

VALMENNUSLINJAUKSET JA VALMENTAJIEN SÄÄNNÖT

Akron Taiassa valmennetaan lämpimällä ja välittävällä otteella, sopivasti vaatien.

1) Jokainen voimistelija on yhtä tärkeä ja arvokas

- Valmentaja kohtaa jokaisen voimistelijan jokaisessa harjoituksessa.
- Harjoittelua eriytetään tarvittaessa, mutta kukaan ei saa perusteetonta erityiskohtelua.
 - Valmentajalla ei ole suosikkeja eikä myöskään inhokkeja saati silmätikkuja.
 - Eriytetyt harjoitteet perustuvat taitoihin, rajoitteisiin tai voimistelijoiden omiin toiveisiin.
- Valmentaja huolehtii, että ketään ei kiusata eikä ketään jätetä porukan ulkopuolelle.
 - Ongelmatilanteissa valmentaja puuttuu tilanteeseen välittömästi.

2) Valmennus on tavoitteellista

- Jokainen harjoitus kehittää fyysisiä ominaisuuksia.
 - Jokaisessa treenissä hengästyy ja tulee hiki.
 - Jokaisessa treenissä tehdään voimaa ja venytyksiä ikä- ja taitotasolle sopivalla tavalla.
- Jokainen harjoitus kehittää lajitekniikkaa.
 - Kehitetään akrobatiavoimistelun lajitaitoja ikä- ja taitotaso huomioiden.
- Valmentaja kehuu oikeita ja hyviä suorituksia. Virheitä korjataan silloin, kun ne eivät vieruskaverin hyvää suoritusta kehumalla korjaannu.

3) Voimistelijoilla on vaikutusvaltaa

- Voimistelijoille annetaan tilaisuuksia kertoa omia toiveitaan ja mielipiteitään.
 - Toiveita toteutetaan sen verran, mitä se on laadukkaassa valmennuksessa mahdollista.
 - Kohdat 1 & 2 huomioiden, eli yhden voimistelijan mielipide ei ole sen tärkeämpi kuin toisen, eikä harjoittelun tavoitteellisuus kokonaisuudessaan voi kärsiä.
- Voimistelijan tulee tuntee tulevaisuutta kuulluksi.

4) Kehorauha kuuluu kaikille

- Voimistelijan kehoa ei saa kritisoida. Lapsen keho on aina arvokas asia ja yksikin kommentti auktoriteettiasemassa olevalta valmentajalta voi rikkoa oikeutta henkiseen koskemattomuuteen.
- Avustaessa pitää varmistaa, ettei kosketus tunnu lapsesta ikävältä.
- Tässä lajissa kosketus kuuluu asiaan! Lapsille pitää opettaa, miten toiseen saa koskea ja miten ei.