

# Seinäjoen Seudun Urheilijat ry:n

## jäsentiedote

3/2021

### Yleisurheilukoulut lapsille

Lumet ovat urheilukentiltä ja pururadoilta sulaneet, ja yleisurheilun kesä saa alkaa. Seuramme järjestämät lasten yleisurheilukoulut jatkavat suosiotaan. Heti ensimmäisen ilmoittautumispäivän ensiminuuteilla mukaan ilmoitettiin liki kaksi sataa lasta! Ilmoittautuminen on seuran sivuilla vielä auki. Yleisurheilukoulut alkavat 31.5. [LINKKI](#)

## YLEISURHEILUKOULU ALKAA!

Seinäjoen Seudun Urheilijoiden suositut lasten yleisurheilukoulut alkavat Seinäjoen keskuskentällä, Nurmon Haalilla ja Peräseinäjoen urheilukentällä 31.5.



**Ilmoittautuminen  
alkaa 26.4.  
www.ssu-yu.fi**

Tervetuloa 3-vuotiaista alkaen!

### Pm-kisat perutaan

Valitettavasti Seinäjoelle kaavaillut pohjoismaiset moniottelut on jouduttu perumaan koronan vuoksi. Ikävää, mutta kansainvälisten kilpailujen järjestäminen on näinä aikoina epävarmaa. Päätöksen teki Pohjoismaisten yleisurheiluliiton kokous.

### Koko perhe SSU:n jäseneksi

SSU:n jäsenyys on hyvä tapa tukea seuratyötä ja päästä osalliseksi monipuolista toimintaa. Huomioi kätevä ainaisjäsenmaksu koko perheelle!

Henkilöjäsenmaksu 20 euroa/vuosi

Perhejäsenmaksu 40 euroa/vuosi

Ainaisjäsenmaksu - henkilökohtainen 150 €

Ainaisjäsenmaksu - perhe 250 €

[LINKKI](#)

**Toivotut SSU:n pannat, pipot  
ja lippikset saatavilla touko-  
kuussa. Seuraathan ilmoittelua!**

### Superjuoksukoulu alkaa

Odotukset uuden Superjuoksukoulun osalta ovat nekin suuret. Helatorstaina alkava Superjuoksukoulu harjoittelee torstaisin (kestävyysjuoksu) ja sunnuntaisin (pikajuoksupainotteinen) kello 17.30—19.00. Uusi ryhmä/ryhmät (treenikerrat jaetaan ryhmiin niin, että urheilijoiden harjoittelu on mielekästä) on tarjolla 8—13-vuotiaille ja myös sitä vanhemmille juoksulajeista kiinnostuneille. Ilmoittautuminen on vielä käynnissä.

**HUOM!** Jos urheilija on jo mukana JVR-ryhmissä, osallistuminen Superjuoksukouluun on maksutonta. Superjuoksukouluun täytyy silti ilmoittautua, vaikka olisi jo JVR-ryhmässä. [LINKKI](#)



**Tulossa: Superjuoksukoulu**

**13.5.2021 alkaen. Seuraa sivu-  
jamme ja somekanaviamme  
www.ssu-yu.fi**

## Valmentajaesittelyssä Veikko Latva-Somppi

*Pyrimme seuratiedotteissa esittelemään erilaisia seuratoimijoita, jotta seuran väki tulisi kaikille paremmin tutuiksi. Aloitamme esittelyt Veikko Latva-Sompista, joka on monelle junioriurheilijallemme ja heidän vanhemmillemme tuttu.*

### **Kuka olet ja mitä teet SSU:ssa?**

Veikko Latva-Somppi, syntynyt Ylistarossa, eläkeläinen. SSU:ssa toimin valmentajana. Henkilökohtaisia valmennettavia minulla on ryhmä VR1, 9 urheilijaa. Lisäksi ottelu-luonteisesti:

Pikajuoksu, aidat, pituus sekä hieman heittoa.

Valmennan myös JVR1 ja JVR2 yleisesti, pääpaino on pika- ja aitajuoksussa.

### **Miten olet päätenyt valmentamaan nuoria? Onko sinulla yleisurheilutaustaa? Kerro siitä.**

Olen ensin tuonut omia poikia vuodesta 1994-95 yleisurheilukouluun ja jäänyt sille tielle.

Yleisurheilututkintoja:

- Seuraohjaaja 1998
- Seuravalmentaja 2002
- Liittovalmentaja 2003

Toimitsijakoulutuksia:

- 2. tason lähettäjä
- 2. lajituomari

Oma yleisurheilutausta:

- Edustus YKV (Ylistaron Kilpa-Veljet)
- Lajeja: 100 m, 200 m, 400 m sileät

Kilpailin kansallisella tasolla yleisessä sarjassa noin 28-29 ikävuoteen saakka ja ikämiessarjoissa 34-35-vuotiaana, kunnes vammoja alkoi olemaan niin paljon, että oli pakko lopettaa.

Valmennushistoriaa:

Valmentanut ennen SSU:ta Nurmon Jymyssä ja NU-99:ssa

Vuonna 2001-03, toiminut valmennuspäällikkönä  
Valmentanut pikajuoksuryhmää: 14-18 v.

Valmentanut urheilijoita mm. Heidi Erkinheimoa juniorina.

(Sajannin siskokset Eeva ja Sara olivat joiltakin osin Veikon ryhmässä).

### **Mikä on parasta valmentajan hommassa? Entä mikä haastavinta?**

Parasta on, kun kisoissa valmennettavat menestyvät. Haastavinta on urheilijan itseluottamuksen palauttaminen. Teini-ikäisen urheilijan itseluottamuksen palauttaminen on todella tärkeää, koska jos onnistumisen tunnetta ei tule, niin vaarana on lopettaminen.

Veikko osaa motivoivan ohjaamisen ja kannustuksen myös kisatilanteissa.



### **Terveisesi nuorille urheilijoille:**

Kaikki urheilijat terveinä kesällä kentälle kisaamaan!

Pj.Kari Ahvenlampi  
kari.ahvenlampi@gmail.com  
p. 050 5848306

Nuorisopäällikkö  
Katri Palomäki  
katri.palomaki

@ssu-yu.fi  
p. 044 240 2903

Seinäjoen Seudun  
Urheilijat ry  
Petäjätie 2  
60550 Nurmo  
[toimisto@ssu-yu.fi](mailto:toimisto@ssu-yu.fi)

