

Eetu Karuonen

V a l m e n t a j a



uintivalmennus.com
henkinenkunto.fi
kuntoakansalle.fi



044-240 4464



coacheetu@gmail.com

Urheilu-ura

- 35-kertainen Suomenmestari rintauinnissa
- MM semifinalisti 2013
- EM finalisti 2007 ja 2014
- EM semifinalisti 2007, 2008, 2012, 2013
- Viisinkertainen Amerikan yliopistomestari
- Suomen ennätys 50m rintauinnissa edelleen voimassa

Kokemusta valmennuksesta yli 15 vuoden ajalta yksilöiden, seurojen, maajoukkueiden ja Amerikan yliopisto tasolta. Erikoisosaamista kaikessa mikä liittyy niin fyysisen kuin psyykkisen suorituskyvyn lisäämiseen, oli kyseessä sitten huippu-urheilija, kuntoilija, yrittäjä, tai työntekijä.

Valmennusura

Arabiemiirikuntien päävalmentaja 2015-2016

Vuoden pituisen komennuksen aikana valmensi kaksi uimaria Olympialaisiin, joista toinen oli Arabiemiirikuntien ensimmäinen naisurheilija Olympiakisoissa

Matti Mattssonin henkilökohtainen valmentaja

Eetun valmennuksen alla Matti edustanut suomea kaksissa MM-ksioissa, kaksissa EM-kisoissa, rikkonut 6 Suomen Ennätystä ja karsiutunut ensimmäisenä suomalaisuimarina 2020 Olympialaisiin.

Porin Uimaseuran päävalmentaja 2017-

Grand Canyon University, apuvalmentaja 2013-2015

Muuta

Vuodesta 2004 lähtien Eetu on järjestänyt satoja urheiluun liittyviä klinikoita niin uinnista, fyysisestä harjoittelusta, ravinnosta ja henkisestä valmennuksesta, järjestänyt urheiluleirejä niin aikuisille kuin lapsille, sekä valmentanut tuhansia ihmisiä yksityisesti niin verkossa kuin kasvotustenkin



Koulutus

2015-->

Ph.D in High Performance Psychology
Grand Canyon University, Phoenix

2015

Masters of Science - Psychology
Grand Canyon University, Phoenix

2013

Bachelor of Science - Exercise Physiology
Grand Canyon University, Phoenix