



Pyrintöläinen

www.tampereenpyrinto.fi/koripallo



2017-2018

KORIPALLO

Tehdään yhdessä hyvät kaupat!

Kaikki maaseudun kiinteistöt
alan suurimmalta toimijalta.
Ostat, myyt tai tarvitset
hinta-arvion.
Metsät, pellot, mökit, tontit,
maatilakokonaisuudet.

Tutustu kohteisiimme
ja palveluihimme
www.metsatilat.fi



Jukka Pusa
0400 636 113
tj., LKV, AKA, kaupanvahvistaja



Miika Bucktman
040 557 3947
LKV, KiAT, AKA, kaupanvahvistaja



Kari Jeskanen
0500 335 526
LKV, KiAT, kaupanvahvistaja



Oiva Vierikka
040 580 3144
LKV, AKA



Länsi-Suomen Metsätilat Oy LKV

Kiikanojantie 23, Sastamala
p. 0400 636 113
etunimi.sukunimi@metsatilat.fi
www.metsatilat.fi

Palkkio 4,5 %, minimi 2 250 € (sis. alv.) tai sopimuksen mukaan.

Pyriinön pelaajien pesuveden lämmittää



Metsänomistajat
PIRKANMAA



Pisteitä lajittelusta!

Jätteiden lajittelu
säästää ympäristöä.

Jokaisella
pienellä teolla
on iso merkitys!



www.pjhoy.fi



KORIPALLOJAOSTON JOHTOKUNTA 2017

Maija Strandberg (pj.)
040 556 3763

Elisa Hakanen
050 352 0982

Denis Kucevic
050 404 2046

Juuso Liljeroos
050 506 0622

Tommi Nyman
050 311 0919

Kati Packalén
040 673 5614

Jussi Pärssinen
040 167 0803

Ami Seppälä
0500 186 456

Monika Sola
040 721 9355

Juho Sopanen
050 317 4036

Mikko Virta
050 521 0677

KORIPALLO

2017-2018

- 4** Tervetuloa mukaan toimintaan – rooli löytyy jokaiselle
- 5** Lähituotteita luomukorista
- 6** Miehet, edustusjoukkue
- 15** Päävalmentajan terveiset
- 16** Miehet, 1. divisioona
- 18** Naiset, 1. divisioona
- 20** Pyriinön talent-ohjelma
- 22** Valmentajat
- 27** Pojat -03 tunnustelemassa kansainvälisiä tuulia
- 30** Matkalla monipuoliseksi urheilijaksi
- 32** Valmentaminen on elämänmittaista opiskelua
- 34** Naiset, 2. divisioona, Pyrintö-Kamut
- 35** Juniorit
- 50** Pikkusudet
- 52** Aloittelevien koriskoulu
- 52** Unified
- 53** Miehet, harraste
- 53** Naiset, harraste
- 45** Naisten kuntosarja, Hype & Hurricane

Kustantaja: Tampereen Pyrintö ry

Päätoimittaja: Jarmo Hakanen

Toimituskunta: Maija Strandberg
Ami Seppälä
Elisa Hakanen

Kansikuva: Suvi Roiko

Miesten edustuksen kuvat: Ville Vuorinen

**Muut joukkue- ja
yksityiskuvat:** Oma Design
Antti Harju

Taitto: Mainospiste Erja Lehto
mainos.erjalehto@gmail.com

Paino: Eräsalon Kirjapaino Oy

Painosmäärä: 1 600 kpl



”

Laadukasta toimintaa
kaikissa ikäluokissa



Tervetuloa mukaan toimintaan — rooli löytyy jokaiselle

Koripallokansa elää EM-kisojen jälkeistä positiivista nousukautta, tuskin koskaan koris on ollut yhtä isossa positiivisessa nosteessa.

Meiltä kysytään usein, miten olemme saaneet seuratyössä tätä hyödynnettyä. Lisenssipelaajien kasvu on selkeä tavoite sekä Pyrintössä että liitossa.

Haasteenamme on laadukkaan toiminnan tarjoaminen kaikissa ikäluokissa, lapsia on helppo saada kokeilemaan lajia, mutta toimintamme tasoa mittaa se, miten saamme heidät innostumaan ja palaamaan, treeneistä ja kaudesta toiseen.

Koripallo on myöhäisen erikoistumisen laji, ja yleisseurana Pyrintö tarjoaa erinomaiset kehittymismahdollisuudet nuorelle urheilijalle.

Mekin olemme mukana miettimässä, miten saada vanhempien ikäluokkien drop out -ilmiötä pienennettyä, ja nuoret pysymään pidempään lajin parissa.

Pelaajien ohella seurassa tarvitsemme monenlaisia toimijoita; valmentajia, tuomareita, toimitsijoita, vapaaehtoisia monenlaisiin tehtäviin.

Keskiosässä on pyrintöläinen pelaajapolku sekä tytöille että pojille.

Kuluvan kauden aikana olemme työstämässä koriksen strategisia linjauksia, ja osana tätä työtä kysimme tärkeimmiltä sidosryhmiltämme, vanhemmilta ja valmentajilta, mielipidettä työstämme. Ilahduttavasti arvostitte Pyrintön arvoja ja yhteisöllisyyttä. Huolenaiheeksi nousi harrastuksen hinta, ja tämän kanssa tasapainoilemme jatkuvasti – kuinka tarjota laadukasta toimintaa kohtuullisissa puitteissa hinnalla, joka ei rajoita liikaa osallistumista.

Urheiluseuratoiminta perustuu tänäänkin vapaaehtoisuuteen ja talkootyöhön, kiitos te lukemattomat valmentajat, vanhemmat ja muut vapaaehtoiset, jotka mahdollistatte Pyrintön laajan nuorisotyön ja harrastetoiminnan koriksen parissa.

Kynnys osallistumiselle on matalalla, tervetuloa mukaan!

Saleilla nähdään

Maija

Maija Strandberg
Koripallojoaston puheenjohtaja

JAOSTON ARVOT:

- Yhteisöllisyys
- Tavoitteellisuus
- Tervehenkisyys
- Osaaminen
- Tasapuolisuus

”

Matka on tärkeämpi
kuin pytyt ja pokaalit.



Nuorten valmennuspäällikkö Jukka ”Kössi” Raja-aho:

Lähituotteita luomukorista

Vierailin kesälomalla Korsikalla, jossa ihailin dramaattisen luonnon lisäksi juustoja, joissa maistui macchia, paikallinen yrttikasvusto. Korsikalaiset ovat syystäkin ylpeitä saarestaan, sen luonnosta, hieman omaperäisistä ihmisistään ja kulttuuristaan. Ja etenkin juustoista, jotka ovat aina lähituotettua ja luomua, luonnollisesti.

Pyrintön koripallossa uskotaan korsikalaisten tapaan luomuun ja lähellä tuottamisen järkevyyteen. Lähituotannolla voimme tietysti ylpeillä tällä kaudella erityisesti, sillä miesten Korisliiga-joukkueemme kaikki (!) kotimaiset pelaajat ovat Pyrintön omia kasvatteja. Yhtä lailla 1-divisioonaa pelaavissa naisten edustusjoukkueessa ja miesten reservijoukkueessa valtaosa pelaajista on saanut korisoppinsa Tammerkosken ja Tammelan koulujen korislaeissa. Ja mikä on enemmän luomua – luonnonmukaista – ja aitoa seurahenkeä kuin talkootyö, jonka varassa pyrintöläinen koris toimii. Pyrintössä on paljon myös muualla harrastuksen aloittaneita pelaajia ja valmentajia. On hienoa, että arvoihimme sitoutuneita ja niitä arvostavia urheiluihmisiä tulee vuosittain lisää.

Perinteistä voi olla ylpeä, niitä pitää kunnioittaa ja niiden pitää näkyä päivittäisessä toiminnassa. Meidän pitää kuitenkin muistaa, että maailma ympärillä muuttuu koko ajan ja siksi on kehitettävä omaa toimintaamme.

Koko 2010-luvun olemme johdonmukaisesti uudistaneet valmennusjärjestelmäämme, valmentajien henkilökohtaisista projekteista kohti yhdenmukaisempaa toimintamallia. Samalla taiten huolehtien, että vapaaehtoistyötä tekevät valmentajat kokevat työnsä motivoivaksi ja että luovalle kunnianhimmolle jää tilaa. Kukaan valmentaja ei saa kokea olevansa vain koneiston osa.

Tälle kaudelle olemme määritelleet pyrintöläiselle pelaamiselle pelisääntöjä. Ottaneet seuran kannan harjoitusmääriin tai siihen minkä ikäisissä kaikkien pitää pelata ottelussa yhtä paljon. Millä arvoilla joukkueet tai harjoitusryhmät muodostetaan? Rohkea askel oli myös perustaa kaksi talent-ryhmää jotka harjoittelevat viikoittain joukkueharjoituksen sijaan. Näistä erillisjuttu toisaalla kausijulkaisussa.

Valmistautuminen kauteen 2018-2019 on myös syytä aloittaa ajoissa. Valmentajaryhmien kokoaminen on nykyään ympärivuotista, mutta sen lisäksi on mietittävä mitä Koripalloliiton sarjauudistukset, uudet valtakunnalliset sarjat ikäluokkiin 15 (nuorempi B-ikä) ja 17 (nuorin A-ikä) aiheuttavat toiminnan suunnittelulle tulevaisuudessa. Opittavaa ja kehitettävää riittää myös harrastetoiminnan pyörittämisessä. Kevyemmän harrastamisen mallille on selvää kysyntää. Mutta koska olemme Pyrintö, meidän on huolehdittava myös siitä, että tavoitteelliseen harjoitteluun motivoituneita nuoria riittää jatkossakin.

Useamman nuoren toivoisi ymmärtävän, että on kokeilemisen arvoista harrastaa jotain asiaa elämässään ihan toisissaan, käydä omilla rajoilla. Myös urheilussa matka on tärkeämpi kuin pytyt ja pokaalit. En tunne ketään huippu-urheilijaa, joka kotona iltaisin ihailee mitalejaan. Niitä saa ostettua kaupasta ja mitaleihin kaiverretaan ihan mitä pyydät. Sen sijaan useampikin entinen urheilija palaa muistoissa niihin hetkiin, miten onnistui voittamaan itsensä, väsymyksen, halun antaa periksi.

En tunne ketään ex-urheilijaa, jota harmittaisi tekemänsä uhraukset, mutta tiedän kymmenittäin niitä, joita harmittaa, ettei uskaltanut koskaan pistää kaikkea peliin. Koris on myöhäisen erikoistumisen laji, vielä ehtii.

Korsikalaisella juustolautasella oli tyypillisesti 5-7 juustoa, joista muutama oli hienostuneen mietoja, pari vahvoja ja herkullisia makuja vailla vertaa. Pari viimeistä oli jo niin vanhoja ja tuhteja, että rehellisyyden nimissä niitä voi luonnehtia paremminkin kokemukseksi kuin makunautinnoksi. Meidän on pidettävä huolta, että pyrintöläinen koris ei ala homehtua ja haista, vaan pystymme elämään ajassa ja kehittymään jatkuvasti. Rohkeasti, mutta muistetaan mistä olemme tulossa. Silloin suunta pysyy vakaana.

Kössi

Jukka Raja-aho
Koripallojoaston valmennuspäällikkö



JUAN'YA GREEN

Syntymäaika: February 8, 1992
Siviilisäätty: Single
Miten vietät vapaa-aikaasi? Watching movies or playing video games
Lempi tv-ohjelmasi? Martin
Paheesi? Heights
Parhaiten onnistuva ruokasi / leivonnainen? Bacon and eggs
Pelipäiväsi rituaalit? Listen to music and shooting routine on the court
Millainen on punttiharjoituksesi? More upper body than lower body
Kuka on idolisi? My mother
Ketä vastaan et mielelläsi pelaisi 1 vs. 1? Russell Westbrook
Jos saisit nimetä unelmaviisikkosi, ketä siinä pelaisi? Me, Kobe Bryant, Michael Jordan, Lebron James and Shaquille O'Neal
Paras korismuistosi? Don't have a best memory yet
Parasta Pyrinnössä? My Teammates and Elisa's cheesecake
Pyrinnön sijoitus kaudella 2017-2018? 1st place
Terveiset faneille: Thank you for your constant effort and support all season long. Thank you for being our 6th man.



KENNETH MANIGAULT

Syntymäaika: 22 May 1991
Siviilisäätty: Single
Miten vietät vapaa-aikaasi? Playing fifa or 2k with Ye. Or FaceTime with my daughter
Lempi tv-ohjelmasi? Game of thrones
Paheesi? Oreos
Parhaiten onnistuva ruokasi / leivonnainen? French toast
Pelipäiväsi rituaalit? Listen to music and take a nap
Millainen on punttiharjoituksesi? Full body workouts
Kuka on idolisi? My mom
Ketä vastaan et mielelläsi pelaisi 1 vs. 1? Kyrie Irving
Jos saisit nimetä unelmaviisikkosi, ketä siinä pelaisi? Michael Jordan, Kobe Bryant, Lebron James, Shaq, Scottie Pippen
Paras korismuistosi? Winning 2015 NAIA national player of the year
Parasta Pyrinnössä? Elisa's cheesecake
Pyrinnön sijoitus kaudella 2017-2018? 1st place
Terveiset faneille: Thank you for being the best fans in Korisliga



ANTERO LEHTO

Syntymäaika: 2.4.1984
Siviilisäätty: Naimisissa
Miten vietät vapaa-aikaasi? Leikkipuistossa erinäisen temmellyksen yhteydessä
Lempi tv-ohjelmasi? Noin viikon uutiset
Paheesi? Älypuhelin
Parhaiten onnistuva ruokasi / leivonnainen? Makkarakastike ja perunamuusi / letut
Pelipäiväsi rituaalit? Aamutreeni > lounas > peli
Millainen on punttiharjoituksesi? Kainaloista alaspäin mahdollisimman monipuolisesti
Kuka on idolisi? Oma isä
Ketä vastaan et mielelläsi pelaisi 1 vs. 1? Joonas Cavén on pirullinen vastus
Jos saisit nimetä unelmaviisikkosi, ketä siinä pelaisi? 1. Harry Harjula, 2. Antero Lehto, 3. Jesse Niemi, 4. Jokke Väänänen, 5. Pulu Pulkkinen
Paras korismuistosi? Suomen mestaruudet Pyrinnössä 2010, 2011, 2014
Parasta Pyrinnössä? Ellun voikokset ja mokkapalat
Pyrinnön sijoitus kaudella 2017-2018? 1.
Terveiset faneille: Yhdessä mennään ja porukalla tehdään niin kaikki valmistuu aikanaan



AATE | MAINOSTOIMISTO



EERIK HARJU

Syntymäaika: 16.10.98
Siviilisäätty: Sinkku
Miten vietät vapaa-aikaasi? Kavereiden kanssa hengailen
Lempi tv-ohjelmasi? Lentoturmatutkinta
Paheesi? Salmiakki
Parhaiten onnistuva ruokasi / leivonnainen? Pasta
Pelipäiväsi rituaalit? Ei ole rituaaleja
Millainen on punttiharjoituksesi? Penkki ja kyykkyjä
Kuka on idolisi? Lassi Kilpinen ja Antero Lehto
Ketä vastaan et mielelläsi pelaisi 1 vs. 1? Juho Hietasta
Jos saisit nimetä unelmaviisikkosi, ketä siinä pelaisi? Reda Bellagnaoui, Tuukka Säteri, Aleksi Huhtanen, Aleksi Juutinen, Joonas Cavén
Paras korismuistosi? B-poikien sm-finaalit
Parasta Pyrinnössä? Joukkuekaverit
Pyrinnön sijoitus kaudella 2017-2018? 1.
Terveiset faneille: Tervetuloa Pyynikille, myös miesten divaripeleihin!



LASSI KILPINEN

Syntymäaika: 23.08.1993
Siviilisäätty: Parisuhteessa
Miten vietät vapaa-aikaasi? Pleikkarin ja tyttöystävän kanssa
Lempi tv-ohjelmasi? Ei ole yhtä suosikkia, mutta Stranger Things on kova tällä hetkellä!
Paheesi? Jäätelö
Parhaiten onnistuva ruokasi / leivonnainen? Makaronilaatikko
Pelipäiväsi rituaalit? Herätys, aamiainen, aamureenit, lounas, lepoa kotona, välipala ja peliin
Millainen on punttiharjoituksesi? Monipuolinen
Kuka on idolisi? -
Ketä vastaan et mielelläsi pelaisi 1 vs. 1? Pikkuveljeäni Samua
Jos saisit nimetä unelmaviisikkosi, ketä siinä pelaisi? 2004 Detroit Pistonsin avausviisikko
Paras korismuistosi? Toivottavasti vielä edessä
Parasta Pyrinnössä? Elisan leivonnaiset
Pyrinnön sijoitus kaudella 2017-2018? Mitalipelit
Terveiset faneille: Punasta päälle ja kovaa kannustusta!

VIKING LINE



OSKU HEINONEN

Syntymäaika: 04.09.1992
Siviilisäätty: Kihloissa
Miten vietät vapaa-aikaasi? Tyttöystävän tai kavereiden kanssa oleillen
Lempi tv-ohjelmasi? Salkkarit
Paheesi? Pepsi Max
Parhaiten onnistuva ruokasi / leivonnainen? Herkkusienipekonipasta ja leivonnaisista lusikkaleivät ovat parasta osaamistani
Pelipäiväsi rituaalit? Hyvä aamupala, kevyet aamuhöntsyt, maittäva lounas, päikkärit ja ennen peliä iso kahvi ja välipala
Millainen on punttiharjoituksesi? Palmin kanssa on yleensä penkki ja pohkeet tehty
Kuka on idolisi? Lassi Kilpinen, koska se kestää tajuttoman määrän mun ja Palmin huonoja juttuja
Ketä vastaan et mielelläsi pelaisi 1 vs. 1? Anteroa, koska silloin sitä vastaan pitää pelata joka kerta kun tulee hallille
Jos saisit nimetä unelmaviisikkosi, ketä siinä pelaisi? Juri Heinämäki (todella viihdyttävä kaveri kentällä ja ehkä myös sen ulkopuolella), Antti Nikkilä tekemässä isoja skriinejä Jurille, laitoihin maailman paras kahden suunnan pelaaja eli Jere Lehtinen sekä kokenut Jaromir Jagr ja viidenneksi viisikkoon joku joka osaa kuljettaa hyvin koripalloa
Paras korismuistosi? Suomen mestaruus kaudella 13-14
Parasta Pyrinnössä? Mukavat ihmiset!
Pyrinnön sijoitus kaudella 2017-2018? 1.
Terveiset faneille: Tulkaa Pyynikille ja pitäkää ääntä!

Tapolan



JOONAS CAVÉN

Syntymäaika: 09.01.93
Siviilisäätty: –
Miten vietät vapaa-aikaasi? Luen
Lempi tv-ohjelmiasi? HIMYM
Paheesi? Glögi
Parhaiten onnistuva ruokasi / leivonnainen? Keitetyt perunat
Pelipäiväsi rituaalit? Ei ole rituaaleja
Millainen on punttiharjoituksesi? Hiljainen
Kuka on idolisi? Matti
Ketä vastaan et mielelläsi pelaisi 1 vs. 1? Juri
Jos saisit nimetä unelmaviisikkosi, ketä siinä pelaisi? Steve Nash, Hercule Poirot, Minnetti, Selma, Dominik Hrachovina
Paras korismuistosi? Kaikki päivät on ihania
Parasta Pyrinnössä? Ihmiset, ystävät
Pyrinnön sijoitus kaudella 2017-2018? Mitaleilla
Terveiset faneille: Ooo o o o ooo ol



DEVONNE GILES

Syntymäaika: 21 July
Siviilisäätty: Single -/
Miten vietät vapaa-aikaasi? Watching tv
Lempi tv-ohjelmiasi? Don't have one
Paheesi? Chips
Parhaiten onnistuva ruokasi / leivonnainen? Chicken
Pelipäiväsi rituaalit? Getting rest and hydrating
Millainen on punttiharjoituksesi? Core work
Kuka on idolisi? My mom
Ketä vastaan et mielelläsi pelaisi 1 vs. 1? I'd play anyone
Jos saisit nimetä unelmaviisikkosi, ketä siinä pelaisi? –
Paras korismuistosi? Competing for championship
Parasta Pyrinnössä? My teammates and coaches
Pyrinnön sijoitus kaudella 2017-2018? Hopefully 1st place and champions
Terveiset faneille: Thank you for your continued support throughout this long season, we really appreciate you guys.



PETRI HEINONEN

Syntymäaika: 1988
Siviilisäätty: Naimisissa
Miten vietät vapaa-aikaasi? Perheen kanssa
Lempi tv-ohjelmiasi? Sohvaperunat
Paheesi? Lakritsi, salmiakki
Parhaiten onnistuva ruokasi / leivonnainen? Banaanikakku
Pelipäiväsi rituaalit? –
Millainen on punttiharjoituksesi? Kuntouttava
Kuka on idolisi? Omat vanhemmat, urheilijoista Aleksandr Karelin
Ketä vastaan et mielelläsi pelaisi 1 vs. 1? Vaimoni (pelkästään hävittävää)
Jos saisit nimetä unelmaviisikkosi, ketä siinä pelaisi? Ville Nieminen, Timo Susi, Janne Ojanen, Timo Jutila, Janne Grönvall
Paras korismuistosi? Ylä-asteen koulujen välisten kisojen kultamitali
Parasta Pyrinnössä? Yhteisöllisyys
Pyrinnön sijoitus kaudella 2017-2018? Mitaleilla
Terveiset faneille: Kiitos kannustuksesta!



TOPIAS PALMI

Syntymäaika: 26.08.1994
Siviilisäätty: Suhteessa
Miten vietät vapaa-aikaasi? Soffalla
Lempi tv-ohjelmiasi? Päivän sää
Paheesi? Vihreät pringlesit ja videopelit
Parhaiten onnistuva ruokasi / leivonnainen? Kanawokki
Pelipäiväsi rituaalit? Aamureenit, lounas ja hallille hyvissä ajoin
Millainen on punttiharjoituksesi? Yleensä melko kevyt
Kuka on idolisi? Isoveikka RaPa
Ketä vastaan et mielelläsi pelaisi 1 vs. 1? Petri Heinonen, todella terävät kyynärpäät
Jos saisit nimetä unelmaviisikkosi, ketä siinä pelaisi? Leo, Dick, Anne, Paula ja Timmy
Paras korismuistosi? Suomen mestaruus 2014, Ricoh-turnauksen tsempparipalkinto 2007
Parasta Pyrinnössä? Jurin tarinat
Pyrinnön sijoitus kaudella 2017-2018? Kärjessä
Terveiset faneille: Kiitos kannustuksesta ja mökää mökkiin



BRIAN ASBURY

Syntymäaika: October 1, 1986
Siviilisäätty: Single
Miten vietät vapaa-aikaasi? Talking to my daughter and watching basketball or reading
Lempi tv-ohjelmiasi? Espn first take
Paheesi? –
Parhaiten onnistuva ruokasi / leivonnainen? Chicken and rice
Pelipäiväsi rituaalit? I like to take a nap
Millainen on punttiharjoituksesi? I like to get a full body workout
Kuka on idolisi? My brother Eric Asbury
Ketä vastaan et mielelläsi pelaisi 1 vs. 1? My teammate Giles
Jos saisit nimetä unelmaviisikkosi, ketä siinä pelaisi? Kobe, me, LeBron, Shaq, Russell Westbrook
Paras korismuistosi? Bringing my daughter overseas to watch me play
Parasta Pyrinnössä? All my coaches
Pyrinnön sijoitus kaudella 2017-2018? Hopefully champions but we must take it one game at a time
Terveiset faneille: Keep supporting the club



SAMI TOIVIAINEN
PÄÄVALMENTAJA

Syntymäaika: 2.11.1974
Siviilisääty: avoliitossa
Miten vietät vapaa-aikaasi? Katsellessa TV:stä kaikenlaista urheilua
Lempi tv-ohjelmasi? Villi kortti
Paheesi? Karkin syönti (80-20)
Parhaiten onnistuva ruokasi / leivonnainen? Makaronilaatikko
Pelipäiväsi rituaalit? Aamutreenit ja siihen liittyvät perusasiat, lounas, pienet päikkärit ja ajoissa hallille
Millainen on punttiharjoituksesi? Mikä se on? Harvemmin tulee käytyä ;)
Kuka on idolisi? Mike Krzyzewski eli coach K
Ketä vastaan et mielelläsi pelaisi 1 vs. 1? Juri Heinämäkeä (koska voittaisin sen liian helposti)
Jos saisit nimetä unelmaviisikkosi, ketä siinä pelaisi? Magic Johnson - Tim Hardaway - Michael Jordan - Larry Bird - Karl Malone tai Teemu Laine - Bojan Sarcevic - Timi Heinonen - Vesa Mäkäläinen - Sami Pekkola
Paras korisluistosi? Miesten SM-kulta 2009 ja KTP:n kanssa eteneminen Fiba Europe cupin toiselle kierrokselle, kun meidän piti voittaa Belgiassa kolme pistettä mennäksemme jatkoon. Ja sen verran me sitten voitettiin.
Parasta Pyrintöä? Monien mahdollisuuksien seura, jossa voi harrastaa, kilpailla ja oppia hyvässä ympäristössä. Sekä tietenkin J. Hakasen jutut! Ja E. Hakasen huolehtivaisuus.
Pyrintö sijoitus kaudella 2017-2018? Top 4
Terveiset faneille: Antakaa kuulua vaan! Joukkue nauttii pelaamisesta entistä enemmän, kun Pyyrikillä on kunnon meteli ja meininki!



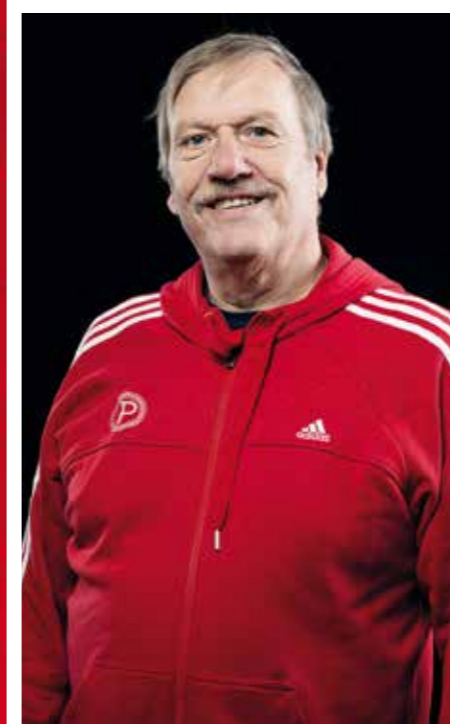
ILPO RANTANEN
VALMENTAJA

Syntymäaika: 26.11.69
Siviilisääty: Aviosääty
Miten vietät vapaa-aikaasi? Mitä?
Lempi tv-ohjelmasi? Euroliiga ja NFL
Paheesi? Näkynee vyötäröltä
Parhaiten onnistuva ruokasi / leivonnainen? Lihamiehiä
Pelipäiväsi rituaalit? Ulkoilu Pispalassa
Millainen on punttiharjoituksesi? Kesto-voimatyypinen
Kuka on idolisi? Koutsina Jasikevicius, opettajana Talikainen
Ketä vastaan et mielelläsi pelaisi 1 vs. 1? Ketään
Jos saisit nimetä unelmaviisikkosi, ketä siinä pelaisi? Niillä pelataan ketä on.
Paras korisluistosi? Toivottavasti vielä edessä päin
Parasta Pyrintöä? Since 1896
Pyrintö sijoitus kaudella 2017-2018? Se mikä ansaitaan
Terveiset faneille: Itse määränpää on koko matka.



JURI HEINÄMÄKI
VALMENTAJA

Syntymäaika: 5.6.1987
Siviilisääty: Varattu
Miten vietät vapaa-aikaasi? Vaippoja vaihtaan
Lempi tv-ohjelmasi? Game of Thrones
Paheesi? Ruoka
Parhaiten onnistuva ruokasi / leivonnainen? Lihapullat
Pelipäiväsi rituaalit? Kastaudun Pyhä- että Näsijärven ja kuuntelen Iso P biisin.
Millainen on punttiharjoituksesi? Haudus näky ja penkki kysytään
Kuka on idolisi? Mutsi
Ketä vastaan et mielelläsi pelaisi 1 vs. 1? J'Nathan Bullock oli niin hikinäinen äijä ettei sitä olisi kiva puolustaa
Jos saisit nimetä unelmaviisikkosi, ketä siinä pelaisi? Mää ja 4 äijää kenelle voisin heittää alley-ooppeja ja hoitais puolustuksen. Giannis Antetokoumpo, Anthony Davis, Tuomas Sukanen ja Tuomas Flinck.
Paras korisluistosi? Koriskoulussa kun tein eniten koreja sillä etten mennyt ikinä puolustaan.
Parasta Pyrintöä? Toimiston seuramiehet Hakanen ja Heinämäki
Pyrintö sijoitus kaudella 2017-2018? Se mikä suorituksellamme ansaitaan
Terveiset faneille: Meillä on hyvä jengi ja yhdessä voidaan mennä pitkälle



JARMO HAKANEN
TOIMINNANJOHTAJA



ELISA HAKANEN
JOUKKUEENJOHTAJA

PYRINTO.FI • EILEN, TÄNÄÄN, AINA.



ANNA LACKMAN
FYSIOTERAPEUTTI



FYSIIKKAVALMENNUSSESSA MUKANA



Pihlajalinna

KOSKIKLINIKKA

LÄÄKINTÄ



PETRI SIREN
HUOLTAJA

Yhteistyökumppanit

AVANT

Pihlajalinna
KOSKIKLINIKKA

OP Tampere

vmp ii

SPORT TO THE PEOPLE
INTERSPORT
Lielähti

Sale
Siellä missä sinäkin

TAMPERE

VIKING LINE

Poro.

Tapolan.

adidas

VARALA

AAMULEHTI

FUN!
TAMPERE 89.0 MHz

NOCCO
NO CARBS COMPANY

ideapark

AATE | MAINOSTOIMISTO

HAKASEN LEIPOMO

Gardner Denver

Pyynikin
KASITYÖLÄISPARIMO

SI DO STE

CUMULUS

WANHA TAPPI
NEKALA

FINNPARK

FRESSI
LIIKUNTA- JA HYVINVOINTIKESKUS

fysioline
Living well.

WRANGE
Living well.

FAST

decens

GRONLUND

Pyöräkkäbaari
Kauppahalli

SITKO PIZZA & BAR

TAMPEREEN URHEILUHIEROJAKOULU
SPORTSMASSE INSTITUTE OF TAMPERE

TURO
1938

MEDIA TEKO

elite
lounasravintola

HARTWALL

tiketti

Tampereen SÄHKÖLAITOS

Abro Duolle

PERKANMAAN MESTARI-RAKENTAJAT OY

Tampereen Messut
Tampere Trade Fairs

KORISLIIGA

18000



KORISLIIGAN

KOTIPELIT

KE 4.10. 18:30	PYRINTÖ - BC NOKIA	LA 13.1. 17:00	PYRINTÖ - BC NOKIA
LA 14.10. 17:00	PYRINTÖ - KTP BASKET	PE 19.1. 18:30	PYRINTÖ - KTP BASKET
LA 21.10. 17:00	PYRINTÖ - VILPAS	LA 27.1. 17:00	PYRINTÖ - VILPAS
LA 28.10. 17:00	PYRINTÖ - KATAJA BASKET	KE 7.2. 18:30	PYRINTÖ - KOUVOT
PE 10.11. 18:30	PYRINTÖ - KOUVOT	LA 17.2. 17:00	PYRINTÖ - KATAJA BASKET
KE 29.11. 18:30	PYRINTÖ - LAPUAN KORIKOBRAT	KE 28.2. 18:30	PYRINTÖ - KORIHAI
PE 8.12. 18:30	PYRINTÖ - HELSINKI SEAGULLS	TO 8.3. 18:30	PYRINTÖ - LAPUAN KORIKOBRAT
SU 31.12. 15:00	PYRINTÖ - KARHU	LA 17.3. 17:00	PYRINTÖ - HELSINKI SEAGULLS
PE 5.1. 18:30	PYRINTÖ - KORIHAI	PE 23.3. 18:30	PYRINTÖ - KARHU
KE 10.1. 18:30	PYRINTÖ - ESPOO UNITED	LA 31.3. 17:00	PYRINTÖ - ESPOO UNITED

PYYNIKIN PALLOILUHALLILLA

#AINA PYRINTO.FI KORISLIIGA AATE | MAINOSTOIMISTO

PYRINTÖ KIITTÄÄ
KAIKKIA KANNATTAJIAAN



Pyrinnön pääsarjat pelaavat
Pyynikillä ja Tammelassa
– parasta paikan päällä



www.facebook.com/tampereenpyrintobasketball

twitter.com/trepyrinto

www.instagram.com/trepyrinto

www.facebook.com/pyrintobasketballwomen

twitter.com/pyrintobasketw

www.facebook.com/tampereenpyrintokoripallo

#pyrintö #munseura #aina

 MIESTEN KORISLIIGA 

Moro!



LAHTI-KOTKA-KAUHAJOKI-TAMPERE. Siinä ovat ne paikkakunnat, joissa olen saanut valmentaa miesten Korisliigaa.

Nimenomaan saanut valmentaa. Koen edelleen oman työni enemmän sellaisena, että saan tehdä sitä mistä oikeasti nautin joka päivä. Totta kai joskus on hetkiä, jolloin hallille meno maistuu puulta, mutta ne tunteet ovat onneksi olleet todella harvassa.

SIIRTYMINEN TAMPEREELLE on sujunut enemmän kuin hyvin. Olemme perheen kanssa asettuneet hienosti tänne Manseen ja asiat ovat mallillaan koko perheellä.

OLEN PÄÄSSYT SEURAAMAAN läheltä Pyrinnön korista monella saralla. Olen mukana Akatemiatoiminnassa kaksi kertaa viikossa. Maanantaisin on vetämäni Talent-harjoitus ja torstaisin olen aina mahdollisuuksien mukaan ollut mukana B-tyttöjen treeneissä. Siihen kun vielä lisää perheen pienimmän mikrotyttöjen pelit sekä muiden junioreiden ottelut, niin ainakin korista saa seurata ihan riittävästi. Ja saattaa minut nähdä joskus toimitsijatehtävissä Tammelassa tai muualla. Kesällä olen mukana myös maajoukkuetoiminnassa alle 15-vuotiaiden tyttöjen päävalmentajana.

KOENKIN VAHVASTI, että oma osaamiseni saa erilaisia muotoja, kun olen monessa mukana. Haluan myös osaltani auttaa Pyrinnön junioripuolta olemalla mukana toiminnassa silläkin puolella.

KUITENKIN SESSY miksi olen täällä, on miesten joukkue. Tampereen Pyrintö on ollut 2010-luvulla erinomaisesti menestynyt ja hyvin hoidettu seura. Yksi asia, joka tekee

tästä vielä ainutlaatuisemman kuin pelkkä menestys, on se, että pelaajista suurin osa on seuran omia kasvattajia. Tämän vuoden joukkue ei tee siinä ainakaan poikkeusta. Koko Korisliigassa vastaavaan ei pysty kukaan muu. Meidän pelaavassa kokoonpanossa on kuusi omaa kasvattia ja tähän päälle kun lasketaan vielä miesten divisioonassa A:ssa pelaava haastajajoukkueemme, niin kahdessa pääsarjassa pelaa lähemmäs 20 Pyrinnön omaa kasvattia! Unohtamatta tietenkään seuran tyttö- ja naispuolta, jossa naisten edustusjoukkueessa on suuri osa omia kasvattajia.

Voin aivan kirkkain silmin kertoa ihan kenelle tahansa, että meillä täällä Pyrinnössä on oikeasti sellainen polku, jossa omilla kasvateilla on oikea mahdollisuus päästä pelaamaan myös aikuisena oman seuran väreissä. Jotain on siis varmasti tehty vuosien saatossa oikein.

Asia ei kuitenkaan ole eikä saa olla itsestäänselvyys. Edustusjoukkueeseen pääsee kuitenkin vain laadukkaan harjoittelun ja oman motivaation kautta. Ei se pelkästään riitä, että on ihan hyvä tamperelainen pelaaja, jolle aukeaa automaattinen tie edustusjoukkueeseen asti. Harjoittelun laatu ja monipuolisuus täytyy säilyttää koko ajan, että tie huipulle aukeaa. Ja vaikka se tie ei sinne aivan huipulle veisikään, niin Pyrinnön kokoisessa seurassa on mahdollisuus olla mukana myös monella muulla tavalla. Myös tämän takia on hienoa kuulua Pyrintö-perheeseen!

Mukavaa joulun odotusta sekä antoisaa vuotta 2018!

Sami

*Sami Toiviainen
Korisliigan päävalmentaja*



**#5 TUOMAS
SUKANEN**



PITUUS / PAINO 198 / 100
SYNTYMÄVUOSI 1991

**#6 REDA
BELLAGNAOUI**



PITUUS / PAINO 185 / 75
SYNTYMÄVUOSI 1998

**#7 EERIK
HARJU**



PITUUS / PAINO 185 / 75
SYNTYMÄVUOSI 1998

**#8 MIKKO
NURMI**



PITUUS / PAINO 202 / 97
SYNTYMÄVUOSI 1998

**#11 JOONAS
PENTTI**



PITUUS / PAINO 190 / 85
SYNTYMÄVUOSI 1996

**#12 EETU
LAITINEN**



PITUUS / PAINO 187 / 75
SYNTYMÄVUOSI 1999

**#13 TUOMAS
FLINCK**



PITUUS / PAINO 182 / 75
SYNTYMÄVUOSI 1999

**#19 TOMMI
LUOJUS**



PITUUS / PAINO 184 / 80
SYNTYMÄVUOSI 1999

**21 ANTTI KESKI-
KOUKKARI**



PITUUS / PAINO 192 / 95
SYNTYMÄVUOSI 1990

**#22 ANTTI
LEHTISAARI**



PITUUS / PAINO 197 / 85
SYNTYMÄVUOSI 1998

**#24 KRISTIAN
RASINAHO**



PITUUS / PAINO 192 / 85
SYNTYMÄVUOSI 1993

**32 DAMON
WILLIAMS**



PITUUS / PAINO 201 / 100
SYNTYMÄVUOSI 1973

**33 JUHO
HIETANEN**



PITUUS / PAINO 198 / 105
SYNTYMÄVUOSI 1990

**#47 JASPER
KOSKINEN**



PITUUS / PAINO 181 / 70
SYNTYMÄVUOSI 2001

**JURI
HEINÄMÄKI**



PÄÄVALMENTAJA



TAMPEREEN PYRINTÖ / MIEHET 1-DIV
2017 - 2018

Miesten 1. divisioona lohko A

KOTIOTTELUT PELATAAN PYYNIKILLÄ

to	7.12.	Pyrintö - Järvenpään Koripalloseura	19:30
la	16.12.	Pyrintö - Oulun NMKY	17:00
to	25.1.	Pyrintö - Jyväskylä Basketball Academy	19:30
to	8.2.	Pyrintö - Porvoon Tarmo	19:30
ke	14.2.	Pyrintö - HBA-Märsky	19:30
to	22.2.	Pyrintö - Forssan Koripojat	19:30

#5 ELLA
SALMINEN



PITUUS 185
SYNTYMÄVUOSI 1998

#7 REETTA-
SOFIA TULKKI



PITUUS 175
SYNTYMÄVUOSI 2000

#10 ANNA
PELTOLA



PITUUS 168
SYNTYMÄVUOSI 1994

#11 LAURA
BAGGIO



PITUUS 176
SYNTYMÄVUOSI 1998

#12 EMILIA
ANTTILA



PITUUS 164
SYNTYMÄVUOSI 2000

#16 HELI
POIKELA



PITUUS 181
SYNTYMÄVUOSI 2000

#20 IINA
MÄKELÄ



PITUUS 181
SYNTYMÄVUOSI 2000

#23 ANTONIA
ENEH



PITUUS 175
SYNTYMÄVUOSI 1999

#25 HILKKA
PÄIVÄRINNE



PITUUS 172
SYNTYMÄVUOSI 1998

#43 PETRA
HURME



PITUUS 168
SYNTYMÄVUOSI 2000

#44 EVIANNA
SIPILÄ



PITUUS 181
SYNTYMÄVUOSI 1995

#57 EMMA
TÖRNBLÖM



PITUUS 183
SYNTYMÄVUOSI 2001

#73 JEMINA
VIDGREN



PITUUS 175
SYNTYMÄVUOSI 2000



NAISTEN 1. DIVISIOONAN KOTIOTTELUT PELATAAN TAMMELAN KOULUSSA

su	10.12.	Pyrintö	- SB-Girls	19:00
su	17.12.	Pyrintö	- Ringside	17:00
su	7.1.	Pyrintö	- Turun Riento	17:00
su	21.1.	Pyrintö	- BC Nokia	17:00
su	4.2.	Pyrintö	- Torpan Pojat	17:00
la	24.2.	Pyrintö	- Tapiolan Honka	17:00

DENIS
KUCEVIC



PÄÄVALMENTAJA

MARCUS
KETOLA



VALMENTAJA

NIKO
PACKALEN



FYSIIKKA-
VALMENTAJA

ANU
MÄENPÄÄ



JOUKKUEEN-
JOHTAJA

Pyrintöön talent-ohjelma on seuratoiminnan seuraava askel

Pyrintöön tavoitteena on kehittyä jatkuvasti pelaajakasvattajan roolissaan, myös seurana. Laadukas harjoittelu joukkueissa on luonnollisesti kaiken toiminnan ydin, mutta joukkueurheilusakin yksilöllisen harjoitustarpeen tunnistaminen ja huomioiminen, on se seuraava kehitysaskel.

Ulospäin talent-toiminta näkyy selkeimmin kahdessa viikoittain kokoontuvassa harjoitusryhmässä, jotka harjoittelevat välillä myös yhdessä.

Antti Nikkilä talents -ryhmään on kutsuttu Pyrintöön pitkiä sisäpelaajia tai sellaisia pelaajia, joille sisäpelitaitojen opettelu on painotettua. Muita painotettua on järkevää.

Sami Toiviainen talents -ryhmässä harjoittelee vastaavasti ulkopelaajan taitoja. Mukana on takapelaajia ja laitureita, joille on nähty tarpeelliseksi järjestää painotettua harjoittelua.

- Antti Nikkilä pystyy auttamaan kokonaisvaltaisesti pitkiä pelaajia. Hänellä on suomalaisittain poikkeuksellisen laaja kokemus juuri tästä roolista niin Yhdysvaltain yliopistokoriksesta kuin ammattilaisuusvuosista ympäri Eurooppaa, muistuttaa Pyrintöön nuorten valmennuspäällikkö Jukka "Kössi" Raja-aho.

Sisäpelaamisen taidot jäävät joukkueharjoituksissa yleensä muutamaa harjoituskertaan, harjoitellaan pari perusliikettä, jota kaikki voivat hyödyntää selkällä korilla pelatessaan.

- Se on luonnollista, koska millä joukkueella on oikeasti mahdollisuus käyttää joukkueharjoituksissa riittävästi aikaa vaikkapa siihen miten pitkä pelaaja voi hyödyntää, tai toisaalta selvittää, missä tilanteissa, kysyy Kössi.

Valmentaminen on valintojen tekemistä, kuinka paljon mihinkin asiaan voi ja kannattaa käyttää harjoitusaikaa.

Myös päävalmentaja Sami Toivaisen ryhmässä kyse on painopisteiden valinnasta, vaikka ryhmän kokoamisessa lähtökohta on erilainen. Samin ryhmään on ensi vaiheessa kutsuttu lähinnä B-junioreita sekä joitain C-ikäisiä pelaajia. A-ikäisissä taitojen harjoitte-

lu joukkueen konseptin mukaisesti on jo niin olennaista, että ulkopelaajien harjoittelu on järkevää toteuttaa joukkueen mukana. Jos yksilölliseen harjoitteluun on tarvetta, se sovitaan henkilökohtaisesti.

Antin isojen pelaajien ryhmän harjoitus sisältö on puolestaan niin erikoistunut, että siellä on mukana A-ikäisiä, myös nuoria aikuispelaajia, mutta ei niinkään C-junnuja, joiden ei kannata vielä erikoistumiseen käyttää harjoitusaikaa.

Molemmat ryhmät elävät kauden mittaan, uusia kutsutaan mukaan, joidenkin kanssa todetaan, että on järkevää harjoitella oman joukkueen ohjelman tai henkilökohtaisten lisäharjoitusten mukaisesti.

Molempien ryhmien vetäjät tekevät työtään muun valmennuksensa ohessa. Sami on edustusjoukkueen päävalmentaja, Ant-



ti mikroyttöjen valmentaja. Kunnioitettava asennetta molemmilta alansa huippumiehiltä.

Kuten alussa todettiin, nämä ryhmäharjoitukset ovat vain osa kokonaisuutta. Ihan yhtä tärkeä osa talent-ohjelmaa on pelaajan huomioiminen yksilönä. Tästä asiasta päävastuu on Juri Heinämäellä, joka suunnittelee pelaajien kanssa yksilöllistä harjoittelua yhdessä pelaajan ja oman ikäluokan valmentajien kanssa.

- Ensin arvioimme, miten voimme pelaajaa auttaa, sanoo Juri. Lähemmekö korjaamaan taitovajetta tai yksipuolisuutta vai ra-

kentamaan vahvuudesta erinomaisuuden, kertoo Juri.

-Sen jälkeen mietitään mitä se vaatii. Huomattava osa talent-pelaajistamme on mukana akademia-valmennuksessa ja asioita voidaan ehkä painottaa koulun harjoituksissa.

- Olen ollut yhteydessä joidenkin pelaajien kouluun ja yhteistyössä rehtorien kanssa järjestäneet mahdollisuuden tehdä esim. aamu- tai iltapäiväharjoitus omalla koululla.





































Talent-valmennuksen pelaajat on valinnut Juri Heinämäki ja Jukka Raja-aho ikäluokien valmentajien kanssa keskusteltuaan. Mustasukkaisuutta omista pelaajista ei ole

esiintynyt.

- Valmentajiemme suhtautuminen on ollut kiitettävää. Jokainen ymmärtää nykyään, että valmentaminen on tiimityötä niin joukkueen sisällä kuin seuratasollakin, Kössi kiittää.

Lopullinen vastuu omasta kehityksestä on tietysti aina pelaajalla itsellään. Seura auttaa luomalla lisääntyvässä määrin olosuhteita. Talent-toiminta on siinä mielessä jatkumo kaikille avoimelle open gymille (loma-aikojen aamupäivien heittovuorolle), seuran leireille tai esim. Heittoklinikalle, joka jatkuu Pyrintössä nyt toista kautta.

<p>SAMI TOIVIAINEN</p>  <p>MIESTEN LIIGA PÄÄVALMENTAJA</p>	<p>ILPO RANTANEN</p>  <p>MIESTEN LIIGA VALMENTAJA</p>	<p>JURI HEINÄMÄKI</p>  <p>MIESTEN LIIGA VALMENTAJA, MIESTEN 1.DIV. PÄÄVALMENTAJA</p>	<p>ARTEM KHOVOROST</p>  <p>A-POJAT PÄÄVALMENTAJA</p>	<p>JANI VOSTRAKOV</p>  <p>A-POJAT VALMENTAJA</p>	<p>JUSSI PÄRSSINEN</p>  <p>A-POJAT VALMENTAJA</p>	<p>MIKA TALOLA</p>  <p>C-POJAT FYSIKKAVALMENTAJA</p>	<p>JARKKO MÄKINEN</p>  <p>C-POJAT VALMENTAJA</p>	<p>MIKKO LEHTINEN</p>  <p>C-POJAT VALMENTAJA</p>	<p>JUKKA RAJA-AHO</p>  <p>MINIPOJAT 06-07 PÄÄVALMENTAJA</p>	<p>JUHA KURIKKA</p>  <p>MINIPOJAT 06-07 VALMENTAJA</p>	<p>LEEVI MÄKINEN</p>  <p>MINIPOJAT 06-07 VALMENTAJA</p>
<p>SAMUEL LACKMAN</p>  <p>A-POJAT FYSIKKAVALMENTAJA</p>	<p>TOMI KOSKINEN</p>  <p>B-POJAT PÄÄVALMENTAJA</p>	<p>MIIKKA MÄKIRINTA</p>  <p>B-POJAT VALMENTAJA</p>	<p>OTTO JUUTINEN</p>  <p>B-POJAT VALMENTAJA</p>	<p>MIRO KYPÄRÄ</p>  <p>B-POJAT VALMENTAJA</p>	<p>RAUNO KOIVISTO</p>  <p>B-POJAT VALMENTAJA</p>	<p>JAMI ESKELINEN</p>  <p>MINIPOJAT 06-07 VALMENTAJA</p>	<p>PIA MARTIKAINEN</p>  <p>MINIPOJAT 06-07 VALMENTAJA</p>	<p>HARRI LILJELUND</p>  <p>MINIPOJAT 06-07 VALMENTAJA</p>	<p>TANER BILGILI</p>  <p>MINIPOJAT 06-07 VALMENTAJA</p>	<p>SANNA TIGRINE</p>  <p>MINIPOJAT 06-07 VALMENTAJA</p>	<p>JOHANNA PARTA</p>  <p>MIKROPOJAT 08 PÄÄVALMENTAJA</p>
<p>SARI KOIVUMÄKI</p>  <p>B-POJAT FYSIKKAVALMENTAJA</p>	<p>SANTERI LILJEBERG</p>  <p>C-POJAT PÄÄVALMENTAJA</p>	<p>MIKKO VIRTÄ</p>  <p>C-POJAT VALMENTAJA</p>	<p>HANNU HIIPAKKA</p>  <p>C-POJAT VALMENTAJA</p>	<p>ALEKSI MELLAS</p>  <p>C-POJAT VALMENTAJA</p>	<p>MIKKO TOIVONEN</p>  <p>C-POJAT VALMENTAJA</p>	<p>ARI KURLIN</p>  <p>MIKROPOJAT 08 VALMENTAJA</p>	<p>MIKA IJÄS</p>  <p>MIKROPOJAT 08 VALMENTAJA</p>	<p>TUOMAS HOLLI</p>  <p>MIKROPOJAT 09 PÄÄVALMENTAJA</p>	<p>JANI TOIMINEN</p>  <p>MIKROPOJAT 09 VALMENTAJA</p>	<p>VEETI MÄKINEN</p>  <p>MIKROPOJAT 09 VALMENTAJA</p>	<p>JUHA LEHTINEN</p>  <p>MIKROPOJAT 09 VALMENTAJA</p>

JARMO PALVIAINEN  SUPERMIKROPOJAT VALMENTAJA	KIMMO LEHTINEN  SUPERMIKROPOJAT VALMENTAJA	MIRVA JOKINEN  SUPERMIKROPOJAT, MIKROTYTÖT 09 VALMENTAJA, SUPERMIKROTYTÖT PÄÄVALMENTAJA	ROOPE STÄHLE  SUPERMIKROPOJAT VALMENTAJA	EPPU HEINONEN  SUPERMIKROPOJAT VALMENTAJA	MATTI SEPPÄNEN  SUPERMIKROPOJAT VALMENTAJA	KIMMO SALONEN  MINITYTÖT PÄÄVALMENTAJA	ANNA SALONEN  MINITYTÖT VALMENTAJA	RIITTA MÄHÖNEN  MINITYTÖT VALMENTAJA	PATRIK JÄMINKI  MINITYTÖT VALMENTAJA	NIINA LAAKSO  MINITYTÖT VALMENTAJA	ANNA RIISIÖ  MINITYTÖT VALMENTAJA
PETRI HUHTELIN  SUPERMIKROPOJAT VALMENTAJA	DENIS KUČEVIC  NAISET 1.DIV JA A-TYTÖT PÄÄVALMENTAJA	MARCUS KETOLA  NAISET 1.DIV JA A-TYTÖT VALMENTAJA	NIKO PAKKALIN  NAISET 1.DIV JA A-TYTÖT FYSIIKKAVALMENTAJA	MINNA SAROS  AT FUN VALMENTAJA	PINJA LAITINEN  B-TYTÖT PÄÄVALMENTAJA	JUUSO LILJEROOS  MIKROTYTÖT 08 PÄÄVALMENTAJA	ANTTI NIKKILÄ  MIKROTYTÖT 08 VALMENTAJA	PAULA VIMPELI  MIKROTYTÖT 08 VALMENTAJA	JUHO SOPANEN  MIKROTYTÖT 09 PÄÄVALMENTAJA	ANNI MÄENPÄÄ  MIKROTYTÖT 09 VALMENTAJA	MIIA LINDSTRÖM  MIKROTYTÖT 09 VALMENTAJA
LAURI IKONEN  B-TYTÖT VALMENTAJA	ANU MÄENPÄÄ  B-TYTÖT FYSIIKKAVALMENTAJA	JUKKA ETU-SEPPÄLÄ  C-TYTÖT PÄÄVALMENTAJA	MONIKA SOLA  C-TYTÖT VALMENTAJA	TIMO HOKKANEN  C-TYTÖT VALMENTAJA	LASSI VEKALAHTI  C-TYTÖT VALMENTAJA	EEVA KIISKINEN  SUPERMIKROTYTÖT VALMENTAJA	HANNA RAITILA  SUPERMIKROTYTÖT VALMENTAJA	SANNI HELLGREN  SUPERMIKROTYTÖT VALMENTAJA	HENRI MONTONEN  SUPERMIKROTYTÖT VALMENTAJA	JUKKA JOKINEN  SUPERMIKROTYTÖT VALMENTAJA	ALEKSI PENNANEN  SUPERMIKROTYTÖT VALMENTAJA

Pojat -03 tunnustelemassa kansainvälisiä tuulia



Pyrinnön 03-pojat lähtivät 27.10. reissuun, jollaista moni pojista ei ole kokenut. Lähdimme EYBL eli European Youth Basketball League turnaukseen Tsekiin. Saavutimme Prahaan ja kuljimme bussilla vielä 100km etelään, Pelhrimovin herttaiseen 18 000 hengen kaupunkiin. Yöpymispaikkamme paikallisessa opiskelija-asuntolassa ei saanut innostusta aikaiseksi. Neuvostoliiton aikainen rakennus ja yhtä vanhat sängyt olivat kolkko näky. Innostus kuitenkin palasi saapuessamme pelipaikalle, jonka seinällä loistivat turnauksen osallistuneiden maiden liput. Joukkueita oli saapunut meidän lisäksi Makedoniasta, Serbiasta, Kroatiasta, Unkarista ja Tsekistä. Nyt pääsemme pelaamaan oikeasti laadukasta kansainvälistä palloa!



Pelasimme ensimmäisen ottelun jo saapumispäivänä. Meidän pelaamisessa näkyikin matkaväsymys, kun taas paikallinen BK SOJKY aloitti heti virkeästi ja nappasi avausottelusta voiton. Toisessa pelissä kohtasimme luultavasti turnauksen parhaimman joukkueen KK Mladost Zemun Serbiasta. Enpä ole 03-syntyneissä vielä niin hienoa koripalloa nähnyt! Vastustajat olivat isoja, vahvoja, taitavia, ahkeria sekä nöyrästi joukkueelle pelaavia. Pelasimme hienon ottelun, mutta edes Suomesta asti paikalle saapuneiden fanien hurja kannustus ei kyennyt peittämään

joukkueiden välillä ollutta eroa. Viimeistään nyt meidän pojat ymmärsivät, että heillä on vielä pitkä matka kuljettavana huipulle. Tämän jälkeen olikin turnauksen heikomman pelin aika. Hävisimme viimesekunnin heitolla BK Inter Bratislavalle, vaikka osaamisemme olisi pitänyt riittää selkeään voittoon. Turnauksen viimeisessä ottelussa ja hävisi meille joka osa-alueella.

Turnaus oli hieno kokemus. Paikalliset olivat todella ystävällisiä ja kelit miellyttivät pimeään ja kylmään tottuneita suomalaisia. Hienointa oli kuitenkin huomata, että emme hävinneet taidossa kellekään ja pystyimme

myös pelaamaan koko turnauksen laajimmalla rosterilla. Meillä kaikki pelaajat saivat merkittävät peliminuutit, kun muut joukkueet luottivat vain 6-7 pelaajaan. Mutta kovuudessa ja koossa me hävisimme. Vaikka meillä oli kaksi turnauksen pisintä pelaajaa, niin se ei riittä, jos muuten kaikki pelaajat ovat selkeästi jäljessä fyysisessä kehityksessä. Nyt pojat ovat nähneet minkälaista palloa meidän pitää pystyä pelaamaan. Minkälaisella kovuudella tilanteisiin pitää mennä ja mitä valmentaja tarkoittaa kansainvälisentason viimeistelyllä. En malta odottaa tammikuuta ja turnauksen seuraavaa vaihetta Unkarissa, jolloin pääsemme jälleen testaamaan, asteen kokeneempänä, kuinka pystymme vastaamaan näihin haasteisiin!

MIKKO PITKÄNEN	KATI PAKKALAN	KIRSI LAITINEN	ELSA TAKALA	VERNERI LYLÄ
ALOITTAVIEN KORISKOULU VALMENTAJA	UNIFIED VALMENTAJA	UNIFIED VALMENTAJA	PIKKUSUDET JA NAISTEN HARRASTE	PIKKUSUDET

VAPPO

Kotimaista energiaa läheltä.

Tarjoamme vastuullisia ja kotimaisia kiinteitä polttoaineita, korkealuokkaisia energiantuotantoratkaisuita sekä asiakkaiden energialiiketoimintaa kehittäviä palveluita kaikkialle Suomeen.

Tutustu toimintaamme www.vapo.fi



PYRINTÖ

MIESTEN KORISLIIGAJOUKKUE
2017-2018

EILEN, TÄNÄÄN, AINA



Matkalla monipuoliseksi urheilijaksi

Pyrintön yleisurheilun nuorten valmennuspäällikkö Pauliina Savijoki ja B-tyttöjen päävalmentaja Pinja Laitinen pohtivat monipuolisuuden merkitystä nuorelle urheilijanalulle.

Fysiikkaharjoittelun merkitys nuorelle koripalloilijalle?

Fysiikkaharjoittelu on tärkeä osa nuoren koripalloilijan harjoittelukokonaisuutta. Fysiikkaharjoittelu kehittää kehoa kestävämmän lajin kovaa kuormittavuutta, ennalta ehkäisee vammoja ja antaa lajiharjoittelullekin uuden ulottuvuuden kun esimerkiksi keskivartalosta ja jaloista löytyy lisää voimaa, linjaa Pinja.

Koripallossa tulee paljon erilaisia suunnanmuutoksia sekä kiihdytyksiä ja jarrutuksia moneen suuntaan. Nuoren harjoittelu tulee valvoa ja harjoittelutekniikoiden tulee olla hallussa ennen kuin aloitetaan varsinaista painoharjoittelua, pohtii Pinja.

Miten koripalloilijan harjoittelu rytmittyy kauden aikana?

Kesä on koripalloilijalle peruskuntokautta. Lajiharjoittelu keskittyy paljolti yksilötaitoihin ja fysiikkaharjoittelua on enemmän.

Syksyllä kauden alkaessa lajiharjoittelun osuutta lisätään. Pelikausi kestää huhti/toukokuulle ja pieni tauko on hyvä pitää esim. joulun aikaan. Syksyn ja kevät kauden harjoittelussa tulee huomioida hyvin myös lepopäivät koska viikot harjoituksineen ja peleineen voivat kuormittaa osaa pelaajista helposti, Pinja kertoo.

Onko eri alustoilla harjoittelusta hyötyä vammojen ehkäisyssä ja miksi?

Kovalla alustalla harjoitellessa keho kokee voimakasta iskutusta erityisesti nivelissä ja muissa kudoksissa. Lihasien tehtävä on suojella kroppaa liian voimakkailta iskuksilta, mutta erityisesti nuorella urheilijalla kehon valmius kestää iskutusta ei ole vielä samalla tasolla kuin pidempään harjoitelleilla, kertoo Pauliina.

Aina mahdollisuuksien mukaan olisi hyvä

tehdä harjoittelua myös pehmeillä alustoilla ja vähintään yhtä tärkeää olisi tehdä harjoittelua myös paljain jaloin, jotta jalan pienetkin lihakset kehittyvät. Näin olemme valmiimpia ottamaan vastaan äkillisiä liikkeitä ja korjaamaan virheasennon esimerkiksi huonossa alustulossa, ennen nilkan nyrjähdystä.

Minkä ikäiseksi mielestäsi pystyy harrastamaan useampaa urheilulajia?

Sekä Pinja että Pauliina olivat samaa mieltä monipuolisuuden tärkeydestä.

Useamman urheilulajin harrastaminen olisi mielestäni oltava tavoite jokaiselle nuorelle urheilijalle, pohtii Pauliina. Monipuolisuuden puolesta on paljon näyttöjä menestyneiden urheilijoiden kohdalla. Suurin ongelma lajien yhtäaikaanisessa harrastamisessa on mielestäni niiden aikataulutus, sekä kokonaiskuormituksen määrästä huolehtiminen.

Valmentajilla on tässä kohtaa tärkeä rooli. Esimerkiksi voimaharjoittelu voidaan hyvin toteuttaa toisen lajin harjoituksissa niin että se tukee myös sitä toista lajia. Mikäli harjoittelu on järkevästi suunniteltu ja molempien lajien valmentajat ymmärtävät molempien lajien antaman hyödyn toiselle ja ovat valmiita rytmittämään harjoittelua toisiaan tukevasti, voi useampaa urheilulajia harrastaa mielestäni vielä lukioikään asti. Tämä riippuu totta kai myös lajeista ja siitä kuinka samankaltaisia ne ovat ja miten harjoituskaudet rytmittyvät.

Mikäli toinen lajeista on selkeästi ns. kaksoislaji, voi yhtäaikaainen harjoittelu jatkua mielestäni vielä paljon pidemmällekin, riippuen tavoitteista ja lajin vaatimuksista, sanoo Pauliina.

Onko yleisurheilusta hyötyä koripalloilijalle ja päinvastoin?

Yleisurheilu ja koripallo ovat todella hyvin toisiaan tukevia lajeja. Lajit ovat profiililtaan hyvin erilaisia, mutta opettavat taitoja joissa on todella hyvä siirtovaikutus myös toiseen lajiin.

Nopeus ja kiihdytys ovat yleisurheilijalle tärkeitä ominaisuuksia, niitä hetkiä kun koripalloilija joutuu kesken pelin kiihdyttämään kohti toista koria tulee yhden pelin aikana käsittääkseni paljon? pohtii Pauliina.

Suunnanmuutokset ja jarrutukset ovat koripalloilijalle tuttuja ja tärkeitä taitoja. Yleisurheilun lajisuorituksissa ei näitä taitoja suoraan tarvita, mutta esimerkiksi vammojen ennaltaehkäisystä näkökulmasta näiden taitojen osaaminen esimerkiksi harjoitustilanteessa olisi äärimmäisen tärkeää.

Yleisurheilussa aikaa käytetään paljon liikkuvuuden ja kehonhallinnan kehittämiseen, nämä ovat meidän lajissa tärkeitä ominaisuuksia. Koripalloilijalle nämä olisivat yhtä lailla tärkeitä osa-alueita esimerkiksi kehonhuollon ja vammojen ennaltaehkäisyn näkökulmasta. Nopeisiin muutoksiin pelikentällä on helpompi reagoida kun liikkuvuus ei sitä rajoita.

Molemmissa lajeissa koordinaatiokyky on tärkeässä roolissa. Vaikka harjoitteet ovat hyvin erilaisia ja koripalloilijalla on harjoitteissa monesti pallo mukana, kehittyvä yleinen koordinaatiokyky mikä antaa hyviä valmiuksia myös yleisurheilijalle.

Ponnistus on tärkeä ominaisuus molempien lajien harrastajalle. Korkeushypyn ponnistuksessa taitaa olla jotain samaa kun lay-upissa!

Manu, Anni, lida ja Aava ovat eri-ikäisiä Pyrintön korisjunnuja, jotka harrastavat tavoitteellisesti useampaa lajia. Kuluneella kaudella Manu saavutti ensimmäiset SM-italinsa ikäistensä kisoissa korkeushypyssä ja kolmiloikassa. Anni ja lida ovat ikäkausitilastoissa kärkipäässä useammassa lajissa ja Aava on päässyt jalkapalloilijana ikäkausijoukkueeseen.



Manu Anni lida Aava

	Manu (-03)	Anni (-04)	lida (-05)	Aava (-06)
Joukkueesi	Pelaan B-pojissa	Harjoittelen pääasiassa B-tyttöissä ja pelaan sekä C- että B-tyttöissä	C-tytöt	Minitytöt
Koripallokausia takana	7, ensin 3 vuotta Puhussa, ja nyt 4 vuotta Pyrintössä	6 kautta	3 kautta, siirryin korikseen telinevoimistelusta	noin 5 vuotta
Toinen lajisi	Yleisurheilu kesällä, parhaat lajit korkeushyppy, 3-loikka ja 5-ottelu	Yleisurheilu, otteleen, ja parhaat lajini ovat aitajuoksu ja korkeushyppy, juoksen myös pikamatkoja	Yleisurheilu, monipuolisesti kaikkia lajeja. Tällä hetkellä sujuu seiväshyppy, aitajuoksu ja heittolajit	Jalkapallo TPV:n D-tyttöjen ikäkausijoukkueessa. Pelaamisen aloitin 5-vuotiaana
Tavoitteesi koripalloilijana	Mitali tällä joukkueella olisi mukava	Kehittyä mahdollisimman hyväksi ja maajoukkuepaikka	Kehittyä joukkuepeleilijana	Tavoitteenani on maajoukkue molemmissa lajeissa
Tavoitteesi 2. lajissa	Rikkoa isän ennätykset	Kehittyä monipuolisesti ja katsoa mihin rahkeet riittävät, SM-mitali.	Olla ikäluokassani Hämeen piirin ykkösurheilija mahdollisimman monessa lajissa	

Valmentaminen on elämänmittaista opiskelua

Pyrintö tarjoaa valmentajilleen monenlaisia mahdollisuuksia lajitaitojen ja urheilun perustaitojen opiskeluun. Pyrinnön valmentajat ymmärtävät, ettei valmentaja ole koskaan valmis. Hän, joka luulee tietävänsä ja osaavansa jo riittävästi, on oikeastaan pudonnut kärryiltä.

Ohjaamme ja kustannamme valmentajia aktiivisesti Koripalloliiton tasokoulutuksiin sekä mahdollisimman paljon myös valmentajaklinikoille ja -seminaareihin. Suurena yleisseurana Pyrintö tarjoaa mahdollisuuksia urheiluvalmennuksen oppimiseen, moniin ominaisuusharjoittelun asioihin löytyy huippuosaamista seuran sisältä tai vaikkapa Tampereen Urheiluakatemian koulutuksista.

Pyrinnön koripallojaosto järjestää vuosittain kymmenkunta seuran omaa valmentajakoulutusta. Ne ovat saavuttaneet suuren suosion, sillä väkimääräksi on vakiintunut 20-30 hlöä/kerta, aiheesta riippumatta. Kuukausittain toistuva koulutus on jo niin vakiintunut tapa, että monet valmentajat pitävät niitä luonnollisena osana valmennusta. Koulutusten sovittaminen kädet täynnä arkea olevien valmentajien aikatauluihin on joskus haastavaa, mutta riittävän aikaisella tiedottamisella asia on toistaiseksi onnistunut varsin hyvin. Harva pääsee jokaiseen koulutukseen, mutta jokainen pääsee ainakin muutamaan. Avainasemassa on tietysti valmentajien asenne ja se on ollut kunnioitettavaa.

Pyrinnön omien valmentajakoulutusten sisällöt on kohdistettu välillä nuorempien, välillä vanhempien juniorien valmentajille, mutta vähintään ne ovat yleissivistäviä kaikille. Suuren seuran etu on, että meiltä löytyy lajiosaajakin omasta porukasta. Itsetarkoitus ei ole, että luennoitsija tulee ulkopuolisena paikalle. Toisaalta, vieraamme ovat vuosien saatossa olleet huipputekijöitä.

Yksi osa valmennuksen kehittämistä on myös jatkuva valmentajien kommunikointi ja yhteistyö niin oman valmennustiimin sisällä kuin muiden ikäluokkien valmentajien kanssa. Minun työhöni valmennuspäällikkönä kuuluu vierailta harjoituksissa, haastaa ajattelemaan asioita ja joskus pystyn antamaan joitain vinkkejäkin. Pääpaino vie-

railuissani on B- ja C-junnuissa, mutta pyrin käymään kauden aikana kaikkien ikäluokkien harjoituksissa ainakin kerran. Keväällä tehdyn valmentajien mielipidekartoituksen yhteydessä tuli selvästi ilmi, että Pyrinnön yli 70 korisvalmentajan yleisin ja suurin motivaatiotekijä on urheilullinen tavoitteellisuus. Se on myös Pyrinnön koripallojaoston yksi arvoista ja juuri vapaaehtoistyötä tekeviin valmentajiimmehan koko toimintamme perustuu. Sikäli on täysin luonnollista, että myös koulutukset kiinnostavat valmentajiamme. Aikas hieno itseään ruokkiva ikiliikkuja.

PYRINNÖN VALMENTAJAKOULUTUKSET 2017-2018

ELOKU	Ma 14.8. klo 18.00 Pyynikin palloiluhalli, luokka Kausikoulutus (seuran linjaukset ja yhteiset toimintatavat)
SYYSKUU	Ma 4.9. klo 18.30-20.00 Varalan urheiluopisto, luokka + sali Sami Toivainen: Viimeistely nykykoripallossa
LOKAKUU	Ma 9.10. klo 18.00-21.00 Varalan urheiluopisto Urheiluammojen ehkäisy, kuntoutumisajan harjoittelu Veli-Matti Talonen, Anna Lackman ja Sari Koivumäki
MARRASKUU	Ma 20.11. klo 18.30-21.00 Varalan Urheiluopisto P3 koulutus: Jalkatekniikoiden opettaminen Juri Heinämäki, J-P Orava ja Jukka Raja-aho
JOULUKUU	Pe 29.12. klo 17.00 alkaen Valmentajasuuna, Kymppikerho
TAMMIKUU	Ma 22.1. klo 19.00-21.00 Varalan urheiluopisto Ilpo Rantanen: Joukkueen hyökkäyspelin rakentaminen
HELMIKUU	Sami Toivainen: Pallo-screenin puolustaminen
MAALISKUU	P3 koulutus: Puolustustaitojen opettaminen junnuille
HUHTIKUU	Aihe päätetään myöhemmin (jätetään tilaa uusille ideoille ja toiveille)

"P3 koulutus" = 3 Pyrinnön omaa valmentajaa alustaa ja kertoo miten mitään asiaa opettaa > toisiltamme oppiminen, yhteistyön ja keskustelun lisääminen



Sami vetää valmentajakoulutusta.



Kausikoulutus Pyynikin luokassa.



Juri ja demoryhmä valmentajakoulutuksessa



Jussi Pärssinen kuvaa kaikki valmentajakoulutukset ja linkit lähetetään myös poissaoleville valmentajille.

PYRINNÖN KORIPALLON TUNNUSLUKUJA

Pyrintö on voittanut kahdeksan naisten Suomen mestaruutta

Pyrintö pelaa jo 50. kautta miesten pääsarjassa

Pyrintö on voittanut miesten Suomen mestaruuden 2010, 2011 ja 2014

Toiminnassamme tehdään vuosittain tuhansia talkootunteja

Naiset 2. divisioona, Kamut



Reetta Auvinen
Nelli Harju
Eerika Hasanen
Matilda Hytönen

Irmeli Järvilaturi
Venla Laakso
Lotta Lehtimäki

Laura Lehtimäki
Sonja Lehtinen
Miia Leppänen

Eeva Manninen
Emmi Mähönen
Saila Sukanen

On Pyrintö KaMut nimemme, tämä on joukkueemme lyhenne. Se tulee Kaupunki Muuttajista, koska olemme kaikki eri suunnista. Toki muutama tamperelainen on mukana, meille oppaana, tukena ja turvana.

On meidän joukkueessa monta, aivan ihanaa tyttöä uskomatonta, ja yhteistyömme aina niin saumatonta.

Näkyt tämä treeneissä ja peleissä, missä meillä hymy tosi herkässä. Vietämme aikaa myös vapaa-ajalla, esimerkiksi Antti Tuiskun keikalla.

On onni olla joukkueessa tässä, missä jokainen on pelin ässä. Ja tunne on kuin rakastavassa ja isossa perheessä?

Pyrintö pelaa kauden aikana n. 1600 ottelua eri tasoilla

Pyrinnöllä on yli 100 harjoitusta viikossa



#pyrintö #munseura #aina

A-pojat



Tuomas Flinck
Emil Hannula
Miklas Hapuoja
Miika Hautamäki
Alex Ingman
Jesse Junnila

Kristian Koivisto
Jasper Koskinen
Eetu Laitinen
Tommi Luojus
Mirko Lähteenmäki
Jori Pukkila

Aatu Pöllänen
Tony Rantanen
Tuomas Rasi
Janne Salminen
Valteri Taussi
Ville Villgren

Valmentajat
Artem Khvorost
Jani Vostrakov

Fysiikkavalmentaja
Samuel Lackman
Joukkueenjohtaja
Kirsi Laitinen

Kaudella 2017-18 joukkue pelaa U19 valtakunnallisen I-divisioonan lisäksi alueen miesten III-divaria. Harjoituksia on neljästi viikossa ja lähes jokaisen harjoituksen yhteydessä on fysiikkaosuus.

Kauden tärkein tavoite on kehittää pelaajia sekä pelillisesti että fyysisen osalta mahdollisimman paljon. Tämä on huomioitu myös joukkueen pelitavassa joka palvelee jokaista pelaajaa yhtä paljon. Peleistä pyritään myös antamaan henkilökohtaista palautetta videon välityksellä, näin maksimoidaan oppiminen.

A-pojat pelaavat vauhdikasta ja iloista koripalloa, tervetuloa paikalle kannustamaan voittoon!

Valtakunnallista junioreiden ykkösdivaria pelataan: A-pojissa, A-tytöissä ja B-tytöissä

Unified-toiminta pyörii Pyrinnössä kolmatta kautta



#pyrintö #munseura #aina

A-tytöt



Emilia Anttila
Antonia Eneh
Veera Haukijärvi
Petra Hurme
Lotta Kiviranta

Rosanna Korhonen
Anni Lassila
Hanna Liehu
Niia Little
Elina Mantere

Liina Mäkelä
Viivi Mäkinen
Heli Poikela
Emma Pöikki
Teresa Seppälä

Liisa Taponen
Reetta Tulkki
Emma Törnblom
Jasmin Wilska
Jemina Vidgren

Valmentajat
Denis Kucevic
Marcus Ketola
Niko Packalén

Joukkueenjohtaja
Taina Hurme

Pyrinnön A-tytöt saavuttivat karsinnoissa jo kolmannen kerran peräkkäin himoitun SM-sarjapaikan. Erityisen alkaneesta kaudesta tekee kuitenkin se, että ensimmäistä kertaa seurahistoriassa A-tyttöjen kilparyhmä pelaa samalla myös valtakunnallista 1.divisioonaa, mikä on selkeä osoitus Pyrinnön tyttöpuolen toiminnan laadusta ja laajuudesta.

A-tyttöjen kilparyhmään kuuluu tällä hetkellä 17 kovaan harjoitteluun sitoutunutta A-ikäistä (s. 1999-2001) sekä yksi B-tyttö (s. 2002). Lisäksi pari loukkaantumisista toipuvaa pelaajaa saataneen mukaan harjoitusryhmään myöhemmin. Samaan harjoitusryhmään kuuluu myös viisi aikuista naispelaajaa, sillä onhan naisten ykkösdivaria pelaavan edustusjoukkueen kokoonpano varsin A-tyttövoittoinen. Lisäksi harjoituksissa vieraillee B-tyttöjä, jotka pelaavat A-tyttöjen kakkosjoukkueen mukana valtakunnallista divaria.

Naisia ja A-tyttöjä valmentavat nyt toista kautta peräkkäin Denis Kucevic ja Marcus Ketola sekä fysiikkavalmentajana Niko Packalén. Harjoituksia on 4-5 kertaa viikossa ja valmennettavana on siis yli 20 pelaajan haastava joukkio, jossa pelaajien ikäkauma saattaa olla 14-23 vuotta. Suuren kiitoksen koko harjoitusryhmän toimivuudesta ansaitsevat erityisesti aikuispelaajat, joiden suhtautumisesta nuorempiin pelaajiin on tullut kiitosta B-tyttöjen vanhemmilta asti.

A-tyttöjen kausi alkoi jo Tallink-turnauksessa varsin hyvillä näytöillä, sillä ykkösjoukkue voitti kutsusarjan ja kakkosjoukkue otti kilpasarjassa hienosti 4. sijan. Odotukset myös tulevasta sarjakaudesta ovat varsin korkealla etenkin SM-sarjassa, missä edelliskausien sijoitukset ovat neljäs ja kolmas. Kun viime kevään varsin nuoresta SM-pronssijoukkueesta lähes kaikki pela-

jatkatavat edelleen A-tyttöissä, niin nähtäväksi jää, päästäänkö keväällä taas juhlimaan mitalia.

A-tytöt pelaavat kotiottelunsa Tammelan koululla lauantai-iltapäivisin, joten tervetuloa paikalle nauttimaan vauhdikkaasta tyttökoripallosta.

Pyrintö pelaa junioreiden SM-sarjoja: A-tyttöissä, B-pojissa, B-tyttöissä, C-pojissa ja peräti kahdella joukkueella C-tyttöissä

#pyrintö #munseura #aina

A-tytöt FUN



Elli Eränen
Ronja-Lotta Heinonen
Sofi Hietanen
Laura Hovilainen
Vilma Kaipinen

Saara Koivula
Eveliina Laaksonen
Riia Laitinen
Tia-Maria Liljeroos
Pii Mahla

Pauliina Meriläinen
Inkeri Naukkarinen
Lotta Näppi
Marjukka Pitkänen

Päivikki Pitkänen
Suvi Saari
Anna Saarinen
Olivia Salonen

Aminata Sane
Annika Siitanen
Paula Vimpeli
Sanni Virkkunen

Valmentajat
Minna Saros
Kati Packalén

Joukkueenjohtaja
Antti Saarinen

Joukkueeseemme kuuluu pelaajia, jotka ovat olleet mukana toiminnassa jo ihan pienestä pitäen ja muutamia vakuuttavan comebackin tälle kaudelle tehneitä pelaajia. Treenaamme pari kertaa viikossa, ja vaikka meille tärkeintä on hauskanpito ja yhdessä pelaaminen, on meillä silti koviakin treenejä, köhköh... Peleissä on kova tsemppi päällä ja ilon kautta mennään, vaikka tappio tulisikin :)
Mottomme: Lahjattomat treenaat!

Ps. Seurakkaa meitä ig:ssä @pyrintoafun

Pyrintö on Suomen suurin korisseura kehä III:n ulkopuolella

Mukaan pikkusudet-toimintaan? Ota yhteys saila.asumaniemi@pyrinto.fi

#pyrintö #munseura #aina

B-pojat



Matias Ahonen Roni Ahvenjärvi Gezim Bajrami Elias Drufva Eemil Helynen Joel Hilden Matias Hovi	Mikael Huhtanen August Kaivonen Arttu Kiviranta Veikka Koivisto Marko Koskinen Kalle Kumpu Nuutti Lahdenranta	Miro Little Aarne Liukkonen Daniel Marenk Jaakko Myllari Manu Mäenpää Emeli Niemi Onni Nurminen	Arttu Pitkänen Otto Rissa Santeri Roiko Joona Saarinen Linus Sola Tommi Tuominen Ilja Uotila	Joona Visto Niko Vuorinen Kion Williams Valmentajat Tomi Koskinen Miikka Mäkirinta Otto Juutinen	Miro Kypärä Rauno Koivisto Fysiikkavalmentaja Sari Koivumäki Joukkueenjohtaja Eva Vuomajoki-Williams
--	---	---	--	---	---

Tällä kaudella B-pojissa (2002-03) pelaa hieman yli 30 poikaa, joista muodostetuilla kolmella joukkueella pelataan SM-sarjaa ja 1. aludivisioonaa. Kotimaan sarjojen lisäksi joukkueellinen poikia edustaa Pyrintöä Keski-Euroopassa pelattavassa nuorten koripallosarjassa EYBL:ssä. Valmentajia on viisi: Tomi Koskinen, Miikka Mäkirinta, Otto Juutinen, Miro Kypärä ja Rauno Koivisto. Lisäksi fysiikkavalmentajana toimii Sari Koivumäki ja joukkueenjohtajana Eva Vuomajoki-Williams.

Valtakunnallisiin sarjoihin (SM ja valtakunnallinen 1d) pääsystä pelattiin syksyllä kahden viikonlopun mittainen karsintasarja. B-poikien Pyrintö 1 oli uuden rankkausmenetelmän mukaan varmistanut paikkansa valtakunnallisessa sarjassa jo ennen karsintaa ja nappasi kakkoskierroksen kahdella

voitollaan SM-sarjapaikan. Pyrintö 2 osallistui karsintojen ensimmäiseen kierrokseen, missä valitettavasti jäi piirun verran vastustajistaan KarhuHaista ja Kataja Basketista, jotka ottivat valtakunnallisen 1. divisioonan sarjapaikat. Pyrintö 2 sai aloittaa kauden läntisessä aludivisioonassa, mikä tietysti oli pettymys. Joka tapauksessa syksyn treenit on aloitettu kovalla harjoittelumotivaatiolla!

EYBL-sarjan ensimmäinen turnaus pelattiin syyskuussa Tshékissä, mistä kotiintuomisina oli 1 selvä voitto, 1 pisteen tappio ja 2 selvää tappiota, eli toisin sanoen voitot/tappiot karusti 1/3. EYBL-sarjassa pelaa joukkueita Tshékistä, Unkarista, Slovakiasta, Sloveniasta, Serbiasta, Romaniasta, Makedoniasta ja Italiasta. Yhdeksän joukkueen A-lohkon kärjessä ensimmäisen kierroksen

jälkeen ovat joukkueet Slovakiasta, Makedoniasta ja Sloveniasta, ja Pyrintö on sijalla 6. Koko sarjan 18 joukkueen taulukossa Pyrintö on sijalla 12. Seuraava turnaus pelataan Unkarissa, Paksissa 11.-14.1. Tervetuloa kisaturistiksi paikan päälle!

SM-sarjan 6. kierroksen jälkeen Pyrintö 1 on kahdeksantena (sarjassa 10 joukkuetta), aludivarissa Pyrintö 2 on yhden tappion rasittamana sijalla 3 ja Pyrintö 3 sijalla 7 (sarjassa 8 joukkuetta).

B-poikien kautta voi seurata Facebookissa (Tampereen Pyrintö B-pojat). Otteluohjelma, tilastot ja sarjataulukot kotimaan sarjoille www.basket.fi ja EYBL-sarjalle www.eybl.lv (sarjan nimi CEU15). Tervetuloa kannustamaan poikia pelisaleille!

#pyrintö #munseura #aina

B-tytöt



Iina Heikkilä Emilia Hermans Riia Hiironniemi Anna Kangastupa Jenny Kangastupa	Mandi Koskinen Sandra Koutonen Venla Laaksonen Aino Lehtinen Sanni Lepola	Lotta Luontila Anu Mäenpää Iina Mäkinen Anni Nurminen Alina Nuutila	Sanni Ollikainen Saga Peltonen Sonja Pölkki Teresa Seppälä Matilda Sorri	Aurora Suojanen Liisa Taponen Nella Toiviainen Laura Tolonen Petra Tolonen	Valmentajat Pinja Laitinen Lauri Ikonen Sami Toiviainen Joukkueenjohtajat Pia Lepola Eeva Lehtinen
--	---	---	--	--	--

Pyrintö alle 16-vuotiaissa (B-tytöissä) pelaa 24 pelaajaa, jotka ovat syntyneet 2002-2004.

Treenaamme 5 kertaa viikossa, maanantaisin fysiikkaa Anun johdolla ja ti-pe lajitreenit Pinjan ja Laurin vetäminä. Anun vetämien fysiikkatreenien jälkeen yritämme pysyä pystyssä, Pinjan treenien jälkeen palkkari on tarpeen ja Laurin vetämien treenien päätteeksi kerromme "huonoja puujalkavitsejä". Valmentajien mukaan treeneissä on hyvä intensiteetti. Neljänä päivänä viikossa treenaamme koko joukkueen voimin, kerran viikossa tasoryhmissä. Osa joukkueesta käy myös aamutreenissä. Tiukassa treeni- ja pelitahdissa on huomioitu lepo ja koulunkäynti, kerran kuukaudessa meillä on kolmen päivän lepo.

Joukkueemme on pärjännyt erittäin hyvin turnauksissa (Delfiinissä olimme kolmella joukkueella, tuloksena voitto ja neljäs ja

Pelaamme Koripalloliiton sarjoja 55 joukkueella

Pyrintö pelaa junioreiden SM-sarjoja: A-tytöissä, B-pojissa, B-tytöissä, C-pojissa ja peräti kahdella joukkueella C-tytöissä

viides sija) ja tämän kauden tärkeät tavoitteet SM-sarjapaikka ja valtakunnallisen 1 divisioonan paikka on saavutettu. Kuluvalle kaudella pelaamme siis alle 16-vuotiaiden SM-sarjassa, valtakunnallisessa 1. divisioonassa ja läntisen alueen 1. divisioonassa. Keväällä olemme menossa kovatasoiseen Scania-turnaukseen Ruotsiin.

Meidän joukkueessa on erilaisia upeita persoonia. Jokainen voi olla oma itsensä. Jokaiselle yritetään löytää sopiva sarja ja rooli. Kehitystä on tapahtunut, mutta vielä on kehitettävää.

Teemme yhteistyötä A- ja C-tyttöjen joukkueiden kanssa.

C-pojat



Aaro Ahokas
Miro Brusi
Nico Cal
Joonas Elo
Emil Eskelinen
Leo Hiipakka
Emil Hirvonen
Aaro Huhdankorpi
Aleksi Härkönen
Eemil Ilkka
Remu Jauhiainen
Sampo Jokinen

Matias Kangasniemi
Aku Koiranen
Kasper Korju
Eliia Koskela
Matias Koskinen
Eero Koskinen
Juha Kärkönen
Samuel Kättö
Eero Lehtinen
Ville Lehtisalo
Aaro Leino
Tino Leppanen

Tino Lähteenmäki
Brunel Madzou
Ukko Majamaa
Aaron Montonen
Matias Mäki-Hakola
Miko Niskanen
Kalle Nyström
Leevi Ollinen
Roni Onduso
Elias Pajamäki
Aapo Pakarinen
Kalle Pekkarinen

Aarne Polviander
Otto Rinne
Eemeli Saarela
Alabatou Sane
Mevludin Sehic
Topias Seppälä
Toivo Silfverhuth
Konsta Siren
Topi Siuko
Jaakko Talola
Sten Tammepöld

Oskari Tolonen
Kenny Tran
Joona Tuominen
Arvo Tuominen
Niklas Tuovinen
Jimi Vidgren
Sampo Virta
Veeti Virtanen
Jaakko Vuoti
Mikael Väänänen
Eevertti Ylapeikelus

Valmentajat
Santeri Liljeberg
Aleksi Mellas
Mikko Virta
Mikko Lehtinen
Mikko Toivonen
Hannu Hiipakka
Jarkko Mäkinen
Mika Talola

Joukkueenjohtajat
Ami Seppälä
Minna Leino
Kummipelaaja
Antero Lehto

C-Pojat vastaavat tällä hetkellä Pyrinnön suurimmasta joukkuevahvuudesta 59:n pojan vahvuudellaan, mikä sinällään ei ole itseisarvo, vaan luo myös omat haasteensa joukkueen arjelle. Esimerkiksi joukkueen turnausmatkoilla ei enää mahduta valmentajineen ja huoltajineen yhteen bussiin! Meillä on monen tasoisia poikia. Osa on pelannut korista joihin puolet elämästään ja osa on aloittanut vasta tänä syksynä. Osa aloittaa keväällä oman sudenpolkunsu, kun taas osa tykkää harjoitella vähemmän tavoitteellisesti. On meillä monta valmentajaa, sillä pelejä on parhaimmillaan viidellä joukkueella samaan aikaan.

Harjoituksia varten pojat on jaettu kahteen harjoitusryhmään. Näin meillä riittää aina mainiosti poikia 5 vs. 5 pelin harjoitteluun. Toki kerran viikossa harjoittelemme yhdessäkin, jolloin Tammelassa on viiskettä ja vilinää. Melkein joka lajitreenin ohessa kehitetään myös fysiikkaa ja alkaapa poikien "palassa" se myös näkyä. Treenien jälkeen jätämme pukuhuoneet trooppisiin tunnelmiin, kun enemmän kuin joukkueellinen, komppaniallinen poikia sujahtaa suihkuraikkain kotiin.

Syksyllä olemme pelanneet viidellä joukkueella kahta eri sarjaa: läntisen alueen I- ja

II-divisioonaa, joista ensin mainittu toimii myös kevään SM-sarjan karsintana. Sijoituimme SM-karsinnoissa toisella joukkueella hienosti kolmanneksi ja toisen joukkueen yhdellä voitolla jäimme harmittavasti karsintaviivan alapuolelle. II-Divisioonassa olimme pääosin nuorempien poikien ja vasta-alkajien kanssa lohkomme keskivaiheilla. Kevään sarjajärjestelmä on meille syksyä suosiollisempi, kun joukkueemme pelaavat vähintään neljällä eri sarjatasolla, vähän viidennelläkin kun muutamat pojat käyvät kokeilemassa jo B-pojissa. Kevään tavoitteenamme on pelata aluefinaaleissa, sekä tietenkin toukokuussa Kisakalliassa.

#pyrintö #munseura #aina

C-tytöt



Nella Etu-Seppälä
Kaisa Hanka
Netta Heikkilä
Sofie Heinisuo
Eevi Hietanen
Martta Hokkanen
Emma Huhtanen
Clara Hämäläinen
Emilia Jokinen
Siiri Jokinen

Jenna Karinen
Alisa Kivelä
Maisa Knuuttila
Leona Koivunen
Iida Kujanpää
Vilma Kumpu
Laura Kupiainen
Miisa Kylväjä
Jessica Leppälahti
Inkeri Lindell

Aava Martikainen
Martta Martikainen
Vilja Mikkola
Emmimaria Mäkinen
Emilia Nokelainen
Anni Nurminen
Wanna Nynäs
Nea Pettinen
Milla Pitkäranta
Fanni Pällifeff

Hilma Saari
Anniina Saarinen
Sonja Salminen
Eveliina Salo
Vilma Salonen
Kaisa Sola
Rebecca Teinilä
Sara Tuhola
Merette Tähkä
Tytti Vehkalahti

Mila Viitanen
Kenisha Williams
Valmentajat
Jukka Etu-Seppälä
Monika Sola
Timo Hokkanen
Lassi Vehkalahti

Joukkueenjohtajat
Lassi Vehkalahti
Paula Heikkilä
Kummipelaajat
Joonas Cavén
Brian Asbury
Ella Salminen
Reetta-Sofia Tulkki

Me C-tytöt olemme hurjan hauskaa ja monipuolista porukkaa. Meitä on yhteensä 42, joista 17 tyttöä on syntynyt vuonna 2005 ja 25 vuonna 2004. Osa meistä reennaa oikein tosissaan monta kertaa viikossa ja osa taas käy reeneissä pari kertaa viikossa. Osalla koris on kakkoslajina ja osalla taas elämän ykkösasia. Meidän joukkueessamme on pitkä ja pätää, tummaa ja vaaleaa, iloista ja vakavaa, konkaria ja kotelasta tyttöä. Pisimmän ja lyhimmän tytön pituus on tasan 42 cm senttiä. Kengännumeroissa mennään 34 ja 43 välillä.

Me pelaamme korista monenlaisista syistä. Parasta koripallossa ovat onnistumisen tunteet, vaihtelevat vastustajat ja rakkaat ystävät. Kuntomme on todella kova ja se kasvaa kohisten. Turnaukset, leirit ja pelireissut ovat huippuja ja saavat hymyn huu-

lille! Kentällä saa aina olla joukkuekaverien kanssa eikä koskaan yksin!

Haastavinta koriksessa on osata tehdä pelissä samat asiat kuin harjoituksissa. Haastavaa on myös pelissä puolustaa tarpeeksi lähellä hyökkääjää. Tekniset asiat ovat vaikeita, samoin uudet opeteltavat kuviot. Pohjalla pelaaminen ei ole helppoa, samoin rohkeuden säilyttäminen silloinkin kun on vaikea tilanne pelissä tai ollaan häviöllä. Pitäisi olla kova, mutta aina ei halua olla. Haastavaa on muistaa kaikki pelisäännöt ja reenata hyvin myös silloin kun on huono päivä ja kiukuttaa. Heittäminen kaukaa tarkasti on vaikeaa, samoin hyvän jalkapelin opetteleminen. Kun pitää samaan aikaan pelata kovaa, viimeistellä ja ajatella, on se toisinaan melkein mahdotonta. Pelin lukeminen ja nopeasti vaihtuvat tilan-

teet ovat haastavia, samoin kolmosten heittäminen kun ei ole vielä tarpeeksi voimaa. Joskus on vaikeaa ehtiä tehdä läksyt, reenata ja tavata vielä muita ystäviäkin. Terävä kädenvaihto ja nopeat lähdöt tuottavat hankaluuksia kentällä.

Rakastamme koripallossa sen hauskuutta, haastavuutta, uuden oppimista ja monipuolisuutta. Uudet ja vanhat rakkaat ystävät, joukkueen yhteishenki ja lajin monipuolisuus ovat parasta. Onnistuminen vaikeassa tilanteessa palkitsee, ja joukkueoverit ovat koriksen suola ja sokeri. Kun oman kehityksen huomaa menneen harppauksen eteenpäin, se on hieno tunne. Uusien asioiden oppiminen on ihanaa! Rakastamme valmentajiamme, jotka ovat parasta A-luokkaa.

Minipojat 06-07



Luka Ahonen
Martin Almen
Antti Alppi
Aaro Auvinen
Kaan Bilgili
Boubakar Diallo
Dan Dumitrescu
Aaron Ekwere
Ville-Pekka Eskelinen
Nikke Etu-Seppälä
Aapo Glad

Aleksi Harju
Antto Heiskanen
Konsta Hihnala
Viljami Honkanen
Eetu Huhdankorpi
Jimi Jokiaho
Julius Ketola
Amani Kinabo
Jaakko Kivinen
Joonas Kiviranta
Timo Laitinen

Sampo Lassila
Eino Laukkanen
Eemil Lavikonmäki
Akseli Loukaskorpi
Otso Majamaa
Eepo Malinen
Veikko Martikainen
Artur Muradyan
Aatu Neejärvi
Eelis Nisula
Jalmari Nurminen

Touko Nyman
Sampo Nyman
Onni Orava
Eero Penttilä
Veeti Piironen
Urho Polviander
Joosua Pöysti
Topias Rajalakso
Niklas Rajalakso
Joosa Ranttila
Matias Rapo

Oliver Rapo
Viilho Reunanen
Atte Riikonen
Ilmari Sainio
Jesse Siitonen
Leevi Syrjä
Niilo Toivola
Robin Vuorio
Heikki Yli-Fossi
Veeti Åkerlund

Valmentajat
Jukka Raja-aho
0400 833 058
Juha Kurikka
Jami Eskelinen
Veeti Mäkinen
Harri Liljelund
Sanna Tigrine
Piia Martikainen

Joukkueenjohtajat
Tommi Nyman (06)
Vesa Kiviranta (07)

Kummipelaaja
Brian Asbury

Pelaamisen riemua, rajua menoa ja taatusti kunnan peliä. Sitä on kahdesta ikäkaudesta koostuva yli viidenkymmenen pojan Minipojat 06/07 -joukkue.

Seitsemän valmentajan ja kahden joukkueenjohtajan ohjauksissa joukkue harjoittelee yhdessä ja erikseen erillisissä taito- ja tehoryhmissä viitenä päivänä viikossa, pääpaikkanaan Tammerkosken koulu.

Viikonloppuja rytmittävät pelireissut ja omat kotiturnaukset. Minipojat pelaavat yhteensä viidellä joukkueella -06 poikien 1. ja 2. divisioonassa sekä -07 poikien 1. ja 2. divisioonassa läntisen alueen korismestaruuksista. Kauden huippujuttuja Tykkimäki-turnaus Kouvolassa, Ricoh-turnaus Vantaalla sekä tietenkin Delfin Basket Tampereella.

Pyrinnön suurin harjoitusryhmä on C-pojat, joita on 60 poikaa

Kiinnostaako naisten ja miesten harrastekorisi? Ota yhteys saila.asumaniemi@pyrinto.fi



Minitytöt 06-07



Nessa Etu-Seppälä
Ella Halkola
Anna-Kaisa Hokkanen
Jenni Honka
Nella Hynnä
Aino Härkki
Venla Härkönen
Maria Häyhä
Laura Ilkka

Eleonora Jokinen
Emma Kivimäki
Laura Kemiläinen
Moona Koivunen
Nella Koskinen
Nea Kostamovaara
Emilia Kurjenmäki
Saana Kurttila
Maija Kuusisto

Emmi Kuusniemi
Kiira Kuusniemi
Anni Kymäläinen
Selma Lehtinen
Norah Löppönen
Inka Mattila
Ella Mähönen
Ellen Mäki-Hakola
Heidi Nakari

Emilia Nurminen
Ella Parviainen
Aamu Peltonen
Stella Perämäki
Saimi Saari
Elsa Salonen
Juuli Saloniemi
Eevi Seppä

Aava Sola
Elli Suvanto
Hanna Taponen
Minerva Taubert
Ooda Tolonen
Heta Viitala
Sini Virkki
Meri Väistökoski

Valmentajat
Kimmo Salonen
Anna Salonen
Riitta Mähönen
Patrik Jäminki
Niina Laakso

Joukkueenjohtajat
Tajja Huhdanpää
Miikka Taponen

Kummipelaajat
Juan'ya Green
Evianna Sipilä
Hiikka Päivärinne

Minityttöjen yhteisjoukkueessa meillä harjoittelee ja pelaa tällä hetkellä 46 innokasta ja taidokasta tyttöä! Syksyn mittaan on monta uuttakin vielä tullut mukaan porukkaan.

Syksy on ollut jo melkoisen kiireinen ja sama tahti jatkuu keväällä.

Lajiharjoituksia pidetään neljästi viikossa, välillä tasoryhmissä ja välillä yhteistreeneissä. Ja pelit päälle. Harjoituksissa ja peleissä on yritteliäs ja hyvä meininki. Harjoituksissa tytöt treenaavat välillä niin kovaa, että valkutkin joutuvat toppuutella. Syötöt, liikuminen, puolustus ja nopeat hyökkäykset ovat olleet syksyn teemoja, fysiikkaa unohtamatta. Jokainen on meillä tärkeä yksilö ja henkilökohtaiseen luovuuteenkin kannustetaan.

Olemme pelanneet neljällä joukkueella eri sarjoja, 06.1.divarista 07.08 yhteisjoukkueeseen.

Pelejä on kertynyt yli sata syksyn aikana, sarjaotteluista ja turnauksista, joissa on tullut loistavasti menestystä. Suomen kärki tässä ikäluokassa löytyy Pyrintöstä!

Tärkeintä tässä ikäluokassa on jokaisen kehittyminen, harjoitusten ja peleihin osallistumisen kautta, ja siinä on onnistuttu hyvin. Meillä on hauskaakin ja varsinkin turnausreissut hitsaavat joukkuetta kasaan ja tytöistä hyviä kavereita keskenään.

Vuosittainen lissensimäärä on lähes 700 lissenssiä

Valmennus on nuorta ja innokasta, taidokasta ja monipuolista. Välillä harjoituksisakin pidetään oikeasti hauskaa, kummipelaajamme iki-ihana Palmin Topias kävi juuri tyttöjä hauskuuttamassa ja tsemppaamassa. Olemme osa Pyrintö-perhettä!

Mukaan mahtuu vielä, yhteyttä voi ottaa jojoihimme.

Mikropojat 08



Oskari Ahokas
Teo Blazek
Veikka Hämäläinen
Lenni Kallio
Kasper Keskinen
Aleksi Kokko

Oliver Kucevic
Edvin Lampimäki
Benjamin Lilleberg
Otso Madetoja
David Oyase
Vilho Paju

Eetu Parta
Viljami Penttilä
Konsta Pylvänäinen
Simana Pöysti
Ilja Rouvinen
Urho Saarivirta

Rasmus Salminen
Nikolas Seppenen
Joonas Suvanto
Niilo Talvitie
Albert Vehniäinen
Lenni Viitaniemi

Valmentajat
Johanna Parta
Ari Kurlin
Mika Ijäs

Joukkueenjohtajat
Anne Lundelin
Elina Lilleberg
Kummipelaaja
Petri Heinonen

Viime kaudella määrällisesti pieni 08-poikien joukkue kasvanut tällä kaudella huomasti. Uusia innokkaita koripalloilijoita on tullut koko ajan lisää syksyn aikana ja nyt kasassa 24 poikaa. Joukkue harjoittelee kolme kertaa viikossa ja pelejäkin kertyy mukavasti sarjapelien ja harjoituspelien myötä.

Aikuisten pääsarjoissa Pyrintö pelaa seuraavasti: Miesten Korisliiga, naisten 1-divisioona ja miesten 1-divisioona A

Pyrintö on Suomen suurin korisseura kehä III:n ulkopuolella

Mukaan pikkusudet-toimintaan? Ota yhteys saila.asumaniemi@pyrinto.fi



#pyrintö #munseura #aina

Mikrotytöt 08



Heta Hiironniemi
Sandra Honka
Iida Jormalainen
Klaudia Keskinen
Aava Leander
Hilkka Liljeroos

Judit Markkinen
Inka Mattila
Siiri Muilu
Alina Nikkilä
Iida Reunanen

Jessica Räisänen
Siiri Sikkilä
Onerva Suojanen
Milena Toljamo
Senni Toljamo

Kuvasta puuttuvat
Lilli Rajakallio
Kira Rostedt
Hertta Taubert

Valmentajat
Antti Nikkilä
Juuso Liljeroos
Paula Vimpeli

Joukkueenjohtaja
Tiia Nikkilä
Kummipelaajat
Topias Palmi
Anna Peltola
Evianna Sipilä

Pyrintö mikrotytöt 2008 joukkueessa on yli 20 tyttöä. Osa tytöistä on pelannut koripalloa jo monta vuotta, monet ovat aloittaneet tällä kaudella. Treenaamme 3-4 kertaa viikossa. Pyrimme saamaan kaikille sopivan tasoista treenejä perusteiden opettelusta vaativampiin koripallon taitoihin. Treeneissä ei ole joka kerta pakko käydä esim. muiden harrastusten johdosta mutta pyrimme siihen että harjoituksissa on niin mukavaa jotta halutaan osallistua. Hiki treeneissä pitää tulla, mutta tekemisen pitää olla myös kivaa. Toivotamme uudet harrastajat mukaan, meille mahtuu hyvin uusia pelaajia jatkossakin, myös kesken kauden saa liittyä mukaan porukkaan.

Olemme pärjänneet hienosti eri turnauksissa ja tytöt ovat oppineet pelien ja turnausten voittamisen riemun. Pelaamme Läntisen alueen kolmessa eri sarjassa, oman ikäisissä eli Mikroissa I-div & II-div sekä vuotta vanhempien Minien sarjassa nähdäksemme ja oppiaksemme miten vanhemmat tytöt pelaavat. Tämän lisäksi osallistumme useisiin turnauksiin sekä lähellä että kauempana, ovathan turnausreissut joukkuehengen nostattajanakin tärkeitä. Joukkueessa kaikki kannustavat toisiaan ja on hyvä meininki, niin tytöillä kuin taustajoukoilla ja vanhemmilla. Tavoitteenamme on pitää hauskaa koripallon parissa sekä samalla olla ikäluokkamme paras Suomessa... :-)

Pyrintö pelaa kauden aikana n. 1600 ottelua eri tasoilla

Vuosittainen lisenssimäärä on lähes 700 lisenssiä

Mikropojat 09



Teme Aalto-Setälä
Yadu Aalto-Setälä
Lenni Aho
Matias Haapala
Arvo Holli
Reko Jokela

Ahti Kemiläinen
Voitto Liljeroos
Onni Mäkelä
Eeli Mäkinen
Akseli Nikkilä
Eemeli Raunio

Luka Salmenautio
Matias Salomaa
Aria Seisan
Lauri Seppälä
Bastian Setälä

Heorhii Shvydkyy
Isak Syrjä
Jesse Toiminen
Taneli Vaahtolampi
Joose Kivinen

Valmentajat
Tuomas Holli
Jani Toiminen

Apuvalmentajat
Juha Lehtinen
Veeti Mäkinen

Joukkueenjohtaja
Joni Setälä

Kummipelaaja
Osku Heinonen

Mikropoikien -09 kausi starttasi 16 pelaajalla ja nyt meitä on joukkueessa jo 22 tulevaisuuden toivoa. Kiitos tästä osittain varmasti kuuluu susijengin ulvonnalle!

Treeneissä on opeteltu mm. löytämään kaveri kentältä, syöttämään löydetylle kaverille, puolustamista ja tietenkin korin tekemistä, mitä erikoisimmilla tavoilla.

Syksyn ensimmäisessä turnauksessa Kangasalla palloa syötettiin kerran tai pari pelissä. Kuukautta myöhemmin Susiriehassa palloa syötettiin sitten jövähintään sata kertaa pelissä. Hyvin on siis treeni mennyt perille!

Sarjaa pelataan vuotta vanhempien kanssa ja hyvin pelataan. Vastustajat ovat kaksi päätä pitempiä ja vähintään kolme kertaa painavampia, mutta meidän joukkue ei sellaisesta hätkähdä, ja tippaakaan ei olla annettu periksi.

Tammikuussa päästään ensimmäistä kertaa isompaan turnaukseen Vantaalle ja mikä parasta, koulu-majoitukseen. Jännittäviä hetkiä siis luvassa heti vuodenvaihteen jälkeen!

Pyrintön suurin harjoitusryhmä on C-pojat, joita on 60 poikaa

Pyrintöllä on yli 100 harjoitusta viikossa

#pyrintö #munseura #aina

Mikrotytöt 09



Alina Hermans
Emma Jokisalo
Maija Kaarnametsä
Hertta Kokkonen
Aino Korhonen

Meeri Laukkanen
Ella Lehtinen
Sara Lindqvist
Marikki Meduri

Alisa Nikkilä
Jasmin Pietilä
Venla Sopanen
Jemina Toiviainen

Elina Yli-Fossi
Savanna Yliinen
Peppi Leiponen
Viivi Tervo

Valmentajat
Juho Sopanen
Anni Mäenpää
Miia Lindström
Nella Toiviainen

Kummipelaajat
Saara Lehtoranta
Devonne Giles

Mikrotyttöjen 2009 ikäluokka uppoutuu koripallon perusteisiin lähemmäs 20 tytön voimin. Tytöistä osa on viime kauden supermikroja ja syksyllä sekä kauden aikana olemme saaneet myös toimintaamme mukaan paljon uusia pelaajia. Toivotammekin tässä kaikki uudet harrastajat tervetulleeksi joukkueen toimintaan. Hyvässä seurassa uuden harrastuksen aloittaminen on helppoa ja varmasti onnistumisen elämyksiä tuottavaa. Uusia kavereita löytyy harjoittelun ja pelaamisen lomassa varmasti jokaiselle.

Viikoittaisia tapahtumia joukkueella on 2-3 ja tytöt osallistuvat näihin muiden harrastusten kanssa sovitetuilla aikatauluilla. Harjoittelemme paljon koripallon perusteita fysiikkaharjoitteita unohtamatta. Hiki virtaa ja nauru raikaa kun tytöt harjoittelevat ja pelaavat. Joukkueemme pelaa läntisen alueen mikrosarjaa ja syksyn aikana olemme saaneet nauttia koripallon oppeja vuotta vanhempien sarjassa. Tytöt ovat innolla ottaneet opin vastaan ja taitotasoa on kehittynyt syksyllä huomasti. Samalla taistelutahto ja periksi antamattomuus ovat muodostuneet tärkeiksi osaksi pelaamista. Näitä taitoja olemme päässeet käyttämään myös viikonlopun mittaisessa turnauksessa Kouvolassa, jossa moni tytöistä pääsi kokemaan koululla joukkueena yöpymisen ilon ensimmäistä kertaa.

Pelaamme Koripalloliiton sarjoja 55 joukkueella

Pyrintö on Suomen suurin korisseura kehä III:n ulkopuolella



Supermikropojat



Joopi Aatsinki
Oliver Alho
Diego Baeza
Sasu Ehtinen
Eino Erma
Mikael Harju
Niilo Huhtelin
Samu Hyttinen

Nathaniel Joyce
Stefano Koivumäki
Oliver Kucevic
Samuel Kulmala
Elias Kuoso
Elias Kärki
Petrus Lilja

Ilja Lipiäinen
Niklas Lähtenmäki
Oskar Mantere
Viljami Mettälä
Matti Moisio
Lauri Muilu
Toivo Mustonen

Leo Niemi-Kapee
Akseli Nikkilä
Voitto Palviainen
Vilho Parvikko
Peetu Peltomaa
Aapo Pispala
Patrik Rajamäki

Manu Reijonen
Juhani Riihimäki
Urho Salo
Sebastian Salojärvi
Viljo Seppänen
Austin Ylinen
Aaron Äppelqvist

Valmentajat
Mirva Jokinen
Kimmo Lehtinen
Jarmo Palviainen
Petri Huhtelin
Matti Seppänen
Eppu Heinonen
Roope Stähle
Kummipelaajat
Lassi Kilpinen
Joonas Cavén

Pyrintö Supermikropojat ovat -10 ja -11 syntyneitä reilun metrin mittaisia superreippaita susipoikia. Joukkue on syksyn aikana treenannut itä- ja länsiporukoissa ja -10 ja -11 syntyneiden porukoissa. Treenit on neljät viikossa eli jokaiselle pojalle kahdet. Näin treeneissä on koko isosta 40 pojan porukasta aina reilu 10 jannua paikalla. Perusasento, pompotukset, kuljetukset, suojaukset, harhautukset ja muut perusjutut opitaan leikin avulla. Esim. mustekala ja monsterirata on suosikkeja ja samalla kuulemma "sukahelpoja" harjoituksia.

Supermikropojilla on seitsemän valmentajaa, joita luotsaa käsittämättömällä pitkäpinnaisuudella varustettu Mirva. Jengillä on ihan oikea valmennussuunnitelma, jota tarvittaessa sovelletaan. Opit on menneet perille, sillä esim. syksyn Supermikroriehassa Tampereella pelattiin innokkaasti ja voitokkaasti. Pikkusimitaleista ollaan todella ylpeitä!

Aikuisten
pääsarjoissa Pyrintö
pelaa seuraavasti:
Miesten Korisliiga,
naisten 1-divisioona ja
miesten 1-divisioona A

Pyrintö on
Suomen suurin
korisseura kehä III:n
ulkopuolella



Supermikrotytöt



Anni Borenius
Amanda Eskelinen
Tessa Heiskanen
Alina Hermans
Kaisla Honkanen
Linda Härkönen
Unna Jokela
Ellida Jokinen
Siiri Katajisto
Ansa Kivelä

Tia-Maria Kiviniemi
Mila Koskinen
Eerika Kuisma
Finu Kyrö
Nella Laaniemi
Pihla Lähde
Elsa Manninen
Elina Martti
Camilla Montonen
Ella Mouna

Linnea Mustonen
Mette Mustonen
Lilja Niemeläinen
Alisa Nikkilä
Enna Nummelin
Mea Packalen
Jasmiina Pekkarinen
Lumi Pennanen
Eevi Penttilä
Silva Riikonen

Maisa Ruusunen
Jessi Saloniemi
Peppi-Lotta Solja
Saara Suolahti
Jemina Toiviainen
Opri Tolonen
Elli Tulkki
Louna Urhonen
Saimi Utriainen
Peppiina Vironmäki

Valmentajat
Mirva Jokinen
Henri Montonen
Sanni Hellgren
Eeva Kiiskinen
Aleksi Pennanen
Hanna Penttilä
Viivi Mäkinen
Jukka Jokinen

Joukkueenjohtaja
Salla Katajisto
Kummipelaajat
Kenneth Manigault
Jemina Vidgren
Iina Mäkelä
Viivi Mäkinen

Nelisenkymmentä iloista ja innokasta koripalloilijaa opettelee lajin saloja useamman kerran viikossa ympäri Tamperetta. Koska lajin harrastajia on sen verran kiitettävä määrä, on porukkaa jaettu itäiseen ja läntiseen piiriin sekä syntymävuosien mukaan. Näin ollen jokaiselle löytyy oma tila opitteluun ja hauskanpitoon lähiympäristöstä.

Supermikrotytöt eivät vielä sarjapelejä pelaa, mutta erinäisiin turnauksiin ja harjoituspeleihin osallistutaan sitäkin innokkaammin. Kannustushuudot raikaa vaihtopenkiltä ja lopuksi kätellään vastustajat, vaikka hävittäisiinkin. "Jou, jou, jou, tää on meidän show!"

Pyrintö pelaa kauden
aikana
n. 1600 ottelua
eri fasoilla

Pyrintö pelaa
junioreiden SM-sarjoja:
A-tyttöissä, B-pojissa,
B-tyttöissä, C-pojissa ja
peräti kahdella joukkueella
C-tyttöissä

#pyrintö #munseura #aina

Pikkusudet 5-vuotiaat

Max Ahoniemi
Tiberiu Balog
Emil Eriksson
Emilia Hakola
Anton Hirvonen
Sampo Ilomäki
Samuel Juottonen
Vilho Jussila
Samuel Kemppainen
Nenni Koskimäki
Sirkka Kulmala
Juuso Kuoppala
Pauli Martikainen
Iida Niemenmaa
Perttu Niiniharju
Ekene Nnaji
Otso Pennanen
Sara Perämäki
Alisa Rantamäki
Toivo Reunanen
Rasmus Rikkola
Meri-Tuuli Salminen
Suvi Taipale
Onni Tikkanen
Rosina Toikkanen
Elanor Toikkanen



Pyrinnössä pitkään toiminut palloliikuntakoulu muuttui muutama vuosi sitten Suomen koripalloliiton bändin alaiseksi Pikkusudet-koripallokouluksi.

Koulu on tarkoitettu perheen pienimil-

le lapsille. Kaudella 2017-18 ovat mukana 2016...2012 syntyneet; neljä eri ikäryhmää. Pienimmillä on vanhempi mukana ja hieman isommat sitten jo ovatkin omatoimisesti harjoituksissa.

Koulussa leikin varjolla tehdään kaikenlaista keskittymistä, motorikkaa ym. kehittävää toimintaa. Pallon kanssa liikkuminen ja toimiminen tulee siinä sivussa tutuksi.

Pikkusudet 3-vuotiaat

Julia Era
Emilia Huttunen
Oliver Jokiniitty
Joel Juottonen
Erika Lappalainen
Disa Leinonen
Kalle Lemmetty
Davis Murphy
Marcell Mwinzi
Daniel Mäenalanen
Minea Niemenmaa
Jaroslav Simrilo
Pihla Talmila
Arttu Tolonen
Ohto Urhonen
Martti Uusi-Kouvo



Koulu on tällä kaudella vetänyt viisi Pyrinössä koripalloa edelleen tai hieman nuorempaan harrastanutta nuorta. Koulun ohjelman on laatinut Saira Huhtiranta. Vetäjät ovat nuoresta iästään huolimatta saaneet hyvää palautetta lasten kanssa toimimisesta. Vetäjät ovat omasta mielestään myös saaneet arvokasta kokemusta organisoimisesta, ryhmän hallintaan liittyvistä haasteista sekä erilaisten ihmisten kohtaamisesta.

toimimisesta. Vetäjät ovat omasta mielestään myös saaneet arvokasta kokemusta organisoimisesta, ryhmän hallintaan liittyvistä haasteista sekä erilaisten ihmisten kohtaamisesta.

Kouluun voi tulla mukaan pitkin vuotta; ilmoittautuminen <http://tampereenpyrinto.fi> > Koripallo > Joukkueet > Pikkusudet-koriskoulu

Pikkusudet 4-vuotiaat

Noel Benlamine
Riina Grankvist
Noel Hermansson
Helka Kirjola
Ella Korhonen
Vilho Lammi
Juho Lehtonen
Ronja Lipsanen
Onni Ojala
Oliver Pulli
Henri Suolahti
Niklas Valkama
Valtteri Veijola

Vetäjät, kaikki ryhmät
Elsa Takala
Verner Lyly
Valtteri Lyly
Aku Leppänen
Jori Pukkila

Koulun sisältö, kaikki ryhmät
Saira Huhtiranta

Yhteyshenkilö
Saira Asumaniemi



Mikäli koulun vetäminen kiinnostaa, ole yhteydessä Saira Asumaniemeen.

Saira Asumaniemi
Pyrinnön Pikkusudet koripallokoulun yht.henk.
saira.asumaniemi@pyrinto.fi

Pikkusudet 1-2-vuotiaat



Manu Asikainen
Isia Asumaniemi
Sulo Ella

Lauri Grankvist
Akseli Hemminki
Fanni Järvi-Laturi

Mikael Kurttila
Paavo Kätkä
Arvo Miikkola

Yukio Miyamoto
Luka Mäkinen
Sofia Prusi

Lauri Sieväla
Roosa Tienaho
Leo Vilola

Veeti Vilola
Joona Vänskä

Aloittavien koripallokoulu

Eetu Ahonen
Astor Heerman
Iris Kari
Aleksi Makkonen
Ville Niukkonen
Jaakko Numminen
Niils Nyberg
Mikael Palmroth
Tihon Pripotenski
Leo Rahkolin
Mira Saarinen
Noor Valkama
Iiris Vuorinen

Koulun vetäjä
Mikko Pitkanen
mzpitkan@hotmail.com

Yht. henkilö
Saila Asumaniemi
saila.asumaniemi@pyrinto.fi



Unified

Kolmas vuosi hyvällä mallilla. Unified-joukkueen runko muodostuu edelleen reilu kaksi vuotta sitten perustetusta Unified-joukkueen pelaajista. Matkan varrella on tullut mukaan uusia pelaajia, partnereita ja kirsikkana kakun päälle tälle kaudelle valmentajaksi Packalenin Kati.

Harjoittelemme kerran viikossa hyvällä sykkeellä koripallon perustaitoja. Jokaisen pelaajan henkilökohtaiset taidot kehittyvät hurjaa vauhtia. Osa pelaajistamme on osallistunut Susi Training Centerissä pidettyihin valtakunnallisiin Special Olympics -koripalloseuroille.

Kaudella 2017-2018 pelaamme Koripalloliiton alaisessa sarjassa Special Olympics, 3. divisioona.

Ottelut pelataan yhden päivän turnauksina kerran kuukaudessa. Ensimmäiset sarjapelit pelattu ja joukkue etenee ilman tappioita, toki nekin kestetään.

Jos haluat nähdä hyvän mielen koripalloa, niin tule katsomaan Unified-pelejä!



Jyväskylä Anton 1
Scherbatyh Andrej 3
Heikkinen Ramona 4
Nurmi Matias 6
Kaihlainen Antto 7
Mansikka-aho Ellen 8
Rasku Elli 10

Hautakangas Leevi 11
Kontkanen Roope 13
Kari Jami 14
Leino Pasi 20
Ketola Tobias 22
Linnanen Emil 23

Partneripelaajina mukana:
Sane Aminate
Sofi Hietanen
Julius Ketola
Rosanna Korhonen
Hanna Liehu
Miro Little

Valmentajat:
Kirsi Laitinen
Kati Packalen

Miehet, harraste



Hannu Ahlstedt
Matti Haukijärvi
Jani Hermansson
Olli Hirsimäki
Valteri Hirvelä
Jukka-Pekka Jokiahho
Juri Jolkkonen
Juho Kampuri
Jukka Keränen
Kari Koivuniemi
Kalle Kojo
Ali Salman
Alaa Toman

Yhteyshenkilö
Jukka Keränen

Kiinnostaako naisten
ja miesten harrastekoris?
Ota yhteys
saila.asumaniemi@
pyrinto.fi

Naiset, harraste



Maria Eskelinen
Tanja Hämäläinen
Silja-Maria Lehtimäki
Maija Murtooperä
Mari Muuvila
Paula Nurmi
Hanna Ojutkangas
Tuula Renbi
Sonja Savola
Sanni Suikkanen

Valmentaja
Elsa Takala

Yhteyshenkilö
Saila Asumaniemi

Harjoittelemme
1-2 kertaa viikossa

Naiset kuntosarja Hype & Hurricane

Hype

Riikka Anttonen
Elli Armila
Elina Halonen
Kerttu Koivisto
Maaria Lahdensivu
Anne Lundelin
Cilla-Kajsa Lönnqvist
Linda Mäki
Anastasija Nukala
Nea Nurmisto
Vera Nygren
Sanni Siren
Lilja Tiikkainen
Fanni Viitanen
Mini Ylinen

Hurricane

Marjut Anderson
Elina Halonen
Ene Härkönen
Kati Härkönen
Marika Jakobsson
Kristiina Mouna
Virpi Mäenanttila
Susanna Saarinen
Annika Takala
Kerttu Toivo
Katriina Tolonen
Katriina Vaittinen

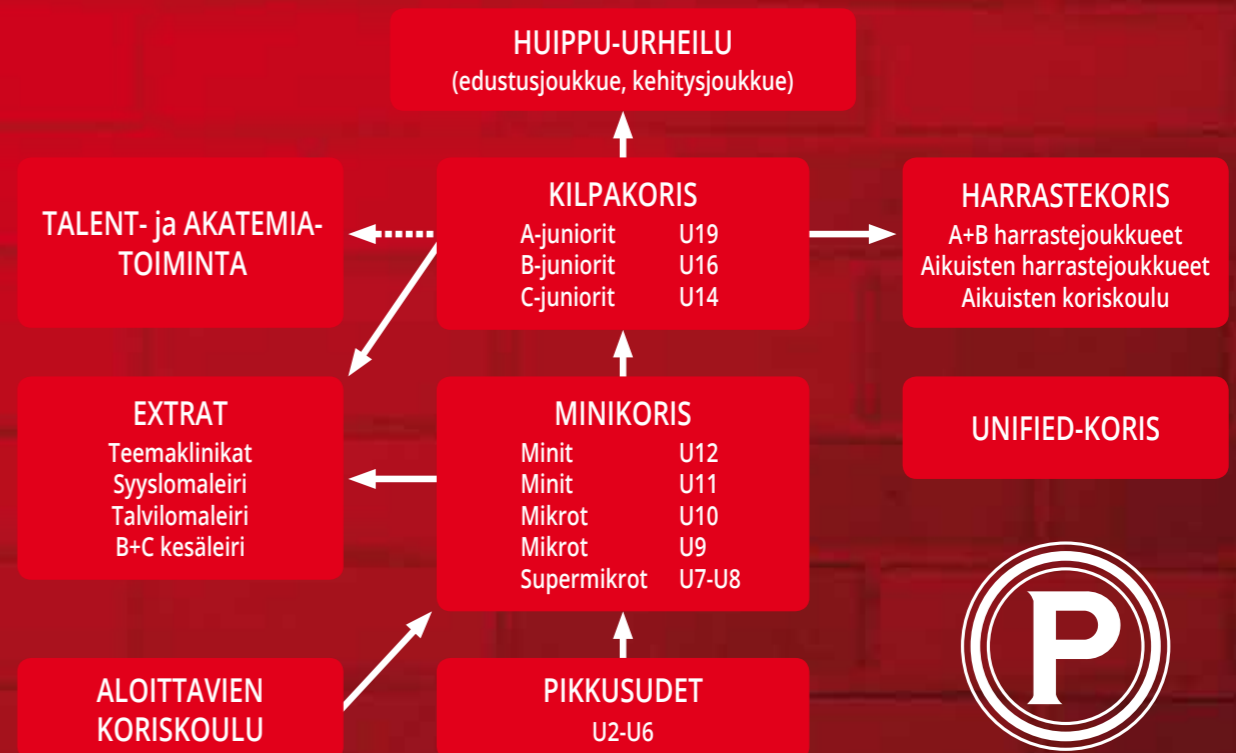


#pyrintö #munseura #aina



ILMOITTAUTUMINEN aukeaa Maaliskuussa 2018

PYRINNÖN PELAAJANPOLKU





PYRINNÖN VIRALLINEN YHTEISTYÖKUMPPANI

Pääset lääkäreidemme vastaanotolle jonottamatta varaamalla ajan verkosta tai soittamalla ajanvaraukseen 010 312 149.

Pirkanmaalla urheilijoita ja urheilevia junioreita palvelee lisäksi sairaanhoitaja. Sairaanhoitajalta saat ohjausta ja neuvontaa kaikissa terveyteen liittyvissä asioissa urheilijan tarpeet huomioiden. **Sairaanhoitaja Maikku Lehtosen tavoitat numerosta 050 512 9877.**



Pihlajalinna

KOSKIKLINIKKA

Pihlajalinna Koskiklinikka • Hatanpään Valtatie 1, Tampere • pihlajalinna.fi