

## **ЗАЛОГ УСПЕХА НАЦИОНАЛЬНОЙ СБОРНОЙ ПО ХОККЕЮ И KHL JOKERIT: JANNE MIETTINEN И AIKASYKE KU**

Человек обладает невероятными ресурсами. В спорте, где долгосрочной перспективой является работа на пределе, значение человеческих ресурсов имеет огромное значение. Внутренняя мотивация человека, его уверенность в себе, ответственность и чувство достижения результата являются ключевыми среди человеческих ресурсов в любой его деятельности, не говоря уже о серьезных занятиях спортом. И от того, знает ли человек себя – свои внутренние ресурсы – и может ли управлять собой, зависит его развитие и успех.

Финский инновационный продукт Firstbeat, с помощью которого измеряют нагрузки и восстановление организма, является прекрасным инструментом, помогающим опознавать собственные физические и умственные ресурсы, а также способность управлять собой.

### **Janne Miettinen и Aikasyke Ku являлись экспертами в использовании системы Firstbeat для Финской национальной лиги А и команды Jokerit KHL.**

Финская команда по хоккею Leijonat использовала опыт Janne Miettinen в рамках подготовки к Олимпиаде в Сочи и Минскому ММ-чемпионату весной 2014 года. Долгое путешествие команды Jokerit KHL привело к балансу нагрузок и отдыха. Кроме того Janne Miettinen принес опыт и помощь игрокам и командам в достижении успеха в серьезных международных соревнованиях.

Janne Miettinen также использует наработки из серьезного спорта для бизнес- и трудовой деятельности. Не только профессиональные спортсмены, но и рабочий человек должен использовать анализ состояния с помощью Firstbeat.

Janne Miettinen в дополнении к команде Jokerit KHL также делает анализ состояния для партнеров-компаний.



Erkka Westerlund  
Главный тренер  
Jokerit, KHL