

## LÄHTEITÄ

- Asmussen P., Montag H., Ahonen J., Heinonen M., Pehkonen S., Erämetsä T., Lahtinen-Suopanki T., Vestervik K., Leppänen M., Mäkelä T. 2001. Lihashuolto - hieronta, kuntosaliharjoittelu, teippaus ja venyttely. VK-kustannus Oy, Lahti.
- Borg P., Fogelholm M., Hiilloskorpi H. 2004. Liikkujan ravitseminen - teoriasta käytäntöön. Edita Prima OY, Helsinki.
- Dryden Gordon, Vos Jeanette. 1997. Oppimisen vallankumous- ohjelma elinikäistä oppimista varten. WSOY.
- Fogelholm M., Rehunen S. 1993. Ravitseminen, liikunta ja terveys. VK-kustannus, Lahti.
- Forsman H., Lampinen K., Nieminen R. 2008. Suomen Urheiluopiston valmentajakoulutusmateriaalit tasoille I-IV.
- Goleman, D. 1995. Tunneäly - lahjakkuuden koko kuva. Otavan kirjapaino, Kerava.
- Goleman, D. 1999. Tunneäly työyhteisössä. Otava, Helsinki.
- Hakala, L. 2000. Liikunta ja oppiminen. PS-kustannus.
- Hanin J. 2005. Psykkinen valmennus luentosarja Suomen Urheiluopisto/ Degree Program.
- Heino S. 2000. Valmentautumisen psykologia - "Iloisemmin, rohkeammin, keskittyneemmin". VK-kustannus Oy, Lahti./ Gummerus kirjapaino Oy, Jyväskylä.
- Heino S. 1983. Psykkinen valmennus 2. Vaasa Oy.
- Ihanainen P. Emotionaalisen-moraalisen ammattitaidon arviointihanke 97-98: Opetushallitus
- Ilander O., Borg P., Laaksonen M., Mursu J., Ray C., Pethman K, Marniemi A. 2006. Liikuntaravitseminen. VK-kustannus, Lahti.
- Kauppila Reijo A. 2005. Vuorovaikutus- ja sosiaaliset taidot - Vuorovaikutusopas opettajille ja opiskelijoille. Otavan kirjapaino Oy, Keuruu.
- Keskinen, K., Häkkinen, K., Kallinen, M. 2004. Kuntotestauksen käsikirja. Tammerpaino Oy, Tampere.
- Kupias Päivi. 2001. Oppia Opetusmenetelmistä. Educa-Instituutti Oy.
- Lampinen K. 1999. Tie Voittajaksi. Kustannusosakeyhtiö Ajatus, Helsinki
- Leppilampi A., Piekkari U. 2001. Opitaan yhdessä - aikuiskoulutusta yhteistoiminnallisesti.

Leadership Management International. 1998. Oman minän johtaminen.

Martinez Garcia Juan Luis. 2003. Cuantificacion y control de la carga de entrenamiento en el futbol (väitöskirja jalkapallon harjoitustasojen määrittäminen ja niiden kontrollointi).

McArdle W. D., Katch F. I., Katch, V. L. 1996. Exercise physiology - Energy, nutrition and human performance. Lippincott Williams and Wilkins.

Mero A., Nummela A., Keskinen K., Häkkinen K. 2004. Urheiluvalmennus. Gummerus kirjapaino OY, Jyväskylä.

Miettinen, P. 1999. Liikkuva lapsi ja nuori. VK-kustannus Oy. Gummerus kirjapaino Oy, Jyväskylä.

Nienstedt, W., Hänninen, O., Arstila, A., Björqvist. S. 1999. Ihmisen fysiologia ja anatomia. WSOY, Porvoo.

Numminen, P. 2005. Avaa ovi lapsen maailmaan. Pilot-kustannus Oy, Tampere.

Paavola Tommi. 2006. Aktivoinnilla laatua lämmittelyyn. Valmentaja-lehti 4/2006.

Palmunen P. 1998. Johtaminen valmennuksessa. Luentomateriaali, Amvt.

Paussu, R. YTK analyysi. Mindresource.

Rapia V., Heinonen M., Helin P., Pehkonen M. 1987. Svul:n A-valmentajatutkinto - Taito. Hangon Kirjapaino Oy.

Rauste-von Wright, M-L, von Wright, J. Soini T. 2003. Oppiminen ja koulutus. WSOY, Helsinki.

Reinisalo P. 2008. FcKuusysi valmennuksen linjaukset ja junioriopas,

Valtion ravitsemusneuvottelukunta. 2005. Suomalaiset ravitsemussuositukset - ravinto ja liikunta tasapainoon. Edita Publishing, Helsinki.

Viitasalo J. Liitsola S., Raninen J. 1987. Voimaharjoittelu - perusteet ja käytännön toteutus. Gummerus kirjapaino Oy, Jyväskylä.

[www.coerver.com](http://www.coerver.com). Coerver Coaching Soccer.