

Suomen Urheilu 2021

**Yleisurheilussa
hurjaa nuorten
arvokisamenestystä**



Wilma Murto
löysi suoritusvarmuuden

Ilkka Herola
matkalla voittajaksi



- >> Mattssonin kahdeksan vuoden odotus
- >> Leijonat saa tähtisikermän Pekingiin
- >> Millainen on Kimi Räikkösen F1-perintö?

DEXAL
JOKAISEEN TREENIIN



1 tuubi =
9 L
valmista
urheilujuomaa

DEXAL
PRO HYDRATION
SUORITUSKYKYÄ JA NESTEYTYSTÄ
ILMAN KALOREITA JA SOKERIA



Helppo ja edullinen
vaihtoehto valmiille
juomille!

Tuotteet saatavilla hyvin varustelluista päivittäistavara- ja urheilukaupoista.

SEURAA MEITÄ

 dexalfinland

 Dexal Finland

Markkinoija **Oriola**

Sisältö

Pääkirjoitus	3
Olympialaisten jälkipyykki	4
Paralympialaiset	14
Yleisurheilu	16
Uinti	20
Maastohiihto	22
Yhdistetty	26
Lumilautailu	28
Ampumahiihto	30
Jalkapallo	34
Jääkiekko	38
Lentopallo	44
Koripallo	46
Pesäpallo	48
Salibandy	50
Golf	51
Ralli	52
Formula 1	54
MotoGP	56

Suomen Urheilu 2021

Toimitus:
Joel Sippola, Pasi Peltola, Juha Aaltonen

Ulkoasu ja taitto:
Petri Kuhno

Kannen kuvat: SUL

Paino: PunaMusta



Silja Kosonen.

Monipuolista menestystä ja teini-ikäisten juhlaa

Suomen olympiakomitean huippu-urheiluyksikön johtaja **Mika Lehtimäki** puhuu tässä lehdessä hyvin siitä, että tänä päivänä olympialaiset ei kerro koko totuutta suomalaisen huippu-urheilun tilasta. Olympiamitalit ovat toki edelleen tärkeitä, mutta menestyminen on niin paljon muutakin. Kun suomalaista urheiluvuotta 2021 haluaa jotenkin niputtaa yhteen, avainsana on monipuolisuus.

Olympialaisten ulkopuolella kovasta arvokisamenestyksestä vastasivat muun muassa telinevoimistelija **Emil Soravuo** MM-pronssillaan, **Ilkka Herola** yhdistetyn MM-hopeallaan ja **Ari-Pekka Liukkonen** uinnin pitkän radan Euroopan mestaruudellaan. Yleisurheilussa Suomen kolmen EM-hallimitalin saalis oli puolestaan selkeä viesti siitä, että lajissa tapahtunut hyvä kehitys näkyy kohta myös ulkoratojen arvokisamitalienkin muodossa. Yksilöurheilussa arvokisamenestykseen yllettiin myös muun muassa ammunassa, lumilautailussa ja sulkapallossa. Cheerleadingissa juhliittiin maailmanmestaruutta.

Jääkiekon NHL-liigan runkosarjassa nähtiin ennätysmäärä suomalaispelaajia. Miesten jalkapallomaajoukkue eli Huuhkajat ylsi historialliseen EM-voittoon. Futsalissa miesten maajoukkue eteni ensimmäistä kertaa lajin EM-lopputurnaukseen. Naisten jalkapallossa ja miesten koripallossa Suomi ylsi niin ikään EM-kisoihin.

Golfissa **Matilda Castren** esitti upeita otteita kansainvälisillä kentillä. Rallissa ja formuloissa **Kalle Rovannerä** ja **Valtteri Bottas** pitivät suo-

malaiset voittojen tiellä. Eräänlainen urheilun suomalaislähettiläs **Aki Ajo** voitti tallipäällikkönä kaiken mahdollisen ratamoottoripyröilyn MM-sarjassa.

Ja tuli myös sitä kansan janoamaa olympiamenestystä, kun uimari **Matti Mattsson** ja nyrkkeilijä **Mira Potkonen** pokkasivat pronssiset mitalit. Ei sovi unohtaa myöskään **Toni Piispasen** ja muiden suomalaisten paraurheilijoiden menestystä paralympialaisissa.

Esimerkkejä menneestä urheiluvuodesta on niin valtavasti, että ihan hengästyttää. Suomalais-urheilua käsitelläänkin tässä lehdessä erittäin kattavasti. Emme kuitenkaan jumiudu menneeseen, vaan katsomme tiukasti tulevaan.

Urheiluvuotta kuvaa erinomaisesti myös erittäin nuorten suomalaisurheilijoiden esiinmarssi. **Saga Vanninen, Silja Kosonen, Anton Lundell, Niilo Moilanen, Tuukka Taponen** ja **Sami Pajari** ovat vain joitain esimerkkejä jollain poikkeuksellisella tavalla sävyyttäneistä yksilöistä.

Nuorten urheilu onkin toinen tämän lehden kantava kärkiteema. **Brad Lambert** kertoo rehelliseen sävyyn, millaista on olla valokeilassa 17-vuotiaana jääkiekkoilijana. **Jarkko Finni** perkaa suomalaisten yleisurheilijoiden hurjan nuorten arvokisamenestyksen sekä esittää kovan arvion Vannisesta ja Kososesta. Seiväshyppääjä **Wilma Murto** antaa puolestaan oivallisen esimerkin siitä, kuinka entinen superlupaus voi kasvaa useiden haastavien vuosien jälkeen olympiamitalin tuntumaan.

Joel Sippola

URHEILUMENESTYSTÄ ei mitata pelkillä olympiamitaleilla

Suomen olympiajoukkue urheili Tokion kesäkisoissa raikkaalla ilmeellä, vaikka edellisen olympiadin tavoite ei täyttynytäkään. Nuorten esiinmarssi antaa hyvän selkänajan seuraavia kesäolympialaisia ajatellen. Mika Lehtimäki kuitenkin muistuttaa, että olympiamenestys ei ole enää ainut tekijä, joka mittaa suomalaisen huippu-urheilun tilaa.

Kirjoittaja: Joel Sippola



K

aava on jo erittäin tuttu ja joka toistuu aina olympialaisten yhteydessä. Kyse on tietenkin suomalaisen huippu-urheilun tilasta. On tyypillistä, että olympialaisten aikaan keskusteluun ottavat osaa myös ne tahot, jotka eivät muutoin urheilusta puhakahda.

Ehkä aiemmista vuosista poiketen Tokion olympialaisten kohdalla keskusteltiin vähemmän mitaleiden määrästä, sillä kaksi pronssia oli enemmän kuin mitä monet ennen kisoja odottivat. Suomen olympiakomitean huippu-urheiluksikön johtaja **Mika Lehtimäki** pisti Tokion aikaan kuitenkin merkille, että yhä edelleen suomalainen urheilumenestys tuntuu olevan yhtä kuin olympiamenestys.

– Välillä häiritsee, että olympialaisten aikana vedetään yhtäläisyysmerkki koko suomalaiseen huippu-urheiluun.

– Meidän (Olympiakomitean huippu-urheiluksikkö) yhtäläinen tavoitteemme olympiamenestyksen ohella on tuottaa ammattilaisia huippuliigoihin- ja sarjoihin. On ihan käänteentekevä, että meillä on Emil Ruusuvoorta, Sami Välimäkeä, Valteri Bottasta, NHL-pelaajia sekä huippuliigoissa pelaavia jalkapalloilijoita, Teemu Pukkia ja kumppaneita. Ne ovat yhtä iso osa suomalaista urheilukulttuuria siinä missä olympiamenestyskin, Lehtimäki painottaa.

Tavoitetta huonommin, ennustetta paremmin

Uimari Matti Mattssonin sekä nyrkkeilijä Mira Potkosen mitaleiden lisäksi Suomi ylsi Tokiossa kuuteen pistesijaan. Olympiakomitean tavoite talvi- ja kesäkisat käsittävälle edelliselle olympiadille oli yhteensä kymmenen mitalia, josta Suomi jäi kahden mitalisijan päähän.

– Tavoite on aina sellainen asia, joka asetetaan realistisen odotusarvon yläkattoon. Ei olekaan harvinaista, että tavoite jää saavuttamatta. Tavoitteeseen ei joka tapauksessa yletty, mutta aiemmasta parannettiin.

Lehtimäki muistuttaa, että Suomella sujui Tokiossa ennustusodotuksia paremmin.

– Ennusteeseen eli urheilijoiden lähtötasoon nähden, joukkue urheili erinomaisen hyvin. Ur-

heilijoistamme 36 prosenttia pystyi venymään ja lähes 80 prosenttia suoritti omalla tasollaan.

– Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, että olisimme tyytyväisiä kahteen mitaliin. Lähtötaso pitää olla 2024 Pariisiin olympialaisiin lähdettäessä korkeammalla, jos haluamme pärjätä Tokiota paremmin.

Ensikertalaiset säväyttivät

Tokiassa joukkueen mukana olleen Lehtimäen mieltä lämmitti suuresti ensikertalaisten vahvat esitykset. Suomen joukkueesta ensikertalaisia oli peräti 71 prosenttia.

– Kisoihin lähdettäessä hieman askarrutti, että mitenhän tämä menee. Vaikka yrittäisi kuinka valmistaa etukäteen, siitä huolimatta olympialaisten mammuttimaisuus ja sekä kisoihin liittyvä mediajulkisuus tulee ensikertalaiselle yllätyksenä. Esimerkiksi ampujat eivät joudu missään muualla sellaiseen keskiöön kuin olympialaisissa. Minua säväyttikin se, miten hyvällä ja rennolla otteella urheilijat kykenivät heittäytymään suoritukseen.

Viime vuosina monet suomalaiset nuoret urheilijat ovat ihastuttaneet kypsytyksellään ja terveellä itseluottamuksellaan. Alle parikymppiset urheilijat kertovat mediassa rohkeasti itsestään ja ajatuksistaan.

Miksi nuoret urheilijat ovat henkisesti niin valmiita?

– Kansainvälisellä tasolla keskivertoisesti pärjäävä suomalaisurheilija on aika isossa näyteikunassa meidän kokoisessa yhteiskunnassamme. Nuori urheilija kohtaa sosiaalisen median sekä joutuu käsittelemään niitä paineita, joita ympäristön mielenkiinto hänen tekemisistään kohtaan luo. Se tietysti kasvattaa ammattimaisuuteen, sillä se ei ole valinta, vaan välttämättömyys.

– Samassa hengenvedossa on todettava, että meillä on kasvavissa määrin identiteettikiirejä sekä mielenterveydellisiä haasteita. Sosiaalisen median myötä huippu-urheilija on huomattavasti herkemmin arvostelun kohdalla mitä aiemmin. Silti varmasti olympialaiset kokoavat yhteen sellaisia selviytyjiä.

Parikymppiset olympiamenestyvät

Tokiassa moni alle 25-vuotias tai sitä nuorempi urheilija erottui edukseen. Tällaisia urheilijatyypppejä olivat muun muassa skeet-ampuja Eetu Kallioinen, painija Arvi Savolainen sekä seiväshyppääjä Wilma Murto.

Lehtimäki myöntää, että Pariisia ajatellen nuorten esiinmarssi näyttää hyvältä, mutta muistuttaa huippu-urheilun kansainvälisestä trendistä. Seiväshyppääjä Armand Duplantisin ja kestävyysjuoksija Jakob Ingebrigtsenin tapaan

monissa muissakin lajeissa huiput ovat parikymppisiä urheilijoita.

– Jos katsotaan Tokion olympiamitalisteja, siellä on kokenutta kaarta, mutta myös erittäin nuorena mitalitasolle nousseita urheilijoita. Esimerkiksi painissa mitalisteista 44 prosenttia oli Arvin ikäisiä. Kun meillä puhutaan alle 25-vuotiaasta nuorena urheilijana, pitää huomioida, että maailmalla on pilvin pimein sen ikäisiä olympiamenestyjiä.

– Siinä mielessä onkin erittäin hyvä asia, että esimerkiksi Kallioinen ja Savolainen onnistuivat huikeasti, puhumattakaan moukarinheitäjä Silja Kososesta, joka on heitä muutaman vuoden nuorempi. Lisäksi on Saga Vanninen, joka voi kasvaa Pariisiin mennessä menestyjäksi, Lehtimäki viittaa 7-ottelun superlahjakkuuteen.

Palloilujoukkuetta tarvitaan

Suomen kesäolympiajoukkueen kokoonpano on ollut laskusuunnassa koko 2000-luvun ajan. Riossa urheilijoita oli 54, kun Tokiossa heitä oli enää 45. Toisaalta valintakelpoisia urheilijoita oli hieman yli 50.

– Sanoin jo ennen kisoja, että isoin pettymys ei ollut urheilijamäärä, vaan 11 lajin kirjo. Ei ollut urheilijaa esimerkiksi voimistelussa, melonnassa, beach volleyssa, soudussa tai karatessa. Meillä jäi kymmenestä sellaisesta lajista urheilija ulos, jossa olisi voinut olla edustus.

Suomessa on puhuttu jo pitkään maajoukkueisiin painottuvasta palloilulajibuumista. Jotta Suomen joukkue olisi kesäkisoissa tulevaisuudessa isompi, sinne tarvitaan jollakin aikavälillä myös palloilujoukkue.

– Ehdottomasti. Jos verrataan vaikka Ruotsiin, heillä oli Tokiossa molemmat käsipallojoukkueet ja naisten jalkapallojoukkue, joiden myötä koko joukkueen urheilijoiden lukumäärä kasvoi isoksi. Näissä isoissa globaaleissa palloilulajeissa valintasysteemi on kuitenkin sellainen, että Euroopasta on tuskaisen vaikea tie olympialaisiin. Olen ollut pitkään sitä mieltä, että kisoihin pitäisi mennä parhaat maat ilman mitään maanosakiintiötä.

– Uskon, että ilman joukkueitakin meidän pitäisi saada olympiajoukkueen koko lähemmäs 60 urheilijan suuruiseksi. Jos siitä lukemasta halutaan mennä eteenpäin, sitten se vaatii palloilujoukkuetta sisään.

Priorisointia ja keskittämistä

Millaisiin asioihin Suomen Olympiakomitea aikoo sitten jatkossa keskittyä? Lehtimäen mukaan komitean huippu-urheiluksilöllä on yhdessä koko suomalaisen huippu-urheiluväen kanssa esillä kaksi teemaa: priorisointi ja keskittäminen.

Kahdeksan urheilijaa pisteillä

3. Matti Mattsson, uinti (200 m ru)
3. Mira Potkonen, nyrkkeily (60 kg)
4. Eetu Kallioinen, ammunta (skeet)
5. Arvi Savolainen, paini (97 kg)
5. Wilma Murto, yleisurheilu (seiväs)
5. Tuula Tenkanen, purjehdus (laser radial)
8. Lassi Etelätalo, yleisurheilu (keihäs)
8. Topi Raitanen, yleisurheilu (3000 m ej)



– Priorisointi tarkoittaa sitä, että rajallinen resurssi, joka meillä on käytössä, pitää ohjata menestyspotentiaaliin. Meidän kassa ei pysty siihen, että kilpailisimme muita maita vastaan erittäin laajalla rintamalla.

Keskittäminen tarkoittaa puolestaan seuraavaa:

– Meillä on kuusi valtakunnallista keskusta, joista kaksi on olympiavalmennuskeskusta. Näihin olemme keskittäneet kaikki ammattivalmennus- ja asiantuntijapalvelut. Uskomme siihen, että pystymme nostamaan laatua valituissa keskuksissamme sekä saamaan urheilijat varhaisessa vaiheessa ammattivalmennuksen, asiantuntijaryhmän ja hyvien olosuhteiden pariin.

Lehtimäen mukaan Tokion joukkueesta yli 80 prosenttia tuli kyseisten keskusten sisäältä.

– Tietenkin järjestelmätason vaikutus vaatii sitä, että tämä toimii kymmenen vuotta tehosteusti ja laadukkaasti. Toinen aspekti on kansainvälisyys. Emme elä täällä umpiossa emmekä kuvittele osaavamme kaikkea.

Suomen olympiakomitean
huippu-urheiluyksikön
johtaja Mika Lehtimäki.

kuva: Suomen Olympiakomitea



– ”Sanoin jo ennen kisoja, että isoin pettymys ei ollut urheilijamäärä, vaan 11 lajin kirjo. Ei ollut urheilijaa esimerkiksi voimistelussa, melonnassa, beach volleyssa, soudussa tai karatessa.”

”Mahdollisuus petrata Pyeongchangin tulosta”

Kirjoittaja: Joel Sippola

■ Suomi lähtee vuoden 2022 Pekingin talviolympialaisin tavoitteella, joka on osa koko seuraavan olympiadin tavoitetta. Kyseiseen olympiadiin sisältyy myös vuonna 2024 pidettävät Pariisin kesäolympialaiset.

Edellisistä, vuonna 2018 järjestetyistä talvikisoista Suomi saavutti kuusi mitalia, joista neljä tuli maastohiihdosta, yksi lumilautailusta ja yksi jääkiekosta.

– Kahdesta seuraavasta kisasta meillä on tavoitteena yhteensä 10 mitalia ja 20 pistesijaa. Saimme nyt vuoden 2021 MM-kisoista kuusi mitalia olympialajeista, joten olemme aika samassa vauhdissa kuin neljä vuotta sitten, **Mika Lehtimäki** sanoo.

Suomen yksilöurheilun on pelätty olevan myös talvikisoissakin liikaa muutaman mitalikandidaatin varassa. Kärki on edelleen kapea, mutta **Iivo Niskasen**, **Krista Pärmäkosken** ja **Enni Rukajärven** rinnalle on tullut **Ilkka Herolan** ja **Rene Rinnekankaan** kaltaisia yksilöitä.

– Meillä on kaksi erittäin hyvää jääkiekkjoukkuetta, ja on mielenkiintoista nähdä NHL-pelaajat kisoissa. Maastohiihdossa hiihtomuodot osuvat paremmin päin kuin neljä vuotta sitten, sillä ohjelmassa on perinteisen väliaikalähtökisat sekä perinteisellä hiihdettävät parisprintit.

– Meillä on mahdollisuus petrata Pyeongchangin tulosta. Toki kymmenen mitalin kokonaistavoitteen täyttyminen nojaa enemmän siihen, että olemme Pariisissa parempia kuin Tokiossa.

www.palkintokeskus.fi

Yksilölliset mitalit, pyydä tarjous!

Pokaalit, mitalit, patsaat

PALKINTOKESKUS
puh. 020 7120 850
myynti@palkintokeskus.fi
Hippoksentie 21, 20720 Turku



Olympiasankari **Matti Mattsson** tunsi EM-kisoissa, että SE-ajasta on uitavissa sekunti pois. Glamourista kaukana oleva yksilöurheilijan arki palkittiin Tokiossa olympiapronssilla ja huippuajalla. Vuonna 2022 jälleen Japaniin tähtäävän porilaisuimarin ei tarvitse todistella kenellekään enää mitään.

Kirjoittaja: Joel Sippola
Kuva: Uimaliiton kuvagalleria

Japanilaista **Kosuke Kitajimaa** voidaan pitää rintauinnin legendana. Hän voitti vuosina 2004 ja 2008 yhteensä neljä olympiakultaa, joista kaksi hän saavutti 200 metrin rintauinnissa. Kitajiman vuodelta 2008 peräisin oleva ennätys 2.07,51 oli aikoinaan matkan ME-tulos.

– Vuonna 2008 katsoin, kun Kitajima veti hieman alle 2.08-aikoja. Tuolloin ajattelin, että pääsisinkö ikinä uimaan noin kovaa, **Matti Mattsson** kertoo.

Mattsson näytti olevan matkalla kohti kaikista kovimpia aikoja jo vuonna 2013, kun hän ui pitkän radan MM-kisoissa Barcelonassa pronssille ajalla 2.08,95. Monenlaiset vastoinkäymiset kuitenkin jarruttivat kehitystä.

Sitten tuli kevät 2021. Mattsson tempaisi Helsinki Swim Meet -tapahtumassa 0,44 sekunnin turvin kahdeksan vuotta vanhan SE-aikansa alle. Kuukausi myöhemmin pitkän radan EM-kisoissa Budapestissa suomalaisuimari paransi ennätystään kahdesti. Finaalissa Mattsson oli hienosti neljäs, mutta välierissä uitu silloinen ennätysaika 2.08,26 antoi viitteitä kovemmasta kyydistä.

– Sanoin vaimolle, että olympialaisissa ennätyksestä on otettavissa sekunti pois.

EM-kisojen oivallus osui nappiin

Toisinaan urheilijat ovat todella hyvin perillä siitä, kuinka paljon omaa ennätystä voi parantaa. Mattssonin EM-kisoista saama arvio osui Tokiossa kutakuinkin nappiin.

Mattssonin ikimuistoinen teko nähtiin loppukilpailussa, kun hän kahmaksi ennätyksestään yli sekunnin aikaan 2.07,13. Sillä lohkesi upeasti pronssia.

Olympiamitali oli luonnollisesti erittäin kova saavutus, mutta niin oli myös tapa, millä se tuli. Tuoreimmalla SE-noteerauksellaan Mattsson on 200 metrin rintauinnin kaikkien aikojen maailmantilastossa kahdeksantena. Se on äärettömän kova tempu lajissa, jossa on viimeisen viiden aikana uitu älytöntä tahtia.

Kitajiman tason saavuttamiseen suomalaiselta meni lopulta 13 vuotta. Itse asiassa entinen MEMies on puolestaan pudonnut sijalle 21, mikä kuvastaa lajin koventunutta tasoa.

– Nyt sitten ollaan hieman kovemmalla ajalla kuin Kosuke koskaan. Onhan se äärettömän hienoa, että sai ulosmitattua tuollaisen ajan. Koen silti, että vieläkin on jossain määrin mahdollisuuksia parantaa, kun saa rauhassa kehittyä ja pysyä terveenä.

Elämä ei pelkkää uintia

Terveys onkin ollut yksi niistä keskeisimmistä asioista, joilla Mattsson pääsi vaikeiden vuosien jälkeen takaisin kehityksen tielle. Vuoden 2013 jälkeen miestä vaivasivat muun muassa ruuansulatusvaivat, jotka jäivät lopulta taka-alalle muutuneen ruokavalion ansiosta.

Nuorempana Mattssonin ajatusmaailma rakentui pelkästään uinnin kautta. Nyt 28-vuotiaan miehen elämään on tullut kaivattua perspektiiviä kahden pienen lapsen myötä.

– Oivalsin, että uinti on pelkästään uintia, mikä johtuu pitkälti siitä, kun sain lapsia.

Terveysongelmista johtuen myös harjoitteluun tuli muutoksia. Vuodesta 2016 asti Mattssonia on valmentanut vanha kilpatoveri **Eetu Karvonen**.

– Jos ennen käytiin uimassa 12 kertaa viikossa, nyt käydään kuusi kertaa. Nyt on keskitytty vain

laatuun joka asiassa. Myös henkinen hyvä itseluottamus on ollut avainsana.

Treeniohjelmaan on tullut juoksua ja pyöräilyä.

– Se on hyvä, kun keho saa muutakin ärsykettä kuin uintia. Jos yrittää pudottaa painoa, se ei pelkällä uinnilla onnistu.

Arki kaukana glamourista

Yksilöurheilijan arki ei ole usein mitään juhlaa. Porissa asuvalle Mattssonille kisareissut auton rattissa ympäri Suomea ovat tuttua puuhaa. Valmistautumisen kannalta ne eivät kuitenkaan ole sieltä optimaalisimmasta päästä.

Puolestaan koronapandemian alkuaikoina tuleva olympiamitalisti joutui harjoittelemaan 7-metrisessä altaassa.

– Ei ole todellakaan ollut mitään ruusuilla tanssimista. Minullakin on ollut aika raaka tyyli, että kerran vuodessa tulos. Nyt olemme Eetun kanssa opetelleet siihen, että niitä hyviä tuloksia tulisi kauden aikana enemmän.

Seuraava kiintopiste jälleen Japanissa

Mattsson aloitti uuden harjoituskauden loka-kuun alussa. Uinnin olympiamitalistin loppukehä- ja alkusyksy meni levätessä sekä vierailemalla erilaisissa haastatteluissa ja tilaisuuksissa.

– Olihan se aika haipakkaa. Toki on ollut tietoinen valinta rakentaa omaa brändiä sekä avata omaa tarinaani yleisölle.

Juhlat on juhlittu ja työ kohti tulevia arvokisoja jatkuu. Mattssonille vuoden 2022 isoin kohokohta on toukokuussa Japanin Fukuokassa järjestettävät pitkän radan MM-kisat.

– Tokion jälkeen pidin urani pisimmän kesäloman. Kun sitten pääsin altaaseen, oli sellainen olo, että joku tässä vain kiehtoo.

Mattssonin mukaan tuleviin koitoksiin on helpompi lähteä kuin kahdeksan vuoden takaisen MM-pronssin jälkeen.

– Barcelonan jälkeen minulle tuli paljon kaikenlaista ulkoista painetta, mutta nyt minulla ei ole mitään näyttämisen tarvetta. Seuraaviin kisoihin voi lähteä paljon paremmalla fiiliksellä.

Miesten 200 metrin rintauinnin kaikkien aikojen TOP 10 pitkällä radalla

1. Anton Chupkov RUS 2.06,12 (-19)
2. Zac Stubblety-Cook AUS 2.06,28 (-21)
3. Shoma Sato JPN 2.06,40 (-21)
4. Matthew Wilson AUS 2.06,67 (-19)
4. Ippei Watanabe JPN 2.06,67 (-17)
6. Arno Kamminga NED 2.06,85 (-20)
7. Akihiro Yamaguchi JPN 2.07,01 (-12)
8. Matti Mattsson FIN 2.07,13 (-21)
9. Josh Prenot USA 2.07,17 (-16)
10. Yasuhiro Koseki JPN 2.07,18 (-17)

Mattssonin kymmenen parasta aikaa 200 metrin rintauinnissa

- 2.07,13 (-21)
- 2.08,22 (-21)
- 2.08,26 (-21)
- 2.08,43 (-21)
- 2.08,44 (-21)
- 2.08,48 (-21)
- 2.08,51 (-21)
- 2.08,95 (-13)
- 2.09,89 (-15)
- 2.09,96 (-13)



Nyrkkeily on ollut edellisissä kesäolympialaisissa Suomen suurin syömähänne. Mira Potkosen olympiaprônssin lisäksi myös Robert Heleniuksen uusi tuleminen puhuttaa. Pekka Mäki peräänkuuluttaa kovan työn teon kulttuuria nyrkkeilyyn sekä muuhun suomalaiseen urheiluun.

Kirjoittaja: Joel Sippola | Kuva: Olympiakomitea

■ – Kyllä nämä olympiamitalit ovat lajillemme tärkeitä. Kun katsotaan kaksia edellisiä kesäolympialaisia, Suomen kolmesta mitalista kaksi on ollut nyrkkeilijän tuomia. Onhan se merkki siitä, että asioita on tehty oikein, Nyrkkeilyliiton lajipäällikkö Pekka Mäki kertoo.

Sitä faktaa ei voida todellakaan sivuuttaa, ja ne molemmat nyrkkeilymitalit on tuonut Mira Potkonen, joka pokkasi 60-kiloisissa pronssimitalin sekä Rion että Tokion kesäkisoista. Hän oli 40-vuotiaana yli-ikäinen olympialaisiin, mutta sai koronapandemian takia siirrettyjen kisojen takia paikakausluvun Kansainväliseltä olympiakomitealta.

Kova tahto voittaa

Tokioon uransa päättäneen Potkosen suurimmat vahvuudet nyrkkeilijänä liittyivät tahto-ominaisuuksiin. Kovasta työnteosta ei tingitä tuumakaan.

– Miran tahto voittaa on todella iso. Hän ei mene kehään tuhlaamaan aikaa, vaikka välillä sitäkin pitää tehdä.

Mäki pääsi tutustumaan Potkoseen tarkemmin ennen olympialaisia edeltävää harjoitusleiriä.

– Nyrkkeilypiireissä monet ovat arvostelleet häntä siitä, että hän olisi teknisesti huono nyrkkeilijä. Se on kuitenkin vale. Olin positiivisesti yllättyneenä, kuinka hyvä ja monipuolinen taitotaso hänellä on.

Väkevä paluu huipulle

Vuonna 2020 suomalainen nyrkkeily oli hyvin esillä myös ammattilaispuolella, kun kokenut Robert Helenius otti teknisellä tyrmäyksellä arvokkaan voiton Adam Kownackista, joka oli WBA-liiton haastajalistalla kymmenentä. Puolalaisnyrkkeilijän jo toisen kerran voittaneen 37-vuotiaan Heleniuksen kohdalla alettiin heti ottelun jälkeen puhua jopa MM-ottelusta.

– Robertin tilannehan näyttää tällä hetkellä hyvältä. Pitää kuitenkin muistaa se, että jo maailmanmestaruusotteluun pääseminen on iso asia, vaikka tavoitteen pitäisi olla voittaminen.

Valitettavasti hänellä meni Saksassa monta vuotta erilaisiin promoottori- ja manageriintoihin sekä terveysongelmiin.

Vaikeuksien jälkeen Helenius on päässyt kuitenkin oikeanlaisessa ympäristössä hyvään fyysiseen kuntoon. Häntä valmentaa ruotsalainen Johan Lindström.

– Uskon, että mahdollisuudet MM-otteluun on olemassa, mutta ei ehkä suoraan. Saattaa olla, että Robert joutuu tekemään jonkin väliottelun. Pitää muistaa, että jokainen matsi matkalla MM-otteluun on riski. Sellaiset helpot voitot eivät auta Robertia kuitenkaan enää millään tavalla, vaan mieluummin malttaa ja odottaa.

Teurosen opeja käyttöön

Pekka Mäki sanoo, että ammattilaisnyrkkeily vaatii aina vankkaa kotimaista promootiota, joka luo nyrkkeilijöille ottelumahdollisuuksia. Tie ammattilaiskehiin vaatii siis nyrkkeilytaitojen lisäksi paljon muutakin, mutta ainakin amatööripuolella lähitulevaisuus näyttää valoisalta.

Kesällä kisatuissa alle 22-vuotiaiden EM-kisoissa Vilma Viitanen nyrkkeili W57-sarjassa hopeaa ja Pihla Kaivo-oja W54-sarjassa pronssia.

– Nuorta polvea on nousemassa, Mäki vakuuttaa.

Mäki muistuttaa, että suomalaisen nyrkkeilyn vahvuus on kova valmennusosaaminen. Suomella on 600–700 lisenssin omaavaa nyrkkeilijää, kun taas esimerkiksi Venäjällä massa on hurjasti suurempi. Osaavalla valmennuksella voidaan kuitenkin raapia pienestä porukasta arvokisamitalisteja.

Mäki toivoo, että Potkosta valmentanut Maarit Teuronen olisi mukana kehittämässä Nyrkkeilyliiton toimintaa uusimman olympiadin aikana.

– Toivon mukaan hänen opitut menetelmänsä sekä kokemuksensa saataisiin jalostettua tuleville nyrkkeilykukopuolille. Olisi hyvä, että kovan työn teon kulttuuri siirtyisi nyrkkeilyyn ja muuhunkin suomalaiseen urheiluun vielä paremmin. Kovan työn teon kulttuuri on päässyt vähän unohtumaan. Paljon suunnitellaan ja puhutaan.

Olympiafinaali nosti Kallioisen valokeilaan

Tokiossa olympiamitalista kamppailut Eetu Kallioinen nousi hetkessä urheiluväen tietoisuuteen. Nuoren skeet-ampujan nousu maailman huipulle on monen tekijän summa.

Kirjoittaja: Joel Sippola

Kuva: Ampumaurheiluliitto / Lassi Palo

Ennen Tokion olympialaisia skeet-ampuja **Eetu Kallioisen** nimi ei sanonut monelle urheilun seuraajalle yhtään mitään. Ei vaikka vuonna 1998 syntynyt ampuja oli saavuttanut toukokuussa skeet-ammunnassa EM-pronssia.

Heinäkuun 26. Tokiossa tapahtui kuitenkin merkittävä käänne, kun Kallioinen raivasi tienä myöhemmin samana päivänä käytyyn kuuden skeet-ampujan finaaliin. Siellä koko olympialaisten ajan varmasti ampunut suomalainen taisteli 28 kiekon jälkeen jopa kultamitalista, kunnes hän ampui kaksi tuplapummiä, jotka pudottivat suomalaisen neljänneksi tuloksella 36/40.

Kovaa voitontahtoa uhkuva Kallioinen oli ja on edelleen pettynyt sijoitukseensa.

– Jos katsoo pelkkää tulosta, on ihan samanlainen fiilis kuin kesälläkin. Se on vain nelossija, se ei ole voitto tai edes mitali, Kallioinen muistelee.

– Mutta toisaalta, jos katsoo laajemmin peruskilpailua ja finaaliakin, siellä oli paljon hyvää. Peruskilpailussa kauden paras tulos oikeaan paikkaan on tietenkin hyvää tekemistä, Kallioinen myöntää.

Olympiaedustus toi tunnetuksi

Kallioisen kylmäpäinen ja lähes täydellinen suorittaminen olympialaisissa teki vaikutuksen suomalaisen urheiluyhteisöön.

– Olympialaiset on kuitenkin se yksi kilpailu, mistä kaikki puhuvat ja mitä kaikki seuraavat. Onhan se ihan eri asia sanoa jollekin, että on ol-

lut olympialaisissa kuin esimerkiksi MM-kisoissa, vaikka olympialaisiin pääseminen ei olekaan minulle sinällään mikään saavutus.

Kallioisen tarina kiinnosti hetkellisesti myös mediaa.

– Paikallislehdet kirjoittavat oikeastaan aina kaikista niistä kisoissa, missä on sattunut kilpailemaan, mutta isoimmat mediat taas eivät. Totta kai ammunnan kannalta on hyvä, että tulee julkisuutta ja nimenomaan positiivista sellaista.

Ei vaihtoehtoja

Eetu Kallioisen mukaan hän on hengittänyt lajia jo ollessaan lastenrattaissa. Kipinä ammutaan lähti isä **Tero Kallioiselta**, joka harrastaa lajia edelleen.





Eetu Kallioinen viettää ampumaradalla useita tunteja.

Nuorena mikään yksittäinen hetki tai kilpailu ei ollut ratkaisevassa roolissa siinä, miksi Kallioinen tähyää lajissa maailman parhaaksi.

– Alusta lähtien on ollut hyvin selvää, että siellä pärjätään. Ei ole ollut vaihtoehtoja. Missään vaiheessa ei ole ollut sellaista fiilistä, ettei minusta olisi ollut tähän.

Toki on olympianelosen ja aikuisten EM-kolmosen palkintokaappiin kertynyt aiemmin useita sellaisia saavutuksia, jotka lämmittävät nuoren miehen mieltä. Ensimmäisen ja toistaiseksi ainoan aikuisten Suomen mestaruutensa hän ampui vuonna 2018.

Aiemmista saavutuksista hän nostaa SM-kullan lisäksi esiin muun muassa nuorten EM-hopean vuonna 2015.

– Se nuorten mitali tuli puskesta lähes kaikille. Vaikka halusinkin pärjätä siellä, se oli silti aika outo tilanne.

Radalla vierähtää useita tunteja

Lajipiireissä Kallioinen tunnettiin aiemmin urheilijana, jolla tunne kuohahti kisoissa useasti yli. Kokemuksen myötä hän on kuitenkin oppinut kisatilanteissa hillitsemään itseään paremmin.

– Reagoin voimakkaasti siihen, jos en pärjää. Suhtautuminen ei ole kuitenkaan enää niin rajua kuin nuorempana, jolloin näkyi selvästi ulospäin, kun hermot menivät. Olen ymmärtänyt sen, mitä virheet tarkoittavat ja mitä niistä pitää oppia.

Yksi konkreettinen asia Kallioisen viimeaikaisen tulosten takana on harjoitusmäärien nostaminen. Kovimmilla harjoitusviikoilla Kallioinen ampuu käytännössä joka päivä.

– Yleensä kun radoille menee, siellä vierähtää vähintään neljä tuntia. Normaalisti radalla menee

kuusi tuntia ja parhaimmillaan jopa kymmenen tuntia.

Harjoitusviikot koostuvatkin lähes kokonaan amunnasta.

– Välillä siinä ohessa tehdään jotain kevyttä palauttavaa kävelyä, mutta ei mitään kovin raskasta. Kun harjoittelee kahdeksan tuntia päivässä amuntaa, enää illalla ei ole järkeä tehdä mitään fyysistä treeniä.

Kallioinen työskentelee liikuntaupseerina Santahaminan varuskunnassa. Se on mahdollistanut panostamisen huippu-urheiluun.

– Se on yksi isoimmista tekijöistä tässä kahden viimeisen vuoden aikana, miksi kehitystä on niin hyvin tullut. Suomessa on joitakin lajeja, jossa urheilijat pystyvät saamaan kaiken rahansa urheilemalla, mutta amunnassa se ei ole vielä mahdollista. Tässä mittakaavassa näen, että tämä on parasta, mitä voin saada.



**Arki ja huvit
kimppaan
saman
katon alle**

→ kokeilehaminaa.fi

HAMINA

MAAILMANLUOKAN PIKKUKAUPUNKI



Tampereen
Messu- ja Urheilukeskus

Tilat kaikkiin tarpeisiin

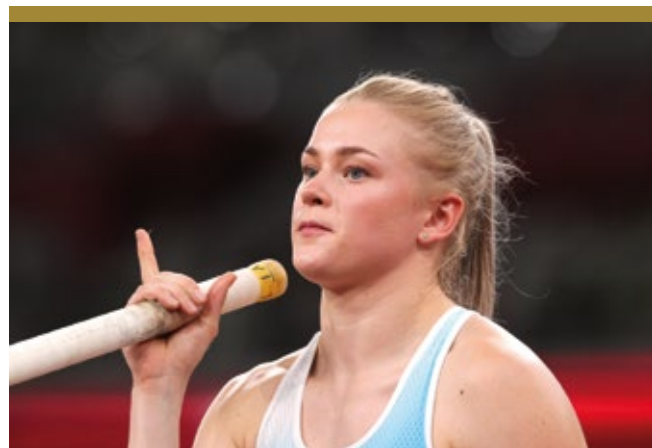
tesc.fi



**“Ylivoimaisesti
paras kauteni
koskaan”**

Kovana junioritähtenä tunnettu **Wilma Murto** on kulkenut pitkän matkan olympiavitoseksi. Nuoresta iästään huolimatta 23-vuotias seiväshyppääjä on jo kokenut arvokisakävijä. Hän kilpailee lajissa, jossa huiput edustavat kokeneinta kaartia.

Kirjoittaja: Joel Sippola
 Kuva: Jean-Pierre Durand/SUL



Wilma Murto on jo kokenut arvokisakävijä.

Eletään alkuvuotta 2016. Seiväshyppääjä **Wilma Murto** on hypännyt halleilla naisten seiväshyppyn nuorten maailmanennätyksen 471.

Talven aikana 17-vuotiaalta seiväshyppääjältä kysytään useasti tulevaisuuden suunnitelmista. Mitkä ovat tavoitteesi? Lähdetkö Rion olympialaisiin menestymään? Milloin viisi metriä ylittyy?

Mielenkiintoisin kysymys on tämä: Milloin koet olevasi urheilijana parhaimmillasi? Jo tuolloin kypsästi median edessä esiintynyt Murto arvioi, että hän on ehkä parhaimmillaan 23–26-vuotiaana.

Nyt joulukuussa 2021 voisi väittää, että Murto osui arviossaan aika hyvin nappiin. Hän oli viime kesänä Tokion olympialaisissa hienosti viides sekä paransi Kalevan kisoissa viisi ja puoli vuotta vanhaa ennätystään sentillä korkeuteen 472. Tuo kaikki tapahtui 23 vuoden iässä.

Ehkä parempi ilmaisu on se, että vuonna 1998 syntynyt urheilija alkaa nyt lähestyä uransa parhaimpia vuosia.

– Oma mielikuvani on muuttunut niin, että olen huipulla 26–30 vuoden kieppeillä. Sinne mahtuu Pariisiin sekä Los Angelesin olympialaisiin. Esimerkiksi Tokiossa finalistien keski-ikä oli 28 vuotta, Murto sanoo.

Kypsyminen vaatii aikaa

17-vuotias Murto ei välttämättä kunnolla sisäistänyt, millainen tie huipulle on. Se piti kokea omakohtaisesti.

Polulle on mahtunut muun muassa useita loukkaantumisia. Suoritukset ailahtelivat. Omasa pitkäaikaisesta ennätyksestä alkoi muodostua tietynlainen peikko.

– Viimeisen kuuden vuoden aikana olen opinut aika paljon lajista ja elämästä. Kun on 17-vuotiaana hypännyt 471, voi olla hankala nähdä, miksi urheilemisesta voisi tulla vaikeampaa. Pieni lasku tai tasaantuminen tulee väistämättä.

Toisinaan usko on ollut koetuksella.

– Kun tulostaso oli vain siinä 430:ssä ja oli hankalaa fyysisesti sekä henkisesti, mietin, että jaa, näinköhän on, etten tule enää 470:ntä hyppämään. Kyllähän ne ajatukset välillä aika alhaalla kävivät, mutta ei onneksi kovin pitkään.

Viime vuosina suomalaisessa yleisurheilussa on nähty useita esimerkkejä siitä, kuinka entiset juniorilupaukset ovat palanneet hyvälle kehitys-

tielle vaikeiden vuosien jälkeen. Murron ohella tällainen urheilija on esimerkiksi 400 metrin ajatuoksija **Viivi Lehikoinen**.

– Omasta näkökulmastani katsottuna se vaatii vain oman aikansa. Etenkin tällaisessa teknisesti todella haastavassa lajissa se kypsyminen on väistämätöntä. On enemmän erikoista ja yllättävää, että on **Armand Duplantisin** kaltaisia tapauksia, jotka pärjäävät nuorena ja jäävät huipulle.

– En usko, että nuorempana tehdään mitään kardinaalivirheitä, vaan se on oppimisprosessi.

Suoritusvarma

Murron viime kaudesta puhuttaessa olympialaisten viitossijaa sekä uutta ennätystä oleellisempi asia oli urheilijan suoritusvarmuus. **Jarno Koivusen** valmennettava hyppäsi viidesti vähintään 461 tai enemmän.

– Laskemme viiden parhaan tuloksen keskiarvoa, kun vertaamme kausia keskenään. Tämä oli ylivoimaisesti paras kauteni koskaan. Viime kesän taso olikin balsamia vanhoille haavoille, Murto iloitsee.

Seiväshyppysuorituksessa Murron suurin vahvuus liittyy vauhtijuoksuun. Viime vuosina vahvuutta on jarruttanut polvivaivat.

– Puhutaan kuopalletulosta tai maastalähdöstä, se on se valtti. Vammat ovat kuitenkin vaikuttaneet siihen, mikä näkyy tuloksissa. Terveet kaudet ovat tuoneet sen vahvuuden takaisin.

Naiseiväshyppääjäksi yli 180-senttinen Murto on todella pitkä. Se on asettanut omat haasteensa tekniikan opetteluun.

– Pitkän ajan prosessina on ollut se, että ylä- ja keskivartalon voima riittää tekniseen suorittamiseen sitten, kun jalat irtoavat maasta. Se ei ole edelleenkaan optimaalisella tasolla, mutta kuitenkin riittävällä tasolla, jotta saan juoksuvauidista hyödyn hyppyyn.

Toiseksi nuorin

Murto on 23-vuotiaaksi erittäin kokenut arvokisahyppääjä. Hänellä on takanaan kahdet olympialaiset, yhdet MM-kisat, kahdet EM-kisat sekä kolmet EM-hallit.

Nämä kokemukset alkoivat näkyä viime vuonna, kun Murto oli ensin EM-halleissa kuudes kauden parhaallaan (455) ja olympialaisissa viides. Tokiossa hän vastasi parhaimmasta suomalaisnaisyleisurheilijan sijoituksesta 25 vuoteen.

– Arvokisoissa kilpaileminen ei ollut minulle

alun perin helppoa. En saanut ulosmitattua omaa parastani, mutta nyt olen tehnyt töitä sen eteen, että pärjäisin niissä tilanteissa paremmin. Kokemus on tehnyt sen, että olen nyt enemmän kotonani arvokisakentillä.

Toisin kuin miesten puolella, naisten seiväshyppässä puhuu kokemus. Tokion mitalikolmikko **Katie Nagoette**, **Anzhelika Sidorova** ja **Holly Bradshaw** ovat kaikki 1991 syntyneitä. Samaan ikäluokkaan kuuluu seiväshyppässä lähes kaiken voittanut Kreikan **Ekaterini Stefanidi**.

– Miesten finaalisissa 1999 syntyneitä hyppääjiä oli neljä tai viisi eli todella nuorta sakkia. Ehkä siinä näkyy sukupuolten välinen ero lajissa. Naisten kehittyminen huipputasolle kestää vähän kauemmin.

– Minun nimeni on tullut esiin 17-vuotiaana, mutta harvoin tuon ikäisistä naisseiväshyppääjistä voi ennustaa mitään. Esimerkiksi minä voitin Nagoetten 2016 Timanttiligakisoissa. Hän oli silloin sellainen 450-hyppääjä.

Kiintoisa huomio on se, että viime ulkoratakauden top20-hyppääjistä suomalainen Murto oli toiseksi nuorin.

– Jos miettii seuraavia ja sitäkin seuraavia olympialaisia, todennäköisesti aika moni edellä olevistani lopettaa. He tuovat myös rauhaa tällaiselle urheilijalle, joka toivoo olevansa kärjessä. Tulee uskoa siihen, että voin olla ainakin viiden vuoden päästä samalla tasolla. En keksi, mikä esittäisi minua pääsemästä samoihin tuloksiin.

Naisten seiväshyppyn ulkoratatilaston TOP 10 vuonna 2021

1. Anzhelika Sidorova (-91) RUS, 501
2. Katie Nagoette (-91) USA, 495
3. Holly Bradshaw (-91) GBR, 490
4. Sandi Morris (-92) USA, 484
5. Nina Kennedy (-97) AUS, 482
6. Ekaterini Stefanidi (-91) GRE, 480
7. Tina Sutej (-88) SLO, 476
8. Polina Kronoz (-99) RUS, 475
9. Iryna Zhuk (-93) BLR, 474
10. Wilma Murto (-98) FIN, 472



Pitkä muutosprosessi palautti Piispanen paralympiamentestyjäksi

Uuden kelausasennon omaksunut **Toni Piispanen** kelasi vuonna 2021 upean uransa menestyksekkäimmän kauden. Suomalaistähdestä on tullut vuosien saatossa urheilija, joka ei vaadi itseltään liikoja. Uraansa luultavasti Pariisin paralympialaisiin jatkava Piispanen pitää lajinsa näkyvyyttä hyvänä, mutta löytää myös haasteita.

Kirjoittaja: Joel Sippola
Kuva: Paralympiakomitea/Kihu, Harri Kapustamäki

Ratakelaaja **Toni Piispanen** tarvitsi aikaa. Hänelle Tokion paralympialaisten siirtyminen vuodelle oli onni.

Vuonna 2018 hän kelasi T51-luokassa kaksi EM-hopeaa, mutta vuoden 2012 T51-luokan 100 metrin paralympiavoittaja koki, että jotain tarvitsisi tehdä. Mielessä jyskytti vuoden 2016 Rion paralympialaisten pettymys, kun mies jäi mitaleiden ulkopuolelle. Tuolloin harmia toi viheliäinen olkapäävamma.

Kesän 2018 jälkeen Piispanen halusi harjoitusarkeensa uudenlaista valmennusajattelua.

– Kokosin itselleni tiimin, johon tuli erilaista asiantuntijaporukkaa sekä uusi valmentaja (**Jari Nordblom**). Tiesimme jo etukäteen, että menee kauan päästä huippukuntoon.

Tekniikkamuutos vei aikansa

Vuonna 2020 paralympialaiset siirtyivät vuodelle maailmalla jyllänneen koronapandemian takia.

Piispanen suunnitelmat muuttuivat. Kisakaudella hän keskittyi testaamaan uutta kelausasentoa.



– Kehitysaskel oli kelausasennon optimointi eli voimantuoton suuntautuminen oikeaan suuntaan, mikä tarkoitti sitä tukevien fysiikkaominaisuuksien kehittämistä. Mitä matalammalla kelaa, sitä enemmän asento vaatii lihasaktiivisuutta selältä. Kun minun luokassani ei ole lihasaktiivisuutta alaselässä, se pitää kompensoida jollain toisella tavalla.

Ensimmäinen 200 metrin paralympiamitali

Merkkejä uudesta iskukyvyistä alkoi näkyä toukokuussa 2021, kun Piispanen kiihdytti Sveitsin Arbonissa luokkansa uudet SE-ajat niin satasella kuin kakkosellakin. Kesäkuussa paralympiaurheilun EM-kisoissa hän tylytteli 100 metrillä Europan mestariksi ja 200 metrillä hopealle.

Vähän ennen Tokion paralympialaisia Piispanen antoi myrskyvaroituksen kunnostaan, kun hän kelasi Jyväskylässä pidetyissä SM-kisoissa luokan uuden 200 metrin ME-ajan 36,35.

Vuosien uurastus uutta kelausasettoa silmällä pitäen sai huipennuksensa Tokiossa, missä Piis-

Jokaisessa harjoituksessa ei tarvitse tehdä maailmanennätystä. Lisäksi viimeisen kolmen vuoden aikana olen saanut rohkeutta itseni sekä oman tiimini tekemiseen.

panen paineli 200 metrillä upeasti T51-luokan voittajaksi parantaen kisaennätystä kahdella sekunnilla aikaan 36,81. Tämän lisäksi 100 metrillä suomalainen ylsi hopealle, joten paralympialaiset ja koko kesä oli miltei täydellinen.

Piispaselle 200 metrin voitto oli erityisen maukas siinä mielessä, että hänellä ei ollut ennestään lainkaan paralympiamitalia kyseiseltä matkalta.

– Vielä pari vuotta sitten viimeinen 60 metriä ei kulkenut riittävän tehokkaasti. Kakkosta harjoiteltiin kevästä lähtien todella paljon, etenkin kaarrekiikahdytyksen loppua. Tokiossa maksimivauhti olikin lähes kilometrin parempi kuin kaksi vuotta sitten Dubain MM-kisoissa.

– Kulta ja hopea ovat isoja palkintoja kolmen vuoden raatamisen jälkeen. Sitä tukevat myös 200 metrin ME ja 100 metrin SE.

Armollisempi urheilija

Esimerkiksi Lontoon paralympialaisiin verrattuna Piispanen kokee olevansa nykyään armollisempi itselleen.

– Jokaisessa harjoituksessa ei tarvitse tehdä maailmanennätystä. Lisäksi viimeisen kolmen vuoden aikana olen saanut rohkeutta niin omaan kuin tiimini tekemiseen.

45-vuotias Piispanen on saavuttanut urallaan kaikenlaista useaan kertaan. Miltä näyttää urheilu-uran jatko?

– Sitä on pohdittu paljon. Kun katsoo tätä vuotta, ikä ei näyttäisi olevan jatkossakaan este menestymiselle. Jos kaikki menee putkeen, olisi mahdollisuus kisata Pariisin paralympialaisissa 2024. Menen kuitenkin vuosi kerrallaan.

Näkyvyyttä ja haasteita

Toni Piispanen nimi on ollut urheilua seuraavalle yleisölle tuttu vuoden 2012 paralympialaisista lähtien. Googlen hakutuloksiin nähden miehestä ei ole kuitenkaan hirveästi kirjoitettu henkilötarinoita. Miten urheilija itse kokee tilanteen?

– Juttujen kirjoittelu on varmaan tasoittunut. Itse katson kriittisesti, mihin juttuihin lähden mukaan. Näen sen enemmän niin, että urheilussa henkilökuva on ylipäänsäkin nykyään vähemmän.

Jos puhutaan vielä näkyvyydestä, Piispanen ja pyörätuolikelajat pääsevät hyvin valokeilaan yleisurheilun Motonet GP-kisojen yhteydessä. Samaan aikaan viivalla on voinut olla usean eri luokan maailmanmestareita, mitä Piispanen pitää yleisön kannalta haastavana.

– Yle on ottanut viime aikoina hyvin roolia kertomalla, mihin luokkaan urheilijat kuulu-

vat sekä avaamaan luokkien eroavaisuuksia. Toisin yhä edelleen tulee kysymyksiä siitä, että miksi samassa lähdössä voi olla kolme maailmanmestaria. Siitä ihmetyksestä on päästy hyvin eteenpäin.

Paraurheilusta ei tiedetä vielä kukaan tarpeeksi

Kirjoittaja: Joel Sippola

Toni Piispanen kullaa ja yhden hopean lisäksi Suomen 16 hengen kokoinen joukkue saavutti Tokion paralympialaisista kolme muuta mitalia. Ratakelaajat **Leo-Pekka Tähti** ja **Amanda Kotaja** ylsivät hopeamitaleille T54-luokan 100 metrillä ja tuolikeihäänheitäjä **Marjaana Heikkinen** F34-luokan keihäänheitossa.

Vaikka Suomi petrasi viiden vuoden takaisen Rion kisojen kolmen mitalin saalistaan, tavoitteesta silti jäätii. Paralympiakomitean tavoite oli saada Tokiosta sekä 2018 talvikisoista yhteensä kymmenen mitalia. Koska Etelä-Koreassa pidetyistä talvikisoista mitaleita irtosi kolme, Tokiosta Suomi haki seitsemää mitalia.

Tavoitteen täyttymistä vaikeutti jo ennen kisoja hieman se, ettei ranteensa loukannut triathlonin menestystoivo **Liisa Lilja** voinut osallistua kisoihin.

– Aiemmissa kisoissa meillä on ollut yllättäjiä lähestulkoon aina. Esimerkiksi Lontoossa **Jere Forsbergin** jousiammuntavoitto oli todellinen yllätys. Sellaiseksi voi laskea myös maalipallojoukkueen turnausvoiton. Tokiossa sellaista positiivista venymistä ei kuitenkaan nähty, paralympiaurheilun lajiryhmävastaava **Kimmo Mustonen** toteaa.

Mustonen sanoo, että tulevaisuudessa keskitytään siihen, miten nuorten polku paralympialaisiin voitaisiin kehittää.

– Meidän pitää löytää potentiaalisia urheilijoita yhdessä lajiliittojen kanssa. Massoja meillä ei ole, vaan ne pitää yksinkertaisesti vain löytää. Väitän, että paraurheilusta ei tiedetä vielä kukaan tarpeeksi, jotta joka puolelta Suomea olisi mahdollisuus tulla lajiin mukaan.

Talven Pekingin paralympialaisissa Suomen joukkueessa ei nähdä edellisten kisojen hiihdon paralympiamitalistia **Ilkka Tuomistoa**, joka on lopettanut uransa. Mitaliodotukset ovat lähtökohdaisesti **Matti Suur-Hamarin** ja alppihiittäjä **Santeri Kiiverin** harteilla.

Sisäratojen EM-hopeamitalisti Lotta Kempainen voi yltää finaaliin tulevissa MM-halleissa.



Seuraavaksi satasen EM-finaaliin

Pikajuoksija Lotta Kempaisen yleisurheiluvuoteen mahtui arvokisamenestystä ja SE-talkoita, mutta myöskään haasteilta ei välttytty. 23-vuotiaalle juoksijalle jo olympialaisten valintakelpoisuus oli iso asia. Kempaisen ensi vuoden kisakalenteri on tavoitteita täynnä. EM-hopeaa. Suomen ennätys. Kova suoritustaso.

Pikajuoksija Lotta Kempaisen hallikausi oli täydellinen, jos sellaista termiä urheilussa voi ylipäänsä käyttää. Mutta täydelliseltä se ainakin vaikutti. Hän paransi kahdesti Sisko Hanhijoen vuodelta 1990 peräisin ollutta edellistä 60 metrin SE-aikaa 7,20. Jyväskylän SM-halleissa Kempainen kellotti tuoreimmaksi SE-ajaksi 7,16.

Kempaisen varmasta tuloskunnosta kertoi se, että hän tykitti seitsemän kertaa vanhan ennätöksensä (7,28) alle. Suureen urheilulleyisöön helsinkiläisjuoksija teki kuitenkin lähemmättömän vaikutuksen EM-hallien hopeamitalillaan, menestyksennälkäistä kansaa kun

olemme. Mitalihumussa vähälle huomiolle jäi se, että Kempaisesta tuli myös ensimmäinen suomalaisnainen 60 metrin EM-finaalissa sitten Heidi Hannulan 2005.

Pikajuoksun suomalaisokuva

Niin tai näin, Kempaisen EM-menestys toi virtaa jo ennestään hyvässä nosteessa olleelle suomalaiselle pikajuoksuporukalle. Ensimmäisissä aikuisten arvokisoissaan kisanneesta sprintteristä mitali tuntuu edelleen mahtavalta, vaikka kyseisistä kisoista on jo tovi vierähtänytkin.

– Aika monella se arvokisamitali on tavoitteenä, joten onhan se hienoa, että sen sai saavutettua

jo tässä kohtaa uraa. Totta kai tavoitteena on saada niitä lisää, Kempainen naurahtaa.

Vuonna 1998 syntynyttä Kempaista on pidetty yleisurheilupiireissä jo pitkään kovana sprintterilahjakkuutena, mutta lopullisen lajivalintansa hän teki vasta 2018. Nuoresta naisesta olisi voinut tulla myös ottelija.

Nyt muutaman vuoden pelkästään pikajuoksuun keskittynyt Kempainen on tiedostanut esikuvan roolinsa. Pikamatkat ovat globaalisti yleisurheilun suosituimpia lajeja. Se, kuka on maailman, maanosan tai maan nopein, kiinnostaa myös yli lajirajojen.

– Esikuvana oleminen on tosi hienoa. Jos sillä saa innostettua lisää nuoria lajin pariin, vielä parempi.

Mukava yhteishenki

Suomalaiselle yleisurheilulle EM-hallit olivat kaikkienensa onnistunut reissu. Kempainen, pituudessa pronssille yltänyt Kristian Pulli sekä korkeudessa niin ikään kolmanneksi sijoittunut Ella Junnila palauttivat suomalaisen yleisurheilun EM-hallitasolla palkintopallille 21 vuoden tauon jälkeen.

Mitaleiden lisäksi Suomen 19 urheilijan joukkue saavutti viisi pistesijaa, joten kokonaisuudes-

saan kisat menivät loistavasti. Kempainen muistele, että joukkueen tunnelma Torunissa oli hyvä, vaikkakin kisareissua sävytti koronakuplasa oleminen.

– Meillä oli tosi mukavaa pienessä hotellissamme. Hotelli oli sen verran syrjässä, että vaikka ei olisi ollut koronaa, olisimme silti olleet aika eristyksessä, Kempainen vitsaili.

– Mutta oli mukava yhteishenki, joka tuo itselleni paljon. Omassa lajissani urheilijat pääsivät vasta viimeisenä päivänä liikenteeseen, joten pääsi seuraamaan muita ja jännittämään sitä, kun itse pääsee vauhtiin.

Del Ponten esimerkki

Kempaisen hallikausi loi kovat odotukset ulkorakaudelle. Niihin hän vastasi osittain jo kauden avauksessaan Dessausissa, jossa suomalaisjuoksija kohensi aiempaa ennätystään 0,12 sekunnilla aikaan 11,33.

Rankingin kautta valintakelpoinen Kempainen näytti pääsevän Tokioon olympialaisiin, mutta kesäkuussa EM-joukkuekilpailuissa jalakaansa loukannut nainen joutui lopulta jättämään kisat väliin.

– Itselle tärkeintä oli se valintakelpoisuus, mutta Tokio ei ollut mitenkään tavoitteena. Meillä on ollut pitkän ajan tavoitteena Pariisi 2024. Olen kääntänyt asian niin, että kisoihin pääsy olisi ollut suuri onnistuminen.

Kempainen voi myös ammentaa tekemiseen uskoa Sveitsiin suunnalta. EM-halleissa suomalaista parempi oli vain sveitsiläinen **Ajla Del Ponte**, joka oli kovatasoisessa naisten 100 metrin olympiafinaalissa parhaana eurooppalaisena viides. Kempaista kaksi vuotta vanhempi sveitsiläinen juoksi kauden aikana viidesti alle 11 sekunnin, joka on myös suomalaisen pitkän ajantavoitteena.

– Tuli seurattua aika paljon Ajlan suorituksia. Hänellä oli aika lailla nappikausi.

Kempainen ei sulje pois harjoittelua ulkomaalaisten pikajuoksijoiden kanssa.

– Jos sattuu esimerkiksi sama leiripaikka, se on mahdollista. Meillä on kuitenkin Suomessa viestiprojekti, joten leireillä liikutaan pitkälti Suomen porukalla.

Arvokisapitoinen vuosi

Mervi Brandenburgin pitkäaikainen valmennettava piti kesällä tulleen loukkaantumisen takia vain viikon mittaisen ylimenokauden. Treeneissä keskitytään erityisesti nilkan ja pohkeen vahvistamiseen.

– Lisäksi meillä on valmentajan kanssa tavoitteena, että joka syksy päästäisiin aloittamaan kovemmalta tasolta mitä aiempaan syksynä. Olemme siinäkin onnistuneet.

Pikajuoksijana Kempaisen vahvin ominaisuus on räjähtävyys. Mutta miten 100 metrin ennätyksestä viilataan sadasia pois?

– Teimme lähtöön ison telinemuutoksen siihen juoksuun, missä tuli hallissa tuli Suomen

ennätys. Totta kai tarkoituksena on saada hyvä lähtö vakiinnutettua. Vahvuuteni on myös se, miten kiihdytyksestä pääsee siirtymään maksimijuoksuvaihteeseen. Heikkoudet ovat enemmän juoksun loppupuolella.

Hyvän hallijuoksijan talven tavoitteena on Belgradissa pidettävät MM-hallit. Kaksissa edellisissä kisoissa finaaliin on riittänyt 7,15 ja 7,17.

– Toivon, että pystyn parantamaan ennätystäni. Tavoitteena on mahdollisimman hyvä sijoitus.

Kempaisen ensi vuoden suunnitelmiin kuuluvat myös kesällä Eugenessa pidettävät MM-kisat sekä Münchenin EM-kisat. Sisärajojen EM-mitalistista ei ole hirveän pitkä matka ulkorajojen arvokisafinalistiksi.

– EM-tasolla on hyviä menestymisaumoja. Tavoitteena on päästä Euroopan kahdeksan parhaan joukkoon.

Suomen mitali- ja pistesijat 2021 EM-halleissa

2. Lotta Kempainen, naisten 60 m
3. Kristian Pulli, miesten pituus
3. Ella Junnila, korkeus
4. Nooralotta Neziri, 60 m aj
6. Wilma Murto, seiväs
6. Kristiina Mäkelä, 3-loikka
7. Senni Salminen, 3-loikka
8. Sara Kuivisto, 800 m



Moni nuoriso- ja liikunta-alan ammattilainen on valinnut ammatti-liitokseen Jyтын. Valitse sinäkin!



Sillä sinun työsi on tärkeä

jytyliitto.fi

Suomalaisten pistesijat 2000-luvun EM-halleissa

2000

1. Timo Aaltonen, kuula
4. Tiia Hautala, 5-ottelu
4. Wilson Kirwa, 800 m
6. Tepa Reinikainen, kuula
6. Oskari Frösen, korkeus

2002

4. Ville Tiisanoja, kuula

2005

4. Ville Tiisanoja, kuula
4. Tommi Evilä, pituus
8. Heidi Hannula, 60 m

2007

4. Robert Häggblom, kuula
6. Conny Karlsson, kuula
8. Oskari Frösen, korkeus

2009

7. Tommi Evilä, pituus
8. Juho-Matti Pimiä, pituus

2011

4. Minna Nikkanen, seiväs

2013

4. Eero Haapala, pituus
6. Tommi Evilä, pituus
8. Nooralotta Neziri, 60 m aj

2015

5. Sandra Eriksson, 3000 m
6. Nooralotta Neziri, 60 m aj
8. Kristiina Mäkelä, 3-loikka

2017

6. Minna Nikkanen, seiväs
7. Simo Lipsanen, 3-loikka
8. Wilma Murto, seiväs
8. Kristiina Mäkelä, 3-loikka

2019

4. Reetta Hurske, 60 m aj
6. Nooralotta Neziri, 60 m aj
6. Kristiina Mäkelä, 3-loikka
8. Elmo Lakka, 60 m aj

2021

2. Lotta Kempainen, 60 m aj
3. Kristian Pulli, pituus
3. Ella Junnila, korkeus
4. Nooralotta Neziri, 60 m aj
6. Wilma Murto, seiväs
6. Kristiina Mäkelä, 3-loikka
7. Senni Salminen, 3-loikka
8. Sara Kuivisto, 800 m



Seitsenottelija Saga Vanninen häikäisi alle 20-vuotiaiden EM-kisoissa ennätyspisteillään 6 271.

Onko uusi kultainen sukupolvi puskemassa esiin?

Suomalaisyleisurheilijat rohmusivat mestaruuksia, mitaleita ja pistesijoja viime kesän nuorten arvokisoista. Alle 20-vuotiaiden MM-kisoissa Suomi osui ennennäkemättömään kultasuoneen. Tuloksien takaa löytyy muun muassa suomalaisen seurakentän muutos.

Kirjoittaja: Joel Sippola

Saga Vannisen kuva: (pääkuva) SUL / Hasse Sjögren

Jarkko Finni: SUL

Yleisurheilun alle 20-vuotiaiden MM-kisoja on järjestetty vuodesta 1986 lähtien. Ennen vuotta 2021 suomalaisyleisurheilijat olivat saavuttaneet kahdeksan maailmanmestaruutta ja 33 mitalia. Naisista kultamitaliini olivat yltäneet vain keihäänheittäjät **Taina Uppa** (1994) ja **Sanni Utriainen** (2010).

Sitten tuli elokuussa pidetyt Nairobin MM-kisat. Suomalaisessa yleisurheilussa koettiin jotain ennennäkemätöntä, kun 7-ottelija **Saga Vanninen**, moukarinheittäjä **Silja Kosonen**, keihäänheittäjä **Janne Läspä**, 400 metrin aitajuoksija **Heidi Salminen** päättivät lajisuorituksensa kultamitalisteina. Saavutuksen ainutlaatuisuutta kuvastaa se, että aiemmin Suomi oli yltänyt

samoissa kisoissa maksimissaan kahteen MM-kultaan. Erinomaisen mitalipotin täydensi seiväshyppääjä **Juho Alasaari** hopeallaan.

MM-menestys oli kuitenkin vain jäävuoren huippu. Vastaavan ikäluokan EM-kisoissa Tallinnassa mitalisaldo oli niin ikään viisi, kun Vanninen, Kosonen ja **Ilona Mononen** (3000 metriä) juhlivat kultaa sekä keihäänheittäjät **Onni Ruokangas** ja **Anni-Linnea Alanen** olivat toinen ja kolmas. Mitalisaalis oli 2000-luvun kovin.

Ei nuorten kisoja ilman voittajaa, sillä alle 23-vuotiaiden EM-kisoissa **Topias Laine** palautti suomalaiset kultakantaan 12 vuoden tauon jäl-

keen. Niin ikään Tallinnassa pidetyissä kisoissa värisuoran täydensivät kiekonheittäjä **Helena Leveelahti** hopeallaan ja moukarinheittäjä **Kiira Väänänen** pronssillaan.

Poissaoloilla ei vaikutusta mitaleihin

Myös pistesijojen valossa nuoret suomalaisyleisurheilijat kilpailivat mainiosti. Esimerkiksi alle 20-vuotiaiden EM-kisojen kokonaiskertymä 66 pistettä oli 2000-luvun paras.

– Tavoittelemme toki mitaleita, mutta parempi mittari menestykselle on pistemäärä. Pistesijoja tuli niin paljon jokaiseen lajiryhmään, että se antaa kaikista parhaimman näkymän jatkoa ajatellen. Nuorten arvokisojen pistesija on riittävä osoitus potentiaalista, SUL:n valmennuksen ja koulutuksen johtaja **Jarkko Finni** sanoo.

Koropandemian takia nuorten MM-kisoista puuttuivat muun muassa Yhdysvallat, Iso-Britannia, Saksa ja Australia. Finnin mukaan Suomen mitaleihin näillä poissaoloilla ei ollut juuri vaikutusta.

Kosonen heitti moukarin nuorten ME:n 73,43 jo ennen Nairobiä. Vannisen tulos 5 997 olisi oikeuttanut 7-ottelussa mitalisijaan kaikissa 2000-luvun nuorten MM-kisoissa.

Miesten keihäessä kaikki parhaat olivat paikalla. Kisojen aikana yli kaksi sekuntia ennätystään parantanut Salminen (56,94) jäi vain 0,20 sekuntia maailmantilaston kärkiajasta.

– Alasaaren kohdalla pitää muistaa, että kaikki parhaat seiväsmiehet olivat mukana. Urheilussa on kuitenkin kyse siitä, kuka on päivän paras.

Seurakentän muutos näkyy

Finni löytää kaksi keskeistä tekijää sille, miksi suomalaisessa yleisurheilussa on tällä hetkellä kutkuttava junioribuumi. Yksi on seurakentän muuttuminen.

Finni sanoo muutoksen näkyvän nyt siinä, mistä seuroista tuoreimmat menestyjät tulevat. Laine edustaa Helsingin Kisa-Veikkoja, Vanninen Tampereen Pyrintöä ja Salminen Jyväskylän Kenttäurheilijoita.

– Isojen seurojen rooli on koko ajan entistä merkittävämpi kansallisessa urheilussa. Nuorten arvokisojen osanottajamäärissä näkyy se, että urheilijoita tulee enemmän isoista seuroista eli kaupunkialueilta.

Toinen tekijä on keskittäminen, joka puskee suomalaisessa urheilukeskuksessa vähän väliä esiin. Etenkin toisen asteen oppilaitosvaiheeseen on pyritty rakentamaan hyviä kokonaisuuksia valmennusprosesseille.

– Esimerkiksi Laine on ollut meillä Helsinki Athlete Academy -hankkeessa ammattivalmennuksessa ja erinomaisten tukipalveluiden ympäröimänä. Vanninen on puolestaan ammattivalmennuksessa Tampereella ja Läspä Kuortaneella, Finni luettelee.

Kaksi poikkeusyksilöä

Viime kesänä alle 20-vuotiaiden arvokisat koostuivat 2002–2003 syntyneistä urheilijoista. Näiden ikäluokkien ehkä kiehtovimmat suomalaisnimet ovat 18-vuotias Vanninen ja 19-vuotias Kosonen. Heistä kumpikin voitti molemmat ikäluokkansa arvokisatitellit.

Nairobiissa Vanninen jäi lähes 300 pistettä Tallinnassa ottelemastaan ennätyksestä 6 271, mutta kairasi siitä huolimatta mestaruuden. Molemmista kisoista puuttui tamperelaisen kovanorjalaisikätoveri **Henriette Jaeger**.

– Jos Jaeger olisi ollut Nairobiissa haastamassa, Vannisen pisteet olisivat olleet kovemmat. Näytti siltä, että Saga oli varmistelemassa mestaruutta. Niin ylivoimainen hän siinä kisassa oli.

Finnin mielestä Kosonen ja Vanninen ovat poikkeuksellisia tapauksia suomalaisessa yleisurheilussa.

– Tässä on kaksi sen tyyppistä urheilijaa, jotka pystyvät haastamaan aikuisurheilijoita junnusarjalaisina. Sellaisia, jotka pystyvät siihen alle parikymppisinä, meillä on erittäin vähän. **Olli-Pekka Karjalainen** tulee mieleen, mutta ei paljon muita.

Kaksikon vahvuuksia on muun muassa kova fysiikka sekä hyvät kilpailijan ominaisuudet.

– Heidän kehityksensä viittaa siihen, että kaiken jatkuessa näin hyvin, molemmat ovat matkalla aikuisten arvokisamenestyjäksi aika nopeasti. Jos tässä ei nyt ole ihan meidän **Armand Duplantisimme**, niin ainakin poikkeusurheilijat.

Suomalaiset U20 MM-mitalistit

1986

1. Petri Keskitalo, 10-ottelu

1988

3. Arto Kuusisto, 3000 m ej

1990

1. Antti Haapakoski, 110 m aj

1. Tommi Viskari, keihäs

2. Jarkko Finni, 10-ottelu

2. Katja Kilpi, korkeus

3. Jarkko Heimonen, keihäs

1992

1. Aki Parviainen, keihäs

3. Heli Tolkkinen, keihäs

1994

1. Taina Uppa, keihäs

2. Matti Närhi, keihäs

2. Heli Koivula, pituus

3. Mika Polku, korkeus

3. Ville Tiisanoja, kuula

3. Timo Sinervo, kiekko

3. Glenn Lindqvist, 10-ottelu

1996

2. Harri Haatainen, keihäs

2. Johanna Halkoaho, 7-ottelu

3. Johanna Halkoaho, pituus

1998

1. Olli-Pekka Karjalainen, moukari

1. Aki Heikkinen, 10-ottelu

2. Sini Pöyry, moukari

2. Susanna Rajamäki, 7-ottelu

3. Jaakko Ojaniemi, 10-ottelu

2000

3. Sanna Saarman, 7-ottelu

2002

3. Mika Vasara, kuula

3. Mikko Halvari, 10-ottelu

2006

2. Ari Mannio, keihäs

2010

1. Sanni Utriainen, keihäs

2016

3. Wilma Murto, seiväs

3. Alekski Jaakkola, moukari

3. Suvi Koskinen, moukari

2018

2. Helena Leveelahti, kiekko

2021

1. Saga Vanninen, 7-ottelu

1. Silja Kosonen, moukari

1. Janne Läspä, keihäs

1. Heidi Salminen, 400 m aj

2. Juho Alasaari, seiväs

Jarkko Finni.





LIUKKONEN

päätti 19 vuoden odotuksen Budapestissa

Suomalaisuimarien menestys pitkän radan EM-uinneissa kruunasi lajin viime vuosien positiivisen vireen. Uimaliiton huippu-uinnin valmennuspäällikkö uskoo Matti Mattssonin ja EM-mitalistien esimerkin innostavan uusia harrastajia uinnin pariin. Lajiväki luottaa nyt ja tulevaisuudessa siihen, että kovat treeniryhmät ja keskittäminen tuottavat tulosta.

Kirjoittaja: Joel Sippola | Kuvat: Uimaliiton kuvapankki

Suomalaiselle uinnille vuosi 2021 oli monessakin mielessä täysosuma. Uintivuosi muistetaan toki parhaiten **Matti Mattssonin** uimasta 200 metrin rintauinnin olympiaproneissa Tokiossa, mutta jo kaksi kuukautta aiemmin suomalaisella lajiväellä oli runsaasti ilonaihetta Budapestissa pidetyissä pitkän radan EM-uinneissa.

Vielä ennen kisojen päätöspäivän iltaosiota suomalaisten mitalitili oli avaamatta, kunnes 32-vuotias **Ari-Pekka Liukkonen** kauhoi 50 metrin vapaauintin Euroopan mestaruuteen ajalla 21,61. Vain hetkeä myöhemmin 22-vuotias **Ida Hulkko** tyylitteli naisten 50 metrin rintauinnissa hopealle SE-noteerauksella 30,19. Ennen jyväskyläläistä Liukkosta Suomi oli saavuttanut edellisen kerran pitkän radan Euroopan mestaruuden vuonna 2002, jolloin voittoon ylsivät **Jani Sievinen** miesten 200 metrin sekauinnissa ja **Jere Härd** 50 metrin perhosuinnissa.

Budapestin reissu oli joukkueelta kokonaisuudessaan mainio, sillä finaali paikkoja suomalaiset saavuttivat peräti kuusi. Mattsson ui 200 metrin

rintauinnissa neljänneksi, minkä lisäksi seitsemänteen sijaan ylsivät **Mimosa Jallow** 50 metrin selkäuinnissa, **Veera Kivirinta** 50 metrin rintauinnissa sekä naisten sekauintiviestijoukkue.

– Ennen EM-kisoja meillä oli useampi uimari Euroopan tilaston kymmenen parhaan joukossa, mikä oli lähtökohdana hyvä. Joukkueessa oli kokemusta sekä jo ennestään menestyneitä urheilijoita, kertoo Uimaliiton huippu-uinnin valmennuspäällikkönä kohta vuoden verran työskennellyt **Tommi Pulkkinen**.

Mattsson inhimillisti huippu-uimarin kuvaa

Mitä pitkän radan EM-menestys sitten merkitsi suomalaiselle huippu-uinnille?

– Se nosti yleisön kiinnostusta uintia kohtaan sekä lisäsi medianäkyvyyttä. Samalla odotusarvo olympiaisiin oli isompi, Pulkkinen sanoo.

Tokion olympialaiset olivat hyvää jatkumoa EM-menestykselle. Päällimmäisenä jäi totta kai mieleen Mattssonin olympiamitali, mutta porilaisen lisäksi hienosti onnistuivat myös joukkueen



Eloisa Ida Hulkko saavutti uransa ensimmäisen aikuisten arvokisamitalin.

naiset. Heistä välieriin ylsivät 100 metrin rintauinnissa alkuerissä SE-ajalla seitsemänneksi sijoittunut Hulkko sekä 50 metrin vapaauintissa **Fanny Teijonsalo**. SE-vauhdissa oli myös Jallow, joka jäi 100 metrin selkäuinnissa ensimmäisenä urheilijana välierien ulkopuolelle.

– Suomalaisessa uinnissa on ollut jo pidemmän aikaa nähtävissä, että lähestymme asioita positiivisuuden kautta. Totta kai Matin mitali kruunasi tämän vuoden.

Mattssonin ja EM-mitalistien esikuvan roolia ei sovi vähätellä, kun lapsi miettii vanhempiensa kanssa, olisiko uinnissa hänelle urheilulaji.

– Matti kertoo avoimesti, miten hän treenaa. Lisäksi hänellä on kaksi pientä lasta. Vanhemmat ovat voineet ajatella, että omalle lapselle huippu-uimarin ura on liian kovaa. Tässä Matti on inhimillistänyt sitä kuvaa, Pulkkinen viittaa Mattssonin huippu-urheilijan elämän ja lapsiarjen yhdistämiseen.

Uintikin on tiimityötä

Perusta menetykselle valetaan arjessa, jossa mukana ovat urheilija ja tämän henkilökohtainen valmentaja. Lisäksi voi etsiä yleisiä suuntaviivoja, jotka selittävät tämän hetken uintimenestyksen.

Yksi merkittävä tekijä on huippujen saaminen yhteen. Esimerkiksi Jyväskylässä on ollut jo tovin ajan **Marko Malvelan** vetämä Sprinttitalli, johon kuuluvat muun muassa Liukkonen, Jallow ja Teijonsalo. Samankaltaista toimintaa on ilmassa myös esimerkiksi Tampereella, jossa ryhmää valmentaa **Jere Jännes**.

– Tampereella aloitti tänä syksynä todella lahjakas porukka. Jos haluamme aikuishuippuja, meidän täytyy luoda olosuhteet sekä mahdollistaa se, että he pääsevät treenaamaan keskenään, Pulkkinen toteaa.

Yhteistyön lisääminen näkyy myös siinä, että pienellä paikkakunnilla oleville lahjakkaille uimareille yritetään löytää olosuhteita ja valmennusapua isoimmista seuroista. Keskittäminen on avainsana.

– Yritetään etsiä paikkoja, johon uimareita voisi pieneltä paikkakunnalta lähettää. Kun on pienempi seura, on todennäköisesti vaikeampi saada päätoimista valmentajaa. Toki voi löytyä todella hyvä valmentaja, mutta kun tietyllä tasolla mennään, olosuhteet nousevat kynnyskysymykseksi. Sitä on saatu nyt parannettua.

Uinti voidaan mieltää varhaisen erikoistumisen lajiksi, mutta Pulkkinen muistuttaa, että monipuolista liikuntaa kannattaa vaalia lapsena. Lisäksi hän

haluaa, että Uimaliitto ottaa kilpauimareiden lisäksi huomioon myös muut harrastajat.

– Meillä on mahdollisuus tehdä uinnista vieläkin hauskeempaa. Harrastaminen menee ehkä liian aikaisin liian vakavaksi. Pitäisi nähdä, että harrastuspuoli tukee myös sitä huippupolkua mahdollistamalla päätoimisten valmentajien palkkaamisen.

Suomalaisten pitkän radan EM-mitalit 2000-luvulla

- 2000:** 1. Jere Härd, 50m pu
2. Jarno Pihlava, 100m ru
- 2002:** 1. Jere Härd, 50m pu,
1. Jani Sievinen, 200m sku
- 2004:** 2. Jani Sievinen 200m sku
- 2008:** 2. Hanna-Maria Seppälä, 100m vu
- 2014:** 3. Ari-Pekka Liukkonen, 50m vu
- 2016:** 3. Jenna Laukkanen, 50m ru
2. Mimosa Jallow, 4 x 100 m sku
2. Jenna Laukkanen, 4 x 100 m sku
2. Emilia Pikkarainen, 4 x 100 m sku
2. Hanna-Maria Seppälä, 4 x 100 m sku
- 2018:** 3. Mimosa Jallow, 50m su
- 2021:** 1. Ari-Pekka Liukkonen, 50m vu
2. Ida Hulkko, 50m ru



Taktisesti etevä yleishiihtäjä haluaa malttia erävaiheessa

Viime hiihtotalven suomalaisnimi Joni Mäki puhuu rehellisen suoraan sprinttihiihdoistaan. Aika-ajoissa nopeuttaan väläyttäneelle MM-hopeamitalistille olympialaisten vapaan sprintti on kauden ykköstavoite. Pekingissä suomalaiset mieshiihtäjät tavoittelevat jälleen menestystä perinteisen parisprintissä.

Kirjoittaja: Joel Sippola
Kuva: SHL/Jesse Väänänen

Joni Mäen pitää osata malttia erähihdoissa.

Vaasalaistaustaisen maastohiihtäjä **Joni Mäen** nimi jäi viime talvena suuren suomalaisyleisön mieleen erityisesti kahdesta syystä: parisprintin MM-hopeasta sekä tapauksesta **Alexandr Bolshunov**. Jälkimmäinen näistä liittyy Lahden maailmancupin miesten viestin tapahtumiin, kun Suomen ankkurina hiihtäneelle Mäelle loppukirikamppailussa taipunut venäläistähti yritti maalisuoralla kopauttaa suomalaista sauvallaan sekä taklasi tämän maaliin päästyään.

Kyseinen tilanne oli ehkä koko hiihtokauden puhutuin episodi, jota vatvottiin julkisuudessa useita viikkoja. Tapauksen alle peittyi se,



”Vapaan sprintti on selkeästi ykköstavoite. Se on oman urani tärkeimpiä kisoja.”



että kakkossijalle hiihtäneet Mäki, **Iivo Niskanen**, **Ristomatti Hakola** ja **Perttu Hyvärinen** palauttavat Suomen miesten viestijoukkueen palkintopallille maailmancupissa yli 20 vuoden tauon jälkeen. Vähälle huomiolle jäi myös se, miten taktisesti täydellisen esityksen 26-vuotias Mäki ankkuriosuudella teki.

Hyvänä sprinttihilijänä tunnettu suomalainen pääsi hiihtämään itselleen sopivaa vauhtia peesaten koko ajan meritoituneimpia menijöitä, **Bolshunovia** ja **Sergei Ustjugovia**. Kun Bolshunov lisäsi vauhtia, omia voimavarojaan säästellyt Mäki pystyi roikkumaan perässä, kun taas Ustjugov tipahti kyydistä. Hiihto oli kuin tehty Mäelle, joka pystyi lopussa hyödyntämään suurinta vahvuuttaan eli irtiottokykyään.

– Testitulokset viittaavat siihen, että ominaisuuksillani voisi pärjätä normaalimatkoillakin. Se on jäänyt aiemmin esimerkiksi lihaskestävyydestä kiinni, mutta viime harjoituskaudella se meni hyvin eteenpäin. Siinä viestikisassa minulla ei ollut muita pelikortteja kuin pysyä mahdollisimman pitkään peesissä mukana. Tiesin, että viimeisellä kierroksella peli on auki, kun lähdetään laskemaan stadionille.

Ominaisuudet puoltavat yleishiittäjäksi

Mäkeä on pidetty erityisesti sprinttihilijatyypinä, mutta urheilija itse haluaa hyväksi yleishiittäjäksi. Etenkin viime talvi osoitti, että hänellä on nykyhiihtoon soveltuvia ominaisuuksia. Ne korostuvat erityisesti yhteislähtökisoissa, joissa ei paineta alusta asti kaasua pohjassa.

– Hapenottoni riittää normaalimatkan hiihtäjäksi. Tietysti hiihto on mennyt siihen, että tarvitsee olla suhteellisen vahva ylävartalo. Pitää olla myös aika nopeaa voimantuottoa, että hiihto on mahdollisimman taloudellista.

Mäelle kausi 2020–2021 oli läpimurto kansainväliselle tasolle. Vaikka hän oli jo aiempina vuosina ylittänyt maailmancupin sprinteissä muutaman kerran välieriin, nyt vaasalainen oli hyvillä sijoilla myös muilla matkoilla. Puolestaan kansallisissa kisoissa hän taisteli kärkisijoista myös normaalimatkoilla.

– En kestänyt aiemmin harjoittelua ja tuli sairasteltua paljon. Kun nousin A-maajoukkueeseen, kuormituksen hallinta on saatu hanksaan. On tullut hyviä peräkkäisiä harjoituskausia, mitkä ovat ruokkineet kunto-ominaisuuksia talvea ajatellen.

Kauden kohokohta oli vapaalla hiihtotavalla käydyin parisprintin MM-hopea Hakolan kanssa. Lähtökohtiin nähden mitali oli erityisen maukas, sillä finaali paikka oli lähellä kariutua Mäen kaatumiseen alkuerässä.

– Se ei ollut suoraa juoksua palkintopallille, joten se tuntui entistä maukkaammalta. Kiikkustuolissa on mukana muistella, että tuli saavutettua jotain isompaa.

Malttia erähiittoihin

Päällisin puolen onnistuneesta kaudesta jäi urheilijalle myös toivomisen varaan. Uran ensimmäinen finaali paikka sprintissä jäi haaveeksi, vaikka aika-ajoissa Mäki oli usein yksi nopeimmista.

Erävaiheessa Mäki intoutui usein vetämään porukkaa.

– Pää täytyy pitää kylmänä, kun lähtee hiihtämään erähiittoa. Menee mieluummin porukan takana kuin keulassa. Jos lähtee vetämään, lopussa irtiottokyky ei ole välttämättä niin herkällä tasolla kuin muilla kavereilla.

Mäki peräänkuuluttaakin itseltään enemmän malttia.

– Erähiittoa tuli analysoitua paljon. Mietin viime talvena, että on se perhana, kun aika-ajoissa on kolme kertaa kolmen joukossa, mutta sitten tippuu heti alkuerässä. Täytyy olla jotain omassa hiihtämisessä vikana, kun ei tule paremmin loppuun asti. Pitää luottaa lujasti oman hiihtoon viimeisellä 400 metrillä, jolloin ne sijat ratkotaan.

Kohti tuntematonta

Mäen tämän talven päätavoite on luonnollisesti Pekingin talviolympialaisissa. Koronapandemian takia tulevissa olympiamaisemissa ei järjestetty perinteisiä esikisoja.

– On tämä varmasti aika erikoinen tilanne. Yleensä vuosi ennen olympialaisia on ollut esikisat, jolloin on päässyt katsastamaan radat ja henkisestikin valmistautumaan itse kisatapahtumaan. Nyt kun ei ole hajua, millaiset maisemat odottavat, kisoihin valmistautuminen ei ole henkisesti niin helppoa kuin normaalisti.

Ongelmaan on kuitenkin yritetty etsiä helpotusta Vuokatin rullahiihtomatolta.

– Siinä menee videolla latupohja, jonka avulla suurin piirtein tietää, missä kohtaa mitään tekniikkaa pitää käyttää.

Pertsan parisprinttiin tunkua

Pekingissä Mäen henkilökohtainen päämatka on vapaan sprintti, joka on hänelle perinteistä hie-man suotuisampi tyyli. Siinä Mäki olisi tyytyväinen finaali paikkaan, joka oli vielä ennen tätä talvea jäänyt häneltä aikuisten kansainvälisellä tasolla saavuttamatta.

– Vapaan sprintti on selkeästi ykköstavoite. Se on oman urani tärkeimpiä kisoja.

Olympialaisissa Mäki haluaisi hiihtää ainakin viestin ja parisprintin, joka hiihdetään tällä kertaa perinteisellä hiihtotavalla. Suomella on molemmissa kisamuodoissa menestysauma.

Kun miesten perinteisen parisprintin oli edellisen kerran olympialaisten ohjelmassa vuonna 2014, kultaa juhlivat Iivo Niskanen ja **Sami Jauhjärvi**.

– Uskon, että tulee olemaan kova kisa molemmista viestipaikoista. Etenkin pertsan parisprintissä, jossa Iivo on muutaman mitalin ottanut. Ristomatti on ollut siinä kivenkova, ja hänen lisäksi on myös **Vuorisen Lauria** ja muita haastamassa. Mitä kovempi se joukkue on, sitä paremmat odotukset on kisa ajatellen.

Ensimmäiset takaiskut kypsyttivät teinitähdestä MM-mitalistin

Hiihdossa kohdatut vaikeudet olivat kova paikka Johanna Matintalolle, jonka ura oli nuorempana pelkkää nousukiittoa. Haasteet selättäneelle kestävyyslahjakkuudelle viime talvi merkitsi lopullista läpimurtoa. Henkilökohtaisesta arvokisamitalista haaveilevalle pertsan taitajalle Pekingin olympiaohjelma sopii mainiosti.

Kirjoittaja: Joel Sippola
Kuva: SHL/Jesse Väänänen

Johanna Matintaloa on pidetty pitkään suomalaisen maastohiihdon tulevaisuuden toivona. Sitä hän on yhä edelleen, sillä Pöytyältä kotoisin oleva urheilija täyttää joulukuussa 25 vuotta.

Vaikka Matintalo on hiihtäjäksi vielä suhteellisen nuori, toisinaan tuntuu, että hänen uransa olisi kestänyt ties kuinka kauan. Eikä kyse olla pelkästä tunteesta, sillä ensimmäisen kerran fanaattisimmat urheilun seuraajat makustelivat kyseistä nimeä jo vuonna 2011, jolloin Matintalo opittiin tuntemaan juoksijana.

Tuolloin hän juoksi sensaatiomaisesti 14-vuotiaana Kalevan kisojen 800 metrillä SM-hopealle 17-vuotiaiden SE-ajalla. Kasilla hän saavutti vuosina 2011–14 yhden mestaruuden sekä kolme muuta SM-mitalia. Ei siis ihme, että Matintalon nimi on ollut esillä niin kauan.

Herätys realismiin

Sittemmin maastohiihdon lajikseen valinnut nuori nainen tuli hiihtäjänä ensimmäisen kerran suuren yleisön tietoisuuteen viisi vuotta siten Otepäässä, kun hän hiihti perinteisellä tyylillä käydyssä kymmenen kilometrin väliaikalähtökisassa lupaavasti sijalle 11. Samana talvena hän voitti alle 23-vuotiaiden MM-kisoissa hopeaa.

Matintalo myöntää, että esitykset juoksuradalla toivat hänelle nimeä ja näkyvyyttä, mutta samalla teinimenestys kasasi painolastia. Hän oli kulkenut aiemmin vain onnistumisesta toiseen ilman sen suurempia karikoita. Hiihtoura on havahduttanut realistisempaan urheilumaailmaan.

– Olen nuoresta asti pärjännyt todella hyvin kaikessa urheilussa, missä olen kilpaillut. Siitä

ei tullut itsestäänselvyyttä, mutta kuitenkin sellainen olo, että urheilun parissa tuntuu onnistuvansa kaikessa.

– Parin onnistuneen hiihtokauden jälkeen oli pari vähän vaikeampaa kautta. Se tuntuikin henkisesti paljon kovemmalta takaiskulta, koska aiemmin urheilu-ura oli ollut pelkkää nousukiittoa. Jos ura olisi ollut jo aiemmin kuoppaisempi, uskon, että niitä vaikeuksia olisi ollut helpompi käsitellä.

Läpimurtokausi vaikeuksien jälkeen

Vuonna 2017 Otepäässä Matintalon hiihtokäytävistä oli annettu ensimmäinen merkittävä kansainvälisen tason todiste. Sitten eteen tuli mutkia.

– Kautta 2018–2019 edeltänyt harjoituskautsi oli kokonaisuudessaan epäonnistunut. Lisäksi sairastelin todella paljon, joten lähtökohdat eivät olleet kauhean hyvät. Seuraavalla kaudella alla oli hyvä harjoituskautsi, mutta kesken kauden sairastuin influenssaan. Noina kisakausina kokonaiskuormaan hallinnassa oli ongelmia.

Mennyt hiihtokausi oli monella tapaa Matintalon tähänastisen uran paras. Talven kohokohdaksi oli naisten viestistä irronnut MM-pronssi, joka oli hänelle uran ensimmäinen aikuisten arvokisamitali.

Maailmancupissa hän saavutti uransa parhaimman henkilökohtaisen sijoituksensa ollessaan viides. Uran isoimmat maailmancup-pisteet (224) kuvastivat myös kehitystä. Aiemmin hän oli saavuttanut yhden kauden aikana parhaimmillaan 49 pistettä.

– Sain todistettua itselleni, että vaikeampienkin vuosien jälkeen pystyy hiihtämään kovaa. Mi-

talin lisäksi arvostan yhtä paljon sitä, että sain ehjän kisakauden.

Oberstdorfin sprintti säväytti

Viime talvi antoi osviittaa siitä, että lahjakkaalla pertsan osaajalla on kykyjä hyväksi sprinttihiihtäjäksi. Oberstdorfin MM-kisoissa Matintalo oli kolmas sprintin karsinnassa, jonka lisäksi suomalainen johti pitkään alkueräänsä, kunnes kaatui viimeisessä laskussa.

– Ehkä aiempina vuosina räjähtävyys ja voimantuotto ovat olleet liian alhaisia sprinttiin, mutta viime kaudella ne ominaisuudet alkoivat näkyä. Oberin karsinnassa oli todella nopea ja lyhyt rata, mutta pystyin silti olemaan kolmas, vaikka rata vaati paljon sellaisia ominaisuuksia, jotka olivat minulle aiemmin selviä heikkouksia.

Ville Oksasen valmennettava on selvästi vahvempi pertsalla kuin vapaalla, joskin sekin osa-alue menee hiljalleen eteenpäin.

– Vahva pertsalla liittyy paljolti juoksutaustaan. Pertsassa jalkojen lihastyö on aika lailla juoksun kaltaista. Vapaa on joka vuosi kaiken muun ohella tärkeä kehityskohde. Emme kuitenkaan koeta sitä erillisenä kehityskohdeena, sillä on itsestään selvää, että se on suurennuslasin alla.

Pertsan kymppi päämatka

Pekingin olympialaisia silmällä pitäen Matintalo on panostanut Oksasen kanssa viime kautta enemmän pertsaan sekä ennen kaikkea tasatyöntöön.

– Lisäksi tällä harjoituskaudella on panostettu kestävyteen ja jaksamiseen, sillä olympialaisissa kisataan korkealla ja todennäköisesti aika hitaali-



la lumella. Niissä olosuhteissa korostuukin puhdas jaksaminen. Tämä on näkynyt harjoittelussa niin, että aiempiin vuosiin verrattuna ohjelmassa on ollut enemmän juoksua. Minulle juoksu on ollut toimiva harjoitusmuoto, joka on vienyt kuntoa hyvin eteenpäin.

Matintalon ohjelmassa on viime vuoden tapaan Tour de Ski, missä hän haluaa antaa näyttöjä olympialaisiin. Pekingissä hänen mielimatojaan olisivat kymmenen kilometrin pertsan väliaikalähdöllä, pertsan parisprintti sekä viesti.

– Totta kai molemmat viestikilpailut kiinnostavat. Henkilökohtaisista kisoista oma päämatka on ehdottomasti pertsan kymppi, mutta toki pitää olla kunnossa, jotta sillä matkalla on oikeutettu kisapaikkaan.

Perinteisellä hiihdeävät matkat ovat yleensä

"Toivon, että pystyisin joskus hiihtämään mitalivauhtia henkilökohtaisilla matkoilla."

olleet suomalaisnaisten suosiossa, joten esimerkiksi parisprinttiin on sopivasti tunkua. Matintalon lisäksi siihen hyviä vaihtoehtoja ovat ainakin **Krista Pärmäkoski, Kerttu Niskanen ja Jasmi Joensuu.**

– Olympialaisissa hiihdetään tänä vuonna sellaisia kisoja, jotka ovat koko joukkueemme mielimatkoja. Uskon, että se tulee lisäämään kisatilanetta entisestään.

Tulevaisuudessa esimerkiksi juuri Pertsan kymppi on sellainen matka, jossa Matintalo voi taistella kärkisijoista.

– Toivon, että pystyisin joskus hiihtämään mitalivauhtia henkilökohtaisilla matkoilla. Voi olla, että tänä talvena vauhti ei vielä riitä, mutta tulevaisuudessa se voi olla mahdollista. Ura voi jatkua lähemmäs kymmenen vuotta, joten henkilökohtainen mitali on ihan realistinen tavoite.



MULLISTAAKO HEROLA YHDISTETYN?

Henkisen tasapainon löytyminen sekä pitkäjänteinen työ toivat rentouden Ilkka Herolan hyppyyn. Alastulot ja taktiset ratkaisut ovat keskiössä MM-hopeamitalistin pyrkiessä uudelle tasolle. Löytynyt mäki-vire tarjoaa mahdollisuuden hämmentää lajia.

Kirjoittaja: Joel Sippola
Kuvat: SHL/Jesse Väänänen

Ilkka Herola on kuulunut jo vuosia yhdistetyn tasaisimpiin suorittajiin. Sitä kuvastaa muun muassa se, miten 26-vuotias urheilija on sijoittunut maailmancupin kokonaiskisassa viimeisen kuuden vuoden aikana. Sijat 10, 7, 10, 11, 8 ja 7 kertovat hyvästä suoritusvarmuudesta.

Ennen menestyksestä viime kautta Herola oli saavuttanut maailmancupissa kuusi palkintosijaa. Lahjakkaalla yhdistetyn urheilijalla oli siis jo aiemmin riittävästi kokemusta siitä, millaista on taistella kärkisijoista.

Kaikesta huolimatta aikuisten arvokisamenestys karttoi miestä pitkään. Hyppääminen ei ollut riittävän tasaista. Mutta kun varmuus löytyi, Herolalta saattoi aidosti odottaa kovia arvokisatekoja. Lopulta Oberstdorfin MM-kisoissa suomalainen lykki hopealle.

– Fyysiset ominaisuuteni eivät muuttuneet viime vuosina niin paljon, että ne olisivat rajoittaneet menestymistä. Se on kiinni nimenomaan siitä, miten potentiaalin saa ulosmitattua kilpai-

lutilanteessa. Siihen vaikuttaa paljon se, millainen mielenmaisema on jo harjoituksissa, Herola kertoo.

Henkiset lukot aukesivat

Herolan suurin haaste oli siis pitkään enemmän henkinen kuin fyysinen. Viime kaudella pitkäjänteinen työ urheilupsykologi **Terhi Lehtoviidan** kanssa alkoi vihdoinkin näkyä. Mäessä huonoja päiviä oli edellisiin kausiin verrattuna huomattavasti vähemmän.

– Henkisen kapasiteetin kasvun myötä harjoitusten laatu on parantunut ja samalla kilpaileminen on helpottunut. On pienennetty epäonnistumisen todennäköisyyttä.

Herola ja koko Suomen yhdistetyn maajoukkue ovat vuosikautia kertoneet jopa kyllästymiseen saakka, kuinka harjoittelussa on satsattu mäki-puoleen entistä enemmän. Henkisen tasapainon lisäksi myös mäkitekniikkaan liittyvä työ on alkanut tuottaa tulosta.

Vahva hyppä-vire näkyi myös viime kesä-

nä, kun Herolasta tuli 20 vuoteen ensimmäinen suomalainen, joka on voittanut yhdistetyn kesa-GP-sarjan.

– Painopistettä on siirretty kestävyysharjoittelusta enemmän mäki- taito- ja liikkuvuuspuolelle, mikä on ottanut oman aikansa. Kun muutoksen tekee, ominaisuudet eivät sormia napsauttamalla muutu.

Alastuloilla eroa entistä pienemmäksi

Hyppäämisessä Herolan konkreettinen kehityskohde on alastuloissa, joiden takia urheilija häviösi viime kaudella tärkeitä pisteitä mäkiolosuhteella.

– Suurimmaksi osaksi se on seuraus tekniikkavirheestä. Lentorata on ollut sellainen, että kummalla menetän paljon vauhtia ja nousen liian korkealle. Hyppyn lopussa tiputaan korkealta alastulorinteeseen, mikä tietenkin vaikeuttaa alastulon tekemistä.

– Esimerkiksi kesä-GP:ssä alastulo ei ollut enää mikään ongelma. Puhutaan varmaan kymmeniä minunteista ellei jopa tunneista, kun olen joutunut odottamaan lähtöviivalla starttiani sen takia, että alastulot ovat epäonnistuneet.

Letkajenkkaa

Siinä missä hyppääminen on ailahdellut, Herolan hiihto on ollut vuosikaudet taattua laatua. Mäkipainotuksesta huolimatta suurin osa harjoitustunneista on pyhitetty kestävyysharjoitteluun.

– Viime vuosina ajankäyttöinen suhde ei ole hirveästi muuttunut, vaikka painopistettä onkin siirretty. Hiihdon suhteen painopistettä on siirretty peruskuntoharjoittelusta enemmän kehittäviin nopeus- ja tehoharjoituksiin. Hiihtovauhti

on edelleen parantunut, mikä voi osaltaan selittyä sillä, että kestävyysurheilussa ollaan parhaimmillaan 25-vuotiaasta eteenpäin.

Yhdistetty on muuttunut lajina paljon siitä, kun **Hannu Manninen** ja **Felix Gottwald** runnoivat 3–4 minuutin takaa voittoon. Esimerkiksi kisamuodot ja rataprofiilit ovat muuttuneet.

Viime kaudella yhdistetyn parhaimman hiihtäjän palkinnon vienyt Herola muistuttaa, että hiihtämisellä ei voi erottua samalla tavalla kuin aikoinaan. Hiihto-osuuksista on tullut enemmän letkajenkkaa, jolloin hieman heikompi hiihtäjä voi poimia lopuksi marjat.

– Se on niin iso etu, kun pääsee peesissä tulemaan. Käy helposti niin, että kova hiihtäjä tekee fyysisesti paljon enemmän töitä kuin muut, mutta ei pääse kuitenkaan hyötymään siitä.

Mullistaako Herola lajia?

Herola on MM-hopeamitalisti, jolta puuttui ainakin vielä ennen tätä kautta maailmancupin osakilpailuvoitto. Lisäksi hänen pitkäaikainen tavoitteensa on yltyä maailmancupin kokonaiskisassa kolmen joukkoon. Jotta nuo tavoitteet täytyisivät, hän tarvitsee hyvän hyppäämisen ja kovan hiihtovauhdin lisäksi taktiikkaa.

Kun puhutaan taktiikasta, Herola kokee vahvuudekseen sen, että hänellä on kapasiteettia monenlaisiin hiihto-osuuksiin.

– Jos eroa pitää ottaa paljon kiinni, olen oppinut hyvin tarkasti säätämään oman maksimin. Toisaalta vaikka olen tullut 9,5 kilometriä minuutin kovempaa kuin muut, olen silti pystynyt tekemään kohtuullisen hyvän loppukirin, kuten viime MM-kisoissa.

Kärkitaistelua ajatellen Herolan paras ase on pitkä kiri.

– Mitä pidempi työpätkä ladulla on, sitä parempi se on minulle, jos pääsen tuoreena hiihtämään. Vahvuuksiini kuuluvat myös raskaat loppusuorat. Esimerkiksi Rukalla on tosi tiukka puolen minuutin nousu, jota seuraa loppusuora, joka on sekini loiva ylämäki.

Herolan parantunut hyppääminen yhdistetyn hurjaan hiihtovauhtiin tarjoaa mielenkiintoisen mahdollisuuden. Jos suomalainen pääsee lähtemään mäkiolosuuden jälkeen ladulle kärjestä, voisiko hän yrittää karata omille teilleen pitämällä kovaa matkavauhtia?

– Tällaisia on joskus ollut, mutta ne ovat harvinaisia tapauksia. Muistaakseni muutama vuosi sitten Lillehammerissa **Fabian Riessle** voitti mäkiolosuuden ja hiihti voittoon minuutin erolla.

– Minun kohdallani se on realistista, jos pystyn tällä tasolla hyppäämään. Mikäli pääsen kolmen parhaan joukosta hiihtämään, ei minun tarvitse jäädä ketään odottamaan, varsinkaan silloin, jos on rapsakka latuprofiili. Voin hoitaa homman niin, että kaverit tippuvat matkan aikana.

Siinä on lueteltuna eväät, joiden avulla Herola voi seuraavaksi kasvaa voittajaksi.

Ilkka Herolan suurin vahvuus on pitkä kiri.





*“Eihän sinne lähdetä
kaivamaan vain nokkaa”*

Lumilautailija **Rene Rinnekankaalle**, 22, viime kausi oli menestys haastavista lähtökohdista huolimatta. Positiivisesta elämänsenteestaan tunnettu laskija voi hyvinkin jatkaa suomalaisten menestysperinteitä talviolympialaisten lumilautailussa.

Kirjoittaja: Joel Sippola
Kuva: Lumilautailuliitto/Henri Laakkonen

Rento, energinen, positiivinen. Muun muassa edellä mainituilla adjektiiveillä on kuvailtu lumilautailija **Rene Rinnekangasta**, joka on viime vuosina ihasuttanut suomalaisia urheiluihmisiä rempseällä ja elämänmyönteisellä olemuksellaan.

Vuonna 1999 syntyneen lumilautailijan luonteenpiirteistä ei siis varmastikaan ollut haittaa, kun lautailija kuntoutti toissa kesänä itseään nilkkavaivasta. Kuntoutumisesta johtuen lähtökohta viime talveen ei ollut lainkaan optimaalinen, mutta Rinnekangas ei antanut sen haitata. Iisalmelta maailmalle ponnistanut talviurheilija ylsi slopestylessä pronssille sekä arvostetussa X Ga-

Rene Rinnekangas

- Lumilautailija.
- Syntynyt 25. syyskuuta 1999 Iisalmessa.
- Rinnekangas kilpailee sekä slopestylella että big airissa, joista slopestyle on hänelle vahvempi kisamuoto.
- Vuonna 2016 Rinnekangas ylsi kolmanneksi nuorten talviolympialaisten slopestylella.
- Hän edusti Suomea vuoden 2018 talviolympialaisissa Etelä-Korean Pyeongchangissa.
- Maineikkaassa X-Games -tapahtumassa Rinnekangas on yltänyt kolmesti kolmen parhaan joukkoon. Hänen kirkkein saavutuksensa on X-Gamesin videokilpailun voitto.
- Viime talven MM-kisoissa Rinnekangas ylsi slopestylella MM-pronssille. Maailmancupissa hän saavutti ensimmäisen palkintokorokesijoituksensa lokakuussa 2021.
- Vuoden 2021 talviolympialaisissa Rinnekangas on Suomen suurimpia mitalitoivoja.

Rene Rinnekangas ihastuttaa positiivisuudellaan.

mes -tapahtumassa että lajin maailmanmestaruuskilpailuissa.

Mutta mistä tuo energisyys Rinnekankaan mukaan kumpuaa?

– Se on hyvä kysymys. Varmasti osittain se kumpuaa siitä, miten äitini ja isäni ovat minut kasvattaneet.

– Lumilautailu on ollut aina itselleni iso osa elämää. Muutenkin lajin kulttuuri on sen verran rento, ettei siinä voi oikein pahalla miehellä olla.

Vaikka suhtautumistapa onkin rento, se ei kuitenkaan tarkoita sitä, ettei asioihin suhtauduttaisi tosissaan.

– Kaikkihan haluavat varmasti voittaa, ettei se ole siitä kiinni. Jos joku toinen pystyy tekemään

”Piti matkia kaikkea sitä, mitä veli teki, joten siitä se lumilautailuinnostuskin varmaan lähti.”

jonkin jutun paremmin, se ei ole itseltäni pois. Enimmäkseen tässä kilpaillaan kuitenkin itseään vastaan.

Videokilpailun voittaja

X Gamesissa iisalmelainen laski slopestylella mitaleille jo vuonna 2019, jolloin hän taiteili hopeaa.

– Kyllä X Gamesin mitalit menevät itselläni MM-mitalin ohi. Vuonna 2019 olin X Gamesissa ensimmäistä kertaa mukana, mikä oli itselleni suuri kunnia. Se on kuitenkin kutsukilpailu, minne ihan hirveän moni ei vuosittain pääse.

Rinnekankaan meriitilistalta löytyy myös X Gamesin videokilpailun voitto vuodelta 2020.

– Videokilpailuun kutsutaan joka vuosi kuusi kilpailijaa. On varattu tietyn verran aikaa, jolloin pätkää saa kuvata ja sen pitää olla 90 sekuntia pitkä. Tuomarit arvioivat temppujen monipuolisuutta, luovuutta sekä sitä, miten video on kuvattu ja editoitu.

Isoveli esikuvana

Isona innoittajana Rene Rinnekankaan lumilautailu-uraan on ollut viisi vuotta vanhempi isovelji **Riko Rinnekangas**.

– Piti matkia kaikkea sitä, mitä veli teki, joten siitä se lumilautailuinnostuskin varmaan lähti, Rinnekangas muistelee.

Ensimmäiset laskunsa Rinnekangas laski paikallisessa laskettelukeskuksessa, mutta hän on kehittänyt laskutaitojaan myös monenlaisissa muissa ympäristöissä.

– Kodin lähellä oli pieni kukkula, jossa tuli laskettua esimerkiksi viemäriputkea pitkin. Ei sen aina tarvitse olla suurin ja parhain paikka.

Rinnekangas mainitsee isoksi kehitystekijäksi sen, että hän pääsi laskemaan pienestä pitäen itseään vanhempien lumilautailijoiden joukossa. Puolestaan nuorten maajoukkueleireillä hän pääsi silloin tällöin laskemaan muun muassa **Peetu Piironen** ja **Janne Korven** kanssa, jotka olivat 2010-luvun alkupuolella Suomen menestyksekkäimpiä lumilautailijoita.

– Olin varmaan 16-vuotias, kun pääsin laskemaan heidän kanssaan enemmän. Totta kai tiesin jo aiemmin, kuka on Peetu Piironen ja Janne Korpi, mutta tuolloin opin tuntemaan heidät paremmin.

Olympiaperinteiden jatkaja?

Nuoren miehen omien sanojen mukaan keho on kesän jäljiltä siinä kunnossa, että urheilija pystyy antamaan kisoissa parastaan.

Tulevaan kauteen oman lisämausteensa tuo totta kai Pekingin talviolympialaiset. Rinnekangas on tällä hetkellä maapaikkarankingissa vahvoilla slopestyleen ja big airiin. Karsintapisteitä saa maailmancupin kisoista.

Suomalainen lumilautailija on nähty mitaleilla neljässä edellisissä talviolympialaisissa. Vuonna 2006 **Markku Koski** ylsi lumikourussa pronssille ja neljä vuotta myöhemmin Piironen kirkasti mitalin hopeaksi. Vuosina 2014 ja 2018 **Enni Rukajärvi** oli slopestylella toinen ja kolmas.

Neljän vuoden takaisissa talviolympialaisissa kisannut Rinnekangas saattaa hyvinkin olla seuraava suomalainen olympiamitalisti lumilautailussa.

– Eihän sinne kukaan halua lähteä vain nokkaa kaivamaan. Oli sitten mikä tahansa kisa, sitä halua pärjätä aina mahdollisimman hyvin. Tärkeintä on se, että pystyy olemaan tyytyväinen itseensä. Siinä tapauksessa kisalasku on mennyt yleensä hyvin, jolloin mahdollisuus on mihin vaan.



”Kokemusreissu on jo haettu”

Ampumahiihtäjä Tero Seppälä suuntaa uransa toisiin olympialaisiin kovat tulokset mielessä. Suomen ampumahiihtotoivo satsasi viime kesänä ammuntaan kansainvälisen huippuvalmentajan tarkkojen silmien alla. Kohentunut hiihtovauhti antaa joensuulaiselle mahdollisuuden pärjätä ilman huippuammuntaakin.

Kirjoittaja: Joel Sippola | Kuva: SAHL/Julia Sadykova

Uransa toisiin talviolympialaisiin tähtävällä vuonna 1996 syntyneellä Tero Seppälällä on mieluisia muistoja ensimmäisestä kisareissustaan viiden renkaan kisoissa. Toisen polven ampumahiihtäjä oli mukana vuoden 2018 kisoissa Pjongjangissa, jossa ex-ampumahiihtäjä Timo Seppälän poika ylsi kolmesti 25 parhaan joukkoon. Etelä-Korean talvikisat tarkoittivat Seppälälle murtautumista kovimmalle kansainväliselle tasolle.

– Silloin olympialaisia edeltävänä syksynä en voinut ajatellakaan, että pääsisin sinne. Suksi alkoi kuitenkin kulkemaan kisoissa sen verran hyvin, että murtauduin joukkueeseen.

Neljän vuoden takaiseen tilanteeseen verrattuna lähtökohta tuleviin olympialaisiin on erilainen. Seppälällä on maailmancupista ja arvokisoista jo sen verran kokemusta, että Pekingissä



lähtöisin oleva urheilija keräsi maailmancupissa uransa parhaimman pistesaaliin: 169.

Talven MM-kisoissa hän taisteli normaalimat-kalla sijoituksesta kymmenen parhaan joukkoon, mutta kolme ohilaukausta pystypaikalla pudottivat miestä tulostaulukossa roimasti alaspäin.

– Kausi oli itseltäni aika tasainen, mutta se oli kaikin puolin hyvin erilainen ja aika raskas koronapandemiasta joh-tuneiden rajoitusten takia. Reissuissa oli-tiin voimakkaasti eris-täytyneinä, eikä edes omia joukkuekaverei-tä voinut nähdä kuin vain ulkona.

Lisäksi myös ylei-sön puuttuminen vai-kutti mielialaan.

– Oli ihan hyviä si-joituksia, mutta en tiedä, olisinko tarvinnut ylei-sön kannustusta, jotta olisin pystynyt venymään.

Talven ehkä positiivisin asia oli kohentu-nut hiihtovauhti. Seppälä oli hiihtojaissa välillä kymmenen nopeimman ampumahiihtäjän jou-kossa.

– Parhaimmissa kisoissa on ollut sellaista hiih-tovauhtia, jolla voi menestyä ilman nolla-ammun-taakin. Siihen pitäisi pyrkiäkin, sillä parhaatkaan urheilijat eivät joka päivä nolla-ammuntaa tee.

Kansainvälinen huippuvalmentaja tukena

Seppälän harjoitteluun tuli viime kauden jälkeen isoja muutoksia, joilla tähdätään ammunnan pa-rantumiseen.

– Keväällä mietittiin, miten harjoittelua voi-si parantaa. Harjoittelupäivistä noin 30 prosenttia on maajoukkueleirityksen alaisuudessa, kun taas 70 prosenttia jää omal-le vastuulle. Henkilö-kohtaisena valmentaja-nani toimiva isäni asuu sen verran kaukana, jo-ten valmennusapua tar-vittiin lisää.

– Kasasimme Joen-suuhun Pohjois-Kar-jalan ampumahiihdon tuki ry:n, johon palk-kasimme ampuma-

hiihtovalmentajaksi **Anatoli Hovantsevin**.

Aiemmin myös **Kaisa Mäkäräistä** ammunnas-sa auttanut venäläinen Hovantsev on Seppälälle entuudestaan tuttu kaveri.

– Anatoli sattui olemaan viime keväänä vapaa-na, vaikka tuollaisia kansainvälisen tason ampu-mahiihtovalmentajia ei muutoinkaan hirveästi ole. Yritetään ottaa tästä miehestä kaikki mahdol-linen irti.

”Parhaimmissa kisoissa on ollut sellaista hiihtovauhtia, jolla voi menestyä ilman nolla-ammuntaakin.”

NÄYTTELY AVAUTUU 1.4.2022

HIIHTOMUSEO
SKI MUSEUM

HIIHTOMUSEO.FI

TI-PE 9-15, LA-SU 11-16,
SALPAUSSELÄNKATU 8, 15111, LAHTI

pidettäviin talviolympialaisiin voi lähteä rohkeas-ti tavoittelemaan kovempia sijoituksia.

Maailmancupissa Seppälä on yltänyt henkilö-kohtaisessa kisassa parhaimmillaan seitsemän-neksi pari kautta sitten Nove Mestossa käydyssä pikakisassa. Suomalainen jäi kolmossijasta puo-li minuuttia.

– Totta kai tavoite on olla paremmilla sijoilla kuin neljä vuotta sitten. Sellainen kokemusreissu on jo haettu.

Hiihtovauhti antaa edellytyksiä menestykseen

Tammikuussa 26 vuotta täyttävän Seppälän am-pumahiihtouran alkuun on sisältynyt useita hyviä väläytyksiä, mutta otteista on puuttunut tasaisuus. Tällä saralla viime kausi oli kuitenkin askel oikeaan suuntaan, kun Haapajärveltä

CRAFT 

TEAMWEAR

FOR EVERYDAY HEROES AND WORLD CHAMPIONS.

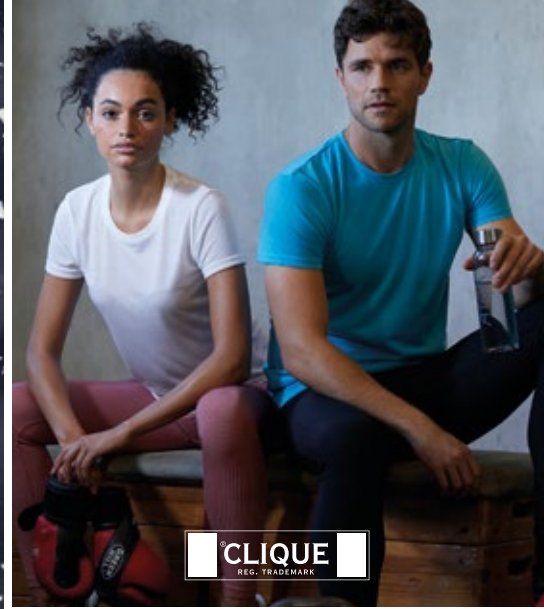
From individual sports to team activities, we've got you covered
no matter how hard or soft you choose to play.



@craftsportswearfin



craftsportswear.com



Treeneistä otteluihin. Kaikkiin urheilulajeihin.

Luo yhtenäinen ilme.

Olemme jo vuosien ajan tehneet yhteistyötä maailman parhaiden yksilöurheilijoiden kanssa. Nyt olemme laajentaneet toimintaamme uudelle alueelle: joukkueurheiluun. Craft Teamwear -mallistomme tarjoaa laadukkaita joukkuevaatteita sekä nykyisille että tulevaisuuden kyvyille. Vaatteemme ovat suunniteltu luomaan joukkuehenkeä ja optimoimaan suorituskykyä.

Värejä ja kokoja joka lähtöön.

Kaikilla joukkueilla on omat tunnusväriinsä. Näiden erilaisten väritarpeiden täyttämiseksi valikoimassamme on monta erilaista väri vaihtoehtoa. Mallisto sisältää puhtaita, klassisia värejä, jotka sopivat useimpien urheiluseurojen ilmeeseen. Kattavasta Craft Teamwear -mallistosta löytyvät yhtäläiset tuotteet niin miehille, naisille kuin lapsillekin.

Treenaa kovaa. Joka säässä.

Craft Teamwear -vaatteiden avulla voit kantaa joukkueesi värejä ja vahvistaa joukkuehenkeä 365 päivänä vuodessa. Mallisto on suunniteltu pohjoismaisiin sääolosuhteisiin ja sisältää myös kylmiin ja sateisiin vuodenaikoihin sopivia vaatteita.

Anna meidän auttaa!

Helsinki, Turku, Tampere & Pohjois-Suomi: Pasi Torkkeli, puh. 040 451 4180, pasi.torkkeli@newwave.fi
Länsi- & Itä-Suomi: Pyry Niemi, puh. 040 865 2050, pyry.niemi@newwave.fi
Seinäjoki & Vaasa: Jussi Lehmusvirta, puh. 050 430 4009, jussi.lehmusvirta@newwave.fi

**Oy Trexet Finland Ab
varastoiva & palveleva
maahantuojia.**

Olemme vuonna 1991 perustettu urheilu-, seura- ja yritysvaatteiden tukkukauppa ja kuulumme osana ruotsalaiseen pörssiyhtiöön New Wave Groupiin, joka toimii yli 17 eri maassa. Tarjoamme sporttikauppaan mielenkiintoisia tunnettuja brändejä, kuten **Craft** sekä **Craft Teamwear**, **Clique** ja **Cutter & Buck**.

Toivomme että kiinnostuit meistä joustavana tavarantoimittajana ja potentiaalisena kumppanina. Helpoiten yhteistyön aloittaminen käy ottamalla rohkeasti myyntiimme yhteyttä.

NewWave
OY TREXET FINLAND AB

Maahantuojia Oy Trexet Finland Ab

Juvan Teollisuuskatu 12, 02920 Espoo
Puh. (09) 525 9580 • myynti@newwave.fi
www.newwave.fi



Suomen miesten jalkapallomaajoukkue pääsi haistelemaan arvokisatunnelmaa.

Kuopion Palloseuran ja maajoukkueiden juhlaa

Helsingin Jalkapalloklubi esti KuPSilta hämmästyttävän neljän tittelin vuoden. Huuhkajat pääsi kokemaan arvokisahuuman, kun taas Helmarit raivasi tiensä ensi vuoden arvokisaturnaukseen.

Kirjoittaja: Pasi Peltola

Kuvat: Newspix24/Tomi Hänninen ja Palloliitto/Jyri Sulander

Suomalainen jalkapallokausi 2021 saattoi tuntua **Ari Lahden**, 58, mielestä liki pelkältä juhlaa. Palloliiton puheenjohtaja sai kokea miesten maajoukkueen kesän EM-lopputurnaushuuman ja naisten valmistautumisen kesän 2022 EM-kisoihin.

Kuopion Palloseuran pääomistajana kotimaisten kenttien kaiku oli Lahdelle liki pelkkää kultaista.

– Hieno vuosi on tietysti ollut. Alkuvuodesta varmistui futsalin EM-lopputurnausta paikka. Huipennus tietysti oli miesten EM-lopputurnaus, pelit Kööpenhaminassa ja Pietarissa. Hetki jäi mieleen, kun Maamme-laulu soi ensi kertaa miesten

arvokisoissa, painottaa konsernijohtajana investointipankki- ja kiinteistörahastokonsernissa työskentelevä Lahti.

Sanansa hän asettelee vain puoli vuorokautta siitä, kun Helsingin Jalkapalloklubi vei miesten SM-kultamitalit Kuopion Palloseuran edestä Kuopiossa. Ottelu houkutteli liki 8 000 katsojaa.

– Veikkausliigan kausihan oli hieno, ja naisten Kansallinen liiga meni hyvin muutenkin kuin omalta kohdaltani.

KuPSilta liki täydellinen kausi

Viimeksi vuonna 1997 SM-kullat menivät samalle seuralle Helsingin Jalkapalloklubin voittaessa

sekä miesten että naisten mestaruuden. KuPSilla oli mahdollisuus toistaa HJK:n temppu, mutta nyt tuplamestarin odotus venyy yli neljänneksivuosisadan.

KuPS voitti miesten Suomen cupin, naisten Suomen mestaruuden ja vuorokautta ennen miesten SM-kullan ratkaisusta päätöskierroksen ottelua myös A-poikien mestaruuden.

KuPS tarvitsi miesten mestaruuteen kotivoiton, mutta ottelu päättyi tasapeliin 1–1.

– Yhtä maalia vaille jäi, joo. Ehkä hyvä niin, jäi valmentaja **Simo Valakarille** jotain tavoiteltavaa ensi kauden joukkueella, pystyi Lahti naurahtamaan tuoreeltaan pettymyksen jälkeen.

Naiset osana menestystarinaa

KuPSin naiset varmistivat mestaruuden jo kierrosta ennen sarjan päättymistä vierasvoitolla HJK:sta. **Gentjana Rochi** oli sarjan maalikuningatar paukuttettuaan joukkueelle 25 maalia.

Vaikka maajoukkueilla meneekin ulkoisesti hyvin, kotimaan kentillä erityisesti naisten sarjassa eletään pitkälti kädestä suuhun. Mitalit oli juuri ehditty jakaa, kun vantaalainen hopeaseura Tikkurilan Palloseura ilmoitti keskittyvänsä kasvatusyöhön ja luopuvansa naisten joukkueen pyörittämisestä.

Lahti on ollut KuPSin taustayhtiön pääomistaja ja 25 vuotta. Naiset liitettiin mukaan KuPS-perheeseen kolme vuotta sitten.

– Miestenkin edustusjoukkueen haltuunotossa oli aikanaan vähän sama tilanne kuin naisissa muutama vuosi sitten. Koin, että tasa-arvon nimissä naisten on oltava mukana KuPSin väreissä. Näin, että joukkueiden liittäminen saman seuran alle on helppoa.

– Palloliiton puheenjohtajana olen havainnut, että kansainvälisesti kasvua haetaan naisten jalkapalloilusta. Kun minulla on kaksi tyttöä ja kaksi poikaa, voin olla esimerkkinä.

Europelejä

HJK pelasi hyvän kauden selviytyttyään kansainvälisillä kentillä Uefan uuden Konferenssi-liigan, kolmostason euroturnauksen lohkovaiheeseen. Joukkueet pelit jatkuivat siellä kotimaisen kauden jälkeen pitkälle marraskuuhun.

HJK ansaitsi europeleista yli kolmen miljoonan euron menestysbonukset. KuPSin tilille ki-lahti hyvin menneistä europeleista noin 1,1 mil-



Joel Pohjanpalo vastasi Suomen ainoasta maalista EM-kisoissa.

joonaa euroa palkintorahaa. Silti Lahti myönsi nopeasti kauden jälkeen KuPSin kauden taloudellisen tuloksen jäävän kuusinumeroisen summan miinukselle.

– Europelien kulut ovat myös kovat. Luulisin kauden taloudellisen tuloksen olevan tappiollinen vajaan 500000 euron verran.

Pitäisikö sinua kutsuakin pääomistajan sijaan seuran päärahoittajaksi?

– Ei varmaan hirveän väärin olisi sanoa niin. Joukkueet on järjestelty osakeyhtiön alle. Omistan siitä yli 99 prosenttia, mutta olen sanonut, että KuPSin omistavat kuopiolaiset.

URHEILULEIRIT | HARRASTUSLEIRIT | PERHELEIRIT | KOULUTUKSET | KANSAINVÄLISET LEIRIT

✉ myynti@metsakartano.com

☎ 040 839 6352

🌐 metsakartano.com



**METSÄ
KARTANO**
NUORISOKESKUS

LÄHDE LEIRILLE ERÄMAAHAN!

Olipa lajisi mikä hyvänsä ja joukkueesi millainen tahansa, keskellä koskemattonta erämaata sijaitseva Metsäkartano tarjoaa upeat puitteet leirien järjestämiseen. Hyvin varustellussa liikuntasalissamme järjestyvät isommatkin matsit, ja alueen ainutlaatuinen luonto on loistava vastapari lajiharjoittelulle.

Miten olisi vaellus koskemattomassa luonnossa, pulahdus kristallinkirkaaseen veteen tai jooga keskellä ikimetsää? Lue lisää: metsakartano.com

Arvokisalaajennus avaamassa ovia

Kirjoittaja: Pasi Peltola

■ Miesten EM-lopputurnaus pelattiin ensi kertaa 24 maan huipennuksena vuonna 2016, joten koronapandemian vuodelle siirtämä kesän 2021 turnaus oli vasta toinen näin laajana.

EM-kisojen lopputurnauksen laajennus 32-joukkueiseksi on kuitenkin jo suunnitelmassa. Siinä vaiheessa lopputurnaukseen selviytyisi yli puolet euroturnaukseen osallistuvista maista. Euroopan jalkapalloliiton Uefan jäsenmäärä on nykyisellään 55.

– En oikeastaan tiedä EM-kisojen tilanteesta tarkemmin. Jalkapalloilu näyttäytyisi toki sitä voimakkaampana, mitä enemmän maita lopputurnauksessa on mukana. Varmaan rahakin näyttelee jotain osaa laajennussuunnitelmissa. Kunhan turnaus ei vain kärsisi noin laajana inflaatiota, Palloliiton puheenjohtaja Ari Lahti sanoo.

Huuhkajille pääsy 32 maan lopputurnaukseen olisi jo odotusarvo.

– Kuulumme 32 parhaan Euroopan maan joukkoon, Lahti komppaa.

Palkintorahaa

Kesän EM-lopputurnaukseen lähtöasetelmässä Suomi oli viimeistä edellinen, jos mittariksi otettiin Fifan maajoukkuerankkaus. Huuhkajat oli maailmanlaajuisella listalla sijalla 54, kymmenen pykälää Skotlantia perässä ja kahdeksan sijaa Pohjois-Makedonian edellä.

Huuhkajien EM-lopputurnaus alkoi huumavalla voitolla kotikentällään pelanneesta Tanskasta 1–0.

Tappiot Venäjälle ja Belgialle eivät tuoneet osalle lohkokolmosista tarjolla olutta paikkaa neljännesvälierissä.

Selviytyminen lopputurnaukseen tarkoitti Palloliitolle 9,25 miljoonan euron palkintorahaa. Tanska voitto tuotti miljoonan euron lisäbonuksen. Pelaajat saivat palkintorahoista noin kolmannuksen. Kulujen jälkeen Palloliiton kassaan jäi noin neljä miljoonaa euroa.

Toiveissa enemmän lisäpaikkoja Euroopalle

Esimerkkiä arvoturnauksen laajennukselle näyttää Kansainvälinen jalkapalloliitto Fifa, jonka järjestämässä MM-lopputurnauksessa vuonna 2026 USA:ssa, Kanadassa ja Meksikossa pelaa 48 maata. Qatarin MM-turnauksen osallistujamäärä marraskuussa 2022 on vielä 32.

Uudistus on Suomen kannalta merkittävä, vaikkakin laajennuksella pyritään selvästi tukemaan lajin leviämistä nykyisten valta-alueiden Euroopan ja Etelä-Amerikan ulkopuolella.

– Suomen kannalta laajennus on tietenkin hyvä. Nyt Euroopalla on 13 paikkaa MM-lopputurnaukseen. Luvassa on Euroopalle kolme paikkaa lisää. Olisin toivonut lisäpaikoista Euroopalle suuremman osuuden. Ihmettelen, miksi Eurooppa on tyytynyt niin pieneen määrään, toteaa neljä vuotta Palloliiton puheenjohtajana toiminut Lahti.

Jalkapallon MM-karsinnoissa Huuhkajat ei hyvästä taistelusta huolimatta selviytynyt maaliskuussa pidettäviin jatkokarsintoihin.



Helmarit neljättä kertaa EM-kisoissa

Kirjoittaja: Joel Sippola

Kuva: Palloliitto / Jyri Sulander

Helmarit eli Suomen naisten jalkapallomaajoukkue palaa ensi kesänä EM-areenoille kahdeksan vuoden tauon jälkeen. EM-kisat ovat Suomelle neljännet. Se on ollut aiemmin mukana vuosina 2005, 2009 ja 2013.

Suomi varmisti paikkansa kisoihin viime vuoden helmikuussa pelatussa karsintaottelussa Portugalia vastaan. Helmarit kaatoi portugalilaiset **Linsa** Sällströmin maalilla lukemin 1–0.

Ensi kesänä 34 vuotta täyttävä Sällström on Suomen maajoukkueen kaikkien aikojen tehokain maalintekijä. Seuratasolla tätä nykyä HJK:ta edustava maalitykki on viimeistellyt maajoukkuepaidassa yhteensä 49 maalia, kun tilastossa

toisena olevalla **Laura Österberg Kalmarilla** niitä on 41.

EM-karsinnoissa Sällström iski kymmenen maalia. Hän oli mukana jo vuoden 2009 EM-kisoissa.

Vuoden 2022 EM-kisat pidetään 2005 kisojen tapaan Englannissa. Suomen ensi kesän EM-lohko on kova, sillä se kohtaa Tanskan, Espanjan ja Saksan.

Tanska puolustaa edellisten kisojen finaaliapaikkaansa. Espanjaa pidetään potentiaalisena mestaruusosikkina. Saksa on puolestaan arvokisojen kestopomestus.

Kisoissa on mukana 16 maata. Helmareita valmentaa ruotsalainen **Anna Signeul**.



Veikkausliigan vuoden pelaajaksi valittu Urho Nissilä pyrkii seuraavaksi kansainvälisille kentille. 25-vuotias keskikenttäpelaaja on esittänyt pirteitä otteita myös maajoukkueessa.

KuPS:n Nissilä lähdössä tammikuussa ulkomaille

Kirjoittaja: Juha Aaltonen

Kuva: Newspix24 / Kalle Parkkinen

Kuopion Palloseuran **Urho Nissilä** oli kiistatta yksi parhaista pelaajista vuoden 2021 Veikkausliigassa. Hän voitti syöttötilaston ja oli maalitilastossa neljäs.

Kun vielä syys-lokakuussa hyökkäävä keskikenttäpelaaja sai tililleen viisi A-maaottelua ja kuudennella liigakaudella tuli neljäs mitali eli toinen hopea kahden pronssin lisäksi, niin seuraava tavoite eli siirtyminen toista kertaa ulkomaille toteutuu tammikuussa siirtoikkunan avautuessa.

– Haluan sellaiseen seuraan missä saa pelata paljon. Tavoitteena nyt ja myöhemminkin tulevaisuudessa on saada paljon peliaikaa eikä niinkään istua jonkin nimekkään seuran vaihtopenkillä, Nissilä linjaa.

Ensimmäinen visiitti haastava

Ensimmäinen kerta ulkomailta on ollut erityisen menestyksellinen. Nissilä siirtyi heinäkuussa 2018 Belgian liigan Waregemiin lähelle Ranskan rajaa.

– Peliaikaa ei tullut paljon, pelasin kolmessa ottelussa kaudella 2018–19. Toki tein yhden maalin ja kun se tuli vielä tapainpäivän derbyssä Kortrijkia vastaan, niin positiivisiä asioita tapahtui. Belgia on hieno futismaa ja jokaisesta kokemuksesta ulkomailta on varmasti hyötyäkin uralla, Nissilä sanoo.

Touko–kesäkuussa 2019 Nissilä palasi kuukaudeksi Kuopioon lomalle ja palasi sitten kesäkuun lopulla Belgiaan. Peliaikaa ei kauden alkaessa tullut ja syyskuun alussa hänet lainattiin Hollannin kakkostason Maastrichtiin.

– Valmentaja tykkäsi ja odotukset olivat kovat, mutta ei sielläkään lopulta tullut hyvin peliaikaa. Helmikuussa 2020 laina päättyi ja muutama päivä myöhemmin sain luvan palata takaisin Suomeen, Nissilä toteaa.

Menestyksenkäs kausi

Nissilä debytoi Veikkausliigassa ja KuPS:ssa toukokuussa 2015.

– Avauskausi sujui kohtalaisesti, mutta 2016 heikommin, kun ei tullut yhtään maalia. Sitten 2017 meni todella hyvin, tein yhdeksän maalia ja voitimme hopeaa, Nissilä sanoo.

Belgiasta paluun jälkeen Nissilä jakoi kaudella 2020 syöttöpörssin voiton yhdessä Ilveksen Felipe Aspegrenin kanssa kahdeksalla syötöllä ja maalejakin tuli viisi. Elokuussa oli vuorossa ensimmäinen Euroopan cupien ottelu, mutta Molde voitti kotonaan 5–0 Mestarien liigan karsinnoissa. Syys-lokakuussa tuli vielä kolme ottelua Eurooppa-liigan karsinnoissa.

Kausi 2021 alkoi erinomaisesti, kun HJK kaatui Suomen cupin loppuottelussa toukokuus-

sa rankkareilla. Heinäkuussa alkoivat karsinnat Konferenssi-liigaan ja Nissilä pelasi seitsemän ottelua kahdeksasta. FC Noah Armeniasta, Vorskla Poltava Ukrainasta ja FC Astana Kazakstanista saivat todeta savolaisten taidot, vasta Saksan liigan Union Berliini elokuun lopulla oli liian kova vastus.

– Kaksi ottelua on erityisen mieluisia eli kun tein tasoitusmaalin lisäajalla Ukrainassa ja seuraavan kierroksen 4–3-vierasvoitto Astanassa, Nissilä iloitsee.

Maajoukkuedebyytti syyskuussa

Lähes heti KuPS:n palattua Saksasta Nissilä kutsuttiin A-maajoukkueeseen. Syyskuun 1. päivänä koitti odotettu debyytti, kun Walesia vastaan pelattiin tasapeli Helsingissä.

– Minulla oli unelmana pelata A-maaottelu ja se toteutui. Seuraava tavoite on tehdä maali. Viidennessä A-maaottelussa Kazakstanissa se oli jo lähellä lokakuussa, mutta maalivahti torjui ja paluupallosta Teemu Pukki teki ennätysmaalinsa. Oli toki sekin huikea fiilis olla mukana tilanteessa, Nissilä muistelee.

Urho Nissilä on poikamies ja kesäharrastuksiin kuuluu golf.

– Aloitin viime kesänä ja pelasin vajaat 20 kertaa. Aika pian opin lajin salat, Nissilä sanoo.



YHTEISTYÖN LÄTKÄLLÄ kilpailuetua olympiakaukalossakin

Jukka Jalosella on käytössään laadukas ja runsas pelaajamateriaali, josta hän kasaa kovasti spekuloidun Leijonien olympiajoukkueen. Joukkuetta valittaessa tärkeitä avainasioita ovat muun muassa erityisosaaminen, sitoutuminen sekä turnauskestävyys.

Kirjoittaja: Joel Sippola
Kuvat: Suomen Jääkiekkoliitto / Pasi Mennander

Muun muassa kaksi aikuisten MM-kultaa ja yhden nuorten maailmanmestaruuden voittanut **Jukka Jalonen** on kokenut Leijonien päävalmentajana lähes kaiken mahdollisen. Hänellä on vyöllään myös kahdet MM-kotikisat (2012 & 2013) sekä vuoden 2010 Vancouverin talviolympiakisat, missä Suomen miesten jääkiekkomaajoukkue ylsi pronssille.

Mutta jotain uuttakin on näköpiirissä. Jääkiekkokaudesta 2021–2022 erityislaatuinen tekee se, että Jalonen pääsee kokemaan molemmat tapahtumat saman kevättalven aikana. Helmikuussa Pekingissä pidetään talviolympialaiset, jonka jääkiekkoturnauksessa NHL-pelaajat ovat viimeisimmän tiedon mukaan mukana. Puolestaan keväällä MM-mitaleista pelataan Tampereen uudella Nokia areenalla, jossa käydään myös Suomen isännöimä alkulohko B.

– Onhan se ilman muuta mielenkiintoinen kokemus. On ylipäänsä harvinaista, että olympia-

laiset ja MM-kotikisat ovat samana vuonna. Jos NHL-pelaajat pääsevät osallistumaan olympialaisiin, kuten siltä nyt vahvasti näyttää, se olisi aivan huikea juttu. Sitten kun pelataan vielä Tampereella uudessa hallissa, lähtökohdat eivät voisi olla paremmat, Jalonen miettii.

Kovia pelimiehiä jää ulos

Suomessa intohimoisimmat jääkiekkofanit ja toimittajat jaksavat vuosi toisensa jälkeen spekuloida sillä, miltä Leijonien joukkue näyttäisi, jos kaikki parhaat pelaajat olisivat samaan aikaan tarjolla. Etenkin viime vuosina keskustelu on käynyt kuumimmillaan, kun NHL:ään on tullut koko ajan uutta nuorta osaamista lisää.

Puhutaan jopa uudesta kultaisesta sukupolvesta. Muun muassa **Aleksander Barkovin**, **Sebastian Ahon**, **Mikko Rantanen**, **Miro Heiskasen**, **Patrik Laineen** ja **Teuvo Teräväisen** pelaaminen samassa maajoukkueessa kookuttaa monia kiekkojännäreitä.



OLYMPIALAISIAKIN AINUTLAATUISEMPI TAPAHTUMA

Kirjoittaja: Joel Sippola

■ Toukokuussa Tampereella ja Helsingissä pidettävien jääkiekon MM-kisojen lippukauppa on käynyt viime kuukausina kuumana. Uudella Tampereen Kannen areenalla sekä Helsingin Hartwall Areenalla pelattaviin otteluihin on voinut hankkia lippuja arvonnän kautta.

Kisojen pääsihteeri **Heikki Hietanen** sanoo, että lippuarvonta on osoittanut toimivaksi tavaksi.

– Saimme sillä tavalla taattua ihmisille mahdollisimman tasapuolisen mahdollisuuden lipun ostoon. Jos olisi tehty vanhalla tavalla, nopeimmat ja taitavimmat tietokoneen käyttäjät olisivat onnistuneet siinä. Saimme 300 000 ihmistä rekisteröitymään ja lipputoiveita oli 1,6 miljoonaa.

Lippujen avoin myynti alkoi loppusyksystä. VIP-lippujen myynti käynnistyi jo vuoden 2021 alussa.

Tampereen Kannen areenalla ensimmäiset jääkiekko-ottelut ovat joulukuussa, joiden jälkeen

MM-kisojen organisaatiolle tarkentuu se, kuinka paljon uusia lippuja voi vielä vapautua myyntiin.

– Pääsemme tekemään tarkemmat mittaukset siitä, kuinka paljon tilaa esimerkiksi media, selostamot, kuvaajat sekä Skoda-sponsorit tarvitsevat. Kansainvälisistä kiintiöistä vapautuu varmaan jonkin verran lippuja myyntiin. Lippukauppa on lähtenyt erittäin hyvin liikkeelle.

Vielä tässä vaiheessa Suomen MM-joukkueen pelaajistosta voi heitellä vain arvauksia. Hietanen kuitenkin tietää, että suomalaisilla NHL-pelaajilla on kova halu tulla kisoihin.

– Pelaajauralle saattaa osua useammat olympialaiset, mutta kotikisat ovat vain kerran kymmenessä vuodessa. Uskomme, että saamme hyvän ja mielenkiintoisen joukkueen niistä NHL-pelaajista, jotka eivät ole pudotuspeleissä mukana, Hietanen uskoo.

Mutta vaikka kaikilla on oikeus spekuloida, päättävältä on pitkälti Jukka Jalosen käsissä. Joukkueeseen valittiin lokakuussa kolme pelaajaa: Barkov, Aho ja Rantanen.

– Se on tosi mielenkiintoinen haaste ja mahdollisuus. Kilpailu pelipaikoista on erittäin kova, joten joudumme jättämään hyviä pelaajia pois. Se ei ole tietenkään ikinä helppoa.

Tutustumista pelaajiin

Jalonen ja Leijonien GM **Jere Lehtinen** kävivät marraskuussa Pohjois-Amerikassa tarkkailemasa suomalaisia NHL-pelaajia. Mestarivalmentaja tapasi NHL-pelaajia myös elokuussa Hämeenlinnan Vanajanlinnassa, minne oli kutsuttu 44 suomalaispelaajaa.

– Suurin osa noista pelaajista ei ole ollut aiemmin meidän joukkueessamme mukana, joten oli paikallaan käydä filosofiaamme läpi. Kävimme vähän läpi Leijona-arvoja, pelitapaa sekä turnauspelaamista. Pelaajat pääsivät jyvälle siitä, mitä tuleman pitää.

Kun Jalonen vuonna 2016 valmensi Suomen nuorten MM-kultaan Helsingissä, joukkue koostui 1996–1998 syntyneistä pelaajista, joista moni on tyryllä Pekingiin.

– Onhan siitä varmasti hyötyä, että on tullut valmennettua osaa niistä pelaajista, jotka tullaan joukkueeseen valitsemaan. Minä tunnen heidät ja he tuntevat minun toimintatapani, joten ei tule varmasti yllätyksiä kummallekaan osapuolelle.

– Lisäksi osaa pelaajista olen tavannut aiemmin jo NHL-reissuilla, vaikka he eivät ole MM-kisoissa pelanneetkaan. Jonkinlainen yhteys on siis jo etukäteen olemassa.

Tutulla reseptillä menestykseen

Jalonen ei halua spekuloida sillä, mille pelipaikalle kohdistuu haastavimmat valinnat. Mutta kysytään näin, millaiset seikat painavat vaakakupissa lopullista kisaryhmää kasattaessa?

– Kyllä se on pelaajien erityisosaaminen. Jompikumpi erityisalue pitää olla erityisen hyvin hallussa, joko ylivoima- tai alivoimaosaaminen. Ei

voida valita kolmea kentällistä ylivoimapelaajia ja yhtä kentällistä alivoimapelaajia, vaan pitää olla tasapaino niiden suhteen.

– Totta kai myös sellainen luotettavuus ja turvauskestävyys ovat isossa roolissa. Jaksaa pelata kovia pelejä omalla hyvällä tasolla tasaisesti vaihdosta ja pelistä toiseen.

Leijonien vahvuus arvoturnauksissa on hyvä yhteistyön jääkiekko. Siitä ei tingitä nimivahvassa olympiajoukkueessakaan.

– Riippumatta siitä, ketä valitaan mukaan, vahvuus tulee olemaan hyvä joukkuehenki ja ymmärrys siitä, että vain hyvällä yhteistyöllä ja sitoutumisella voimme pärjätä. Sillä voimme saada kilpailuetua huippuvastustajimmme nähden. Tietenkin tiukassa paikassa meidän pitää olla parhaimmillaan, missä olemme viime vuosina ihan hyvin onnistuneet.



Samuel Helenius (vas.) ja Brad Lambert olivat voittamassa MM-pronssia Nuorille Leijonille.

Teininä parrasvaloissa

Suomalaisessa jääkiekossa rakastetaan erittäin nuoria pelaajia. Vuonna 2003 syntynyt **Brad Lambert** on oppinut omakohtaisesti, miltä valokeilassa olemisen toisinaan tuntuu. Hän ja seurakaveri **Samuel Helenius, 19**, haluavat voittaa Suomelle kultaa vuodenvaihteen nuorten MM-kisoissa.

Kirjoittaja: Joel Sippola | Kuva: Newspix24 / BILDBYRÅN

Mikael Granlund, Joel Armia, Aleksander Barkov, Patrik Laine, Jesse Puljujärvi, Kaapo Kakko. Siinä on vain joitakin esimerkkejä pelaajista, joiden edesottamuksista kotimaisessa liigakaukalossa on kohistu valtavasti viimeisen kymmenen vuoden aikana.

Moni nuorista pelaajista on tehnyt tulosta jo alaikäisinä. Mediassa heistä uutisoidaan superlahjakkuuksina, kohulupauksina ja teinisensatiivina.

Tänä liigasyksynä on kohistu JYPin vuonna 2004 syntyneestä **Joakim Kemellistä**. Oman osansa hehkutuksesta on saanut kokea Kemellin joukkuekaveri **Brad Lambert**, jonka pelitaitoja on suitsutettu jo muutaman vuoden ajan. Vasta loppuvuodesta 18 vuotta täyttävä Lambert sanoo,

että hän on ymmärtänyt omien kokemustensa myötä, miltä aiemmista nuorista tähtipelaajista on saattanut tuntua.

– Pienempänä mietin, miksi jotkut tietyt pelaajat eivät pidä mediahuomiosta. Ajattelin, että eikö olisi juuri siistiä päästä kaikkiin lehtiin. Myöhemmin olen huomannut, että kaikki asiat, mitä siellä sanotaan, eivät ole välttämättä totta. Se voi jäädä häiritsemään.

– Se on silti osa tätä hommaa ja sitä huomiota pitää vain kestää. Ei se silti mikään helpoin asia ole, Lambert myöntää.

Kärkivarauksesta mallia

Niin ikään JYPissä pelaava 19-vuotias **Samuel Helenius** on päässyt toistaiseksi Lambertia vähemmällä huomiolla.

– Ei se huomio ole minua erityisesti häirinnyt, mutta komppaan kyllä Bradia. Välillä tulee värikyynää.

Lambert ja Helenius ovat sitä ikäluokkaa, jolla sosiaalinen media on yleisesti hyvin hallussa. Esimerkiksi YouTube mahdollistaa sen, että juni-oripelaaja voi ottaa peliinsä vaikutteita lähes keltä tahansa. Globalisaation myötä omat esikuvat eivät aina tulekaan samasta maasta.

– Itse tykkäsin pari vuotta sitten katsella, kun **Jack Hughes** varattiin. Seurasin aika tarkkaan hänen pelejään ja haastatteluitaan, Lambert viittaa vuoden 2019 NHL:n varaustilaisuuden ykkösniemeen.

Heleniuksella innoittajat ovat tavanomaisempia.

– Kyllä ne esikuvat tulevat vanhemmasta kaartista, Helenius muistelee.

Kartingia, keilausta ja golfa

Sekä suomalais-kanadalaisella Lambertilla että Järvenpäästä lähtöisin olevalla Heleniuksella on menossa toinen kausi JYPissä. Samoissa junio-



Mustonen: Realistista odottaa olympiamitalia

Kirjoittaja: Joel Sippola

Kuva: Suomen Jääkiekkoliitto / Tiina Puputti

Vuonna 2019 Espoossa kotiyleisönsä edessä MM-kullasta taistellut Suomen naisten jääkiekkomaajoukkue pääsi jatkamaan mitalikulkua myös tänä vuonna Galgaryssa, kun se kaatoi pronssiottelussa yllätysjoukkue Sveitsin lukemin 3–1. Pienessä kaukalossa pelatussa turnauksessa USA:n viiden MM-voiton putken katkaisi Kanada.

Naisleijonien päävalmentaja **Pasi Mustonen** sanoo, että MM-pronssimitalin resepti oli tiivis puolustuspeli. Viimeisenä lukkona toimi mainion turnauksen pelannut maalivahti **Anni Keisala**.

– Eurooppalaiset tekivät meitä vastaan vain yhden maalin, mikä kertoo vahvuudestamme. Meillä ei ollut vielä mitään mahdollisuuksia pohjoisamerikkalaisia joukkueita vastaan.

Mustonen pisti Galgaryssa merkille Naisleijonien haastajien potentiaalille. Viime vuosina tasoaan nostanut Tshekki tarjosi puolivälierissä tiukan vastuksen Suomelle, mutta **Sanni Vanhasen** maali toisessa erässä toi lopulta tarvittavan voiton.

Kesällä pidetyt MM-kisat eivät Mustosen mukaan sopineet ajankohdaltaan Venäjälle, mutta Pekingin olympiamitaleista puhuttaessa Venäjän olympiakomitean joukkuetta ei kannata sulkea laskuista.

– Tshekki on kehittynyt kovasti. Venäjällä ei ole kesäisin samanlainen harjoittelukulttuuri kuin meillä, mutta he ovat yleensä kunnossa keväällä. Olympialaisissa mitalikamppailuun tulee kaksi joukkuetta lisää, joten meidän pitää parantaa peliämme.

Pekingissä Suomen pitää olla parempi avauspeleamisessa etenkin huippumaita vastaan. Naisleijonissa on käynnissä sukupolvenvaihdos, mikä näkyy tietynlaisena keskeneräisyytenä pelissä. Esimerkiksi Galgaryssa ensikertalaisia oli peräti kahdeksan.

– Nämä ovat usein vuosien prosesseja. Toisaalta joukkueessa on myös paljon kokeneita pelaajia, joten ei kaikki ole nollasta alkanut. On realistista odottaa olympiamitalia.

Lambert: ”Toivottavasti esitykseni JYPissä johtavat siihen, että pääsen kisoihin. Ei se paikka itsestänselvyyks ole”



rijoukkueissa pelannut kaksikko ystävystyi kunnolla toissa kesänä, kun kaksikko muutti Jyväskylään.

Vapaa-ajalla nuoret miehet ovat käyneet muun muassa ajamassa kartingia sekä keilaamassa.

– Paljon olen yrittänyt opettaa Heleä golfaamaan, Lambert virnistää.

Koska kaksikko tuntee toisensa niin hyvin, he saavat kuvailla toisiaan pelaajina.

– Brad on kiekollinen pelaaja, joka osaa yhdistää hyvän luistelun ja näppäryyden. Hän myös näkee peliä hyvin. Bradin ehdoton vahvuus on hyökkäyspäässä.

Ex-jääkiekkoilija **Sami Heleniuksen** liki parimetrinen poika on tällä kaudella JYPin yksi varakapteenista.

– Hele tekee kaikki asiat kunnolla. On isokokoinen pelaaja, joka on hyvä maalin edessä sekä vastuullinen puolustussuuntaan. Hän pystyy myös tekemään maaleja sekä rakentamaan tilanteita hyökkäyspäässä.

MM-kulta tähtäimessä

Molemmat JYP-pelaajat olivat viime kaudella nuorten MM-kisoissa voittamassa Suomelle pronssisia mitaliteita. Ikänsä puolesta kyseiseen tapahtumaan kelpaava kaksikko sanoo, että vuodenvaihteessa Kanadan Edmontonissa ja Red Deerissä pidettävissä kisoissa Nuorten Leijonien tavoite on kirkastaa pronssisijoitus kullaksi.

Lambertin ja Heleniuksen lisäksi joukkueeseen on tyrkyllä sellaisia nimimiehiä kuin Ke-

nell, **Topi Niemelä**, **Eemil Viro**, **Kasper Simon- taival**, **Aatu Rätty** ja **Roni Hirvonen**.

– Ikäluokan pelaajista suhteellisen moni oli mukana viime kisoissakin. Toivottavasti esitykseni JYPissä johtavat siihen, että pääsen kisoihin. Ei se paikka itsestänselvyyks ole, Lambert muistuttaa.

Nuorten MM-kisojen ohella myös toinen tavoite on yhteinen: siivittää JYP kuuden joukkoon.

JYPissä lainalla pelaava Helenius varattiin viime kesän varaustilaisuuden toisella kierroksella Los Angeles Kingsiin, jonka kanssa hän teki elokuussa tulokassopimuksen.

– Totta kai oli hieno homma, että tuli varatuksi sekä sai rustattua tulokassopimuksen. Pitää vain tehdä kovasti hommia, jotta joku päivä unelma täyttyy.

Lambertin on uumoiltu olevan yksi ensi kesän kärkivarauksista.

– Olen yrittänyt pitää sen mahdollisimman paljon pois mielestä ja keskittyä vain olennaiseen. Haluan tulla joka päivä hallille sekä kehittyä koko ajan mahdollisimman paljon.

Raumalla katse jo Eurooppaan

”Voihan olla, ettei SM-liiga ole kymmenen vuoden kuluttua samanlainen kuin nykyisin.”

Kirjoittaja: Pasi Peltola

Kuva: Newspix24 / Tomi Hänninen

Noin 29 000 asukkaan Rauma on asukasmäärältään kirkkaasti SM-liigan pienin paikkakunta. Vaikka Lukolla on ollut vuosikymmeniä kiinteistöalan RTK-palvelun taloudellinen selkäranka taustallaan, antaa pienen paikkakunnan mestaruus uskoa liki kaikille sarjan pienemmän pään paikkakunnille.

Lukon urheilujohtajana on toiminut elokuusta 2018 raumalaiskasvatti, nykyinen naantalilainen **Kalle Sahlstedt**.

Mitä mestaruus merkitsee Raumalla, Kalle Sahlstedt?

– Mestaruus tarkoitti isoja asioita. Ei sitä keväälläkään heti mestaruuden ratkettua osannut vielä kuvitella. Sen jälkeen jonkun päivän elettyään, ymmärsi miten paljon ja pitkään se olikaan puheenaiheena. Eihän raumalaisia silloin pidätellyt enää ketään ja mikään, Sahlstedt myhäilee.

– Mestaruuden voittamisen jälkeen on ollut koskettavia kohtaamisia vuosikymmeniä sitä odottaneiden ihmisten kanssa. SM-kulta on yhteinen ylpeydenaihe ihmisille ja kaupungille. Esimerkiksi huoltaja **Seppo Hurme** odotti sitä 45 vuotta. Ehdittiin sitä mestaruutta odottaa Sahlstedteilläkin. Kalle Sahlstedtin Forssasta lähtöisin oleva isä **Esko Sahlstedt**, 76, toimi Lukon valmentajana SM-liigassa kahteen otteeseen yhteensä lähes vuosikymmenen ajan.

Kalle Sahlstedt, 48, pelasi kasvattajaseurassaan Lukossa kuusi liigakautta, joista kahdella saavutti SM-pronssia (1994 ja 1996) ja viimeisellään (1996–97) toimi joukkueen kapteenina. Mestaruutta Sahlstedt pääsi tosin juhlimaan peräti kolmesti Turun Palloseurassa, kahdesti Oulun Kärpissä ja kertaalleen Ruotsissa HV 71:n väreissä.

– Äärimmäinen tavoite eli Suomen mestaruus voitettiin omilla papereissani jopa liian aikaisin. Tein aikanaan viiden vuoden urheilustrategian seuralle. Sitä on päivitetty askel askeleelta. Jo kolmessa vuodessa A-nuoremme ja liigajoukkue voittivat mestaruuden, muistuttaa Sahlstedt seuran keväisestä tuplakullasta.

– Nythän päänahkamme on erittäin haluttu. Tavoitteemme on olla sarjan kärkiryhmissä vuodesta toiseen, mutta myös päästä pelaamaan eurokentillä. Haluamme olla mukana lajin eurooppalaisessa kehityksessä. Voihan olla, ettei SM-liiga ole kymmenen vuoden kuluttua samanlainen kuin nykyisin.

– Vaikka olemme sarjan pienin talosalue, taustamme on todella vahva.

Lukolla meni lujaa jo pidemmän aikaa Pekka Virran alaisuudessa. Pikkuseuran pelaaminen sarjan kärjessä pidempään ja mestaruuden voittaminen takaavat töitä joukkuetta kokoavalle.

– Kun olet kärkijoukkue, pelaajasi ovat erittäin haluttuja markkinoilla. Huippukauden pelaavasta nuoresta kotimaisesta pelaajasta on vaikea pitää kiinni, kun NHL, KHL tai Ruotsi tulevat mukaan kuvioihin, Sahlstedt kuvailee.

Ei tavallinen lätkäjätkä

Kalle Sahlstedt ei ole aivan tavallinen lätkäjätkä, vaikka laji onkin elättänyt hänet käytännössä koko ikänsä. Kasvatustieteitä jo pelaajaurallaan opiskellut keskushyökkääjä ei kuitenkaan ryhtynyt opettajaksi.

– Olin pelaajaurani jälkeen vuoden liikunnanopettajana ja sen jälkeen seitsemän vuotta urheilukategoriassa jääkiekkolehtorina. Koulutus ei siis mennyt lainkaan hukkaan, Sahlstedt naurahtaa.



Jääkiekkolehtorin työllistivät TPS ja Aurajoen urheilulukio. Seura halusi Sahlstedtin kouluun treenattamaan junioreitaan.

– Tein sitä kolmisen vuotta Suomessa ainoana. Nyt jääkiekkolehtoreita on yli puoli tusinaa isoissa kaupungeissa.

Sahlstedt ehti olla Raumalta poissa kaksi vuosikymmentä. Kaikesta pystyy kuitenkin päättelemään, että tyynen ulkokuoren alla kuohahasti viimeisen ottelun summerin soidessa Lukon mestaruuden merkiksi.

– Perhe asuu Naantalissa. Siellä vietän useimmat yönä, vaikka Raumallakin on tietysti kämpä. Matkaan töistä kotiovelle kuluu tunti, ja kasi-tiekin on vihdoin aika hyvä.



Tyhjiä katsomoita, raumalaisjuhlaa ja MM-hopeaa

■ Jääkiekkoilulle vuosi 2021 tarjosi ongelmia kerakseen. Suomen mestaruus saatiin sentään ratkaistua päinvastoin kuin koronaviruspandemian kuin seinään pysäyttämänä keväänä 2020.

Kiekkosyky aloitettiin osassa Suomea vielä rajoitetuilla katsomokapasiteeteilla, mutta kevättä 2022 kohti odotuksissa on paljon toivoa.

Kotimaisen liigakiekkoilun varjona pysynevät kuitenkin vielä pidemmän aikaa koronan aiheuttamat kysymysmerkit. Seurat saivat valtiovallalta taloudellista tukea koronan rokottamaan talouteensa, mutta SM-liigan 15 seuraa tekivät silti kaudesta 2020–21 tappiota yhteensä noin kahdeksan miljoonaa euroa. Ruotsin liigaseurojen yhteistappio oli vain neljännes tuosta summasta. Suomessa tappioita pienensi se, että jo kausikort-

teja ostaneet katsojat ja yritykset jättivät perimättä seuroilta seitsennumeroisen summan saamatta jäämistä palveluksista.

Kiekkokevään 2021 juhlat järjestettiin Raumalla. Lukko voitti 58 vuoden odotuksen päätteeksi toisen Suomen mestaruutensa. Loppuottelut olivat Lounais-Suomen herkkua Lukon viedessä kultamitalit Turun Palloseuran edestä voitoin 3–1.

Pudotuspelit jouduttiin pelaamaan koko maassa tyhjien katsomoiden edessä. Runkosarjan otteluissa sai olla rajallisesti yleisöä käytännössä joulukuun puoliväliin asti. Sen jälkeen katsomoihin sai ottaa joillain paikkakunnilla muutamia katsojia. Esimerkiksi Pelicans myi Lahdessa 10 000 euron pääsylippupakettia, jolla hallin parhaille paikoille sai tulla korkeintaan neljä katsojaa.

Runkosarjan pistepörssin voitti liigahistorian vanhimpana pelaajana Hämeenlinnan Pallokerhon 36-vuotias keskushyökkääjä **Petri Kontiola**. Seinäjokelaiskavatti Kontiola kokosi yhden tehopisteen pelaamaansa ottelua kohti pörssilukemiltaan 14+41=55.

Naisten jääkiekkomestariksi pelasi Kiekko-Espoo, joka kukisti SM-loppuotteluissa kuopiolaisen KalPan voitoin 3–1.

Kevään MM-kisat huipentuivat Latvian Riiasa Suomen ja Kanadan loppuotteluun. Kanadalaiset veivät maailmanmestaruuden jatkoaikavoitolla maalein 3–2. Suomen päävalmentaja **Jukka Jalonen** koki MM-finaalitappion ensi kertaa. Hän oli johtanut Leijonat MM-kultaan 2011 ja 2019.



Suurin kysymysmerkki on hakkureissa

Suomen miesten lentopallomaajoukkue ylsi tavoitteeseensa syksyn EM-kisoissa. **Sami Kurttilan** mukaan Suomi voisi ottaa mallia EM-hopeaa saavuttaneesta Sloveniasta. Lentopallomiesten joukkueesta löytyy tällä hetkellä osaamista lähes joka osalla, mutta erityisesti yhdelle pelipaikalle olisi lähitulevaisuudessa kysyntää.

Kirjoittaja: Juha Aaltonen

Kuva: Newspix24 / Kalle Parkkinen

Suomi pelasi syyskuun alussa 2021 kahdeksannen kerran peräkkäin miesten lentopallon EM-kisoissa, ja vaikka huipumestystä ei tullut, niin **Joel Banksin** valmentama joukkue voi olla esityksiinsä tyytyväinen.

Banksin apuna toimineen oululaisen **Sami Kurttilan** mielestä kolme voittoa alkulohkossa sekä paikka jatkopeleihin oli tavoite mikä saavutettiin. Pientä jossiteltavaa jäi myös.

– Kolmannessa ottelussa hävisimme Venäjälle voitettuumme aiemmat ottelut. **Sakari Mäkinen** joutui valitettavasti jäämään sivuun aiheettomaksi osoittautuneen koronaepäilyn takia. Venäjä oli hävinnyt Turkille, minkä me voitimme ja olisi ollut horjutettavissa, Kurttila arvioi.

Neljäskin voitto oli lähellä ja jos se olisi otettu, niin pudotuspeleissä olisi saatu helpompi vastustaja kuin Puola.

– Myös Hollantia vastaan oli mahdollisuus voittaa, mutta heidän huippuhakkurinsa **Nimir** oli loistava. Puolaa vastaan ei ollut mahdollisuuksia heidän kotikentällään Gdanskissa, Kurttila sanoo.

Hakkuri **Urpo Sivula** oli neljässä ottelussa kuudesta Suomen tehokkain. Yleispelaaja **Antti Ronkainen** oli sitä kaksi kertaa. Myös Mäkinen ja **Niko Suihkonen** olivat hyviä alkulohkossa.

– Meillä oli harmittavia takaiskuja kisojen aikana, etenkin passari **Eemi Tervaportin** loukkaantuminen toisessa ottelussa näkyi. Onneksi **Mikko Esko** paikkasi hyvin. Kokonaisuutena menestys oli hyvä, pääsimme pelaamaan yleisön eteen ja olimme jälleen uskottava joukkue, Kurttila sanoo.

Lentopalloyhteisön pitää puhaltaa yhteen hiileen

Kurttila on lentopalloliigassa valmentanut joukkueensa kolme kertaa mestariksi: Oulun Sun Volleyn 2010 sekä Sastamalan VaLePan 2017 ja 2018. Hän toimii Oulussa urheiluakatemian valmentajana.

– Suomen kaikki urheiluakatemit, Kuortaneen valmennuskeskus sekä mahdollisuuksien mukaan seurat pitää saada puhaltamaan yhteen hiileen siinä, että jo nuorista lähtien pyritään luomaan sellainen suomalaisille sopiva pelitapa,

mikä mahdollistaa menestyksen myös A-maajoukkueessa.

– Tulevan päävalmentajan pitää pystyä olemaan tiiviissä yhteistyössä näiden kaikkien kanssa, Kurttila korostaa.

Slovenian esimerkki

Suomi oli vuonna 2007 sensaatiomaisesti neljäs Moskovan EM-kisoissa **Mauro Berruton** alaisuudessa ja silloin loppuotteluunkin pääsy oli erittäin lähellä. Sen jälkeiset sijoitukset ovat olleet 12, 8, 8, 12, 12, 14 ja 12.

Kyseisissä seitsemissä EM-kisoissa Italia, Puola ja Serbia ovat ottaneet neljä mitalia, Slovenia kolme (hopeaa 2015, -19 ja -21), Tokion olympiafinalistit Ranska ja Venäjä kaksi sekä Bulgaria ja Saksa yhden.

– Slovenia on maana meitä pienempi, mutta miksi se on menestynyt? Koska heillä on ollut sama runko koossa pian kymmenen vuotta. Mikäli Suomessa aiotaan edes yrittää samalle tasolle, niin pelaajien on sitouduttava vähintään 4, mieluummin 6–8, vuotta kestävään tiiviiseen toimintaan.

– Joka kesä on saatava paras mahdollinen maa-joukkue, on kyseessä sitten Euroopan kultainen tai hopeinen liiga. Tulevaisuudessa EM-karsin-
natkin voivat perustua rankingiin, Kurttila sanoo.

Hakkuripaikalle on tilausta

Suomella on tällä hetkellä hyvä tilanne Kurttilan mielestä pelipaikoittain passareissa, liberoissa, yleispelaajissa sekä keskipelaajissa. Suurin kysymysmerkki on hakkureissa.

– Jos katsoo vaikka meidän yleispelaajia, niin he ovat lyhyempiä kuin monessa muussa maassa. Silti hyvällä harjoittelulla ja älykkyydellä puuttuvat sentit voidaan korvata. Lentopallo lajina nopeutuu koko ajan ja vastaanoton jälkeen passarin pitää pelata mahdollisimman nopea passi monipuolisesti eri puolille verkkoa. Suomi ei menesty, jos ainoa vaihtoehto on korkea passi laitaan, Kurttila tiivistää.

Syöttö on olennainen osa peliä, sillä pystyy heikentämään vastustajan mahdollisuuksia hyökätä hyvin Suomen puolustusta vastaan. Kurttilan mielestä hyppysyöttöä pitäisi opetella jo nuorena, nykyisellä hyppyleijalla ei saavuteta menestystä arvokisoissa.

– Suomella ei ole vielä kovin montaa hyvää hyppysyöttäjää. Tätä osa-aluetta on kehitettävä jo nuorista lähtien, Kurttila sanoo.

Entä hakkuritilanne?

– Portugalin liigan Benficassa pelaava **Aaro Nikula** on ehkä tällainen tulevaisuudessa, mutta fysiikkaa on kehitettävä. Hakkurin pitää lyödä kovaa ja korkealta, Kurttila sanoo.

Riikilä löysi EM-reissusta positiivista puolta

Kirjoittaja: Juha Aaltonen

■ LP Kangasalaa kaudella 2021–22 edustava yleispelaaja **Emmi Riikilä** on tyytyväinen niin omaan kuin myös joukkueen suoritukseen Romanian Cluj-Napocassa elokuun lopulla pelatussa EM-kisojen alkulohkossa.

– Aivan tyytyväinen ei voi olla, koska emme päässeet jatkoon lohkosta. Etukäteen Ruotsi, Romania ja Ukraina olivat päävastustajia. Kahdella voitolla olisi päästy jatkoon, mutta vain Romania voitettiin, Riikilä sanoo.

Suomi aloitti kisat Ruotsia vastaan ja hävisi 2–3, kun länsinaapurin tähtihakkuri **Isabelle Haak** teki peräti 42 pistettä. **Anna Czakan** teki 20, **Piia Korhonen** 19 ja paras yleispelaaja Riikilä 14 pistettä.

– Haakin tehot eivät olleet yllätys, me emme pystyneet tasaiseen suoritukseen. Taistelutahtoa riitti, se on aina ollut Suomen vahvuus. Myös syöttöpeli on toiminut. Parannettavaa on lähinnä siinä miten opitaan hyökkäämään tehokkaasti pitkää torjuntaa vastaan, Riikilä arvioi kehityskohteita pelissä.

Riikilä, 22, oli paras yleispelaaja myös Romaniaa vastaan, edellä olivat taas hakkuri Korhonen ja keskipelaaja Czakan. Euroopan kuuden parhaan joukkoon kuuluville Hollannille ja Turkille hävittiin 0–3, hyökkäystehot jäivät 23 ja 21 prosenttiin. Ukrainaa vastaan voitettiin yksi erä.

Kisat olivat Riikilälle toiset EM-kisat, Turkissa 2019 avausottelu jäi ainoaksi.

– Nilkka pyörähti jo avauserässä, kisat jäi siihen. Kuntoutukseen kului pari kuukautta, sanoo silloin vielä Hämeenlinnaa edustanut Riikilä.

Kolmen Hämeenlinna-kauden jälkeen Riikilä vaihtoi seuraa. LP Kangasalassa pelaa viime elokuun EM-joukkueesta myös **Ronja Heikkiniemi** ja **Katja Kylmäaho**.



Eiran aikuislukio sopii urheilijoille!

Haluatko suorittaa lukion oppimäärän ja valmistua ylioppilaaksi urheilun ohella? Mietkö miten opiskelu mahtuu aikatauluusi? Kysy meiltä vaihtoehtoja urheilun ja opiskelun yhdistämiseen.

Urheilijat lukiossa

Eiran aikuislukio on mukana Pääkaupunkiseudun urheiluakatemia eli Urhean toiminnassa. Urhea-opiskelija saa Eirassa tukea joustavaan kurssien ja kokeiden suorittamiseen omien harjoittelu- ja kilpailu-aikataulujen mukaisesti.

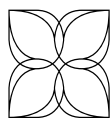
Lisätietoa Urhea-ohjelmasta Eirassa saa opinto-ohjaajilta.

Ilmoittaudu lukioon

Eiran aikuislukioon voit ilmoittautua joustavasti milloin vain vuoden aikana. Voit valita monista eri tavoista opiskella - tunneilla, verkossa, omaan tahtiin.

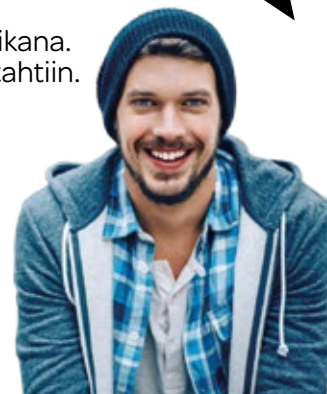
Lue lisää: eira.fi/lukioon ja eira.fi/aloinaopiskelu

Eiran aikuislukiossa opiskelee menestyksekkäästi kymmeniä tavoitteellisesti urheilevia ja opiskelevia nuoria aikuisia. Tule mukaan!



Eiran
aikuislukio
—
EIRA HIGH SCHOOL
FOR ADULTS

Eiran aikuislukio
Laivurinkatu 3
00150 Helsinki
eira.fi



LUKIO | HIGH SCHOOL | PERUSKOULU | AINEOPINNOT | LUYVA



Kuka perii takakentän maestron roolin?

Euroopan ammattilaiskentillä upean uran luonut **Petteri Koponen** palasi 13 vuoden tauon jälkeen sinne, mistä kaikki aikoinaan alkoi. Yksi Suomen menestyneimmistä koripalloilijoista haluaa päättää uransa Suomen mestaruuteen sekä EM-kisoihin. Maailmaa nähnyt koripallotähti haluaa Korisliigan olosuhteisiin ja ottelutapahtumiin parannusta.

Kirjoittaja: Joel Sippola

Kuva: Newspix24/Kalle Parkkinen

Siitä on yli 17 vuotta, kun Suomen kautta aikojen parhaimpiin koripalloilijoihin lukeutuva **Petteri Koponen** debytoi Korisliigassa vain 16-vuotiaana.

– Olin silloin nuori mies, jolla oli unelma siitä, että pystyisi joskus pelaamaan koripalloa amatikseen, Koponen muistelee lokakuussa 2021.

Uransa alussa Espoon Honkaa edustanut Koponen vietti seurassa neljä kautta, joiden aikana hän voitti kaksi Suomen mestaruutta. Sen jälkeen

mies loi mainion 13 vuotta kestäneen uraputken Euroopan ammattilaiskentillä, kunnes kesälä 2021 hän päätti asettua perheensä kanssa Suomeen. Nyt hän pelaa yksivuotisella sopimuksella helsinkiläisessä Seagullsissa.

– Nyt olen eri asemassa kuin silloin nuorena Hongassa. Ammattilaisuuselämä maailmalla on koettu ja nyt on kiva olla taas kotona. Olen sanonut julkisestikin, että tämä voi olla todennäköisesti urani viimeinen vuosi. Olisikin kiva päättää se Suomessa.

Realistisempi unelma täyttyi

Vuonna 2007 Koposesta tuli ensimmäinen suomalaispelaaja, joka on varattu NBA:n ensimmäisellä kierroksella. Hänet varanneelta Philadelphia 76ersilta suomalaispelaajan oikeudet osti Portland Trail Blazers. Sittenmin hänen pelioikeutensa päättyi Dallas Mavericksille, mutta virallisissa NBA-peleissä vuonna 1988 syntynyttä urheilijaa ei ikinä nähty.

Malmin Super-Koriksen kasvatti totesi jo teini-ikäisenä, että Euroopan kentät ovat hänelle

realistisempi vaihtoehto. Hän pelasi esimerkiksi Italiassa Virtus Bolognassa, Venäjällä Himkissä, Espanjassa FC Barcelonassa sekä Saksassa Bayern Münchenissa.

– Tiesin, että Euroopassa on sellaista koripalloa, mihin omat juttuni sopivat. Venäjä-vuosina minulla oli mahdollisuus mennä NBA:han, mutta olin pelannut itseni niin hyvään asemaan Euroopassa, ettei ollut enää hinkua lähteä muualle.

Olosuhteita paremmaksi

Helsinki Seagulls on kuulunut viime vuosina Korisliigan kärkijoukkueisiin, mutta mestaruus on toistaiseksi uupunut. Takamiehenä pelaava 33-vuotias Koponen yrittää auttaa lokkiryhmää saavuttamaan Suomen mestarille jaettavan Pantteri-patsaan.

Mestarikandidaatin iskukyvyystä kertoo muun muassa se, että lokakuun 19. päivä pelatussa ottelussa Tampereen Pyrintöä vastaan Seagulls teki Korisliiga-historiaa upottamalla peräti 31 kolmen pisteen koria.

– Pyrinnön tyyli puolustaa ei ole ehkä se optimaalinen tapa meitä vastaan, sillä meillä on niin paljon hyviä heittäjiä.

Susijengi eli Suomen miesten koripallomaajoukkue synnytti 2010-luvun arvokisoissa suomalaisen koripallohuan. Se huuma ei ole kuitenkaan iskostunut samalla tavalla kansalliseen pääsarjaan.

Koponen kokee, että Korisliigan suosio voisi kasvaa paljon isommaksi olosuhteita kehittämillä.

– Onkin hienoa nähdä, että Joensuuun ja Kauhajoelle tulee uusi halli. Seagullille on tulos Helsinki Garden.

– Saksassa oli hienoa, kun ennen ottelua ihmiset ja yritykset tulivat syömään ja juomaan. Pelin jälkeen pelaajien velvollisuus oli käydä näyttämässä naamaansa VIP-tiloissa. Tuota kautta ottelutapahtumaa voi saada parannettua ja lisää resursseja.

Vielä kerran arvokisoihin

Kuten Koponen jutun alussa totesi, ura päättyy suurella todennäköisyydellä tähän kauteen. Hän haluaa kruunata pitkän maajoukkueuransa syyskuussa 2022 järjestettäviin lajin EM-kisoihin.

Lähemmäs 140 maajoukkuepeleä pelannut Koponen oli 2010-luvulla kantavia voimia, kun Susijengi pelasi neljissä EM-kisoissa sekä vuoden 2014 Bilbaon MM-kisoissa. Maajoukkueutarinan kasvua todistaneen Koposen parhain muisto liittyy vuoden 2017 EM-kisoihin, jolloin yhtenä alkulohkopaikkana toimi Helsinki.

– Olen ollut maajoukkueessa niin pitkään, että olen nähnyt molemmat puolet. Hyvä jos peleissämme oli edes 1 000 katsojaa, kun voitimme Serbian Energia Areenalla. Ero oli iso verrattuna siihen, kun pelasimme kotikisoissa ja täysi Hartwall Areena kannusti meitä.



Kirjoittaja: Joel Sippola
Kuva: Koripalloliitto

■ Koripallon miesten EM-loputurnaus pelataan syyskuussa 2022 neljässä eri maassa: Saksassa, Tshekeissä, Georgiassa ja Italiassa. Pudotuspelit pidetään Berliinissä.

Viidettä kertaa peräkkäin EM-kisoihin edennyt Suomi kohtaa Prahassa pidettävässä D-lohkossa Israelin, Puolan, Serbian, Tshekin ja Hollannin. Lohkon neljä parasta etenee neljännesvälieriin eli 16 parhaan joukkoon. Suomen joukkueessa pelannee myös NBA-koripalloilija **Lauri Markkanen**, joka siirtyi kesällä Chicago Bullsista Cleveland Cavaliersiin.

Kutsumanimeä Susijengi kantavalla miesten koripallomaajoukkueella on ollut viiden vuoden tauko arvokisaturnauksista, sillä se ei selvinnyt vuonna 2019 järjestettyihin lajin MM-kisoihin.

Susijengissä on käynnissä sukupolvenvaihdos, kun maajoukkueita vuosikaudet kannatelleet Petteri Koponen ja muut tukipilarit siirtyvät hiljalleen syrjään. Potentiaalisia tulevaisuuden avainpelaajia ovat muun muassa **Elias Valtonen** ja **Mikael Jantunen**.

Viiden vuoden tauko päättyy Prahassa

– Puoli vuosikymmentä on pitkä aika. Kiva, että sekin odotus vihdoin päättyy, toteaa päävalmentaja **Henrik Dettmann**, joka väistyy maajoukkueen päävalmentajan paikalta ennen EM-kisoja.

Marraskuussa MM-karsinnat aloittanut Susijengi kohtaa karsintalohkossaan vuoden 2017 EM-voittaja Slovenian, Kroatian sekä Ruotsin, jotka se kohtaa sekä kotonaan että vieraisa. Heinäkuun alussa päättyvien karsintalohkojen kolme parasta joukkuetta selviytyy jatkokarsintoihin, jotka alkavat elokuussa.

Toisessa karsintavaiheessa mukaan lasketaan ensimmäisessä karsintavaiheessa hankitut pisteet. Kuuden joukkueen karsintalohkosta kolme parasta etenee vuonna 2023 Japanissa, Indonesiassa ja Filipineillä pidettävään MM-loputurnaukseen.

Koponen pitää maajoukkueen tulevaisuutta valoisana. Häntä itseään kiinnostaa erityisesti se, kuka perii häneltä aloittavan takamiehen paikan.

– Siellä on hyviä jätkeä tulossa, kuten **Edon Maxhuni** ja joukkuekaverini **Lassi Nikkarinen**. On kiva siirtyä faniosastolle sitten jossain vaiheessa.

AROMIX
Laadukasta varainhankintaa
Mausteita, Kahvia ja Teetä

www.aromixvarainhankinta.fi



Tampereella ja Porissa pesäpallohuumaa alajärveläismausteilla

Miesten Superpesiksen mestariksi rynnisti Tampereella pesäpallohuuman käynnistänyt Manse PP. Naisissa Porin Pesäkarhut palasi kultakantaan 19 vuoden tauon jälkeen. Molempien joukkueiden pelinjohtajat ovat lähtöisin samalta paikkakunnalta.

Kirjoittaja: Pasi Peltola
Kuva: Newspix24 / Kalle Parkkinen

Pesäpallomestaruuksia juhliittiin kaudella 2021 varsinkin oudoissa osoitteissa. Miesten SM-kultamitalit päätyivät ensi kertaa liki 80 vuoteen Tampereelle, naisten kultahumusta nautittiin lähes kahden vuosikymmenen tauon jälkeen Porissa.

Yhteistä mestaruusjuhille oli alajärveläinen pelinjohtaja. Manse PP:n miesten merkkipelin kultaisen kosketuksen toi **Matti Iivarinen**, 56, Porin Pesäkarhujen naisten laitto oikeaan järjestykseen **Jarkko Pokela**, 37. Manse kukisti loppuotteluissa Kouvolan Pallonlyöjät voitoin 3–2. Pesäkarhut rynnisti mestariksi voittamalla runkosarjan nimiinsä vieneen Jyväskylän Kirittäret 3–1.

Kultajakkaralta pudotettiin Kirittäret ja miehissä Sotkamon Jymy, jotka olivat kaapineet 2000-luvun mestaruuksista yli puolet.

– Miehissä kärkinelikko oli ollut vuosia sama neljän seuran ryhmä. Manse toi hyvän säpinän koko toimintaan. Urheiluromantikkona arvostan pitkäjänteisyyttä, mutta realismia on se, että jonkun on avattava kukkaroa, jos menestystä haluaa, Pokela kuvaili.

Jussila ja Kivinen kovan seuran

Mansen mestareista 32-vuotias kapteeni **Tuomas Jussila** (Pattijoen Urheilijat 2008 ja Joensuun Maila 2018–19) ja 30-vuotias jokerivaihtaja **Lauri Kivinen** (Sotkamon Jymy 2009 ja JoMa 2018–19) voittivat kultaa kolmannessa seurassa.

Vain neljä miespesäpallolijaa oli aiemmin pystynyt samaan. Viimeisimmät kerhoon liittyneet jäsenet olivat **Mikko Vitikainen** (Jyväskylän Kiri, KPL ja Imatran Pallo-Veikot) vuonna 1986 ja **Jukka Holttinen** (IPV, Oulun Lippo ja Kiteen Pallo) kesällä 2000.

Runkosarjan voittaneiden tamperelaisten ensimmäinen kompastuskivi oli jo puolivälierissä. Manse valitsi pudotuspelien avauskierroksen vastustajakseen runkosarjan seitsemänneksi sijoittuneen IPV:n. Kaksi ensimmäistä kohtaamista voittanut IPV oli kolmannessa pelissä kotikentällään kotiutuski-sassa yhden lyöjän päässä mitalipeleistä, kun Jussila pelasti tasotusjuoksullaan Mansen jatkopareille.

– IPV-ottelusarjassa tästä tuli joukkue isolla Jiillä! Jymystä selvisimme välierissä samoilla bensoilla, mutta KPL laittoi finaaleissa meille tosissaan vastaan, korosti pudotuspelien arvokkaimmaksi pelaajaksi nimetty Jussila.

Pelinjohtaja Iivarinen lopetti mestaruuteen

Mansen kakkosvahti **Juuso Myllyniemestä**, 30, tuli mestarina toisen polven sellainen, Alajärven Ankkureissa 1980-luvun lopulla tuplakultaa juhlineen isänsä **Karin** jatkoksi.

Mansen pelinjohtaja Iivarisesta, 56, oli 2000-luvulla jo kuudes mestaripelinjohtaja, jolla oli uraltaan SM-kultaa myös pelaajana.

Janne Vuorinen, Sami Sirviö, Mikko Kuosmanen, Mikko Korhonen ja Jani Komulainen voittivat pelaajana mestaruuden Sotkamon Jymyssä, Iivarinen Alajärven Ankkurien lukkarina 1988 ja 1989. Iivarisen mestaruuksien väliin mahtui 32 vuotta.

Opettaja Iivarinen tunnetaan Alajärvellä miehenä, jonka iltapäivälänkin mukaan voi tarkistaa kellonsa olevan oikeassa ajassa. Iivarinen ilmoitti mestaruusjuhlien jälkeen liki 40-vuotisen urakan pääsarjapesäpalloilun parissa päättyneen.

Ylisuuren 15-joukkueisen miesten pääsarjan ja korona-ajan rajoitteiden tuomat ongelmat osoittivat oireita, kun Siilinjärven Pesis luopui pääsarjapaikasta pian kauden päättymisen jälkeen.

Pelaamalla Superpesiksestä putosivat Siipen naiset ja Haminan Palloilijoiden miehet.

Korona jättää arvet

Pesäpalloulu juhlii 2022 satavuotista taivalta. Lajin ensimmäisen Suomen mestaruuden voitti Helsingin Pallonlyöjät vuonna 1922. Itä-Länsi on ohjelmassa miesten pääsarjan ainoassa asukasluvultaan kuusinumeroisessa kaupungissa, Tampereella 8.–10. heinäkuuta. Pesäpalloulu selvisi kaksi kesää korona-ajasta ilmeisin pienin vaurioin, mutta tulevaisuutta on silti vaikea ennustaa.

– Tietynlaiset arvet se varmasti jättää katsojakäyttämiseen. Lajin televisiotuote on nykyisellään hyvä. Seurojen pitää saada se tuottamaan, koska katsojat varmaankin jäävät entistä helpommin kotiin. Toki kesällä 2020 yleisö opetettiin myös siihen, että pääsylipusta täytyy maksaa täysi hinta. Tulevat vuodet tulevat näyttämään, vaikuttaako tämä aika juniorien määrien nauttamiseen, Pokela pohti. Viittaus liittyy siihen, että moni seura poisti alennuslippuryhmien määrää ja nosti yksittäisten otteluiden lippuhintoja kesällä 2020.



- Huippupaikka opiskella liikunta-alaa
- Kumppani valmennukseen, testaukseen ja valmentajakoulutukseen
- Asiantuntija hyvinvointiin
- Elämysten ykkönen vapaa-ajalla

Varala.fi

Koulutus | Urheilu | Yritykset | Vapaa-aika

"Siin se ny o!"

Kuva: Topi-Alexi Lohiranta

■ Porissa oli todistettu Pesäkarhujen vuonna 2002 voittaman naisten Suomen mestaruuden jälkeen kuudet hävityt SM-finaalit. Porissa heinäkuussa järjestetty Itä-Länsi sai arvoisensa jatkon, kun Pesäkarhut voitti ratkaisufinaalin 25. syyskuuta kotikentällään 1827 katsojan edessä.

Pesäkarhujen 18. peräkkäinen välieräkausi huipentui seuran kasvatin **Pinja Arbeliuksen**, 21, supervuorparissa lyömään voittojuoksuun.

Voittojuoksun toi 17-vuotias kankaanpääläiskasvatti **Tiia Peltonen**, jolla oli ennen kautta vain kuuden pääsarjaottelun kokemus. Pudotuspeleissä vaihtajana pelannut etulukija Peltonen nimettiin ennakkoluulottomasti pudotuspelien arvokkaimmaksi pelaajaksi.

– Porissa on ollut tietynlainen huuma pitkään, mutta nyt se näkyy isommin. Harrastajamäärät ovat junioreissakin kasvamaan päin. Mestaruus piristi paljon sillä puolella. Muutkin haastajajoukkueet saavat naisten sarjassa varmaankin tästä vireyttä, arveli Pesäkarhuissa päätoimisena pelinjohtajana ja valmennuksen johtajana työskentelevä Pokela.

Kankaanpään lukiossa toista vuotta opiskelevan Peltosen harppaus ratkaisurooliin kolmonen hissassaan on ollut melkoinen. Hän takoi pudotuspelien 47 kärkilyöntiään 73,4-prosentisella teholla, yli



kymmenen prosenttiyksikköä vakuuttavammin kuin joukkueen toiseksi tehokkain vaihtolyöjä.

– En odottanut keväällä näin isoa roolia. Tavoitteeni oli vain päästä yhdeksikköön, myönsi kaikki ottelunsa kolmosena pelannut Peltonen.

Kun loppuotteluita pelattiin vain viikonloppuisin, ehti Peltonen välillä kouluunkin.

– Sain helmikuussa ajokortin etuajassa, mutta enpä paljoa pelikiireiden takia alkusyksyllä koulussa käynyt, Peltonen hymähti.



DYNASTIAN HAASTAJA

Tampereen Classic on hallinnut miesten salibandyn pääsarjaa vuosikaudet, mutta viime keväänä mestaruusputki oli lähellä katketa välierissä Nokian KrP:lle. Nokialaisjoukkueesta on kehittynyt yksi sarjan mielenkiintoisimmista joukkueista, ja näätäpaitojen riveissä on kovan luokan osaamista niin kentällä kuin penkin takanakin.

Teksti: Juha Aaltonen | Kuva: Esa Takalo

Tampereen Classic on voittanut miesten salibandyliigan eli nykyiseltä nimeltään F-liigan mestaruuden viisi kertaa peräkkäin eli 2016–19 sekä 2021. Vuonna 2020 ei mestaruudesta pelattu.

Maaliskuussa 2021 oli kuitenkin lähellä mestaruusputken katkeaminen jo välierissä, sillä Nokian KrP johti sarjaa voitoin 3–2.

– Harmittaa yhä törkeästi, kun päästimme mahdollisuuden käsistämme. Ei vain osattu vielä voittaa, sanoo KrP:n tähtihyökkääjä **Joonas Rantala**.

Rantala pelaa neljättä kautta KrP:ssa. Edelliset kaudet ovat tuoneet pistepörssissä sijat kaksi kaudella 2020–21, kolme ja kaksi, kun pisteitä on kertynyt 64, 66 ja 65.

Pronssit lämmittivät mieltä

KrP päätti kauden voittamalla pronssiottelussa Turussa TPS:n 53, Rantala teki kaksi maalia. Tammikuussa joukkue oli hävinnyt cupin finaalissa SPV:lle Riihimäellä, vaikka KrP johti ottelua kolmella maalilla.

– Kautta voi pitää menestyksenä ja siitä oli hyvä lähteä kauteen 2021–22. Tämä on päävalmentaja **Jarmo Härmän** viimeinen eli viides kausi. Kaudella 2022–23 päävalmentajaksi nousee **Janne Kainulainen** ja seuraavalla kaudella 2023–24 pääsemme pelaamaan uuteen halliin Nokial-

la, sinne mahtuu 1850 katsojaa tätä tietoa, sanoo manageri **Marko Salmela**.

Myös Härmä pitää kautta 2020–21 kokonaisuutena erinomaisena. Pronssi oli toinen mitali, edellinen tuli 2018.

– Liigan taso on noussut koko ajan tänä aikana mitä olen ollut valmentajana. Niin on myös KrP:ssa. Pelaajat ovat vahvempia ja nopeampia, kaikki ovat hyvin treenattuja ja itse pelissä on lisääntynyt fyysisyys sekä suunnanmuutospeli. Pitää nostaa hattua tuomareille, että ovat pysyneet mukana, Härmä sanoo.

Kovia pelimiehiä

Härmä haluaa joukkueensa panostavan pallonhallintaan sekä jäämäkkyteen molempien maalien edessä.

– Peliä pitää osata pelata monella tavalla. Vaikka kaikki lähtee omasta tekemisestä, niin pitää mukautua vastustajan pelitapaan. Isossa kuvassa pitää silti pyrkiä aina hallitsemaan palloa ja myös puolustettaessa pitää olla mieluummin aktiivinen ja prässätä vastustajan pallollista pelaajaa, Härmä tiivistää ajatuksiaan.

KrP harjoittelee 10–11 kertaa viikossa. Suurin osa pelaajista on opiskelijoita, he ehtivät aamutreeneihin. Töissä käyvien työnantajien kanssa on saatu sovittua hyvin asiat.

Rantala työskentelee Dista Oy:ssä.

– Myyn yrityksille etätapaamisia. Työ sopii hyvin salibandyn pelaajalle. Vapaa-ajat haluan olla työtostävän kanssa, joskus käyn Taipalsaarella tapaamassa vanhempiani, Rantala sanoo.

Mitkä ovat periaatteesi pelaajana ja ihmisenä?

– Tavoite on olla joka päivä parempi pelaaja kuin eilen. Haluan voittaa kaiken mitä on mahdollista. Uran jälkeen pitää olla fiilis että kaikki kivet on käännetty. Ihmisenä olen mukava ja ystävällinen kaikille, Rantala vastaa.

KrP ei ollut kaudella 2020–21 eikä ole kaudella 2021–22 yksin Rantalalan tehojen varassa. Seurakone **Henri Johansson** oli pistepörssin kolmas ja **Nico Jonaeson** yhdeksäs.

Henri Johansson on rikkonut urallaan lukuisia ennätyksiä, tammikuussa 2021 hänestä tuli 12. KrP-kaudellaan liigan ensimmäinen 600 maalin pelaaja. Saldo ennen kautta 2021–22 oli 609+438=1047, hänestä tuli kauden 2020–21 aikana myös ensimmäinen 1000 tehopisteen pelaaja.

– Joukkueen ydin on ollut koossa vuosia ja tällä kaudella aiomme voittaa, Rantala povaa.





Maailman parhaiden joukossa

Upean vuoden pelanneella **Matilda Castrenilla, 26**, oli aiemmin unelma, josta on tullut todellisuutta. Suomalaista golfhistoriaa tehnyttä pelaajaa valmentaa salibandypiireistäkin tuttu **Petteri Nykky**.

Kirjoittaja: Joel Sippola
Kuva: Suomen Golfliitto / Tomi Natri

Kun puhutaan tavoitteesta, kaikille se ei aina tarkoita jotain tiettyä sijoitusta tai tapahtumaa. Golfari **Matilda Castrenille** pitkän tähtäimen tavoite tarkoittaa seuraavaa:

– Matildalla on ollut kauan aikaa järkevä tavoite. Ensin se oli unelma, nyt se on tavoite, jota ei minun mielestäni tarvitse muuttaa mitenkään. Hän haluaa pelata maailman parhaimpien pelaajien kanssa, Castrenin henkilökohtaisena valmentajana toimiva **Petteri Nykky** kertoo.

Vuonna 2021 Matilda Castren eli unelmaansa. 1995 syntynyt pelaaja pääsi kiertämään juuri niitä kisoja, joissa maailman huiput ovat.

– Jos haluaa pelata maailman parhaiden kanssa, kannattaa pelata hyvin ja nimenomaan LPGA-kisoissa. Mikäli pelaa hyvin ja on hyvin sijoitettuna, pääsee pelaamaan viikonlopun viimeisissä ryhmissä, jossa maailman parhaat ovat yleensä mukana.

Coloradon karsinta avasi lukkoja

Yhdysvalloissa asuvalle suomalaiselle Castrenille vuosi oli lähestulkoon yhtä riemukulku. Kalerivuooteen mahtui vaikeitakin kisoja, mutta päällisin puoli kausi oli kuitenkin iso menestys.

Castrenin ensimmäinen suurteko tapahtui kesäkuun puolivälissä Kaliforniassa, kun hän voitti ensimmäisenä suomalaisena LPGA-osakil-

pailun. Vain muutama viikko myöhemmin hän oli samaisella kiertueella toinen USA:n Texasissa. Suomalaisista LPGA-kiertueella oli pelannut aiemmin vain **Minea Blomqvist-Kakko**, joka oli parhaimmillaan kolmas.

US Openin voiton ohella Castrenin kauden sykkädyttävimpään hetkiin lukeutui maineikas Solheim Cup, joka on kahden vuoden välein pelattava USA:n ja Euroopan välinen perinteinen kisa. Tapahtuman ensimmäinen suomalainen ratkaisi voiton Euroopalle.

– Solheim Cup tuli yllättävänkin nopeasti, vaikka se onkin ollut Matildan unelma ja tavoite pienestä työstä asti, Nykky ruotii.

Nykky huomauttaa, että kauden merkittävien merkkipaalu oli kuitenkin LPGA-kisan voitto. Loistavien esitysten ponnahduslautana toimi toukokuussa Coloradossa pidetty kisa, jossa hän lunasti paikkansa US Openiin.

– Se karsintakisa avasi monta henkistä lukkoa. Hän rupesi uskomaan itseensä ja peli meni eteenpäin. Muutama vuosi sitten Castrenin ryhmään mukaan tullut **Katja Pasanen** on tuonut apua henkiselle puolelle.

Työmoraali ja kova kilpailupää

Castren ja Nykky ovat tunteneet toisensa kymmenen vuoden ajan. Nykky alkoi valmentaa lupaavaa golfaria, kun tämä oli urheilulukiossa.

– Hänestä välittyi välittömästi ahkera kuva. Kyseessä on hyvin määrätietoinen ja tavoitteellinen urheilija.

– Oli silloin toki muitakin lahjakkaita tyyppjä, eihän näistä osaa ikinä arvailla. Toki hänellä oli taitoja jo silloin. Siinä vaiheessa ei pysty arvioimaan kuitenkaan mitään muuta kuin työmoraalia, joka oli Matildalla kovaa luokkaa.

Lahjakkuus alkoi näkyä paremmin jo esimerkiksi vuosina 2014 ja 2015, jolloin Castren voitti EM-joukkuehopeaa ja henkilökohtaisen EM-pronssin. Kyseessä on itseltään paljon vaativaa urheilijaa, joka on kehittynyt erinomaiseksi kilpailijaksi.

– Hän on ollut aina todella vaativa valmentettava, josta minä tykkään. Hän on tajunnut, että golf on raakaa arkea, johon kuuluu myös kovia happoharjoituksia sekä kaikenlaista perustekemistä.

Salibandyvalmentajana parhaimmin tunnettu Nykky on toiminut golfvalmentajana vuodesta 1992 lähtien. Tällä hetkellä hän työskentelee Suomen Golfliiton maajoukkuevalmentajana.

– Minulla on käynyt omalla valmennusurallani hyvä tuuri, sillä olen kohdannut monenlaisia mentoreja. Menen joka päivä sillä asenteella, että ymmärtäisin esimerkiksi pelaajia ja tekniikoita paremmin.

Uransa ensimmäisen MM-voiton saavuttanut **Kalle Rovannerä** pääsi kuljettajana taas askeleen lähemmäs maailmanmestaruusunelmaansa. Suomalaisittain ilonaiheita aiheutti myös historiallinen juniorimestaruus. Ensi kaudella MM-sarjassa puhalttaa muutoksen tuulet, kun käyttöön tulevat hybridautot.

Kirjoittaja: Joel Sippola
Kuva: WRC



Kylmähermoinen Kalle vastasi huutoon

Huippu-urheilussa on normaali käytäntö, että ennen kauden alkua joiltakin urheilijoilta odotetaan tietynlaisia tuloksia. Urheilijan kyvykkyydestä kertoo paljon se, kun hän pystyy täyttämään häneen kohdistuneet odotukset.

Tuossa asiassa **Kalle Rovannerän** voidaan sanoa onnistuneen toisella MM-rallikaudellaan Toyotan WRC-autolla. Pitkään superlahjakkuuden maineessa ollut suomalaiskuski kehittyi taas isoin harppauksin. Päällimmäisenä kaudesta jäivät tietenkin mieleen Virosta ja Kreikasta tulleet

uran avausvoitot, mutta yhtä lailla kova juttu oli Belgian asfalttirallin kolmas sija.

Jonkinlaisena pettymyksenä voidaan pitää Jyväskylän MM-rallia, jossa Rovannerä kisa päättyi ulosajoon. Rovaniemen talvirallissa hän oli kylläkin toinen, mutta häneltä odotettiin voittoa.

– Kausi vastasi aika pitkälti odotuksia. Viime vuoden jälkeen ajateltiin, että hän on paljon lähempänä kärkeä, ja voittoja tulikin kaksi kappaletta. Pieni varjo oli se, että hänelle kaksi ennalta vahvinta kisaa eli Suomen MM-rallit olivat tietynlaisia pettymyksiä. Toisaalta kun huomioi reaali-tilanteet, aika harvassa ovat ne kaverit, jotka ajavat

Jyväskylässä ensimmäistä kertaa voitosta tuolla kalustolla, AKK-Motorsportin rallin lajipäällikkö **Henri Frank** toteaa.

Kylmäpäisyys yllätti

Rovannerää on pidetty kylmähermoisena kuljettajana, mutta siitä huolimatta vuonna 2000 syntynyt nuorukainen yllätti taas monet.

– Yllätyin siitä, miten hyvin hän pystyi käsittelemään tilanteita. Toki Jyväskylän vaikeudet näyttivät, että siinä on sitä inhimillisyyttäkin, mutta hänellä on silti sellaista kimiräikkösmäistä vii-leyttä. Siitä huolimatta Kalle on faneille ja muil-



lekin helposti lähestyttävä. Hänen kohdallaan kylmänviileys ei tarkoita sitä, ettei puhuta kenelkään yhtään mitään.

Vuonna 2022 rallin MM-sarjassa siirrytään hybridautoihin. Ison sääntömuutoksen takia onkin vaikea ennustaa, mihin Rovannerä ensi kaudella yltää.

– Kalle on osoittanut sen, että hän pystyy mukautumaan hirveän nopeasti uusiin autoihin ja muutoksiin. Kun hän muutama vuosi sitten hypäsi R5-autoon, hän oli heti ytimessä. Totta kai paljon riippuu siitä, kuinka paljon hän saa ajaa testiä vuodenvaihteessa.

– Rovannerä on kuitenkin vakiinnuttanut paikkansa, ja pitää huomioida, että hän nousee Toyotalla yhden askeleen ylöspäin, kun **Sebastien Ogier** jää osa-aikaiseksi kuljettajaksi. Kalle osoitti esimerkiksi Belgiassa, että asfalttirallikin taittuu hienosti. Kokonaisvaltaisuus onkin nyt se, missä pitää mennä seuraavaksi eteenpäin.

Pajari säväytti

Vuonna 1994 syntynyt **Teemu Suninen** lähti kauteen M-Sport Fordin kuljettajana, mutta jätti tallin elokuussa ja ajoi loppukauden WRC2-luokan autolla. Sopimukseton **Esapekka Lappi**

pääsi puolestaan kilpailemaan Toyotan WRC-kalustolla Jyväskylässä, missä suomalainen ajoi hienosti neljänneksi. Kyseisen suorituksen ansiosta Lappi pääsee ajamaan Toyotalla säännöllisesti tulevalla MM-rallikaudella.

Frankin mielestä suomalaisella rallilla menee kokonaisvaltaisesti hyvin, vaikka toisinaan tilanetta kuvataan synkemmäksi.

– Mielestäni suomalaisessa ralliautoilussa on kaiken kaikkiaan hyvin positiivinen tilanne. Välillä tuntuu, että odotukset ovat epärealistisia, koska meillä on ollut aina niin vahva edustus. Tilanetta pitää kuitenkin suhteuttaa siihen, kuinka paljon kuskipaikkoja MM-sarjassa on. Palkkakuskipaikkoja on kuudesta kahdeksaan. Jos niistä kaksi on suomalaisten hallussa, se on paljon enemmän kuin kellään muulla. Toisaalta ralli on muuttunut niin, että ammattilaisena voi operoida myös WRC2-tasolla, jossa on suomalaisia.

Tulevaisuuden kannalta mielenkiintoinen suomalaistapaus on 19-vuotias **Sami Pajari**, josta tuli viime kaudella ensimmäinen suomalaiskuljettaja, joka on voittanut rallin junioreiden maailmanmestaruuden. Vuodesta 2001 asti järjestetyssä JWRC-sarjassa mestaruutta ovat juhlineet muun muassa sellaiset nimimiehet kuten **Sebastien Leob**, **Sebastien Ogier** sekä **Elfyn Evans**.

Pajari kunnostautui tällä kaudella myös EM-sarjassa.

– Onhan tuo todella kova näyttö, sillä tuota sarjaa ei voiteta helposti. Havaitimme hänen lahjakkuutensa vuonna 2019, kun hänet valittiin AKK:n tulevaisuuden tähdeksi. Viime kausi oli hänelle kaikilta osin haastava väli vuoden takia, vaikka hän pääsi vähän ajamaan junnusarjaa. Nyt hän näytti sekä JWRC:ssä että EM-sarjassa, kuinka suvereeni hän on.

– Samalla on tie auki. Moni asia ratkaisee, mihin tie johtaa. Millaiset taustat ovat? Millaiset taloudelliset mahdollisuudet ovat? Vaihtoehtoja kyllä varmasti on.

Tuleeko uusia talleja?

Kuten todettua, rallin MM-sarjassa siirrytään ensi kaudella hybridautoihin. Frankin mukaan yleisön kannalta muutos ei vaikuta kovinkaan dramaattiselta, mutta sen sijaan talleilla ja kuskeilla oppimista riittää. Hänen mukaansa hybridautoja on päästy testaamaan liian myöhään.

– Autot kuulostavat ja näyttävät jokseenkin samalta. Dynamiikka muuttuu kuskiensa näkökulmasta. Kun autojen tekniikasta karsitaan, ajaminen muuttuu erilaiseksi. Inhorealinen näkemys on se, että kauden avauksessa Monte Carlossa voi tulla aika paljon keskeytyksiä. Se, joka pääsee rallin läpi ilman keskeytyksiä, on vahvoilla.

– Kaudesta tulee joka tapauksessa mielenkiintoinen, sillä emme tiedä autojen voimasuhteista mitään. M-Sport on ollut nyt selkeästi puolen suoran mittaa muita perässä, mutta ensi vuoden alussa se voi olla samalla viivalla tai jopa vähän edellä.

Hybridautojen on toivottu tuovan sarjaan lisää talleja. Tällä hetkellä WRC-luokassa on vain Toyota, Hyundai ja M-Sport.

– Hybridi on ollut autovalmistajien tahto, sillä monet haluavat uusia työkaluja omien tuotteidensa markkinointiin. Toivottavasti talleja tulisi lisää. Se on kuitenkin pitkä prosessi, sillä jos tänään joku valmistaja päättää osallistua sarjaan, se on mukana aikaisintaan 2023 tai 2024.

ANALYYSI:

Kimi Räikkönen tiesi mitä teki



Kimi Räikkösen Lotus-vuodet kuvastavat maailmanmestarin todellista suuruutta. Vuonna 2022 suomalainen formulakansa siirtyy uuteen aikakauteen. Lajina F1 on tällä hetkellä mielenkiintoisinta pitkään aikaan.

Kirjoittaja: Joel Sippola

Vaakakuva: Alfa Romeo Racing ORLEN/Xavi Bonilla/DPPI

Pystykuva: Alfa Romeo Racing ORLEN/François Flamand

O

ne more year. Kyseinen lause liittyi aikoinaan **Teemu Selänteeseen**, joka punnitsi moneen otteeseen uransa jatkoa.

One more year kuvastaa osuvasti myös F1-kuljettaja **Kimi Räikkösen** uran viimeisiä vaiheita. Hän eteni kausi kerrallaan vuodesta 2015 lähtien. Kyseinen saaga sai kuitenkin päätöksensä, kun Räikkönen kertoi syyskuussa lopettavansa mittavan F1-uransa tähän kauteen.

Räikkösen upeasta F1-urasta on kerrottu kuka kuinkin kaikki oleellinen: Ferrarin viimeisin kuljettajien maailmanmestari, suomalaisista eniten osakilpailuvoittoja (21), 103 palkintokorokesijaa, yli 350 starttia.

Lotus-vuodet kasvattivat imagoa
Kun puhutaan Kimi Räikkösestä, ei sovi unohtaa miehen persoonaa, jolla hän on erottunut F1-maailmassa. Räikkösen persoonassa olennaista on se, että hän on selvästi oma itsensä.

Pitää kuitenkin muistaa, että uransa alkuaikoina Räikkönen ei nauttinut niin suurta suosio-

ta mitä nyt. Suomessa nuori Kimi Räikkönen oli eräänlainen outo lintu.

McLaren-vuosinaan 2002–2006 hän oli kylä erittäin nopea, mutta kaikille formulafaneille miehen tapa toimia ei oikein auennut. Suomalainen urheiluyleisö oli tottunut **Mika Häkkinen** pitkiin analyttisiin pohdintoihin, joten medialle oikein mitään kertonut niin sanottu Jäämies oli olemukseltaan ja elämäntavoiltaan omituinen poikkeus.

Oikeastaan hän nousi maailmanlaajuiseksi käsitteeksi kymmenen vuotta sitten tekemänsä F1-paluun jälkeen. Itse asiassa kausina 2012–2013 Lotuksella nähtiin kokonaisvaltaisesti paras versio Kimi Räikkösestä.

Lotus lähti kauteen 2012 viidenneksi tai kuudenneksi parhaimpana tallina, mutta uransa huipulla ajanut Räikkönen otti kalustosta kaiken mahdollisen irti. Yhden voiton ja seitsemän palkintokorokesijaa saalistanut Räikkönen oli loppupisteissä hienosti kolmas Red Bullin **Sebastian Vettelin** ja Ferrarin **Fernando Alonson** jälkeen.

Lotus-vuosinaan Räikkönen todisti F1-maailmalle sen, etteivät hänen erinomaiset kisakuskin taitonsa olleet kadonneet mihinkään. McLa-



Kimi Räikkönen.

renia ja Ferraria rennommassa talliympäristössä myös hänen persoonansa pääsi täydellisesti esiin. Räikkösen suosion kasvua selittää varmasti myös hänen legendaarisen lausahduksensa voittoon päätyneessä 2012 Abu Dhabin kisassa: ”Just leave me alone, I know what I’m doing”.

Vain yhden suomalaisen voimin

Räikkösen lopettaminen tarkoittaa myös sitä, että formula ykkösissä nähdään ensi kaudella vain yksi suomalaiskuljettaja ensimmäistä kertaa sitten vuoden 2011. Suomalaista F1-osaamista edustaa yhdeksän kauden kokemuksella **Valtteri Bottas**, joka siirtyy viiden Mercedes-vuoden jälkeen Räikkösen paikalle Alfa Romeolle.

Bottaksen Mercedes-aikakautta voidaan pitää onnistuneena, vaikkei hän missään vaiheessa pystynyt haastamaan tallikaveriaan **Lewis Hamiltonia** maailmanmestaruudesta. Mercedesille nastolalainen osoitti olevansa nopea ja luotettava kuski, joka tuo tallille tärkeitä pisteitä. Voi myös todeta, että niin sanottuna kakkoskuskinä Bottas hoiti leiviskänsä Ferrarin ja Red Bullin kakkoskuskeja paremmin.

Bottas on parhaimmillaan aika-ajoissa, mistä kertoo 20 (kirjoitushetkellä) paalupaikkaa. Pudotus Mersulta sarjaan alempaan keskikastiin kuululle Alfa Romeolle on todennäköisesti raju. Vuonna 2022 voimaan astuvien sääntömuutosten myötä talli voi kuitenkin ajaa säännöllisesti pisteistä.

Taponen tuo toivoa

Bottaksen jälkeen suomalainen F1-tulevaisuus näyttää sumuiselta, mutta kaukana horisontissa näkyy silti jotain valoa. Vuonna 2006 syntynyt **Tuukka Taponen** voitti lokakuussa ensimmäisenä suomalaisena kartingin maailmanmestaruuden.

Jo viime vuonna kartingin junioriluokassa MM-hopeaa voittanut Taponen on lahjakkuus, joka on tyryllä Ferrarin junioriohjelmaan. Formula ykkösiin matka on joka tapauksessa vasta alkutekijöissään, joten suomalaiselta formula-kansalta vaaditaan malttia.

Huomiota kannattasi kiinnittää myös muihin formulaluokkiin ja rata-autoihin. Mielenkiintoinen tapaus on 17-vuotias **Luka Nurmi**, joka ajoi tänä vuonna muutamaa voittoon Ferrari Challenge -sarjassa. Maininnan ansaitsee myös ko-

kenut autourheilija **Emma Kimiläinen**, joka oli kokonaispisteissä kolmas W Series -formulasarjassa.

F1-tuote kunnossa

Vaikka suomalaista F1-kuljettajaa ei lähitulevaisuudessa kärkitaistossa nähdäkään, formula ykköset on tällä hetkellä kiinnostavinta moneen vuoteen. Tällä kaudella F1:ssä nähtiin pitkästä aikaa kahden eri tallin kuskin välinen maailmanmestaruustaisto, kun Hamilton ja Red Bullin **Max Verstappen** ottivat välillä kirjaimellisestikin yhteen.

Marraskuuhun mennessä palkintokorokkeella oli nähty 12 kuskea kahdeksasta eri tallista. Jo viime kaudella kolmen joukkoon ylsi 13 kuskea seitsemästä eri tallista. Sitä ennen yhtä monta kuskea oli yltänyt kolmen joukkoon viimeksi vuonna 2012.

Kauteen mahtui useita yllätyksellisiä ja tapatumariikkaita kisoja. Uuden sukupolven tähdet Verstappen, **Charles Leclerc**, **George Russell** ja **Lando Norris** pitävät huolen siitä, että lähivuosiina F1:ssä riittää yllin kyllin jännittävää.

Aki Ajon tallin kaudesta täysosuma

Kirjoittaja: Joel Sippola
 Kuva: Newspix24/Tomi Hänninen



■ Suomalaisen **Aki Ajo** johtamalle Red Bull KTM Ajo -tallille ratamoottoripyöräilyn MotoGP-kausi 2021 oli todellinen jättipotti. Talli saavutti niin kuljettajien kuin tallien maailmanmestaruuden sekä Moto3- että Moto2-luokassa. Ajon talli ei ollut aiemmin voittanut kahden eri luokan kuljettajien MM-titteleitä saman kauden aikana. Aiemmin hän oli päässyt juhlimaan kuutta kuljettajien maailmanmestaruutta, joista viimeisin oli vuodelta 2016.

Moto3:ssa Ajon tallin 17-vuotiaasta **Pedro Acosta** tuli ensimmäinen kuski sitten vuoden 1990 ja **Loris Capirossin**, joka on yltänyt kyseisessä luokassa maailmanmestaruuden heti debyyttikaudellaan. Kuusi kisaa voittanut espanjalainen oli etenkin alkukaudesta pitelemätön, vaikka kauden jälkimmäisellä puoliskolla Italian **Dennis Foggia** pääsi lähelle.

Valmistajien maailmanmestaruuden Red Bull KTM Ajo -tallille jo aikaisessa ratkaisseet Espanjan **Raul Fernandez** ja Australian **Remy Gardner** kävivät kovat taistelun Moto2-luokan kuljettajien tittelistä. Mestaruus meni lopulta Gardnerille.

MotoGP-luokassa maailmanmestariksi kaasutelli Yamahan 22-vuotias **Fabio Quartararo**. Hänestä tuli pääluokan ensimmäinen ranskalainen maailmanmestari.

Urheilutarvike **M. Kiilunen**

Ajan hermolla, ajantasalla, nopeasti

www.urheilukiilunen.fi

Flying Finn®

Urheilutarvikkeita ja liikuntavälineitä

Seurat • Liikkuva koulu • Liikuntapaikat ja -salit

Kyläyhdistykset • Urheilun harrastajat ja ammattilaiset.

Uusi verkkokauppa uusi.urheilukiilunen.fi



SUOMALAISTA URHEILUA TUKEMASSA!



**SKANDI
STEEL**

Linjatietie 16, 29250 Nakkila, www.skandisteel.fi

**NOSTO JA ASENNUS
PASSILA OY**

Maansiirto J. Salminen Oy

Seisakkeentie 310, 03320 Selki

P. 0400-894 366

www.maansiirtosalminen.fi

**Osmon
Pienkone Oy
Kouvola**

Tmi Ari Jortikka

Härkitie 1, Köyliö

P. 0400-225250

E 21 Solutions Oy

Helsinki

www.e21.fi

sako
demand perfection



www.pisla.fi

oilon®
www.oilon.com



KWH-yhtymä
www.kwhgroup.com



www.sihuma.fi

Isännöintipalvelu

Isarvo Oy

Helsinki

**Metallityö
Heinimaa Oy**

TAMPERE

metallityo.heinimaa@elisanet.fi

**Suomen
Teollisuustyökalut
Oy**

Kaarina

P. 020 730 3000

www.idg-tools.com

Kuljetus ja Maanrakennus

P. Salonen Oy

Seutulantie 3-5 A, 04410 Järvenpää

Salonen Pekka 0400 481 249

Salonen Pasi 0400 850 670

pasi@salonenoy.fi

www.salonenoy.fi

**Suomen
Selluvilla-
Eriste Oy**

Perttiläntie 4, 07230 Monninkylä
(Askola)

Puh. 019-5606600

www.selluvilla.net

**Karhulan Levytyö
Kylliäinen&Karhu**

**Ammattitaitoista metallialan
palvelua Kymenlaaksossa**

www.karhulanlevytyo.fi



Juhliiko Venäjän Aleksandr Bolshunov Pekingin talviolympialaisissa?



Urheilukalenteri 2022

Tärkeimmät kansainväliset urheilutapahtumat

Jääkiekon alle 20-vuotiaiden MM-kisat
26. joulukuuta 2021 – 6. tammikuuta 2022

Maastohiihdon Tour de Ski
28. joulukuuta 2021 – 4. tammikuuta 2022

Keski-Euroopan mäkiiviikko
28. joulukuuta 2021 – 6. tammikuuta 2022

Tenniksen Australian avoimet 17.–30. tammikuuta

Futsalin EM-kisat, Hollanti 19. tammikuuta – 6. helmikuuta

Rallin MM-sarja 20. tammikuuta – 13. marraskuuta

Talviolympialaiset, Peking 4.–20. helmikuuta

Paralympialaiset, Peking 4.–13. maaliskuuta

Ratamoottoripyöräilyn MM-sarja
6. maaliskuuta – 6. marraskuuta.

Yleisurheilun MM-hallit, Serbia 18.–20. maaliskuuta

Formula ykkösten MM-sarja 20. maaliskuuta – 20. marraskuuta

Snookerin MM-kisat, Englanti 16. huhtikuuta – 2. toukokuuta

Uinnin pitkän radan MM-kisat, Japani 13.–29. toukokuuta

Tenniksen Ranskan avoimet 22. toukokuuta – 5. kesäkuuta

Jalkapallon Mestarien liigan finaali 28. toukokuuta

Wimbedonin tennisturnaus 27. kesäkuuta – 10. heinäkuuta

Ranskan ympäriajo 1.–24. heinäkuuta

Jalkapallon naisten EM-kisat, Englanti 6.–31. heinäkuuta

Yleisurheilun MM-kisat, USA 15.–24. heinäkuuta

Yleisurheilun alle 20-vuotiaiden MM-kisat, Kolumbia
2.–7. elokuuta

Yleisurheilun EM-kisat, Saksa 15.–21. elokuuta

Lentopallon miesten MM-kisat, Venäjä 26. elokuuta – 11. syyskuuta.

Tenniksen USA:n avoimet, 29. elokuuta – 11. syyskuuta

Koripallon miesten EM-kisat 1.–18. syyskuuta.

Jalkapallon miesten MM-kisat, Qatar
21. marraskuuta – 18. joulukuuta.



Olympiavoittaja Armand Duplantis jahtaa seuraavaksi ensimmäistä MM-kultaansa.

Poimintoja Suomessa järjestettävistä urheilutapahtumista

Pohjoismaisten hiihtolajien maailmancup, Lahti

26.–27. helmikuuta

Ampumahiihdon maailmancup, Kontiolahti 3.–6. maaliskuuta

Sulkapallon EM-kisat, Vantaa 25.–30. huhtikuuta

Jääkiekon miesten MM-kisat, Tampere & Helsinki

13.–29. toukokuuta

KymiRingin MotoGP-kisa, Iitti 8.–10. heinäkuuta

Kalevan kisat, Joensuu 4.–7. elokuuta

Jyväskylän MM-ralli 4.–7. elokuuta





Urheiluakatemia Tavastia tukee matkalla huipulle!

Tavastiassa opiskelu ja urheilu on helppo yhdistää.

Tarjoamme:

- ✓ laji- ja oheisharjoitukset
- ✓ valmennusta elämänhallinnassa
- ✓ ravintoneuvontaa
- ✓ henkistä valmennusta

Urheiluakatemia on Suomen Olympiakomitean huippu-urheiluyksikön alaista toimintaa.



**KOULUTUSEUNTAUTYTYMÄ
TAVASTIA**
kktavastia.fi

LIIKUNTAPALVELULUETTELO

A

Alajärven kaupunki

Liikuntapalvelut 044-2970215
.....merja.korpela@alajarvi.fi
.....www.alajarvi.fi
Sairaالات 3, 62900 Alajärvi

Alavuden kaupunki

Liikuntapalvelut 06-25251000
..... 044-5502057
fax 06-25251111
.....leena.maki@alavus.fi
.....www.alavus.fi
Kuulantie 6, 63300 Alavus
Käyntiosoite: Järviluomantie 3

E

Eurajoen kunta

Liikuntatoimi 044-3124267
.....jarmo.oll@eurajoki.fi
.....www.eurajoki.fi
Kalliotie 5, 27100 Eurajoki

Evijärven kunta

Liikuntatoimi
Liikunta- ja nuorisohjaaja
Satu Koski 040-5935238
.....satu.koski@evijarvi.fi
Liikunnanohjaaja ja urheilulueidenhoitaja
Antti Saari 044-7699207
.....antti.saari@evijarvi.fi
www.evijarvi.fi/vapaa-aika-ja-nuoriso/
Viskarinaukio 3, 62500 Evijärvi

H

Haapajärven kaupunki

Liikuntapalvelut 044-4456202
Liikuntakoordinaattori Niilo Piiponniemi
.....niilo.piiponniemi@haapajarvi.fi
Uimahalli 044-4456211
.....www.haapajarvi.fi
PL 4, 85801 Haapajarvi

Haapaveden kaupunki

Hyvinvointilautakunta
Kati Mäntylä 044-7591251
.....kati.mantyla@haapavesi.fi
.....www.haapavesi.fi
Käynti.os: Urheilutie 56, 86600 Haapavesi
PL 40, 86601 Haapavesi

Hailuodon kunta

Nuoriso ja liikuntatoimi 044-4973566
.....petri.partala@hailuoto.fi
.....www.hailuoto.fi
Luovontie 176, 90480 Hailuoto

Haminan kaupunki

Liikuntapalvelut
Liikuntakoordinaattori Kirsi Forsell
..... 040-1991491
.....kirsi.forsell@hamina.fi
.....www.hamina.fi
Puistokatu 1, 49400 Hamina

Hangon kaupunki

Liikuntatoimi 040-5189564
.....tommy.grondahl@hanko.fi
.....www.hanko.fi
Halmstadinkatu 7 C, 10900 Hanko

Hartolan Kunta

Liikuntapalvelut
Vapaa-aikapäällikkö Anna-Maija Muurinen
Puh 044-7432257
Kuninkaantie 16, 19600 Hartola
.....www.hartola.fi

KunkkuAreena, Kuninkaantie 14

-liikuntahalli
-boulderointi kiipeilyseinä
-lähiliikuntapaikka

Liikuntamaja, Visantie 29

-kuntosali
-ulkouleitistöt, luistelukenttä
-kuntoportaati, MOBO- suunnistus
-Frisbeegolf-rata

Hattulan kunta

Liikuntapalvelut
Liikuntapäällikkö
Jari Salmela 050-5090327
.....jari.salmela@eduhat.fi
Kauppatie 3, 13720 Parola

Heinäveden kunta

Vapaa-aikatoimi 040-8367035
.....markus.lindroos@heinavesi.fi
.....www.heinavesi.fi
Kenttätie 6, 79700 Heinävesi

Helsingin kaupunki

Liikuntapalvelut 09-310 1691
.....hel.fi/liikunta
Konepajankuja 1, PL 51400
00099 Helsingin kaupunki

Huittisten kaupunki

Nuoriso- ja liikuntapalvelut 044-5604331
.....teuvo.munkki@huittinen.fi
.....www.huittinen.fi
Risto Rytin katu 36, 32700 Huittinen

Hyrnsalmen kunta

Vapaa-aikatoimi 044-7104426
.....etunimi.sukunimi@hyrnsalmi.fi
.....www.hyrnsalmi.fi
Laskutie 1, 89400 Hyrnsalmi

Hyvinkään kaupunki

Liikuntapalvelut 019-45911
Liikuntapäällikkö Jarmo Vakkila
..... 040-8094386
.....jarmo.vakkila@hyvinkaa.fi
Kankurinkatu 4-6, 05800 Hyvinkää

Hämeenkyrön kunta

Elämänlaatuapalvelut / Liikuntapalvelut
Liikuntakoordinaattori
Mika Koskela 041-730 4021
.....mika.koskela@hameenkyro.fi
.....www.hameenkyro.fi
Härkikuja 7, 39100 Hämeenkyrö

I

Iisalmen kaupunki

Liikunta- ja nuorisopalvelut 040-5454567
.....pekka.partanen@iisalmi.fi
.....www.iisalmi.fi/liikunta
Joukolankatu 15, 74120 Iisalmi

Iitin kunta

Liikuntapalvelut
Hyvinvointikoordinaattori
Irina Barkman 0400-932135
.....irina.barkman@iitti.fi
.....www.iitti.fi
Veteraanitie 2, 47400 Kausala

Ilmajoen kunta

Liikuntapalvelut
Liikunta- ja vapaa-aikakoordinaattori
..... 044-4191297
.....etunimi.sukunimi@ilmajoki.fi
.....www.ilmajoki.fi
PL 23, 60801 Ilmajoki

Inarin kunta

Vapaa-aikatoimi
Vapaa-aikasihteeri
Mervi Urpilainen 0400-172304
.....mervi.urpilainen@inari.fi
.....www.inari.fi
Piiskuntie 2, 99800 Ivalo

Isojoen kunta

Liikunta- ja nuorisotoimi
Hyvinvointikoordinaattori
Maija Luomaniemi 040-667 4242
.....maja.luomaniemi@isojoki.fi
.....www.isojoki.fi
Teollisuustie 1 A, 64900 Isojoki

J

Joensuun Kaupunki

Liikuntapalvelut
Puh 050-409 2201
.....liikunta@joensuu.fi
.....www.joensuu.fi/liikunta
Mehtimäenaukio 2
80110 Joensuu

Juvan Liikuntatoimi

PL 28, 51901 Juva
Liikunnanohjaaja Jani Korhonen
Puh 040-751 8262
.....jani.korhonen@juva.fi
.....www.juva.fi

Vesiliikuntakeskus Sampola

Uimahalli, kuntosali, lipunmyynti/kahvio
Puh 0400-135 061
Uinninvalvonta 0400-135 060
www.vesiliikuntakeskussampola.fi
Vehmaan Lenkki-Juoksutapahtuma
2022 Juvalla! www.juva.fi/vehmaanlenkki

Jämijärven kunta

Hyvinvointitoimi
Hyvinvointipäällikkö
Toni Ojala 040-5876539
.....toni.ojala@jamijarvi.fi
.....www.jamijarvi.fi
Peijarintie 5 A, 38800 Jämijärvi

Jämsän kaupunki

Liikuntatoimi 040-5716556
.....katja.pohjoismaki@jamsa.fi
.....www.jamsa.fi
Kelhänkatu 3, 42100 Jämsä

K

Kangasalan kaupunki

Liikunnan palvelukoordinaattori
Jarno Schutskoff 050-309 4545
.....jarno.schutskoff@kangasala.fi
Vaihe 03-56553000
Vapaa-aikapalvelut
www.kangasala.fi/vapaa-aikapalvelut
PL 50, 36201 Kangasala
Käyntiosoite: Kuohunharjuntie 9, 1.krs

Kangasniemen kunta

Liikuntatoimi
Puh. 040-5861887
..... markus.brandt@kangasniemi.fi
..... www.kangasniemi.fi
Otto Mannisen tie 2, 51200 Kangasniemi

Kankaanpään kaupunki

Liikuntapalvelut
vapaa-aikapalvelut@kankaanpaa.fi
Liikunta- ja hyvinvointikoordinaattori
Ilari Köykkä 044-5772773
Tilavaraukset, info, kassapalvelut
..... 044-5772680
Liikuntapaikkamestari
Jarno Alhonomäki 044-5772681
Laitosmies
Tero Hietikko 044-5772684
Kenttämiehet, ulkoalueet:
Kimmo Sauvaniemi ja Niko Nurmela
..... 044-5772685
Erityisryhmien liikunnanohjaaja/uinninvalvoja: Ulla Hietanen 044-5772672
Liikunnanohjaajat/Uinninvalvoja:
Heidi Harju, Salla Vahvelainen, Salla Vuori, Marika Kallio
..... 044-5772759
Jämintie 10, 38700 Kankaanpää

Kannuksen kaupunki

Vapaa-ajanpalvelut 06-8745111
Asematie 1, 69100 Kannus
..... www.kannus.fi
Kitin Vapari (vapaa-aikakeskus / uimahalli)
..... 044-4745450
Liikuntatie 2, 69100 Kannus
Liikuntapalveluvastaava
Marianne Nivala 044-4745453
..... marianne.nivala@kannus.fi
Vapaa-aikasihteeri
Susanna Lehtonen-Sarlin 044-4745239
..... susanna.lehtonen-sarlin@kannus.fi
Vapaa-ajanohjaaja
Petri Mäki-Korvela 040-6892857

Kauhavan kaupunki

Liikuntapalvelut
Liikuntatoimi 050-5054461
..... katja.kankaansyrja@kauhava.fi
..... jyrki.peltokangas@kauhava.fi
Puh 044-4834242
..... www.kauhava.fi
Päämajantie 6, 62375 Ylihärmä

Kauniaisten kaupunki

Kulttuuri- ja vapaa-aika 09-50561
Vs.Kulttuuri- ja vapaa-aikapäällikkö
Roger Renman 050-4116382
..... roger.renman@kauniainen.fi
Liikuntapaikkapäällikkö
Tero Kuivalainen 050-3807687
..... www.kauniainen.fi
Pohjoinen Heikelintie 12, 02700 Kauniainen

Kemiönsaaren kunta

Vapaa-ajan yksikkö 050-5641193
..... liikunta@kimitoon.fi
..... www.kemionsaari.fi
Vretantie 19, 25700 Kemiö

Keuruun kaupunki

Vapaa-aika 040-8272753
..... heli.peltola@keuruu.fi
..... keuruunvapaa-aika.fi
..... www.keuruu.fi
Multiantie 5, 42700 Keuruu

Kihniön kunta

Vapaa-aikatoimi 03-4441233
..... 044-7541233
..... liikuntatoimi@kihnio.fi
..... www.kihnio.fi
Kihniöntie 46, 39820 Kihniö

Kinnulan kunta

Liikuntatoimi 044-4596226
..... harri.kinnunen@kinnula.fi
..... www.kinnula.fi
Keskustie 27, 43900 Kinnula

Kiuruveden kaupunki

Liikuntatoimi 040-7595005
..... lassi.myllyla@kiuruvesi.fi
..... www.kiuruvesi.fi
PL 28, 74701 Kiuruvesi

Kivijärven kunta

Vapaa-aikatoimi
Vapaa-aikaohjaaja
Sini Hakkarainen 044-4597872
..... sini.hakkarainen@kivijarvi.fi
..... www.kivijarvi.fi
Virastotie 5, 43800 Kivijärvi

Kolarin kunta

Nuoris- ja liikuntatoimi 040-7680369
..... 040-4895036
..... liikuntatoimi@kolari.fi
..... www.kolari.fi
Isopalontie 2, 95900 Kolari

Kouvolan kaupunki

Liikuntapalvelut
www.kouvola.fi
Youtube:liikkuvakouvola
facebook.com/liikkuvakouvola
@liikkuvakouvola
Sähköposti: etunimi.sukunimi@kouvola.fi
Liikuntapäällikkö
Teemu Mäkipaakkanen 020-615 8228
Liikkumaan aktiivointi
Liikuntakoordinaattori
Marika Peltonen 020-615 8436
Liikunnan tilavaraukset
liikunta@kouvola.fi 020-615 4220
Liikuntapaikkojen kunnossapito ja hoito
Liikuntapaikkapäällikkö
Kirke Roos 020-615 8235
Liikuntapaikkamestarit
Risto Joutjärvi 020-615 7075
Kuusankoski, Valkeala, Jaala
Arto Porkka 020-615 8230
Kouvolan keskusta
Petri Himanen 020-615 7763
Inkeroinen, Myllykoski, Korja, Elimäki
Tero Nenonen 020-615 8868
Uimahallien laitospalvelut

Kristiinankaupunki

Liikunta / uimahalli
..... 040-5244418
..... anders.wahlberg@krs.fi
..... uimahalli@krs.fi
..... www.kristiinankaupunki.fi
PL 13, 64101 Kristiinankaupunki

Kuhmon kaupunki

Liikuntapalvelut
Hyvinvointiaktivaattori
Riikka Kähkönen 044-7255 423
..... riikka.kahkonen@kuhmo.fi
Kunnossapitopäällikkö,
kadut, liikuntapalvelut
Tero Uhlback 044-7255 263
..... tero.uhlback@kuhmo.fi
..... www.kuhmo.fi
PL 15, 88901 Kuhmo

Kuortaneen kunta

Liikuntatoimi 040-631 7442
Liikuntasihiteeri Tuomas Mikkola
..... tuomas.mikkola@kuortane.fi
www.facebook.fi/kuortaneen liikuntatoimi
kuortane.fi/liikuntatoimi
Keskutie 52, 63100 Kuortane
Kuortane Games

Kurikan kaupunki

Vapaa-aikalautakunta
Vs.Liikuntatoimenpäällikkö
Samuli Mäenpää 050-3428159
..... samuli.maenpaa@kurikka.fi
Liikuntatoimenpäällikkö
Annukka Siltakorpi 0400-273960
..... annukka.siltakorpi@kurikka.fi
..... www.kurikka.fi
PL 500, 61301 Kurikka

Kustavin kunta

Vapaa-aikatoimi
Vapaa-aikasihteeri
Markus Malmelin 050-5759121
..... markus.malmelin@kustavi.fi
..... www.kustavi.fi
Keskustie 7, 23360 Kustavi

L

Lapinlahden kunta

Liikuntalaitos Nelson House 0400-571223
Liikuntasihiteeri Hanna Heiskanen
..... hanna.heiskanen@lapinlahti.fi
..... www.lapinlahti.fi
Asematie 4, 73100 Lapinlahti

Lappajärven kunta

Vapaa-aikapalvelut
Vapaa-aikasihteeri
Anssi Kuusela 044-3699440
..... anssi.kuusela@lappajarvi.fi
..... www.lappajarvi.fi
Manceesintie 5 A, 62600 Lappajärvi

Virkistysuimala Leppäkerttu Oy

Liikuntapalvelut 040-7603265
Toimitusjohtaja Esa Salmiheimo
..... esa.salmiheimo@leppavirta.fi
..... www.vesileppisliikuntapalvelut.fi
Vokkolantie 1, 79101 Leppävirta

Limingan kunta

Hyvä, Parempi, Liminka!
Liikuntapalvelupäällikkö
Janne Laamanen 040-3586345
..... janne.laamanen@liminka.fi
Liikuntapaikkamestari
Pekka Tervo 0500-466504
..... pekka.tervo@liminka.fi
..... www.liminka.fi
Liminganraitti 10, 91900 Liminka

Loimaan kaupunki

Liikuntasihiteeri
Tarja Lähdemäki 02-7611250
Uimahalli Vesihovi
Liik.ohjaaja/halliesimies 02-7611251
Kassa/kahvio 02-7611257
..... www.loimaa.fi
Ylistaronkatu 36, 32200 Loimaa
..... www.vesihovi.fi
Käyntiosoite: Kuusitie 1, 32210 Loimaa

Luodon kunta

Hyvinvointipalvelujen toimi
Hyvinvointipalvelujen johtaja
Caroline Smedberg 06-7857230
..... caroline.smedberg@larsmo.fi
..... www.larsmo.fi
Pohjoinen Luodontie 30, 68570 Luoto

M

Maskun kunta

Hyvinvointipäällikkö 044-7388205
..... maija.leino@masku.fi
Liikuntasuunnittelija 044-7388242
..... hanna.pennanen@masku.fi
..... www.masku.fi
Hallintotie 2, 21250 Masku

Marttilan kunta

Vapaa-aikatoimi 044-7449410
Vapaa-aikasihteeri Anniina Bergfors
..... anniina.bergfors@marttila.fi
..... www.marttila.fi
Härkätie 773, 21490 Marttila

Mustasaaren kunta

Vapaa-aikapäälikkö
Mikael Österberg 044-4249135
..... mikael.osterberg@mustasaari.fi
Hyvinvointivaliokunta
Puh 06-3277161, 050-5176661
..... elisabeth.wiklund@mustasaari.fi
..... www.mustasaari.fi
Keskustie 4, 65610 Mustasaari

Mäntsälän kunta

Liikuntapalvelut
..... 040-3145395
fax 019-0206042194
..... harri.bister@mantsala.fi
..... www.mantsala.fi
Heikinkuja 4, 04600 Mäntsälä

N

Nivalan Liikuntakeskus Oy

Liikuntasihteeri Henri Heiska
..... henri.heiska@nivala.fi
..... 044-4457423
Kalliontie 59
PL 54, 85501

Nurmijärven kunta

Liikuntatoimi, Liikuntapäällikkö
Kaisa Laine 040-3174363
..... kaisa.laine@nurmijarvi.fi
..... www.nurmijarvi.fi
Postiosoite: PL 37, 01901 Nurmijärvi
Käyntios: Keskustie 2 b, 01900 Nurmijärvi

Närpiön kaupunki

Vapaa-aika- ja kulttuuri
Liik.siht. Ida Hautaoja 040-1600754
..... ida.hautaoja@narpes.fi
..... www.narpes.fi
Kirkkotie 2, 64200 Närpiö

P

Padasjoen kunta

Hyvinvointipalvelut 0400-419364
Hyvinvointijohtaja Pauliina Koskela
..... pauliina.koskela@padasjoki.fi
..... www.padasjoki.fi
PL 35, 17501 Padasjoki

Paimion kaupunki

Liikuntapalvelut 02-4745314
Liikuntasuunnittelija
Mikko Häkklä 050-60619
..... mikko.hakkila@paimio.fi
..... www.paimio.fi
PL 50, 21531 Paimio
Vistantie 18, II kerros

Paraisten kaupunki

Liikuntatoimi
Vapaa-aikasihteeri
Mikael Enberg 040-4886070
..... mikael.enberg@parainen.fi
..... www.parainen.fi
Rantatie 28, 21600 Parainen

Perhon kunta

Nuoriso- ja vapaa-aikatoimi 040-5289971
Nuoriso- ja vapaa-ajansihteeri
Jaakko Kinnunen
..... jaakko.kinnunen@perho.com
..... www.perho.com
Keskustie 2, 69950 Perho
Käyntios: Keskustie 2, PL 20, 69951 Perho

Pielaveden kunta

Liikunta- ja vapaa-aikatoimi
Laura Rantanen 040-6605635
..... laura.rantanen@pielavesi.fi
..... www.pielavesi.fi
PL 27, 72401 Pielavesi
Käyntiosoite Koulutie 3, 72400

Pietarsaaren kaupunki

Liikuntatoimi
..... 044-7851625
..... tove.jansson@pietarsaari.fi
..... www.pietarsaari.fi
Pietarinpuistikko 8, 68620 Pietarsaari

Polvijärven kunta

Vapaa-aikapalvelut
vapaa-aikakoordinaattori
Sirpa Halonen 040-1046204
..... sirpa.halonen@polvijarvi.fi
Vs Nuoriso-ohjaaja
Ani Nevalainen 040-1046208
..... ani.nevalainen@polvijarvi.fi
..... www.polvijarvi.fi
Räätälintie 6, 83700 Polvijärvi

Pomarkun kunta

Hyvinvointitoimi 02-5505666
..... 040-5237758
..... reijo.peltomaa@pomarkku.fi
..... www.pomarkku.fi
Vanhatie 14, 29630 Pomarkku

Pornaisten kunta

Vapaa-aikapalvelut
vapaa-aikapalveluiden päällikkö
Päivi Pelkonen 0400-937704
..... paivi.pelkonen@pornainen.fi
..... www.pornainen.fi
Kirkkotie 176, PL 21, 07171 Pornainen

Pukkilan kunta

Pukkilan liikuntapalvelut
Liikunnanohjaaja
Ida Clewer 040-1838538
..... ida.clewer@pukkila.fi
Hyvinvointikeskus Onni
Onnintie 3, 07560 Pukkila

Pyhärannan kunta

Liikunta
Asiantuntija
Tiia Haltia 044-7383432
..... tiia.haltia@pyharanta.fi
..... www.pyharanta.fi
Pajamäentie 4, 23950 Pyhäranta

Pälkäneen kunta

Liikuntapalvelut 040-5808270
Liikunta- ja vapaa-aikasihteeri
..... petri.ketola@palkane.fi
..... www.palkane.fi
Keskustie 1, 36600 Pälkäne

R

Raaseporin kaupunki

Vapaa-aikapäälikkö
Fredrika Åkerö 019-289 2145
..... fredrika.akero@raasepori.fi
..... www.raasepori.fi
Raaseporintie 37, 10650 Tammisaari
Raseborgsvägen 37, 10650 Ekenäs

Raision kaupunki

Liikuntapalvelut 044-7972217
..... liikuntapalvelut@raisio.fi
..... www.raisio.fi
PL 100, 21201 Raisio
Käyntiosoite: Eeronkuja 2

Rantasalmen kunta/ Järvisaimaan Palvelut Oy

Liikuntapalvelut
Vastaava liikuntapaikkamestari
Arto Tilaeus 0400-152391
..... arto.tilaeus@jarvisaimaanpalvelut.fi
..... www.jarvisaimaanpalvelut.fi
..... www.rantasalmi.fi
Poikkitie 2, 58900 Rantasalmi

Riihimäen kaupunki

Liikunta- ja hyvinvointikeskus
Vs. liikunta- ja hyvinvointipäällikkö
Markus Rantsi 040-4854605
..... markus.rantsi@riihimaki.fi
Liikunta- ja hyvinvointipäällikkö
Kati Hämäläinen-Myllymäki
Puh 019-7584743, 050-5757718
..... etunimi.sukunimi@riihimaki.fi
..... www.riihimaki.fi
Salpausseläntie 16, 11100 Riihimäki

Ruoveden kunta

Liikuntatoimi 044-7871373
..... jukka.majala@ruovesi.fi
..... www.ruovesi.fi
Ruovedentie 32, 34600 Ruovesi

Rääkkylän kunta

Vapaa-aikatoimi 040-1053103
Vapaa-aikasihteeri Jyrki Kymäläinen
..... jyrki.kymalainen@raakkyla.fi
..... www.raakkyla.fi
Kinnulantie 1, 82300 Rääkkylä

S

Saarijärven kaupunki

Vapaa-aikapalvelut
Vapaa-aikasihteeri
Janne Haapanen 044-4598296
..... janne.haapanen@saarijarvi.fi
Palvelusihteeri
Satu Mäntynen 044-4598298
..... satu.mantynen@saarijarvi.fi
..... www.saarijarvi.fi
Sivulantie 11, PL 13, 43100 Saarijärvi

Seinäjoen kaupunki

Liikuntapalvelut 06-4162146
..... liikunta@seinajoki.fi
..... www.seinajoki.fi/liikunta
Kirkkokatu 15, 60100 Seinäjoki

Siikajoen kunta

Liikuntatoimi 040-3156241
..... marko.ajjala@siikajoki.fi
Virastotie 5 A, 92400 Ruukki

Siikalatvan kunta

Hyvinvointi- ja viestintäpäällikkö
Kaisa Louet-Similä 044-5118682
..... kaisa.louet-simila@siikalatva.fi
Liikunta- ja nuorisopalvelut vapaa-aikasiht.
Sinikka Lehtosaari 044-5118672
Liikuntasihteeri Sanna Toppinen
..... 044-5118339
Pulkkilantie 4, 92600 Pulkkilä

Siilinjärven kunta

Hyvinvointi ja vapaa-aika / liikunta
..... 044-7401314
..... timo.hyotylainen@siilinjärvi.fi
..... www.siilinjärvi.fi
PL 5, 71801 Siilinjärvi

Simon kunta

Vapaa-aikatoimi 040-7584465
..... soile.vakkala@simo.fi
..... www.simo.fi
Ratatie 6, 95200 Simo

Sodankylän kunta

Vapaa-ajanpalvelut
Vapaa-aikapääällikkö
Arja Nieminen 0400-721029
..... arja.nieminen@sodankyla.fi
..... www.sodankyla.fi
PL 60, 99601 Sodankylä

Someron kaupunki

Liikuntapalvelut
Vapaa-aikapääällikkö
Saija Ahola 044-7791264
..... saija.ahola@somero.fi
..... www.somero.fi
Joensuuntie 20, 31400 Somero

Sotkamon kunta

Liikuntapalvelut 044-7502121
Liikuntakoordinaattori Ossi Pulkkinen
..... ossi.pulkkinen@sotkamo.fi
..... www.sotkamo.fi
Markkinatie 1, 88600 Sotkamo

Säkylän kunta

Liikuntatoimi 044-5171011
fax 02-8328316
..... lauri.parviainen@sakyla.fi
..... www.sakyla.fi
Rantatie 268, 27800 Säkö

T

Taipalsaaren kunta

Vapaa-aikapalvelut
Hyvinvointiluotsi
Hanna Bohm 040-6691007
..... hanna.bohm@taipalsaari.fi
..... www.taipalsaari.fi
Kellomäentie 1, 54920 Taipalsaari

Taivalkosken kunta

Vapaa-aikatoimi 040-5339910
..... petri.voutilainen@taivalkoski.fi
Melontakeskus 040-5339910
..... www.taivalkoski.fi
PL 25, 93401 Taivalkoski

Taivassalon kunta

Vapaa-aikatoimi
Vapaa-aikasihteeri
Lotta Huuhtanen 050-3873354
..... lotta.huuhtanen@taivassalo.fi
..... www.taivassalo.fi
Keskustie 9, 23310 Taivassalo

Toivakan kunta

Vapaa-aikatoimi, vapaa-aikasihteeri
Satu Paalanen 040-5531456
..... satu.paalanen@toivakka.fi
..... www.toivakka.fi
Postiosoite: Toivakan kunta
Iltaruskontie 2, 41660 Toivakka

U

Uusikaupunki

Liikuntapalveluista vastaava
Heidi Vuori 050-5525432
..... heidi.vuori@uusikaupunki.fi
www.uusikaupunki.fi/
kulttuuri ja vapaa-aika/liikunta
Koulupolku 5, 23500 Uusikaupunki

V

Liikkuvan ihmisen mansikkapaikka Valkeakosken kaupunki

Liikuntatoimi 040-3356801
Johtava liikunnanohjaaja
Sanna Kulmala 040-3356805
..... liikunta@valkeakoski.fi
..... www.valkeakoski.fi
Apiankatu 7, 37600 Valkeakoski

Vesilahden kunta

Vapaa-aika
Hyvinvointikoordinaattori
Olli Alamäki 041-7300980
..... olli.alamaki@vesilahti.fi
..... www.vesilahti.fi
Huhtatie 7, 37470 Vesilahti

Vetelin kunta

Nuoriso- ja vapaa-aikatoimi 050-5790173
Vapaa-aikasihteeri Pinja Saarinen
..... pinja.saarinen@veteli.fi
..... www.veteli.fi
Kivihyypantie 1, 69700 Veteli

Viitasaaren kaupunki

Liikuntapalvelut 044-4597 570
uimahalli Simmari 040-7144 886
Viitasaari Areena 044-4597 570
..... www.viitasaari.fi
Keskitie 10, 44500 Viitasaari

Vieremän kunta

Liikuntatoimi 040-5187370
Liikuntasihteeri Joona Hynynen
..... joona.hynynen@vierema.fi
..... www.vierema.fi
Myllyjärventie 1, 74200 Vieremä

Vihdin kunta

Liikuntapalvelut
Puh 09-42583008
Toimistosihiteeri Kirsti Kalliokoski
..... kirsti.kalliokoski@vihti.fi
Liikuntapäällikkö
Sari Sarpaneva 050-5920415
..... sari.sarpaneva@vihti.fi
..... www.vihti.fi
Asemantie 30, PL 13, 03101 Nummela

Vimpelin kunta

Liikunta- ja nuorisotoimi 044-4659490
..... ari.takala@vimpeli.fi
..... www.vimpeli.fi
Patruunantie 15, 62800 Vimpeli

Kaakon kaksikko

Virolahden kunta

Vapaa-aikatoimi
Liikunnanohjaaja 050-3892126
..... mia.saarilaako@virolahti.fi
..... www.virolahti.fi
PL 14, 49901 Virolahti

Vapaa-aikatoimi

Vapaa-aikaohjaaja 0400-926921
..... veli-matti.ahonen@virolahti.fi
..... www.virolahti.fi
Keskustie 4, 49700 Miehikkälä

Vöyrin kunta

Vapaa-aikatoimi 06-3821671
..... fritid@vora.fi
..... www.vora.fi
Vöyrintie 18, 66600 Vöyri

Y

Ylivieskan kaupunki

Liikuntapalvelut 044-4294472
Liikuntapäällikkö
Susanna Koponen 044-4294357
..... susanna.koponen@ylivieska.fi
..... liikunta@ylivieska.fi
..... www.ylivieska.fi
Närhtie 2, 84100 Ylivieska

Ylöjärven kaupunki

Liikuntapalvelut
Kuruntie 14, 33470 Ylöjärvi
Vapaa-aikajohtaja
Minna Vallin 050-561 1108
..... minna.vallin@ylojarvi.fi
Liikuntapäällikkö
Tuomo Järvinen 041-730 0165
..... tuomo.jarvinen@ylojarvi.fi
Toimistosihiteeri Päivi Alanen, 040-133 1401
..... paivi.alanen@ylojarvi.fi
Urheilutalo-uimahalli / lippukassa
..... 050-133 1482

Ä

Ähtärin kaupunki

Keskus 06-2525 6000
Liikuntatoimi
Liikuntapalveluiden suunnittelija
Janne Kujala 040-628 0014
..... janne.kujala@ahrtari.fi
..... www.ahrtari.fi
Ostolantie 17, 63700 Ähtäri

“Doing something new.
That’s the adventure.”

— Adventurer, Naomi Uemura

Keep Going Forward

 **PROSPEX**



SEIKO

SINCE 1881

