se on kuitenkin tehokasta ja monipuolista liikuntaa. Ja aikuisena voi oppia ja kehittyä! Ryhmisämme on välitön ja iloinen tunnelma, aikuiset tsemppaavat toinen toistaan.

Tervetuloa rohkeasti mukaan aikuisten tunneille!



MENESTYS YKSINLUISTELUSSA JATKUU

Yksinluistelijamme ovat jatkaneet vahvaa tekemistä kaudella 2023–2024. Jo vuonna 1986 alkanut katkeamaton SM-mitalien sarja sai taas kerran jatkoa ja kausi päättyi tänäkin vuonna perinteisiin mitalikahveihin.

Nuoret lupauksemme saivai mahdollisuuden edustaa Suomea junioreiden Grand Prix -sarjan kilpailuissa. **Matias Lindfors** sijoittui Linzissä pidetyssä kilpailussa hienosti sijalle 10 (174,52). **Petra Lahti** edusti Suomea Japanin Osakassa pidetyssä osakilpailussa, jossa upea onnistuminen toi Petralle sijan 9 ja pisteet 151,14. Matias oli Osakassa puolestaan sijalla 15 (162,55).

SM 2024 -kilpailuissa seuran parhaasta sijoituksesta vastasi **Olivia Lisko**, joka otti ensimmäisen naisten sarjan mitalinsa sijoittumalla hienosti hopealle pistein 171,78. Naisten sarjassa menestystä täydensivät **Minja Peltonen** (5. pistein 153,59), **Linnea Ceder** (6. pistein 147,01) ja **Pihla Bergman** (7. pistein 144,54). Matias Lindfors oli miesten sarjan 4. pistein 170,35.

SM-junioreissa Petra Lahti nappasi hopeaa pistein 141,86 ja myös **Lotta Artimo** luisteli pistesijoille (5. pistein 125,00). **Louise Gylling** sijoittui sijalle 13 (107,17) ja **Emmi Ahlstedt** sijalle 15 (106,39).

PM-kilpailuihin Ruotsin Boråsin lähti ennätysellisen suuri joukko jäätaitureita: naisten sarjassa Olivia Lisko, junioreissa Lotta Artimo, Pihla Bergman, Petra Lahti, Minja Peltonen sekä Matias Lindfors sekä advanced novice -sarjassa Emmi Ahlstedt ja **Pinja Peltola**. Kansainvälisissä kilpailuissahan on ikärajojen puitteissa mahdollista kilpailla eri sarjassa kuin kotimaassa.

Olivia Lisko luisteli kahdella onnistuneella ohjelmallaan naisten PM-pronssia kokonaispistein 153,97. Minja Peltonen sijoittui kokonaiskilpailun viidenneksi (134,09). Junioreissa Lotta Artimo juhli ensimmäistä junioreiden PM-kultaansa pistein 146,20. Jäätaiturien menestystä täydensivät pronssia luistellut Petra Lahti tuloksella 134,94 sekä kuudenneksi sijoittunut Pihla Bergman (122,54). Juniorimiehissä Matias Lindfors nousi kokonaistuloksissa toiseksi pistein 181,05. Noviisityöissä Pinja Peltola luisteli pronssille pistein 102,20 ja Emmi Ahlstedt sijoittui viidenneksi (97,48).

NUOREMMILLE MENESTYSTÄ ULKOMAILTA

Myös nuoremmat jäätaiturit ovat jo päässeet kansainvälisen kokemuksen ja menestyksen makuun. Tallinnassa luistelussa Gliss 2024 -kilpailuissa **Natalie Tieva** vei voiton advanced novice -sarjassa (105,59) ja **Lidiia Tsukanova** puolestaan voitti intermediate novice -sarjan. Lidiia oli jo aiemmin voittanut myös Tallinn Trophy -kilpailussa saman sarjan.



Olivia ja Vippe SM-kilpailuissa.



PM-kilpailuiden naisten mitalikolmikko.



Pinja mitalikolmikon kanssa.



Matias, Lotta ja Petra PM-kilpailuissa.



Kilpailukausi jatkuu vielä ja kausijulkaisun mennessä painoon SM-noviisien SM-kisat ovat vielä edessä. Toivotamme paljon onnea ja menestystä kilpailuihin!

MUODOSTELMALUISTELUSSA HUIPPUVUOSI



Lumineers luisteli pronssia Lumière Cupissa Alankomaissa.



Valley Bay Synchronicist palkintopallilla.

E dustusjoukkueemme Lumineers, joka viime kaudella voitti kaiken mahdollisen ISU Senior Elite12 -sarjassa, teki kisakaudelle 2023–2024 onnistuneen paluun SM-seniorisarjaan. Lumineers otti historiansa ensimmäisen ISU Challenger -sarjan kilpailun mitalin sijoittumalla pronssille Lumière Cupissa Alankomaissa. Lumineersin kokonaispisteet 210,18 ovat joukkueen historian korkeimmat. Vaikka eri kausien pisteet eivät ole täysin vertailukelpoisia, Lumineers-joukkueen nykytasosta kertoo paljon kuitenkin se, että näillä pisteillä olisi viime vuoden muodostelmaluistelun MM-kilpailuissa sijoitettu sijalle 6. Toisessa Challenger-sarjan kilpailussa, Gdanskin Hevelius Cupissa joukkueen sijoitus oli 5. pistein 204,48. Lumineers rakentaakin nyt systemaattisesti polkua kohti maailman huippua.

VALLEY BAY SYNCHRON HISTORIAN PARAS KAUSI

SM-juniorijoukkueemme Valley Bay Synchro luistelee joukkueen historian parasta kautta. Joukkue otti voiton molemmista SM-valintakilpailuista (185,96 ja 187,27). Kansainvälisissä kilpailuissa menestys jatkui ja Tsekin Brnossa Santa Claus Cupissa joukkue otti hopeaa (191,92). Challenger-sarjan kilpailussa Trophy d'Ecosse Skotlannin Dumfriesissa mitali kirkastui kultaan (190,12).

Aivan uuden luvun seura- ja joukkuehistoriaa Synchrot kirjoittivat Marie Lundmark Trophyssä Helsingissä helmikuussa, kun suomalaisjuniorijoukkueet kisasivat paikoista juniorien MM-kisoihin. Synchrot tulivat kisassa toiseksi Kanadan Les Supremesin jälkeen ja parhaana suomalaisjoukkueena (197,50) lunastivat kisalipun Team Finland 1

-joukkueena. Historian uusiksi kirjoittaminen ei loppunut kuitenkaan tähän, vaan huippuiskussa oleva joukkue voitti helmikuun lopussa Turussa juniorien Suomenmestaruuden pistein 193,68. Kausijulkaisun mennessä painoon Synchrot suuntaavat Sveitsin Neuchâtelin MM-jäille. Onnea matkaan!

VALLEY BAY SYNCHRONICSILLE KULTAINEN KAUSI

SM-noviisijoukkueemme Valley Bay Synchronics aloitti kauden 2023–2024 vahvasti voittamalla molempien SM-valintakilpailujen 2. lohkon kilpailut (pisteet 75,07 ja 82,21). Nics jatkoi vakuuttavaa sarjaa myös kansainvälisissä kilpailuissa. Skotlannissa järjestetyssä Trophy d'Ecosse -kilpailuissa joukkue nappasi myös voiton ja huikeat pisteet 88,78. Nicsit eivät tyytyneet tähänkään, vaan voittivat myös Marie Lundmark Trophy (83,95) ja kauden huipennukseksi Valley Bay Synchronics otti SM-kilpailuissa seuran ensimmäisen Suomenmestaruuden ohjelmallaan ohjelma Calling for Rain. Jo seuraavana päivän Synchrot täydensivät seuran menestystä juniorien Suomenmestaruudella. Aivan huikea SM-kisaviikonloppu Turussa!



YKSINLUISTELU – KILPARYHMÄ K1A



BERGMAN PIHLA

Kilpailusarja 2023–2024: SM-seniori
Valmentaja: **Virpi Horttana**
Syntynyt 2006 / Aloittanut luistelun 2010 /
Ensimmäinen kilpailu 2012 / EsJt 2022
STLL Haastaja

SUOMEN MESTARUUSKILPAILUT:
Juniorinaiset 2024: 7.
Juniorinaiset 2023: 13.
Juniorinaiset 2022: 6.

POHJOISMAIDEN MESTARUUSKILPAILUT:
Juniorinaiset 2024: 6.
Juniorinaiset 2022: 4.



CEDER LINNEA

Kilpailusarja 2023–2024: SM-seniori
Valmentaja: **Virpi Horttana**
Syntynyt 2002 / Aloittanut luistelun 2006 /
Ensimmäinen kilpailu 2010 / EsJt 2016
STLL Naisten maajoukkue

SUOMEN MESTARUUSKILPAILUT:
Seniorinaiset 2024: 6.
Seniorinaiset 2022: 2.
Seniorinaiset 2020: 3.
Seniorinaiset 2019: 5.
Juniorinaiset 2018: 6.
Juniorinaiset 2017: 3.
Noviisitytöt 2016: 1.

POHJOISMAIDEN MESTARUUSKILPAILUT:
Seniorinaiset 2022: 4.
Juniorinaiset 2017: 1.

EUROOPAN MESTARUUSKILPAILUT:
Seniorinaiset 2020: 12.

JUNIOREIDEN MM-KILPAILUT:
Juniorinaiset 2019: 29.

SIJOITUKSET ISU JUNIOR WOMEN GP -KILPAILUISSA:
2019–2020: 8.
2017–2018: 15.



KURKINEN KIIA

Kilpailusarja 2023–2024: SM-seniori
Valmentaja: **Virpi Horttana**
Syntynyt 2007 / Aloittanut luistelun 2010 /
Ensimmäinen kilpailu 2015 / EsJt 2015

SUOMEN MESTARUUSKILPAILUT:
Juniorinaiset 2023: 14.
Juniorinaiset 2022: 9.

POHJOISMAIDEN MESTARUUSKILPAILUT:
Noviisitytöt 2022: 4.



LINDFORS MATIAS

Kilpailusarja 2023–2024: SM-seniori
Valmentaja: **Virpi Horttana**
Syntynyt 2007 / Aloittanut luistelun 2010 /
Ensimmäinen kilpailu 2014 / EsJt 2015
STLL Miesten maajoukkue

SUOMEN MESTARUUSKILPAILUT:
Seniorimiehet 2024: 4.
Seniorimiehet 2023: 3.
Juniorimiehet 2022: 1.
Juniorimiehet 2020: 3.
Noviisipojat 2019: 1.

POHJOISMAIDEN MESTARUUSKILPAILUT:
Juniorimiehet 2024: 2.
Juniorimiehet 2023: 2.
Juniorimiehet 2022: 2.
Noviisipojat 2020: 2.
Noviisipojat 2019: 2.

SIJOITUKSET ISU JUNIOR GP -KILPAILUISSA:
2022–2023: 12.



LISKO OLIVIA

Kilpailusarja 2023–2024: SM-seniori
Valmentaja: **Virpi Horttana**
Syntynyt 2006 / Aloittanut luistelun 2009 /
Ensimmäinen kilpailu 2012 / EsJt 2019
STLL Naisten maajoukkue

SUOMEN MESTARUUSKILPAILUT:
Seniorinaiset 2024: 2.
Seniorinaiset 2023: 4.
Seniorinaiset 2022: 5.

Juniorinaiset 2020: 2.
Noviisitytöt 2019: 2.
Noviisitytöt 2018: 2.

POHJOISMAIDEN MESTARUUSKILPAILUT:
Seniorinaiset 2024: 3.
Seniorinaiset 2023: 3.
Seniorinaiset 2022: 3.
Juniorinaiset 2020: 3.
Noviisitytöt 2019: 3.



PELTONEN MINJA

Kilpailusarja 2023–2024: SM-seniori
Valmentaja: **Virpi Horttana**
Syntynyt 2005 / Aloittanut luistelun 2008 /
Ensimmäinen kilpailu 2011 / EsJt 2016
STLL Naisten maajoukkue

SUOMEN MESTARUUSKILPAILUT:
Seniorinaiset 2024: 5.
Seniorinaiset 2023: 3.
Juniorinaiset 2022: 5.

POHJOISMAIDEN MESTARUUSKILPAILUT:
Seniorinaiset 2024: 4.



AHLSTEDT EMMI

Kilpailusarja 2023–2024: SM-juniori
Valmentaja: **Virpi Horttana**
Syntynyt 2009 / Aloittanut luistelun
2015 / Ensimmäinen kilpailu 2016 /
EsJt 2019
STLL Nuorten maajoukkue

SUOMEN MESTARUUSKILPAILUT:
Juniorinaiset 2024: 15.
Noviisitytöt 2022: 4.

POHJOISMAIDEN MESTARUUSKILPAILUT:
Noviisitytöt 2024: 5.



ARTIMO LOTTA

Kilpailusarja 2023–2024: SM-juniori
Valmentaja: **Virpi Horttana**
Syntynyt 2008 / Aloittanut luistelun
2012 / Ensimmäinen kilpailu 2014 /
EsJt 2019
STLL Naisten maajoukkue

SUOMEN MESTARUUSKILPAILUT:
Juniorinaiset 2024: 5.
Juniorinaiset 2023: 4.

POHJOISMAIDEN MESTARUUSKILPAILUT:
Juniorinaiset 2024: 1.
Noviisitytöt 2022: 1.



ESKELIN AMANDA

Kilpailusarja 2023–2024: SM-juniori
Valmentaja: **Virpi Horttana**
Syntynyt 2008 / Aloittanut luistelun
2012 / Ensimmäinen kilpailu 2014 / EsJt
2018
STLL Nuorten maajoukkue

SUOMEN MESTARUUSKILPAILUT:
Juniorinaiset 2023: 6.
Noviisitytöt 2022: 1.

POHJOISMAIDEN MESTARUUSKILPAILUT:
Noviisitytöt 2022: 2.



LAHTI PETRA

Kilpailusarja 2023–2024: SM-juniori
Valmentaja: **Virpi Horttana**
Syntynyt 2008 / Aloittanut luistelun
2012 / Ensimmäinen kilpailu 2014 /
EsJt 2020
STLL Naisten maajoukkue

SUOMEN MESTARUUSKILPAILUT:
Juniorinaiset 2024: 2.
Juniorinaiset 2023: 3.
Juniorinaiset 2022: 2.

POHJOISMAIDEN MESTARUUSKILPAILUT:
Juniorinaiset 2024: 3.
Juniorinaiset 2022: 3.

KILPARYHMÄ K1B

SM-JUNIORIT, JUNIORIT, SM-NOVIISIT

LUISTELIJAT

Aittomäki Kiia
Grönroos Fanny
Gylling Louise
Helske Minea
Kankaanranta Eevi
Lehtimäki Viola
Palm Kiia
Peltola Pinja
Pitkänen Pihla
Puiro Josefina
Salminen Ines
Tieva Natalie
Tolonen Vilina



K1b-ryhmässä luisteli kaudella 2023–2024 viisi SM-junioria, yksi Juniori ja seitsemän SM-noviisia.
K1b-ryhmä harjoittelee kuusi kertaa viikossa. Jokaiseen treeni-kertaan mahtuu sekä jää että oheinen. Lisäksi viikossa on yhdestä kolmeen kertaan aamujäää sekä yhdestä kolmeen kertaan päiväjää.
Tavoitteena K1b-ryhmällä on oppia kolmoishyppyjä. Luistelullisesti tavoitteena on hallita viimeistelty luistelutaito sekä monipuolinen askeltekniikka. Piruetit osataan jo vaikeimmalla tasolla.

STLL:N NUORTEN MAAJOUKKUE:

Pinja Peltola
Pihla Pitkänen
Josefiina Puiro
Ines Salminen
Natalie Tieva

VASTUUVALMENTAJA KAUDELLA 2023–2024:

Virpi Horttana
Muut valmentajat: Kati Perokorpi, Anna-Sofia Söderlund, Jutta Haapamäki apunaan muita kokeineita ja koulutettuja taitoluisteluvalmentajia.
Baletti/Tanssi: Hanna Savolainen
Fysio- ja oheisvalmennus: Elina Järvinen

KILPARYHMÄ K2

SM-NOVIISIT, DEBYTANTIT, A-SILMUT

LUISTELIJAT

Fäldt Ellen
Käyhty Alexandra
Linnakorpi Liia
Oksanen Darja
Paajanen Else
Pirskanen Erin
Pitko Venni
Pönni Hertta
Raski Zea
Siivonen Kaisla
Simpanen Lili
Stenström Janella
Teerimäki Amanda
Tsukanova Lidiia



K2 on nuorten kilpailevien yksinluistelijoiden ryhmä. Kaudella 2023–2024 ryhmässä luisteli kaksi SM-noviisia, yksitoista Debytanttia ja yksi A-silmu.
K2-ryhmä harjoittelee kuusi kertaa viikossa jäällä sekä oheisissa. Lisäksi ryhmä harjoittelee yhdestä kolmeen kertaan aamujäällä sekä yhden kerran viikossa päiväjäällä.
Tavoitteena K2-ryhmällä on hallita kaikki kaksoishyppyt sekä niiden yhdistelmät sujuvasti. Lisäksi hyppyistä on tavoitteena oppia kaksoisakseli sekä harjoitellaan kolmoishyppyjä.
Perusluistelussa kehitetään luistelu- ja askeltekniikkaa monipuolisesti. Pirueteissa tavoitellaan korkeimpia vaikeustasoja.

STLL:N NUORTEN PROJEKTIRYHMÄ:

Liia Linnakorpi
Zea Raski
Lidiia Tsukanova

VASTUUVALMENTAJA KAUDELLA 2023–2024:

Kati Perokorpi
Muut valmentajat: Virpi Horttana, Anna-Sofia Söderlund, Jutta Haapamäki apunaan muita kokeineita ja koulutettuja taitoluisteluvalmentajia.
Baletti/Tanssi: Hanna Savolainen
Fysio- ja oheisvalmennus: Elina Järvinen



KILPARYHMÄ K3

DEBYTANTIT, A-SILMUT, B-SILMUT

LUISTELIJAT

Ahtee Siiri
Eloranta Helmi
Eloranta Lilja
Fagerström Fiona
Karjalainen Klara
Kiiveri Lumi
Liljavirta Sara
Linnakorpi Lauri
Nymander Sofia
Piterskaja Alisa
Puntila Nelli
Sand Emilia
Tolonen Milena



K3 on nuorimpien kilpailevien yksinluistelijoiden ryhmä. Kaudella 2023–2024 ryhmässä luisteli yksi Debytantti, kahdeksan A-silmua ja neljä B-silmua.

K3-ryhmä harjoittelee kuusi kertaa viikossa sekä jäällä että oheisissa. Lisäksi harjoitellaan yhdestä kolmeen kertaa viikossa aamujäällä.

Tavoitteena K3-ryhmällä on oppia kaikki kaksoishyppy sekä niiden yhdistelmät. Lisäksi tavoitteena on oppia hyvät valmiudet harjoitella kaksoisakselia. Perusluistelussa harjoitellaan askelten puhtautta sekä laadukasta perusluistelua. Pirueteissa opitaan monipuolisesti eri asentovariaatioita.

VASTUUVALMENTAJA KAUDELLA 2023–2024:

Kati Perokorpi

Muut valmentajat: Virpi Horttana, Anna-Sofia Söderlund, Jutta Haapamäki apunaan muita kokeineita ja koulutettuja taitoluisteluvalmentajia.

Baletti/Tanssi: Hanna Savolainen

Fysio- ja oheisvalmennus: Elina Järvinen



KILPARYHMÄ K4

B-SILMUT, MINIT

LUISTELIJAT

Eyherabide Clara
Hakola Edith
Kaltainen Aili
Korpikoski Fanny
Laatio Filippa
Lindén Elle
Lisko Iiris
Parkkinen Enni
Izumi-Salmi Leonardo
Torkko Mila
Tuominen Linnea
Vahtinen Frida



K4 on nuorimpien kilpailevien yksinluistelijoiden ryhmä. Kaudella 2023–2024 ryhmässä luisteli yksi B-silmu ja 11 Miniä.

K4-ryhmä harjoittelee kuusi kertaa viikossa jäällä sekä oheisissa. Lisäksi ryhmä harjoittelee aamujäällä yhdestä kahteen kertaa viikossa.

Tavoitteena K4-ryhmässä on oppia kolme erilaista kaksoishyppyä sekä hyvät valmiudet harjoitella kaikkia kaksoishyppyjä sekä niiden yhdistelmiä. Perusluistelussa harjoitellaan polven joustoa sekä kaarien käyttöä.

Pirueteissa tavoitteena perusasentojen ja jalanvaihtopiruettien hallinta sekä opetellaan variaatioita.

VASTUUVALMENTAJA KAUDELLA 2023–2024:

Jutta Haapamäki

Muut valmentajat: Virpi Horttana, Kati Perokorpi, Anna-Sofia Söderlund apunaan muita kokeineita ja koulutettuja taitoluisteluvalmentajia.

Baletti/Tanssi: Hanna Savolainen

Fysio- ja oheisvalmennus: Elina Järvinen



MUODOSTELMALUISTELU ESJT:SSÄ

SEURAN MUODOSTELMALUISTELUN ALKUJAJAT

Muodostelmaluistelu on taitoluistelun upea joukkuelaji, jota on mahdollista harrastaa monella eri tasolla.

Karakallion Pallon taitoluistelu-jaosto järjesti Suomen ensimmäiset ryhmäkuviointikilpailut Laaksolahden jäähallissa 30.12.1984. Siihen osallistui myös oman seuramme ensimmäinen ryhmäkuviointijoukkue Aninka, joka kilpaili kaudella 1984–85 ohjelmalla Tik Tok. Joukkue tuli toiseksi ja pääsi Urheiluruutuun.



delle 1988–89 muodostettiin seuran ensimmäinen muodostelmaluistelu-

lujoukkue, joka harjoitteli pelkästään osallistuakseen juniori-sarjan muodostelmaluistelukilpailuihin. Joukkueen nimi oli Marssivat Mandariinit ja ohjelman nimi Aurinkomarssi. Valmentajana toimivat **Saija Martikainen** ja **Inka Granlund**. Myös **Kim Jacobson** oli valmentajana alussa mukana ja osallistui joukkueen mukana oranssissa

kravatissaan kilpailuihinkin (sijoitus 12.).

Kaudelle 1989–90 joukkue vaihtoi nimensä Esmariliksi, joka oli lyhenne Espoosta sekä sen kauden valmentajista **Marikasta (Tolvanen, os. Kettunen)** ja **Inkasta (Granlund)**. Myös yhteys Marssiviin Mandariineihin nähtiin nimen taustalla. Joukkue voitti pronssia Suomen 1. kansainvälisissä Milk Precision -kilpailuissa noviisien B-finaalissa ja luisteli puolestaan junioreiden sarjan toiseksi 27.3.90 pidetyssä loppukilpailuissa ohjelmalla Classics.

Seuraavana kautena (1990–91) seuran perustettiin myös junioreiden joukkue Mubettes. Esmarilin valmentajana toimi Virosta tullut **Ly Piir**, mutta ulkomaalainen valmentaja ei pystynyt edelliskauden tasoon ohjelmissa ja menestys jäi toivottua heikommaksi (7.).

Kaudella 1991–92 siirtyi HTK:sta **Pia Linnonmaa** osan Finettes-joukkueensa kanssa alkukaudeksi EsJt:hen. Junioreiden joukkueen nimeksi muodostui

Prefines. Treeneihin tuli vauhtia ja treenaamisen taso nousi.

Seuraavana kautena Prefines hajosi. Osa EsJt:n luisteliijoista siirtyi HTK:hon ja osa kävi HIFK:n otteluisissa cheerleading-ryhmänä. Kaudella 1992–93 ei EsJt:ssä ollutkaan kuin junioreiden joukkue Mubettes.

Vuonna 1993–94 luistelijat olivat kasvaneet niin, että seuran saatiin taas sekä junioreiden että junioreiden joukkue. Uutta Con Spiro -junioreiden joukkuetta valmensivat **Saija Martikainen** ja **Mirja Voutilainen**. Tämän jälkeen Saija poistui muodostelmavalmentajana ja jatkoi vain yksinluisteluvalmentajana. Mirja jatkoi muodostelman parissa.

VALLEY BAY -JOUKKUEET

Ensimmäiset Valley Bay -joukkueet perustettiin vuonna 2002. Valley Bay -nimi muistuttaa meitä seuramme juurista Espoon Laaksolahdessa.

Kaudella 2023–24 Espoon Jäätaitureilla on 10 joukkuetta, jotka luistelevat kaikissa kansallisissa sarjoissa, SM-noviiseissa ja SM-junioreissa. Tällä kaudella SM-junioreiden joukkueemme Valley Bay Synchro teki historiaa luistelemalla itsensä junioreiden MM-kilpailuihin, jotka luistellaan 15.–16.3.24 Sveitsissä, Neuchâtelissä.

Espoon yhteinen edustusjoukkue on Lumineers. Lisäksi seurassamme toimii muodostelmaluistelun kehitysryhmä Valley Bay Synchrocubs.

Muodostelmaluistelu muuttuu ja kehittyy lajina voimakkaasti ja yksilötoimien merkitys lajissa kasvaa. Pyrimme ennakoimaan sitä, minkälaisia taitoja nuorten luistelijoiden on syytä oppia, jotta he voisivat halutessaan edetä urallaan aina kansainväliselle huipputasolle asti. Samalla luistelussa halutaan säilyttää ilo ja kannustavuus sekä huolehtia luistelijoiden hyvinvoinnista.

LUMINEERS

LUISTELIJAT

Aalto Juliana
Ek Amanda
Huurros Riina
Ihalainen Venla
Jordan Eveliina
Jäppinen Katri
Kaartinen Jenni
Kivilompolo Aada
Krogell Nea
Lauri Silja
Liivalahti Wenla
Nikula Sara
Nordenswan Ellen
Papatthemelis Sofia
Pihlström Anna
Raivio Aino
Raivio Anna
Saarinen Saara
Vaajoensuu Minnie
Vanhatalo Ellen
Varis Oona



Lumineers on Espoon Taitoluisteluklubin ja Espoon Jäätaitureiden yhteinen edustusjoukkue. Lumit ovat vuoden tauon jälkeen palanneet kilpailemaan SM-seniorisarjaan. Kaudella 2023–2024 joukkueessa on 21 urheilijaa.

Lumeissa on tarkoitus viedä Synchroissa opittuja taitoja vielä seuraavalle tasolle. Senioritasolla opetellaan yhä haastavampia taitoja ja elementtejä, mukaan lukien vaikeita pari- ja ryhmänos-toja. Samalla urheilijat ylittävät omia rajojaan sekä työllisesti että ilmaisullisesti. Urheilijaksi kasvaminen, elämänhallinta, vastuu ja tietoisuus levon, ravinnon ja palautumisen merkityksestä ovat SM-senioriluisteliijoille ensiarvoisen tärkeitä asioita. Lisäksi työssä ovat myös arjenhallinta ja itsensä johtaminen.

Lumeja tukee eri alojen osajista koostuva valmennustiimi, joka luo urheilijoille parhaat mahdollisuudet kehittyä huumioiden urheilijan arjen eri osa-alueet kokonaisuutena. Jäätreenien lisäksi harjoitusohjelma sisältää monipuolisesti fysiikkaharjoittelua, psykistä valmennusta, ohjelmaohjeita, balettia, tanssia ja kehonhuoltoa.

Lumineers on joukkueena vielä nuori. Kauden alussa joukkueeseen saatiin 13 uutta urheilijaa, mutta yhteinen sävel löytyi silti

nopeasti. Joukkueen työmoraali on ihailtavan korkea, ja kehitys on ollut huimaa. Tammikuun alussa 2024 Lumineers saavutti ensimmäisen ISU:n Challenger-sarjan mitalinsa ollen kilpailussa kolmas. Samalla joukkue saavutti historiallisen piste-ennätyksensä, 210,18 pistettä.

JOUKKUEEN VASTUUVALMENTAJAT KAUDELLA 2023–2024:

Liisa Lakela, Henriikka Latva, Jenni Rahko ja Laura Seise
Tanssinopettaja: **Marena Arkimo**
Balettiopettaja: **Riina-Kaisa Huovila**
Kuntovalmentaja: **Antti Leirimaa**
Psyykinen valmennus: **Tea Uimonen**
Joukkueenjohtajat: **Hanni Nevas ja Majju Saloranta**

JOUKKUEEN KAUDEN OHJELMAT:

Lyhytohjelma: **Näkymätön Lapsi**
Vapaaohjelma: **Taivaiden Valloitus**

VALLEY BAY SYNCHRO

SM-JUNIORIT

LUISTELIJAT

Aho Aino
Arminen Oona
Fagerlund Linnea
Finnig Miili
Grönroos Pihla
Hytinen Olivia
Izumi Salmi Victoria
Kesitalo Mirjam
Koistinen Noora
Laurila Lilja
Lehtolampi Lilja
Martikainen Saana
Matikainen Aline
Norrena Ella
Nurmi Erika
Parviainen Lilja
Poikola Saga
Purhonen Venla
Rantala Milena
Rautee Aliina
Salmi Linnea
Savenius Emmi
Susiluoto Sofia
Tainio Erika



Valley Bay Synchronics on huipulle tähtäävien, tavoitteellisten luistelijoiden joukkue, joka kilpailee SM-juniorit-sarjassa. Joukkue koostuu 15–19-vuotiaista luisteliijoista ja se harjoittelee viitenä päivänä viikossa, useamman tunnin kerrallaan. Jäällä harjoitellaan monipuolisesti ohjelma- ja yksilötaitoja. SM-junioreissa harjoittelutavaksi tulee sekä lyhyt- että vapaaohjelma, ja Synchronics hallitsevat jo vaikeimpien tasojen elementit laadukkaasti. Oheiset sisältävät mm. kuntosaliharjoittelua, balettia, tanssia, kehonhuoltoa, ohjelmaharjoittelua sekä psyykkistä valmennusta. Näiden lisäksi jokainen luistelija käy vuosittain fysioterapeutin tarkastuksessa ja saa yksilöllistä ohjausta omiin kehityskohteisiinsa.

Valley Bay Synchronics on määrätietoisella ja pitkäjänteisellä työllä kehittynyt huippujoukkueeksi. Joukkue on tunnettu vahvasta teknisestä osaamisestaan. Synchronics pyrkivät vuosittain tekemään jotain uutta ja ennennäkemätöntä, ja ohjelmavalinnat haastavat luistelijat erilaisten musiikkien sekä tunnetilojen tulkintaan.

Synchronics 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.

Valley Bay Synchronics tavoittelee mitalisijoja niin kotimaisissa

kuin kansainvälisissäkin kilpailuissa. Joukkue lunasti helmikuussa 2024 historiallisesti juniorien MM-valintakisassa paikan juniorien MM-kisoihin Team Finland 1:nä sekä voitti SM-kultaa Turussa. Kultamitalit luisteltiin myös kummastakin SM-valintakilpailusta sekä kauden kansainvälisestä kisasta Trophy d'Ecossesta. Brnon kilpailusta joulukuussa 2023 Synchronics saivat hopeaa.

Synchronics ovat myös vuoden 2023 SM-pronssimitalisteja. Vuoden 2019 SM-kilpailuissa joukkue sai myös pronssia, tuoden EsJt:lle seurahistorian ensimmäisen muodostelmaluistelun SM-mitalin.

JOUKKUEEN VASTUUVALMENTAJAT KAUDELLA 2023–2024:

Anna Karjalainen, Henriikka Latva ja Jenni Rahko
Balettiopettaja: Riina-Kaisa Huovila
Kuntovalmentajat: Marena Höglund, Antti Leirimaa, Pauliina Nuotioma
Psyykinen valmennus: Jaana Blom
Joukkueenjohtajat: Johanna Rantala ja Riina Rautee
Huoltajat: Heidi Hytinen ja Sanna Grönroos

JOUKKUEEN KAUDEN OHJELMAT:

Lyhytohjelma: Toinen Ulottuvuus
Vapaaohjelma: Pieni Merenneito

VALLEY BAY SYNCHRONICS

SM-NOVIISIT

LUISTELIJAT

Ajanko Adele
Autioniemi Ellen
Finnig Evelin
Harju Siiri
Holopainen Melina
Jokipii Viola
Kilpeläinen Sofia
Laine Iiris
Laitinen Pinja
Lehto Lotte
Lisko Aurora
Maasalo Lumia
Matti Monica
Neva Linda
Nykänen Kaisla
Pomoell Stella
Rantala Miisa
Rasila Armi
Räikkönen Ida
Saksinen Taru
Simola Aino
Sipilä Malla
Säilynoja Lumi
Tiainen Vieno
Vähänen Vera



Valley Bay Synchronics on 12–15-vuotiaiden luistelijoiden innostunut ja motivoitunut joukkue, joka kilpailee SM-novisit-sarjassa. Nicsit harjoittelevat viitenä päivänä viikossa, useamman tunnin kerrallaan. Jäällä harjoitellaan monipuolisesti ohjelma- ja yksilötaitoja. Oheiset sisältävät mm. kuntosaliharjoittelua, balettia, tanssia, kehonhuoltoa, ohjelmaharjoittelua sekä psyykkistä valmennusta. Näiden lisäksi jokainen luistelija käy vuosittain fysioterapeutin tarkastuksessa ja saa yksilöllistä ohjausta omiin kehityskohteisiinsa.

SM-novisien kilpailuohjelmassa on mahdollista saada arvo kaikkein korkeimman tason elementeistä. Tämän takia harjoittelussa painotetaan haastavampia elementtejä sekä vahvistetaan muodostelmaluistelun lajitaitoja entisestään keskittyen taidokkaaseen ja viimeistelyyn luisteluun. Opittuja yksilötaitoja kehitetään viikottaisella harjoittelulla ja urheilijat harjoittelevat mm. kaksoishyppyjä sekä vaativampia piruettivariaatioita.

Nicsihin siirryttäessä luistelijat opettelevat entistä enemmän vastuunottoa omasta harjoittelustaan. Valmentajan ja urheilijan välinen kommunikaatio kehittyy vastavuoroisempaan suuntaan ja luisteliijoita kannustetaan itsenäisempään toimintaan harjoittelussa sekä arjen hallinnassa.

Nicsit ovat nousseet viime kausien aikana SM-novisien kärkijoukkoon ja tavoittelevatkin mitalisijoja niin kotimaisissa kuin

kansainvälisissäkin kisoissa. Joukkue voitti lohkonsa molemmat SM-valintakilpailut tällä kaudella ja kausi huipentui Espoon Jäätäreiden ensimmäiseen muodostelmaluistelun Suomen mestaruuteen Nicsien voittaessa SM-kultaa Turussa helmikuun lopussa. Joukkue luisteli voittoon lisäksi kauden molemmilla kansainvälisillä jäillä, sekä Trophy d'Ecosse -kilpailussa Skotlannissa tammikuussa että Marie Lundmark Trophyssä Helsingissä helmikuussa. Kaudella 2021–2022 Nicsit tekivät myös historiaa voittaessaan EsJt:n ensimmäisen muodostelmaluistelun SM-hopeamitalin.

JOUKKUEEN VASTUUVALMENTAJAT KAUDELLA 2023–2024:

Hanna Jerkku ja Anna Karjalainen
Joukkuetta valmentavat myös: Henriikka Latva, Jenni Rahko ja Noora Solaranta
Balettiopettaja: Riina-Kaisa Huovila
Kuntovalmentajat: Marena Höglund, Antti Leirimaa ja Pauliina Nuotioma
Psyykinen valmennus: Jaana Blom
Joukkueenjohtajat: Tea Maasalo ja Sanna Nykänen
Huoltajat: Sisko Hilska, Katri Kilpeläinen ja Lotta Simola

JOUKKUEEN KAUDEN OHJELMA: Calling for Rain

VALLEY BAY SYNCHRONETTES

MINORIT

LUISTELIJAT

Doyu Natsuko
Inkinen Pinja
Jokinen Minka
Kivi lines
Koskela Vuokko
Koskinen Frida
Laine Lumi
Leino Anni
Leppävuori Aada
Luumi Aino
Maasalo Lilia
Mansukoski Jessica
Mantere Sylvi
Martevuo Lumi
Niemi Aino
Niemi Sanni
Petäjä Iida
Puttonen Julia
Rantavuori Kaisla
Ritamäki Isla
Rostila Elisabet
Sahu Tanvi
Siitari Ariel
Simström Lilja
Sintonen Ines-Alexandra
Sivén Saana
Tiainen Hertta
Toivakainen Ada
Tuomi Sointu
Viinikkala Lumi
Yang Viann
Ylitalo Senja



Valley Bay Synchronettes -joukkueessa luistelee iältään 9–13-vuotiaita luistelijaita ja joukkue kilpailee Minorit-sarjassa. Kaudella 2023–2024 joukkueessa luistelee 32 innokasta ja motivoitunutta luistelijaa.

Nettesit harjoittelevat viisi kertaa viikossa jäällä ja oheisissa 2–3 tuntia kerralla. Harjoittelun tärkein tavoite on vahvan pohjan luominen SM-joukkueisiin siirtymistä varten. Jäätreeneit painottuvat vahvasti yksilötaitojen harjoitteluun muodostelmaosaamista unohtamatta. Jäällä harjoitellaan perusluistelua, yksinluistelun elementtejä, askeleiden puhtautta ja muodostelmataitoja mm. rinvhallintaa, rytmiä ja tulkintaa. Oheisissa Nettesit pääsevät harjoittelemaan monipuolisesti eri taitoja mm. fysiikkaa, balettia, tanssia, hyppyjä ja piruetteja sekä kerran viikossa OVO-valmentajan kanssa liikkuvuutta.

Nettесеissä luistelun ilo, rohkeasti heittäytyminen ja täysillä tekeminen ovat läsnä jokaisessa treenissä. Yhdessä joukkueka-

vereiden kanssa harjoittelu on hauskaa ja samalla vauhti ja taidot kehittyvät huimaa vauhtia.

Nettesit sijoituivat upeasti sijalle neljä edellisen kauden loppukilpailuissa 2022–23. Kauden 2023–24 käydyistä kilpailuista [Nettesit luistelivat pronssille kansallisten sarjojen 1. kilpailusta.](#)

JOUKKUEEN VASTUUVALMENTAJAT KAUDELLA 2023–2024:

Hanna Jerkku, Marena Höglund ja Tiia Poikajärvi
Joukkuetta valmentavat myös: [Oona Janatuinen](#) ja [Kia Janatuinen](#)
Balettiopettaja: [Riina-Kaisa Huovila](#)
Joukkueenjohtajat: [Niina Mantere](#), [Lia Jokinen](#) ja [Laura Ylitalo](#)
Huoltajat: [Sari Eteläinen](#), [Pilvi Inkinen](#), [Outi Simström](#), [Jenny Viinikkala](#)

JOUKKUEEN KAUDEN OHJELMA:

Tarzan

VALLEY BAY SYNCHROKIDS

TULOKKAAT

LUISTELIJAT

Arkoma Vera
Haka Aino
Hannuksela Klara
Heikkilä Aino
Hietala Heli
Juola Jasmin
Juvamo Essi
Kalliola Jemina
Kirjavainen Emelie
Kivi Elsa
Kokko Zoja
Kokkonen Sara
Korpikari Isla
Kostromitinova Vasilisa
Laakso Veea
Laaksonen Emma
Liekola Helen
Liljeroos Isla
Paajanen Alisa
Paasonen Seela
P. Elle
Polimera Gasha
Pyykkönen Jade
Rantala Milla
Reijonen Kiira
Ren Julianna
Sinitsyna Julia
Sokha Lilia
Tuomi Saga
Viinikainen Emilia
Viinikanoja Elle
Visuri Inari



Valley Bay Synchrokids -joukkue on muodostelmajoukkueidemme kuopus, jonka luistelijat ovat 7–10-vuotiaita. Joukkue kilpailee Tulokkaat-sarjassa. Kaudella 2023–2024 Kidseissä on 32 luistelijaa, joista jokainen osallistuu kauden aikana esiintymisiin ja kilpailuihin. Kidseissä keskitytään perusluistelutaitojen ja muodostelmaluistelun peruselementtien opetteluun sekä harjoitellaan joukkueeseen kuulumista ja kaveritaitoja.

Kidsien treeniviikko on nelipäiväinen ja se sisältää luistelun lisäksi mm. lajioheisia, kehonhallintaa, voimistelua ja balettia. Joukkueessa treenataan iloisella mielellä, eikä treeneistä ääntä tai vilskettä puutu.

Tämän kauden onnistumisia ovat olleet mm. kultamitalit Alue-mestaruuskilpailuista Tikkurilasta sekä hopeamitalit Mupi-sarjojen 2. valintakilpailuista Keravalta. Tulokkaiden loppukilpailu kisataan Lahdessa maaliskuun puolessa välissä.

JOUKKUEEN VASTUUVALMENTAJA KAUDELLA 2023–2024:

[Oona Janatuinen](#)
Joukkuetta valmentavat myös: [Kia Kojo](#), [Kia Janatuinen](#), [Hanna Jerkku](#) ja [Eveliina Taipale](#)
Balettiopettaja: [Vilma Tissari](#)
Joukkueenjohtajat: [Sari Eteläinen](#), [Pauliina Viinikanoja](#) ja [Hanna Visuri](#)
Huoltajat: [Johanna Aarnisalo](#), [Kieng Heikkilä](#), [Pannu Heikkilä](#), [Hanna Kiviniitty](#), [Marika Korpikari](#), [Tanja Pyykkönen](#) ja [Johanna Rantala](#)

JOUKKUEEN KAUDEN OHJELMA:

Leikki on lasten työtä

VALLEY BAY SYNCHROSTARS

KANSALLISET SENIORIT

LUISTELIJAT

Ahlstedt Linnea
Eklund Vera
Gilbert Malaika
Harlas Aamu
Hinkka Oona
Kivi Alisa
Ojamies Miiu
Puu Sandra
Raunio Aada
Riipinen Minna
Ruusunoksa Ida
Saari Wilma
Salovaara Thea
Veijalainen Anna
Visuri Laura
Vuorenpää Tiia
Åhlfors Mona
Änkö Netta



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

Valley Bay Synchrostars -joukkue kilpailee Kansalliset Seniorit -sarjassa.

JOUKKUEEN VASTUUVALMENTAJANA KAUDELLA 2023–2024:

Riikka Vaaja
Joukkuetta valmentaa myös: Venla Karpansalo
Joukkueenjohtaja: Kati Salovaara

JOUKKUEEN KAUDEN OHJELMA:

Toteemi



VALLEY BAY SYNCHROSTORM

KANSALLISET JUNIORIT

LUISTELIJAT

Grönlund Anni
Gädda Nonoko
Himberg Elli
Holopainen Nenna
Hynninen Freja
Järventausta Iiris
Koskinen Jonna
Kulju Selina
Laajanen Alessia
Nieminen Neea
Oikarinen Meeri
Pulli Helmi
Pulli Sade
Rasila Siiri
Repo Julia
Räikkönen Elsi
Suursalmi Elli
Varpula Sanni
von Hertzen Eea
Wirgentius Emilia



Valley Bay Synchrostorm on perustettu keväällä 2021 ja on näin seuramme uusin muodostelmaluistelujoukkue. Joukkueeseen kuuluu 20 motivoitunutta luistelijaa, joilla on luistelutaustaa SM-sarjojen tai kansallisen puolen joukkueista. Stormit harjoittelevat jäällä kahdesti viikossa sekä yksilö- että muodostelmataitoja. Oheisharjoittelussa keskitytään fysiikka- ja lajiharjoittelun lisäksi mm. tulkinnan syventämiseen. Stormeja yhdistää rakkaus lajiin. Tärkeintä on luistelun nautinto ja onnistumisen kokemukset yhdessä joukkueen kanssa!

Valley Bay Synchrostorm -joukkue kilpailee Kansalliset juniorit -sarjassa.

JOUKKUEEN VASTUUVALMENTAJANA KAUDELLA 2023–2024:

Tiia Poikajärvi ja Katariina Saarinen
Joukkuetta valmentaa myös: Marena Höglund
Joukkueenjohtajat: Laura Wirgentius ja Marja Nieminen
Huoltaja: Suvi Peussa

JOUKKUEEN TEEMA 2023–2024:

Finding Inner Peace



VALLEY BAY SYNCHROSTYLE

KANSALLISET JUNIORIT

LUISTELIJAT

Aalto Pihla
Aarvala Erika
Concu Sara
Haikonen Laura
Halonen Sara
Heikkinen Viivi
Jantunen Paula
Kulmala Ronja
Kyllönen Laura
Lahtinen Inka
Lück Alexandra
Löytty Laura
Nadimpalli Anwita
Neva Heidi
Nurmi Alva
Sorsa Siiri
Varstala Maria
Viitanen Pinja
Voima Saara
Westerinen Elisabet



Valley Bay Synchronstyle -joukkueessa luistelee 20 ahkeraa ja motivoitunutta luistelijaa, joiden luistelutaustat koostuvat SM-sarjojen ja kansallisten sarjojen joukkueista sekä yksinluistelupuolelta. Stylet harjoittelevat jäällä yhteensä kolme kertaa viikossa. Valmentajat kannustavat joukkuetta kehittämään omaa perusluistelutaitoaan, harjoittelemaan uusia muodostelmaluistelulementtejä ja kehittämään entistä monipuolisemmiksi urheilijoiksi.

Oheiset pidetään myös kolmesti viikossa. Silloin panostetaan erityisesti fyysisen kehittämiseen, ohjelman hiomiseen sekä ilmaisuun. Kauden aikana joukkue on päässyt jälleen tositoimiin myös kisajäillä, 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 Kansalliset Juniorit -sarjassa.

JOUKKUEEN VASTUUVALMENTAJAT KAUDELLA 2023–2024:

Emmi Taipale ja Eveliina Taipale
Joukkuetta valmentaa myös: Katariina Saarinen
Joukkueenjohtajat: Pauliina Löytty ja Annaliisa Lukas
Joukkueenhuoltaja: Minna Sorsa

JOUKKUEEN TEEMA 2023–2024: Optimistic

VALLEY BAY SYNCHROSHINE

KANSALLISET NOVIISIT

LUISTELIJAT

Anttila Isla
Chauhan Sofia
Elo Iida
Gran Iida
Helenius Kerttu
Klemetti Iiris
Koljonen Felix
Kotro Kaisla
Kramareva Veronika
Laakso Aava
Langén Tilda
Malmivaara Alissa
Markman Antonina
Mäkipää Helmi
Niinimäki Anna
Oikarinen Jenni
Paatero Minerva
Paavolainen Anna
Rapila Soma
Savin Elle
Sigg Aniko
Sipola Saimi
Suila Meeri
Varstala Anna
Vihervaara Eevi



Valley Bay Synchronshine -joukkueessa luistelee 25 innokasta luistelijaa. Kivassa porukassa on mukava treenata kolme kertaa viikossa sekä jäällä että oheisissa. Kauden aikana kaikki pääsevät lisäksi näyttämään taitojaan kilpailuissa ja esiintymisissä. Joukkueen tavoitteena on harjoitella positiivisella asenteella jatkuvasti kehittyen. Tärkeintä on yhdessä tekeminen, urheilijaksi kasvaminen ja ennen kaikkea luistelun ilo!

Valley Bay Synchronshine -joukkue kilpailee Kansalliset Novisit -sarjassa.

JOUKKUEEN VASTUUVALMENTAJANA KAUDELLA 2023–2024:

Sara Leppänen
Joukkuetta valmentaa myös: Oona Janatuinen ja Paula Lehto
Tanssinopettaja: Vilma Tissari
Joukkueenjohtajat: Anna-Maija Moilanen ja Laura Klemetti
Huoltajat: Anna Elo ja Riikka Kiviharju

JOUKKUEEN TEEMA 2023–2024: Kolme toivomusta

VALLEY BAY SYNCHROSPIRIT

AIKUISET

LUISTELIJAT

Antman Susan
Backman Aliisa
Hamarila-Thekaston Tuuli
Hilksa Mervi
Hiltunen Ella
Illman-Ylinen Camilla
Jakobsson Marika
Juurakko-Lehikoinen Suvi
Korpivaara Ida
Laine-Kokki Kati
Lammi Kirsi
Lampi Taina
Lehto Majja
Mannerkoski Johanna
Metsämäki Katri
Mäkelä Tiina-Kaisa
Palmu Liisa
Palsola Marja-Riitta
Pietarsaari Hanna
Poulsen Hanna
Rautee Riina
Rinnankoski-Tuikka Rita
Savijoki Katariina
Siponen Petra
Toivonen Suvi
Ylikulppi Johanna



Huumorintaju, sinnikkyys ja #noprobem kuvaavat erinomaisesti Valley Bay Synchrospirit -aikuisjoukkuetta. Nauru raikaa sekä kopissa että jäällä Spiritien perjantai-illan harjoituksissa. Joukkueen treenien tavoite on jatkuva uuden oppiminen ja kehittyminen yhdessä joukkueena. Osa joukkueen luisteliijoista on aloittanut luistelemisen vasta aikuisiällä!

Valley Bay Synchrospirit -joukkue kilpailee Aikuiset-sarjassa.

JOUKKUEEN VASTUUVALMENTAJINA KAUELLA 2023–2024:

Pauliina Nuotimaa

Joukkueenjohtaja: Johanna Ylikulppi

JOUKKUEEN TEEMA 2023–2024: Who can you trust?



VALLEY BAY SYNCHROHEARTS

MASTERS

LUISTELIJAT

Auranen Laura-Maria
Heinonen Sofia
Hellström Sara
Herva Julia
Hjerppe Lotta
Hjort Meri
Häyrinen Mia
Kivinen Nina
Klemola Tiia
Koskinen Karoliina
Kytölä Kaisa
Latva Mariikka
Leino Saara
Leivo Marie
Liimatainen Rosa
Lindborg Nea
Manninen Jonna
Rihtamo Ringa
Rinne Emilia
Saloranta Maiju
Varjoniemi Iisa
Wagner Erika
Wuoristo Outi



Valley Bay Synchrohearts on toinen seuran aikuisjoukkueista. Se kilpailee entisille kilpatason muodostelmaluisteliijoille suunnatussa Masters-sarjassa. Heartseja yhdistää rakkaus lajiin ja rento tekemisen meininki. Joukkue harjoittelee suurella sydämellä kerran viikossa.

JOUKKUEEN VASTUUVALMENTAJINA KAUELLA 2023–2024:

Marena Höglund

Joukkueenjohtajat: Nea Lindborg ja Outi Wuoristo

Huoltajat: Meri Hjort ja Erika Wagner

JOUKKUEEN TEEMA 2023–2024: Taboo





Voitto 1. valintakilpailuista. Kuva Janne Koistinen.

SYNCHROISTA KEHITTYI SUOMEN PARAS JOUKKUE

Huhtikuussa 2023 aloitettiin Synchronin uusi kausi 2023–2024 hyvillä mielin, sillä joukkueen takataskussa oli junioreiden SM-pronssimitali edelliseltä kaudelta. Jojat **Riina Rautee** ja **Johanna Rantala** tunsivat monet tytöistä jo entuudestaan ja seurasivat iloiten, kuinka uusi joukkue nivoutui tiiviiksi yhteiseksi. Tällä kaudella oli suuri etuoikeus päästä näkemään ja kokemaan luistelijoiden onnistumisen riemua!

MITALISADETTA

Synchrot lähtivät tavoittelemaan menestystä, mutta voitto 1. SM-valintakisoissa oli jopa pieni yllätys ja Synchro-historian ensimmäinen. Mitalijuhlien jälkeen intensiivistä treenaamista jatkettiin, mikä palkittiin Synchro Tour Finland -iltakilpailuissa hopea- ja kultamitaleilla. Joulukuussa pidetyistä 2. SM-valintakisoista Synchrot nappasivat jälleen kultaa! Joukkue pokkasi kultamitalin myös pääkaupunkiseudun aluemestaruuskisoissa.

Synchronin kausirunkoon kuului kaksi ulkomaankilpailua, joissa päästiin testaamaan myös joukkueen kykyä sopeutua muutoksiin, kun esimerkiksi aikataulut yllättäen muuttuivat. Tsekin Santa Claus Cup:ista tuotiin kotiin upea pokaali ja hopeamitalit. Tammikuun lopulla Trophy d'Ecosse

-kisassa Skotlannissa saavutettiin Synchronin ensimmäinen muodostelmaluistelun Challenger-sarjan voitto ja kerättiin arvokkaita ranking-pisteitä.

“JA MIKSI TÄSSÄ OIKEIN KÄVI NÄIN?” - JOUKKUEEN TUNNELMIA

Joukkueen kapteeni **Olivia Hyttinen** toteaa, että iso osa joukkueesta on EsJt:n kasvatteja. Synchroissa parasta on se, miten tiivis yhteisö meistä muodostuu kauden aikana luistelijoiden, valmentajien, jojojen ja huoltajien kesken. Se on suuri voimavara ympäri vuoden kilpailuissa ja treeneissä. Pidämme joukkueena aina pilkettä silmäkulmassa eli arkiharjoittelumme on hyvin nauruntäyteistä, vaikka treenaamme tavoitteellisesti.

Kilpailukauden upea menestys on nostanut joukkueen itsevarmuutta kilpailutilanteissa. Onnistumisen fiilis 1. SM-valintakisoissa todisti meille, että kova työ on tuottanut tulosta. Jäähallissa oli maaginen tunnelma, jota ollaan muisteltu joukkueen kanssa useasti kauden mittaan. Tuntui kuin koko halli olisi ollut meidän puolella ja tästä erityiskiitos kuuluu kaikille meidän huikeille kannattajille! Menestystä oli ihanaa juhlaa Synchro-yhteisön ja alumnien kanssa.

MAHTIKAUDEN RESEPTI

Synchronin valmennustiimi **Jenni Rahko**, **Henriikka Latva** ja **Anna Karjalainen** pohtivat, että seuraava kausi rakentuu jossain määrin aina edellisen kauden päälle. Tällä kaudella edellisen kauden onnistumiset, ja uudenvuoden mentaliteetti kisaamiseen loivat hyvän pohjan. Kun myös joukkueen vaihtuvuus oli suhteellisen pientä, taidollisesti pystyimme jatkamaan siitä, mihin edellisellä kaudella oli jääty.

Valmennus on jo useamman vuoden ajan keskittynyt luistelijoiden yksilötaitoihin sekä askeltekniikkaan. Kauteen lähtiessä tiesimme niiden olevan jo erinomaisella tasolla, toteaa Jenni. Kevään suurin tavoite oli kehittää luistelijoiden vauhdintuottoa ja onnistua tuomaan vauhtia lisää ohjelmiin. Lisäksi halusimme panostaa erityisesti ohjelmien tulkinnan syventämiseen ja esiintuomiseen jo ohjelmien rakennusvaiheessa. Nämä kaikki korostuvat lyhytohjelmassa Toinen ulottuvuus, joka on konseptiltaan hieman erilainen Synchronin aikaisempiin ohjelmiin verrattuna.

Erityisen upeaa meidän on ollut katsella Synchronin mieletöntä suoriutumista kisasta toiseen tällä kaudella -rennosti ja päättäväisesti. Monta vuotta ollaan tehty töitä ja oltu jo lähellä ihan kärkeä, mutta se kirkkain mitali oli vielä ottamatta. Sitten, kun se muuttui todeksi, niin riemuhan siinä repesi ja tuntuu, että useiden vuosien pitkäjänteinen työ kulminoitui niihin hetkiin.

SUOMEN YKKÖSMAAJOUKKUE JA SM-KULTAA

SM-junioreiden kausi jatkui jännitysnäytelmänä suomalaisjoukkueiden kesken. Jaossa oli vain kaksi MM-edustuspaikkaa, joiden nimitykset ratkesivat Marie Lundmark Trophyssä. Nordiksen yleisö eli vahvasti mukana tukien, kun



Trophy d'Ecosse -kisassa Skotlannissa saavutettiin Synchronin ensimmäinen Challenger-sarjan voitto.

Synchrot luistelivat kauden kokonaispiste-ennätyksensä 197,50 menestyen suomalaisjoukkueista parhaiten sekä kisassa että kauden keskiarvopisteissä. Suuri unelma toteutui, kun joukkue nimitettiin Suomen ykkösmaajoukkueeksi!

Eikä tässä vielä kaikki! Suomessa kisakausi päättyi 24.-25.2. järjestettyihin SM-kisoihin, joista Synchrot voittivat ansaitusti Suomen mestaruuden.

Synchronin maailmanmestaruustaistoa lähtee kannustamaan suuri määrä faneja. Kausijulkaisua kirjoittaessa tuore maajoukkue valmistautuu junioreiden MM-kisoihin, jotka pidetään Sveitsin Neuchâtelissa 15.-16.3.

EsJt:ssä on tehty upeaa pitkäjänteistä työtä, josta Synchronin menestyskausi on mahtavan hieno esimerkki. Toivottavasti tämä kannustaa kaikkia luistelijointa harjoittamaan, kisaamaan ja nauttimaan hienosta harrastuksesta suurella sydämellä!



Vapaaohjelmana kaudella 2023–2024 oli Pieni Merenneito.

VAPAAEHTOISTYÖTÄ SUURELLA SYDÄMELLÄ



Kuvat: Riina Rautee ja Janne Koistinen.

Espon Jäätaiturit, kuten lähes jokainen urheiluseura Suomessa, tukeutuu toiminnassaan vapaaehtoistyöhön. Seuran aktiiviset vapaaehtoiset ovat näkymätön taustavoima, joita ilman seuratoiminta ei pyörisi. Minun, sinun, meidän, äitien ja isien, muiden sukulaisten, aktiiviuransa lopettaneiden luistelijoiden ja innokkaiden fanien panos on korvaamatonta.

Seurayhteisö on täynnä erilaisia rooleja ja kaikki niistä ovat tärkeitä. Tarvitaan valmentajia, jotta lapset ja nuoret saavat mahdollisuuden kehittyä ja oppia turvallisessa ympäristössä. Tarvitaan seuran hallintoa pyörittäviä ammattilaisia, jotta aikataulut, tilat ja budjetit ovat kunnossa. Tarvitaan rakastavia ja välittäviä kotijoukkoja, jotka kuljettavat, kannus-

tavat ja kustantavat. Näiden lisäksi tarvitaan vapaaehtoisia ja tämän roolin voi ottaa kuka tahansa.

Oman ajan ja osaamisen antaminen seuran käyttöön vapaaehtoistyön muodossa on tärkeää seuran toiminnan ja jatkuvan kehityksen kannalta. Sopivia tehtäviä löytyy jokaiselle halukkaalle: yhdelle sopii pullien paistaminen talkookahvilaan, toinen tykkää suunnitella ja tehdä seuran viestintää, kolmas innostuu vaikka kilpailutoiminnan järjestämisestä ja joku haluaa vaikuttaa asioihin seuran hallituksessa. Kaikkia tarvitaan ja kaikki ovat yhtä tervetulleita.

Kilpailut ja tapahtumat ovat seuralle suuria ponnistuksia ja vapaaehtoisten kannalta suuritöisimpiä kokonaisuuksia. Vapaaehtoistyö on kuitenkin elinehto, sillä ilman vapaaehtoisia ei kisoja pystyttäisi järjestämään. Jokaisen kilpailun taustalla on joukko ihmisiä, jotka antavat aikaansa ja osaamistaan saadakseen kilpailutapahtuman aikaiseksi. Onneksi näitä vapaaehtoisia on riittänyt ja seuramme tunnetaankin osaavana ja luotettavana kilpailujärjestäjänä ja espoolaiset vapaaehtoiset ovat tärkeässä roolissa myös Suomen Taitoluisteluliiton järjestämissä kansainvälisissä kilpailuissa. Jäätaitureita oli mukana esimerkiksi tammikuussa 2023 taitoluistelun EM-kilpailuissa useissa eri tehtävissä kuten kilpailunjohtossa, kisatoimistossa, hallipalveluissa, rakentamassa, jäänkunnostuksessa, tulospalvelussa ja valokuvamassassa.

Vapaaehtoisen kannalta on tärkeää, että toiminta on mukana olemisen arvoista. Hyvät kokemukset kannustavat jatkamaan ja houkuttelevat myös uusia toimijoita mukaan, tekemään töitä rakkaudesta lajiin. Yhdessä tekeminen luo vahvoja yhteisöllisyyden, osallisuuden ja yhteenkuulumisen kokemuksia. Kun yksi toimii kaikkien ja kaikki yhden puolesta, seuralla on avaimet yhteiseen menestykseen. Iso kiitos kaikille vapaaehtoisille, teidän ansiostanne meillä on mahdollisuus harrastaa ja kilpailla!

Oletko ensiaputaitoinen, innostutko valokuvauksesta, osaatko graafista suunnittelua, onko sinulla järjestyksenvalvojakortti tai ideoita varainhankintaan? Toivotamme ilolla uudet jäsenet tervetulleeksi toimintaamme. Mukaan voi tulla omien resurssien mukaan, arvostamme suuresti kaikkea seuran hyväksi käytettyä aikaa ja osaamista! Ota yhteyttä seuran toiminnanjohtajaan: toiminnanjohtaja@espoonjaataiturit.fi



Kuva: Suomen taitoluisteluliitto, Emmi Koskiniemi.

URHEILIJAN PUOLELLA – OIKEUDENMUKAISESTI JA TASAPUOLISESTI



Henriikka Shanghai Trophyssa 2023.

Niin kotimaisissa kuin kansainvälisissäkin taitoluistelukisoissa jäätaiturit voivat bongata tuttuja nimiä kisan teknisessä paneelissa. Oman yksinluistelu-uransa Espoon Jäätaitureissa luistellut **Sari Hakola** ja muodostelmavalmentajamme **Henriikka Latva** toimivat huipputason teknisinä spesialisteina.

Molempien uran startti on seurausta vuoden 2005 sääntöuudistuksesta.

- Olin lopettamassa urheilu-uraani ja sääntöuudistuksen myötä Suomessa oli tarvetta teknisen paneelin jäsenille, Sari muistelee.

- ISU:n uutta arvointijärjestelmää käytettiin ensi kertaa Suomessa

”Kaikki lähtee siitä, että me arvioijat teemme kaikkemme oikeudenmukaisen, tasa-arvoisen ja läpinäkyvän tuomaroinnin eteen aina, kun saamme kunnian toimia tässä luottamuksellisessa tehtävässä.”

Sari Hakola

kaudella 2005–2006. Luistelijana kiinnostuin lukemaan uusia sääntöjä, ja päätin jo silloin, että luistelu-uran jälkeen haluan kouluttautua nimenomaan spesialistiksi, kertoo Henkka oman kiinnostuksen syttymistä.

Kilpailuissa tekniset spesialistit määrittelevät ohjelmassa suoritettavat elementit ja niiden vaikeustasot.

Molemmat korostavat, että teknisen paneelin työ on tiimityötä.

- Jokainen tiimin jäsen tuo oman panoksensa tulosten oikeudenmukaisuuden eteen. Yhteistyö on harmonista ja jouhevaa, kun jäsenten lajituntemus, vuorovaikutustaidot ja paineensietokyky ovat korkealla tasolla ja toiminta paneelissa saadaan rytmitettyä kuin yhdeksi yksiköksi, Sari kuvailee paneelin toimintaa.

Sarin ja Henkan puheissa toistuu usein oikeudenmukaisuus.

- Kaikki lähtee siitä, että me arvioijat teemme kaikkemme oikeudenmukaisen, tasa-arvoisen ja läpinäkyvän tuomaroinnin eteen aina, kun saamme kunnian toimia tässä luottamuksellisessa tehtävässä, Sari kertoo.

Teknisen spesialistin työ vie aikaa paljon enemmän kuin itse kilpailutapahtumiin käytetyn ajan.

- Näen teknisen spesialistin toimen elämäntapana: kaikki tiedonjano, mielenkiintoiset keskustelut ja arjen havainnot lajista kartuttavat kompetenssia, jolloin on melkein mahdotonta mitata

aikaa, jonka spesialistina toimiminen vie, Sari toteaa.

Millaisia unelmia spesialisteillamme on tulevaisuuden suhteen?

- Tavoitteeni tulevaisuudelle on säilyttää nöyryys oppia ja kehittyä jatkuvasti, ansaita laji-ihmisten ja ennen kaikkea urheilijoiden luottamus. Jos joskus kaikki tämä huipentuisi vaikka tehtäväkutsuun olympialaisissa, voisin todeta suuren unelman toteutuneen, Sari kertoo.

- Lajin ja sääntöjen jatkuvassa muutoksessa tässä roolissa ei ole koskaan valmis, ja on aina tilaa kehittyä edelleen. Jatkossakin haluan päästä arvioimaan isoja kilpailuja, sekä olemaan mukana kouluttamassa uusia teknisiä, Henkka kertoo omista tavoitteistaan.

Pitkälle ovat molemmat jo päässeet. Henkka pääsi ensimmäisiin arvokilpailuihin eli MM-kisoihin vuonna 2022. Sari puolestaan oli ensimmäistä kertaa arvokisojen teknisessä paneelissa kuluvalla kaudella EM-kisoissa Kaunasissa Liettuassa.



Sari Hakola toimii teknisenä spesialistina.

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 miettisikään. 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 liikkueissa kehittyvät taidot edesauttavat myös muuta oppimista.

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

KOULULAISTEN ALKEISHARRASTERYHMÄT (7-VUOTIAASTA ALKAEN)

Kouluikäisten harrasteluistelussa on mahdollista aloittaa alkeista. AH ryhmän sisällä on 2 tasoryhmää:

1. aloitteleville ja vähän luistelleille
2. vähän aikaa luistelua harrastaneille jotka osaavat jo perusteita.

Kouluikäisten ryhmistä nousee luistelijaita harrastusryhmiimme ja sitä kautta myös muodostelmaluistelun kansallisiin joukkueisiin. Luistelu on hauskaa ja monipuolista liikuntaa. Ryhmissä harjoitellaan hyvällä fiiliksellä, ammattitaitoisten ohjaajien johdolla!

MITEN PÄASEN MUKAAN?

Luistelukoulun syyskausi alkaa syyskuussa ja talvikausi tammikuussa. Mukaan voi tulla vielä kauden jo alettua, jos ryhmissä on tilaa. Esiintymiset Pikujoulupiruetissa ja kevätissä jääshowssa huipentavat kauden.

**AIKATAULUT JA RYHMÄT LÖYTYVÄT NETTISIVUILTAMME
MYÖHEMMIN KEVÄÄLLÄ / KESÄLLÄ 2024:
WWW.ESPOONJÄÄTAITURIT.FI**

HARRASTUSRYHMÄT

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

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 ja edetä taitojen karttuessa tasoilla eteenpäin.

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

LASTEN JA NUORTEN RYHMÄT:

AH ALKEISHARRASTERYHMÄT 7-12-VUOTIAILLE

-ryhmän sisällä on 2 tasoryhmää: 1. aloitteleville ja vähän luistelleille 2. vähän aikaa luistelua harrastaneille, jotka osaavat jo perusteita. Ryhmässä voidaan harjoitella myös perustaitojen lisäksi yksinluistelun ja muodostelmaluistelun alkeita ryhmän taitotasosta riippuen.

H1-ryhmä on noin 7–10-vuotiaiden lasten harrastusryhmä, joka harjoittelee kaksi kertaa viikossa jäällä ja kerran oheisissa. H1-ryhmässä harjoitellaan perusluistelua, temppeja ja muodostelmaluistelun perustaitoja.

H2-ryhmä on noin 9–12-vuotiaiden lasten harrastusryhmä, jossa kouluikäiset edistyneet harrastajat voivat luistella kaksi kertaa viikossa. Luistelun lisäksi H2-ryhmällä on oma jumppa kerran viikossa. H2-ryhmästä voi taitojen karttuessa siirtyä edelleen muodostelmaluistelun pariin, esim. Valley Bay Synchronshine-joukkueeseen.

H3-ryhmä on noin 12–17-vuotiaille taitaville harrastajille tarkoitettu ryhmä. Ryhmässä jatketaan perusluistelun ja askeleiden harjoittelua eteenpäin, hyppyjä ja piruetteja sekä muodostelmaluistelun elementtejä. Luistelijat voivat esittää toiveita tuntien sisältöön. Ryhmä harjoittelee kerran viikossa pitkillä 80 minuutin jäällä ja kerran viikossa oheisissa.

NUORTEN TREENIRYHMÄ — Taitaville 16–24-vuotiaille kilpajäät jättäneille luistelijaille. Jäällä voidaan harjoitella niin yksilötaitoja kuin fiilistellä muodostelman elementtejäkin ryhmän toiveiden mukaan.

AIKUISTEN RYHMÄT:

ALOITTAVAT AIKUISET JA NUORET — Ryhmä on tarkoitettu luistelua aloitteleville aikuisille ja yli 15-vuotiaille nuorille. Tunneilla haetaan tuntumaa jäähän ja harjoitellaan perusluistelun alkeita aloittaen eteen- ja taaksepäin liikkumisesta jäällä ja jarruttamisesta. Kauden edetessä opetellaan mm. erilaisia liukuja sekä tutustutaan kaariin ja peruskäännöksiin.

TEKNIikka 1 — Ryhmä jo vähän aikaa luistelleille aikuisille; keskitytään pääsääntöisesti kaariin, perusaskelisiin kuten kolmosiin, kantakäännöksiin ym. ja helpoimpiin askelsarjoihin. Liukuja sekä hyppyjen ja piruettien alkeita voidaan harjoitella satunnaisesti.

TEKNIikka 2 — Ryhmä jo hieman vauhdikkaammin luistelleille aikuisille, joilla perusaskleet ovat jo hallussa. Tunneilla keskitytään perusluistelun kehittämiseen. Tunneilla tehdään kaaria, liukuja, helppoja askeleita ja askelsarjoja (kolmoset, kantakäännökset) sekä opetellaan myös haastavampia askeleita (käänteet, vastakolmoset, choctawt). Satunnaisesti kokeillaan piruetteja ja hyppyjä.

TEKNIikka 3 — Ryhmä on tarkoitettu pidempään luistelleille aikuisille, joilla perusluistelu ja askeleet sujuvat hyvällä vauhdilla. Tunneilla keskitytään perusluistelun kehittämiseen ja tehdään erilaisia askeleita ja askelsarjoja sisältäen myös haastavampia askeleita. Satunnaisesti voidaan tehdä piruetteja ja hyppyjä.

MASTERS — Edistyneille muodostelmaluistelijaille tai esimerkiksi aktiiviuransa päättäneille luistelijaille tarkoitettu tekniikkatunti. Tunneilla tehdään mm. vauhdikasta kaari- luistelua, harjoitellaan vaikeampia askelsarjoja ja opetellaan uusia juttuja.

KEHITYSRYHMÄT

Espon Jäätaitureiden alle 8-vuotiaiden kehitysryhmässä luistele 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 luistelijoina tulee aikanaan kilpailevia yksinluistelijoina, osasta muodostelmaluistelijoina ja osasta taitavia harrastajia.

Tinteillä on peruskaudella viikoittain 3 jääharjoitusta ja 2 oheisharjoitusta.

PERHOSET: Perhosissa harjoitellaan monipuolisesti perusluistelutaitoja eli taitavaa perusluistelua eteen- ja taaksepäin, sirklauksia, 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 viikoittain 2 jääharjoitusta ja yksi oheisharjoitus.



KEHITYSRYHMÄTASO 3–4: N. 6–7 V.

MINI-TAITURIT: Mini-Taiturit on uusi, kaudelle 2023–24 perustettu yksinluistelun kehitysryhmä. Mini-Taiturit harjoittelevat 3–4 kertaa viikossa jäällä (luistelija voi valita harjoitteleeko 3 vai 4 kertaa viikossa) ja 2–3 kertaa oheisissa. Mini-Taitureissa opetellaan hyvää perusluistelua ja yksinluistelun alkeita (yksöishyppyjä ja peruspiruetteja). Mini-Taiturit eivät kilpaile, mutta esiintyvät seuran näytöksissä, kuten Pikkujoulu- ja joulupiruetissa ja kevään jääshowssa.

TAITURIT: Taitureissa opetellaan hyvää perusluistelua ja yksinluistelun alkeita (yksöishyppyjä ja peruspiruetteja). Osasta näistä luistelijoina tulee aikanaan kilpailevia yksinluistelijoina, osasta muodostelmaluistelijoina ja osasta taitavia harrastajia.

Taitureilla on peruskaudella viikottain 4 jääharjoitusta ja 3 oheisharjoitusta.

VALLEY BAY SYNCHROCUBS: muodostelmaluisteluun tähtäävä kehitysryhmä. Valley Bay Synchrocubseilla on peruskaudella viikoittain 3 jääharjoitusta ja 2 oheisharjoitusta.

Ikärajat suuntaa antavia.



LUISTELUN ILOA KEHITYSRYHMISSÄ



Luistelukoulun jälkeen innokkaat ja taitavat luistelijat voivat jatkaa kehitysryhmiin. Ensimmäinen kehitysryhmä on noin 4–5 -vuotiaille tarkoitettu Leppikset, joka harjoittelee jäällä kaksi kertaa viikossa. Ohjelmaan kuuluu myös oma Leppisjumpa.

Leppiksissä opetellaan hyvää perusluistelua ja yksinluistelun alkeita. Monille vanhemmille saattaa tulla hieman yllätyksenä, että jo niinkin nuoret lapset voivat aloittaa hieman tiiviimmän harjoittelun.

– Meidän perheen kannalta Leppikseen siirtyminen oli helppoa, ja kaksi kertaa viikossa treenaaminen tuntui luistelijan omasta mielestä kivalta **Sonja Laine** kertoo.

Hänen nyt 6-vuotias tyttärensä **Lila** on jo siirtynyt tällä kaudella **Mini-taiturit** -ryhmään, ja harjoittelee 4 kertaa viikossa. Treenimäärä siis nousi suoraan kahdesta neljään, ja tämä on ollut suurempi muutos.

– Välillä Lilaa on väsyttänyt, mutta jäällä on aina lopulta kivaa. Lilasta parasta luistelussa on luistelukaverit ja liu'ut, sekä kannustavat valmentajat. Olemme olleet tarkkoja lapsen jaksamisen kanssa. Jos on kovasti väsyttänyt, olemme pitäneet vapaapäivän. Tämä on tärkeää myös innostuksen säilymisen kannalta.

– Valmentajat huomioivat hyvin sen, että kyse on pienistä lapsista. Ja vanhempien pitää myös itse pitää heidät ajan tasalla luistelijan jaksamisesta. Valmentajat ovat hyvin ammattitaitoisia ja osaavia, **Sonja** kiittelee.

Myös **Leena Kujansuon** 5-vuotias tytär **Alina** nostettiin Mini-Taitureihin tämän luisteluvuoden Leppiksissä. Siirtyminen oli selkeä, varsinkin kun, lapsi oli itse innoissaan luistelusta ja ilmaisi oman tahtonsa edetä.

– Innostus ja ilo on pysynyt edelleen mukana, lisäksi matkaan on tarttunut kavereita, mikä tekee luistelusta vielä mukavampaa. Olemme saaneet treenimäärästä huolimatta



arjen hyvin pyörimään, toki suunnittelua tarvitaan, **Leena** huomauttaa.

Helena Tienhaaran 5-vuotias tytär **Stella** meni luistelukoulusta ensin Leppikseen, ja nyt hankin luistele jo Mini-Taitureissa.

– En alun perin edes ajatellut, että Stella kokeilisi Leppikseen, koska hän oli tuskin 4-vuotias. Sitten kuulin, että monet muutkin saman ikäiset luistelijat ovat menossa, ja sinne mekin sitten päädyimme. Stella oli uudesta ryhmästä tosi innoissaan, minulla oli enemmän sulatteleminen, **Helena** naurahtaa.

Sinänsä siirtyminen luistelukoulusta Leppikseen ei vielä ollut kovin iso muutos. Helenan mukaan Stella on edelleen todella innostunut luistelusta, ja jaksaa keskittyä hyvin harjoituksissa, vaikka päivät ovat välillä pitkiä. Uni tulee kyllä harkkapäivän jälkeen nopeasti. Into näkyy myös kotona. Luistelu-esityksiä hyppyyneen ja piruetteineen esitetään päivittäin olohuoneen lattialla.

– Vanhempien kannalta lisääntynyt treenimäärä luonnollisesti vaikuttaa arkeen. Yritän myös tunnustella Stellan fiiliksiä tarkasti. Tämän pitää olla lapsen harrastus ja lapsesta kivaa. Niin kauan kuin näin on, kaikki on hyvin. Lisäksi nykyään pitää kiinnittää huomiota riittäviin ja terveellisiin eväisiin, sillä arkena tulemme harkkoihin suoraan päiväkodista, **Helena** kertoo.

Lisääntynyt treenimäärä tuo tunnetusti haasteita erityisesti perheen arjen pyörittämiseen, varsinkin kun perheissä on usein muitakin harrastajia. Harrastusrumba vaatii arjen järjestelyjä muun muassa kyytien osalta.

– Luistelijan oma into ei kuitenkaan toistaiseksi näytä laantumisen merkkejä, joten eiköhän meidät löydä hallilta jatkossakin.

VALMENTAJAT KAUDELLA 2023–2024

YKSINLUISTELU:

Virpi Horttana on seuran päävalmentaja. Vippe on valmentanut Jäätaitureita vuodesta 1987 ja valmentanut mittavan joukon luistelijoitamme SM- ja PM-mitalisteiksi. Kaudella 2018–19 **Viveca Lindfors** nousi Vipun valmennuksessa EM-pronssille. **Laura Lepistö** saavutti Vipun valmennuksessa 3 mitalia Euroopan mestaruuskisoissa, joista kultainen tuli Helsingin EM-kisoissa vuonna 2009. Lisäksi Laura sai MM-pronssia 2010. Myös juniorien MM-tasolla Vipun luistelijat ovat saavuttaneet pistesijoja, joista viimeisimpänä **Linnea Cederin** 12. sija kaudella 2021–22. Vippe on Master Pro -valmentaja. Hän oli 2001–03 ja 2010–14 mukana kansainvälisen luisteluliiton valmennusprojektissa (ISU



development project). Projektissa paneuduttiin havainnoinnin, luennoin sekä testaamisen avulla ensisijaisesti lajin herkkyysskaiden huomioivaan valmentamiseen. Vuosina 2018–2021 hän oli mukana kansainvälisen luisteluliiton valmentajakoulutuksessa (Olympic Development Project), johon STLL hänet valitsi. Vippe on käynyt useita psyykkisen valmennuksen koulutuskonaisuuksia, joita Suomen valmentajat ja Sportfocus ovat yhteistyössä järjestäneet. Urheilumanageroinnin peruskoulutuksen hän suoritti vuosina 2013–14. Lisäksi Vippe on vuosien varrella ollut luistelijoiden kanssa lukuisilla opintomatkoilla mm. USA:ssa, Venäjällä, Virossa, Ranskassa ja Tanskassa. Valmentajien koulutusta hän on vetänyt Pohjoismaiden lisäksi myös Sveitsissä. Vippe valmentaa seuran yksinluistelijoina ja on K1a- ja K1b-ryhmien vastuuvälmentaja. Suomen taitoluisteluvalmentajat ry on valinnut Vipun yhteensä kahdeksan kertaa vuoden valmentajaksi (Ragnar Wikström Trophee).

Kati Perokorpi on päätoiminen valmentaja yksinluistelijoin. Kati on valmentanut vuodesta 1988 lähtien ja syksystä 2012 Jäätaitureissa. Kati on suorittanut Master Pro -lajivalmentajakoulutuksen sekä Kansallisen valmentajatutkinnon. Vuosina 2018–2021 Kati on osallistunut ODP-koulutukseen (ISU-valmennusprojekti) ja 2022–24 Henkisesti vahva urheilija -koulutukseen. Kati on vastuuvälmentajana K2- ja K3-ryhmillä.

Jutta Haapamäki on valmentanut vuodesta 2015 yksinluistelijoina ja kehitysryhmiä. Hänellä on 3. tason yksinluistelun valmentajakoulutus. Kaudella 2023–24 Jutta toimi vastuuvälmentajana K4-ryhmällä sekä kehitysryhmä Taitureilla.

Anna-Sofia Söderlund valmentaa yksinluistelijoina ja on Leppisten vastuuvälmentaja. Anna-Sofialla on taitoluistelun 2. tason valmentajakoulutus. Hän on valmistunut myös luokanopettajaksi.

Siiri Turunen on aloittanut valmentajana EsJt:ssä syksyllä 2023. Hän toimii luistelukoulun vastuuvälmentajana sekä valmentaa yksinluistelijoina ja kehitysryhmiä. Siiri on 2. tason yksinluisteluvalmentaja ja suorittaa parhaillaan valtiotieteiden maisterin tutkintoa. Ohjaaja- ja valmennuskokemusta Siirillä on jo 11 vuoden ajalta.

Lilli Saksela on aloittanut valmentamisen 2018. Lilli on suorittanut taitoluisteluohjaajan koulutuksen ja valmentaa Tinttejä ja yksinluistelijoina tarpeen mukaan.

Wilma Lindén on toiminut Mini-Taiturit -kehitysryhmän vastuuvälmentajana ja on apuna yksinluistelijoiden kilparyhmien valmennuksessa. Wilma on koulutukseltaan liikunnanopettaja ja 2. tason yksinluisteluvalmentaja. Hän on opiskellut yliopistossa myös muun muassa valmennus- ja testausoppia, liikuntapsykologiaa, varhaiskasvatusta sekä terveystietoa. Lisäksi Wilma on opiskellut Hints Performance Certified Coachiksi.

Laura Karhunen on aloittanut valmentamisen luistelukoulusta ja kaudella 2023–2024 hän on valmentanut yksinluistelijoina sekä kehitysryhmiä. Lauralla on usean vuoden valmennuskokemus maajoukkueuran ajalta.

Elina Järvinen on koulutukseltaan fysioterapeutti ja erikoistunut urheilufysioterapiaan. Hän on pitänyt yksinluistelijoiden fysioterapiatunteja vuodesta 2015 lähtien EsJt:ssä.

Josefiina Lahtinen valmentaa Tinttejä ja Mini-Taitureita sekä opettaa hyvää peruluistelua ja yksinluistelun alkeita. Josefiina valmentaa myös yksinluistelijoina.

Hanna Savolainen on toiminut yksinluistelijoiden tanssinopettajana vuodesta 2018 alkaen. Hanna on itse tanssinut konservatoriolla 11 vuotta nyky- ja jazztanssia sekä balettia. Siitä hän on siirtynyt streetlajien pariin, jonka jälkeen hän on monipuolisesti opiskellut eri tyyllilajeja.

KEHITYS- JA HARRASTERYHMIEN VALMENTAJAT:

Anna-Sofia Söderlund, Lilli Saksela, Kia Kojo, Jutta Haapamäki, Oona Janatuinen, Sara Leppänen, Nea Poikkeus, Wilma Lindén, Heidi Kunelius, Pauliina Nuotimaa, Eveliina Mikkola, Oona Nieminen, Emilia Wirgentius, Olivia Löytty, Mai Helske, Saga Höjjer, Kia Janatuinen, Eevi Kankaanranta, Oona Kesti, Essi Nousiainen, Siiri Turunen, Josefiina Lahtinen ja Laura Karhunen.

LUISTELUKOULU JA/TAI AH-RYHMIEN OHJAAJAT:

Sara Concu, Aamu Harlas, Saga Höjjer, Eevi Kankaanranta, Oona Kesti, Olivia Löytty, Eveliina Mikkola, Helmi Mikkonen, Sara Mustakari, Oona Nieminen, Nea Poikkeus, Unna Putaala, Anna Raivio, Julia Repo, Helmi Siiki, Saara Voima ja Emilia Wirgentius.

MUODOSTELMALUISTELU:

Henriikka Latva on päätoiminen valmentaja. Hän aloitti valmentamisen EsJt:ssä vuonna 2015. Henriikalla on valmennuskokemusta vuodesta 2007. Hänellä on muodostelmaluistelun 3. tason valmentajakoulutus. Henriikka on myös kansainvälisen tason tekninen spesialisti. Hän toimii vastuuvälmentajana Valley Bay Synchro ja Lumineers-joukkueilla sekä valmentaa myös Valley Bay Synchronics-joukkuetta.

Jenni Rahko on päätoiminen valmentaja. Jennillä on muodostelmaluistelun 3. tason valmentajakoulutus ja hänellä on myös HSO-Tradenomin tutkinto (2013), pääaineenaan viestintä. Jenni on valmentanut vuodesta 2008 ja EsJt:ssä vuodesta 2016. Jenni toimii vastuuvälmentajana Valley Bay Synchro ja Lumineers-joukkueilla. Hän valmentaa myös Valley Bay Synchronics-joukkuetta.

Anna Karjalainen on päätoiminen valmentaja. Hän on valmentanut vuodesta 2011 ja EsJt:ssä kevästä 2018. Koulutukseltaan Anna on fysioterapeutti ja on myös suorittanut 3. tason valmentajakoulutuksen muodostelmaluistelussa. Hän toimii vastuuvälmentajana Valley Bay Synchronics sekä Synchro-joukkueissa.

Hanna Jerkku on valmentanut vuodesta 2015 ja EsJt:ssä kevästä 2019 lähtien. Hannalla on työkokemusta niin yksinluistelun kuin muodostelmaluistelun valmentamisesta. Hanna on koulutukseltaan liikuntaneuvoja ja suorittanut muodostelmaluistelun 2. tason valmentajakoulutuksen. Hannalla on myös yksinluistelun sekä jäätanssin 1. tason valmentajakoulutukset. Hanna toimii vastuuvälmentajana Valley Bay Synchronics sekä Synchronettes-joukkueille.

Oona Janatuinen toimii vastuuvälmentajana Valley Bay Synchronkids-joukkueessa ja Synchrocubs-ryhmässä. Koulutukseltaan Oona on fysioterapeutti. Lisäksi Oona valmentaa Valley Bay Synchroshine ja Synchronettes-joukkueita ja on mukana Perhoset-ryhmän valmennuksessa.

Marena Höglund aloitti valmentamisen EsJt:ssä keväällä 2018. Marena on fysioterapeutti, suorittanut muodostelmaluistelun 1. tason valmentajakoulutuksen. Marena toimii vastuuvälmentajana Valley Bay Synchrohearts-joukkueessa sekä ollut

vastuuvälmentaja osan kautta Valley Bay Synchronettes-joukkueessa ja on lisäksi mukana SM-joukkueiden fysiikka- ja tanssivalmennuksessa.

Katariina Saarinen on valmentanut vuodesta 2012 ja EsJt:ssä vuodesta 2019. Hän on suorittanut muodostelmaluistelun 1. tason valmentajakoulutuksen ja on tekninen spesialisti sekä seuratuomari. Koulutukseltaan Katariina on kauppatieteiden maisteri. Hän toimii vastuuvälmentajana Valley Bay Synchrostorm-joukkueella ja valmentaa myös Valley Bay Synchrostyle-joukkuetta.

Venla Karpansalo valmentaa Valley Bay Synchrostars-joukkuetta ja on lisäksi tuurannut muita joukkueita ja ryhmiä tarvittaessa. Hän on itsekin luistellut oman luistelu-uransa EsJt:ssä SM-junioireihin saakka ja valmentanut tämän jälkeen mm. Wasa Teams Skatersin ja Riihimäen Jäätaitureiden riveissä.

Tiia Poikajärvi on valmentanut vuodesta 2015 ja EsJt:ssä vuodesta 2020. Tiia opiskelee lingvistiikkaa ja kieliteknologiaa. Tiia toimii Valley Bay Synchrostorm sekä Synchronettes-joukkueiden vastuuvälmentajana.

Pauliina Nuotimaa aloitti EsJt:ssä kuntovalmentajana 2016 ja on koulutukseltaan fysioterapeutti ja ravintovalmentaja. Hän toimii vastuuvälmentajana Valley Bay Synchrospirit-joukkueessa sekä kuntovalmentajana Valley Bay Synchro ja Synchronics-joukkueille. Pauliina ohjaa myös aikuisten tekniikkajää-ryhmiä sekä alkeisryhmiä.

Liisa Lakela on Lumineers-joukkueen päävalmentaja, ja valmentanut joukkueita sen perustamisesta vuodesta 2017 saakka. Lumien lisäksi hän on mukana toisen TeamEspoo, ETK:n Reflections, SM-juniorijoukkueen valmennuksessa. Liisa on aloittanut valmentajana vuonna 2003, ja työskennellyt aikaisemmin OLK:ssa, LTL:ssä ja ETK:ssa. Hän on suorittanut valmentajan ammattitutkinnon, EduFocus psyykkisen valmentajan koulutusohjelman sekä STLL:n 3. tason koulutuksen.

Sara Leppänen on aloittanut valmentamaan EsJt:ssä vuonna 2014. Hän on suorittanut 1. tason valmentajakoulutuksen ja toimii lisäksi muodostelmaluistelun seuratuomarina. Sara toimii vastuuvälmentajana

tajana H2 ja H3 -harrasteryhmillä sekä Valley Bay Synchroshine-joukkueella.

Emmi Taipale toimii vastuuvälmentajana Valley Bay Synchrostyle-joukkueessa. Hän on koulutukseltaan sairaanhoitaja ja suorittaa tällä hetkellä terveydenhoitajan ammattitutkintoa töiden ohella. Emmillä on 1. tason valmentajakoulutus.

Eveliina Taipale on Valley Bay Synchrostyle-joukkueen vastuuvälmentaja ja Synchrokids-joukkueen tuntivalmentaja. Koulutukseltaan hän on oikeustieteen maisteri (OTM) ja hänellä on myös 1. tason valmentajakoulutus. Hän on valmentanut vuodesta 2013 alkaen ja EsJt:ssä vuodesta 2022.

Riikka Vaaja toimii vastuuvälmentajana Valley Bay Synchrostars-joukkueessa. Hän on suorittanut vuonna 2013 muodostelmaluistelun 2. tason valmentajakoulutuksen.

Paula Lehto valmentaa Valley Bay Synchroshine-joukkuetta sekä ollut mukana muiden joukkueiden valmennuksessa. Paula on suorittanut taitoluisteluohjaajan koulutuksen sekä 1. tason valmentajakoulutuksen.

Kia Kojo valmentaa Valley Bay Synchronkids-joukkuetta sekä on vastuuvälmentajana Perhoset ja H1-ryhmissä.

Kia Janatuinen on mukana Valley Bay Synchronkids, Synchronettes sekä Synchrocubs-ryhmien valmennuksessa. Tarvittaessa apuna myös muilla kehitysryhmillä.

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

Vilma Tissari pitää balettia ja tanssia Valley Bay Synchronkids ja Synchroshine-joukkueille. Vilmalla on ammattitanssijan koulutus.

Antti Leirimaa toimii fysiikkavalmentajana Valley Bay Synchro ja Valley Bay Synchronics-joukkueille.



Valokuitunen tukee Espoon Jäätaitureita

Valitsemalla Valokuitusen saat kotiisi:

- ▶ Vapauden valita juuri sinulle sopivat palvelut
- ▶ Nopean nettiyhteyden vain omaan käyttöön
- ▶ Vakaan nettiyhteyden useiksi vuosikymmeniksi
- ▶ Huolettoman avaimet käteen -palvelun
- ▶ Pihan siistittynä alkuperäiseen kuntoonsa

Jätä yhteydenottopyyntö
Valokuituselle ja tuet
seuran toimintaa!
valokuitunen.fi/esjt

VALOKUITU
NEN





MITALITAU LUKKO

Espoon Jäätaitureiden SM-, PM-, EM- ja MM-mestaruudet sekä mitalit vuosina 1986–2024.
Espoon Jäätaitureilla on yhteensä:

35 Suomen ja 20 Pohjoismaiden mestaruutta.
4 EM-mitalia, 1 MM-mitali.

VUOSI	NAISET / MIEHET	JUNIORIT	KOKELAAT / NOVIISIT
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		
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 Majja 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 Majja Wiksten PM 1. Sanna Majja Wiksten	
1997	SM 1. Alisa Drei SM 2. Sanna Majja Wiksten PM 3. Sanna Majja Wiksten		SM 3. Taru Karvosenoja
1998	SM 1. Alisa Drei PM 1. Sanna Majja Wiksten		SM 3. Aino Hellman
1999	SM 1. Sanna Majja Wiksten SM 2. Alisa Drei PM 2. Sanna Majja 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
2006	PM 3. Elina Vesämäki	SM 2. Jenni Vähämaa SM 3. Sissi Keränen PM 1. Jenni Vähämaa PM 2. Laura Lepistö	

VUOSI	NAISET / MIEHET	JUNIORIT	KOKELAAT / NOVIISIT
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 Verluis		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 PM2. Amanda Eskelinen SM 2. Valley Bay Synchronics SM1. Amanda Eskalinen
2023	SM 3. Matias Lindfors SM 3. Minja Peltonen PM 3. Olivia Lisko	SM 3. Petra Lahti PM 2. Lotta Artimo PM 3. Petra Lahti PM 2. Matias Lindfors SM 3. Valley Bay Synchro	PM 3. Amanda Eskelin SM 3. Natalie Tieva
2024	SM 2. Olivia Lisko PM 3. Olivia Lisko	SM 2. Petra Lahti PM 1. Lotta Artimo PM 3. Petra Lahti PM 2. Matias Lindfors SM 1. Valley Bay Synchro	PM 3. Pinja Peltola SM 1. Valley Bay Synchronics

Vuonna 2020 yksinluistelussa noviisien ja vuonna 2021 kaikkien sarjojen SM-kilpailut jouduttiin peruuttamaan koronapandemian johdosta.

ESPOON JÄÄTAITURIT ESITTÄÄ

JÄÄSHOW

YÖLLINEN SEIKKAILU
LELUKAUPASSA

26.3.2024

KLO 18

ESPOON METRO AREENALLA

Liput 25€ / 15€
perhe 65€

Lipunmyynti
Ticketmasterin kautta

<https://www.ticketmaster.fi/event/335673>

EsJt

www.espoonjaataiturit.fi

Espoo
liikkuu