



Alice Saar
2008

Koulu/ammatti: Opiskelija, Pasilan peruskoulu

Lempihyppy: 5134d (eteenpäin puolitoista voltia kahdella kierteellä)

Kutsumanimi: Alisa

Lempinimi: Altsu, Allu, Pallu, Altsi

Treenimäärä viikossa: Viikossa minulla on kahdeksan treeniä joista kertyy tunteja keskimäärin 17,85

Maajoukkuestatus: Pm-ryhmä 2023-2024

Valmentajat: Salla Sofieva, Satu Uusitalo

Milloin aloitit uimahypyt: Aloitin uimahypyt vuonna 2016, Mäkelänrinteen uimahallin alkeishyppykoulussa, josta hetken kuluttua päädyin Tiirujen alkeisryhmään. Jo ihan pienestä asti olen viihtynyt vedessä, ja kun vanhempieni mielestä tuli oikea aika löytää minulle urheilulaji niille ei jäänyt hirveästi miettimisen varaa mihin lajiin tulen päätymään. Mutta kaikki alkoi uinnista, olin kuitenkin aina ollut todella energinen ja peloton lapsi ja aika nopeasti laji alkoi käymään minulle liian tylsäksi, joten minulle alettiin etsimään seuraavaa urheilulajia. Kun käytiin vanhempieni kanssa Mäkelänrinteen uimahallissa uimassa näin uimahyppääjiä treenaamassa ja äitini huomasi heti kuinka kiinnostuneena katson niitä, ja ilmoitti minut alkeishyppykoulun testipäivään. Minusta heti pystyi huomaamaan, että tässä lajissa viihdyn tosi hyvin ja sitten se olikin ihan luonnollinen valinta jatkaa uimahyppyä.

Miksi juuri uimahyppy: Uimahyppy on niin monipuolinen laji, että siinä pakostakin joutuu haastamaan itseään päivästä toiseen ja oppia onnistumisten sekä epäonnistumisten kautta. Minun yksi lempifiiliksestä on ylivoimaisesti se, kun pääsee tekemään uusia vaikeampia hyppyjä ja varsinkin se, kun niissä onnistuu.

Parhaat ominaisuudet: sinnikkyys ja positiivisuus.

Parhaat kokemukset lajin parissa: Yksi mieleenpainuvimpia ja parhaimpia kokemuksia, jota tulen varmasti vielä muistelemaan myöhemminkin on vuoden 2024 PM-kilpailut Ruotsissa. Niistä jäi todella onnistunut kisa kuin myös muisto parhaimmasta kisareissusta. Myös vahvasti mieleen tulee jäämään se, kuinka osasin valmentajani kanssa hyvin hyödyntää vuoden 2023 loukkaantumista. Loukkaantumisen aikana monen osa-alueen treenaaminen jäi kokonaan pois, joka sitten auttaa huomaamaan ja tekemään niitä asioita mitä ei normaalisti tulisi tehtyä. Minun kohdallani se toimi paremmin kuin hyvin. Pääsin nopeasti kuntoutuksen jälkeen takaisin lajin pariin entistä parempana ja psyykkisesti vahvempana. Sain hypyt takaisin sekä pääsin kehittämään tosi nopeasti uusia ja vaikeampia hyppyjä entistä motivoituneempana.

Ensimmäinen kilpailu: Tiirujen kevätkilpailu 2017

Ensimmäinen kv kilpailu: Gamma cup 2018, Tukholma.

Parhaat saavutukset:

Kansallinen taso: Nuorten Suomen mestari 1m, 2022

Kansainvälinen taso: Nuorten Pohjoismaiden mestari 3m, 2024

Tavoitteet uimahyppääjänä: Tavoitteenani on haastaa itseäni ja sen kautta nähdä mihin kaikkeen pystyn. Suurimpia unelmiani olisi saavuttaa aikuisten EM- ja MM-kilpailut sekä olympialaiset ja sen eteen olen valmis tekemään kaikkeni.