

Tanssijan Polku – Lapset ja nuoret

3–4 v Pörriäiset / Lastentanssi Lajista innostuminen Liikkumisen ilo <i>1 h/vko</i> <i>Ei kilpailuja</i>	5–6 v Lastentanssi / Alkeet Perustaidot Monipuolinen liikunta <i>2 h/vko</i> <i>Ei kilpailuja</i>	7–12 v Lasten Alkeet Taitojen vahvistaminen Urheilullinen elämäntapa <i>4 h/vko</i> <i>2–4 kilpailua/vuosi</i>	7–18 v Kilparyhmät Tavoitteellinen harjoittelu Tekninen kehitys <i>8–14 h/vko</i> <i>8–10 kilpailua/vuosi</i>	7–13 v Kilpaileva (E-luokka) Kilpailemiseen totuttelu Teknisten taitojen syvennys <i>8–10 h / vko</i> <i>3–6 kilpailua / vuosi</i>	8–16 v Kilpaileva (D-luokka) Säännöllinen harjoittelu Kilpailukokemuksen kasvattaminen <i>10–12 h / vko</i> <i>6–8 kilpailua / vuosi</i>	9–16 v Kilpaileva (C-luokka) Taitojen monipuolinen kehitys Kilpailurutiinit ja esiintymisvarmuus <i>12–14 h/vko</i> <i>8–10 kilpailua / vuosi</i>	11–16 v Kilpaileva (B-luokka) Korkeamman tason tekniikka Fysiikan ja esiintymisen kehittäminen <i>14–16 h/vko</i> <i>10+ kilpailua / vuosi</i>	16–18 v Kilpaileva (A-luokka) Huippu-urheilullinen harjoittelu KV-tasoon valmistautuminen <i>16–20 h/vko</i> <i>10–12 kilpailua/vuosi</i>	14+ v Kansainvälinen Kilpaileminen Tanssijan identiteetti Maajoukkuevalmennus ja KV-kilpailut <i>20+ h/vko</i> <i>KV-kilpailukausi</i>
Valmennus: Innostaja Lastentanssiohjaaja Turvallinen aikuinen Perhe: Kannustaa ja osallistuu Mahdollistaa liikkumisen	Valmennus: Innostaja Lastentanssiohjaaja Turvallinen aikuinen Perhe: Kannustaa ja osallistuu Mahdollistaa liikkumisen	Valmennus: Perustaitojen opettaja Lajiharjoittelun ohjaaja Perhe: Tukee harjoittelua Yhteistyö valmentajan kanssa	Valmennus: Perustaitojen opettaja Lajiharjoittelun ohjaaja Perhe: Tukee harjoittelua Yhteistyö valmentajan kanssa	Valmennus: Harjoittelun ohjaaja Kilpailutoiminnan tukija Perhe: Kuljetukset, kannustus Rutiinien tuki	Valmennus: Harjoittelun ohjaaja Kilpailutoiminnan tukija Perhe: Kuljetukset, kannustus Rutiinien tuki	Valmennus: Kilpailu- ja lajivalmentaja Fyysisten ominaisuuksien kehittäjä Perhe: Tukee arjen hallintaa Ymmärtää tavoitteellisuutta	Valmennus: Kilpailu- ja lajivalmentaja Fyysisten ominaisuuksien kehittäjä Perhe: Tukee arjen hallintaa Ymmärtää tavoitteellisuutta	Valmennus: Huippuvalmentaja Tekniikka & esiintyminen Perhe: Sitoutuu kokonaisvaltaiseen tukeen	Valmennus: Maajoukkuevalmennus Asiantuntijat tiimit KV-valmennus Perhe: Itsenäistyvän urheilijan taustatuki

Tanssijan Polku - Aikuiset

Aloittava Tanssija

Tavoitteet: Liikunnan ilo, perustekniikka, rytmi

Toimintamuodot: Alkeiskurssit, matalan kynnyksen ryhmät

Valmennus: Kannustava ohjaaja, turvallinen ilmapiiri

Yhteisö / Perhe: Mahdollistaa osallistumisen, uteliaisuus uutta kohtaan

Harrastava Tanssija

Tavoitteet: Tekniikan kehittäminen, hyvinvointi

Toimintamuodot: Viikkotunnit, tapahtumat, ryhmätanssi

Valmennus: Lajitaitojen syventäminen, säännöllisyys

Yhteisö / Perhe: Osallistuminen tapahtumiin, yhteisöllisyys

Tavoitteellinen Harrastaja

Tavoitteet: Esiintymisvarmuus, tekninen kasvu

Toimintamuodot: Workshopit, esiintymiset, edistyneet ryhmät

Valmennus: Yksilöllinen ohjaus, tavoitteellinen harjoittelu

Yhteisö / Perhe: Tukee harjoittelua ja valmistautumista

Kilpaileva Tanssija

Tavoitteet: Kilpailumenestys, urheilullinen kehittyminen

Toimintamuodot: Valmennus, kilpailut, leirit

Valmennus: Valmennustiimi, fyysinen ja tekninen tuki

Yhteisö / Perhe: Kilpailujen ja harjoitusarjen tuki

Mentori / Ohjaaja

Tavoitteet: Tanssiyhteisön kehittäminen, jakaminen

Toimintamuodot: Ohjaaminen, kouluttautuminen, tukiroolit

Valmennus: Toimii valmentajana tai mentorina

Yhteisö / Perhe: Yhteistyö seuran kanssa, yhteisön rakentaminen