

A-Nuoret



Toiminnan tarkoitus	Tavoitteellinen kehittyminen
Valmennuksen koulutus	SJL MLVT/MVPT
Harjoitusmäärät	4 harjoitusta +MV-jäät + pelit
Toimintakausi	Omatoimijakso 5 viikkoa
Tukitoimet monipuoliseen harjoitteluun	2-asteen akatemiatoiminta
Omatoiminen harjoittelu	Suunnitelmallinen pitkäjänteinen harjoittelu
Koulu	2-aste
Pelaaminen	Pelijaan ansaitseminen
Lajitaidot	Liikkuminen ja perustorjuntatekniikat
Fyysiset taidot	Keski- ja alavartalon voimatason lisääminen, kestävyden parantaminen ja liikkuvuus
Pelitaidot	Pelinlukeminen, torjuntavalmius, liikkumisnopeus, mailapelaaminen
Luonne	Pitkäjänteinen, tavoitteellisuus

B-Juniorit



Toiminnan tarkoitus	Urheilijaksi kasvaminen
Valmennuksen koulutus	SJL MLVT/MVPT
Harjoitusmäärät	4 harjoitusta + MV-jäät + pelit
Toimintakausi	Omatoimijakso 5 viikkoa
Tukitoimet monipuoliseen harjoitteluun	2-asteen akatemiatoiminta
Omatoiminen harjoittelu	Suunnitelmallinen pitkäjänteinen harjoittelu
Koulu	2-aste
Pelaaminen	Pelijaan ansaitseminen
Lajitaidot	Liikkuminen ja perustorjuntatekniikat
Fyysiset taidot	Keski- ja alavartalon voimatason lisääminen, kestävyysparantaminen ja liikkuvuus
Pelitaidot	Sijoittuminen, torjuntatekniikan valinta, rebound-pelaaminen, maskipelaaminen
Luonne	Pitkäjänteinen, tavoitteellisuus

C-Juniorit



Toiminnan tarkoitus	Urheilijaksi kasvaminen
Valmennuksen koulutus	SJL MLVT/MVPT
Harjoitusmäärät	4 harjoitusta + MV-jäät + pelit
Toimintakausi	Omatoimijakso 5 viikkoa
Tukitoimet monipuoliseen harjoitteluun	Yläkouluakatemiatoiminta
Omatoiminen harjoittelu	Määrätietoinen lajitaitojen kehittäminen
Koulu	Yläkoulu
Pelaaminen	Pelijaan ansaitseminen C-1-joukkueessa, C-2-joukkueessa tasapuolinen peluuttaminen
Lajitaidot	Liikkuminen ja perustorjuntatekniikat
Fyysiset taidot	Keski- ja alavartalon voimatason lisääminen, kestävyysparantaminen ja liikkuvuus
Pelitaidot	Pelivalmius ja pelin lukeminen, torjuntamaalien hahmottaminen, peli maalintekotilanteessa
Luonne	Urheilijaksi oppiminen

D-Juniorit



Toiminnan tarkoitus	Harjoittelemaan oppiminen
Valmennuksen koulutus	SJL MLVT/MVPT
Harjoitusmäärät	3 harjoitusta + MV-jäät + pelit
Toimintakausi	Elokuusta- Toukokuuhun
Tukitoimet monipuoliseen harjoitteluun	Yläkouluakatemia alkaa/ monilajisuus
Omatoiminen harjoittelu	Monipuolista liikuntaa ja lajirajojen tehostamista
Koulu	Yläkoulu/ Alakoulu
Pelaaminen	Tasapuolinen peluuttaminen
Lajitaidot	Teräнкäyttö, eri liikkumistekniikoiden yhdistelmät pystyssä ja jäissä, pysähtyvän jalan valinta-, V-torjunnasta ylösnouseminen- ja sijoittuminen pelitilanteen mukaan.
Fyysiset taidot	Liiketaitavuus, hermotus, kestävyys eri osa-alueet
Pelitaidot	Sijoittuminen sivuttais- ja syvyysuunnassa, pelivalmius, ja jatkopelaamisvalmius, ajoitus, pelitilannepelaaminen, vastustajan havainnointi
Luonne	Itseohjautuvuuteen opettaminen

E-Juniorit



Toiminnan tarkoitus	Liikunnasta nauttiminen
Valmennuksen koulutus	SJL MLVT/MVPT
Harjoitusmäärät	3 tapahtumaa viikossa + MV-jäät
Toimintakausi	Elokuusta- Huhtikuuhun
Tukitoimet monipuoliseen harjoitteluun	Monilajisuus
Omatoiminen harjoittelu	Monipuolista liikuntaa ja lajirajojen tehostamista
Koulu	Alakoulu
Pelaaminen	Puolen kentän pelit, tasapuolinen peluuttaminen, ei pelaavat kenttäpelaajiksi
Lajitaidot	Teränsäkäyttö, eri liikkumistekniikoiden yhdistelmät pystyssä ja jäissä, pysähtyminen, V-torjunnasta ylösnouseminen, vastakkaisella jalalla liikkeen mukaan ottaminen, mailapelaaminen ja kiekon seuraaminen torjunnan jälkeen
Fyysiset taidot	Liiketaitavuus
Pelitaidot	Sijoittuminen sivuittais- ja syvyysuunnassa, pelivalmius, jatkopelaamisvalmius
Luonne	Rajojen ja sääntöjen noudattaminen

F-Juniorit



Toiminnan tarkoitus	Lasten innostaminen
Valmennuksen koulutus	Vapaaehtoiset valmentajat/ taso 1 koulutus
Harjoitusmäärät	2 harjoitusta viikossa + MV-jäät + pelit
Toimintakausi	Elokuusta- Huhtikuuhun
Tukitoimet monipuoliseen harjoitteluun	Monilajisuus
Omatoiminen harjoittelu	Monipuolisesti leikkejä ja pelejä
Koulu	Alakoulu
Pelaaminen	Puolen kentän pelit, tasapuolinen peluuttaminen, ei pelaavat kenttäpelaajiksi
Lajitaidot	Perusluistelu, peliasento, teränskäyttö, eri liikkumistekniikat pystyssä, pysähtyminen ja jäistä ylösnouseminen
Fyysiset taidot	Nopeustaitavuus
Pelitaidot	Sijoittuminen sivuttais -ja syvyysuunnassa, pelivalmius ja pelaamisvalmius
Luonne	Uskalla yrittää, onnistua ja epäonnistua