

Saate formaat: "Tippvormi(s)" 6x28min

Rahastaja: Kaitseministeerium

Võimalik eeter: aprill, mai 2025

Tootja: Illuminaat oü

Eesmärk ja sõnum: "Tippvormi(s)" näitab, kuidas sihikindel töö ja distsipliin võivad viia füüsilise ja vaimse tugevuse märgatava paranemiseni vaid kahe (3) kuuga. See on saade tavalistest meestest, kes teevad tõsiseid jõupingutusi, et saada paremaks versiooniks iseendast.

Saate kirjeldus: "Tippvormi(s)" on tõsielusaade, kus kaks meeskonda—tulevased ajateenijad ja praegused reservväelased—asuvad intensiivse füüsilise ja vaimse väljakutse teekonnale, et saavutada kahe kuuga tippvorm. Ühel pool koolipoisid, keda ootab ees ajateenistus ja vastasmeeskonnas reservväelased, kel tuleb ennast vormi ajada. Iga meeskonda juhendab personaaltreener, kelle ülesanne on aidata neil saavutada vajalik füüsiline vorm kehaliste katsete edukaks läbimiseks. Saade jälgib, kuidas osalejad ületavad oma füüsilisi ja vaimseid piire ning arendavad distsipliini ja vastupidavust, pannes end proovile ka võistluslikel väljakutsetel. Vaatajal on võimalus kaasa elada ja ennast samastada saates osalejatega, elada kaasa nende vaimsele ja füüsilisele kasvamisele.

Saate ülesehitus:

Avasaade - "Suur Casting ja Esimesed Sammud"

- Alustuseks korraldatakse suur casting, kus kandidaadid läbivad erinevad füüsilised katsed, et selgitada välja saatesse pääsejad.
- Saatesse pääsevad need, kes testi ei läbi, kuid see selgub peale katsete läbimist
- Saate peategelased on tavalised Eesti noormehed ja reservväelased, keda ootavad ees intensiivsed treeningud.
- Iga meeskonna treener valib oma tiimi liikmed (6–10 osalejat).
- Saates tutvustatakse igat osalejat ja nende tausta, eesmärke ning isiklikke väljakutseid.

Võimalikud treenerid - üldtuntud spordi või liikumise edendajad oma ala professionaalid, kes koos oma tiimiga asuvad tegutsema. (Erki Nool, Allar Levandi, miks mitte Anna Levandi jne)

2.-5. saade - "Treeningud ja Väljakutsed"

- **Saade 2-5** keskenduvad osalejate teekonnale ja arengule. Jälgitakse igapäevaseid treeninguid, kus osalejad teevad läbi rangeid jooksu- ja jõuharjutusi ning kuidas nad tegelevad oma füüsiliste ja vaimsete piirangutega.

- Igas saates toimub ka eriline väljakutse, kus "Poisid vs Mehed" astuvad vastamisi meeskondlikus ülesandes. Need võistlused loovad lisapinget ja panevad proovile nii füüsilise võimekuse kui ka meeskonnatööoskuse.
- Treenerid annavad osalejatele ka nõuandeid toitumise, kaalujälgimise ja elustiili muutmise kohta.

Finaalsaade - "Grande Finale ja Lõpurännak"

- Finaalis seisavad osalejad silmitsi saatesarja kõige intensiivsema väljakutsega, mis sarnaneb "lõpurännaku" formaadile, kus osalejad peavad läbima füüsilise ja vaimse katsumuse, mis ühendab kõiki õpitud oskusi ja vormi.
- Pärast lõpurännakut toimuvad lõplikud kehalised testid, et selgitada välja, kes on suutnud saavutada vajaliku füüsilise vormi ja läbinud katsed edukalt.
- Saate lõpuks selguvad võitjad ja kõige inspireerivamad edulood, tuues esile nii meeskonna kui ka individuaalse arengu.

Koostöö väeosadega

Väljakutsed saates sünnivad võimalusel koostöös Kaitseväge üksustega nende territooriumil, see annab võimaluse noortel tutvuda kaitseväge teenistuse võimalike sihtkohtadega ja saada maitset, mis neid tegelikkuses ees ootab. Lisaks pakub see väeosadele võimaluse näidata oma eripära ja spetsiifikat ja anda ülevaate meie kaitseväge erinevatest võimekustest.