

MIESTEN EDUSTUSJOUKKUE

Miesten edustusjoukkue pelaa miesten 1Divari B:tä 2015 ja on vakiinnuttanut paikkansa siellä 2017. 2017 eteenpäin joka vuosi tavoite tuoda omia (a-)junioreita 1-3 miesten rinkiin. Miesten päävalmentaja koordinoi a-poikien harjoittelua, näin kynnys siirtyä miesten peleihin pienenee.

NAISTEN EDUSTUSJOUKKUE

Naisten edustusjoukkue pelaa 1-divaria 2015 ja vakiinnuttaa paikkansa siellä 2017. Naisten joukkueen rungon muodostavat omat a-tytöt/yli-ikäiset seuran omat juniorit. Naisten päävalmentaja koordinoi a-tyttöjen harjoittelua. Naisten 2-joukkue nousee 2-divariin 2016, jonka rungon muodostaa a-tytöt jotka pienemmillä minuuteilla naisten divarissa ja b-tyttöjen parhaimmisto.

JUNIORIPUOLEN TAVOITTEET 2015 ETEENPÄIN:**VALTAKUNNALLISISSA SARJOISTA:**

Jokaisessa ikäryhmässä missä mahdollista päästä valtakunnalliseen sarjaan (A&B&C) on päävalmentaja jolla on vähintään koripalloliiton 2-taso suoritettu.

Jokaisessa ikäryhmässä (A&B&C) tavoitellaan kilpajoukkueella valtakunnallista sarjaa.

Jokaisessa ikäryhmässä (A&B&C) myös haastajajoukkue joka pelaa alueellista divaria (2-div) jossa haetaan kehitystä ja tavoitellaan paikkaa kilpajoukkueeseen. Molemmilla joukkueilla on yhteisiä sekä omia harjoituksia.

Nuoremmissa ikäryhmissä tavoite kehittää pelaajia kokonaisvaltaisesti.

MAAJOUKKUETOIMINTA

SUSITalent-kutsun saa 1/ikäryhmä. Susichallenge (U16 ja U18) leirille ilmoitetaan 1-3/ikäryhmä ja Susi All-star leirillä (U15) ilmoitetaan 2-4 pelaaja.

PELAAJIEN MÄÄRÄ

Tavoite, jokaisessa ikäryhmässä vähintään 15 pelaajaa. Aloitetaan koko Länsi-Tampereen alueella 1-2 luokkalaisille iltapäiväkerho toiminta useammalla koululla (varmasti löytyy innokkaita a-tyttöjä/poikia vetämään tätä, pientä korvausta vastaan) ja aletaan pelaamaan koulujen välistä kortteliliigaa, esim. kerran syys- ja kevätlukukaudessa "turnaus" (aikaisintaan ???). Täältä ohjataan lapset sitten joukkueiden harjoituksiin, juniorimäärät nousee ja näin saadaan lisää harrastajia seuraan ja harrastusmaksut saadaan pidettyä maltillisina.

MONTAKO VALMENTAJAA ON TREENEISSÄ

Pallokoulu/SUPERMIKROT vähintään 3 ohjaajaa joista 2 aina paikalla. Mikro ja mini-ikässä vähintään 3 valmentajaa nimetään, joista kerralla vähintään 2 paikalla. Isommissa ikäryhmissä 3 laji-valmentajaa ja yksi fysiikkavalmentaja.

VAATIMUKSET VALMENTAJILLE:

Mikro- ja Mini-ikä: Päävalmentajalla Koripalloliiton 1-taso (ei aiheuta seuralle kustannuksia)

C-, B- ja A-ikä: Päävalmentajalla vähintään Koripalloliiton 2-taso ja kakkosvalmentajilla 1-taso.

HARJOITTELUMÄÄRÄT (ja tunnit vähintään):

Pallokoulu 1xviikko (1h)

Supermikrot 2xviikko (3h)

Mikot 3xviikko (4,5h)

Minit 3xviikko (4,5h) ja kilparyhmä 4xviikko (6h)

C-juniorit 4xviikko joista yhteen sisältyy fysiikka (6h + fysiikka 45min)

B-juniorit 4xviikko joista yhteen sisältyy fysiikka ja 1xviikko omatoiminen fysiikka (punti) (6h + fysiikka 45min +omatoiminen fysiikka 45min)

A-juniorit 5xviikko oista yhteen sisältyy fysiikka ja 1xviikko omatoiminen fysiikka (punti) (7,5h + fysiikka 45min +omatoiminen fysiikka 45min)

Lisäksi mini-, C-, B- ja A-junioreilla TALENT-ohjelma 1xviikko jossa kehitetään ikäryhmän motivoituneimpia ja lahjakkaimpia henkilökohtaisessa taidossa (2-3 pelaajaa/ryhmä). Tyttöillä ja pojilla aluksi yhteinen ryhmä ja kun homma lähtee toimimaan niin ryhmät voidaan eriyttää.

KOULUVALMENNUS

Pyritään siihen että saataisiin kaikki saman ikäryhmä lapset aamuvalmennuksen piiriin c-junnuista ylöspäin. Valmentajat ja joukkueenjohtajat ohjaa Tesoman koululle, 7-luokasta eteenpäin.

KESÄHARJOITTELU

Mikroilla 1xviikossa vapaaehtoinen (voidaan yhdistää Minien kanssa)

Mineillä 2xviikossa joista toinen vapaaehtoinen (HENK.KOHT. TAITO)

C-junioreilla ympärivuotinen harjoittelu. Kesällä 4xviikossa (2xfysiikka jotka voi korvata omatoimisella fysiikalla/muissa lajeissa käynnillä, 2xlaji)

B-junioreilla ympärivuotinen harjoittelu. Kesällä 5xviikossa (2xfysiikka, 1xomatoiminen fysiikka ja 2xlaji, voidaan yhdistää a-junioreiden kanssa)

A-junioreilla ympärivuotinen harjoittelu. Kesällä 6xviikossa (2xfysiikka, 2xomatoiminen fysiikka ja 2xlaji)