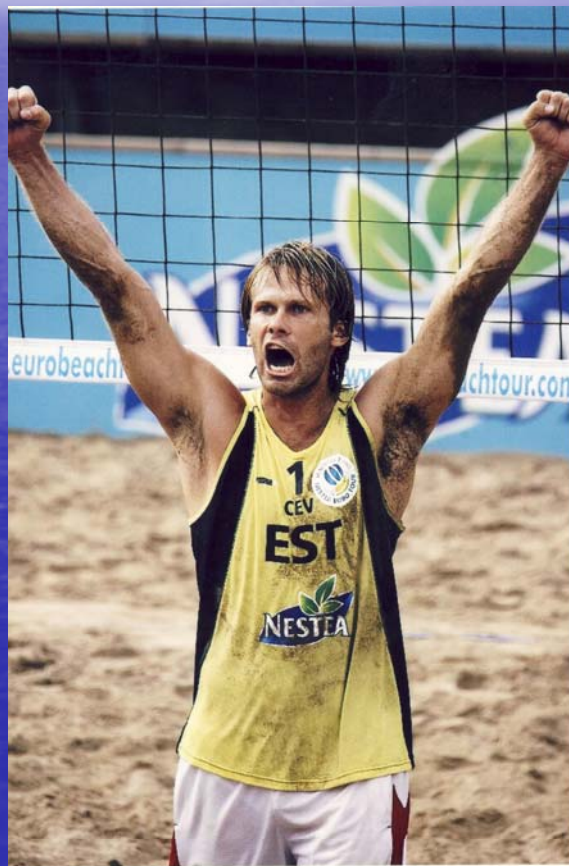


ELU PROFISPORTLASENA... ...enne ja pärast!



Sporditee algus:

- Peotants
- Tennis
- Poistekoor
- Jalgpall
- Jäähoki
- Vörkpall
- Rannavörkpall

Võrkpalli treeningud:

- Geneetiline faktor
- Varane algus
- Võistlused vanemate vanuseklassidega
- Suvine rannavõrkpall (tehnika)
- Palju õues mängimist (arvuti, videomängud, mobiiltelefonid, TV jms):
 - Jalgpall
 - Võrkpall
 - Korvpall
 - Tennis
 - Suusahüpped
 - Suusatamine
- 10 klassis täiskasvanute meistriliiga (Pärnu VK)

Haridustee:

- Tartu Ülikooli Kehakultuuri teaduskond
 - Bakalaureus
 - Magister
 - Doktorantuur (ekstern)
- Hooaeg profivõrkpallurina Küprosel (1997)
- Ösel Foods (1998-1999)
- TÜ naiskonna peatreener (1 hooaeg)
- Töö Tartu Ülikoolis (õppimine tudengitelt)
 - Õpetaja
 - Lektor
 - ...

Karjäär rannavõrkpallurina:

- Vend Kaarel (kuni 2002)
 - Rahanappus (kitsad olud)
 - Mustlaseelu
 - Lahkumineku põhjused
- Rivo Vesik (alates 2003-2009)
 - Taseme tõus
 - Kvaliteedi ja tasustamise tõus (EOK)
 - Profisport (tee maailma tippu)
 - Välislaagrid
 - Dopingukontrollid (ADAMS)

Olümpiamängud:



Olümpiaküla:



- Elamine
- Toitlustus
 - McDonalds
- Turvakontroll
 - Asjade sissetoomine
 - Külastus
- Tippsportlased
 - Kuulsus
 - Autogrammikutid
 - Testosteroon

Olümpiarajatised:



Sportlik tulemus:

- Esimesed olümpiamängud
 - Liigne ülemõtlemine
- Rivo vigastus (juuni 2008)
- Varane olümpiakülla kolimine
 - Ärajäänud laager (omanik vangi)
- Meedia surve
 - Väike riik
 - Kõrged ootused
 - Ajakirjanike jälitamine
- Jätkamise põhjused

Saavutused:

- OM Peking (2008)
- MM 5.koht (2005, 2007)
- EM 4.koht (2007)
- **MK võit (2007)**
- MK sarja 7.koht (hooaeg 2009)
- Eesti meister
 - Saalis 3kordne
 - Rannas 5kordne
 - 2kordne rannakuningas
- Lõpetamise põhjused 2009

Võistkond:

- Emotsionaalsus
- Huumorimeel
- Vanus (mõttemaailm, mitte pass)
- Ühtekuuluvustunne
- Võistkonnavaim
- Ühine eesmärk
- Uhkusetunne
- Omavaheline läbisaamine
- Mida kõrgem tase, seda sügavamad probleemid

Head võistkonnad:

- Noortekoondis
- Ösel Foods
- Sülditurniirid
- Kais/Vesik:
- Võistkonna ja individuaalala vahepeal
- Keerukam protsess (psühholoogia)
- Piiride kompamine (tunnetamine)
- Piiridega arvestamine
- Inimlik sobivus
- Mänguline sobivus
- Abielu (teineteisega arvestamine)

Kaotused ja võidud:

- Miinused:
 - Sugulased/lähedased
 - Sõbrad
 - Kvaliteetaeg
 - Kodu (maa)
 - Tervis
 - Hasardi sõltuvus (läbipõlemine, depressioon)
- Plussid:
 - Elustiil (teha, mida armastad)
 - Läbilöömine (sport nagu väike elu)
 - Aeg järelemõtlemiseks
 - Austus
 - Tervislik eluviis
 - Distsipliin
 - Oskus võidelda ja kannatada

Põhitõed:

- Tee kõike südamega (hingega)
- Tee kõike nii hästi kui suudad (enda maksimum)
- Ära võta asju isiklikult
- Ei eksi ainult see, kes midagi ei tee (ära karda väljakutseid)
- Ela olevikus, aga ehita tulevikku
- Tähtis on teekond (mitte sihtpunkt)
- Magusaimad võidud elus tulevad läbi raske töö
- Kui hakkad midagi raha pärast tegema on aeg muutusteks

A blue-tinted photograph of a vast ocean under a cloudy sky. The text "Mõnusat järelmõtlemist!!!" is centered in white.

Mõnusat järelmõtlemist!!!