



Tavoitteena terve ja menestyvä urheilija

# Kestääkö kasetti?

## Psyykinen valmennus osana loukkaantuneen urheilijan vammojen hoitoa ja kuntoutusta

Moni urheilija kokee jäävänsä yksin vakavan urheiluvamman satuttaessa ja valmentajat saattavat ajatella, ettei oma osaaminen riitä urheilijan tukemiseen. Iltaseminaarissa perehdytään psykologin, valmentajan, lääkärin ja urheilijan puheenvuorojen kautta siihen, mikä merkitys psyykkisellä hyvinvoinnilla on vammojen kokonaisvaltaisessa hoidossa.

<b>Aika</b>	ke 22.4.2015 klo 17.30–21
<b>Paikka</b>	Varalan Urheiluopisto, Varalankatu 36, Tampere
<b>Kohderyhmä</b>	valmentajat, ohjaajat, urheilijat, urheilijoiden huoltajat sekä muut urheilutoimijat ja liikunta-alan ammattilaiset
<b>Hinta</b>	45 €, sisältää ohjelman ja välipalan

### Sisältö

- Urheilijan psyykinen valmennus vakavan urheiluvamman sattua – akuutti vaihe, kuntoutusvaihe ja pitkittynyt vamma
- Lääkärin näkemyksiä urheilijan henkisen hyvinvoinnin tukemisesta vammojen hoidossa
- Valmentajan kokemuksia nuoren urheilijan psyyken huomioimisesta osana perusvalmennustyötä
- Tero Järvenpää, keihäänheiton olympianelosen tarina

### Kouluttajat

- Tiina Röning, psykologi ja valmentaja, Psykologipalvelu Tiina Röning ja Koovee salibandy
- Heidi Haapasalo, lääketieteen tohtori, liikuntalääketieteen erikoislääkäri, ortopedian ja traumatologian erikoislääkäri, Tampereen Urheiluakatemia, TAYS
- Riku Koivunen, juniorivalmennuspäällikkö, Tampereen Sisu
- Tero Järvenpää, keihäänheittäjä

**Ilmoittautuminen** viimeistään 8.4.2015  
[www.ukkinstituutti.fi/koulutus](http://www.ukkinstituutti.fi/koulutus)  
s-posti [ukkoulutus@uta.fi](mailto:ukkoulutus@uta.fi), puh. 03 282 9600  
100 ensiksi ilmoittautunutta mahtuu mukaan.

