



Suomen Painiliitto ry

Painin huoltajakoulutus

Porvoossa 17.10.2015

Muista laittaa nimesi listaan!



2015 ja 2016

Arvokisat 2015:

- MM-kisat 7.-13.9. Las Vegas (USA)
- EM / European Games 13.-18.6. Baku (AZE)
- Juniorien MM 11.-16.8. Salvador (BRA)
- Juniorien EM 23.-28.6. Istanbul (TUR)
- Kadettien MM 25.-30.8. Sarajevo (BIH)
- Kadettien EM 4.-9.8. Subotica (SRB)
- Veteraanien MM 6.-11.10. Ateena (GRE)

Vuosi 2016 (seniorit)

- Olympialaiset 5.-21.8. Rio de Janeiro (BRA)
- Karsinnat Rioon
 - Euroopan kars. 15.-17.4. Zrenjanin (SRB)
 - 1. maailman kars. 22.-24.4. Ulan Bator (MGL)
 - 2. maailman kars. 6.-8.5. Istanbul (TUR)
- EM-kilpailut 8.-13.3. Riika (LAT)

SM-kilpailut 2015:

- Kadettien vapaapaini Kajaani (KaJu) 12.12.

SM-kilpailut 2016:

- Kr. room. paini Helsinki (VV) 21.5.
- Vapaapaini Janakkala (JPI) 6.2.
- Juniorien kreko Peräseinäjoki (PeTo) 23.4.
- Juniorien vapaapaini Porvoo (PoWe) 23.1.
- Kadettien kreko Jyväskylä (HWJ & VaaKu) 9.4.
- Kadettien vapaapaini Tampere (TaVo) 10.12.

Vuosi 2016 (juniorit)

- MM-kilpailut 30.8.-4.9. Macon (FRA)
- EM-kilpailut 21.-26.6. Bucarest (ROU)

Vuosi 2016 (kadetit)

- MM-kilpailut 13.-18.9. Tbilisi (GEO)
- EM-kilpailut 19.-24.7. Tukholma (SWE)

Vuosi 2016 (veteraanit)

- MM-kilpailut (kr) 23.-25.9. Seinäjoki
- MM-kilpailut (vp) 7.-9.10. Varsova (POL)



Toimisto

- Pertti Vehviläinen,
toiminnanjohtaja, 0400 625 414
- Merja Lintala, toimistopäällikkö,
040 753 4789
- Antti Pekkala,
seurakehittäjä/koordinaattori,
050 345 0446
- info@painiliitto.net,
etunimi.sukunimi@painiliitto.net
- www.painiliitto.net
- www.facebook.com/SuomenPainiliitto
- Osoite: Radiokatu 20, 00240
Helsinki





Valmentajat

Päävalmentaja Juha Lappalainen, 044 303 0273, juha.lappalainen@painiliitto.net

Nuorten Olympiavalmentajat:

- Marko Yli-Hannuksela, Ilmajoki,
040 556 4368, marko.yli-hannuksela@ilmajoki.fi
- Ahto Raska, Kuortane,
045 230 3797, ahto.raska@painiliitto.net
- Ari Härkänen, Helsinki,
044 355 3636, harkanen@hotmail.com
- Marko Asell, Tampere,
050 512 1968, asell.marko@gmail.com
- Gergö Wöller, Helsinki,
045 106 7365, wg830318@freemail.hu

Performance Management





• **Hallitus 2015:**

- Puheenjohtaja Jukka Rauhala
- Varapuheenjohtajat: Mauno Mäki-Töyli ja Tapio Savola
- Jäsenet: Marko Korpela, Marja-Liisa Kuronen, Kerttu-Liisa Paakkari, Pekka Paavola, Timo Pahkala, Stevo Petrovic ja Mika Vuori

Valiokunnat 2015:

- Alue- ja nuorisovlk, pj. Timo Pahkala
- Hallintovlk, pj Jukka Rauhala
- Lääkintä- ja anti-dopingvlk, pj. Tapio Savola
- Sääntö- ja kilpailuvlk, pj. Stevo Petrovic
- Valmennus- ja koulutusvlk, pj. Marko Korpela
- Varainhankinta- ja huomionosoitusvlk, pj. Kerttu-Liisa Paakkari
- Suomi Cupin työryhmä, pj. Keijo Manni



Alueet ja aluepäälliköt:

- Häme: Vesa Lampinen
- Itä-Suomi: Minna Itkonen
- Lounais-Suomi: Marja-Liisa Kuronen
- Länsi-Suomi: Matti Mäki-Töyli
- Pohjois-Suomi: Janne Salmela
- Uusimaa: Kosti Kerve



Koulutusjärjestelmästä

- I-taso
 - Huoltajakoulutus
 - Nassikkapainin ohjaajakurssi
 - Nallepainin ohjaajakoulutus
 - Painikoulun valmentajakurssi
 - Painituomarin peruskurssi
- II-taso
 - Kamppailulajien valmentaja
 - Tuomaripalaverit
- III-taso
 - Kamppailulajien valmentaja
 - Tuomarien teemakoulutukset





Ennen kilpailua

- Painikilpailuihin ilmoittautumisesta huolehtii painijan seura
- SM-kisoihin ilmoittautuminen sääntöjen mukaan kahdeksan vuorokautta ennen kisojen alkua tai kilpailukutsun mukaisesti
- Osallistumismaksu suoritetaan kilpailukutsun mukaisesti
- Kynsien leikkaus
- Painon tarkastus
- Kisoihin vain terveenä (flunssa, ihosairaudet...)
- Ulkomaalainen voi osallistua SM-kisoihin asuttuaan vuoden Suomessa tai Painiliiton hallituksen eritysluvalla hakemusta vastaan



Kilpailuvarusteet

- Lisenssikortti -> tarkistetaan punnituksessa
- Painitrikoot
 - > punnituksessa olkaimet alhaalla ja kilpailusalissa olkaimet koko ajan ylhäällä
- Pinitossut -> nauhat eivät saa aueta ottelun aikana
- Nenäliina - > oltava ottelun aikana trikoiden alla
- Pyyheliina -> erätauolla painijan kuivaamiseen
- Pukeutuminen ja trikoiden vaihtaminen pukuhuoneessa
 - Ei katsomossa
- Hygienia -> peseytymisvälineet, puhtaat varusteet...
- Hyvät eväät, esim. hedelmiä, leipää, tuoremehua...



Reilu Peli

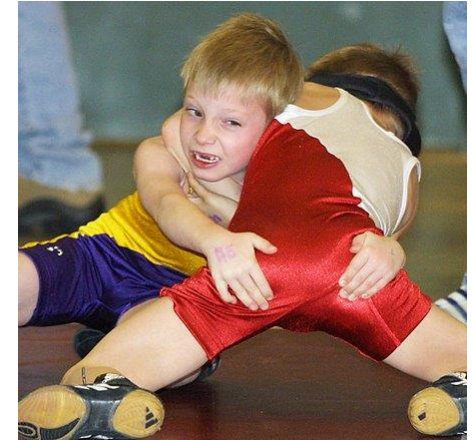
- Ottelun alussa painija kättelee tuomarin ja vastustajan
- Ottelun loputtua painija kättelee tuomarin ja vastustajan sekä vastustajan huoltajan
- Ottelijoiden kannustaminen on sallittua
- Tuomarityöskentelyyn ei saa puuttua
- Epäurheilijamaisesta käytöksestä seuraa rangaistus, myös valmentajalle
 - Keltainen kortti -> poistuttava ottelusta
 - Punainen kortti -> poistuttava kisoista





Huoltajan tehtäviä

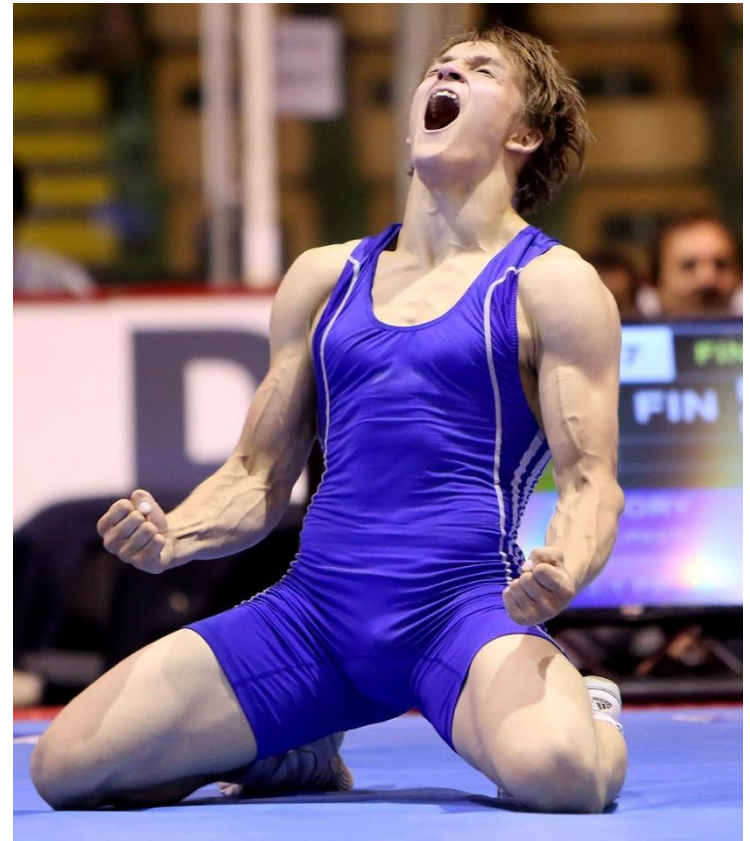
- Painijalla täytyy olla huoltaja ottelun aikana
- Kulmalla ollessaan huoltaja on pukeutunut urheiluasuun
- Kulmalla ollessaan huoltaja saa ainoastaan kannustaa omaa painijaansa
 - Ei saa "antaa ohjeita" tuomarille eikä jakaa pisteitä
- Ottelun aikana yksi huoltaja, tauolla kaksi
 - Ottelun aikana huoltajan on istuttava tuolilla
- Erätauolla painija saa juoda vettä
- Lääkärintarkastus, punnitus, listojen seuraaminen, aikataulut, trikoot, ruokailut, majoitus...
- Painijoiden kasvattaminen ja tukeminen
- Painija menee palkintojen jakoon seuran edustusasussa





Kv. ottelujärjestelmä

- Painijat laitetaan punnituksessa saadun arpanumeron mukaiseen järjestykseen
- Tasauskierroksilla tasataan painijat 32, 16, 8 jne. painijan ottelukaavioon
- Ottelulistassa otteluparista ensiksi mainittu painii punaisissa, toinen sinisissä trikoissa
- Finalistille hävinneet keräilevät pronssiotteluun pääsystä
- Muitakin ottelujärjestelmiä on käytössä (mm. kahden lohkon järjestelmä)
 - Käytettävä ottelujärjestelmä on mainittava kilpailukutsussa





Tuomarit KLL:n kilpailuissa 17.-18.10.2015

SPL:n valvoja Juha Kunttu

Ylituomari: Anni Aalto

Ylituomari: Joonas Hietala

Ylituomari: Matti Mäki-Töyli

Tuomari: Anmar Al-Obaidi

Tuomari: Tanja Hurskainen

Tuomari: Juhani Kivekäs

Tuomari: Esa Kokkonen

Tuomari: Veijo Länsikunnas

Tuomari: Juha Mikkonen

Tuomari: Jussi Ruismäki

Tuomari: Nabard Sidik Ali

Tuomari: Toni Stenberg

Tuomari: Petteri Syväterä

Tuomari: Petri Tallgren

Tuomari: Jari Tapio

Ottelujärjestäjä: Esa Mäkinen

