

KeilailuWEB

18.9.2024

Kesän jälkeen jälleen keilailun pariin!

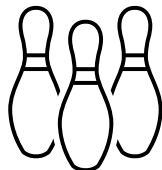


Ohjelma

KLO	AIHE	KOULUTTAJA / VETÄJÄ
17.15-17.30	Avaus, syksyn kurssitarjonnan esittely	Simo Uosukainen
17.30-18.30	Kuinka päästä nopeasti kisakuntoon? Pallonhuoltovinkkejä syksyn starttiin	Piritta Kantola & Kuortaneen urheilulukiolaiset
18.30-18.40	Tauko	
18.40-19.30	Meet & Greet, urheilija- valmentajavieras Osku Palermaa	Simo Uosukainen



SUOMEN
KEILAILULIITTO



Save the date!

Kauden toinen KeilailuWEB järjestetään helmikuussa ja teemana keilapallot sekä välineet!

18.9.2024

Bowl Boost

Boostaa keilailuasi!

Bowl Boost -kurssit ovat tarkoitettuja kaikille oman suorituksensa kehittämistä sekä keilailun ohjauksesta ja valmennustoiminnasta kiinnostuneille. Kurssi toimii hyvänä pohjana esimerkiksi junnutunnin tai aikuisten keilakoulun ohjaamiseen. Lisäksi kurssi antaa hyvät pohjat omankin keilailusuorituksen tutkimiseen ja analysointiin pohjautuen lajimme peruseriaatteisiin.

Ilmoittaudu mukaan kursseille matalla kynnyksellä rippumatta lajitaustastasi! Keilailuosaamisen kurssi sopii mainiosti myös esimerkiksi liikunnanopettajille ja muille liikunta-alan ammattilaisille sekä keilahallihenkilökunnalle täydentämään osaamistaan.

Jäljellä olevat kurssit:

- **Mikkeli** 28.9. (toteutuu)
- **Jyväskylä** 6.10. (täynnä)
- **Salo** 6.10. (muutama paikka vapaana), **Oulu** 6.10. (varaa paikkasi, jotta kurssi toteutuu), **Kokkola** 6.10. suomeksi ja ruotsiksi (varaa paikkasi, jotta kurssi toteutuu)



SUOMEN
KEILAILULIITTO

85 €

Hinta sis. rataharjoittelun,
luennot sekä kaikki materiaalit
jälkikätein. Ruokailu erikseen.

Tule kehittämään keilailutaitojasi!

BOWL BOOST

KEHITY KEILAAJANA KEHITY OHJAAJANA

KEILAILUOSAAMISEN KURSSI

SYKSYN 2024 KURSSIT OVAT TÄÄLLÄ!

*Kiinnostaisiko käynnistää keilakausi
oikealla tiedolla?*

Uuden Bowl Boost - Keilailuosaamisen kurssin ensimmäiset paikkakunnat on julkaistu! Kurssilla pureudutaan keilailun perusteoppiin sekä pelitaitoihin luento- ja rataosuuksien avulla ja löydetään sopivia harjoitteita oman suorituksen kehittämiseen. Yksipäiväisen kurssin kesto on 6,5 h. Jokaisella kerralla kouluttamassa on SKL:n kilpavalmentajia. Kurssi toimii myös pohjavoimatuksena perusvalmentajakurssille.

Loviisa 1.9. klo 11-17.30, Tampere 14.9. klo 10-16.30, Mikkeli 28.9. klo 12-18.30, Salo 6.10. klo 10-16.30, Oulu, Jyväskylä ja Kokkola (kaksikielinen) 6.10. klo 11-17.30

ILMOITTAUDU: WWW.LYYTI.IN/BOOST24



Perusvalmentajakurssi

Keilailun ohjaaja- tai Bowl Boost -kurssin käynyt voi jatkaa keilailuvalmentajakoulutukseen. 1. tason keilailuvalmentajakoulutus antaa valmiudet ohjata keilakouluja sekä toimia esimerkiksi juniorikerhojen vetäjänä sekä erilaisten ryhmien valmentajana. 1. tason valmentajakoulutuksia järjestetään joka vuosi. 1. tason valmentajakoulutuksessa (perusvalmentaja) opitaan yleis- ja fyysisten taitojen harjoittelun perusteita, valmentajana toimimista, psyykkistä valmentamista sekä lajitaitoja.

Lisäksi 1. tason valmentajakoulutuksen käynyt voi listautua valmentajaksi myös Keilailukauppaan valmennusta tarjoavalle sivustolle.

Syksyn kurssin aikataulu: webinaari lokakuu 2024, 8.-10.11.
lajiviikonloppu Kuortane, webinaari joulukuu 2024

Hinta: 360 € sisältäen kaiken.



Suomen Keilailuliiton

PERUSVALMENTAJA-KOULUTUS

1. TASON VALMENTAJAKURSSI

Suomen Keilailuliitto järjestää syystalven 2024 aikana oman perusvalmentajakoulutuksensa hybridimuotoisena. Kurssi on avoin kaikille ohjaajakurssin suorittaneille, keilailutasosta tai valmennusaikeista riippumatta. Koulutuksen lähijakso järjestetään Kuortaneen Urheiluopistolla, johon on mahdollisuus osallistua myös valmentajatutkinnon ulkopuolisena päivittämään omaa tietotaitoaan valmennuksen saralla. Lähtötasovaatimus: suoritettu Ohjaajakurssi tai Bowl Boost -kurssi.

KOULUTUKSEN HINNASTO:

Perusvalmentajatutkinto 360 €

sis. koulutuksen, lajiviikonlopun majoituksen (2hh) ja ruokailut sekä todistuksen
Majoitus 1hh hinta 420 €

Vain lajiviikonloppu 300 €

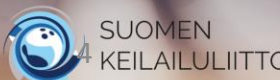
Osallistuminen vain lajiviikonloppuun, sis. lajiviikonlopun majoituksen (2hh), koulutukset ja ruokailut ja erillisen todistuksen, ei sisällä webinaareja tai perusvalmentajatutkintoa
Majoitus 1hh hinta 360 €

Lisätiedot: Piritta Kantola, p. 0500 949178
piritta.kantola@kuortane.com

ILMOITTAUTUMISET:

www.lyyti.in/pvk24

18.9.2024



Kilpavalmentajakurssi

2. tason valmentajakoulutus järjestetään noin joka toinen vuosi. 2. tason valmentajakoulutuksessa (kilpavalmentaja) syvennetään psyykkisen, fyysisen sekä lajiharjoittelun valmennusta, opitaan ihmissuhdetaitoja sekä itsensä kehittämisen taitoja. 2. tason valmentajakoulutuksen käynyt omaa valmiudet ohjata ja valmentaa itsenäisesti henkilökohtaisia valmennettavia, suunnitella keilakoulujen toimintaa sekä toimia paikallisliiton valmennuksen johtotehtävissä.

Kurssin aikataulu: webinaari tammikuu 2025, 7.-9.2.2025
lajiviikonloppu Kuortane, webinaari helmikuu 2025, 21.-
23.3.2025 lajiviikonloppu Kuortane

Hinta: 690 € sisältäen kaiken



SUOMEN
KEILAILULIITTO

AIKATAULU: TAMMIKUU 2025 WEBINAARI, 7.-9.2.2025 LAJIVIIKONLOPPU KUORTANE, HELMIKUU WEBINAARI,
21.-23.3.2025 LAJIVIIKONLOPPU KUORTANE

Suomen Keilailuliiton

KILPAVALMENTAJA- KOULUTUS

2. TASON VALMENTAJAKURSSI

Suomen Keilailuliitto järjestää kevättalven 2025 aikana oman kilpavalmentajakurssin hybridimuotoisena. Kurssi on avoin kaikille 1. tason valmentajakurssin suorittaneille. Koulutuksen lähijaksot järjestetään Kuortaneen Urheiluopistolla. Suosituksena osallistumiselle ovat B-luokan keilailutaso sekä 100 h käytännön valmennuskokemusta.

KOULUTUKSEN HINNASTO:

Kilpavalmentajatutkinto 690 €

sis. koulutuksen, lajiviikonloppujen majoituksen (2hh) ja ruokailut sekä todistuksen
Majoitus 1hh hinta 810 €

Vain lajiviikonloppu 300 €

Osallistuminen vain lajiviikonloppuun (1 viikonloppu), sis. lajiviikonlopun majoituksen (2hh), koulutukset ja ruokailut ja erillisen todistuksen, ei sisällä webinaareja tai kilpavalmentajatutkintoa. Pyydettyäessä saatavissa erillinen todistus.
Majoitus 1hh hinta 360 €

Lisätiedot: Piritta Kantola, p. 0500 949178
piritta.kantola@kuortane.com

ILMOITTAUTUMISET:

www.lyyti.in/kvk25

18.9.2024



SUOMEN
KEILAILULIITTO

Naisten avoimet keilailutreenit Lahdessa

27.10.2024

Tapahtumassa valmentajana toimii yksi kaikkien aikojen menestyneimmistä suomalaisista naiskeilaajista, Krista Pöllänen! Päivän aluksi on lyhyt teoriaosuus, jonka jälkeen suunnataan radalle treenaamaan heittoa kuntoon kohti talven kilpailuja.

Päivän hinta on 40 € / osallistuja sisältäen ratamaksun sekä valmennuksen. Osallistumismaksu laskutetaan jälkikäteen. Ilmoittautumiset toivotaan 17.10.2024 klo 22 mennessä. Tapahtuman järjestäjänä Suomen Keilailuliiton naisvaliokunta.

Halutessasi voit lähettää videon heitostasi jo ennen tapahtumaa Kristalle WhatsAppissa!

Ilmoittaudu: www.lyyti.in/keilaajattaret



SUOMEN
KEILAILULIITTO

The poster features a background image of women bowling in a gymnasium. At the top left is the logo of the Finnish Bowling Federation (SUOMEN KEILAILULIITTO). At the top right is a circular logo for 'Keilaajattaret' with a silhouette of a bowler. The main title 'NAISTEN AVOIMET KEILAILUTREENIT' is in large, bold, yellow and white letters. Below it, 'Lahdessa' is written in a white cursive font. A white rounded rectangle contains the date and time '27.10. KLO 12-15'. Below that, 'VALMENTAJANA KRISTA PÖLLÄNEN!' is written in bold yellow letters. Underneath, 'HINTA 40 € / KEILAAJA, MAX. 18 OSALLISTUJAA' is in white. At the bottom, 'LUE LISÄTIEDOT JA ILMOITTAUDU:' is followed by the website 'www.lyyti.in/keilaajattaret' in blue. The date '18.9.2024' is in the bottom right corner, and the number '6' is in the bottom right corner of the poster.

SUOMEN
KEILAILULIITTO

Keilaajattaret

**NAISTEN AVOIMET
KEILAILUTREENIT**

Lahdessa

27.10. KLO 12-15

VALMENTAJANA KRISTA PÖLLÄNEN!

HINTA 40 € / KEILAAJA, MAX. 18 OSALLISTUJAA

LUE LISÄTIEDOT JA ILMOITTAUDU:
www.lyyti.in/keilaajattaret

18.9.2024

6

Junnujen Training Camp Kuortaneella 1.-3.11.2024

KEILAILUN TRAINING CAMP on suunnattu kaikille lajia harrastaville ja lajista kiinnostuneille 10-15 -vuotiaalle nuorille!

Leirillä pääset kehittämään perustaitojasi monipuolisesti treenaten ammattitaitoisen valmentajan opastuksella. Lajiharjoittelun lisäksi luvassa hauskaa liikunnallista oheisohjelmaa!

Vastuuvälmentäjänä leirillä HELI TURJA!

Leiripakettimme sisältävät majoituksen täysihoidolla, valmennuksen ja oheisohjelmat, camp-tuotteen sekä tapaturmavakuutuksen urheiluopiston alueella.

LEIRIPAKETTI 211 €

Sisar-ale -10% (*samalle leirille osallistuva toinen sisarus)

Ilman majoitusta -15%



SUOMEN
KEILAILULIITTO



Finland
Kuortane
OLYMPIC TRAINING CENTER

C T R A I N I N G C A M P

KEILAILU 1.-3.11.2024

TRAINING CAMP KEILAILU on suunnattu kaikille lajia harrastaville ja lajista kiinnostuneille 10-15 -vuotiaalle nuorille!

Leirillä kehitetään monipuolisesti perustaitoja, ja lajitreenien ohella on tarjolla hauskaa liikunnallista oheisohjelmaa!

Vastuukouluttajana leirillä ammattivalmentaja **HELI TURJA!**

HINTA 211 € /hiö

- Sisarale -10% (samalle leirille osallistuva majoittuva toinen sisarus)
- Ilman majoitusta -15%

Leiripaketti sisältää majoituksen täysihoidolla, valmennuksen ja oheisohjelmat, camp-tuotteen sekä tapaturmavakuutuksen urheiluopiston alueella.

Leireille mahtuu rajallinen määrä osallistujia, joten varaa paikkasi ajoissa!

Lisätiedot & Ilmoittautumiset:

[KUORTANE.COM/KEILAILUCAMP](https://www.kuortane.com/keilailucamp)

18.9.2024

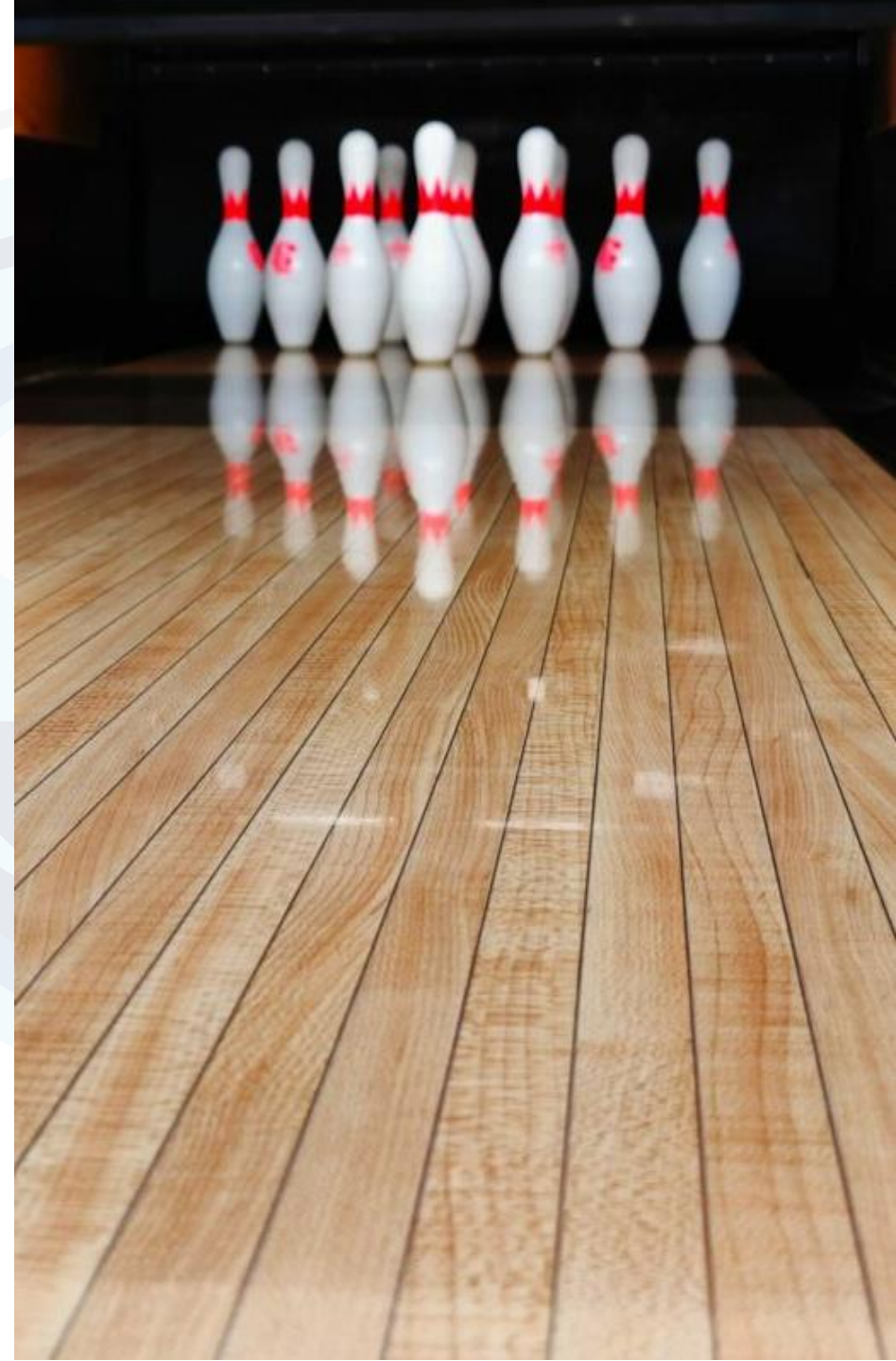
Avoin pelitaitoleiri Kuortaneella 22.-24.11.2024

Kaikille harrastajille avoimella leirillä parannetaan keilailun pelitaitoja (mm. pallon vauhti, pyörintä, pallon liikkeen lukeminen) sekä erilaisissa olosuhteissa pelaamista (öljyprofiilit, kuvioiden paikkaaminen, Specto-treenit). Harjoitusten sisällöt sovelletaan jokaiselle osallistujalle tasoon sopivaksi. Ohjelmassa on rataharjoittelua, teoriaa sekä muuta liikunnallista ohjelmaa Urheiluopiston mahtavissa puitteissa! Leiri alkaa perjantaina noin klo 18 ja loppuu sunnuntaina noin klo 14. Valmentajana toimii ammattivalmentaja Heli Turja.

Hinta 315€/hlö sisältää majoituksen Liikuntahotellissa 2hh täysihoidolla, ratamaksut, valmennuksen sekä muiden liikuntatilojen käytön. Yhden hengen huoneessa majoittuen hinta on 385€/hlö, seuralainen 199€/hlö (sis. majoituksen ja ruokailut). Leiri toteutuu 7-12 osallistujalla.



SUOMEN
KEILAILULIITTO



Pirittan pelitaidot Kuortaneella 6.-8.12.2024

Todellinen kolmen päivän tykitys keilailun heviharrastajalle! Mukaan leirille otetaan vain 6 osallistujaa, jokaiselle taataan oma rata harjoitukseen ja riittävästi henkilökohtaista opastusta. Rataharjoittelua on noin 4-5h/pvä eli lajitaustaa ja -kestävyyttäkin vaaditaan. Leirin tavoitteena on kehittää pelitaitoja ja nostaa tulostasoa – teemme jokaisen osallistujan kanssa pelitaitoanalyysit sisältäen tarkkuuden, toistamisen sekä monipuolisuustaidot. Etsimme kehityskohteet ja niihin keinot, sekä voimme tehdä myös välineanalyysiä olemassa olevasta kalustosta kehitysehdotuksineen.

Leirin hinta 430€/hlö pitää sisällään majoituksen Liikuntahotellin 2hh täysihoidolla, ratamaksut, valmennuksen sekä muiden liikuntatilojen käytön. Yhden hengen huoneessa majoittuen hinta on 500€/hlö, seuralainen 199€/hlö (sis. majoituksen ja ruokailut). Aloitus on pe noin klo 14 ja lopetus su noin klo 14. **Leiri toteutuu 4-6 osallistujalla.**



SUOMEN
KEILAILULIITTO



Ilmoittaudu leireille ja etsi paikallista keilailuvalmennusta: kauppa.keilailu.fi/valmennus

KEILAILU- VALMENNUSTA KEILAILUKAUPASTA

Suomen Keilailuliiton verkkokaupassa, Keilailukaupassa mukana on ammattitaitoisia keilailuvalmentajia tarjoamassa palveluitaan!

Kiinnostipa sinua sitten yksityisvalmennus taitojen kehittämiseen tai yhteistreenit seuralle taikka työporukalle, Keilailukaupasta saat kätevästi yhteyden valmentajiin!



VALMENTAJA,
ILMOITTAUDU MUKAAN!
BIT.LY/VERKKOKAUPPAVALMENTAJA

[KAUPPA.KEILAILU.FI/VALMENNUS](https://kauppa.keilailu.fi/valmennus)

18.9.2024



SUOMEN
KEILAILULIITTO