Eetu Uintilieiri valmentajat

Eetu Karvonen - leirin päävalmentaja

Eetu on 31 - vuotias liikuntafysiologian kandidaatti ja psykologian maisteri. Parhaillaan hän valmistelee väitöskirjaansa huippusuorituskyvyn psykologiasta. Uintitaustaa löytyy 27 vuoden ajalta, ja uimarina kansainvälisiä arvokisoja tuli käytyä kymmeniä, parhaimpina saavutuksina MM-semifinaalit ja EM-finaalit. Eetulla on edelleen voimassa kaksi suomen ennätystä ja kaksi Mastersien maailmanennätystä rintauinnissa. Valmennuskokemusta on 15 vuoden ajalta, niin suomesta seuratasolta, amerikkalaisesta yliopisto uinnista kun maan päävalmentajuudesta. Tällä hetkellä Eetu toimii suomen lähiaikojen menestyksekkäimmän uimarin Matti Mattsonin henkilökohtaisena valmentajana, sekä Porin uimaseuran päävalmentajana. Lisäksi Eetu toimii yhteistyössä useiden suomalaisten ja kansainvälisten seurojen asiantuntijana, ja on lisäksi haluttu luennoija ja uintiklinikoiden vetäjä. Valmennuksessaan Eetu painottaa tekniikan merkitystä, yksilöllisyyttä ja harjoittelun mielekkyyttä. Eetun luomat “Eetun uintileirit” onkin järjestetty jo yli kymmenen kertaa suurella menestyksellä, ja tänä vuonna Eetun tavoite on antaa jokaiselle leirille osallistuvalle uimarille työkaluja oman harjoittelun tehostamiseen koko loppuelämäksi.

Antti Rantanen - leirin kuivaharjoittelun päävalmentaja

Antti 25-vuotias on kolmannen vuoden liikuntatieteiden opiskelija, ja valmistelee tällä hetkellä kandidaatin tutkielmaa vapaauinnin biomekaniikasta. Omaa uintitaustaa on kertynyt kohta 18 vuotta. Muu urheilutausta on hyvin monipuolinen aina telinevoimistelusta hiihtoon. Valmennustyössään Antti liputtaa vahvasti sekä monipuolisen harjoittelun että hauskanpidon puolesta! Antti on työskennellyt uinnin ja muiden lajien fysiikkavalmennuksessa vuosia ja omaa valtavan tietotaidon uinnin oheisharjoittelusta.

Jaakko Rautalin - apuvalmentaja

Jaakko on 27-vuotias terveystieteiden opiskelija ja uintivalmentaja Tampereelta. Jaakko toimii Uinti Tampereen kurssivastaavana sekä nuorten edustusryhmän toisena valmentajana. Kokemusta lasten ja nuorten valmennuksesta löytyy jo kymmenen vuoden ajalta. Viimeiset kaksi vuotta Jaakko on toiminut vakituisessa työtehtävässään kehittäen seuran kurssitoimintaa ja vastannut nuorten valmennuksesta. Samalla on kertynyt valtavasti kokemusta seura- ja valmennustyöstä. Työn ohella Jaakko kirjoittaa pro gradu -tutkielmaansa ja valmistuu terveystieteiden maisteriksi kuluvan vuoden aikana.

Jaakon edelleen jatkuva uintiura on kestänyt jo yli 20 vuotta. Parhaimpina saavutuksina Jaakolta löytyy Suomen mestaruuksia, PM-mitaleita sekä EM-edustus vuodelta 2015. Vuoden 2017 päätavoite Jaakolla on joulukuun lyhyen radan EM-kilpailuissa.

Jaakon mukaan kesäleirien parasta antia on loistava ryhmähenki ja lasten kasvava innostus uintia kohtaan. Useat onnistumiset sekä muiden kannustus ovat ilo valmentajan silmälle. Leiri on kesän ehdoton kohokohta - myös valmentajalle!

Mona Myllyaho - apuvalmentaja

Moona on 26-vuotias liikuntafysiologian maisteri 20 vuoden uintitaustalla. Uinti urallaan hän on saavuttanut useita SM-mitaleja, ja uinti ura jatkuu edelleen Kampuksen plaanin riveissä. Valmennus ja ohjaus taustaa löytyy niin uinnista ja monipuolisesti muistakin lajeista. Valmennuksessa Moona painottaa urheilun iloa ja ryhmähenkeä, ja kertookin Eetun uintileirin olevan kesän ehdoton kohokohta niin valmentajalle kun kehittyville uimareille.