

## Saana Aaramaa



Muodostelmaluistelun päävalmentaja, vastuvalmentajana SM-juniorijoukkue Ice Diamondsilla ja aikuisjoukkue Fresh Diamondsilla. Valmentamisen JyTLSissä olen aloittanut keväällä 2024.

Oman luistelu-uran luistelin Oulun luistelukerhossa, luistelukoulusta aina SM-junioreihin asti. Muodostelman puolella kilpailin kaudet 2008-2018 ensin minoreissa, sitten SM-noviiseissa ja lopuksi SM-junioreissa. Olen valmistunut ylioppilaaksi 2019. Tämän jälkeen suoritin Vuokatissa liikunnan ja valmennuksen ammattitutkinnon 2020 sekä valmennuksen erikoisammattitutkinnon 2022. Apuvälineteknikoksi valmistuin syksyllä 2023. Suomen taitoluisteluliiton koulutuksista olen suorittanut 1-tason 2024 ja 2-tason 2025.

Valmentamisessa on paljon mitä voisi pitää parhaana asiana. Ensimmäisenä tulee mieleen perus arki, kun sitä on prosentuaalisesti paljon. Treeniarjesta jää ihania, hauskoja ja opettavaisia muistoja. Arjessa tapahtuu kasvua ja kehitystä, mikä on hyvin palkitsevaa. Toki kisareissut ja leirit ovat myös ikimuistoisia tapahtumia, joita voi muistella vielä kiikkustuolissa. Reissut tuovat myös lisää puhtia arkiseen työskentelyyn, jolloin balanssi, tehokkuus ja tavoitteellisuus toteutuvat.

Valmentajana minua on kuvattu muun muassa huumorintajuiseksi, kärsivälliseksi, reiluksi, päämäärätietoiseksi sekä visionääriksi. Koen olevani helposti lähestyttävä ja aurinkoinen persoona, mutta samaan aikaan osaan olla vaativa, tehokas ja järjestelmällinen.