



NATIONAL
OLYMPIC TRAINING CENTER
Helsinki



URHEA-HALLI

HUIPPU-URHEILUN **KOTI**



URHEA KOKOAA YHTEEN SUOMEN HUIPPU-URHEILIJAT JA ASiantuntijat

Urhea-hallissa harjoittelevat viikon jokaisena päivänä olympiavalmennuskeskusurheilijat, akatemiaurheilijat, seurat ja urheilulukiolaiset. Hallin tiloissa toimii myös kesä- ja jäälajien valtakunnallinen olympiavalmennuskeskus.

Halli ja kampusalue tarjoavat akatemiaurheilijoille kaiken arjessa tarvittavan: optimaaliset harjoitteluolosuhteet, urheiluammattilaisten monipuolisen tuen sekä kattavat terveydenhuolto-, asumis- ja ruokailupalvelut.

URHEA-HALLIN YLI 14 000 M2:N TILOIHIN LUKEUTUVAT

- harjoittelutilat koripallolle, rytmiselle voimistelulle ja telinevoimistelulle, yleisurheilulle sekä judolle ja painille
- kaikille lajeille yhteiset voima- ja yleisharjoittelutilat
- palautumis- ja kuntoutumistilat
- testi- ja urheilulääkäriasema

TOIMIVA ARKI URHEA-KAMPUKSELLA

- Kampuksen asuintalo Urhea-koti majoittaa 166 urheilijaa yksiöihin, kaverikaksioihin ja soluasuntoihin.
- Leirimahdollisuus 10–16 urheilijalle.
- Asuintalosta on suora yhteys päivittäisiin harjoituksiin Urhea-halliin tai viereisille jalkapallokentille.
- Opiskelijaravintola tarjoaa urheilijoille päivittäin lämpimiä aterioita ja välipaloja.



50 VUOTTA KESTÄVÄÄ KÄYTTÖÄ

Yksi Urhean toimintaperiaatteista on vastuullisuus. Rakennustyön lähtökohtana on ollut elinkaarimalli, jossa hallille on suunniteltu 50 vuoden käyttöikä. Rakennuksen katolle sijoitetut aurinkopaneelit tuottavat lähes neljänneksen hallin tarvitsemasta sähköstä. Ostettu sähkö on ilmastoneutraalia vesi- tai tuulisähköä, ja lämmitysenergiana käytetään uusiutuvaa kaukolämpöä.



AURINKOSÄHKÖN MAHDOLLISTAJA YRITYKSILLE

Aurinkovoimalat täyden palvelun periaatteella.
Myös ilman asiakkaan omaa investointia.

SOLARIGO

www.solarigo.fi | 010 209 1898



”Urhea-hallin voima-
harjoittelualue mahdollistaa
monipuolisen ja laadukkaan har-
joittelun kilpa- ja huippu-urheilun
tarpeet huomioiden. Tämänkaltaiset
tilat tuovat aivan uutta intoa joka-
päiväiseen tekemiseen.”

Erik Piispa,
Urhean fysiikkavalmennuksen
vastaava asiantuntija



TEKNOLOGIA VALMENTAJAN TUKENA

Urhea mahdollistaa valmentajille kansainvälisen tason harjoitusvälineistön ja moniammatillisen asiantuntijatoiminnan valmennuksen tueksi. Teknologian avulla valmentajat ja urheilijat voivat seurata suorituskyvyn kehitystä, palautumista tai mahdollisesta vammasta kuntoutumista yhdessä Urhean asiantuntijoiden kanssa. Mittalaitteilla saatava data on tarvittaessa myös urheilulääkäreiden analysoitavissa.

ASIAANTUNTIJATOIMINTA:

- Valmentaja tiimeineen
- Fysioterapeutti
- Urheiluravitsemuksen asiantuntija
- Urheilupsykologian asiantuntija
- Fysiikkavalmentaja
- Urheilulääkäri

URHEILIJAN KÄYTETTÄVISSÄ:

- 800 m2 voimailutila sekä erillinen yleisharjoittelutila
- Painokevennetty Alter G -juoksumatto
- Kylmälaitteet, kuten kylmäallas
- Kamerajärjestelmät
- Monet mittauslaitteet
- Korkean paikan harjoittelun olosuhteet

TRAINING ROOM

Training Room on osa Urhean moniammatillista asiantuntijakokonaisuutta, jonka avulla optimoidaan urheilijoiden suorituskyky, harjoitettavuus ja vammakuntoutus. Monipuolisin harjoitteluvälinein varustettu harjoitus- ja kuntoutustila mahdollistaa laadukkaan ja yksilöllisen harjoittelun sekä kuntoutusprosessin asiantuntijoiden johdolla. Muun muassa DBC Global Oy:n kehittämät laadukkaat kuntoutuslaitteet ovat osa Training Roomin välineistöä.

”Training Room ja sen monipuolinen laitteisto mahdollistavat mm. loukkaantumisen jälkeisen laadukkaan kuntoutuksen ja harjoittelun vammasta huolimatta. Rauhallisessa tilassa on mielekästä toteuttaa myös pienryhmäharjoittelua valmennus- ja kuntoutusryhmille.”

Leeni Kauppinen,
fysioterapeutti,
urheilufysioterapeutti
(sert.)

”Jotta urheiluvammojen kuntoutus vastaisi urheilun vaatimuksia, tulee kuntoutuksen perustua kehon toiminta- ja suorituskykyä parantavaan nousujohteiseen harjoitteluun. Harjoittelu toteutetaan yhteistyössä fysioterapeutin ja valmentajan sekä muiden asiantuntijoiden kanssa. Training Roomin kuntoutuslaitteiden valinnassa on kiinnitetty erityistä huomiota harjoittelun turvallisuuteen jo kuntoutuksen alkuvaiheessa mutta myös riittävän kuormittavaan harjoitteluun täysitehoiseen urheiluun palatessa.”

Juha Koistinen,
fysioterapeutti,
urheilufysioterapeutti (sert.),
OMT





URHEILURAKENTAMISEN EDELLÄKÄVIJÄ

Urhea-hallin rakentamiseen on haettu mallia kansainvälisistä urheilurakentamisen esikuvista. Harjoittelutilojen materiaalit ja yksityiskohdat on valittu eri lajien vaatimukset huomioiden, jotta harjoittelulle voidaan taata ihanneolosuhteet.

- Koripallokentän lattia on valmistettu sokerivaahterasta maksimaalisen joustavuuden varmistamiseksi.
- Rytmissen voimistelun salin korkeus on olympiastandardien mukainen, ja kattovalot on suunnattu siten, etteivät ne häikäise voimistelijoita.
- Juoksusuoran rakenne ja päällyste on suunniteltu minimoimaan juoksijoiden jalkoihin kohdistuva rasitus.
- Judo- ja painisalissa on neljä tatamia, joiden päälle painimolskit on sijoitettu.

KORIPALLOKENTÄSTÄ TAPAHTUMA-AREENAKSI

Urhea-hallin koripallokentät muuntautuvat nopeasti tapahtuma-areenaksi, kun 1100 henkilön katsomorivit vedetään esille. Areenan toteutuksessa on huomioitu äänentoisto, isot led-näytöt, valaistus, tapahtumien televisiointi sekä mahdollisuus tapahtumanjärjestäjän visuaalisen ilmeen toteutukseen.

**Laadukkaat
liikuntahallien
lattiat ja
urheiluvälineet**

ASiantunteva konsultointi | Valmistus | Asennus

STIGMAR OU
Puh. +372 655 4390 | info@stigmar.ee

TUTUSTU
www.stigmar.ee



REAALIAIKAISTA KULUNVALVONTAA

Yhdessä Abloyn kanssa kehitetty tilavarausjärjestelmään yhdistyvä kulunvalvontajärjestelmä tekee Urhean tiloissa liikkumisen helpoksi. Järjestelmään rajataan eri käyttäjäryhmille omat käyttöoikeudet ja -ajat. HSL-kortin ja mobiilin avulla toimiva kulunvalvonta tarjoaa jatkuvasti ajantasaista tietoa tilojen käytöstä.

YHTEYSTIEDOT:

Urhea-halli
Mäkelänkatu 47
00550 Helsinki
Vaihde: (09) 2314 4220

urhea-halli.fi



NATIONAL
OLYMPIC TRAINING CENTER
Helsinki



Moderni mobiilikulkeminen helpottaa urheilijoiden arkea

ABLOY® OS

"Uuden Urhea-hallin kulunhallinta on suunniteltu urheilijoiden ehdoilla. Tilanvaraukset ja tiloissa kulku sujuu luonnollisesti käyttäjien omien mobiililaitteiden avulla ja ABLOY OS -järjestelmä huolehtii siitä, että hallinnoijalla on aina reaaliaikainen kuva tiloista."

Marko Ruti
Olosuhdejohtaja
Urhea-halli Oy



ABLOY

JATKE

PARASTA RAKENTAMASSA.



YLPEÄNÄ RAKENTAMASSA SUOMALAISEN HUIPPU-URHEILUN TULEVAISUUTTA

On kunnia olla rakentamassa näin merkittävää lippulaivaa suomalaiselle urheilulle ja urheilijoille. Rakennetaan niin, että tulevaisuudessa meillä olisi taas olympiavoittajia.

» Jatke on 2009 perustettu kotimainen rakennuskonserni, jonka toimipaikat sijaitsevat Helsingissä, Hyvinkäällä, Tampereella, Turussa ja Kouvolassa. Jatke rakentaa ihmisille koteja ja työpaikkoja, joissa on hyvä olla ja elää.

» jatke.fi