



Suomen Painiliitto ry

Painin huoltajakoulutus

Aika: x.x.2021

Paikka: Xx



Arvokisat 2021

SM-kilpailut 2021:

- Kr. room. paini Ilmajoki (IK) 10.-11.9.
- Vapaapaini ja U15 Porvoo (PoWe) 23.10.
- U20 ja U15 kreko Kajaani (KaJu) 4.9.
- U20 vapaapaini Porvoo (PoWe) 24.10.
- U17 kreko Kuortane (KuKu) 24.4.
- U17 vapaapaini Ylivieska (ViVo) 11.12.

PM-kilpailut 2021

- Seniorit (KR, NP, VP): DEN
- U20 ja U17: DEN

Vuosi 2021 (KLL-kilpailut)

- Kreko 15.-16.5. Muhos
- Vapaapaini joulukuu Helsinki

Seniorit:

- Olympialaiset 1.-7.8. Tokio (JPN)
- MM-kilpailut 2.-10.10. Oslo (NOR)
- EM-kilpailut 19.-25.4. Varsova (POL)
- Olympiakarsintaturnaukset:
 - Eurooppa 18.-21.3. Budapest (HUN)
 - Maailma 6.-9.5. Sofia (BUL)

23-vuotiaat:

- MM-kilpailut 1.-7.11. Belgrad (SRB)
- EM-kilpailut 17.-23.5. Skopje (MKD)

U20:

- MM-kilpailut 16.-22.8. Ufa (RUS)
- EM-kilpailut 28.6.-4.7. Dortmund (GER)

U17:

- MM-kilpailut 19.-25.7. Budapest (HUN)
- EM-kilpailut 14.-20.6. Samokov (BUL)

U15 EM-kilpailut 27.-30.5. Burgas (BUL)

Veteraanien MM-kilpailut 19.-24.10. Loutraki (GRE)



Toimisto

- Pertti Vehviläinen,
toiminnanjohtaja, 0400 625 414
- Merja Lintala, toimistopäällikkö,
040 753 4789
- Antti Pekkala,
urheilukoordinaattori, 050 345
0446
- info@painiliitto.net,
etunimi.sukunimi@painiliitto.net
- www.painiliitto.fi
- www.facebook.com/SuomenPainiliitto
- Osoite: Valimotie 10, 00380
Helsinki





Valmentajat

- Kreko – Miesten vastuvalmentaja NOV: **Marko Yli-Hannuksela**, Ilmajoki
- Nais- ja vapaapainin vastuvalmentaja NOV: **Niko Kettunen**, Helsinki
- Kreko – Uusimaa NOV (valmennuspäällikkö): **Juha Lappalainen**
- Kreko – U20 vastuvalmentaja NOV: **Jarkko Ala-Huikka**, Ilmajoki
- Kreko – U17 vastuvalmentaja NOV: **Ville Pasanen**, Kuortane
- Kadettityttöjen vastuvalmentaja (oto):
Tiina Vainionpää

Performance Management





• **Hallitus 2021:**

- Puheenjohtaja Pekka Paavola
- Varapuheenjohtajat: Mika Vuori ja Sarianne Savola
- Jäsenet: Janne Kettumäki, Marko Korpela, Kirsi Loikas, Michael Lyyski, Jouko Salmela, Kaarlo Simojoki ja Juha Virtanen

Valiokunnat 2021:

- Seurapalveluvlk: pj. Jouko Salmela
- Hallintovlk: pj Sarianne Savola
- Lääkintä- ja anti-dopingvlk: pj. Kaarlo Simojoki
- Kilpailu- ja huomionosoitusvlk: pj. Stevo Petrovic
- Valmennusvlk: pj. Marko Korpela
- Viestintä- ja markkinointivlk: pj. Janne Kettumäki
- Kurinpitovaliokunta: pj. Matias Savola



Alueet ja aluepäälliköt:

- Häme: Mika Honkaniemi
- Itä-Suomi: Ari-Pekka Klami
- Lounais-Suomi: Marko Rusi
- Länsi-Suomi: Markus Koivisto
- Pohjois-Suomi: Heli Moliis
- Uusimaa: Olli Hyvönen



Koulutusjärjestelmästä

- Valtakunnalliset koulutukset
 - Painin oma valmentajan ammattitutkinto VAT
 - II-tason valmentajakoulutus
- Alueelliset valmentaja- ja ohjaajakoulutukset
 - I-tason valmentajakoulutus
 - Painikoulun ohjaajakoulutus
 - Nassikkapainin ohjaajakoulutus
 - Nallepainin ohjaajakoulutus
- Muut koulutukset
 - Painituomarin peruskurssi
 - Ottelujärjestäjän peruskurssi





Huoltajan tehtäviä 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





Huoltajan tehtäviä: Kilpailuvarusteet

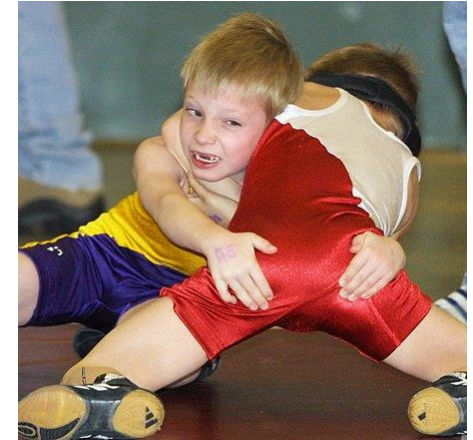
- Lisenssikortti -> tarkistetaan punnituksessa
- Painitrikoot
-> punnituksessa olkaimet alhaalla ja kilpailusalissa olkaimet koko ajan ylhäällä
- Painitossut -> nauhat eivät saa aueta ottelun aikana
- Nenäliina - > oltava ottelun aikana trikoiden alla
- Pyyheliina -> erätauolla painijan kuivaamiseen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





Huoltajan tehtäviä

- Lääkärintarkastus, punnitus, listojen seuraaminen, aikataulut, trikoot, ruokailut, majoitus...
- Painijalla täytyy olla huoltaja maton kulmalla 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
- Painijoiden kasvattaminen ja tukeminen
- Painija menee palkintojen jakoon seuran edustusasussa





Reilu Peli

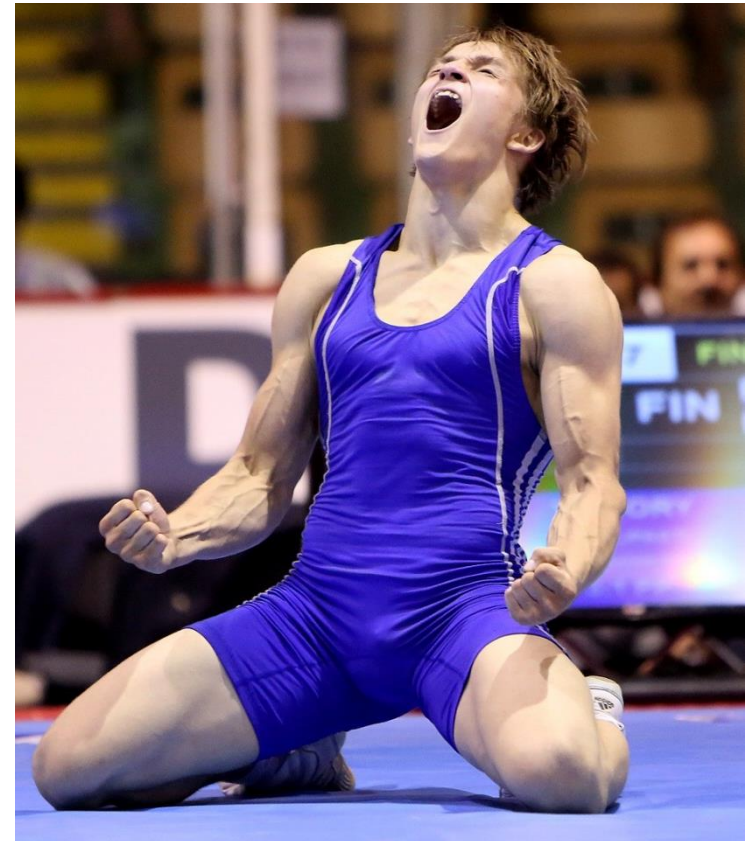
- Ottelun alussa painija kättelee tuomarin ja vastustajan
- Ottelun loputtua painija kättelee tuomarin ja vastustajan sekä vastustajan huoltajan
- Ottelijoiden kannustaminen on sallittua
- Tuomarityöskentelyyn ei saa puuttua
- Epäurheilijamaisesta käytöksestä seuraa rangaistus, myös valmentajalle
 -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





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





Jos tuomari on tarkkana selätysten kanssa, niin ei synny tarvetta kulmalta puuttua asiaan!

