

**Liite 1 – Ratamelonta**  
**Alle 18v. ja alle 23v. MM-kilpailut**  
**Szeged, Unkari 1-4.09.2022**

Hyväksytty 9.3.2022  
Kilpailu- ja valmennusvaliokunta

## Yleistä

Suomen ratamelontamaajoukkue osallistuu Unkarin Szegedissä 1-4.09.2022 järjestettäviin ratamelonnan A18v. ja A23v. MM- kilpailuihin.

Aikomuksesta kilpailla MM-kilpailuissa on ilmoitettava Suomen melonta- ja soutuliiton vastuuvallmentajalle kirjallisesti [petteri.pitkanen@smsl.fi](mailto:petteri.pitkanen@smsl.fi) viimeistään **30.04.2022 mennessä**. Samasta ilmoituksesta tulee käydä ilmi tärkeysjärjestyksessä kolme ensisijaista kilpailulajia, joille urheilija MM- kilpailussa pyrkii (esim. K1 200m, K4 500m, K2 Mix 500m).

Ilmoittautuminen on sitova. Urheilija joka on ilmoittanut halukkuutensa MM-kilpailuihin, osallistunut katsastuksiin, läpäissyt valintakriteerit ja nimetty joukkueeseen, mutta peruu osallistumisensa, on hän taloudellisesti vastuussa mahdollisista peruuttamismaksuista mitä melonta- ja soutuliitolle ko. tapauksessa saattaa aiheutua. Loukkaantumississa tai sairastapauksissa (jotka estävät osallistumisen ko. kilpailuihin) vaaditaan lääkärintodistus.

## Kriteeri

MM-kilpailuihin valittu alus tulee olla kilpailukykyinen MM-tasolla. (kts. yleiset valintakriteerit)

## Valinta

Edustusjoukkue ratamelonnan MM-kilpailuihin valitaan seuraavissa näyttökilpailuissa annettujen näyttöjen perusteella. Valinta on kokonaisarviointi jossa painotetaan kansainvälisissä kilpailuissa annettuja näyttöjä

- |                                 |   |
|---------------------------------|---|
| - Copenhagen Spring Open, (DEN) | 29.4- 1.5.2022                                  |
| - Jönköping Vårregattan (SWE)   | 7-8.5.2022                                      |
| - MC-1 Racice, (CZE)            | 19-22.5.2022 (Näyttökilpailu vain U23v. osalta) |
| - MC-2 Poznan, (POL)            | 26-29.5.2022 (Näyttökilpailu vain U23v. osalta) |
| - Häme Regatta, Tampere         | 11-12.6.2022                                    |
| - Suomen Cup Lahti              | 18.6.2022                                       |
| - SM- osa 1. Tampere            | 16-17.7.2022                                    |

## Urheilijavalinnat

SM-1 kilpailujen jälkeen suoritetaan urheilijavalinnat MM-joukkueeseen. Kaikki MM-joukkueeseen valitut urheilijat melovat MM-kilpailuissa yhtä tai useampaa kilpailumatkaa/lajia.

## Matka- ja kokoonpanovalinnat

Vastuuvallmentajalla on päätäntävalta muodostaa valitusta MM-joukkueesta MM kilpailutapahtuman matka- ja aluskohtaiset edustajat/kokoonpanot 27.08.2022 mennessä.

Vastuuvallmentajalla on päätäntävalta päättää, melovatko näyttökilpailujen nopeimmat yksikkömelojat MM-kilpailuissa yksikköä vai yksikköä ja kaksikkoa/nelikköä tai ainoastaan miehistöä(jä).

Vastuuvallmentajalla on myös valta tehdä muokkauksia matka- ja aluskohtaisiin edustusvalintoihin, mikäli tarve ilmenee, aina joukkueenjohtajien kokoukseen saakka.

## Miehistöjen seulonta MM

Miehistökajakkikokoonpanojen muodostamisesta vastaa joukkueen vastuvalmentaja.

Seulonnassa pyritään nopeimman mahdollisen kokoonpanon(/-jen) löytämiseen tavoitteena MM-kilpailut 2022. Näin ollen eri kokoonpanoja ja aluksia voidaan kilpailuttaa eri kansallisissa kilpailuissa ja leirien testivedoissa, jotta saadaan laajempi käsitys siitä millä tasolla eri miehistökokoonpanot ja alukset ovat. Miehistökokoonpanojen seulonnassa huomioon otettavat taustatekijät tärkeysjärjestyksessä:

### 1. Urheilijan suoritustaso yksiköllä

- Tavoite: Mix K2 500m -> Ensisijaiset: K1 200m / K1 500m
- Tavoite: K2 500m -> Ensisijaiset: K1 500m / K1 200m / K1 1000m
- Tavoite: K2 1000m -> Ensisijaiset: K1 1000m / K1 500m
- Tavoite: K4 500m -> Ensisijaiset: K1 500m / K1 200m / K1 1000m
- Tavoite: K2 1000m -> Ensisijaiset: K1 1000m / K1 500m

### 2. Urheilijan miehistösoveltuvuus

- Miehistökokoonpanon fyysinen, tekninen ja sosiaalinen yhteistoiminta sekä kehittämispotentiaali.
- Yksilön taitotaso (tasapaino, tekniikan muuntautumiskykyisyys, rytmitaju, jne).

### 3. Urheilijan fyysiset perusominaisuudet

(Fyysinen potentiaali ei ole aina suorassa suhteessa K1 suoritustasoon, mutta voi antaa selkeää osviittaa urheilijan potentiaalista esim. miehistömelojana)

- Työtehotestien maksimityömäärä ja laktaattiprofiili (Dansprint / Vo2-max testit)
- Maksimi ja kestovoimataso (Testitulokset ja harjoitustasot)
- Nopeustaso (K1 nopeusharjoitteet)
- Kestävyytaso (K1 kestävyysarjoitteet ja testiharjoitukset)

### 4. Aikaisemmat kokemukset urheilijan suoritustasosta tietyn matkan miehistössä / miehistökokoonpanossa.