



Johanna Sarvela
LT, anesthesiologian erikoislääkäri
HUS Jorvin sairaala
johanna.sarvela@hus.fi

Maria Wahlroos valmensi Suomen cheerleading-maajoukkueen maailmanmestaruuteen

Cheerleading on alun perin tarkoittanut urheilujoukkueen kannustamista ryhmän esittämällä rytmikkäillä huudoilla ja liikkeillä. Toisen urheilujoukkueen kannustamisesta on USA:ssa 1970-luvulla kehittynyt myös akrobaattinen joukkueurheilulaji.

► Cheerleadingin kilpailuohjelmat sisältävät nostoja, hyppyjä, heittoja, eri korkuisia pyramideja ja permannolla esitettyjä kärrynpyöriä, voltteja ja muuta akrobatiaa. Kilpailuohjelmien alussa esitetään lajin perinteiden mukainen kannustushuuto. Laji vaatii voimaa, notkeutta ja koordinaatiokykyä sekä kykyä työskennellä ryhmässä. Suomi on kehittynyt cheerleadingin huippumaaksi Yhdysvaltojen, Taiwanin, Saksan, Slovenian ja muiden Pohjoismaiden kanssa.

Suomi uusi 29.4.2019 Orlandossa, Floridassa maailmanmestaruuden cheerleadingissä. Joukkueen päävalmentaja Maria Wahlroos erikoistuu anesthesiologiaan ja tehohoitoon Helsingissä. Erikoislääkäri Johanna Sarvela tapasi hänet pian voittoaikisän kisamatkan jälkeen Meilahden sairaalassa.

Mikä sai Sinut aikoinaan lajin pariin? Milloin aloit valmentaa?

Olin harrastanut salibandyä, voimistelua ja useita eri tanssimuotoja. Noin 12-vuotiaana ystäväni houkutteli mukaan kokeilemaan cheerleadingia. Siinä minua viehätti erityisesti se, että kyseessä on todellinen joukkuelaji. Aloittaessani lääketieteen opiskelun vuonna 2007 siirryin valmentajaksi.

Mikä siivitti joukkueenne voittoon tänä vuonna jo toisen kerran?

Pitkäjänteinen yli 10 vuoden työ. Takana on kulta 2018 ja ennen sitä kaksi perättäistä MM-hopeaa ja useita pronssimitaleita. Tänä vuonna voitto tuli pisteillä 85,94 todella pienellä marginaalilla (0,3p) seuraavaksi sijoittuneeseen isäntämaa USA:han.

Suunnitteletko itse kaikki ohjelmanne? Mistä saat niihin inspiraation?

Kaikki ohjelmat suunnitellaan itse valmennustiimin kesken. Inspiraatiota saa joukkueelta, joka keksii myös itse uusia temppejuja. Näin taitavalla joukkueella vain taivas on rajana, joten pitää osata ajatella isosti.

Mikä valmentamisessa on parasta? Entä vaikeinta?

Parasta on joukkueen oppiminen ja riemu siihen liittyen. Vaikeinta on valita lopullinen joukkue useista hyvistä yksilöistä ja pettymyksen tuottaminen poisjääville.

”Cheerleading on todellinen joukkuelaji!”



Maailmanmestaruuden Orlandossa voittanut Suomen cheerleading-maajoukkue vauhdissa. Kuva Maria Wahlroos, 2019.

Miten hakeuduit anestesiologiksi? Tiedätkö mitä haluaisin tehdä erikoistumisesi jälkeen?

Toimin amanuenssina HYKS:n Naistenklinikalla vuonna 2013. Siellä tarjoutui mahdollisuus kesätyöhön 2014 ja sille tielle jäin. Jatkosta en tiedä vielä. Pidän leikkaussalilyöntö- ja anestesiokentästä. Erikoistumiseni on vielä kesken, muunmuassa tehopalvelut puuttuvat kokonaan.

Miten pystyt sovittamaan yhteen erikoistumisen ja vaativan valmennustyön?

Olen saanut tarvittaessa hyvin vapaata erikoistumiseni ajan. Ongelmia tämän suhteen ei ole juuri ollut.

Jääkö työn ja valmennuksen lisäksi aikaa muuhun? Mitä teet vapaa-aikanasi?

Aikaa riittää perheen ja kavereiden tapaamiseen. Liikuntaa tulee itsekin harrastettua aika paljon: kerran viikossa tennistä ja pari kertaa viikossa sekä lenkkeilyä että kuntosaliharjoittelua.

Mitä haluat sanoa kollegoillesi?

Haluan kiittää joustoista vapaiden ja päivystysvaihtojen suhteen. On myös hienoa seurata kollegoiden omistautumista itsensä, lääketieteen ja työyhteisöjen kehittämisessä.

Onnittelut voittajille!



Suomen cheerleading-maajoukkueen päävalmentaja Maria Wahlroos erikoistuu anestesiologiaan ja tehohoitoon Helsingissä. Kuva Maria Wahlroos, 2019.