

# Harri Westerlund

Vaimo, kolme poikaa ja kolme lasten lasta

Aloittanut valmennuksen VJS:ssa 1990 eli mukana valmennuksen ihmeellisessä maailmassa 27 vuotta. Valmentanut seuraavia ryhmiä

## Pojat

- VJS 1984 kuusi vuotta
- VJS 1983 vuosi
- VJS 1985 kaksi vuotta
- VJS 1987 vuosi

## Tytöt

- VJS 1982 kolme vuotta
- VJS 1983 vuosi
- VJS 1990 kolme vuotta
- VJS 1993 neljä vuotta
- HJK 1995 kaksi vuotta
- HJK 1997 kolme vuotta

## Tytöt

- HJK 1998 kolme vuotta
- HJK 1999 vuosi
- PPJ 2004 kaksi vuotta
- PPJ 2005 kaksi vuotta
- PPJ TB 4,5 vuotta
- PPJ T08-09 nykyinen

## Koulutus

Suomen Palloliiton  
UEFA B valmentaja

D85-pojat aluesarja  
1998

sijoitus	joukkue	pujottelu	syöttö	kulj/ laukaus	ponnauttel u	pusku	potkut	yhteensä	pisteet
1	VJS 1	201	295	117,8	127,6	-57	-103	581,4	3
2	Honka	206,4	287,6	115,8	122,5	-43	-99,6	589,8	3
3	HJK 1	202	333,2	121	144	-48	-110	642,1	2

VJS 1984 Sampdoria voitti aluesarjan 1996

VJS 1987 aluesarjassa 1999 puolivälissä

## Kansainvälisiä koulutuksia

- H:gin piirin järjestämä koulutus Amsterdamin Ajax:n ja AZ Alkmaarin vieraana
- Lontoossa Arsenalin vieraana. Aston villa ja
- Pilates ja lihashuolto koulutusta
- Viimeksi eilen 28.11.2017 tutustuin Pauliina M potkutekniikka opetukseen
- H:gin piirijoukkue valmentajana 2 vuotta ja Unitedissa 2 vuotta
- Tutorina PPJ:ssä ja H:gin piirille

**Itse olen käyttänyt vuodesta 1995 Willie Coerwerin malleja juniori opetuksessa**

## Muu liikunnan alan koulutus ja projektit

- Liikunnan ohjaajan koulutus 2011 Kisakeskuksessa
- Kurssin lopputyönä tein HJK:lle aikuisten futiskoulu konseptin, joka toimii edelleen seurassa.
- Esittelin sen myös SPL:n Matinlassille muttei se saanut tuulta liitossa
- Helsingin kaupungin liikuntavirasto
- Tein myös askellus klinikan ikäihmisille, jonka testasi yli 70 vuotiailla
- Testiryhmän palaute oli erittäin positiivinen



**VJS 1990 syntyneet jota  
Valmensin 4,5 vuotta. Joukkueen  
seuraava valmentaja palkittiin  
Parhaaksi tyttö valmentajaksi**

**HJK 1995 SYNTYNEET**





**HJK 1995 Syntyneet**

**VJS 1993 Syntyneet**





**PPJ 04-05 Syntyneet  
2011-2013**

**PPJ TB  
2013-2017**





HJK 1997 syntyneet

HJK 1998 syntyneet

# Pelaajia maailmalla

Maajoukkueissa on vierailut paljon pelaajia, joita olen valmentanut

Piiri- ja aluejoukkueissa samoin.

Taitosaavutuksia ja turnauksen parhaiksi valittuja

Helsinki cup ja Stadi cup parhaat 2006 Kiira Sarasjärvi ja Tiina Mustonen

D85-pojat aluesarja  
1998

sijoitus	joukkue	pujottelu	syöttö	kulj/ laukaus	ponnauttel u	pusku	potkut	yhteensä	pisteet
1	VJS 1	201	295	117,8	127,6	-57	-103	581,4	3
2	Honka	206,4	287,6	115,8	122,5	-43	-99,6	589,8	3
3	HJK 1	202	333,2	121	144	-48	-110	642,1	2



# Valmennusfilosofiani

- Huomioin aina seurakohtaiset toivomukset
- OPETAN PELAAMAAN MAASSA
- Anna joukkueelle itsesi 100 % niin se antaa sinulle 100 %:a
- Saavuta pelaajien luottamus
- Oma aktiivisuus lähes 100 % harjoituksissa
- Jalkapallon merkitys itselle
- Motivointi ehdottoman tärkeää
- Huomioi yksilöt: joukkue ei ole vain 20 pelaajaa, vaan
- 20 yksilöä
- Ajattelen erittäin kilpailullisesti, mutta se ei saa näkyä läpi
- Vaativa itseltä ja PELAAJILTA

## Harjoitukset ikäryhmä 8-11 v

- oheisharjoituksissa koordinaatio: esimerkiksi tikkaat
- kolmasosa ajasta henkilökohtaista
- kolmasosa parityöskentelyä
- pienpeli ja loppupelit

# Joukkueen kausi 2017-2018 toimintasuunnitelma

1. Kausi 2006 yhteenveto
2. Pelaajat
3. Organisaatio
4. Harjoitukset
5. Harjoitusten sisältö
6. Talven pelit ja turnaukset
7. Kevään sarjapelit
8. Kesän turnaukset



# PPJ kausi 2017-2018

39 Pelaajaa (15 -09, 2 -10 ja 22 -08)

## Valmentajat:

Harri Westerlund, päävalmentaja  
Melinda Andler, valmentaja



# PPJ 08-09 kausi 2017-2018

## Organisaatio

### TOIMIHENKILÖT

**Jojo:** Kaisa Veteläinen, Pia Kuusiniemi

**Rahastonhoitaja:** Kaisa Nera

**Varustevastaava:** Annu Nordström

**Tiedottaja:**

**Huoltajat:**

**Toiminnantarkastajat:** Sari Alanko, Anna Saarinen



## Jokainen sitoutuu seuraaviin joukkueen sääntöihin:

### PELAAJA:

- Tulen ajoissa varusteet kunnossa harjoitukseen ja peleihin
- Kuuntelen valmentajan ohjeita
- En roiku valmentajissa
- Keskityn harjoituksissa ja peleissä ja yritän parhaani
- En häiritse muita
- Jos käyttäydyn huonosti, valmentaja voi laittaa minut sivuun harjoituksista tai pelistä
- En pelleile, kiusaa, töni tai lyö ketään kentällä
- Olen reilu joukkuekaveri
- Kannustan kaikkia enkä arvostele toisia
- Voin olla kaikkien pari harjoituksissa ja pelata kaikkien kanssa
- Pidän hiukset kiinni
- Syön herkut vasta pelien jälkeen

# PPJ T08-09 kausi 2017-2018

## Harjoitukset

Talviharjoittelussa muuttunut tilanne

- Kaikille pelaajille 3-4 kertaa viikossa
- Harjoitusaktiivisuutta seurataan
- Harjoitukset yhtenä ryhmänä
- Lisänä taitokoulu

Harjoitusten sisältö

- Henkilökohtainen tekniikka
- Lisättynä tempo
- 1 v 1 hyökkäys
- 1 v 1 puolustus

