



Koripalloilu Pyrinnössä

Tietoa pelaajille, valmentajille ja vanhemmille

Tampereen Pyrintö on toiminut koripalloseurana jo yli 60 vuotta. Tähän aikaan sisältyy runsaasti menestystä ja huippuhetkiä niin miesten, naisten kuin juniorienkin parissa.

Pyrinnön koripalloilun painopiste on junioritoiminnassa, josta löytyy ikäkausijoukkueita sekä tytöille että pojille. Alueellisen toiminnan lisäksi useita joukkueitamme osallistui viime kaudella juniorien valtakunnallisiin sarjoihin.

Kaudella 2011-2012 miesten edustusjoukkueemme pelaa SM-sarjassa ja naisten edustusjoukkueemme I-divisioonassa.



Koripallotoiminnan laatuun panostetaan Pyrinnössä tulevinakin vuosina voimakkaasti. Tähän tarvitaan seurajohdon lisäksi hyviä valmentajia, innokkaita pelaajia ja aktiivisia vanhempia.

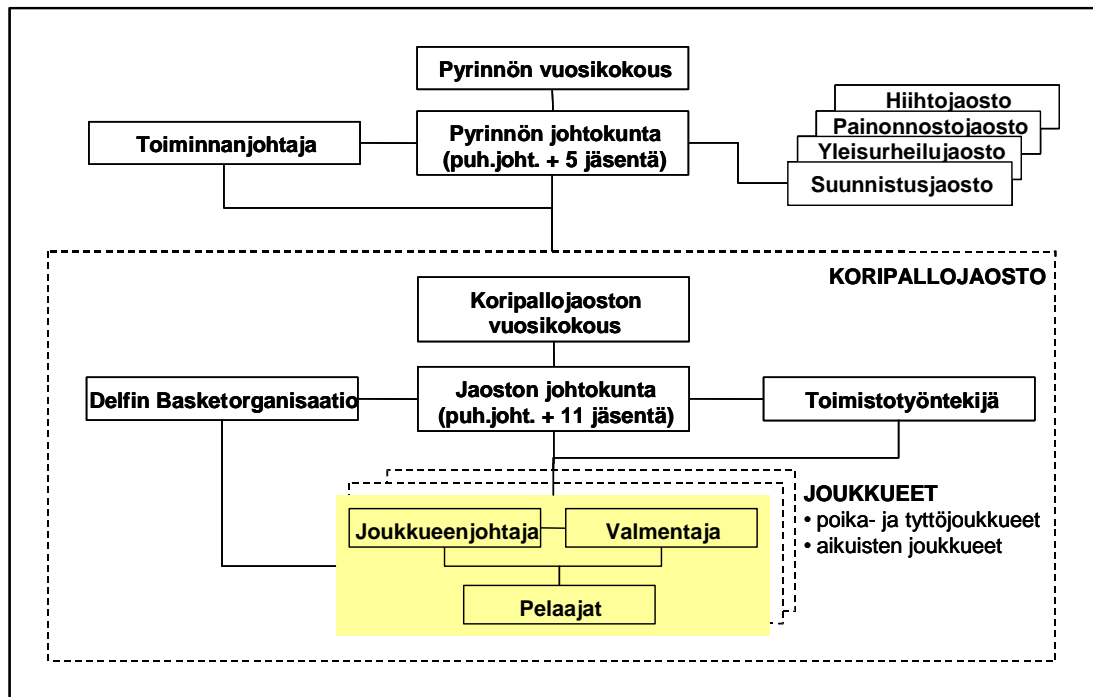
Mukavia elämyksiä hyvän harrastuksen parissa !

Sisältö

Koripallotoiminnan organisointi Pyrinnössä	2
Perustietoa koripalloilusta	3
Koripalloilun harrastaminen Pyrinnössä	4
Aikuisten tehtävät joukkueessa	6
Maksut	8
Koripallolisenssi	10
Vakuutukset	10
Delfin Basket turnaus	11
Puhelinnumeroita	12
Lisätietoja	12

Koripallotoiminnan organisointi Pyrinnössä

Tampereen Pyrintö on organisaationa jaettu cheerleading-, hiihto-, koripallo-, mäkihyppy-, painonnosto-, suunnistus- ja yleisurheilujaostoihin. Koripallojaostossa ylintä päätäntävaltaa käyttää jaoston johtokunta, mutta suuri osa käytännön asioista on jätetty kunkin joukkueen päätettäväksi ja hoidettavaksi. Joukkueeseen kuuluvat pelaajat, valmentaja(t), joukkueenjohtaja sekä mahdollisesti huoltaja ja rahastonhoitaja.



Tampereen Pyrintöön organisaatio

Joukkueen toiminta rakentuu talkootyön varaan. Valmentajille ei makseta palkkaa, ainoastaan matka- ym. kuluja korvataan jossain määrin. Joukkueenjohtajakaan ei ole palkattu toimihenkilö, vaan tavallisesti joku vanhemmista, joka on ottanut hoitaakseen joukkueen juoksevat asiat. Tämän vuoksi pelaajien vanhemmat ovat tärkeässä asemassa joukkueen toiminnassa: kuljetuksiin, toimitsijatehtäviin, puffetin pitämiseen ja mm. varainhankintaan tarvitaan tekijöitä. Joukkueenjohtajan, valmentajien ja vanhempien tehtävistä kerrotaan tarkemmin sivulta 6 alkaen.

Perustietoa koripalloilusta

Pelin tarkoitus ja tärkeimmät säännöt

Koripallopelissä on yhtä aikaa kentällä kaksi 5-henkistä joukkuetta, jotka yrittävät saada pallon vastustajan koriin ja estää vastustajaa tekemästä koreja. Joukkue voi käyttää ottelussa enintään 12 pelaajaa, joista siis viisi on kerrallaan kentällä ja loput vaihtopelaajia. Pelissä on 4 erää, joista kukin kestää 10 minuuttia (mineillä ja mikroilla 8 minuuttia).



Ottelun voittaa se joukkue, jolla pelin päätyttyä on enemmän pisteitä. Tasatilanteessa pelataan viiden minuutin jatkoerä (tarvittaessa useita) voittajan selvittämiseksi.

Tehdystä korista joukkue saa kaksi pistettä. Ns. kolmen pisteen viivan takaa heitetyistä korista saa kolme pistettä (ei mineillä eikä mikroilla). Vastustajan sääntörikkeiden seurauksena pelaaja voi saada 1-3 vapaaheittoa, joista kustakin saa onnistuessaan yhden pisteen.

Pallo kädessä ei saa kävellä, vaan sitä pitää heittää, lyödä, vierittää tai kuljettaa. Kuljetus tapahtuu tavallisesti pomputtamalla palloa lattiaa vasten. Kuljetus päättyy, kun pelaaja ottaa pallon kahteen käteen tai kannattelee sitä kädellään. Kun kuljetus on päättynyt, sitä ei enää saa aloittaa uudelleen.

Sääntöjenvastaisesta vastustajan koskettamisesta erotuomari voi tuomita pelaajalle virheen. Jos pelaaja saa viisi virhettä, hän ei saa enää pelata kyseisessä ottelussa, vaan "joutuu suihkuun".

Kun joukkue saa pallon haltuunsa, sillä on aikaa 8 sekuntia viedä se vastustajan kenttäpuoliskolle ja 24 sekuntia yrittää koriinheittoa. Kun pallo on viety yli puolenkentän, sitä ei saa enää palauttaa omalle kenttäpuoliskolle. Korin lähellä on lattiaan merkitty ns. kolmen sekunnin alue, jolla hyökkääjä saa olla yhtäjaksoisesti korkeintaan 3 sekuntia.

Kummallakin joukkueella on käytettävissä (esim. ohjeiden antamiseen pelaajille) ensimmäisellä puoliajalla (erät 1 ja 2) kaksi minuutin pituista aikalisää ja toisella puoliajalla (erät 3 ja 4) kolme minuutin pituista aikalisää.

Fyysinen kehittävyys

Koripallo on liikunnallisesti erittäin monipuolinen urheilulaji. Se kehittää pelaajan nopeutta, voimaa ja kestävyyttä, ketteryyttä, notkeutta ja vartalon koordinaatiota sekä rytmitajua, jota tarvitaan muun muassa kuljetuksessa ja erilaisissa vastustajan harhautusliikkeissä. Pituudesta on koripalloilussa hyötyä etenkin juniorien vanhimmissa ikäluokissa ja aikuisiässä, mutta lyhyestäkin pelaajasta voi kehittyä huipputason koripalloilija.

Koripallo on joukkuepeli !

Koripallon pelaaminen perustuu joukkueen yhteiseen suoritukseen. Myös harjoittelu edellyttää, että toimitaan yhdessä ja otetaan joukkueoverit huomioon. Näin ollen koripalloilu lisää pelaajien sosiaalisia valmiuksia sekä muiden pelaajien kunnioittamista. Koripallo on myös eräs taktisimmista joukkuepallopeleistä. Tämän vuoksi sen pelaaminen edellyttää ja kehittää mm. keskittymiskykyä ja ns. peliälyä.

Koripalloilussa tarvittavat varusteet

Koripalloilussa tullaan toimeen varsin vähillä varusteilla. Tosin niihinkin saa rahaa kulumaan runsaasti, jos hankkii kaiken kalleimmasta päästä. Seuraavassa lista tarvittavista varusteista ja karkea hinta-arvio

- urheilushortsit (10-25 €)
- T-paita (10-15 €)
- koripallokengät (50-150 €)
- pelisukkia (10 €)
- varustekassi (15-25 €)
- pallo (15-40 €)
(kysy valmentajalta minkä kokoinen pallo tarvitaan)
- juomapullo (4 €)
- verryttelyasu (30-60 €)
(tarvitaan, jos joukkueella ulkoarjoituksia)
- peliasu (60-100 €)
(joukkue hoitaa hankinnan)
- mahdollinen lämmittelyasu (50-60 €)

Koripalloilun harrastaminen Pyrinnössä

Joukkueet ja ikäluokat

Pyrinnössä on sekä tyttö- että poikajoukkueita, joiden ikäraajat vaihtuvat vuosittain syntymävuoden mukaan. Seuraavassa ikäluokkakajako kuluvalle kaudella

IKÄLUOKKA	PELAAJIEN IKÄ
A-juniorit	16-18 v
B-juniorit	14-15 v
C-juniorit	12-13 v
Minit	10-11 v
Mikrot	9 v ja nuoremmat



Ikäluokat koripalloilussa

Harjoitukset

Koripallojoukkueet harjoittelevat ikäluokasta riippuen 2-4 kertaa viikossa, 1-1,5 tuntia kerrallaan. Harjoitukset voivat olla fyysisesti varsin rasittavia. Tämän vuoksi on huolehdittava, että harjoituspäivänä on ruokailtu normaalisti, ei kuitenkaan raskasta ateriaa alle tuntia ennen harjoituksen alkamista.

Harjoitukseen on tultava niin ajoissa, että valmentaja voi käynnistää harjoittelun heti kun salivuoro alkaa.

Ottelut

Harjoitusotteluja toisia joukkueita vastaan pelataan sen verran kuin valmentaja katsoo tarpeelliseksi. Lisäksi osallistutaan Koripalloliiton järjestämään sarjatoimintaan, jolloin varsinaisia sarjaotteluja pelataan 10-20 kpl kaudessa. Koska kyseessä on joukkuelaji, pelaajien on osallistuttava myös vieraspeleihin, jotka vaativat matkustamista Tampereen ulkopuolelle. Pyrintö kuuluu Koripalloliiton läntiselle alueelle, jolloin ottelumatkat voivat suuntautua Pirkanmaan lisäksi mm. Uuteenkaupunkiin, Poriin, Turkuun, Saloon ja Forssaan. Nuorimmat ikäluokat eivät välttämättä osallistu liiton sarjatoimintaan, jos joukkueessa on niin päätetty.

Turnaukset

Yksittäisten ottelujen ohella joukkueilla on tapana osallistua kauden aikana muutamaaan Suomessa järjestettävään turnaukseen, jotka alkavat tavallisesti joko perjantaina tai lauantaina ja päättyvät sunnuntaina. Turnausmatkat ovat etenkin nuorimmille junioreille hyvin mieleenpainuvia ja ne kehittävät tehokkaasti sekä pelillisiä valmiuksia että joukkueovereitten kanssa yhdessä toimimista.

Eräs Pyrintöläisten tärkeimmistä turnauksista on vuosittain Tampereella järjestettävä Delfin Basket turnaus, josta tarkemmin jäljempänä.

Muu toiminta

Varsinaisten koripalloiluun liittyvien toimintojen lisäksi joukkueet saattavat sisällyttää toimintaansa mm. voimistelua, yleisurheilua, uintia, sählyä ja yhteistä illanviettoa esim. saunomisen merkeissä.

Aikuisten tehtävät joukkueessa

Vanhempien tehtävät

Joukkueiden toiminnan järjestelyt (pelaamista ja valmentamista lukuun ottamatta) ovat pitkälti vanhempien aktiivisuuden ja talkootyön varassa. Ikäluokasta ja toiminnasta riippuen tehtävät vaihtelevat jonkin verran joukkueittain, mutta ainakin seuraavat työt lankeavat vanhempien hoidettavaksi.

- **Pelaajien kuljettaminen harjoituksiin ja peleihin**
Huolehdi, että pelaaja on paikalla riittävän ajoissa, sovittuna aikana. Jos pelaaja ei pysty osallistumaan tiettyyn harjoitukseen tai otteluun, varmista, että hän ilmoittaa asiasta etukäteen valmentajalle.
- **Toimitsijatehtävät**
Kotiotteluissa tarvitaan kaksi toimitsijaa (kirjuri/ajanottaja).
- **Puffetin pitäminen**
Puffettimyynnillä saadaan tuloja joukkueelle esim. matkakulujen tai salivuokrien maksamiseksi. Puffettiin pitää leipoa ja tehdä esim. sämpylöitä. Lisäksi puffetissa tarvitaan myyjiä.
- **Turnausjärjestelyt**
Joukkueen järjestäessä ottelun tai turnauksen pidetään tällöin usein myös puffettia (ks. edellä). Turnauksessa on usein järjesteltävä katsomon penkkejä yms. sekä lakaistava lattiat.
- **Varainhankinta**
Joukkue voi hankkia tuloja esim. myymällä yrityksille mainoksia peliasuihin ja tekemällä erilaista talkootyötä. Näidenkin asioiden ideointi ja hoitaminen on täysin vanhempien aktiivisuuden varassa.
- **Joukkueenjohtaminen**
Joku vanhemmista ottaa ns. joukkueenjohtajan tehtävät hoitaakseen ja toimii tavallaan muiden vanhempien koordinaattorina. Joukkueenjohtajan tehtäviä on selostettu tarkemmin jäljempänä.
- **Delfin Basket –turnaus**
Aina elokuussa Tampereella järjestettävä juniorikoripalloturnaus Delfin Basket on eräänlainen Pyrinnön koripalloväen vuotuinen huipentuma. Pelaajat saavat monta hyvää ottelua, mutta vanhemmat joutuvat myös tekemään aika lailla työtä. Joukkueet, käytännössä vanhemmat, toimivat otteluissa toimitsijoina, pitävät puffettia, järjestävät koulujen luokkahuoneet majoituskuntoon, huolehtivat yövalvonnasta sekä siivouksesta turnauksen aikana ja sen päätyttyä.

Valmentajan tehtävät

- Kauden toiminnan suunnittelu yhdessä joukkueenjohtajan kanssa. Suunnitellaan mm. muodostetaanko ikäluokasta 1 vai 2 joukkuetta, mihin sarjoihin ja turnauksiin osallistutaan jne.
- Harjoitusten suunnittelu ja vetäminen.
- Harjoituspäiväkirjan pitäminen. Kirjataan milloin on harjoiteltu (ja ketkä harjoituksiin ovat osallistuneet)
- Harjoitusottelujen sopiminen. Ollaan yhteydessä saman ikäluokan joukkueiden valmentajiin ja sovitaan mahdollisia harjoitusotteluja.
- Valmentaminen otteluissa ja turnauksissa.
- Kahdenkeskinen yhteydenpito pelaajiin ja vanhempiin. Keskustellaan pelaajien ja vanhempien kanssa ko. pelaajan harjoittelusta, kehittymisestä, koulunkäynnistä sekä muista koripalloharrastukseen vaikuttavista asioista.
- Oman valmennusosaamisen kehittäminen. Osallistuminen muun muassa koripalloliiton ja Pyrinnön koripallojaoston järjestämiin koulutustilaisuuksiin.

Joukkueenjohtajan tehtävät

- Kauden toiminnan suunnittelu yhdessä valmentajan kanssa. Suunnitellaan mm. muodostetaanko ikäluokasta 1 vai 2 joukkuetta, mihin sarjoihin ja turnauksiin osallistutaan jne.
- Joukkueen budjetin laadinta. Arvioidaan joukkueen tulot ja menot sekä lasketaan mm. pelaajille tulevan joukkuemaksun suuruus.
- Vanhempainiltojen järjestäminen (1-2 kpl/kausi). Järjestetään tilaisuus, jossa kerrotaan vanhemmille joukkueen toiminnan järjestämisestä sekä mm. talousasioista ja sovitaan mm. joukkueen sisäisestä työnjaosta (kuka vastaa kuljetuksista, kuka puffetista jne.).
- Tarvikehankintojen hoitaminen. Hankitaan pöytäkirjat, huoltotarvikkeet jne.
- Tiedottaminen pelaajille ja vanhemmille. Laaditaan tiedotteita otteluista, turnauksista ja muista tapahtumista.
- Otteluiden järjestäminen. Varataan salit jaoston toimiston kautta, ilmoitetaan otteluista vastustajille ja erotuomareille, järjestetään otteluiden toimitsijat.
- Kuljetusten organisointi (tai delegointi). Järjestetään pelaajien kuljetus vieraspeleihin.
- Puffetin järjestäminen (tai delegointi). Järjestetään puffetti (kahvi, leivonnaiset, karkit, juomat) kotiturnauksiin.

- Varainhankinnan järjestäminen, tarvittaessa joukkuemaksujen kerääminen. Ideoidaan ja toteutetaan vanhempien kanssa erilaisia rahanhankkimistapoja. Mikäli tulot eivät riitä menoihin, kerätään puuttuva summa pelaajilta joukkuemaksuina.
- Jaoston kausimaksujen kerääminen. Kirjoitetaan pelaajille pankkisiirtolomakkeet kausimaksuista. Tilitetään suoritettut kausimaksut jaostolle.
- Joukkueen maksujen maksaminen.
- Pelaajalisensseistä huolehtiminen. Huolehditaan, että uudet pelaajat tietävät, miten lisenssi hankitaan Koris.netistä ja että kaikki ovat maksaneet lisenssin.
- Tulo- ja menoselvityksen antaminen koripallojaostolle kuukausittain. Laaditaan kuukausiselvitys joukkueen tuloista ja menoista. Lähetetään selvitys sekä erotuomaripalkkiokuitit jaostolle.
- Yhteydenpito koripallojaostoon. Välitetään jaoston tiedotteita pelaajille ja vanhemmille.
- Delfin-turnauksen tehtävien organisointi.

Joukkueenjohtajalle on laadittu erilliset ohjeet, jotka saat tarvittaessa joko Pyrinnön koripallojaoston toimistolta tai www-sivuilta

<http://www.tampereenpyrinto.fi/koripallo/>

Maksut

Pyrinnön jäsenmaksu

Jokainen Pyrinnössä koripalloilua harrastava on samalla seuran jäsen ja velvollinen maksamaan vuosittaisen jäsenmaksun. Jäsenyyden myötä saa Pyrinnön jäsenkortin ja sillä alennuksia tietyistä urheilu- ym. liikkeistä sekä mm. neljä kertaa vuodessa ilmestyvän Pyrintöläinen –lehden. Pelaajat maksavat seuran jäsenmaksun kausimaksun yhteydessä. Muille pyrintöläisille seura lähettää maksulapun keväällä.

Koripallojaoston kausimaksu

Kulujensa kattamiseksi jaosto kerää pelaajilta ns. kausimaksun, jonka suuruuden jaoston johtokunta päättää vuosittain ja joukkueenjohtaja ilmoittaa pelaajille/vanhemmille. Jos samasta perheestä on useampia pelaajia, vain vanhin maksaa täyden maksun. Maksun voi maksaa kahdessa yhtä suuressa erässä ja joukkueenjohtaja jakaa maksulaput pelaajille.

Mihin kausimaksurahat menevät? Kausimaksut käytetään joukkueiden sarjamaksuihin, valmentajien lisenssi-, koulutus- ja kulukorvausmenoihin sekä valmennusvastaavien korvauksiin. Lisäksi niillä maksetaan juniorien seurasiirtoja, A- ja B-ikäisten maajoukkuepelaajien leirityksiä, lomien aikaisia salivuoroja sekä juniorien SM-sarjojen kotipelien sali- ja tuomarimaksuja. Kausimaksulla katetaan myös valmentajien ja joukkueenjohtajien yhteisten tilaisuuksien kuluja, koripallojaoston kausijulkaisua ja edustusjoukkueen kiinteitä kuluja – ei pelaajien hankintaa eikä palkkioita. Kaikki pelaajat, joukkueenjohtajat ja valmentajat saavat lisäksi kausikortin miesten SM-sarjajoukkueen kotipeleihin.

Joukkuemaksu

Joukkueet vastaavat Pyrinnössä omasta toiminnastaan hyvin itsenäisesti. Käytännössä tämä tarkoittaa muun muassa sitä, että joukkueet hankkivat itse peliasut, varusteet ja tarvikkeet, järjestävät ottelut ja turnaukset, huolehtivat pelaajien kuljetusten järjestämisestä vierasotteluihin sekä vastaavat kaikista em. toiminnasta aiheutuvista kuluista, kuten salivuokrat, erotuomaripalkkiot, matkakulut sekä varuste- ja tarvikekulut. Kulujen kattamiseksi joukkueet esim. hankkivat yrityksiltä tukirahoitusta ja tekevät talkootöitä sekä tarvittaessa keräävät rahaa pelaajilta ns. joukkuemaksuna.

Joukkuemaksun suuruus riippuu mm. seuraavista seikoista

- paljonko joukkueella on harjoituksia ja otteluja kauden aikana
- osallistutaanko moniin turnauksiin
- onko joukkueella talkoo- tai mainostuloja
- kerätäänkö pelaajilta rahaa yksittäisinä maksuina (esim. turnauksien osallistumismaksut) vai maksetaanko kuluja joukkueen kassasta, johon rahaa siis pitää kerätä joukkuemaksulla

Joukkueenjohtaja laatii kauden alussa joukkueelle budjetin, jolloin selviää myös kuinka suuri joukkuemaksu pelaajilta on kerättävä menojen kattamiseksi.

Nuorimmilla junioreilla joukkuemaksu voi olla vain noin 40 euroa/kausi, mutta A- ja B-ikäisillä jopa 400 euroa/kausi.

Koripallolisenssi

Koripalloliiton sarjoissa pelaavilla on oltava ns. koripallolisenssi. Ilman maksettua, voimassa olevaa lisenssiä ei saa pelata. Lisenssi hankitaan Suomen Koripalloliiton www-palvelun (www.basket.fi) kautta osoitteesta <http://www.basket.fi/asiakaspalvelu/lisenssi/>

Kun maksat lisenssiä, muista valita seuraksi Tampereen Pyrintö. Jos otat samalla vakuutuksen, anna henkilötunnuksesi täydellisenä. Tietosi eivät muuten kirjaudu oikein.

Kysy valmentajalta tai joukkueenjohtajalta osallistuuko joukkue Koripalloliiton otteluihin ja tarvitaanko lisenssiä.

Vakuutukset

Jokaiselle pelaajalle kannattaa ottaa vakuutus, joka kattaa kilpaurheilun harjoituksissa ja otteluissa sattuneet loukkaantumiset. Esim. kotivakuutuksiin liitetyt sairauskuluvakuutukset eivät yleensä kata kilpaurheilua.

Lisenssimaksun (ks. edellä) yhteydessä on mahdollista ottaa vakuutus Koripalloliiton yhteistyökumppanina toimivalta vakuutusyhtiöltä (muista antaa täydellinen henkilötunnuksesi). Vakuutusten hinnoissa ja korvausehdoissa on melkoisia eroja, jonka vuoksi eri yhtiöiden tarjoamia vakuutuksia kannattaa vertailla.

- Selvitä mahdollisen nykyisen koti/sairauskulu tms. vakuutuksenne korvauslaajuus ja voiko sen laajentaa myös kilpaurheiluun.
- Vertaile hintoja ja korvaussummien ylärajoja ns. lisenssivakuutuksen ja muiden vaihtoehtojen välillä. Korvaussumman yläraja/vahinko olisi hyvä olla vähintään 6 000 €.

Mikäli pelaaja osallistuu ulkomailla järjestettäviin turnauksiin tai otteluihin tai harjoituksiin, on vakuutusturva syytä selvittää huolellisesti. Suomessa voimassa olevat vakuutukset eivät välttämättä riitä ollenkaan ulkomailla sattuneiden vahinkojen korvaamiseen.

Vaikka vakuutus on ehdottomasti kannattavaa ottaa, sen puuttuminen ei kuitenkaan estä pelaamista koripalloliiton sarjoissa tai muissakaan otteluissa.

Delfin Basket turnaus



Delfin Basket turnaus (<http://www.delfinbasket.com/>) on eräs Suomen suurimpia juniorikoripalloturnauksia, jonka järjestävät vuosittain elokuussa Tampereen Pyrintö ja Raholan Pyrkivä. Turnauksen tuotolla kerätään merkittävästi rahaa järjestävien seurojen junioritoimintaan.

Kunkin joukkueen tehtävänä Delfiinissä on sille määrätyn majoitus- ja/tai pelikoulun hoitaminen. Majoituskoulun hoitaminen merkitsee mm. päivä- ja yövalvonnan järjestämistä, ovien avaamista majoittujille sekä siisteyden ylläpitoa. Pelikoulusta vastaavan joukkueen on järjestettävä ottelujen toimitsijat. Koululla pidettävä puffetti kuuluu myös joukkueen tehtäviin.

Joukkueenjohtaja toimii yhteyshenkilönä joukkueen ja Delfin-organisaation välillä ja hänen tehtävänä on organisoida ja delegoida tehtävät, jotka joukkueen, käytännössä vanhempien, on hoidettava. Joukkueessa voidaan tietenkin sopia, että vanhemmista joku muu kuin joukkueenjohtaja on Delfin-turnauksen vastuuhenkilö.

Puhelinnumeroita

Pyrinnön koripallojaoston toimisto (03) 212 3666
Saila Asumaniemi, jaoston johtokunnan siht. 040 717 2151
e-mail: saila.asumaniemi@delfinbasket.com
Jarmo Hakanen, Pyrinnön toiminnanjohtaja 050 554 1358

Valmentaja: _____

Valmentaja: _____

Joukkueenjohtaja: _____

Lisätietoja

Tampereen Pyrintö / Koripallojaosto

Pyhäjärvenkatu 5 H (Klingendahl)

33200 Tampere

puhelin (03) 212 3666

fax (03) 223 1584

e-mail:

toimisto@tampereenpyrinto.fi

Pyrinnön koripallojaoston www-sivut

<http://www.tampereenpyrinto.fi/koripallo/>

Koripalloliiton www-sivut

<http://www.basket.net/>