



Lasten ja nuorten fyysis-motorinen harjoittelu -selvitys

ISOT JOHTOPÄÄTÖKSET

Heureka -26.11.2008
Kari Niemi-Nikkola
Suomen Olympiakomitea
Valmennuksen johtaja





1. 16-vuotiailta urheiluseuroissa liikkuvilta nuorilta puuttuu harjoitettavuudesta 2000 tuntia
2. Lasten ja nuorten liikunta ja harjoittelu on yksipuolista, eri osa-alueet eivät kehity riittävästi lajien harjoittelussa
3. 12-15 vuotiaat ovat kriittinen, harjoittelussa väliinpuotoava ikäluokka



KOSKA
URHEILU
ON IKUISTA

