

HAKU NAISTEN MAAJOUKKUEESEEN KAUDELLE 2026 – UUDET URHEILIJAT



Naisten maajoukkue kaudelle 2026 valitaan syyskuussa 2025. Tämä hakuohje koskee kaikkia naisten cheermaajoukkueeseen hakevia urheilijoita, pois lukien kauden 2025 MM-projektissa mukana olleet urheilijat, joille on annettu erillinen hakuohje.

Hakuprosessia on uudistettu, ottaen huomioon aiempien kausien opit ja hakien uusia mahdollisuuksia parantaa toimintaa, yksilön mahdollisuuksia näyttää osaamistaan sekä mahdollistaen entistä paremman kisavalmistautumisen joukkueelle.

Hakuprosessissa uutta on 1) omatoiminen stunttitreeni, joka toteutetaan valmentajien ohjeistaman ryhmän kanssa ennen live-valintatilaisuutta, sekä 2) All-Girl Kick Off -päivä, joka on suunnattu kaikille SM TOP 5 joukkueille sekä naisten maajoukkueen hakijoille.

Uusien urheilijoiden hakuprosessi koostuu seuraavista vaiheista: 1) hakemuksesta + taitovideosta, 2) omatoimisesti toteutettavasta stunttitreenistä, 3) All Girl harjoituspäivästä ja 4) live-osuudesta, johon sisältyy fysiikkatestaus (12.9.) ja lajitaito-osuus (13.–14.9.). Lisäksi maajoukkueen valmennustiimi voi halutessaan haastatella hakijaa hakuprosessin aikana.

Valintaprosessin vaiheet ovat

- 4.–15.8.2025 hakulomake ja videoiden lähetys auki
 - Haku sulkeutuu pe 15.8. klo 12.00
 - Jatkoon valitut ilmoitetaan ma 18.8.2025
- Omatoiminen stunttitreeni annetun ryhmän kanssa aikavälillä 18.8.-12.9.2025 (kaikki jatkoon päässeet hakijat). Urheilijat määrittävät itse stunttitreenille sopivan määrän valmentajien ohjeistamien taitotavoitteiden mukaan. Taitotavoitteet ilmoitetaan ryhmäkokoonpanojen yhteydessä.
- All-Girl Kick Off -päivä su 7.9.2025
 - Seurajoukkueessa urheilevat, SM TOP 5 joukkueet osallistuvat päivään joukkueena, jonka lisäksi maajoukkueeseen hakevat urheilijat osallistuvat päivän viimeiseen treeniin yksilöinä.
 - Mikäli et urheile SM TOP 5 joukkueessa, ja olet jatkossa hakuprosessissa, osallistut treeniin 7.9.2025 klo. 15:30-17:30
- Live-valintatilaisuus
 - 12.9.2025 valintatilaisuus: fysiikkatestit
 - 13.-14.9.2025 valintatilaisuus: lajitaidot
- 1.10. Joukkueen julkistus
- 9.10. Valituille urheilijoille pakollinen urheilijainfo

Hakukriteerit ja osaamisvaatimukset

Hakijan tulee olla vuonna 2008 tai aiemmin syntynyt.

Hakulomake

[Linkki hakulomakkeeseen](#)

Stunttitreeni

Kaikki naisten cheermaajoukkueeseen hakevat, livekarsintaan edenneet urheilijat jaetaan stunttiryhmiin, jotka treenaavat omatoimisesti 18.8.-12.9.2025 välisenä aikana maajoukkueen taitoja. Aiempien vuosien oppina haluamme kartoittaa toimivia ryhmiä jo karsintavaiheessa, ja tarjota yksilöille mahdollisuuden harjoitella livetilaisuudessa tehtäviä stunttitaitoja ennakkoon. Stunttiryhmissä pyritään huomioimaan hakijan kotipaikkakunta, mutta kannustamme urheilijoita harjoittelemaan yli seurarajojen ja löytämään stunttitreeniin riittävästi aikaa, vaikka urheilijoita olisi eri paikkakunnilta. Urheilijat sopivat omatoimitreenin sijainnista itsenäisesti.

Fysiikkatestit ja fysiikkaharjoittelu

Kaikki naisten cheermaajoukkueeseen hakevat, livekarsintaan edenneet urheilijat osallistuvat yhteiseen fysiikkatestitilaisuuteen perjantaina 12.9. klo 17–20 välisenä aikana. Testiryhmät ja tarkemmat infot tulevat sähköpostitse, kun ensimmäisen vaiheen tulokset on tiedotettu.

Maajoukkueeseen kuuluva urheilija sitoutuu mm.

- osallistumaan kaikille leireille, tapahtumiin sekä kilpailumatkalle
- omatoimiseen harjoitteluun leirien ulkopuolella valmentajien ohjeistuksen mukaisesti
- matkustamaan MM-kilpailuihin Orlandoon sekä palaamaan kotimaahan liiton järjestämällä lennoilla
- edistämään kaikessa toiminnassaan SCL:n tavoitteita ja toimintaperiaatteita

Kustannukset

Tarkemmat tiedot matka-aikatauluista sekä kustannuksista julkaistaan elokuun alussa.

Videoiden lähetys

Kaikkien uusien hakijoiden tulee toimittaa videot hakulomakkeella 15.8.2025 klo 12.00 mennessä. Videovaiheesta jatkoon menijät tiedotetaan maanantaina 18.8.2025.

Stuntit: Kuvattavien stunttien ei tarvitse olla HIT suorituksia, mutta niiden tulee olla turvallisia ja hyvällä tekniikalla suoritettuja. Stunttiryhmän tulee koostua korkeintaan neljästä naisurheilijasta.

- flikkitupla kahdelle, yhdelle tai venyvyYTEEN



- full to feet -kässäri kahdelle, yhdelle tai venyvyyteen
- arabirewind kierteellä
- eteenvoltti tossaus otteilla
- pv 1,5 kahdelle
- vain nousijoille: tuplakierrealastulo

Heitot: vain nousijoiden tulee kuvata heittotaidot, mikäli alla olevan taidon hallitsee turvallisesti. Heittoryhmän tulee koostua korkeintaan viidestä naisurheilijasta.

- Tuplakierrevoltti
- Arabianfull tai pike tupla

Akrobatia: akrobatia tulee suorittaa kilpailualustalla (ei jousitetulla) turvallisesti ja hyvällä tekniikalla.

- Flikki-alkuinen akrobatiasarja (esim. ffkv), paikaltaan kierrevoltti tai kärrynpyörä-kierrevoltti
- Oma vaikein juokseva akrobatia

Joukkueen valinta

Valintatilaisuudessa vuoden 2026 maajoukkueeseen valitaan kilpailujoukkue kuusi ryhmää (24 urheilijaa). Lisäksi kauden aikana valitaan yksi varaurheilijaryhmä (4 urheilijaa).

Päivämäärät kausi 2025-26

7.9.2025	AG Kick off -päivä Helsinki
12.-14.9.2025	Valintatilaisuus Helsinki
9.10.2025	SCL pakollinen urheilijainfo klo 17–18.30 (etä)
10.-12.10.2025	Leiri 1, Vierumäki
27.10.2025	Treenipäivä, Helsinki
14.-16.11.2025	Leiri 2 Vierumäki
27.10.2025	Treenipäivä, Helsinki
19.-21.12.2025	Leiri 3, Helsinki
16.-18.1.2026	Leiri 4, Helsinki/Vierumäki
6.-8.2.2026	Leiri 5, Helsinki
27.2.-1.3.2026	Leiri 6, Vierumäki
9.3.2026	Treenipäivä, Helsinki
20.-22.3.2026	Leiri 7, Vierumäki
28.-29.3.2026	Esiintymiset, Pääkaupunkiseutu
10.-12.4.2026	Leiri 8, Helsinki
13.4.2026	Pakollinen vapaa
14.4.2026	Esiintyminen
15.4.2026	Send-Off ja lehdistötilaisuus*
16.4.2026	Lähtö Orlandoon*
22.-24.4.2026	MM-kilpailut, Orlando
28.4.2026	Paluu Orlandosta*

*Vahvistuvat elokuussa



SUEK koulutukset

Kaikkien maajoukkueisiin valittujen urheilijoiden tulee suorittaa SUEK:in Puhtaasti paras ja Reilusti paras -koulutukset.

Voit suorittaa ne jo hakuaikana. Koulutukset löydät osoitteesta suek.fi otsikon Koulutukset alta. Koulutukset ovat voimassa kaksi vuotta 1.1.2022 alkaen, eli jos olet tehnyt koulutuksen 1.1.2022 jälkeen, ei sinun tarvitse tehdä koulutusta uudestaan.

Lisenssi ja vakuutus

Kaikkien maajoukkueisiin valittujen urheilijoiden tulee hankkia Suomen Cheerleadingliiton lisenssi sekä kilpaurheilun kattava vakuutus ja matkavakuutus.

Valmennustiimi

NMJ – Katariina Hintsa, Nina Nyberg ja Krista Allinen.

Yhteystiedot

Valmentajat:

Päävalmentaja, Katariina Hintsa katariina.hintsa@scl.fi

Valmentaja, Nina Nyberg nina.nyberg@scl.fi

Valmentaja, Krista Allinen krista.allinen@scl.fi

Suomen Cheerleadingliitto:

Valmennuspäällikkö, Nita Rikström nita.rikstrom@scl.fi

Huippu-urheilukoordinaattori, Linda Markkula linda.markkula@scl.fi

