MOLSKI 4 2012

Suomen Painiliiton tiedotuslehti

Maaottelut kunniaan!
Yksilöurheiluun joukkuekisoja!

Liikunnallista ja Hyvää Joulua!

MOLSKI 4 2012

Sisällysluettelo

Sotilaspaini sytyttää Sivu 15

Opiskelijoiden MM-painit Sivut 18-19

Kannen kuva:

Jyväskyläläislähtöinen Kuortaneen Kunnon Ville Pasanen ahersi ja kiersi v. 2012 painikisoja todella mallikkaalla tavalla. Saavutukseksi tästä rumpasta tuli 2012 Suomi Cupin voitto ja tämän myötä tuntuva valmennusapuraha. Kuva Ilmajoella järjestetystä Suomi - Ruotsi maaottelusta, missä Joakim Fakerlund sai Villeltä kyytiä, jaksot Pasaselle 2-0. Suomi voitti maaottelun pistein 5-2 (kuva Merja Lintala).

Toimisto tiedottaa 3-4
Puheenjohtajan palsta 5
Valmennusvaliokunta 6
Onnen osio 8-9
In Memoriam 10
Painin arvokisamuistoja 11
Michael Lyyskille MM-kultaa 12
Junioreiden 2012 arvokisat 13
Tapsa taas Muhoksen Voiton molskihommissa 14
Sotilaspaini sytyttää 15
Mitalistilauma pörräsi Kuortaneella 16
Valoa suomalaiseen urheiluun 17
Opiskelijoiden MM-painit 18-19
Keskiaukeaman juliste 20-21
Tasaista kärkipaikoilla 24
Menestystä suomalaisille 24
Tasokkaampi kuin koskaan 26
Rehellisessä Varkaudessa väännettiin 27
Kessin kertomus 30
Tuloksia 31
Kilpailukutsut 33-37
Tapahtumakalenteri 38

MOLSKI Suomen painin neljästi vuodessa ilmestyvä tiedotuslehti

Vastaavatoimittaja
Jukka Rauhala
Gsm 040-519 0643
jukka.rauhala@kolumbus.fi

Toimitussihteeri
Hannu Kiminkinen
Gsm 0500-279 926
hannu.kiminkinen@co.inet.fi

Toimituskunta
Jukka Rauhala
Hannu Kiminkinen
Jussi Ketonen
Merja Lintala

Avustajat
FILA, Teemu Japisson, Aate Juolan omaiset, Juha Lappalainen, Hanna Lassila, Reijo Majasaari, Urho Manninen, Kari Mäkinen, Kari Ojanen, Antti Pekkala, Hannu Ranta, Hannu Rantala, Ansa Räätäri, Juhani Rintakumpu, Pasi Sarkkinen, Ilpo Seppälä, Suomen Puolustusvoimat, Pertti Vehviläinen

Painopaikka
Nykypaino Oy, Vantaa

Taitto
Nykypaino Oy

Kustantaja ja julkaisija
Suomen Painiliitto ry
Radiokatu 20
00240 Helsinki
Puh. (09) 3481 2394
Fax (09) 149 6913
info@painiliitto.net
www.painiliitto.net

Ilmoitushinnat

1/1 sivu	820 €
1/2 sivua	460 €
1/4 sivua	260 €
1/8 sivua	160 €

Jäsenseurojen kilpailukutsujen 1/4 sivu + ilm. netissä 100 €
Suuremmat +70 snt pmm.

Molski 1/2013 ilmestyy viikolla 10. Aineiston viimeinen jättöpäivä Suomen Painiliittoon on 31.1.2013.

Toimisto tiedottaa

Seuraavien Molskien ilmestyminen

Suomen Painiliiton Molski-lehti tulee ilmestymään tulevan vuoden talven ja kevään aikana seuraavan suunnitelman mukaan:

Viikolla 10., viimeinen aineistopäivä on 31.1.2013
Viikko 21., aineisto 19.4. mennessä.

Kaikkien seuratoimijoiden on hyvä tiedostaa se, että aineistoa voi toimittaa kaiken aikaa. Ylläkirjatut ajat ovat kaikille viimeisiä aineistopäiviä.

Molskiin haluttavan aineiston toimitus Painiliiton toimistoon: Suomen Painiliitto ry Radiokatu 20, 00240 Helsinki, info@painiliitto.net **ja / tai** tiedotuspäällikkö Hannu Kiminkinen, puh. 0500 279926, hannu.kiminkinen@co.inet.fi.

Jukka Rauhala Olympiakomitean varapuheenjohtajaksi

Veikkauksen entinen toimitusjohtaja **Risto Nieminen**, 61, on valittu Suomen Olympiakomitean puheenjohtajaksi. Nieminen voitti Olympiakomitean valtuuskunnan äänestyksessä vastaehdokkaansa, kaksi kautta Olympiakomitean puheenjohtajana toimineen **Roger Talermon** sekä **Jukka Rauhalan**. Nieminen sai ensimmäisellä kierroksella 61 ääntä, Rauhala 15 ja Talermo 13. Äänestyksessä annettiin 89 ääntä.

Olympiakomitean valtuuskunta valitsi äänestyksen jälkeen varapuheenjohtajiksi Susanna Rahkamon ja Jukka Rauhalan.

Painin päävalmentaja

Suomen Painiliitto hakee painin päävalmentajaa määräaikaiseen työsuhteeseen olympiadille 2013 - 2016. Perinteinen suomalainen menestyslaji haluaa palata mitalikantaan Riossa 2016 ja päävalmentaja on keskeinen menestyksen tekijä. Tarjoamme siis haasteen todelliselle ammattilaiselle!

Edellytämme hakijalta:

- hyvää korkeakoulutasoista valmentajan koulutusta, ammattivalmentajan koulutusta tai muutoin hankittuja vastaavia tietoja ja taitoja
- kykyä johtaa ja kehittää valmennus- ja koulutustoimintaa
- hyvää lajituntemusta, ”matto-osaamista” ja painivalmentajakokemusta
- hyvää yhteistyökykyä ja ihmissuhdetaitoja
- kykyä selkeään suulliseen ja kirjalliseen viestintään
- kielitaitoa: vähintään hyvää englannin kielen taitoa. Muu kielitaito luetaan hakijalle eduksi.

Päävalmentajan esimiehenä toimii liiton toiminnanjohtaja ja hän vastaa liiton valmennustoiminnasta kokonaisuudessaan. Päävalmentaja tulee toimimaan myös kiinteässä yhteistyössä Olympiakomitean Huippu-urheiluyksikön sekä painin valmennuskeskusten kanssa.

Hakemukset palkkatoivomuksineen pyydetään toimittamaan 31.12.2012 mennessä osoitettuna Suomen Painiliitto ry:n toiminnanjohtaja Pertti Vehviläiselle osoitteeseen Radiokatu 20, 00240 Helsinki. Hakemus voidaan toimittaa myös sähköpostilla em. päivänä klo 16.00 mennessä osoitteeseen pertti.vehvilainen@painiliitto.net

Lisätietoja:
Valmennusvaliokunnan pj. Pasi Sarkkinen,
puh. +358 50 360 0036
Toiminnanjohtaja Pertti Vehviläinen,
puh. +358 400 625 414

Painiurheilun ystävät

Painiliiton hallitus, valiokunnat, aluetoimikunnat, toimiston väki ja Molskin toimitus toivottavat kaikille lukijoille ja painin ystäville Liikunnallista ja Hyvää Joulua!

Menestystä myös Uuden Vuoden koitoksiin!

Suomen Painiliitto ry

Painin Suomi Cup 2013

Neljä vuotta pyöritettyä kreikkalais-roomalaisen painin miesten Suomi Cupin toimintaa tullaan jatkamaan myös v. 2013. Tässä vaiheessa Suomi Cupin parhaiden valmennustukien määrät ovat päättämättä ja parin kisan osalta päivissä on vielä aavistuksen viilaamista!
Toiveena on edelleenkin se, että kaikki seuravalmentajat ja painijat ottavat kisakokonaisuuden ”sydämen asiaksi”! Vahva ajatus on myös siitä, että Suomi Cup kisapäivinä ei järjestettäisi juniori- ja aikuisikäisten leiri- ja kilpailutoimintaa.

Säännöt pähkinänkuoressa: Jokainen Suomi Cupiin osallistuva painija kerää henkilökohtaisia pisteitä kalenterivuoden aikana järjestettävistä miesten kreikkalais-roomalaisen painin osakilpailuista
Valmennustukien saaminen edellyttää pisteiden keruutta vähintään neljästä (4) osakilpailusta, näistä yhden tulee olla 2. tason osakilpailu. Henkilökohtaisessa Suomi Cupissa tullaan huomioimaan jokaiselta painijalta kahdeksan (8) parasta kisaa.
Vuoden päätteeksi palkitaan myös eniten pisteitä saavuttaneita seuroja. Seurojen menestymistä mitattaessa tullaan huomioimaan kaikki kilpailut.

Kilpailuiden tasot: Suomi Cupissa pisteitä saa osallistumisesta sekä menestymisestä, osakilpailut on jaettu kolmeen eri tasoon. Urheilija voi kerätä pisteitä useammasta eri sarjasta. Ottelut käydään kansainvälisen painiliiton FILA:n voimassaolevilla säännöillä.

Toisen tason kilpailut: Käytettävä ottelujärjestelmä on toisen tason kilpailuissa järjestäjän päätäntävallassa, mutta asia on selvästi mainittava Painiliiton kautta julkaistavassa kilpailukutsussa. Tarvittaessa poiketaan 2. tason kisoissa käytettävästä ottelujärjestelmästä siten, että sarjan kolmas tila ratkaistaan painimalla (vain yksi painija sijoittuu kolmanneksi).
Suomi Cupin sarjat ovat 55, 60, 66, 74,84, 96 ja 120 kg. Kaikissa sarjoissa tulee sallia 2 kg:n ylipaino. Painija saa halutessaan otella yhtä sarjaa ylempänä, mihin kisan punnituksessa todettu paino edellyttää. Samassa kisatapahtumassa ei kuitenkaan saa otella kahdessa sarjassa.

SM-kisat ja ensimmäisen tason kilpailut: 2013 Suomi Cupin kilpailuja ovat myös miesten SM-painit ja ensimmäisen tason kisoina FILA:n kalenteriturnaukset Herman Kare -painiturnaus, Vantaa Painicup ja Arvo Haavisto -painiturnaus.
Painija saa pisteitä kilpailuissa menestymisen perusteella vieressä olevin taulukoiden perusteella.
Mikäli kaksi tai useampi kilpailija päättyy samoihin yhteispisteisiin, ratkaisee korkeampi osakilpailuista saavutettu pistemäärä. Mikäli kaikki osakilpailujen pisteet ovat tasan: lasketaan otteluvoitot, selkävoitot, pisteet ja varoitukset. Tämän vuoksi ottelupöytäkirjat tulee toimittaa kisan jälkeen Painiliiton toimistoon.

SM-paineissa jaossa olevat pisteet

1.	10 pist.
2.	8
3.	7
4.	5
5.	3
osallistuminen	1

FILA:n turnauksissa pisteet jaetaan suomalaisten sijoitusten perusteella

1. paras	5 pist.
2.	4
3.	3
osallistuminen	1

FILA:n turnausten Ekstra-pisteet, kolmen parhaan joukkoon sijoittumisesta

1.	7 pist.
2.	5
3.	3

Toisen tason pistejako, suomalaisten sijoitusten perusteella

1.	5 pist.
2.	4
3.	3
osallistuminen	1

Tiedotus / näkyvyys: Osakilpailun järjestäjä tiedottaa kisasta ennakkoon ja kisan jälkeen Painiliiton tiedotuspäällikön kanssa **ennakkoon yhdessä sovittavalla tavalla = yhteydenotto järjestävän seuran toimesta.**
Tulokset tulee saattaa järjestäjien toimesta tiedotusystävälliseen rivimuotoon! Taulukot ovat ”myrkkyä” tässä asiassa!

Pisteiden päivitys: Suomi Cupin pistetilanne päivitetään liiton henkilökunnan toimesta pikaisesti osakilpailujen jälkeen. Pistetilanne julkaistaan Painiliiton nettisivulla ja siitä tiedotetaan myös muilla tavoin.

Lisätietoja: Antti Pekkala, Suomi Cup työryhmän sihteeri 050 3450 446, antti.pekkala@painiliitto.net

Kreikkalais-roomalaisen painin Suomi Cupin osakilpailut tulevat selviämään lähetettävistä tiedotteista ja netistä.

www.painiliitto.net / tapahtumakalenteri

PUHEENJOHTAJA

Olympiavuosi 2012 ja olympiadi 2009 - 2012 on kohta painittu ja on yhteenvedon aika.

Suomalaisen painin viimeiset neljä vuotta pitävät sisällään valtavan määrän tapahtumia, vapaaehtoiseen panokseen perustuvaa työtä ja onnistumisia. Tapahtumista kansainvälisimpiä ja laajimpia olivat olympiakarsinnat Vantaalla keväällä 2012, Opiskelijoiden MM-kisat syksyllä 2012 Kuortaneella, sotilaiden MM-kisat kesällä 2010 Lahdessa ja veteraanien MM-kisat kesällä 2009 Kouvolassa. Suomi ja suomalaiset painiseurat Painiliiton tuella pitivät hyvin pintansa. Järjestelyt toimivat laadukkaasti ja Suomen erinomainen maine arvokisoja hyvin järjestävänä maana kirkastui entisestään. Voimme oikein hyvin perustein hakea jatkossa uusia arvokisoja Suomeen – tähtäimessä EM-painit 2014 tai 2015.

Painijamme keräsivät viime olympiadilla 2009 - 2012 yhteensä 23 arvokisamitalia - kruununa Kauhajoen Karhun **Jani Haapamäen** Euroopan Mestaruus ja Nurmon Jymyn **Rami Hietaniemen** MM-pronssi. Erityisesti nuoret ja kadetit petrasivat selkeästi aikaisempaan nelivuotiskauteen verrattuna. Tästä parhaina esimerkkeinä Lappajärven Veikkojen **Petra Ollin** nuorten EM-kultamitalit ja MM-pronssit, Helsingin Tarmon **Sasu Kaasisen** EM-kulta ja Järvenpään Voimailijoiden **Elias Kuosmasen** kadettipoikien MM-kulta ja EM-kulta sekä MM-pronssi. Arvokisamitaleja aikaisemmalla olympiadilla 2005 - 2008 oli yhteensä 16.
Arvokisamitalin onnistui voittamaan yhteensä 7 nuorten ja kadettisarjojen poikaa sekä 4 tyttöä. Aikaisemmalla olympiadilla 2005 - 2008 vastaavat luvut olivat 2 ja 4. Tästä voi ja on oikeutettua vetää johtopäätös, että lähtökohdat seuraavalle olympiadille 2013 - 2016 kohti Rion koitoksia ovat vahvemmalla ja laajemmalla pohjalla, kuin neljä vuotta aiemmin. Lisäksi useimmat vanhat tekijät Jani Haapamäen ja Rami Hietaniemen johdolla jatkavat ja pistävät nuoremmat yrittämään – kisa arvokisojen edustuspaikoista tullee olemaan tiukka ja tasainen. Hyvä näin!

Petra Olli teki myös suomalaista olympiahistoriaa voittamalla Suomeen ensimmäisen nuorten olympialaisten mitalin – historian lehtien havinassa. Ensimmäinen olympiamitali Suomeen tuli myös painista ja voittajana oli **Verner Weckman** Ateenan välikisoissa 1906.

Painiseuroissa pitkäjänteisesti tehty työ tuottaa lopulta tulosta. Arvokisavoittajan osaamisen ja fysiikan perusta rakennetaan painiseuroissa - arkivalmennuksessa. Tähdet syttyvät ja sammuvat kisa-areenoilla, mutta voittajat kasvavat ja kehittyvät painisaleilla – kovan ja pitkäjänteisen työn tuloksena – siitä nauttien - arvoa koko elämänuralle hankkien.

Painiliiton nuorten olympiavalmentajien valmennustiimi **Marko Yli-Hannukselan, Juha Lappalaisen, Ahto Raskan** ja **Ari Härkäsen** johdolla jatkanee myös seuraavalle kaudelle. Samalla Kuortaneen Urheiluopistolle pyritään keräämään lahjakkaiden vapaapainijoiden tiimi – sekä tyttöjä että poikia, jotka Ahto Raskan päivittäisvalmennuksessa saavat parhaat mahdolliset edellytykset kehittyä lajin kansanväliselle huipulle – hyvien harjoitusvastustajien tuella – toisiaan huipulle sparraten. Tämä kuitenkin pääkaupunkiseudun vapaapainin valmennuskeskusta unohtamatta.

Päävalmentajan tehtävä neljä vuotta sitten tehdyn alkuperäisen suunnitelman mukaisesti pistetään avoimeen hakuun. Samalla arvioidaan kulunutta olympiadia – virheistä oppien ja suomalaisten vahvuuksiin nojaten.

Oman mielenkiintoisen lisän tuo varmasti myös painin sääntöjen viilaus ja ehkä jopa kunnon sääntöremontti. Sarjajakokin saattaa muuttua? Samoin kannusteet pystypainiliikkeiden lisäämiseen ja riskin ottoon korostunevat. Joka tapauksessa painin parissa on odotettavissa mielenkiintoinen nelivuotiskausi.

Omasta ja Suomen Painiliiton puolesta haluan kiittää kaikkia painin ystäviä tapahtumarikkaasta ja värikkäästä painivuodesta 2012. Samalla toivotan Hyvää Joulua ja Onnellista Uutta Vuotta 2013.

Kohti uusia koitoksia – Intohimolla, Yhteistyöllä ja Voittamisen meiningillä!

Jukka Rauhala

VALMENNUSVALIOKUNTA

Repaleisia nostoja
Kivinen tie Lontooseen

YLE:n heinäkuussa esittämä suomalaispainijoiden ”Kivinen tie Lontooseen” on yksi koskettavimmista urheilijoiden arkea kuvaavista dokumenteista, mitä on koskaan tehty. Dramatiikkaa noin vuoden pituiselle seurantajaksolle tuli enemmän kuin käsikirjoittaja olisi koskaan voinut päästään keksiä. En tiedä saako tämä välttämättä äidit kuskaamaan kullanmurunsa lähimmälle painisalille, mutta lähinnä ”urheilu-uskovaisilta” tullut palaute on ollut yksimielisen positiivista. Dokumentti näytetään vielä kolmannen kerran ja siihen on lisätty Lontoon tapahtumat sekä jälkipuintia. Toivottavasti se on vahvasti esillä myös tammikuun Urheilugaalassa!

Lontoon upeat kisat
Hienosti järjestettyjä tapahtumia, huimia suorituksia ja jännitystä. Painissakin jokaisessa tilaisuudessa katsomot olivat täynnä innostuneita ihmisiä ja juontajat nostattivat hienosti tunnelmaa. Seurasin suurimman osan otteluista ja tylsiä otteluita näin oikeastaan vain raskaimmissa sarjoissa. Muuten tempo oli valtava ja ratkaisuja haettiin sekä pysty- että mattopainissa. Tietenkin näyttävät pystyheitot olivat vähissä, mutta kyttäilystä ei näkynyt merkkiäkään!

Pari vierailua olympiastadionille antoi sopivasti perspektiiviä. Kamppailulajeissa oli kyllä mahtava tunnelma ja ääntä lähti 10 000 kurkusta. On silti toista kun yleisurheiluareenalla 80 000 ihmistä mylvii seisaaltaan **Mo Farrahille** vitosen viimeisellä kierroksella. Tuntui kuin maailma pysähtyisi. Yli kaksi viikkoa urheilun juhlaa ei tuntunut ainakaan briteille riittävän, vielä paralympialaisten kisoissakin urheiltiin täysille areenoille!

Elämää Lontoon jälkeen
Lontoossa Suomen painille tuli täysi tyrmäys ja sen tosiasian kanssa on elettävä. Urheilijoilla ja valmentajilla on omat tapansa käsitellä pettymyksiä, siinä yleensä lähipiirin merkitys on erityisen suuri. Huipulle tähtäävän urheilijan on harjoiteltava tavoitteenaan olla paras ja uskottava vahvasti omiin mahdollisuuksiinsa voittaa. Siitä huolimatta terveeseen itsetuntoon kuuluu myös kyky käsitellä epäonnistumisia. Ja terveellä itsetunnolla varustetut pärjäävät varmasti paremmin sekä urheilussa että elämässä!

Olympiaurheilu on jo suunnannut katseensa vuoden 2016 Rio de Janeiron kisoihin. Ensi vuoden aikana luodaan perusraameja tulevalle olympiamenestykselle. Raameja sitten tarkennetaan sitä mukaan kun suunnitelmia eletään eteenpäin. Tulevaisuutta suunnitellessa on myös syytä katsoa kriittisesti taaksepäin. Painiliitto on vastannut Olympiakomitean tukemana huippujen ja huipun tuntumassa olevien urheilijoiden leiri- ja kilpailuohjelmasta. Onko Painiliiton luoma ohjelma ollut tasoltaan sellainen, että se yhdessä urheilijan kotiharjoittelun kanssa mahdollistaa kilpailemisen maailman huipulla? Onko ohjelman toteutuminen ollut realistisessa suhteessa tavoitteisiin ja tuloksiin? Onko resurssien kohdentaminen ollut parasta mahdollista? Miten tästä mennään eteenpäin? Mitä mahdollisuuksia tehostamiseen uusi Huippu-urheiluyksikkö ja toimintatapa tuo tullessaan? Mitä siinä kyselet?

Rauhaisaa Joulun aikaa,

Pasi Sarkkinen

Sinkko Logistics Oy
Kalskilantie 47, 54310 Hytti
gsm 040 542 3947
antti.sinkko@sinkkologistics.com

PAUNEVA
Kaukolämpölaan hitsaustyöt, lämmönvaihtimien valmistus, myynti ja asennus
Ruhantie 4, 60550 NURMO
Puh. 040 - 5003 163

Tmi JJ-Eristys
0400 194 285
Mäkikatu 5 A 13
83500 Outokumpu

Autovuokraamo Markku Tuuri
Teollisuustie 8,
60100 Seinäjoki
puh. **0500 414 444**

V-P. HUOTARI
- Tyhjennämme WC-tankkeja ja likakaivoja
- Tyhjennämme piissivesiä ja jäteöljytankkeja laivoista ja pesemme laivojen piissejä ym.
- Tyhjennämme, puhdistamme, pesemme ja tarkastamme öljysäiliöitä

Puh. 439 9609 ja 0500 538 407
Vuorikuja 3, 20320 Turku

Energiakuivike sekä kasvuturpeet
K. Latvaniemi, Päntäne
p. 0400 212 134
Halkolantie 30, 61980 Päntäne

LAPPEENRANNAN RAKENNUSLASI KY
Puh. 010 2311 290
Kaakkoiskaari 1, 53500 Lappeenranta
• Lasit, lasitukset • Peilit • Kehykset
• Tuulilasit • Korjaukset

KETTUMÄEN TRAKTORIHUOLTO KY
VALTRA
Tuhtimäentie 3
61800 KAUHAJOKI
Puh. 06 - 231 3702
auto 0400 364 145

SUUPOHJAN TEOLLISUUSAUTOMAATIO OY
Punninportti 1
64350 Karijoki
Vaihde +358 2 0720 9020
www.suupohjanteollisuusautomaatio.com

Joensuun Rekkahuolto Oy
Raskaan kaluston:
• Huolto • Korjaus • Pesu
Rahtikatu 1
80100 Joensuu
Puh. 045 321 8820
matti.kukkonen@joensuunrekkahuolto.fi

T:mi Jouni Ilola
Toijantie 1,
25460 Kisko
p. 0500 527 419
jouni.ilola@luukku.com

PELTISEPÄNLIIKE LILLTEIR T:mi
Ristiläntie 5 Vatajankoski **0500 121 770**

Tuomas Nisula Tmi
Jokivainiontie 3, 84100 Ylivieska
p. 040 724 7658

Kaivinkoneurakoitsija Timo Sainio
Sainiontie 54, 12380 Leppäkoski
0400 306 099

KULJETUSLIIKE ESKO KIVINIEMI
• polttoaineen kuljetus ja myynti
• soran ja ruokamullan ajo sekä myynti
Pekkisentie 2, 050 552 5492, 433 2227

Terho Lehtonen
Kyterintie 19, 14200 Turenki
0400 485 704

Itsekulkeva henkilönostin
LEGUAN
LEGUAN LIFTS
Ylötie 1, 33470 Ylöjärvi (03) 347 6400
www.leguanlifts.com

Kurejoen Metalli
Menkijärventie 32, 62710 Kurejoki
040 5124 263

HB-Rauta Ky
Teollisuuskari 17
45740 Kuusankoski
p. 040 5763 724

TRANS AARNIO OY
Puh. 044 0525 299
Autokatu 13, 20380 Turku

TN Car Service
Kuusaantie 27
45720 KUUSANKOSKI
p. 050 4333 777

Onnea ja menestystä – painiväen tähtihetkiä!

Ahon Pena 70 v.

Raskaansarjan mörssäri Pentti Aho Helsingin Jyry täytti lokakuussa pyöreät 70 v. Muita Penan seuroja ovat olleet Karkkilan Sisu, Nummelan Voimailijat ja nykyään Karkkilan Urheilijat. Kansainvälisen kortin omannut Aho toimi painiuransa jälkeen pitkään ja ansiokkaasti painin tuomaritehtävissä (kuva Hannu Kiminkinen).

Golf- ja painimies 50 v.

Mäntän kirkkaudesta - Valosta - suomalaiseen urheiluelämään kasvaneen Jari Koivusalon mittariin tuli lokakuussa 50 v. Myös golf-piireissä pörräävän Koivusalon nykyinen painiseura on Kajaanin Juntta. Jari on aktiivinen ja arvostettu painituomari (kuva Hannu Kiminkinen).

Uusi Teräsmies!

Laihian Luja - Michael Lyyski on viimeisin Suomen Painiliiton Teräsmiesmerkin saaja! Tarkastuslaskennassa on todettu, että hän on koonnut vaadittavat pisteet takavuosina mm. junnujen EM ja MM mitaleita napsimalla. 2012 Lyyski nappasi ikämiesten maailmanmestaruuden (kuva Merja Lintala).

Kunnon mies 60 v.

Kuortaneen Kunnon painijaoston puheenjohtaja Jorma Salimäen 60 v. syntymäpäivä viiksien vahauksineen oli lokakuussa. Jorma on vuosien saatossa osallistunut suomalaiseen painitoimintaan hyvin laajalla toimintasektorilla. 1986 Salimäki toimitti yhdessä Antero Kujalan kanssa mittavan teoksen painivalmennuksesta. Teosta myydään CD-muotoon uudistettuna Painiliiton toimistosta. (kuva Hannu Kiminkinen)

Valmentajawelho 70 v.

Suomen painivalmentajien Grand Old Man Toivo Sillanpää täytti loppusyksystä 70 v. Tampereen Kooveen molskilla nykyään vaikuttava Sillanpää valittiin vuosina 1981 ja 1983 vuoden valmentajaksi, urheilutoimittajien äänestyksessä mukana olivat kaikki urheilulajit. (kuva Hannu Kiminkinen)

SUOMEN PAINILIITTO
FINNISH WRESTLING FEDERATION

Suomi voitti Viron 4-3

Suomi voitti Viron lokakuussa Tallinnassa järjestetyssä maaottelussa täpärästi 4-3. Sarjassa 66 kg tärkeän pisteen Suomelle nappasi Opiskelijoidenkin MM-paineissa hyvin otellut Helsingin Tarmon Petteri Martikainen. Ilmo Pillin tuomaroimassa ottelussa Petterille taipui jaksoin 2-o tartolainen Jaanus Lepik (kuva Hannu Kiminkinen).

Eliakselle stipendi

Suomen Painiliitto edustajanaan hallituksen jäsen Tero Luostarinen luovutti kesän menestyksiin pohjautuen valmennusapurahan Järvenpään Voimailijoita edustavalle korsolaiselle Elias Kuosmaselle (kuva Urho Manninen).

Vastaavan stipendin Varkaudessa junnujen SM-painien avajaisissa niiasi Lappajärven Veikkojen Petra Olli.

Merkkisadetta Alavudella

Alavuden Urheilijoiden 80-vuotisjuhlassa 28.10.2012 luovutettiin Painiliiton ansiomerkkejä, kuvassa vasemmalta Juha Mikkonen, Hannu Putula, Timo Mäntylä, Painiliiton varapuheenjohtaja Mauno Mäki-Töyli ja Alavuden Urheilijoiden puheenjohtaja Eero Klemola. (kuva Hanna Lassila).

In Memoriam

Aate Juola 1920-2012

Suru-uutinen kiiri Järvenpäästä Ylivieskaan, sillä paikkakuntamme painin isä Aate Juola tuli matkansa päähän 92-vuotiaana. Vieskan Voiman painiväki hiljentyi kunnioittamaan pioneerin muistoa. Aate Juola syntyi Ylivieskan Raudaskylällä, ja hän kuuluu siihen sukupolveen, jolta sota vei nuoruuden. Syvästi isänmaallinen mies lähti 19-vuotiaana talvisotaan, ja sen perään vielä jatkosotaan sekä Lapin sotaan. Juola myös haavoittui taisteluissa.

Opettajaksi ja valmentajaksi

Sodan jälkeen Aate Juola opiskeli liikunnanohjaajaksi ja palasi Ylivieskaan. Täällä hän työskenteli urheiluseura Kuulan toiminnanjohtajana sekä Ylivieskan yhteiskoulun liikunnanopettajana. Juola oli monipuolinen urheilija, joka aikamiesiällä tutustui myös painiin. Vuonna 1946 Juola aloitti painitoiminnan kotikylänsä Raudaskylän Sisussa. Ensimmäiset matot hankittiin tiilitehtaan miesten keräyksellä. 1940-luvun loppupuolella Aate Juola alkoi vetää painia Ylivieskan Kuulassa. Hän sai aikaan valtavan innostuksen, ja Valistustalo pullisteli väkeä kansallisten painikisojen aikana. Juolan tarmokkuutta kuvastaa se, että ensimmäiset juniorien SM-painit saatiin Ylivieskaan jo vuonna 1953. Aate Juolan valmennuskauden kirkkaimpia helmiä olivat kaksoisveljekset Vesa ja Veli Haarala. Molemmat haalivat 1950- ja 60-lukujen taitteessa nuorten SM-mitaleja. Viime keväänä kuollut Veli Haarala valittiin nuorten Ruotsi-otteluun, ja hän oli ensimmäinen keskipohjalainen maaottelupainija. Vesa puolestaan voitti miesten SM-kultaa vuonna 1961 sekä vapaassa että kreikkalais-roomalaisessa painissa. Muita SM-mitalisteja olivat muun muassa Eero Männistö, Erkki Niskanen, Alpo Alahäivälä ja Raimo Rintakumpu.

SVUL:n pioneeritehtäviin

Vuonna 1961 Ylivieskan paini koki suuren kolauksen, kun Juola suuntasi töihin SVUL-organisaatioon. Juola oli myös SVUL:ssa pioneeritehtävissä, ja hän muun muassa oli osaltaan luomassa systemaattista valmentajakoulutusjärjestelmää. Vetipä hän päävalmentaja Veijo Vaskon pyynnöstä painin edustusmiehillekin ”sovelletun B-valmentajakoulutuksen”. Ennen vuoden 1966 Suurkisoja Aate Juola kiersi Suomen päästä päähän innostaen seuraväkeä Suurkisoihin. ”Lähetyssaarnaajan” työ tuotti myös mahtavan lopputuloksen - väkeä riitti Helsingin stadionille. Vuosikymmenten erilaisten urheilutehtävien jälkeen Juola jäi eläkkeelle SVUL:sta toimiessaan viimeksi Suomen Urheilulehden levikki- ja ilmoituspäällikkönä.

Kehui ja innosti poikia

Aate Juola oli valmentajana ja opettajana aikansa harvinaisuus. Hän uskoi jo yli 60 vuotta sitten positiivisen palautteen voimaan, kun yleinen suuntaus korosti ankaraa kuria. Juolalla oli luontaista auktoriteettia ja psykologinen silmä oli pistämätön. Vuosikymmenten saatossa Aate Juola on edelleen kannustanut Ylivieskan painiväkeä ja Vieskan Voiman aktiiveja. Hän on ollut Ylivieskan painivetäjien esimerkki ja suuri innoituksen lähde. Vieskan Voima on jatkanut painityötä Aate Juolan hengessä. Lähimpinä Aate Juolaa jäivät kaipaamaan Leila-vaimo sekä lapset ja lapsenlapset. Aate Juola laskettiin maan multiin 16.11.2012 Hyvinkäällä, jossa hänen poikansa asustavat. Valoisaa persoonaa muistavat lämmöllä laajat urheilupiirit niin Ylivieskassa kuin kautta koko Suomen.

Juhani Rintakumpu

Painin arvokisamuistoja

Reijosta Karelinin kaveri

18-vuotiaasta **Aleksander Karelinista** saattoi ennustaa tulevan mestarin. Tapasin tämän loistavan painivaltiaan lokakuussa 1985. Helsingissä oli meneillään perinteinen Kalle Anttila-turnaus. Pitkä, laiha ja vielä lapsenkasvoinen Karelin kuului Neuvostoliiton vahvaan joukkueeseen. Novosibirskistä kotoisin oleva lahjakas Aleksander oli löydetty ja kutsuttu aikanaan painisalille koulunpenkiltä, sähköteknillisen instituutin liikuntatunnilta. Lupaavia urheilijoita NL:n tapaan etsimässä ollut painivalmentaja **Viktor Kuznetsov** ei aikaillut, vaan houkutteli ”Siperian karhuksi” myöhemmin kutsutun kolossin painimolskille. Aleksander oli 14-vuotias ja harrasti tuolloin hiihtoa ja jalkapalloa.

Karelinin painiura päättyi Sydneyssä v. 2000. Tyytyminen oli olympialaisten hopeamitaliin, kärsittyään loppuottelussa tappion amerikkalaiselle Rulon Gardnerille. Tätä ennen Karelin ei ollut hävinnyt kahteentoista vuoteen otteluakaan ja oli paininut kuusi vuotta ilman, että vastustaja oli saanut yhtään suorituspistettä. Sydneyn historiallisessa ottelussa mattotuomarina toimi Painiliiton nykyinen toiminnanjohtaja Pertti Vehviläinen (kuva: FILA /Vehviläisen arkisto).

-Aleksanderilla on aina ollut tinkimätön ja oikea asenne itsensä kehittämiseen niin urheilussa kuin muussakin elämässä, on päävalmentaja Kuznetsov todennut hänen ja Karelinin pitkään jatkuneista menestyksekkäistä yhteistyön vuosista.

Haastattelin tuolloin lokakuussa 1985 nuorta mestaria (IS-urheilu 28.10.1985). IS-otsikoi ”Aleksander Karelin N-liiton painin lupaavin kolossi” ja ”Näissä käsissä mies pysyy”, kertoi toinen otsikko. IS-kuvaaja Ilkka Ranta ideoi tilanteesta paljon kertovan potretin, missä raamikas 181-senttinen nuorukainen levittää kätensä ja on ikäänkuin nousemassa komeasti siivilleen. Ja niin myös kävi. Hänestä tuli kaikkien aikojen painivaltias, pitkään voittamaton ja moninkertainen arvokisamestari.

Jättiläinen Aleksander oli jo maailmaan tullessaan. Hän syntyi trukinkuljettaja isänsä ja toimistotyöntekijä-äitinsä perheeseen 7-kiloisena. Voitettuaan ensin kultaa ja mestaruuksia nuorten arvokisoissa Karelin hallitsi raskaansarjan painitaivasta. Saavutukset kertovat kaiken: kreikkalais-roomalaisen painin sarjan 130 kg kolme olympiakultaa, yhdeksän maailmanmestaruutta, 12 Euroopan mestaruutta ja yhtä monta Neuvostoliiton tai Venäjän mestaruutta.

Karelin on saanut urheilumenestyksestään ja persoonansa ansiosta useita kunniamerkkejä, kunnianosoituksia, nimityksiä Neuvostoliitossa ja Venäjällä. Hänet on valittu useana vuonna peräkkäin kaikki sarjat huomioiden maailman parhaaksi painijaksi.

Atlantan olympiakullan jälkeen Venäjän olympiakomitea palkitsi Karelinin 50.000 dollarilla. Armeijassa 28-vuotias Karelin ylennettiin kenraalimajuriksi. Hän onkin Venäjän kaikkien aikojen nuorin kenraali. Komea saavutusten luettelo kertoo Karelinin hallinnasta ja suorastaan yli-inhimillisistä kyvyistä. Silti hänestä ei paistanut ylpeyden eikä omahyväisyyden häivääkään. Karelin oli ja on ihmisenä hyväntahtoinen, ystävällinen ja kohtelias.

Tuon v.1985 lokakuisen ja ikimuistoisen juttutuokion jälkeen olen voinut tavata Karelinia painin arvokilpailuissa ja turnauksissa monta kertaa. Myhäily ja hymy kasvoillaan hän on aina lähestynyt ja kaapannut minut vahvaan rutistukseensa. Olen kokenut olevani Aleksanderille läheinen painiystävä.

Karelinin sympaattiseen henkilökuvaan kuuluu myös uskollisuus Venäjälle sekä kotiseudulleen. Hän asuu Olga puolisonsa ja Ivan poikansa kanssa Novosibirskissä Itä-Siperiassa. Houkutuksista huolimatta painikuningas ei lähtenyt rahan perään painiammattilaiseksi maihin, joissa otteluista maksetaan suuria palkkioita. Kasvatustieteiden maisteriksi opiskellut Karelin on lähtenyt myös mukaan valtakunnan politiikkaan. Hänet valittiin Venäjän duumaan 1999 Yhtenäisyys-puolueen edustajana ja on sittemmin uusinut valtakirjansa Yhtenäinen Venäjä- puolueen riveissä.

Reijo Majasaari

Michael Lyyski väänsi veteraanien MM-kultaa

Vuoden 2012 hahmo suomalaisessa veteraanipainissa on Michael ”Mika” Lyyski (B85). Hän väänsi MM-kultaa syyskuussa Budapestissa käydyissä kreikkalais-roomalaisen painin kisoissa. Tähän vaadittiin kaikkiaan neljä otteluvoittoa. Erityisen arvokas oli Norjan Roy Andersenin kukistaminen. Roy on peräti viisinkertainen MM-kultamitalisti tällä tasolla.

Mika Lyyski muistetaan 1990-luvulta erittäin taitavana ihan kansainvälisen tason painijana. Hänen edellään vain tuppasi olemaan sellaisia miehiä kuin **Tuomo Karila, Marko Asell** ja **Marko Yli-Hannuksela**. Pitkäksi venynyt sairaus myös verotti paljon miehen kuntoa.

Vuosi sitten Laihian mies heilautti vaakan kolminumeroiseen lukemaan. Silloin hän päätti kääriä hihat ja ryhtyi töihin. Nuukien miesten kunnassa toimii erittäin aktiivinen kuntopainiryhmä, joka treenaa lähes koko ajan kolme kertaa viikossa. Tuloksena uurastuksesta oli heti mestaruus.

Toivotaan, että Mika sai voitostaan kipinän jatkaa uraansa. Hänellä on myös tosi paljon annettavaa Laihian poikien valmennuksessa.

Mustasaaren Karelinin onnistunut debyytti

Samassa Laihian ryhmässä harjoitteleva **Sami** ”Mustasaaren Karelin” **Ilvesoksa** (A130) teki onnistuneen debyytin veteraanisarjoihin heti, kun tarvittavat 35 vuotta olivat kasassa. Hopea oli hieno alku uralle. Mustasaaren Karelinhan aloitti painin vasta lähes kolmekymppisenä, joten seniorisarjoissakin mies vielä varmasti nähdään pitkään.

Aiemmin voimamieskisoihin keskittyneen rakennusurakoitsijan ura alkoi, kun hän haki vinkkiä painonpudottamiseen **Juha** ”Nalle” **Ahokkaalta**. Nallehan nappasi miehen heti sparrarikseen ja täytyy sanoa, että kovan koulun Sami on käynyt. Ihailen miehen sitkeyttä.

Hopeaa toi myös **Jussi** ”Kessi” **Ketonen** (B97). Tämä oli allekirjoittaneelle jo neljäs hopea. Ura jatkuu siis ainakin vuodella.

Veikko ”Veksi” **Timo** (F69) oli kelpo vireessä. Palkkiona oli pronssimitali kummastakin painimuodosta. Hieno esitys.

Pronssi oli tällä kertaa myös **Tero** ”Temmi” **Katajiston** (B63) väri. Tero ei pystynyt pienen jalkavamman takia viimeisen kuukauden aikana ennen kisoja juoksemaan tärkeitä hikilenkkejä. Pudottaminen 58-kiloisiin ei ollut siksi mahdollista. Nelinkertainen kultamitalisti toi tällä kertaa pronssia.

11 miestä koneessa

Suomen kisajoukkueeseen kuuluivat mitalistien lisäksi **Jorma** ”Jorkka” **Niemi** (C97), **Arto** ”Artsi” **Haukijärvi** (D63), **Petri** ”Pete” **Kaunisto** (C76), **Jorma** ”Spede” **Pasanen** (G69), **Tero** ”Danny” **Lipsonen** (A76) ja **Jani** ”Ala” **Ala-Luhtala** (A76). Kaikkiaan siis hieno 11 hengen miehistö.

Toivottavasti kaikki ovat mukana vuoden päästä Sarajevon koneessa. Lisää uusia ruttukorvia myös kaivataan täydentämään Suomen joukkuetta. Takaan, että matkalla on hauskaa.

Tämän vuoden joukkueen eräänlainen hengenkohottaja oli ehdottomasti ”Spede” Pasanen. Hänen tarinansa hurjilta merimiesvuosilta ja velipoika Unskin vartiointiliikkeen edesottamuksista olivat ihan Nobel-tasoa. Itseäkin nauratti niin paljon, että silmäkulmat piti kuivata moneen kertaan. Myös Speden tietämys painonpudottamisesta ja ravintovalmennuksesta ovat sillä tasolla, että edustusmiestemmekin kannattaisi kuunnella herkällä korvalla Raision miehen opetuksia.

Jussi ”Kessi” Ketonen
Kuva: Merja Lintala

Junioreiden kreikkalais-roomalaisen painin 2012 arvokisat

Junioreiden EM-kisat painittiin Kroatian Zagrebissa juhannuksen aikaan 22. -24.6. Suomen joukkueessa painivat 55 kg **Mazyar Shirmohammadi**, 60 kg **Jerry Pitkänen**, 66 kg **Petteri Martikainen**, 74 kg **Jarno Ålander**, kaikkien seura kotimaan molskeilla on Helsingin Tarmo. Lisäksi matkassa olivat Helsingin Hakan 84 kg:n **Sebastian Huovinen** ja raskaan sarjan **Juuso Huovinen** sekä 96 kg **Tuomas Lahti** Ylä-Tikkurilan Kipinä. Kokonaisuutena meidän joukkueen tulos näissä kisoissa oli heikko, vaikkakin yksittäisiä valonpilkahduksia oli näkyvissä varsinkin Petteri Martikaisen sekä Jerry Pitkäsen otteissa. Järjestelyiltään kisat olivat ihan ok- tasoa, mutta ihmetystä herätti punnituksien ja lääkärintarkastuksien aikojen siirtäminen, niin ettei siitä juurikaan informoitu. Kisojen jälkeen käydyt keskustelut painijoiden kanssa toivat ilmi monia asioita. Pojat kantavat turhan suurta taakkaa selässään menestymisestä ja näyttämisen halusta.

Näiden pohjalta lähdimme työstämään valmistautumista kohti MM-kisaa jotka painittiin Thaimaan Pattyalla 3.-5.9.2012. ja Suomen joukkue oli 55 kg Mazyar Shirmohammadi, 60 kg Jerry Pitkänen, 66 kg **Lari Hirvi** Lappeenrannan Työväen Urheilijat, 74 kg Jarno Ålander ja 96 kg Tuomas Lahti.

Thaimaassa oli sadekausi ja se tuli kyllä hyvin ilmi, mutta lämpöä kuitenkin riitti ja aurinkokin saattoi silloin tällöin pilkahtaa taivaalla, mutta ei suomalaisten painijoiden otteissa. Valmistautuminen oli sujunut hyvin ja painijoiden mieli oli virkeä. Lämmittelyoteluissa otteet olivat terävät ja fiilis oli hyvä. Matolle mentäessä into kuitenkin sammui ja kokonaisuuden voi kuvata sillä, että miltei jokaisessa tärkeässä taistelutilanteessa pojat antoivat periksi. Ainoastaan ”Masi” Shirmohammadi taisteli kaksi ensimmäistä ottelua hienosti, mutta…

Pettymys oli taas pojille suuri ja valmentajat olivat maassa. Koko kesän tehty työ jäi ulosmittaamatta. Miksi? Olen pyöritellyt asiaa mielessäni ja en tosiaan löydä yhtä selkeää vastausta. Kokonaisuuden pitää olla kunnossa ja poikia pitää valmistaa henkisesti paljon paremmin tällaisiin kilpailuihin. Tietysti tekemisen laatua on uskallettava analysoida ja kritisoida niin poikien kuin valmentajien puolelta. Tämän jälkeen pettymykset on pureskeltava ja syljettävä pois. Haalarit on puettava päälle ja lähdettävä uuteen nousuun entistä kovemmalla innolla ja asenteella.

Menestys odottaa niitä jotka uskaltavat ja jotka eivät anna periksi!

Teksti: Juha Lappalainen

Tapsa taas Muhoksen Voiton molskihommissa

Urallaan Sipilä haki mitaleita kuin kotirouva voita

Joillakin kanssaihmisillämme joku asia pysyy elinkaaressa aina - Tapio Sipilällä se on paini. Menneisyyteen kadonneella 1980-luvulla Sipilä rohmusi arvokisamitaleita näennäisesti yhtä helposti kuin kotirouva voita lähikaupasta. Sarjassa alle 68 kiloa paininut Tapio Sipilä saavutti kiihkeällä 1980-luvulla peräti yhdeksän (9) arvokisamitalia. Nuo mitalit olivat ja ovat: olympiahopeaa: 1984 ja olympiapronssia: 1988; MM-kultaa 1983 sekä MM-hopeaa 1981 ja 1986; EM-pronssit Sipilä poimi vuosina 1980, 1981, 1983 ja 1987. SM-kullan Tapio ”Tapsa” Sipilä otti viitenä vuonna.

Sipilä oli takavyön taitaja - hän osasi tosin ja toki liikkeen kuin liikkeen. Ylipäätään vastustaja oli helisemässä kun Tapio Sipilä pääsi vauhtiin, pisteitä tuli - Tapsalle, ei useinkaan vastustajalle.

Nuorille painioppia

Tänään Tapio Sipilä, 54, on vankasti mukana kilpailu-urallaankin edustamansa Muhoksen Voiton toiminnassa. Hän on mainitun seuran painijaoston puheenjohtaja ja yleisseura Voiton varapuheenjohtaja. Tapio Sipilä myös valmentaa ja neuvoo painijoita. Sipilä joutui kerran tilanteeseen, jossa häntä pyydettiin opastamaan painin saloihin nuoria jääkiekkoilijoita. Sipilä mietti hetken sitä, että kuinka hän saisi iskostettua nuorille sen, että työtä tekemällä voi palkinto olla täyttä totta. Hän keksi keinon:

- Keräsin kotoani kaikki yhdeksän arvokisamitaliani ja löin ne mattoon. En ehtinyt sanoa mitään kun pojat yksi toisensa jälkeen alkoivat kännykkäkameroillaan kuvata mitalisaalistani, Sipilä myhäili.

Tapio Sipilä oli 23 muun suomalaisen arvokisamitalistin kera ottamassa vastaan komeaa ja kirkasta karhupatsasta opiskelijoiden painin MM-kisojen yhteydessä lokakuussa Kuortaneella. Siinä samassa tilaisuudessa Sipilällä sukeutui keskustelu neljä arvokisamitalia - muun muassa olympiahopeaa 1988 voittaneen Lapuan Virkiän **Harri Koskelan** kanssa.

Sipilällä ja Koskelalla tapahtui mukavasti molskilla 1980-luvulla samoissakin kisoissa, joten ei ihme, että miehillä löytyi paljon yhteistä puhuttavaa. Sipilä ja Koskela uskovat kumpainenkin painin pysyvän olympiakartalla:
- Onhan paini niin klassinen laji ettei se esimerkiksi voi millään poistua olympialaisista, Sipilä arveli.

Harri Koskela jatkoi:
- Lajirunsaus on tänään täyttä totta, mutta kyllä painille aina paikka löytyy, Koskela kommentoi.

Mikä painissa on mielestäsi parasta, Tapio Sipilä?
- Se testaa mahtavasti sietokykyä, Sipilä sanoi.

Johon Koskela:
- Totta. Mielestäni upeaa on myös se kun ollaan jämäkästi mies miestä vastaan ja katsotaan kuka on kuka, Koskela puhui.

Vaikka Tapio Sipilä sai maistaa menestyksen mannaa, niin ei kaikki hänelläkään ihan aina sujunut kuin elokuvissa:
- Meksikossa kerrankin liki koko porukkamme tuskaili vatsataudissa. Jouko Kuossari taisi olla ainoa, joka jollain lailla pysyi tolpillaan, Tapio Sipilä muisteli.

Yritystoimintaakin ravintola-alan kautta tunteva Tapio Sipilä oli 1990-luvulla yhden kauden Muhoksen kunnanvaltuustossa sitoutumattomana SDP:n ryhmässä. Urheilua mies tuntee muutoinkin kuin painin osalta. Hän on eri aikoina harrastanut muun muassa pyöräilyä, hiihtoa ja painonnostoa.

Teksti: Hannu Ranta
Kuva: Hannu Kiminkinen

Maailmanmestari Tapio Sipilä on tehnyt todellisen miehen työn palaamalla seuransa Muhoksen Voiton painitoiminnan vahvaksi taustavaikuttajaksi. Sipilän oppeja on viime aikoina ollut vastaanottamassa ilahduttavan sankka joukko, sekä poikia että tyttöjä.

Sotilaspaini sytyttää

Sykkeet korkealla Joutseno-hallissa

Suomen Sotilasurheiluliiton kamppailupäivät – C.P.E. Production Games avattiin virallisesti keskiviikkoaamuna 19.9.2012. Edellisenä iltana Rakuunamäen sotilaskodissa oli jo otettu varaslähtö kisoihin mittelemällä sotilaspenkkimestaruuksista, mutta muiden lajien osalta Joutseno -hallissa alkoi täysi säpinä heti avajaisten jälkeen.

Kamppailupäivien suosituinta lajia, sotilaspainia, painittiin kahdessa eri ottelupisteessä. Sotilaspainin suosio on noussut vuosi vuodelta. Mistä lajin suosio johtuu?

”Sotilaspaini on hyvin erilainen verrattuna kreikkalais-roomalaiseen tai vapaapainiin. Heitot ovat kiellettyjä ja pisteet kertyvät nostoista ja alueelta poisajosta. Lajia on helppo harrastaa suurin piirtein missä vaan, eikä se ole erityisemmin riskialtis. Lisäksi sotilaspaini sytyttää aina, koska taustajoukot ovat kannustamassa”, kertoo aktiivituomari ja Painiliiton hallituksen jäsen **Ilmo Pilli** sotilaspainin saloista. Hyvää sotilaspainijaa hän kuvailee liikunnalliseksi, ketteräksi ja voimakkaaksi. Sykkeet nousevat lajissa nopeasti korkealle. ”Lisäksi painijan on hillittävä tunteensa matolla. Tästä oli joukkueenjohtajien kanssa ennen kisoja puhetta. Tuomareiden tuomiot on osattava ottaa tuomioina.”

Joutseno -hallin katsomosta löytyi yksi myhäilevä kasvo. Maasotakoulun rakuunaeskadroonassa varusmiespalvelustaan suorittava rakuuna **Panu Tiitta** oli juuri paininut kisojen ensimmäisen ottelunsa varusmiesten 75 kg:n sarjassa. ”Menin kolmannessa parissa molskille ja en ehtinyt lämmittelemään juuri ollenkaan. Tein kuitenkin kolme nostoa ja ottelu päättyi tulokseen 6 – 0”, summasi rakuuna Tiitta suoritustaan. ”En ole koskaan ennen paininut kilpailuissa, mutta kun urheilutaustaa löytyy, niin päätin lähteä kokeilemaan. Lajissa viehättää se, kun saa ottaa mittaa toisesta.” Sotilaspoliisikoulutuksen saanut rakuuna Tiitta kotiutuu lokakuussa. Suunnitelmissa ei ole jatkaa painimista siviilissä, ainakaan vielä näin ensimmäisen ottelukierroksen jälkeen.

Teksti: Ansa Räätäri
Kuva: Puolustusvoimat

Rakuuna Panu Tiitta taitaa Sotilaspainin salat, nähtäväksi jää tavataanko hänet varusmiespalvelun jälkeen molskilla?

Mitalistilauma pörräsi Kuortaneella

Painin arvokisamitalistien palkitsemistilaisuus

Suomen Painiliiton kunniapuheenjohtaja, kanslianeuvos **Yrjö Tuokko** oli kutsunut aikuisten sarjojen suomalaisen painin kaikki elossa olevat ”tosiurheilun” arvokisamitalistit ja päävalmentajat Kuortaneelle palkittaviksi ja sen myötä myös seuraamaan opiskelijoiden MM-kisoja. Arvokisamolskin äärellä oli menneitä muistelemassa 28 vääntäjää. Kaikkiaan Tuokko oli kutsunut tilaisuuteen 48 suomalaista painin Olympia-, MM- ja EM-mitalistia ja entistä painin päävalmentajaa.

Lajin, ”raavaiden miesten -híkisen painin” ja yhteiskunnan muutosta kuvaa hyvin myös se, että kutsuttujen mitalisten joukossa on myös kaksi aikuisten naisten EM-mitalin saavuttanutta siroa naispainijaa. Ilahduttavaa olikin se, että kutsutut **Tiina Ylinen** ja **Sarianne Savola** olivat mukana tässä jäykkäniskojen lämminhenkisessä tilaisuudessa. Lasisen painikarhun pokkaajissa oli jo kauan sitten lopettaneita ja myös uraansa jatkavia tulevaisuuden tähtivääntäjiä.

Tilaisuuteen pisimmän matkan oli taivaltanut Ruotsissa pitkään asustanut Leo Honkala. Lellen paras saavutus molskilla on Helsingin olympialasten pronssitila. Tilaisuudessa kuvassa oik. vieruskaverina istui nuoruuden ajan kilpakumppani viisitoista kertaa peräkkäin miesten vapaapainin Suomen mestaruuden voittanut Nurmon Jymyn Tauno Jaskari. Rattoisaa oli lähes saman ikäisten kavereiden nuoruuden ajan muistelu (kuva Hannu Kiminkinen).

Tuokolle lämmin Kiitos

Opiskelijoiden MM -kilpailujen yhteydessä huomioitiin Suomen painin mitalihenkiöitä ja päävalmentajia. Tapahtuman isä ja alulle laittaja oli Suomen Painiliiton kunniapuheenjohtaja Yrjö Tuokko. Mitalihenkilöiden tilaisuudessa oli ihailtavaa kuulla Yrjön sydämestään, ja nyt jo kokemuksestaan, tuleva näkemys lajimme hienoudesta, kovuudesta ja menestyksen merkityksestä koko valtakunnan tasolla. Painin arvokisamenestys ja menestyjät kelpaavat malliksi kaikille muille lajeille.

Kun katselin Kuortane -hallissa ryhdikästä joukkoamme, tunsin vilpitöntä ylpeyttä. Muistan monen kokeneen miehen joukostamme teräsmiestä muistuttavana, kova kuntoisena painijana joita nuorempana katselin ja kuuntelin ihaillen sekä oppia ottaen. Edelleen joukkomme on ryhdikäs, vaikka monen kohdalla normaalin ikääntymisen vaikutuksesta askel on lyhentynyt ja nuoruusajan ”taistelujen jäljet painavat” lihaksissa ja vartalossa. Paikalla olleista sekä heidän keskusteluistaan pystyi edelleen aistimaan pysyvän kiinnostuksen ja kestävän rakkauden lajiamme kohtaan.

Mieleeni painui pysyvästi Yrjön puheen lopun kiteytys: ” Tämän tapahtuman viestissä on kyse myös siitä yhteishengestä, että ”kaveria ei jätetä”, ei myöskään painikaveria. Tuohon viestiin sisältyy paljon kunniakasta historiaa, jota voimme lajimme parissa korostaa ja kehittää. Painiheimomme piirissä on myös merkittävää osata kannustaa lajitovereita, sillä se osaltaan tiivistää rehtiä ”heimotunnetta”. Tämä tilaisuus nosti varmasti meidän kaikkien positiivisia tunteita ja sitä tietämystä, että on tahoja ja henkilöitä, jotka todella osaavat arvostaa lajimme harrastajia, niin vanhempia kuin nuorempiakin.

Haluan kaikkien huomionosoituksen saaneiden puolesta lausua kunniapuheenjohtaja Yrjö Tuokolle lämpimät kiitoksemme tilaisuuden järjestämisestä ja mukana olostaan kunniakkaan lajimme parissa.

Ilpo Seppälä

Valoa suomalaiseen urheiluun

Muutokset haastavat uudistumaan

Maailma muuttuu tällä hetkellä nopeammin kuin me ja muutokset haastavat myös meidät liikuntajärjestöt uudistumaan. Te seuraihmiset tunnette muutokset ensimmäisenä arjessanne. Ihmisten käyttäytyminen, vaatimukset ja tavat toimia ovat muuttuneet. Vapaa-ajalla on entistä enemmän valinnan varaa, sitoutuminen vapaaehtoistyöhön on lyhytjänteisempää ja laatuvaatimukset myös järjestötoimintaa kohtaan ovat nousseet.

Olemme kaikki yhdessä asettaneet tavoitteeksemme olla maailman liikkuvin urheilukansa vuonna 2020. Seuraavien vuosien aikana edessämme on ehkä vuosisadan kovin muutos koko liikuntajärjestökentässä. On tullut aika nostaa toimintamme uudelle tasolle.

SLU, Nuori Suomi ja Kuntoliikuntaliitto perustivat uuden liikunnan kattojärjestön 18. kesäkuuta edistämään kaikkea liikkumista, arjen aktiivisuudesta tavoitteelliseen huippu-urheiluun. Muutoksella tavoitellaan ennen kaikkea sitä, että paikalliselta tasolla syntyy lisää laadukasta liikettä, iloa ja elämyksiä! On kyse sitten seuratoiminnasta, varhaiskasvatuksen, koulun tai työyhteisöjen toimintaympäristöistä.

Tavoitteet uudistukselle ovat kovat, eivätkä ne koske pelkästään muutamaa valtakunnallista järjestöä vaan koko suomalaista liikunta- ja urheilukulttuuria, jossa urheiluseuroilla on keskeinen rooli. Uuden järjestön rakentamisessa on parhaillaan menossa siirtymävaihe vanhoista järjestöstä kohti uutta ja yhteistä. Syksyn aikana olemme rakentaneet strategiaa tuleville vuosille ja aloittaneet pohjan luomisen 1.1.2013 käynnistyvää toimintaa varten.

Nyt tehdyt päätökset ja suunnitellut toimenpiteet eivät vielä ole riittäviä, vaan työn täytyy jatkua. On pystyttävä luomaan liikuntaan ja urheiluun sellainen toimintamalli, josta me kaikki voimme olla ylpeitä. Esimerkiksi palvelut seuroille on saatava paremmin ja nopeammin perille. Tämän matkan on oltava mahdollisimman lyhyt ja jouheva, jotta voimme auttaa teitä onnistumaan tärkeässä työssänne entistä paremmin.

Seuraavien 3-5 vuoden aikana muutoksia on edessä kaikilla tasoilla, ja on tärkeää että teemme ne yhdessä. Meidän täytyy päästä eroon vastakkainasettelusta eri toimijoiden välillä, siirtyä toistemme tönimisestä yhdessä tekemiseen ja toistemme tukemiseen.

Niinpä haluan kutsua myös seurat mukaan muutoksen tekemiseen. Teidän näkemyksenne ovat kullanarvoisia, tässä suuressa muutosprosessissa.

Olethan sinäkin mukana muutoksessa!

VALO

Teemu Japisson
pääsihteeri, Valo, Valtakunnallinen liikunta- ja urheiluorganisaatio ry

Pekka Rintamäelle pronssimitali

Tuloksia sivulla 31

Opiskelijoiden MM-painit lokakuussa Kuortaneella

Opiskelijoiden MM-painit järjestettiin Kuortaneella 2. - 6. lokakuuta. Kisoissa oli 241 osallistujaa, he edustivat 21 eri maata. Kilpailutapahtumat keskittyvät Kuortanehalliin, missä painittiin kolmella matolla 21 sarjassa. FISU:n MM-mitaleista taisteltiin vapaassa, naisten sarjoissa ja kreikkalais-roomalaisessa painissa. Tapahtuman järjestämisestä päävastuun kantoivat Kuortaneen Urheiluopisto ja Opiskelijoiden Liikuntaliitto, asiantuntija-apua järjestäjille tarjosi Suomen Painiliitto. Kisoihin osallistui lukuisia aikuisten ja nuorten arvokisamitalisteja.

Suomalaisista parhaiten kisassa menestyi Ylistaron Kilpa-Veljien **Pekka Rintamäki**, joka saavutti kreikkalais-roomalaisen painin sarjassa 84 kg komeasti pronssimitalin. Viidennen tilan nappasi saman painimuodon 96-kiloisissa Alavuden Urheilijoiden **Antti Hakala** ja naisten 48 kg sarjassa **Sarianne Savola** Lappajärven Veikot. Vitonen kreikkalais-roomalaisessa painissa oli myös Kuortaneella ahertanut Helsingin Tarmon **Petteri Martikainen**, vapaassa hän joutui taipumaan japanilaiselle, tämän myötä sijoitus tässä painimuodossa oli 9. Lisäksi Suomen joukkueessa painivat kreikkalais-roomalaisessa painissa 74 kg:n sarjassa Viipurin Voimailijoiden **Veli-Karri Suominen** ja naisten

MM-pronssimitalisti Pekka Rintamäki Suomi ja Ylistaron Kilpa-Veljet.

Naisten puolella parhaiten suomalaisista menestyi Lappajärven Veikkojen Sarianne Savola. Kuva toisesta ottelusta, missä Savola joutui taipumaan kiinalaiselle Ni Lille jaksoin 2-0.

51-kiloisissa Ilmajoen Kisailijoiden **Tiina Ylinen** ja 55 kg sarjassa Haukiputaan Heiton **Tiina Vainionpää.**

”Olemme erittäin iloisia saadessamme järjestää Kuortaneen Urheiluopistolla jo toisen kerran neljän vuoden sisällä opiskelijoiden MM-kisatapahtuman. Nämä ovat isoja tapahtumia meille - koko majoituskapasiteetti on ollut käytössä ja esimerkiksi Kuortaneen koulujen syysloma siirrettiin kisojen vuoksi pari viikkoa normaalia aikaisemmaksi” summasi Kuortaneen Urheiluopiston valmennuskeskuksen johtaja ja opiskelijoiden MM-painien järjestelytoimikunnan puheenjohtaja **Kimmo Yli-Jaskari.**

Opiskelijoiden MM-kilpailut ovat kansainvälisen opiskelijaurheiluliiton FISU:n alaisia tapahtumia, joita järjestetään joka toinen vuosi lajeissa, jotka eivät kuulu universiadien vakituiseen kilpailuohjelmaan. Kilpailut ovat avoimet 17 - 28 -vuotiaille korkea-asteella opiskeleville urheilijoille. 2012 opiskelijoiden maailmanmestaruuksista kilpaillaan 28 urheilumuodossa. Suomen joukkueet opiskelijoiden MM-kilpailuihin nimeää Opiskelijoiden Liikuntaliitto lajiliittojen esitysten perusteella. Suomessa on aiemmin järjestetty opiskelijoiden MM-kilpailut neljästi; viimeksi vuonna 2008 Kuortaneella ja Seinäjoella, jolloin lajina oli salibandy.

Opiskelijoiden painin MM-kilpailut järjestettiin nyt kymmenennen kerran. Suomalaispainijoista opiskelijoiden MM-mitaleille ovat aikaisemmin yltäneet ainoastaan ilmajokinen **Jarkko Ala-Huikku** ja alavutelainen **Tuomo Mäntylä**, jotka ottivat pronssia Edmontonista vuonna 2002. Lisäksi haukiputaalainen **Matti Kautto** on paininut pronssia vuoden 2005 kesäuniversiadeissa Turkin Izmirissä, missä paini oli mukana kilpailuohjelmassa järjestäjämaan valitsemana lajina.

Teksti ja kuvat:
Hannu Kiminkinen

Opiskelijoiden MM-painien yhteydessä liiton kunniapuheenjohtaja Yrjö Tuokko isännöi tilaisuuden missä muistettiin painin arvokisamitalin nappanneita painijoita ja menestymisessä edesauttaneita päävalmentajia. Kuvassa muistolahjan pokkaamisvuorossa 1972 olympiapronssin napannut vaasalaislähtöinen Kuortaneen Kunnon Ristö Björlin, oik. Painiliiton varapuheenjohtaja Mauno Mäki-Töyli.

Opiskelijoiden MM-väännöissä Kuortaneella ahersi kummassakin painimuodossa Helsingin Tarmoa kotimaan molskeilla edustava Petteri Martikainen. Hymyssä suin napattu tappiollisen pronssiottelun jälkeen, ja näin Petteri: ” kokemusta sain tulevaisuutta varten!”

Kuortaneellakin tavoilleen uskollisena rohkeaa pystypainia esitti Viipurin Voimailijoiden Veli-Karri Suominen. Yhdysvaltalaista Jonathan Andersonia vastaan Suominen joutui taipumaan 3 jakson kestoisessa ottelussa, missä Veli-Karri väsähti käsittämättömällä tavalla todella täydellisesti. Ottelun jälkeen hän joutui käymään lääkärin tutkittavana.

Kuvassa suomalaiset arvokisamitalistit ja valmentajat v

Kalervo Rauhala kr 1952, **Leo Honkala** kr 1952, **Tauno Jaskari** vp 1954, **Martti Laakso** kr 1965, **Eero Tapio** kr
kr 1980, **Ilpo Seppälä** kr 1981, **Hannu Lahtinen** kr 1983, **Jarmo Övermark** kr 1983, **Jukka Rauhala** vp 198
Hannuksela kr 1995, **Marko Asell** kr 1996, **Jarkko Ala-Huikku** kr 2007, **Tiina Ylinen** vp 2008, **Jani Haapamäki**
Päävalmentajat: **Toivo Sillanpää** 1974-1976,1981-1984,1989-1990, **Harri Salimäki** 1976-1978, Seppo Yli-**Ha**
Ei kuvassa: **Niilo Turkkila** vp 1951, **Ilmari Ruikka** vp 1951, **Veikko Lahti** kr 1955, **Matti Laakso** kr 1966, **Jussi V**
1984, **Toni Hannula** kr 1985, **Keijo Pehkonen** kr 1986, **Tuomo Karila** kr 1990, **Mikael Lindgren** kr 1993, **Juha Al**
Päävalmentajat: **Veijo Vasko** 1962-1969, **Timo Lehto** 1993-1996, **Henn Pölluste** 1997-1999, **Pasi Sarkkinen**

uosilta 1952-2012

1965, **Risto Björlin** kr 1968, **Aimo Mäenpää** kr 1969, **Keijo Manni** kr 1973, **Mikko Huhtala** kr 1980, **Tapio Sipilä**
4, **Harri Koskela** kr 1987, **Timo Niemi** kr 1988, **Ismo Kamesaki** kr 1989, **Jukka Loikas** kr 1989, **Marko Yli-**
kr 2009, **Sarianne Savola** vp 2009 ja lisäksi kunniapuheenjohtaja **Yrjö Tuokko**
nnuksela 1999-2001, **Juha Virtanen** 2009-
Vesterinen kr 1968, **Caj Malmberg** kr 1973, **Pertti Ukkola** kr 1975, **Pekka Rauhala** vp 1982, **Jouko Salomäki** kr
nokas kr 1997, **Ari Härkänen** kr 2004, **Rami Hietaniemi** kr 2011,
2002-2004

Kuva: Hannu Kiminkinen

Suomen Painiliitto kiittää alla olevia yrityksiä ja yhteistyötahoja saamastaan tuesta

VEIKKAUS

VALTRA
Individually Yours

KUORTANE VALMENNUSKESKUS

VARMA

adidas

KERKO SPORT

RESTEL

TAPIOLA

SKF

WOIKOSKI

Pajulahti
Tavoitteista totta

Opetus- ja kulttuuriministeriö

Suomen Olympiakomitea

Arvo Himberg säätiö

Urheiluopistosäätiö

Puolustusvoimat

Betoni ja teräspaalutukset,
myös sisätiloissa
Neliyhtymä Tarmo Sundberg
Isokyläntie 301, YLISTARO
puh. 4731 333
Tarmo Sundberg 050 - 5563 333
Petri Sundberg 040 - 5562 843

Rakennusliike Joensuun Teha-Rakennus Oy
Kalstilantie 3, 83130 SALOKYLÄ
Puh. 040 5757 873

AP-Rakennus Oy
61350 Huissi
puh. 0500 - 268 224
0500 - 268 219

EPM Telemark Oy
MYYNTI:
JOONA HUHTAMÄKI, 0400-521 159
TAPANI TAKAMÄKI, 0400-427 549
VARAOSAT:
TERO SALIMÄKI, 040-5549 556
Seinäjoki, Rengastie, Kampikuja 1
www.epm.fi

Trellex
Kuljetinhihnat
Kulutuskumit
Liitos- ja asennuspalvelu
Kouvola
020 484 5390
Lappeenranta
020 484 5380
metso minerals

TRAKTORIURAKOINTI T. KARTTUNEN
Kuopiontie 207, 83480 AHONKYLÄ
Puh. 0500 - 170 965

Hämäläiset Oy
Rakennus- ja suunnittelutsto
Vapaudentie 28 - 30, 60100 SEINÄJOKI
Puh. 06 - 4219 900

Tukkuvälitys Mäkelä Ky
Kapernauminkatu 14
60100 Seinäjoki
Puh. **0400 261 512**

Autoilija Markku Kinnunen
Koulukatu 5 Ylivieska
0400 389 115

PJ-ASENNUS OY
PERTTI JOHANSSON
Katajaharjunkaari 8, 45720 Kuusankoski
Puh. **0400 552 703, (05) 3743 871**

Maansiirto Eero ja Tapio Kontkanen Ky
Kalattomantie 66, 83500 Outokumpu
Puh. (013) 550 965, 0500-373 610
Korjaamo Kalattomantie 73, p. (013) 550 965

Maanrakennus Esa Rantakaulio
Kilpapolku 3, 46110 Tuohikotti
Puh. **0400 652 880** ***www.monttuauki.fi***

Bet-Ker Oy
Joutsentie 4
84100 Ylivieska
Puh. **(08) 4105 600**
Fax (08) 4105 630

Automaalaamo Sailokoski Ky
Pohjolantie 1, 84100 Ylivieska
Puh/fax (08) 425 373

Tasaista kärkipaikoilla

Ville Pasanen Suomi Cupin 2012 voittoon

Kuortaneen Kunnon **Ville Pasanen** voitti oman sarjansa myös miesten kreikkalais-roomalaisen painin Suomi Cupin 2012 viimeisessä osakilpailussa 1. joulukuuta Janakkalassa ja varmisti itselleen Suomi Cupin kokonaiskilpailun voiton. Pasaselta jäi kauden aikana väliin vain yksi osakilpailu, erinomainen menestys myös SM-kilpailuissa sekä ykköstason osakilpailuissa Kouvolassa ja Ilmajoella takasi hänelle kisasarjan voiton ja tämän myötä 5000 euron valmennustuen.

Kokonaiskisan toiseksi sijoittui Viipurin Voimailijoiden nuori lupaus **Veli-Karri Suominen** ja kolmanneksi ja nuorten kisan voittajaksi ylsi Vaasan Tovereiden **Toufan Ahmadi**. Neljännen sijan vei Oulun Pyrinnön **Jonne Jokela**, viidennen sijan Vaasan Tovereiden **Karwan Ahmadi** ja kuudennen sijan sekä juniorien kisan kakkossijan vei Helsingin Hakan **Juuso Huovinen**. Kisan seitsemännelle ja viimeiselle stipendeille oikeuttaneelle sijalle selviytyi Alavuden Urheilijoiden **Antti Hakala**.

Juniorien kisassa Toufan Ahmadin ja Juuso Huovisen jälkeen kolmanneksi sijoittui Hakan **Sebastian Huovinen** ennen Ilmajoen Kisailijoiden **Niko Erkkolaa**. Seuraavilla sijoilla olivat Helsingin Tarmon **Mazyar Shirmohammadi** ja Nurmon Jymyn **Mikko Lyttinen**.

Seurojen välisessä kisassa ylivoimaisen voiton vei Ilmajoen Kisailijat, joka kauden aikana juoksutti molskeille myös eniten painijoita, yhteensä 14. Seuroista seuraavilla sijoilla olivat Vaasan Toverit, Oulun Pyrintö ja Haukiputaan Heitto.

Kauden 2012 Suomi Cup keräsi 13 osakilpailuun mukaan 152 painijaa 50 eri seurasta. Kauden parhaat Pasasen johdolla palkitaan merkittävillä valmennusstipendeillä ja pysteillä ensi kauden ensimmäisen osakilpailun, 12.1.2013 Kouvolassa käytävän Herman Kare –turnauksen yhteydessä. Suomi Cupin yhteensä 15 000 euron potin takana ovat Suomen Painiveteraanikerho ja Suomen Painiliitto.

Suomi Cupin 2012 lopputulokset:
1) Ville Pasanen KuKu 71 pist., 2) Veli-Karri Suominen VV 68, 3) Toufan Ahmadi VaaTo 65, 4) Jonne Jokela OP 47, 5) Karwan Ahmadi VaaTo 37, 6) Juuso Huovinen Haka 35, 7) Antti Hakala AU 32, 8) Rami Hietaniemi NJ 32, 9) Sebastian Huovinen Haka 31, 10) Jussi-Pekka Niemistö Koovee 27, 11) Niko Erkkola IK 26, 12) Niko Ohukainen OP 25, 13) Oskari Riihioja PeTo 25, 14) Samppa Rinta-Hoiska LaihLu 24, 15) Matti Kettunen PTI 23, 16) Jarkko Ala-Huikku IK 22, 17) Mazyar Shirmohammadi HeTa 22, 18) Mikko Lyttinen NJ 22, 19) Mika Kuronen TuTo 21, 20) Tuomas Lahti YTK 21.

Suomi Cupin 2012 juniorien kisan lopputulokset:
1) Toufan Ahmadi VaaTo 65 pist., 2) Juuso Huovinen Haka 35, 3) Sebastian Huovinen Haka 31, 4) Niko Erkkola IK 26, 5) Mazyar Shirmohammadi HeTa 22, 6) Mikko Lyttinen NJ 22, 7) Tuomas Lahti YTK 21, 7) Matias Lipasti IK 19, 9) Jarno Ålander HeTa 18, 10) Juuso Latvala IK 18.

Suomi Cupin 2012 seurojen välisen kisan lopputulokset:
1) Ilmajoen Kisailijat 158 pist., 2) Vaasan Toverit 119, 3) Oulun Pyrintö 108, 4) Haukiputaan Heitto 101, 5) Koovee Tampere 76, 6) Kuortaneen Kunto 71, 7) Helsingin Haka ja Nurmon Jymy 69, 9) Helsingin Tarmo ja Viipurin Voimailijat 68, 11) Ylä-Tikkurilan Kipinä 61, 12) Peräseinäjoen Toive 56, 13) Järvenpään Voimailijat 36, 14) Laihian Luja 33, 15) Alavuden Urheilijat 32.

Pisteiden laskenta ja teksti:
Antti Pekkala, 050 3450446, antti.pekkala@painiliitto.net

Menestystä suomalaisille

Tuloksia sivulla 31

Vapaapainin VII FILA Helsinki Open

Lauantaina 24.11.2012 oteltiin Ruskeasuon liikuntahallilla vapaapainin FILA:n kalenteriturnaus Helsinki Open, minkä isännöi perinteiseen tapaan Helsingin Paini-Miehet. Miesten ja naisten sarjoissa suomalaisten menestys oli ihan mallikasta tasoa, suomalaiset saavuttivat tässä FILA turnauksessa kaikkiaan 6 sarjavoittoa. Isäntäseura Helsingin Paini-Miehet nappasi kaksi sarjavoittoa. **Jere Kunnas** voitti sarjan 74 kg ja **Ali Darakshanifara** sarjan 84 kg. Kisojen kovimman sarjan 66 kg voiton vei Helsingin Tarmon vielä juniori-ikäinen **Petteri Martikainen**. Naisten puolella Ilmajoen Kisailijat voittivat 2 sarjaa: **Tiina Ylinen** 55-kiloisten sarjan ja **Emilia Uusi-ranta** sarjan 48 kg. Naisten sarjojen kolmas suomalaisvoittaja oli 63-kiloissa **Petra Olli** Lappajärven Veikot. Aikuisikäisten sarjoissa Suomi oli tyly isäntä, ulkolaisille osanottajille jäi vain kolme sarjavoittoa. Niistä 2 meni Saksaan ja yksi Viroon. Miesten ja naisten sarjoissa Suomi oli paras maa, kakkoseksi tuli Latvia ja kolmanneksi Viro.

15-17-vuotisten poikien ja tyttöjen sarjavoitot jakaantuivat melko tasaisesti usean maan kesken. Venäjälle ja Saksaan meni 2 sarjavoittoa, Latviaan, Iso-Britanniaan, Kazakstaniin ja Norjaan meni kuhunkin 1 ykköstila. Suomalaiset saivat ilahduttavasti 5 sarjavoittoa. Ykköstilan painivat Vaasan Voima-Veikkojen **Emilia Haapoja**, Hyvinkään Painiklubin **Tero Halmesmäki**, Voikkaan Urheilu-Veikkojen **Karita Kohtala**, Ilmajoen Kisailijoiden **Janika Vakkila** ja Porin Paini-Miesten **Jere Heino**.

Teksti: Hannu Rantala

Nukkumatti selättää!

27 hotellia 22 kaupungissa

Kun liikutte porukalla, peli on selvä - edullisempaa ryhmämajoitusta et löydä!

Varaukset numerosta 020 055 055

CUMULUS
www.cumulus.fi

- Lajileiripalvelut
- Kilpailut ja isot tapahtumat
- Testaus ja konsultointi
- Opiskelu ja huippu-urheilu
- Valmentajakoulutus

Opiskelijoiden MM-painit
2.-6.10.2012 Kuortane
www.wucwrestling2012.com

KUORTANE VALMENNUSKESKUS

KUORTANEEN URHEILUOPISTO

Opistotie 1
63100 Kuortane
p (06) 5166 111
f (06) 5166 229

www.kuortane.com

Tuloksia sivulla 31

Tasokkaampi kuin koskaan

Arvo Haavisto –painiturnaus Ilmajoella

Arvo Haavisto –turnaus käytiin tänä vuonna lauantaina 24.11. Ilmajoella. Mukana oli kaikkiaan yhdeksän maata: Suomi, Venäjä, Viro, Latvia, Liettua, Ukraina, Ruotsi, USA ja Tsekki. Tapahtuma polkaistiin käyntiin jo perjantai-iltana, kun Suomi antoi kyytiä Ruotsille lukemin 5-2 maaottelussa. Kokemukset perjantaista olivat niin myönteiset, että jonkinlaiset kekkerit ovat luvassa myös ensi syksynä jo aattoiltana.

Tämän vuoden erityispiirteenä oli kotimaisten vääntäjien osallistuminen laajalla rintamalla. Olisikohan Suomi Cup vireyttänyt myös Arvo Haavisto -painiturnausta? Maaottelu puolestaan takasi tasokkaan joukkueen länsinaapurista. Ainakin Pohjanmaalla väki lähtee hyvin liikkeelle, kun luvassa on tasokkaita urheilusuorituksia. Ensi vuodelle olemme alustavasti kaavailleet maaottelua esimerkiksi USA:ta vastaan. Asiasta tiedotetaan myöhemmin.

Tänä vuonna Arvo Haavisto mittelö oli kuudennen kerran FILA-turnaus. Tähän asti osanottajamäärä on joka vuosi noussut. Matolla tömisteli nyt kaikkiaan 85 painijaa. Vuotta aiemmin lukema oli 84. Voi sanoa, että lukema alkaa olla yhden päivän turnaukseen tapissa. Nyt painimme päivällä kolmella matolla vähän yli neljä tuntia. Illalla painittiin ensin pronssimatsit kahdella ja sitten finaalit yhdellä matolla. Formaatti tuntuu olevan kuosissa. Tällä systeemillä voitaisiin ehkä viedä läpi noin 100 painijan kisa.
Yhden päivän turnauksella on monia etuja. Tapahtuma on tiivis rykäisy ilman turhia taukoja. Yleisön ja median mielenkiinto säilyvät. Sunnuntaiaamuna kello yhdeksän alkavat karkelot ovat modernin urheilutapahtuman irvikuva. Myös logistiikka puoltaa systeemiä. Nyt urheilijat saadaan maailmalle sunnuntain kuluessa.

Ensimmäisen kerran saimme tänä vuonna tiedusteluja kisastamme ilman mitään henkilökohtaisia suhteita. Esimerkiksi Tshekeistä tuli kysely kisastamme tyyliin, saako tulla mukaan. Samoin Koreasta kyseltiin, mutta heitä emme vielä saaneet haaviin. Myös yleisöä oli paikalla aika monelta suunnalta ympäri Suomea.
Kaiken kaikkiaan Arvo Haavisto -painiturnauksen tulevaisuus näyttää hyvin valoisalta. Ensi vuonna palataan kuvioon, jossa Vantaa, Haaparanta ja Ilmajoki ovat tapahtumien keskiössä peräkkäisinä viikonloppuina ja nimenomaan edellä mainitussa järjestyksessä. Se ei ole kaikkein paras mahdollinen. Toki Ilmajoella ajatellaan niin, että kahden viikon tauko kuitenkin todennäköisesti jopa lisää kotimaisten painijoiden osallistumismäärää. Ensi marraskuussa Ilmajoella se nähdään.

Tervetuloa Ilmajoelle Suomen painiväki!

Jussi "Kessi" Ketonen

Ilmajoella loukkaantumisten jälkeen paluun kisamolskille teki Helsingin Tarmon Sasu Kaasinen. Kuva perjantai illan Suomi - Ruotsi maaottelusta, missä Sasu nappasi voiton jaksoin 2-0. Vastassa ollut ruotsalainen Niklas Amnemo hävisi jaksot 3-0 ja 1-0 (kuva Merja Lintala).

SKF

Tuloksia sivulla 31

Rehellisessä Varkaudessa väännettiin

100-vuotias Tarmo isännöi junnujen SM-painit

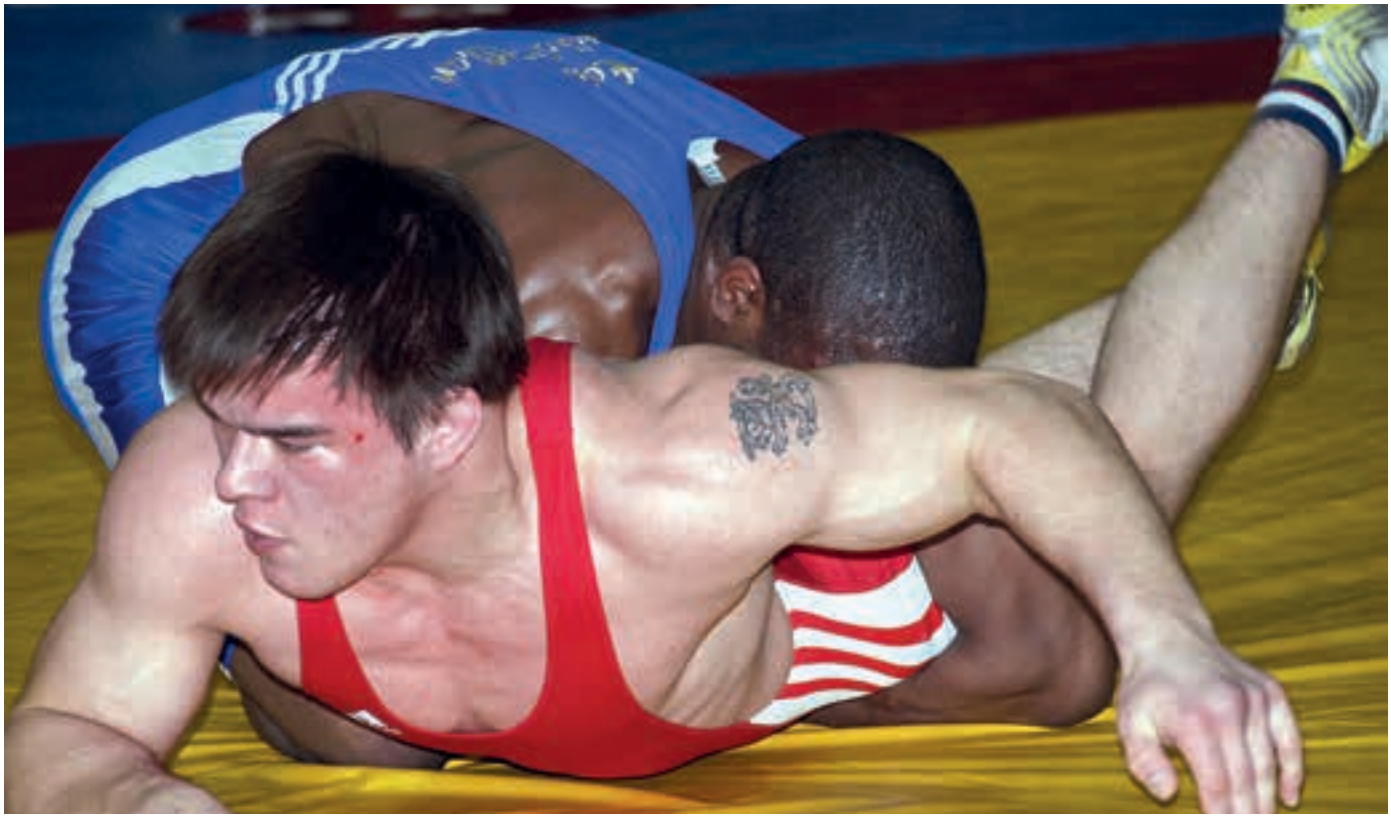
2012 on ollut Varkauden Tarmon 100 v. juhlavuosi. Toimintaa on järjestetty vuoden mittaan teemalla Tarmokas Tarmo. Marraskuun alussa järjestämisvuorossa oli alle 20 v. junioripoikien ja -tyttöjen vapaapainin SM-kilpailut, minkä yhteydessä tehtiin varkautelaista painihistoriaa: ensimmäisen kerran kaupungissa valtakunnan tason painimitaleista oteltiin naispuolisten sarjoissa.

Yleisseura Varkauden Tarmon satavuotisen historian aikana seuran ohjelmassa on ollut liki kolmekymmentä eri urheilulajia. Lajeja on mennyt ja tullut, on ollut jyrkkiä nousuja sekä liukkaita laskuja! Tarmolla on tällä hetkellä toimintaa painissa, lentopallossa, petanquessa, pöytätenniksessä, shakissa, salibandyssa ja taitoluistelussa. Painin on seuran pitkäaikaisin ja pitkäjänteisemmin harrastettu toimintamuoto. Tosin painikin on ollut pari - kolme kertaa aallonpohjassa ja täysin lopahtaneena Varkaudessa ja myös koko Savon alueella 80-luvun alkuvuosina. Savon alueen ja Varkauden Tarmon painitoiminta käynnistettiin uudelleen vuoden 1986 syksyllä, milloin allekirjoittaneen avittamana potkaistiin käyntiin myös Kuopion Kisa-Veikkojen, Sorsakosken Teräksen ja nyt uinahduksissa olevien Mikkelin Vauhdin ja Joroisten Jyskeen painitoiminnat.

50-luvun alkupuoli on ollut Varkauden painitoiminnan menestyneintä aikaa. Siihen aikaan TUL:n ja Suomen mestaruuskilpailuissa menestystä niittivät aikuiset miehet. Seuran painin ehkä merkittävämpänä merkkipaaluna ovat olleet 1956 Melbournen olympialaiset. Kisoissa ”TUL:n mandaatilla” kisajoukkueen korkeimmassa johdossa oli tarmolainen **Jere Friman** ja ainut suomalainen painituomari olympiamittelöissä oli Tarmon **Erkki Puustinen**. Tarmolaisista kisoihin painijana osallistui seuran nykyisen painivalmentaja **Veikko Nykäsen** velimies **Reijo Nykänen**. Tosin silloisen ”ajanhengen mukaan” hän oli vähän ennen kisaa joutunut vaihtamaan paikkakunnan toiseen yleisseuraan Warkauden Urheilijoihin. Varkauden Tarmon on hyvin tutkittu yhteisö, **Hannu Itkonen** ja **Arto Nevala** ovat kirjoittaneet seurasta kaksi mittavaa historiateosta. 100 v. juhlan kunniaksi julkaistiin teos nimeltä Tarmon Taival, minkä voi tilata seuran toimistolta.

SM-painien järjestäminen onnistui usean mukana olleen kertoman mukaan mallikkaalla tavalla. Varkauden Liikuntatalo on oikein oiva painipaikka, vaikka osanottajamäärältään suurempienkin painikisojen järjestämiseen. Seuran painijaoston onnistuneisiin kisajärjestelyihin ryhdikkyyttä toivat Varkauden eläkkeelle jäävän kaupungin liikuntajohtaja **Juha Koivulan** mallikas kuulutustoiminta ja vantaalaisen **Eero Tynnisen** painiväelle tutuksi tullut jämäkkä ottelujärjestystoiminta.

Teksti ja kuva: Hannu Kiminkinen



Varkauden Tarmon viimeisin aikuisten sarjojen SM-mitalisti seuran kaikki lajit huomioiden on v. 2008 kreikkalais-roomalaisen painin sarjan 74 kg pronssin napannut Henry Hakala, Lapuan mitaliottelussa vastassa oli Janakkalan Paini-Ilveksen Rafael Toijanen (kuva Hannu Kiminkinen).

TAMPSI
LÄMPÖPUMPUT JA SÄHKÖTYÖT
www.tampsi.fi
Maankulmantie 4
66360 KESTI
GSM 050 - 5648 458

NALLE PAININUKET
SUUTARI
Tmi Mauri Kelhänen

RE & RL Urakointi Ay
0400 212 055
Ojamonkatu 41 A, 08100 Lohja

TYNIN SORA OY
Alahärmä
Mäenpääntie 6 62300 HÄRMÄ
Puh. (06) 4848 922
auto 0400 - 664 138

JL metals OY
KUORTANE-FINLAND
0400-771 747
www.jlmetals.fi

Kuortaneen Taksi & Bussi Oy
Kuortane
040 822 1345
14/50-PAIKKAISET BUSSIT (myös inva-ajot)
Riihitie 8, 63100 Kuortane

Taksiautoilija Juha Viitanen
Terhotie 7
84100 Ylivieska
040-8471 397

Parkkikuljetus Oy
Ahdenkallionkatu 62
05820 Hyvinkää
0400 472 728

Suurtehoimuroinnit ja -puhallukset, märkähiekkapuhallukset
Anpe Oy
0102 866 340
www.anpe.fi

KAIVINKONETYÖT
- pienkaivuri puutarhatöihin
JYRKI KANGAS
472 4344, 0500-104 025
Petsamontie 337
61520 Lehmäjoki

MAALAUSLIIKE JORONEN OY
Melkonniementie 3, 59310 Särkisalmi
0400 739 169
57230 Savonlinna **(015) 515 557**

Tilitoimisto Orava Oy
Jaakkolantie 22 A 3 , 60100 Seinäjoki
Puh. 06 - 4143 432

JOHN DEERE

Putkiasennus Tuuva Oy
Rauhamäentie 5, 54920 Taipalsaari
0400 552 238, 040 506 8112
marko.tuuva@pp.inet.fi

S.K-PURKU OY
Pikisaarenkatu 34 as 9
53900 LAPPEENRANTA
Puh. 040 - 5947 591
www.sk-purku.fi

Kauhajoki
Kauhajoen kaupunki
Liikuntapalvelut
PL 500, 61801 Kauhajoki
puh. 06 2413 2337
www.kauhajoki.fi/vapaa-aika

Tuurinkosken koneyhtymä
Metsäkoneurakointia
0400-125 270
0400-366 893
Tuurinkoskentie 62
Lehmäjoki

- *SÄHKÖURAKOINTIA*
- *SÄHKÖSUUNNITTELUA*
- *SÄHKÖTARVIKEKAUPPAA*

KYMEN SÄHKÖ-URAKOINTI OY
Tervaskankaankatu 3
45190 Kouvola
Puh. 020 838 2134

Betoni ja teräspaalutukset, myös sisätiloissa
Neliyhtymä Tarmo Sundberg
Isokyläntie 301, YLISTARO
puh. 4731 333
Tarmo Sundberg 050 - 5563 333
Petri Sundberg 040 - 5562 843

LOHJAN Raktek Oy
•Toimisto- ja tuotantotilojen muutos- sekä korjaustyöt
•Märkätilakorjaustyöt ja perusparannustyöt omakotitalossa
•VTT-sertifioima veden eristäjä
0400 421 328 • Tytykuja 10, 08680 Muijala
www.lohjanraktek.fi

MAANRAKENNUSTYÖT
JORMA HIETALA KY
Puh. 0400 163 147
Kirkonkyläntie 28 Ylistaro

VERHOOJA PENTTALA
Kodin ja julkisten tilojen kalusteet, veneen patjastot, autojen penkit, mp:n satulat, entisöintityöt, ym.
Yrttitie 11, 48800 Karhula
p. (05) 261 842, 040-7549 775
www.verhoilijapenttala.fi

Huumarsalon Metalli Ky
Ylirannantie 410A, Karvala
Puh. 566 3060, 0400-845 817

Lakeuden Teräsrakenne Ky
040-553 6438
Puolatie 2 Hyllykallio

Rolinda Oy Ab
PL 41
10601 Tammisaari
0400 608 737,
fax (019) 236 130

Kaivuu ja maansiirto Soininen & Järvi
Kärkimäentie 241 Ylistaro
0400 867 406

JALOCON Oy

Oletko tullut ajatelleeksi?

Kun lähdet kuntoilemaan uudelle lähipururadalle tai uimahalliin, oletko tullut ajatelleeksi mikä mahdollisti sen rakentamisen? Entä kun otat mukavan asennon elokuvateatterin penkissä odottaen suomalaisen elokuvan alkamista, miten se saatiin aikaiseksi? Tai kun viet lapsesi iltapäiväkerhoon tai harrastusten pariin, millä varoilla tuetaan niiden toimintaa? Ympärillämme on päivittäin monia asioita, joiden alkuperää ei tule arjen kiireessä ajatelleeksi.

Onneksi olkoon, olet voittaja! Itse asiassa asuinpaikasta ja iästä riippumatta meistä jokainen on veikkausvoittaja. Ja Veikkauksen pelien pelaajana et ole pelkästään voittaja, vaan myös tärkeässä roolissa näiden veikkausvoittojen mahdollistajana. Veikkauksen toiminta tuottaa iloa elämään meille kaikille, liikuntapaikkojen, elokuvien, teattereiden, nuorisotyön ja monen muun toiminnan kautta. Moni unohtumaton elämys jäisi kokematta ilman hävittyjen pelieurojen tarkkaa, tehokasta ja suunnitelmallista jakamista - takaisin meille suomalaisille.

Vuonna 2011 opetus- ja kulttuuriministeriö jakoi Veikkauksen tukea jälleen uuden ennätysmäärän 515,8 miljoonaa euroa eli keskimäärin lähes 10 miljoonaa euroa viikossa. Veikkauksen hyvä tulos kasvatti näin edunsaajaryhmien määrärahoja. Rahoja, jotka kuuluvat, sinulle, minulle – meille kaikille.

Tiesitkö olevasi edunsaaja?

Joka vuosi veikkausvoittovaroja saa yli 3 000 yhteisöä ja henkilöä taiteen, liikunnan, tieteen ja nuorisotyön kautta ja sinä kuulut heihin.

Oletko ikinä katsonut suomalaista elokuvaa, käynyt konsertissa tai museossa?
Taiteen edunsaajia ovat esimerkiksi eri taiteenalojen harjoittajat, museot, teatterit, ooppera ja erilaiset musiikkitapahtumat, esimerkiksi vaikkapa kesän rock-festivaalit. Veikkauksen tuotolla tuetaan populaarikulttuuria, elokuva- ja valokuvataidetta, tanssi- ja säveltaidetta, rakennustaidetta, museo- ja perinnejärjestöjä sekä useita valtakunnallisia ja kunnallisia kulttuuritapahtumia ja muuta taide- ja kulttuuritoimintaa.

Nouseeko rauta tai virtaako hiki jumpassa?
Liikunnan veikkausvoittovaroilla tuetaan liikuntapaikkarakentamista, liikuntajärjestöjä, liikunnan tutkimusta sekä lasten ja nuorten liikuntaa. Urheiluseurat saavat Veikkauksen tuotosta seuratoiminnan kehittämistukea, jonka avulla vahvistetaan seuratoiminnan laatua sekä lisätään harrastusmahdollisuuksia eri-ikäisille. Tukea jaetaan myös esimerkiksi urheilutapahtumiin, liikunnan koulutukseen ja tutkimukseen, urheilun ja urheilijoiden apurahoihin ja valmennukseen, kuntien liikuntatoimintaan, liikunnan kansainväliseen yhteistyöhön ja moniin muihin liikunnan toimintoihin.

Eikö olekin hienoa, että Suomessa löydetään parannuskeinoja sairauksiin?
Tieteen tärkein edunsaaja on Suomen Akatemia, joka rahoittaa vuosittain satoja tieteellisiä tutkimushankkeita ja tukee laadukasta tutkimusta pitkäjänteisesti. Varoja myönnetään myös muun muassa tutkimusinstituuttien ja -laitosten sekä eräiden tieteellisten seurojen ja yhdistysten toimintaan, kansainvälisen tieteellisen yhteistyön menoihin ja jäsenmaksuihin sekä tiedonlevittämiseen. Tukea saavat myös arkistot ja tieteelliset kirjastot. Lisäksi tuetaan yhteisöjä, jotka täydentävät kansallista tutkimusjärjestelmää. Näitä ovat muun muassa tiedekeskus Heureka ja Suomen ulkomailla toimivat tiedeinstituutit.

Onko mielestäsi hyvä, että nuorilla on omat paikkansa jossa viettää aikaa?
Nuorisotyön varoista suurin osa on suunnattu nuorten kansalaisjärjestötoiminnan tukemiseen sekä harrastetoimintaan kuten nuorisoseuroille. Varoja saavat muun muassa kuntien nuorisotoiminta, valtakunnalliset nuorisokeskukset, nuorisotutkimus ja -koulutus, paikallinen Etsivä nuorisotyö, joka tarjoaa nuorille varhaista tukea syrjäytymisen ehkäisyssä sekä kotimaiset ja kansainväliset nuorisohankkeet. Määrärahoilla toteutetaan myös lapsi- ja nuorisopoliittisen kehittämisohjelman toimenpiteitä.

Veikkaus tuo iloa meidän kaikkien elämään. Kiitos siitä kuuluu Sinulle – Veikkauksen pelien pelaajalle!

www.veikkaus.fi/iloaelamaan

KESSIN KERTOMUS

Liikkuvat lapset varmistavat olympiamitalit

Soulin olympialaisten jälkeen Suomi on pudonnut painissa sarjaan, jossa joskus saadaan olympialaisista mitali ja joskus taas ei. Etelä-Koreassa saimme viimeisen kerran kaksi olympiamitalia: **Tapio Sipilä** (68 kg) pronssia ja **Harri Koskela** 90-kiloisten hopeaa. Aina viiden renkaan kilpailujen jälkeen alkaa valitus liian pienistä resursseista. Totta on, että huippu-urheilussa tarvitaan rahaa. Kuitenkin ratkaisevaa on henki, jolla työtä tehdään.

Jos Suomessa pidetään muuallakin kuin juhlapuheissa tärkeänä asiana, että olemme kansakuntana terve, menestymme vääjäämättä myös olympialaisissa. Eri lajien MM-kisojen katsojaluvut osoittavat, että pärjäämistä kansainvälisillä areenoilla pidetään arvossaan. Jotain pitäisi siis tehdä kansan terveydellekin.

Tietysti lasten liikuttaminen, jopa painikoulu, maksaa. On kuitenkin aivan varmaa, että esim. kuntien panostukset tulevat moninkertaisesti takaisin pienentyneitä sairaanhoitokuluina. Jos nykymeno jatkuu, käy ensimmäisen kerran maailmanhistoriassa niin, että elintason parantuessa tulevat sukupolvet kupsahtavat nuorempina kuin vanhempansa.

***

Suomalaisten lasten ja nuorten liikkumattomuudesta on höpisty jo ainakin kymmenen vuotta. Juuri mitään ei silti ole saatu aikaiseksi. Järkyttävä uutinen viime kesältä kertoo, että lähes kolmasosa (28%) Etelä-Savon maakunnan nuorista miehistä ei jaksa kävellä reppu selässä metsässä. Heidät onkin vapautettu terveydellisten syiden takia armeijasta.

Nyt todella kaivataan uutta valtakunnallista projektia, jossa lapset laitetaan liikkumaan. Joku voi kysyä, että miten se onnistuu. Esimerkkinä olkoon **Pekka Puskan** Pohjois-Karjalan projekti, joka todisti 1970-luvulla mahdottoman mahdolliseksi: lieksalainen metsuri voi vaihtaa läskin salaattiin ja Koskenkorvan puolukkamehuun. Pekka Puska näytti, että voimakkaalla yhteiskunnallisella interventiolla voidaan saada aikaan dramaattisia muutoksia ihmisten elämäntapoihin ja sitä kautta myös terveyteen.

***

Huippu-urheilussa on kolme asiaa, jotka ratkaisevat: rekrytointi, valmennus ja olosuhteet. Näistä tärkein on rekrytointi.

Kansanterveyden kannalta on olennaista, että liikunnan perustaidot opitaan rippikouluikään mennessä. Onhan tylsää lähteä opettelemaan hiihtoa, jos saa kuntoiluherätyksen nelikymppisenä ja pitäisi ruveta treenaamaan Vaskoolihiihtoon. Kun taidot ovat hallussa, voi omasta terveydestään huolehtimisen aloittaa pitkänkin tauon jälkeen.

Kun riittävän suuret joukot lapsia saadaan liikkeelle, suomalaiset elävät terveemmän elämän ja sivutuotteena meillä on myös huippu-urheilijoita.

Otan konkreettisen esimerkin. Olemme Ilmajoen Kisailijoissa saaneet liikkeelle joka vuosi noin 30 uutta painikoululaista vuodesta 2002 lähtien. Tuolloin saimme uudet ajanmukaiset tilat Ilmajoki-halliin. Suurin osa kymmenen vuoden takaisista nassikoista on tietenkin lopettanut, mutta toivottavasti olemme saaneet iskostettua kaikkiin jonkinlaisen halun pitää huolta omasta terveydestään. Joku varmaan myös muistaa aikaansa Ilmajoki-hallilla hyvällä ja on tulevaisuudessa jaoston jäsen tai sponsori.

Työ jo tähän mennessä on vaatinut valtavaa sinnikkyyttä. Vaikka monet ihmiset ovat tehneet todella lujasti töitä, kesti silti lähes kymmenen vuotta ennen kuin IK oli ykkönen kadettien SM-kisojen yhteispisteissä. Vieläkin kestää muutama tovi ennen kuin voidaan tuulettaa uusia SM-mitalisteja miesten kreikkalais-roomalaisessa painissa. Jos vain pojilla piisaa intoa, uusia kykyjä nousee aina maajoukkuetasolle asti.

***

On hyvä, että huippu-urheilun muutostyöryhmä on työstänyt rakenteellisia asioita. Ajatus siitä, että keskiössä on urheilijan elämänpolku, kuulostaa hyvältä lähtökohdalta. Jos halutaan, että meillä on huippu-urheilijoita, myös järjestelmän on oltava kunnossa.

Hienoimmatkaan suunnitelmat ja rakennelmat eivät kuitenkaan auta, jos emme saa lapsia irti elektronisista vempaimistaan edes hetkeksi.

Mopoautollaan alle kilometrin koulumatkaa energiajuomatölkki kourassaan sompaileva teini on irvokas kuva vuoden 2012 Suomesta.

***

Sisäinen ruoste

On taas loppukevennyksen aika. Eräs valmentaja oli takavuosina ollut pitkällä kilpailu- ja leirituneella valmennettavineen. Illat olivat olleet pitkiä ja nautittu oli muutakin kuin sitä kuuluisaa kansalaisluottamusta.

Yhtenä aamuna valmentajan kämppis oli ehdottanut, että mitäs jos tänä iltana juotaisiinkin vain vettä. Tähän valmentajalegenda oli todennut: ”Ei käy. Jos minä juon vettä, minä ruostun sisältä.”

Jussi ”Kessi” Ketonen

TULOKSIA

5. - 12.8.2012 Lontoo Iso-Britania, Olympialaisten vapaapaini

55 kg: 1) Dzhamal Otarsultanov RUS, 2) Vladimer Khinchegashvili GEO, 3) Kyong Il Yang PRK ja Shicichi Yumoto JPN, 5) Daulet Niyazbekov KAZ ja Radoslav Velikov BUL, 7) Mihran Jaburyan ARM, 8) Hassan Rahimi IRI.
60 kg: 1) Toghrul Asgarov AZE, 2) Besik Kudukhov RUS, 3) Coleman Scott USA ja Yogeshwar Dutt IND, 5) Kenichi Yumoto JPN ja Jong Myong Ri PRK, 7) Masoud Esmaeilpoorjouybari IRI, 8) Hassan Ibrahim EGY.
66 kg: 1) Tatsuhiro Yonemitsu JPN, 2) Sushil Kumar IND, 3) Akzhurek Tanatarov KAZ ja Livan Lopez Azcuy CUB, 5) Ramazan Sahin TUR ja Jabrayil Hasanov AZE, 7) Haislan Veranes Garcia CAN, 8) Devid Safaryan ARM.
74 kg: 1) Jordan Burroughs USA, 2) Sagegh Goudarzi IRI, 3) Soslan Tigiev UZB ja Denis Tsargush RUS, 5) Gabor Hatos HUN ja Matthew Gentry CAN, 7) Davit Khutsishvili GEO, 8) Augusto Midana GBS.
84 kg: 1) Sharif Sharifov AZE, 2) Yusept Espinal PUR, 3) Dato Marsagishvili GEO ja Ehsan Lashgari IRI, 5) Soslan Gattsiev BLR ja Ibrahim Bolukbasi TUR, 7) Jake Herbert USA, 8) Anzor Urishev RUS.
96 kg: 1) Jacob Varner USA, 2) Valerii Andriitsev UKR, 3) George Gogshelidze GEO ja Khetag Gazyumov AZE, 5) Kurban Kurbanov UZB ja Reza Yazdani IRI, 7) Magomed Musaev KGZ, 8) Katako Isokawa JPN.
120 kg: 1) Artur Taymazov UZB, 2) Davit Modzhamanshvili GEO, 3) Komeil Ghasemi IRI ja Biyal Makhov RUS, 5) Tervel Dlagnev USA ja Daulet Shabanbay KAZ, 7) Chuluunbat Jargalsaikhan MGL, 8) Aleksei Shemarov BLR.

3. - 6.10.2012 Kuortane, opiskelijoiden MM-painit, suomalaisten sarjat

Vapaapaini
66 kg: 1) Mustafa Kaya TUR, 2) Semen Radulov UKR, 3) Ilya Abelev CAN ja Vladimir Gotisan MDA, 5) Takuma Koishihara JPN ja Arkadusz Szeja POL, 9) Petteri Martikainen FIN.

Naispaini
48 kg: 1) Yuki Irie JPN, 2) Ni Li CHN, 3) Iyna Rybak UKR ja Jasmine Mian CAN, 5) Sarianne Savola FIN ja Narangerel Erdenesukh MGL.
51 kg: 1) Genevieve Haley CAN, 2) Davaachimeg Erkhembayar MGL, 3) Haruka Hirano JPN ja Natalia Budu MDA, 5) Merve Kenger TUR ja Anna Lukasiak POL, 8) Tiina Ylinen FIN.
55 kg: 1) Iryna Husyak UKR, 2) Maria Esanu MDA, 3) Katarzyna Michalak POL ja Selnian Yang CHN, 5) Serap Kosar TUR ja Viktoriya Shulgina RUS, 9) Tiina Vainionpää FIN.

Kreikkalais-roomalainen paini
66 kg: 1) Istvan Kozak HUN, 2) Mevlut Arik TUR, 3) Cristinel Motoi ROU ja Yaraslau Kaardah BLR, 5) Petteri Martikainen FIN ja Marat Shokarov RUS.
74 kg: 1) Hadi Alizadehpournia IRI, 2) Laszlo Szabo HUN, 3) Konstantin Shipaev RUS ja Damian Hartmann GER, 5) Jonathan Anderson USA ja Daniel Aleksandrov BUL, 12) Veli-Karri Suominen FIN.
84 kg: 1) Taleb Nematpour IRI, 2) Oleg Shokalov RUS, 3) Ahmet Yildirim TUR ja Pekka Rintamäki FIN, 5) Tadeusz Michalik POL ja Mark Stenberg USA.
96 kg: 1) Nikita Melnikov RUS, 2) Ahmet Tacyildiz TUR, 3) Volodymyr Teslenko UKR ja Robert Papp ROU, 5) Antti Hakala FIN ja Marin Cazac MDA.

26.10.2012 klo 17.00 Tallinna Viro, kreikkalais-roomalaisen painin miesten Viro-Suomi maaottelu

Suomi - Viro 4-3
55 kg: Toufan Ahmadi - Taaniel Piiskoppel 2-0 (1-0, 3-0),
60 kg: Ville Pasanen Markos Merisalu luovutusvoitto ilman ottelua,
66 kg: Petteri Martikainen - Jaanus Lepik 2-0 (1-0, 2-0),
74 kg: Sasu Kaasinen - Silver Tögen 2-0 (1-0, 4-0),
84 kg: Eerik Aps - Mika Kuronen 2-0 (2-0, 1-0),
96 kg: Ardo Arusaar - Antti Hakala 2-0 (3-0, 1-0),
120 kg: Heiki Nabi - Tuomas Lahti 2-0 (1-0, 1-0).

3.11.2012 Varkaus, vapaapainin alle 20 v. junioreiden SM-painit Varkauden Tarmon 100 v. juhlakisana

Miesjuniorit
50 kg: 1) Mike Mesiäinen JäVo, 2) Niko Lamberg VaaKu, 3) Ilmari Putula AU, 4) Niko Pekkarinen HPM, 5) Jere Haapamäki VäVi, 5) Rolle Luostarinen JäVo.
55 kg: 1) Roope Luostarinen JäVo, 2) Timi Hurskainen LA, 3) Joni Toppinen JäVo, 4) Leevi Ukkola HaHe, 5) Toni-Pekka Järvinen VarTa.
60 kg: 1) Mikko Lahtinen KoPa, 2) Juuso Latvala IK, 3) Juuso Latva-Kiskola VVV, 4) Matias Tyystälä KI, 5) Harri Nousiainen KaKa, 5) Juuso Itkonen VarTa.
66 kg: 1) Petteri Martikainen HeTa, 2) Tero Halmesmäki HyPk, 3) Eero Sillanpää KoPa, 4) Niko Erkkola IK, 5) Emil Pärkkä VVV, 5) Eero Lehtinen KankU.
74 kg: 1) Vili Sillanpää KoPa, 2) Jerry Pitkänen HeTa, 3) Santeri Varteva EsU, 4) Timo Rantamäki KoPa, 5) Gadhzi Abdulbutaev HPM, 5) Ville Pukkinen SimVe.
84 kg: 1) Jere Kunnas HPM, 2) Jarno Ålander HeTa, 3) Riku Liikkanen LrTU, 4) Riku-Petteri Viitanen KoPa, 5) Henri Selenius YTK, 6) Arttu Koivulahti IK.
96 kg: 1) Olli-Pekka Tuumi PPM, 2) Jere Heino PPM, 3) Lauri Lehtinen KankU, 4) Justus Repo SimVe.

Naisjuniorit
46 kg: 1) Annimaria Aho AU, 2) Pinja Liimatainen MuurY.
51 kg: 1) Janika Vakkila IK, 2) Emilia Haapoja VVV, 3) Mila Järvinen HPM, 4) Jaana Väli-Torala IK.
59 kg: 1) Petra Olli LaVe, 2) Katarina Varteva EsU, 3) Karita Kohtala VUV, 4) Jenna Hurskainen LA, 5) Henna Tarkkanen IK.
67 kg: 1) Janika Lönnqvist HaHe, 2) Milja-Mari Syväterä JPI, 3) Hanna Väli-Torala IK, 4) Essi Söderholm KPM.

23.11.2012 Ilmajoki, miesten kreikkalais-roomalaisen painin Suomi – Ruotsi maaottelu, järjestäjä Ilmajoen Kisailijat

Suomi - Ruotsi 5-2
55 kg: Niko Ohukainen - Emil Sundberg 2-0 (2-0, 1-0),
60 kg: Ville Pasanen - Joakim Fagerlund 2-0 (6-0, 1-0),
66 kg: Sasu Kaasinen - Niklas Amnemo 2-0 (3-0, 1-0),
74 kg: Henri Välimäki - Zackarias Tallroth 2-0 (2-0, 2-0),
84 kg: Pekka Rintamäki - Kristofer Johansson luovutusvoitto (4-1, 0-1, luov.),
96 kg: Fredrik Shön - Rami Hietaniemi 2-0 (1-0, 2-0),
120 kg: Sebastian Lönnborn - Oskari Riihioja 2-0 (1-0, 5-0).

24.11.2012 Ilmajoki, Arvo Haavisto -painiturnaus, järjestäjä Ilmajoen Kisailijat

55 kg: 1) Niko Ohukainen Suomi Oulun Pyrintö, 2) Toufan Ahmadi Vaasan Toverit, 3) Taaniel Piiskoppel Viro ja Emil Sundberg Ruotsi, 5) Mikko Peltokangas Lapuan Virkiä, 6) Rami Syrjä Seinäjoen Paini-Miehet.
60 kg: 1) Dmytro Tsymbaliuk Ukraina, 2) Jussi-Pekka Niemistö Koovee Tampere, 3) Ville Pasanen Suomi Kuortaneen Kunto ja Mazyar Shirmohammadi Helsingin Tarmo, 5) Arttu Kalliolevo Porin Paini-Miehet ja Joakim Fagerlund Ruotsi.
66 kg: 1) Mykola Savchenko Ukraina, 2) Thrasher Porcher USA, 3) Niklas Amnemo Ruotsi ja Ruslan Israfilov Ukraina, 5) Jerry Pitkänen Helsingin Tarmo ja Kostyantyan Stas Ukraina.
74 kg: 1 Valtteri Moisio Koovee Tampere, 2) Aleksanrs Visnakovs Latvia, 3) Veli-Karri Suominen Viipurin Voimailijat ja Andy Bisek USA, 5) Tomas Sobecky Tsekki ja Henri Välimäki Suomi Teuvan Rivakka.
84 kg: 1) Antti Hakala Alavuden Urheilijat, 2) Alo Toom Viro, 3) Oleksandr Shyshman Ukraina ja Julius Matuzevicius Liettua, 5) Andrii Bielykh Ukraina ja Erik Gobozov Ukraina.
96 kg: 1) Maksim Safaryan Pietari Venäjä, 2) Rami Hietaniemi Suomi Nurmon Jymy, 3) Timo Kallio Turun Voimamiehet ja Tuomas Lahti Ylä-Tikkurilan Kipinä, 5) Jonne Jokela Oulun Pyrintö ja Vitali Kalina Pietari Venäjä.
120 kg: 1) Robbie Smith USA, 2) Mykola Kuchmii Ukraina, 3) Juuso Huovinen Helsingin Haka, 4) Sebastian Lönnborn Ruotsi, 5) Oskari Riihioja Suomi Peräseinäjoen Toive.

24.11.2012 Helsinki, vapaapainin VII FILA Helsinki Open, järjestäjä Helsingin Paini-Miehet

Miehet
60 kg: 1) Emanuel Krause GER, 2) Aleksei Baskakov EST, 3) Juuso Latva-Kiskola FIN.
66 kg: 1) Petteri Martikainen FIN, 2) Jukka Hyytiäinen FIN, 3) Niko Kettunen FIN, 4) Jarmo Hyytiäinen FIN, 5) Sergejs Pugacs LAT, 5) Ronny Ränälä FIN.
74 kg: 1) Jere Kunnas FIN, 2) Andris Ruhle LAT, 3) Henri Selenius FIN, 4) Sami Salminen FIN, 5) Edgars Spurins LAT, 6) Ilja Artemjevs LAT.
84 kg: 1) Ali Darakhshanifara FIN, 2) Naib Ilaldayev SWE.
120 kg: 1) Robert Glor GER, 2) Ragnar Kaasik EST, 3) Janne Kärhä FIN, 4) Sirazhutin Magomedov RUS.

Naiset
48 kg: 1) Emilia Uusi-Ranta FIN, 2) Emilia Haapoja FIN.
55 kg: 1) Tiina Ylinen FIN, 2) Kathrin Mathis AUT, 3) Janika Vakkila FIN, 4) Iveta Jerohina LAT, 5) Anastassija Krasnova EST, 6) Hanna Mykkänen FIN.
63 kg: 1) Petra Olli FIN, 2) Karoline Lövik NOR, 3) Milja-Mari Syväterä FIN. FW
72 kg: 1) Epp Mäe EST, 2) Ida Rönninghaug NOR.

8. – 9.12.2012 Liikuntakeskus Pajulahti Nastola, vapaapainin poikien ja tyttöjen SM-kilpailut, järjestäjä Liikuntakeskus Pajulahti

Pojat
42 kg: 1) Joonas Mört TWM, 2) Eetu Teräväinen HPM, 3) Sami Arrasvuori Koovee, 4) Miikka Alasaari KaKa, 5) Leo Westerlund HPM ja Elmer Mattila Koovee.
46 kg: 1) Rolle Luostarinen JäVo, 2) Akseli Yli-Hannuksela IK, 3) Eemeli Kunttu TWM, 4) Samu Rajakangas VVV, 5) Rasmus Ruismäki HPM ja Eetu Saukkosaari YKV.
50 kg: 1) Mike Mesiäinen JäVo, 2) Daniil Poliakov YTK, 3) Jooseppi Kettunen YTK, 4) Jere Haapamäki VäVi, 5) Niko Lamberg VaaKu ja Miika Lähdesmäki IK.
54 kg: 1) Jami Torjama KarkU, 2) Joni Toppinen JäVo, 3) Roope Luostarinen JäVo, 4) Markus Sihtola YTK, 5) Casper Väliahdet YTK ja Jesse Salmi VVV.
58 kg: 1) Lauri Ruhanen JäVo, 2) Timi Hurskainen LA, 3) Juuso Latvala IK, 4) Riku Martikainen YTK, 5) Miska Mettälä TaVo ja Joonas Ylitolva AuPs.
63 kg: 1) Arttu Kalliolevo PPM, 2) Matias Tyystälä KI, 3) Henri Knaapi Koovee, 4) Miska Suhonen VaaKu, 5) Matias Lipasti IK ja Lauri Happonen YTK.
69 kg: 1) Tero Halmesmäki HyPk, 2) Jarmo Hautala SPM, 3) Roni Purolainen Koovee, 4) Emil Pärkkä VVV, 5) Niko Erkkola IK ja Tuomas Vesanen TaVo.
76 kg: 1) Riku-Petteri Viitanen KoPa, 2) Ville Pukkinen SimVe, 3) Toni Metsomäki IK, 4) Vili Ropponen IK, 5) Iiro Piippo VaaKu, 6) Joni Järvinen KI.
85 kg: 1) Olli Uotila YTK, 2) Ville Saastamoinen HyPk, 3) Nestor Helander RV.
100 kg: 1) Jere Heino PPM, 2) Antti Heinonen TaVo, 3) Oskari Miilumäki SPM, 4) Otto Ojala PPM.

Tytöt
38 kg: 1) Valma Salomäki LaVe, 2) Emma Kujala YKV, 3) Anni Hyrkkänen LrTU, 4) Anu Tolvanen KoskRi.
40 kg: 1) Elli Tuomi ViPy.
46 kg: 1) Annimaria Aho AU.
51 kg: 1) Janika Vakkila IK, 2) Emilia Haapoja VVV, 3) Mila Järvinen HPM, 4) Jaana Väli-Torala IK, 5) Sini Pykäläinen KoPa.
56 kg: 1) Katarina Varteva EsU, 2) Karita Kohtala VUV, 3) Henna Tarkkanen IK, 4) Jade Lindfors Haka, 5) Roosa Halonen KPM.
70 kg: 1) Hanna Ullakko KI, 2) Noora Korpi YKV, 3) Jenna Hurskainen LA, 4) Serafia Mannila YKV, 5) Hanna Väli-Torala IK, 6) Tytti Alaviippola LaLu.

Saneeraus ja Maalaus
ERANDER

Seuravuorenkatu 17, 21330 Paattinen
Varasto/Käyntiosoite: Kreetankatu 4, Turku
Jorma Erander 0500 783 389
Marko Riikonen 0400 482 810
Timo Ahola 0400 216 550
Visa Vilppunen 040 1527 006
Jukka Kulonen 040 592 3440
e-mail etunimi.sukunimi@erander.fi
Toimisto puh. 02 2570 592
toimisto@erander.fi

RAKENNUS JA SANEERAUS LANGHED oy
0400 - 858 834
www.URAKOITSIJA.com

Lapiniemen Mökit
Jaakko Annola
(06) 566 1288
Mallinmaantie 26, 62610 Tarvola

Pemetra Oy
Rakennus- ja metallityöt
Kiveläntie 82, 69950 Perho
040 5166 493

SEINÄJOKI
LIIKUNTATOIMISTO
Kirkkokatu 15, 60100 Seinäjoki

Palvelurakennus
Timo Skön
GSM 050 569 7111
* uudisrakentaminen
* muutos- ja korjaustyöt
* saneeraus ja sisustaminen
Papinaukio 1, 20900 Turku

Käytä puhdasta kotimaista energiaa
Kehitetty nimenomaan halkolämmitystä varten.
Helppokäyttöinen suuren etuluukkunsa takia.
Steel Production
Maanselkä Ky Perho
0500 938 490
www.veda.fi
markku.maanselka@pp.inet.fi
Teollisuustie 13, 69950 Perho
VEDA 35 kW
50-65 cm haloille
VEDA 70 kW
1 m haloille

LVI-Parviainen Oy
Vivamontie 12, 08200 Lohja
040 587 2884
LVI-asennukset ja putkistosaneeraukset

LÄHITAPIOLA
VAKUUTUKSET • PANKKI • SIJOITUKSET
LähiTapiola Etelärannikko
Ystadinkatu 15
10600 Tammisaari
Puh. (019) 222 3300
fax (019) 222 3309

Hiomanauha
Kemppainen Oy
Suonpääntie 40, 03600 Karkkila
(09) 225 8369, fax (09) 225 8430

Centaurea Oy
Kipinätie 1
60510 Hyllykallio
(06) 421 2400

LAMELTEC
LAMELTEC OY
Laitiosentie 2, 86800 Pyhäsalmi
puh. 08-784 3111, fax 08- 784 3112

Ratakadun Maansiirto Oy
Kaivuu ja rikotustyöt
Jouni Huhtala 0500-865 437
Rauniotie 169, 38910 Ala-Honkajoki

Korjaamo Lauri Rauma
- auto- ja pienkonekorjaus
Kiveläntie 718, 69920 Oksakoski
863 4136 / 0400 685 821

PERHON ENERGIA-OSUUSKUNTA
Varila Jorma
0500 200 226
Päivystäjä
040 568 4816
Ostetaan hakerankaa / haketta
Kokkolantie 1867
69910 Kivikangas

PTO-Katot Oy
Suonpääntie 55
03400 Vihti
050 520 8940

YLISTARON
KONEPAJA OY
Konepajatyöt: levyleikkaukset, särmäykset, koneistukset, hitsaukset
Filarc-hitsaustuotteet - myynti
- koneet - Mig Mag-langat
- hitsauspuikot - työsuojaimet
Reniläntie 60, Ylistaro
puh. (06) 474 0960, 0400-677 960

jmj Käämitä Oy
T-SARJAN OIKOSULKUMOOTTORIT
VIIMEISINTÄ MOOTTORITEKNOLOGIAA!
• Käämitykset
• Uudet sähkömoottorit
• Vaihdelaitteet
• Valitsimet
• Taajuusmuuttajat
• Pehmeäkäynnistimet

VN RAKENNUTTAJAPALVELU
VOITTO NIINIKIVI OY
Karjalankatu 2 A, 08150 LOHJA
(019) 326 612, 0500 449 945

STOKVIS TAPES
020 7199 940 www.stokvistapes.fi
Tehtaantie 1, 03100 Nummela

Mukana 10 lajia: judo, nyrkkeily, potkunyrkkeily, taido, muay thai, taekwondo, itf taekwon-do, karate, vapaaottelu ja paini

Kamppailulajien yhteinen II-tason valmentajakoulutus

Osallistumisvaatimuksena suoritettu I-taso tai vastaavat tiedot

Koulutusviikonloput

Fyysinen valmennus 1/2	15.-16.2.
Fyysinen valmennus 2/2	2.-3.3.
Valmennuksen suunnittelu ja arviointi	26. -28.4.
Valmentajan vuorovaikutustaidot	11.-13.10.
Lajiosa	Oman lajin tapahtumakalenterin mukaan

Koulutuksen hinta 695€ sisältää:

- 14 päivää urheiluopistolla
- Majoituksen ja ruokailut
- Kaikille yhteiset osat sekä lajiosan
- VK-kustannuksen Urheiluvalmennus -kirjan sekä muun koulutusmateriaalin
- Laadukkaan opetuksen - kouluttajina eri alojen asiantuntijat

Koulutus rakentuu neljästä yhteisestä osasta sekä jokaisen lajin omasta lajiosasta. Koulutusta suositellaan niille, jotka haluavat kehittyä valmentajana ja ovat innostuneita ohjaamaan oman lajinsa harjoituksia. Koulutus sopii hyvin myös kilpaurheilijalle oman urheilu-uran kehittämiseksi.

OSAT I ja II:
Fyysinen valmennus 1 ja 2

Nämä kaksi viikonloppua tarjoavat jokaiselle valmentajalle ja ohjaajalle sekä urheilijalle perustiedot fyysisestä valmennuksesta sekä ravitsemuksesta. Sisältönä mm.

- Harjoitusvaikutuksen syntyminen
- hermo-lihasjärjestelmän rakenne ja toiminta
- voima-, nopeus- ja kestävyysharjoittelun menetelmät, seuranta ja testaus
- lihastyön energia, niiden käyttö eri työtehoilla sekä energialähteiden riittävyys ja väsyminen
- ylikunnon välttäminen

OSA III:
Valmennuksen suunnittelu ja arviointi

Jakson aikana keskitytään osaamisen ja kehittymisen arviointiin ja palautteen antamiseen yksilötasolla. Lisäksi jakson aikana perehdytään harjoittelun ohjelmointiin, jaksottamiseen ja harjoittelun rytmittämiseen.

OSA IV:
Valmentajan vuorovaikutustaidot

Jakso kehittää opetustaitoja sekä antaa työkaluja oman opetuksen kehittämiseen. Tähän jaksoon sisältyy myös psyykkisen valmennuksen perusteet.

OSA V:
Lajiosan jokainen laji toteuttaa oman lajinsa vaatimusten ja tapahtumakalenterin mukaan.

Tarkemman kuvauksen koulutuksen sisällöistä löydät oman lajisi www-sivuilta.

KÄYTÄNNÖN INFOA

Kamppailulajien yhteisissä koulutuksissa lisätään lajien välistä yhteistyötä ja saavutetaan laajempi näkökulma valmentamiseen eri lajikouluttajien näkökulmista unohtamatta lajikohtaisten perustekniikoiden harjoittelua.

Ilmoittautuminen ja maksut
Ilmoittautuminen on sitova. Koulutusvahvistus ja tarkempi ohjelma lähetetään helmikuun alussa osallistujille

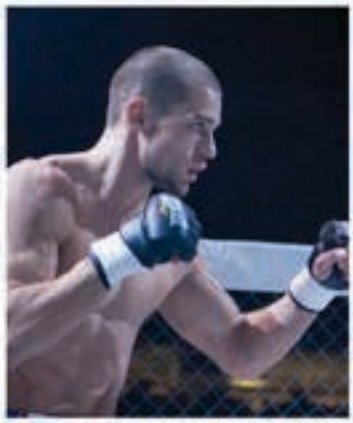
Yhtä (1) viikkoa ennen koulutusta tehdystä peruutuksesta veloitetaan puolet (50%) hinnasta. Mikäli peruutusta ei tehdä ollenkaan, veloitetaan koko koulutuksen hinta. Lääkärintodistusta vastaan palautetaan koulutuksen hinta vähennettynä 10 euron toimistokuluilla.

Laskutus tapahtuu 3. erässä (vahvistusmaksu ja kaksi maksuerää.)

Huom! Muistathan, että useat kunnat ja kaupungit myöntävät tukea ohjaajien ja valmentajien jatko- ja täydennyskoulutukseen.

Ilmoittautuminen 31.1.2013 mennessä omaan liittoon

Taido:	https://kapula.slu.fi/tapu/pub/taido/event.php?id=1542
Nyrkkeily:	http://www.nyrkkeilyliitto.com/koulutus/koulutuksiin_ilmoittautuminen/
ITF taekwon-do:	http://www.taekwon-do.fi/koulutus/ii-tason-valmentajakoulutus/
Judo:	http://www.judoliitto.fi/koulutus/ilmoittautuminen_koulutustilaisu/
Karate:	Oiva Tyni, oiva.tyni@gmail.com
Muay Thai:	Petri Martinez, +358440528881, pjapmartinez@gmail.com
Taekwondo:	Jarkko Mäkinen, +358504428839, jarkkomail@gmail.com
Potkunyrkkeily ja vapaaottelu:	Petteri Maunu, +358407571191, petteri.maunu@kamppailuopisto.com
Paini:	info@painiliitto.net



Lisätietoja: Sanna Laine, Suomen Nyrkkeilyliitto snl.laine@kolumbus.fi tai 040 3593 097

Kansainvälinen
XXXIII Herman Kare-turnaus 2013
Kouvolassa 11. – 12.1.2013

Kilpailupaikka Mansikka-ahon Urheiluhalli Huovinhongantie 1, 45200 Kouvola

Kilpailuajat La 12.1.2013 klo 9.00 ja 17.00

Sarjat: Miehet kreikkalais-roomalainen: 55, 60, 66, 74, 84, 96 ja 120 kg (+2 kg) Miehet vapaapaini: 60, 66, 74 ja 84 (+2 kg)
Vapaapainisarjoissa ei tarvitse olla FILA:n lisenssiä.
Punnitus Kilpailupaikalla pe 11.1.2013 kello 19.00–19.30

Sarjat: kr.room: 55, 60, 66, 74, 84, 96 ja 120 kg (+2 kg)
vapaa: 60, 66, 74 ja 84 (+2 kg)

Ilmoittautumiset **Kirjallisesti 31.12.2012 mennessä osoitteella:**
kykima@msn.com

Osanottomaksu **25 €** painija/huoltaja (1 huoltaja/5 painijaa)
maksetaan 31.12.2012 mennessä tilille:
Tapiola 363630-3491545 (IBAN: FI27 3636 3003 4915 45)
Jälki-ilmoittautuminen **50 €** (maksu peritään kilpailupaikalla)

Majoitus Järjestäjät varaavat tuomareiden ja ulkomaisten joukkueiden majoituksen.
Hotelli Cumulus (Kouvolankatu 11, 45100 Kouvola, puh. 05 789 911)
Hotelli Vaakuna (Hovioikeudenkatu 2, 45100 Kouvola, puh. 020 1234 651)

Tiedustelut Kirsi Kylmäniemi puh. 050 331 5953 tai kykima@msn.com

Tervetuloa Kouvolaan!
Kouvolan Painijat ry

92. VALOPAINIT
ROOPE LIINAMAAN MUISTOPAINIT MÄNTÄSSÄ 12.1.2013

Aika Lauantai 12.1.2013 klo 12.00

Paikka Mäntän koulukeskuksen liikuntasali
Koskelankatu 1-3

Punnitus Kilpailupaikalla 10.00 – 10.30

Sarjat Kreikkalais-roomalainen paini
Vanha ottelujärjestelmä
Miehet: 55, 60, 66, 74, 84, 96 ja 120 kg
Pojat: 24, 26, 28, 30, 32, 35, 38, 42, 46, 50 kg
Tyttösarjat määritetään punnituksen jälkeen.

Ilmoittautumiset ja tiedustelut 9.1.2013 mennessä.
Pertti Eklund
Leppätie 5
35800 Mänttä
puh. 050 5415843

Osanottomaksu **10 €** / painija ja **8 €**, jos seuralla on tuomari kisoissa.
Maksetaan kilpailupaikalla.

Kilpailupaikalla kioski. Ei ruokailua.

TERVETULOA KILPAILIJAT, HUOLTAJAT JA TUOMARIT MÄNTTÄÄN
Mäntän Valo / painijaosto

YLISTARON KILPA-VELJET JÄRJESTÄÄ NAISTEN JA MIESTEN VAPAAPAININ SM-KILPAILUT 25.-26.1.2013

Kilpailupaikka: Kirmaushalli, Kirkkokuja 20, 61400 YLISTARO (Seinäjoki)

Punnitus: Perjantaina 25.1.2013 klo 19.00-19.30 . Lääkärintarkastus klo 18.00-19.00. Punnituspaikalla sauna.

Kilpailut: Lauantaina 26.1.2013 klo 12.00 alkaen. Kilpailut alkavat avajaisilla, jonka jälkeen painitaan ilman pidempää taukoa loppuun saakka.

Sarjat: Naiset: 48, 55, 63 ja 72 kg
Miehet: 55, 60, 66, 74, 84, 96 ja 120 kg

Ilmoittautumiset: Sähköpostitse perjantaihin 18.1.2013 mennessä osoitteella turkka.uotila@netikka.fi ja painiliittoon info@painiliitto.net. Jälki-ilmoittautuminen torstaihin 24.1.2013 klo 19.00 mennessä.

Osanottomaksut: **25 €** / painija / huoltaja (18.1.2013 mennessä)

Maksut: Tilille Ylistaron Kilpa-Veljet/painijaosto
OP FI17 5532 0440 0119 28
Jälki-ilmoittautuneen osanottomaksu **110 €** (maksu paikanpäällä)

Majoitusta: Hotelli Cumulus, Kauppakatu 10, 60100 SEINÄJOKI
Puh. 06/4186111 , Fax 06/4186299
Seinajoki.cumulus@restel.fi
Tarjoushinnan saadakseen hotelli varattava 11.1.2013 mennessä.

Tiedustelut: Matti Kiikeri 0400-568128, turkka.uotila@netikka.fi

Tervetuloa painimaan Ylistaroon !
Ylistaron Kilpa-Veljet / painijaosto

NUORI SUOMI
URHEILUN PELISÄÄNNÖT

KILPAILUKUTSU

Kreikkalais-roomalaisen painin alle 13 v. ja 17 v. poikien ja alle 17 v. tyttöjen avoimet TUL:n mestaruuskilpailut, alle 10 v. poikien kansalliset kilpailut.

Kilpailu on samalla Jyvässeudun Paini-Ässien 50 v. juhlakilpailu.
Seura perustettiin v. 1963 nimellä Jyväskylän Työväen Painiseura.
- onnittelujen vastaanotto kilpailupaikan kahviossa klo 11.00 – 11.30
- onnittelut voi hoitaa myös Jyvässeudun Paini-Ässien pankkitilin kautta: K-S OP 529016-23612

Kilpailupaikka Jyväskylän Vaajakosken liikuntahalli, Urheilutie 36, 40800 Vaajakoski

Kilpailuaika lauantaina 2.2.2013 klo 12.00, punnitus klo 9.00 - 10.00

Sarjat Pojat 17 v.:
38, 42, 46, 50, 54, 58, 63, 69, 76, 85, 97 ja 115 kg
Pojat 13 v.:
30, 32, 35, 38, 42, 46, 50, 54, 58, 69 ja 69+ kg
Tytöt 17 v.:
26, 28, 30, 32, 34, 37, 40, 44, 48, 52, 57, 62 ja 68 kg
Avoimet painitsarjat pojat 10 v. (=ei mestaruuskisa) 24, 26, 28, 30, 32, 35, 38, 42, 46 ja +46 kg

Osallistumismaksu 10 euroa / painija.
Jälki-ilmoittautuminen **20 euroa** / painija.
Jyvässeudun Paini-Ässien tilille:
K-S OP 529016-23612

Ruokailu Vaajakummun koululla, **8 euroa** / annos, ennakkoon tilattuna ja maksettuna.
Paikan päällä ostettuna hinta on **9 euroa** / annos.
Erikoisruokavaliot on tilattava ennakkoon!

Ilmoittautuminen la 26.1.2013 mennessä osoitteeseen mika.suho@gmail.com
Jälki-ilmoittautuminen ti 29.1.2013 mennessä.
Huom! korotettu maksu.

Tuomarit ilmoittautuminen: mika.suho@gmail.com

Tiedustelut Mika Suhonen 0400 159434,
Timo Riikonen 050-3510 428

Tervetuloa Paini-Ässien juhlakisoihin!
Jyvässeudun Paini-Ässät ry 50v.
Vaajakosken Kuohu ry painijaosto

Mannin Matsit ja kreikkalais-roomalaisen painin Länsi-Suomen aluemestaruuskilpailut 16.2.2013 Peräseinäjoki, Peräseinäjoen Toive

Kilpailupaikka: Ritola-Halli, Saarentie 2, 61100 Peräseinäjoki

Kilpailuajat: 16.2.2013, poika-, aloittelija- ja tyttösarjat klo 12.00 alkaen
miesten sarjat klo 17.00 alkaen.

Painimuoto: kreikkalais-roomalainen paini, tytöt vapaapaini. Vanha ottelujärjestelmä.

Punnitukset: Kilpailupaikalla, sauna käytössä
La 16.2.2013 klo 9.30 - 10.00
Pojat 17 v. (1996 tai myöhemmin syntyneet)
29, 32, 35, 38, 42, 46, 50, 54, 58, 63, 69, 76, 85 ja 100 kg

Aloittelijasarjat
Osallistumisoikeus v. 2011 tai jälkeen ensimmäisen kerran lisenssin lunastaneilla. Sarjat tehdään punnituksen jälkeen.

Tyttösarjat (alle 20 v.)
Sarjat tehdään punnituksen jälkeen.

La 16.2.2013 klo 14.00 - 14.30
Miehet
55, 60, 66, 74, 84, 96 ja 120 kg (sallittu +2 kg)

Aloittelijat ja tytöt eivät paini aluemestaruuksista.

Aluemestaruussarjoja ovat poikien 17 v. sarjat ja miesten sarjat. Järjestäjä pidättää oikeuden aloittelijasarjojen ja tyttösarjojen muutoksiin.

Osallistumisoikeus: Myös Länsi-Suomen alueen ulkopuolisilla painijoilla osallistumisoikeus, mutta aluemes taruusmitalit jaetaan vain oman alueen painijoille.

Ilmoittautuminen: Painijan nimi, sarja ja seura viimeistään maanantaina 11.2.2013 sähköpostitse osoitteseen; painipedot@hotmail.com

Osallistumismaksu: 10 euroa / painija, jälki-ilmoittautuneet **15 €**. Maksetaan kilpailupaikalla punnituksen yhteydessä.

Ruokailu: Kilpailupaikalla

Tiedustelut: Pekka Ahtiainen 040 7062766
Harri Virkkunen 050 5525737

Tervetuloa Peräseinäjoelle!
Peräseinäjoen Toive/painijaosto

Taisto Kangasniemen XV muistopainit

Kilpailuaika Lauantai 23.2.2013 Klo 11:00 alkaen

Kilpailupaikka Hervannan vapaa-aikakeskus, Lindforsinkatu 5, Tampere

Punnitus Kilpailupaikalla klo. 9:00-9:30

Sarjat Aloittelijat (A lisenssi) ja alle 8 v (2005- syntyneet)
Alle 10 v (2003-2004 syntyneet)
Alle 13 v (2000-2002 syntyneet)
Alle 15 v (1998-99 syntyneet)
Alle 17 v (1996-97 syntyneet)
Tyttöjen sarjat (vapaapaini, ikäluokat määrätään punnituksen jälkeen)
Painoluokat määrätään kaikissa sarjoissa punnituksen jälkeen.

Säännöt Kilpailuissa noudatetaan vanhaa ottelujärjestystä (3-4 painijan lohkot), muilta osin uusia sääntöjä.

Osanottomaksu **8 €** / kilpailija mikäli seuralla on tuomari mukana. Mikäli seuralla ei ole tuomaria mukana niin osanottomaksu on **10 €** / kilpailija. Maksu peritään paikanpäällä.

Ilmoittautumiset (Ma) 18.2.2013 mennessä halutulla tavalla

Kirjeitse Terho Kaaja
Hiidentie 9 A2
37500 Lempäälä

Tai sähköpostilla terho.kaaja@tampereenpainiseura.com

Tai internetissä www.tampereenpainiseura.com/ilmoittaudu.htm

Tiedustelut Esa Karinkanta puh 041 546 7427

Ruokailu Kilpailupaikalla mahdollisuus ruokailuun

Tervetuloa Tampereelle
Tampereen Painiseura ry (TaPs)

SUOMEN PAINILIITTO
FINNISH WRESTLING FEDERATION

Inhan Taimi ry - 90 v. 1923 - 2013
http://inhantaimi.suntuubi.com/

16.3.2013 Ähtäri
Kreikkalais-roomalaisen painin avoimet juniorien ja miesten TUL:n mestaruuskilpailut

Miesten osalta
Suomi Cup osakilpailu

Kilpailupaikka Ähtäri-halli
Karhunkierros 150, 63700 Ähtäri

Kilpailuaika juniorit lauantaina klo 12.00
miehet lauantaina klo 17.00 (samalla Suomi Cupin osakilpailu)

Sarjat juniorit: 50, 55, 60, 66, 74, 84, 96 ja 120 kg
(2 kg:n ylipaino sallittu)
miehet: 55, 60, 66, 74, 84, 96 ja 120 kg
(2 kg:n ylipaino sallittu)

Ottelujärjestelmä: viiden ja alle viiden painijan sarjat painitaan kaikki kaikkia vastaan ja sitä osanottaja määrältään suuremmat sarjat jaetaan 3-4 painijan lohkoihin. Muutoin otellaan voimassa olevin FILAn säännöin.

Punnitus Perjantaina Hotelli Mesikämmenen kylpyläsä klo 20.00 - 20.30 (saunaan aikaisintaan klo 19.00 ja käynti ulkokautta)
lauantaina klo 9.00 – 9.30. Suomi Cup kisaan klo 14.00 - 14.30. Lauantain punnitukset kisa paikalla, Ähtäri-hallissa.
Yksi punnitus riittää kumpaankin kisaan, mutta arpa on nostettava viimeisessä punnituksessa ennen ao. kisaa, jossa ilmoittaudutaan vaa'alla lisenssin kanssa..

Osallistumismaksu **10 euroa** / kilpailija / kilpailu (ei huoltajilta)
jälki-ilmoittautuminen **20 euroa** / kilpailija / kilpailu

Ruokailut Hotelli Mesikämmenessä aamupala: alle 14 v. **5 euroa** / henkilö ja vanhemmat **10 euroa.** Lounasruokailuun myös mahdollisuus Mesikämmessä, puh. 06 5391111

Majoitus Mökkimajoituksia alk. **35 euroa** / vrk / henkilö.
• Hyvölän Talo, hyvolantalo@gmail.com, 0400-216326
• Valkeisen Loma Oy, valkeisenloma@valkeisenloma.com, 050 5666843
• Katso tarvittaessa Ähtärin Matkailu.

• Huom! Hotelli Mesikämmen täynnä 15.-16.3., tällöin ei huoneita varattavissa.
• Mesikämmenen paikkoja voi tiedustella tilaa la-su väliseksi yöksi, 06 5391 111

Osanottomaksut Tilille Inhan Taimi, Nordea 119730-113857, 11.3.2013 mennessä. Jälki-ilmoittautumiset **20 euroa** / painija.

Ilmoittautumiset Torstaihin 7.3.2013 mennessä. Ilmoittakaa tuomarit mahdollisimman aikaisessa vaiheessa, majoituksen järjestelystä johtuen.

kimmoke2@luukku.com

Tiedustelut Tiedustelut Kimmo Kiikkala 040 587 2160

Tervetuloa!
Inhan Taimi ry

Kilpailukutsu painin Mesikämmen Cup 17.3.2013

Paikka Ähtäri-Halli, Karhunkierros 150, 63700 Ähtäri

Painimuoto kreikkalais-roomalainen, tytöt vapaapaini

Sarjat Pojat 17 v. (1996 ja myöhemmin syntyneet)
30, 32, 34, 36, 39, 42, 46, 50, 55, 60, 65, 70, 76, 85 ja 100 kg

Pojat 12 v. (2001 ja 2002 synt.),
sarjat punnituksen jälkeen
pojat 10 v. (2003 ja 2004 synt.),
sarjat punnituksen jälkeen
Pojat 8 v. (2005 ja myöhemmin synt.),
sarjat punnituksen jälkeen.
Aloittelija sarjat 2011 tai myöhemmin ensimmäisen lisenssin hankkineet., sarjat punnituksen jälkeen.

Tytöt 17 v. (1996 ja myöhemmin synt.),
sarjat punnituksen jälkeen.

Punnitus Kisapaikalla klo 9.00 - 9.30

Osanottomaksu **10 euroa** / kilpailija. Tilille Inhan Taimi Nordea 119730-113857

Ilmoittautumiset 7.3.2013 mennessä. Ilmoittakaa myös tuomarit: kimmoke2@luukku.com
Ilmoita: Nimi, sarja / paino, seura ja syntymävuosi

Ruokailu Aamupala on hotelli Mesikämmenessä välittömästi punnituksen jälkeen. Lipun voi ostaa kisapaikalta hintaan 5 euroa alle 14 v. ja sitä vanhemmilta 10 euroa / henkilö.

Majoitus Hyvölän Talo, hyvolantalo@gmail.com, 0400-216326.
Hotelli Mesikämmen
- 16 - 17.3.2013
(ei vapaita paikkoja pe 15.3. – la 16.3.)
- puh. 06 5391 111
Valkeisen Loma Oy,
valkeisenloma@valkeisenloma.com

Tiedustelut Kimmo Kiikkala, 040 587 2160

Lisäetu Ähtäri Eläinpuisto herättää karhut lauantaina 16.3.2013. Pääsyliput alle 13-vuotiailta painijoilta **5 euroa** / vääntäjä, vanhemmilta **10 euroa** / henkilö.

Tervetuloa Ähtäriin!
Inhan Taimi ry - 90 v.
http://inhantaimi.suntuubi.com

Tapahtumakalenteri 2012

joulukuu

14-16	Himberg teamin leiri (kr)	Pajulahti
27-30	Kinkunsulatusleiri	Kisakeskus, Pohja

Tapahtumakalenteri 2013

tammikuu

04-06	Himberg-Teamin leiri	Pajulahti
05	Kilpijärvipainit aloittelijoille sekä Sportiapainit	ärvenpää (JäVo)
06	VäVi:n Loppiaispainit	Vähäkyrö (VäVi)
06	JäVo:n Loppiaispainit	Järvenpää (JäVo)
11-12	Herman Kare -turnaus	Kouvola (KoPa)
12	Olavi Niemen muistopainit	Pori (PPM)
12	92. Valopainit, Roope Liinamaan muistopainit	Mänttä-Vilppula (MäVa)
18-20	Poddubny -turnaus, kr (FILA)	Tumen (RUS)
19	Lemminkäinen Cup	Laihia (LaihLu)
19	OP-painit	Kotka (PopI)
24-27	Ivan Yariguin -turnaus, vp & np (FILA)	Krasnoyarsk (RUS)
25-26	Naisten ja miesten SM-kilpailut, vp	Ylistaro (YKV)
26	Thor Master, kr (FILA)	Nykoping Falster, Tanska
26	Kv ikäkausikilpailut	Oulu (OP)

helmikuu

02	Av poikien TUL:n mestaruuspainit	Vaajakoski (JyPÄ&VaaKu)
02-03	Oslo Open, kr ja np (FILA)	Oslo (NOR)
09	Pohjois-Suomen aluemestaruuskilpailut ja Raimo Taskisen muistopainit	Kemi (KI)
09	Aluemestaruuskilpailut, kr	kaikki alueet
15-17	Himberg-Teamin leiri	Pajulahti
16	Länsi-Suomen aluemestaruuskilpailut ja Mannin matsit	Peräseinäjoki (PeTo)
16-17	Århus Open -turnaus, kr (FILA)	Århus (DEN)
23	Myhi-painit	Ilmajoki (IK)
23	Taisto Kangasniemen XV muistopainit	Tampere (TaPs)

maaliskuu

02	AuPs:n ikäkausipainit	Aura (AuPs)
02	Eero Tapio -turnaus	Haukipudas (HaHe)
08-10	Himberg-Teamin leiri + haastajat	Pajulahti
09	TaVo:n ikäkausikilpailut	Tampere (TaVo)
09	Nanski-turnaus ja Finlandia Freestyle Cup	Vaasa/Vähäkyrö (VVV)
16	KultaHelmi-painit	Vantaa /YTK)
16	Av junioreiden ja senioreiden TUL:n mestaruuspainit	Ähtäri (InTai)
17	Mesikämmen Cup	Ähtäri (InTai)
19-24	EM-kilpailut, kr+np+vp	Tbilisi, Georgia
22-24	Junioreiden SM-kilpailut, kr+vp	Seinäjoki (SPM ja NJ)
29-31	Himberg-Teamin leiri	Kuortane
30	Avoimet kv Pääsiäispainit	Turku (TuTo)

huhtikuu

06	Finlandia Freestyle Cup 2/4	Simpele (SimVe)
06	Kauko Lehtosen muistopainit	Janakkala (JPI)
12-14	Kadettien SM-kilpailut, kr	Ilmajoki (IK)
20	VaSa:n ikäkausikilpailut	Vantaa (VaSa)
20	Keski-Suomen OP-painit	Vaajakoski (JyPÄ ja VaaKu)
26-28	Himberg-Teamin leiri	Kuortane
27	Ollin painit	Pilkanmaa (Pilke)
27	Kajaanin Juntan ikäkausipainit	Kajaani (KaJu)

toukokuu

03-05	Miesten SM-kilpailut, kr	Järvenpää (JäVo)
10-12	PM-kilpailut	Eslöv (SWE)
11	Kultavieska Cup	Ylivieska (ViVo)
18-19	KLL:n mestaruuskilpailut, kr	Kotka
25	Finlandia Freestyle Cup 3/4	Espoo (EsU)

kesäkuu

07-09	Veikko Rantanen-turnaus	Heinola (HI)
15	Finlandia Freestyle Cup	Järvenpää (JäVo)
17-20	Nuorten EM-/MM-valmistava leiri	Pajulahti
18-23	Kadettien EM-kilpailut, kr+np+vp	Bar, Montenegro
29-30	Av. kv. Ruissalo-painit	Turku (TuTo)
29-30	Suomen Painiveteraanikerhon (SPVK) kesäpäivät	Seinäjoki

heinäkuu

02-07	Junioreiden EM-kilpailut, kr+np+vp	Skopje, Makedonia
06-17	Kesäuniversiadit	Kazan (RUS)
13-16	Painileiri ja koulutustoimintaa	Kisakeskus
13	Av. rantapainin SM-kilpailut	Kisakeskus
15-18	Nuorten EM-/MM-valmistava leiri	Pajulahti
29-01	Nuorten EM-/MM-valmistava leiri	Pajulahti

elokuu

13-18	Junioreiden MM-kilpailut, kr+vp+vp	Sofia (BUL)
17	XXX Kalle Mäkisen painit	Turku (TWM)
20-25	Kadettien MM-kilpailut, kr+np+vp	Zrenjanin (SRB)
31	Kv. Lohipainit	Kotka (PopI)

syyskuu

06-08	Himberg-Teamin leiri	Kuortane
07	Ikäkausikisat, vp	Tampere (TaVo)
14	VaSa:n ikäkausikilpailut, vp	Vantaa (VaSa)
14	Länsi-Suomi Cup	Alavus (AU)
16-22	MM-kilpailut, kr+np+vp	Budapest (HUN)
21	Ikäkausipainit	Tampere (TaPs)
28	OP-turnaus	Ilmajoki (IK)
28	VUV:n ikäkausikilpailut, vp	Kuusankoski (VUV)

lokakuu

05	Aluemestaruuskilpailut, vp	kaikki alueet
11-13	Himberg-Teamin leiri	Pajulahti
12	Kl kilpailut	Kankaanpää (KankU)
13	Janakkala OPen	Janakkala (JPI)
19-20	KLL:n mestaruuskilpailut, vp	Järvenpää (JäVo)
26-27	Av. TUL:n mestaruuskilpailut, vp	Äänekoski (ÄH & SuolU)

marraskuu

02	Kankuri cup	Lapua (Virkiä)
08-10	Himberg-Teamin leiri	Kuortane
09-10	Vantaa Painicup -turnaus	Vantaa (YTK)
23	Arvo Haavisto -turnaus	Ilmajoki (IK)
30	Luoman Cup	Ylistaro (YKV)

joulukuu

07	Kv. Joulumaapainit	Rovaniemi (LaLu)
13-15	Kadettien SM-kilpailut, vp	Kouvola (VoVi)
20-22	Himberg-Teamin leiri	Kuortane
27-30	Kinkunsulatusleiri	Kisakeskus, Pohja

Täysin varustellun loma-asunnon vuokraus ympäri vuoden
Rikkaveden rannalla

Helka ja Tapio Karvonen
Karvolantie 9
83500 Outokumpu
Puhelin koti 013-553 062 tai
gsm 0500-188836

Mökit:
Sillankorva
Saarentähti
Lemmenpesä

Kun rakennat tai korjaat
LVI-Visio Oy
Puh. 05 430 233, 0400 152 008
LVI-ASENNUKSET, -HUOLLOT JA -KORJAUKSET
TARVIKEMYYNTI
MYYMÄLÄSSÄMME Fax 05 430 238
Tiviantie 12, 59100 PARIKKALA

LASIHUOLTO
M. NYGÅRD
Niemenkyläntie 87,84100 Ylivieska,
puh. 424 584, 044-5336 197

SGL
Suomen Graafiset Lovetukset
Puh. 528 1752

LÄHELLÄ.
Puu on tärkeä osa elämää, se on läsnä kaikkialla arjessamme. Sitä suomalaiset hyvin hoidetut metsät ovat meille kaikille arvokas pääoma.
Me jalostamme puusta ja puuliiadusta huippuluotetta palvelemaan sinun arkeasi. Toimimalla vastuullisesti turvaamme jokapäiväisen hyvinvointisi myös huomiselle. Lisää vastuullisia ratkaisuja ja hyvinvointia arkeesi osoitteessa metsagroup.fi
Metsä

LAPPAJÄRVI
- *UUDET LUONNONKAUNIIT ASUNTOALUEET*
- *PENTINNIEMESSÄ JA ROVASTILASSA*
- *MONIPUOLISET VAPAA-AJAN PALVELUT JA*
- *HARRASTUSMAHDOLLISUUDET*
- *VAPAITA JA EDULLISIA TEOLLISUUSTONTTEJA*
- *SEKÄ LIIKETILOJA*

Tiedustelut:
LAPPAJÄRVEN KUNTA
Maneesintie 5 A, 62600 Lappajärvi
Vaihde: (06) 2412 500

ALAVUDEN KAUPUNKI
Kunto-Lutra
Kauttonkuja 5, 63300 Alavus
• Puh. (06) 2525 1583 • www.alavus.fi
Kunto-Lutra

Hiekkapuhallukset ja maalaukset, äänentoistopalvelut, valot, viestintä, linkit, esiintymislavat ja kuuluttamot
Raimo Loukola
Reiniläntie 138 Ylistaro
474 1034, 0400 508 934

SEULOTTUA MULTAA
JOUKO LAITINEN
Paantie 2, 03620 KARKKILA
0400 472 383, (09) 225 4373
www.multaa.com

TAKSI - INVATAKSI - TAKSIBUSSI
TAKSIPALVELU KALLE HERNESMAA
0400 - 661 130
63130 MÄYRY

TAKSI PERHO
Jaana Taipale
(06) 8631 134
0400 263 934
*FARMARIAUTO (7 henkilöä)
Kinniäntie 11, 69950 Perho

Nipastaf Oy
Toikkalantie 35
53850 Lappeenranta
Puh. 050 5438 492

Kuljetus Frisk
Kypäräkuja 7B
02610 Espoo
0400 444 833

Fyrax Oy
Yrittäjäntie 17, 03600 Karkkila
0400 511 522

STONEYARD
PIHALAATOITUS
Riku Junnila
040 4140 051
Vastilantie 3
20960 Turku
www.stoneyard.fi

POLVIJÄRVEN LIHA-AITTA
• Viljapossua • Naudanlihaa
• Palvituotteita • Makkaraa
Kinahmontie 31, Polvijärvi
puh. 633 121, 0400-373 548
P.S. Myös teurastus leikkuupalvelua

E.KYLMÄLÄ Oy
Tieto- ja toimistotekniikan palvelutalo
Kauppalankatu 33 • 45100 Kouvola
Puhelin: (05) 7403 100 • Fax: 05-3751008
www.ekylmala.fi

Koneurakointi Eero Pöytäsaari
Mökäläntie 600 Perho
(06) 863 2807, 0400 269 269

Sähköasennus
SIPILÄ
Ulvisentie 43 Lapua
Puh. 437 3331
GSM 0500 661 182

Peltiliike Korkiakoski
Saulinkuja 3
Outokumpu
0400 373 758

Jukka Kierikka Ky
Ahonkuja 23 Kotka
(05) 281438, 0400-253765
Tilattavissa kaivurit ja kuormaajat

PohRin KATTORISTIKOT
PohRi oy
PL 5, 62501 Evijärvi
Myynti: 06-7651 626

Lohjan putkityöt Oy
Jarmo Kärnä
040 582 7967
LVI-asennukset
Honkalantie 36, 08700 Lohja

MIRO
Mirotie 3 86800 Pyhäsalmi Puh. 08-769 1100
Sylinteritehdas **Pikapaja Oy**
miro@pikapaja.inet.fi www.pikapaja.net

VARATTU

Suosikaa ilmoittajiamme

all in sport®

Kilpapainimatto Foeldeak S6 Pro
Painimatto huippuominaisuuksilla kilpailuihin ja harjoitteluun. Erikoisrakenteen ansiosta on matolle saatu ihanteelliset jousto- ja iskunvaimennusominaisuudet. FILA:n hyväksymä. PVC-molski kuumahitsatuin ottelualuemerkinnöin sin/pun/kelt. Tarranauhakiinnitys.
603840, 12 x 12 m / paksuus 6 cm
603841, 10 x 10 m / paksuus 6 cm
603842, 8 x 8 m / paksuus 6 cm

Painimatto Foeldeak TL-Team
Kevyt ja edullinen painimatto kilpailuihin ja harjoitteluun. Valmistettu umpisoluisesta PE-solumuovista, hyvä iskunvaimennuskyky. PVC-molski kuumahitsatuin ottelualuemerkinnöin sin/pun/kelt. Tarranauhakiinnitys.
603843, 12 x 12 m / paksuus 5 cm
603844, 10 x 10 m / paksuus 5 cm
603845, 8 x 8 m / paksuus 5 cm

Painimatto Kerko Sport (Ei kuvassa.)
Harjoituspainimatto. Valmistettu umpisoluisesta PE-solumuovista, hyvä iskunvaimennuskyky. PVC-molski maalatuin ottelualuemerkinnöin kelta/punainen. Tarranauhakiinnitys.
580003, 12 x 12 m / paksuus 5 cm
580004, 10 x 10 m / paksuus 5 cm
580005, 8 x 8 m / paksuus 5 cm

Ota yhteys myyntipalveluumme puh. 0207 739 700 ja kysy lisätietoja painimatoistamme!

▲ 1. Harjoitusnuket Foeldeak kreikkalais-roomalaiseen painiin
Harjoituskumppanit kovaan käyttöön. Pinta erittäin kestävää ja miellyttävän pehmeää, korkealaatuista nahkaa.

▲ 2. Harjoitusnuket Foeldeak vapaapainiin
Kaksijalkainen malli sopii kaikkiin painimuotoihin, mutta myös judoon. Pinta erittäin kestävää ja miellyttävän pehmeää, korkealaatuista nahkaa.

▲ Bulgarian Bag Foeldeak Fit
Uutuustuote huippu-urheilijoiden ja kamppailulajiharrastajien monipuoliseen harjoitteluun. Soveltuu erinomaisesti lajinomaiseen harjoitteluun otekahvojensa ansiosta. Kestävä vinyylipäällinen.

▲ Voimasäkit
Hyvä voimaväline moneen erilaiseen harjoitteluun. Erinomainen koko vartalon toiminnalliseen harjoitteluun.

KERKO SPORT
www.kerkosport.com • www.kerkoshop.com
info@kerkosport.com • puh. 020 7739 700