

50
SUOMEN AMPUMAHIIHTOLIITTO
FINNISH BIATHLON ASSOCIATION
•••••
1960-2010

SAHL
50-vuotta

Amppumamahiihtäjä
Biathlon Magazine nro 1 2010
Finnish



Taika RUIS 100%



**Kuin vaalea leipä,
mutta 100% ruista.**

Miten ihmeessä?

Leivomme sen sinulle aivan uudella tavalla, ilman hapattamista.
Siksi siinä yhdistyvät ruisleivän ja vaalean leivän parhaat ominaisuudet.
Lue lisää www.taikaruis.fi



Toimitus

Julkaisija ja toimitus:

Suomen Ampumahiihtoliitto ry
Radiokatu 20, FI - 00093 SLU
(09) 2787 202, faksi (06) 420 3050

Päätoimittaja:

Janne Hakala, 046 878 2200

Toimitussihteeri:

Mari Uusitalo

Toimitus:

Heidi Lehikoinen

Jami Aho

Rami Toivonen

Ilmoitukset, tilaukset ja osoitteenmuutokset:

Janne Hakala 046 878 2200 tai
janne.hakala@biathlon.fi

Mediakortti ja ilmoitushinnat:

www.biathlon.fi

Paino:

Esa Print Oy, Lahti

Ulkoasu ja taitto:

Studio Salokannel & Toivonen
Hämeenkatu 5, 15110 Lahti (03) 7824 553

Aineisto:

lehti@biathlon.fi Tilaamatta toimitettua aineistoa ei palauteta.

ISSN 0783-7976

Ilmestymisaikataulu 2010:

- 2 kesäkuu
- 3 lokakuu
- 4 joulukuuta



Kannessa Timo Antila
Kuvan otti Jami Aho

Suomen Ampumahiihtoliitto, 50-vuotta

Ampumahiihtoliitto on saavuttanut 50 vuoden kunnioitettavan iän. Lajin juuret juontavat toki kauemmas. Tietävästi ensimmäinen ampumahiihtoa muistuttanut kilpailu käytiin vuonna 1767 norjalaisten rajavartioston sotilaiden välillä. Asteittain laji kasvatti suosiotaan Skandinaviassa sotilaiden harjoittelumenetelmänä. Sotilaspartiohiihto oli talviolympialaisten kisaohjelmassa neljä kertaa, vuosina 1924, 1928, 1936 ja 1948. Suomi saavutti hopeaa kaikissa edellä mainituissa olympiapartiokilpailuissa.

Lajin lähtökohtia ajatellen ei ole ihme, että Puolustusvoimien ja Suomen Ampumahiihtoliiton suhde on ollut tiivis ja läheinen heti liiton perustamisesta lähtien. Puolustusvoimien ja Rajavartiolaitoksen edustusurheilijat vastasivat pääosin lajin menestyksestä 60-, 70- ja 80 -luvulla. Juhani Suutarinen, Heikki Ikola, Esko Saira, Simo Halonen, Mauri Röppänen, Henrik Flöjt, Raimo Seppänen, Erkki Antila toivat lukuisia



Olympia- ja MM-mitaleja. Sarjaa ovat täydentäneet myöhemmin Harri Eloranta 90 -luvulla ja Paavo Puurunen 2000 -luvulla.

Puolustusvoimien henkilöstö on ollut vahvasti mukana myös ampumahiihdon valmennustyössä. Pekka Räikkönen, Heikki Ikola ja Mauri Lahtela antoivat arvokkaan työpanoksensa Ampumahiihtoliitolle 90 -luvulla. 2000 -luvulla työtä ovat jatkaneet Jari Karinkanta, Juha Papinsaari ja Ville Kotikumpu. Tämän lisäksi muun muassa Olli Nepponen, Esa Haapala, Tuomas Ylä-Tuuhoonen, Jouko Hongisto ja Ville Haapala ovat olleet Ampumahiihtoliiton kansallisissa sekä kansainvälisissä johtotehtävissä.

PV:n ja SAHL:n intressit kohtaavat monella tavalla. Edustusurheilijamme ovat tuoneet mainetta ja kunniaa myös lajin sotilaiden arvokilpailuista. Ampumahiihdon tunnetuksi tekemisessä yleinen asevelvollisuus palvelee lajia erinomaisesti. Varusmiesten koulutukseen kuuluvassa rynnäkkökivääriampumahiihdossa tuhannet muutkin, kuin vain lajiin vihkiytyneet ”ammattilaiset” saavat tuntumaa hiihdon ja ammunnan haasteellisesta yhdistelmästä.

Ampumahiihto ei ole kuitenkaan sotilaiden yksinoikeus. Kansainvälisen huipun tuntumassa olevat edustusjoukkueemme naisurheilijat ovat oiva osoitus siitä, että lajissa voi mainiosti menestyä myös ilman sotilaskoulutusta.

Ampumahiihdon harrastaminen ei edellytä myöskään rahakkaita sopimuksia tai muuta sponsorointia. Se edellyttää kuitenkin aktiivista seuratoimintaa ja innokkaita vetäjiä. Kiitän kaikkia SAHL:n seuroja kannustavasta ja pyyteettömästä työstä urheiluvan nuorisomme hyväksi.

Huippu-urheilu ei sen sijaan enää onnistu ilman sponsoreita ja huomattavaa taloudellista tukea. Kiitän lämpimästi Suomen Ampumahiihtoliiton tukijoita ampumahiihdolle antamastanne taloudellisesta tuesta.

Ampumahiihdossa kuten muussakin urheilussa lajiliitot, urheiluseurat ja sponsorit ovat urheilijoita varten. Kannustan kaikkia nuoria, nykyisiä ja tulevia mestareita, jatkamaan ampumahiihdon parissa, asettamaan itselleen realistisia tavoitteita ja työskentelemään niiden saavuttamiseksi.

Sakari Honkamaa

Suomen Ampumahiihtoliitto ry, varapuheenjohtaja



skike®



Go OffRoad!

Sorateiden virtuoosi

Pikkuesteet eivät pidättele Skiken isoja ilmakumirenkaita. Voit laajentaa lajia, mennä asfaltin lisäksi sorateille ja epätasaisille alustoille. Tehokas tapa kesäharjoitteluun ja kuntoiluun sauvojen kanssa.

Kaksi kokoa, kolme väriä:

- Koko 28-38, hopea
- Koko 38-47, punainen, hopea ja musta (jatkopalalla kokoon 52 asti)



Skiket kiinnitetään omiin lenkki- tai ulkoilukenkkiin.

Tehokas jarru säädetään käyttäjälle sopivaksi.

Isokehäiset ilmakumirenkaat. Painetta voi muuttaa alustan mukaan.

Lisäniksejä kirjasta

Valmentaja Marko Kantanevan ohjeet antavat lisäpotkua lajiin. Kirjan voit ostaa jälleenmyyjältä tai tilata osoitteesta:

www.villimaa.fi



Hyvää: sopii periaatteessa kaikille. Toimii varauksin jopa metsäpoluilla. Tehokas jarrutusmenetelmä. Kuormittaa lähes koko kehoa.
Huonoa: – (TM 15/2008)

Lisätiedot:

www.hjorth.fi/skike • www.skike.com
Skike-koulutus, www.suomenlatu.fi

Myynti: hyvinvarustetut urheiluliikkeet kautta maan.

Skike on rekisteröity tavaramerkki ja teknisesti EU-mallisuojattu.

HJORTH
URHEILUTUKKU • 1881



Kalle Lähdesmäki



1960-2010



Juhlivan liiton haasteita 50 toimintavuoden täytyessä

Suomen Ampumahiihtoliiton juhluvoiteen liittyy juhlinnan lisäksi myös paljon pohdittavaa. Kehittämistä vaativat asiat edellyttävät hyvää analyysia ja valmistelua. Analyysin ja valmistelun päälle tarvitaan monipuolinen, ammattimainen ja asiallinen keskustelu sekä arviointi. Johtopäätöksinä on saatava ratkaisuja, jotka aikaan-saavat kestävän ja tavoitteiden mukaisen kehityksen Suomen ampumahiihdossa.

Mitä haasteita sitten tänään on? Listaan olen tunnistanut sellaisia asioita, jotka ovat kuluneen olympiadin aikana nousseet pintaan ja joista on laajasti kannettu huolta. Kehittämistä vaativia asioita on varmasti muitakin, mutta seuraavassa nyt päällimmäisenä olevat. Käsittääkseni nämä vastaavat asiat koskevat monia muitakin lajeja Suomessa.

Seuratyön kehittäminen ja tukeminen on tärkein asia. Aktiivisillakin seuroilla on liian vähän vetäjiä ja resursseja suhteessa potentiaaliseen harrastajamäärään. On kysymys siitä, kuinka kauan jaksetaan toimia ylikuormituksessa.

Urheilijajärjestelmän toimivuus urheilijan kannalta. Urheilijan koulu- ja jatko-opiskeluun ei kyetä tarjoamaan riittävän tukevaa polkua resurssien, olosuhteiden tai ammattiin kouluttautumisen osalta urheiluran ohella. Nuorten ja aikuisikää lähestyvien urheilijoiden on liian usein mietittävä, panostanko urheilussa menestymiseen muutaman vuoden aikana vai elämään noin 40 vuoden ajanjaksolla ajatellen. Harva uskaltaa ja sitoutuu kohtaamaan molemmat haasteet yhtä aikaa.

Henkilökohtaisten valmentajien lajiin liittyvän ammattitaidon kehittämisen tukeminen, läsnäolo harjoittelussa sekä henkisen valmennuksen osaaminen ja sisällyttäminen kokonaisuuteen toimii vajaan kansainvälisen menestyksen mittareilla mitattuna. Tässä on useita kohtia, joihin olisi kyettävä löytämään ratkaisut.

Liiton valmennuksen koordinoinnin niukka systemaattisuus, yhteistyön ja päämäärätietoisien sitoutumisen epätasaisuus sekä toimintamallin epäjatkuvuuskohdat eivät tuota sellaista synergiaa, tulosta ja menestystä kuin olisi mahdollista.

Liiton taloudellisten ja henkilöstöresurssien niukkuus, jatkuvat minimoinnit panostuksissa, puuttuvat tukijärjestelmän osat, kuten henkisen valmennuksen tarjonta, kaluston ja kilpailuvälineiden testaus ja kehittäminen, matkustamisen räsistusta helpottavat järjestelyt, ja niin edelleen.

Suomen Ampumahiihtoliiton edustajien verkostoitumisten ja suhteiden niukkuus sekä kansainväliseen toimintaan liittyvien olo-

suhdetekijöiden kaksinaisuus. Asioiden edistämiseksi vaaditaan enemmän oma-aloitteisuutta ulospäin sekä parempaa dialogia myös liiton sisällä. Kaksinaisuuden tilanne olosuhdetekijöissä on pitänyt pitkään jännitettää liiton ja lajin piirissä mukana olevien kesken ja sitä kautta vaikuttanut toimintaan häiritsevästi.

Suomalaisten ampumahiihtäjien kansainvälinen menestys ei ole yltänyt palkintopalli- tai mitalisijoille riittävän usein suhteutettuna yleisiin, liiton tai kilpailijoiden itsensä asettamiin odotuksiin.

Edellä olen kuvannut keskeisiä tämän päivän haasteita suomalaisessa ampumahiihdossa. Valtaosa haasteista on kestohaasteita, eivätkä ne ole uusia. Näiden asioiden eteen on tehty töitä ja parannuksiakin on toki saatu aikaan.

Ampumahiihdon kansainvälinen harrastaneisuus on lähes kolminkertaistunut mukana olevien maiden määrällä mitattuna viimeisen 30-vuoden aikana. Lajin suosio on tänään huikkea. Suurimpana talviurheilulajina TV-katsojamäärällä mitattuna, ampumahiihtoon on tullut pysyvästi vaikuttamaan suuruuden ekonomia. Erityisen keskeinen tekijä ampumahiihdon kansainvälisen menestyksen aikaansaamisessa on osaaminen, ammattimaisuus sekä sitoutuminen. Kun toimintaympäristö ampumahiihdossa on rajusti muuttunut, emme ole kyenneet itse riittävästi muuttumaan.

50-vuotisjuhlavuotena Suomen ampumahiihdossa on paljon hyvää, onnistumisia ja asioita, jotka ovat hyvällä mallilla. Yli sata ampumahiihtoseuraa, joista n. 40 on aktiivisia ja vireitä, paljon innostuneita, sitoutuneita ja osaavia seura-aktiiveja eri tehtävissä, mainiot olosuhdetekijät riittävän pitkän harjoituskauden varmistamiseksi 2-3 paikkakunnalla, kansainvälisellä huipulla yksi urheilija, 2-3 urheilijaa lähellä huippua ja nuorissa on leveä ryhmä lähestymässä kansainvälistä huippua. Unohtaa ei pidä sitä tosiasiaa, että Suomessakin ampumahiihto pärjää hyvin TV-katsojaluvuissa muihin talviurheilulajeihin verrattuna, suurta kiinnostusta lajiin siis on olemassa.

Kiitän kaikkia 50 vuoden aikana suomalaisen ampumahiihdon eteen ja kehittämiseen töitä tehneitä, vaivaa nähneitä, hikipisaroita, ilon ja pettymyksen kyneleitä vuodattaneita. Työ jatkuu.

Kalle Lähdesmäki
Puheenjohtaja
Suomen Ampumahiihtoliitto ry



Janne Hakala

Suomen Ampumahiihtoliiton strategia – menneen arviointi ja tahtotilamme tulevaisuudesta

Suomen Ampumahiihtoliiton kilpailukauteen 2010 ulottuva strategiakokonaisuus hyväksyttiin liiton syyskokouksessa 2007. Nykyisen kaltainen strategia on ollut erinomainen perusta liiton vuosittaisen työskentelyn suunnittelulle ja työn arvioimiselle. Jokainen mukana oleva ymmärtää tietenkin sen, että strategia on parhaimmillaankin vain paperi, eikä vielä takaa tulosten aikaansaamista. Taaksepäin aikaa arvioidessa voidaan todeta, että hyvä suunnitelma ei ole vielä edes puoleksi tehty. Kuitenkin nyt kertaalleen huolellisesti tehty pohjatyö tulee ja on tullut meitä useasti myönteisesti vastaan.

Visio, arvot ja kriittiset menestystekijät

SAHL:n toiminnan visio on: ”Mukaansa tempaavaa, monipuolista ampumahiihdon seuratoimintaa, elämyksiä, mukavaa yhdessäoloa ja kansainvälisesti menestyviä ampumahiihtäjiä”. Tuon vision suunnassa on varmasti jatkossakin toimintaamme hyvä viedä eteenpäin. Liiton perustehtävä on yhdessä liiton jäsenseurojen kanssa edistää ampumahiihtoa, kesäampumahiihtoa ja niiden lajisovellusten harrastusta Suomessa. Menestyminen kansainvälisessä vaikuttamisessa ja kilpailuissa on lajin kehittymisen edellytys.

Syksyllä 2007 SAHL:n toiminnan arvot kirjoitettiin auki. Tunnistamme hyvin, että esimerkiksi meitä talvella 2008 kohdanneen valitettavan doping-tapauksen käsittelyssä tuolla asialla oli myönteistä merkitystä.

Strategiaamme on kirjattu kahdeksan kriittistä menestystekijää. Näiden osa-alueiden on oltava kunnossa, että toiminta etenee ja menestyy. Nyt nykyisen strategiaauden päättyessä voimme todeta, että kehittyvä seuratoiminta, tasokas valmentajakoulutusjärjestelmä, pitkäjänniteinen valmennusjärjestelmäkokonaisuus, toimiva kilpailujärjestelmä, riittävät taloudelliset resurssit, lajin olosuhteet, sisäinen ja ulkoinen viestintä sekä eettisyys ja kestävä kehityksen normit täyttävä toiminta ovat niitä asioita joiden kunto ratkaisee toimintamme onnistumisen ja edistymisen. Töitä siis riittää jatkossakin.

Strategiset päävalinnat

Ampumahiihtoliiton toiminnan painopisteitä ovat seura- ja nuorisotoiminta, huippu-urheilu, koulutus- ja valmennustoiminta, sääntö- ja kilpailutoiminta sekä talous, markkinointi ja viestintä. Syksyllä 2007 päivitetty liiton toimintasäännöt vastaavat myös valiokuntien järjestä-

tymisen osalta näitä painopisteitä.

On tärkeää huomioida, että lamassa ollut valiokuntien työskentely on piristynyt. On selvää, että silloin kun haasteet ovat mittavat, kipupisteitäkin on. Tässä yhteydessä valiokunnille voidaan kuitenkin kokonaisuutena antaa plus-pisteitä yrittämisestä ja osin onnistumisestakin.

Suomalaisen urheilukeskustelun kestoaihe on resurssit ja niiden riittämättömyys. Rahalla ei kaikkea saa. On kuitenkin tunnistettava, että ampumahiihtoliiton osalta merkittävä eteenpäin meno mahdollistuu vasta sitten, kun vallitseva ristiriita toimintakentän laajuuden ja resurssien vähäisyyden osalta saadaan paremmin ratkaistua. Toiminnassamme on syytä tarkastella nykyisiä toimintamalleja ja tapoja kriittisesti ja poistaa mahdolliset turhat rönsyt. Ymmärrys on kuitenkin se, että ongelmamme ei ole ensisijaisesti kulukurin säilyminen vaan lisäresurssien löytäminen.

Sidosryhmätyö

Liiton strategiaan on kirjattu omaksi kohdakseen sidosryhmätyöskentely. Tämä on osa-alue johon varmasti ensimmäistä kertaa pitkästä ajasta on pyritty pureutumaan huolellisemmin. Tekemätöntä työtä verkottumisessa ja edunvalvonnassa on edessä jatkuvasti. Syytä on kuitenkin kirjata myös onnistumiset. Yhtenä merkittävänä onnistumisena voidaan pitää, että SAHL:n opetusministeriöltä saama perusavustus on noussut vuoden 2006 95 000 eurosta vuoden 2010 190 000 euroon. Tärkeä merkitys on Veikkauksen erinomaisesti kehittyneellä tulonjaolla, mutta on SAHL:n osuuden reilussa tuplaantumisessa myös omaa ansiotamme.

Yhteistyö Olympiakomitean kanssa on ollut erittäin tiivistä ja vuorovaikutus on toiminut hyvin. Ampumahiihtoliitto on työskennellyt aktiivisesti osana Suomen Liikuntaa ja Urheilua ja on omilla avauksillaan pyrkinyt edistämään suomalaista urheilua ja liikuntaa koskevaa keskustelua. Nuoren Suomen työskentelyssä olemme olleet aktiivisesti mukana viemässä yhteisiä lasten ja nuorten urheilun teemoja eteenpäin. Liiton toiminnanjohtaja on mukana myös Nuoren Suomen hallituksessa.

IBU:n toimihenkilöiden ja luottamushenkilöiden kanssa käydään lähes päivittäistä keskustelua ajankohtaisista asioista. IBU:n tehtävissä on mukana useita suomalaisia. Kun syksyllä 2010 järjestetään seuraava IBU:n kongressi, jossa valitaan merkittävälle paikoilla uusia henkilöitä on tärkeää, että oikealla tavalla verkottumalla ja myöskin omin esityksin onnistumme vaikuttamaan henkilövalintoihin ja sääntöpäätöksiin. Avauksemme pohjoismaisen yhteistyön käynnistämisestä poiki jo

muun muassa viime talvena ensimmäisen kerran pitkstä aikaa järjestetyt pohjoismaiset mestaruuskilpailut. Nuo kilpailut järjestettiin Hämeenlinnassa Ahveniston Ampumahiihtäjien isännyydessä.

Puolustusvoimat ja Rajavartiolaitys on yksi SAHL:n merkittävä sidosryhmä. Vuorovaikutus ja yhteistyö on ollut hyvää ja monin osin jopa tuloksekasta.

Kun tarkastelemme liiton yhteistyökumppanitilannetta, niin se tuskin on ollut aikoihin niin mittava kuin mitä se on nyt ollut. On ollut hienoa ja kannustavaa saada yhteistyökumppaneiksi yrityselämän puolelta erittäin merkittäviä kansallisia ja kansainvälisiä toimijoita. Yritysyhteistyö – sponsorointi on osa-alue joka vaatii erittäin paljon. Nyt kun lähes kaikki sopimuksemme ovat ”katkolla” on tärkeää, että suunnitelmamme tulevaisuuden osalta saadaan laadittua sellaisiksi, että rinnalle on mahdollista saada hyviä yhteistyökumppaneita. Tässä asiassa vastavuoroisuus on onnistumisen ehto. Lähestyminen ei voi lähteä siitä, että mitä me saamme. Kysymys on asetettava ensin: Mitä meillä on annettavaa? Tässä meillä on paljon työtä edessä.

Media on yksi merkittävistä sidosryhmistä. Näyt ja kuulut – olet olemassa. YLE ansaitsee liiton suunnalta valtaisan kiitoksen. Vahvuutemme on näyttävä ja kansainvälinen laji. Jatkossa tarvitaan entistä enemmän kiinnostavia ja menestyviä urheilijapersoonallisuksia. Sitä kautta media on mukana kertomassa onnistumisistamme. Mediayhteistyöhön vaaditaan myös paikallistason kilpailutoiminnassa uutta otetta. Jokaisella kilpailulla on jatkossa oltava nimetty tiedottaja. Tiedottaminen ei onnistu muiden lukuisten kilpailunjärjestämistehtävien rinnalla. Tiedottamisvastuun on oltava yhden henkilön tai ryhmän päätehtävä ja siihen on paneuduttava huolella.

Strategian 2007-2010 arviointi ja strategiatyön 2010-2014 eteneminen

Valiokunnittain on laadittu tulokortit työskentelyn ohjaamiseen ja arvioimiseen. Strategian päävalinnat ja valiokuntien tulokortit ovat sidoksissa kevätkokouksen 2010 hyväksyntään päälinjauksiin sekä arvioituihin resursseihin. SAHL hallitus tuo kevätkokoukselle strategian päälinjaukset arvioitavaksi ja hyväksyttäväksi ja näiden päälinjausten pohjalta valiokunnat työستävät ja hallitus tuo strategian päävalinnat ja tulokortit syyskokoukselle 2010.

Strategian 2010-2014 yleisosa on kotisivuillamme nähtävissä ja arvioitavissa. Rakentavat mielipiteet ja kommentit ovat tervetulleita kevätkokoukseen 25.4.2010 Lahden Sibeliustalolla. Kevätkokouksen jälkeen on sitten 50-vuotiaan Suomen Ampumahiihtoliiton pääjuhlan vuoro. Tapaamisiin siellä.

Janne Hakala
Toiminnanjohtaja



1960-2010



Kutsumme Teidät viettämään

**Suomen Ampumahiihtoliitto ry:n
50-vuotisjuhlaa**

**25.4.2010
Lahden Sibeliustalolle.**

OHJELMA:

Klo 12.00-13.30 Kevätliittokokous

Klo 13.30-14.40 Onnittelujen vastaanotto

Kahvitus

Klo 15.00-16.30 Pääjuhla

Klo 16.30-18.30 Ruokailu

Ilmoittautumiset ja varaukset 14.4.2010 mennessä
puh.(06) 420 3030/Katariina Petäys
tai sähköposti office@biathlon.fi

Mahdolliset muistamiset toivomme osoitettavan
nuorten ampumahiihtäjien valmennuksen
tukemiseen Suomen Ampumahiihtoliiton tilille
Nordea 155530-110800

LUE LISÄÄ WWW.BIATHLON.FI

Tervetuloa!

SAHL ry

Kalle Lähdesmäki
Puheenjohtaja

Janne Hakala
Toiminnanjohtaja





Jone Kähkönen

Olympiadin yhteenvetoa

Viisi maailmancupin palkintopallisijoitusta on Suomelle kova saavutus. Sijoitusten jakaantuminen olympiadin neljälle vuodelle kuitenkin paljastaa raa’asti paitsi kilpailun kovuuden, myös tämänhetkisen tasomme – erityisesti, kun podium-sijoitukset ovat vain yhden urheilijan tuomia.

Neljä vuotta sitten maajoukkueen runko kävi läpi suuren muutoksen; naisissa muutos oli konkreettinen vain kahden naisurheilijan muodosta maajoukkueen ja toisen ollessa vielä nuorten sarjalainen. Jokaisessa maajoukkueessa nuorennusleikkaus ja muutokset ylipäänsä ovat ajankohtaisia jossain vaiheessa ja nämä muutokset ja niiden onnistunut läpivieminen osoittavat järjestelmän toimivuutta. Meillä Suomessa järjestelmä ei ole pystynyt tuottamaan uusia, nuoria haastajia aikuisten rinnalle ja lopettaneiden paikkoja täyttämään.

Ampumahiihdon maailmancupissa maat saavat vuosittaisen rankinginsa maapistekiden muodostamalla listalla. Maapisteisiin lasketaan henkilökohtaisista matkoista pika- ja normaalikilpailut ja näiden lisäksi viestit. Henkilökohtaisilta matkoilta lasketaan jokaisen maan kolme parasta urheilijaa kunkin kilpailun pisteisiin mukaan. Maapistetilastot osoittavat konkreettisella tasolla maan sijoituksen, vaikka yksilöllisiä heittoja tulisikin suuntaan taikka toiseen. Ohessa olevasta taulukosta näkyy Suomen maapistesijoitukset vuodesta 2006 lähtien tähän kevääseen:

Maapisteket

	Miehet		naiset	
2006	19.	2774 pist.	17.	2908
2007	21.	2168	21.	1953
2008	17.	2678	14.	2890
2009	19.	3043	14.	3598
2010	18.	3219	17.	3609

Taulukon viesti on tiivistettynä hyvin selkeä: Torinon olympialaisten jälkeen pisteissä notkahdus, josta on joka vuosi noustu pisteinä mitattuna ylöspäin. Vastaavasti selvä viesti on, että olympiavuotta kohti sama sijoitus on vaatinut enemmän pisteitä – kilpailu kovenee. Eli vaikka me olemme pystyneet pistetiliä kartuttamaan tasaisesti lisää, niin myös muut ovat parantaneet. Tämän päivän kilpailun kiristymisen näkyy konkreettisesti, kun verrataan tilannetta neljän vuoden taakse: Suomen pisteet ovat reilusti kovemmat kuin Torinon keväänä, mutta sijoitus on sama.

Toinen konkreettinen joukkueen mittari on viestisijoitukset. Suomen joukkueen viestisijoitukset kuluneella olympiadilla ovat:



Huoltopäällikkö Per-Ole Lindell pestitauolla

Viestit

	Miehet	naiset	sekaviestit
2007	ei viestiä	12.	16.
2008	14.	15.	10.
2009	22.	14.	6.
2010	ei viestiä	ei viestiä	18.

Tulosten valossa olemme viesteissä olleet hieman maapistesijoitusta korkeammalla; ero on marginaalinen, mutta osoittaa sen, että viesteissä venymiset ovat mahdollisia. Vastaavasti konkreettisempaa on se, että sekaviestissä Suomen joukkueella on ollut nousujohteinen käyrä aina tähän kevääseen asti, kun paras mahdollinen joukkue on ollut jalkeilla. Realismia on se, että ’puolikkailla’ joukkueilla olemme kilpailukykyisiä, kaksi miestä ja kaksi naista löytyy ja jopa pientä särkymävaraa on (sairastumiset yms).

Tulosten parantamiseksi ei ole olemassa oikotietä onneen. Urheilijoiden jokapäiväinen harjoittelu vaatii kuitenkin pari asiaa, jotta seuraavan askeleen ottaminen on mahdollista.

Lähtökohtaisesti; suomalaisessa harjoittelukulttuurissa jokainen harjoittelee pääosin yksin. Tällä harjoittelulla pitää pystyä esim. fyy-



sisen harjoittelun osalta nousemaan sille tasolle, jolla hiihtovauhti on noin 20-30 parhaan joukossa. Tämä tarkoittaa konkreettisesti esim. noin puolentoista minuutin tappiota miesten pikamatkalla. Vastaavasti ammunnan osalta perusteiden tulee olla sillä tasolla, että on taitoa ampua puhdas laukaus ja ymmärtää olosuhteiden vaikutus ammunnan suoritukseen. Näiden asioiden jälkeen tullaan kuitenkin siihen, missä olemme nyt jäljessä menestyviä maita: pari- ja ryhmäharjoittelu. Tämän päivän ampumahiihto vaatii kovavauhtista hiihtoa ja nopeita rytminvaihdoksia sekä paineensietoa ja olosuhteiden nopeaa tulkintaa penkalla – samoin kuin nopearytmistä ammuntaa. Jokaisella osa-alueella korostuu siis vauhdikkuus, johon on oltava riittävät edellytykset. Kuitenkin on syytä muistaa, että perusasiat eivät ole muuttuneet; esimerkiksi fyysisessä harjoittelussa on monelta unohtunut hapenottokyvyn kehittäminen ja aerobisen pohjan merkitys – asiat, jotka ovat hyvin voimakkaasti yhteydessä toisiinsa. Vasta ns. 'pohjien' ollessa riittävällä tasolla voidaan alkaa tehdä töitä yksityiskohtien kanssa ja viimeistään tässä vaiheessa pitää harjoittelun olla ampumahiihdon harjoittelua, joka pitää sisällään paineenalaista harjoittelua niin fyysisen kuin ammunnalisenkin harjoittelun osalta. Tästä ryhmäharjoittelusta, olkoon se sitten seuran, alueen tai maajoukkueen harjoittelua, tulee jokaisen poimia jotain; niin ryhmän parhaan kuin ryhmän senhetkisen huonoimmankin.

Suomen joukkue Olympialaisten valmistautumisleirin tunnelmista

Jokaisella on aina opittavaa, jokaisessa harjoitustapahtumassa ja asenne tekemiseen ratkaisee paljon.

Kuluneen olympiavuoden osalta tulokset jäivät paria valonpilkahdusta lukuunottamatta mollivoittoisiksi. Kauden päätapahtumassa Whistlerin olympiamaastoissa parhaaksi tulokseksi jäi Timon 40. sija miesten pikakilpailussa, naisten parhaasta tuloksesta vastasi Mari normaalimatkan 43. sijallaan. Maailmancupin osalta Kaisa jatkoi palkintopallisijoituksia: heti kauden avausviikolla tuli pikakilpailun kolmas sija, joka jäi kaikkien suomalaisten parhaaksi yksittäiseksi sijoitukseksi tällä kaudella.

Kevään lumien sulaessa kovaa vauhtia on hyvä vetää henkeä, mutta samalla miettiä myös perusteellisesti omaa tekemistään, kaikilla tasoilla. Menestymisen nälkä suomalaisessa ampumahiihdossa on kova, mutta ollaanko valmiita tekemään asioita oikeasti? Riittävällä asenteella, itse tsempaten ja toisia eteenpäin kannustaen? Raha nousee hyvin usein esiin, kun puhutaan ammattimaisesta tekemisestä, mutta miten asioita voisi tehdä paremmin – samalla rahalla tai jopa jossain asiassa säästäen..?

Näiden kysymysten myötä, antoisia pohdintoja ja aurinkoista kevättä!

The roots of the Finnish Biathlon

In the first half of the 20th century, shooting with cross-country skiing was a sport done practically only by soldiers. Then the Finnish Biathlon Committee was founded in 1957 and in 1958 the first training camp for biathletes was held in Kuopio. After only three days of training, it was followed by the first official biathlon competitions. At the first World Championships in the Austrian municipality of Saalfelden, the Finnish team consisted of Sergeant Pentti Napari and Viljo Piironen, both whom were good cross-country skiers with experience in biathlon from their military service.

The third team member was a policeman Kauno Tiihonen, who could already boast competition successes in cross-country skiing and shooting.

The weather was good for skiing, but the falling snow made it difficult for the Finnish athletes. The Finnish team only had rifles with aperture sights, while the athletes from Sweden and the Soviet Union had rifles with diopter sights at their disposal. 13 out of Napari's 20 shots hit the target, while Piironen only hit 5 and Tiihonen could just manage four hits. The team Captain, Major Aimo Raassina, wrote in his report that "...in the sport of biathlon one doesn't win just by shooting and skiing well. If one wants to be the winner, he has to be able to ski quickly and achieve a high number of hits in the shooting."

The first Finnish Championships took place in January 1959. Almost all of the up-and-coming Finnish biathletes were at the start. The 1959 WCHs in Courmayeur, Italy were not dominated by the Finns however, who were very unsure of themselves at the competitions and shot poorly as a result.

1960 was a good year for Finland.

The Finnish Biathlon Federation was founded and acted as an independent body. The Finns gained excellent placings at the Scandinavian biathlon championships. At the Olympic Winter Games in Squaw Valley, the 26-year old Antti

Tyrväinen won the silver medal. In the course of his career, Tyrväinen won two more WCH silvers and bronze, although he was only ever able to attain one medal at the Finnish Championships. Tyrväinen was able to enjoy long career. He was on the Finnish biathlon team until 1966. He also represented Finland in sport shooting competitions and won a silver medal at the European Championships. He passed on his knowledge and experience as a shooting coach and coaching the Finnish female biathlon team.

In 1961, Umeå in Sweden hosted the World Championships. The Finnish team was put together on the basis of elimination competitions. Antti Tyrväinen was number one. Paavo Repo was also in good shape. The third Eino Närvä, did not actually meet the criteria, but luckily he was accepted by the jury. The fourth man was Matti Pulusa. Kalevi Huuskonen had not in fact taken part in the elimination competitions, but he was nominated as a reserve due to his good performance in the Finland challenge competitions. The team trained for 3 days in Umeå. During the training Pulusa lost all control of his shooting, so the team leadership decided to replace him with Huuskonen, who could testify to brilliant shooting results. This decision turned out to be right. Huuskonen surprised everybody by only missing one target. The 28-year old cost guard member won the first World Championship for Finland, and all his team-mates were among the top ten as well.

An Active role in the history

In the following years, Finland played an active role in the history of the World Championships. We organised events and it transpired that Finland also had good athletes available -Mauri Röppänen, Kalevi Vähäkylä, Esko Saira, Erkki Anttila and Juhani Suutarinen, who managed to win three gold medals, one silver medal at the WCS as well as two Olympic silver medal. And we had a young talent Heikki Ikola, home returnee from Canada since 1960.

Heikki Ikola was chosen for the national team, which was training for the 1972 Olympic Winter Games in Sapporo. The other athletes were much more experienced, and Heikki could not keep up with the training schedule. Unfortunately the team coach Paavo Repo, did not recognise the problem, so he did not get the support he would have needed. Luckily though, Kalevi Vähäkylä came to rescue of the desperate Heikki. The two of them made a deal. Kalevi offered to help Heikki with training and Heikki would give him English lessons. Those years formed Heikki's character as an athlete, in which he more or less became his own coach.

Heikki Ikola's performance in the World Championships and at the Olympic Winter Games in particular

won him great recognition here in Finland and in the world. Back then it was actually harder to win WCH medals than Olympic ones, because the size of the teams was more limited at the Olympics. But the greatest heroes continued to be the Olympic medalist. Heikki Ikola won two silver medals - one in the relay in Sapporo 1972 and one in the 20km individual competition in Innsbruck in 1976. He was twice nominated as a Sportperson of the year - first in 1975 following the WHC in Antholz in Anterselva, then once again in 1981 after his win in Lahti.

Since the early years of biathlon the sport has changed -starting with the rifles, which have become lighter and which now allow faster shooting, the free skating style for cross-country skiing, metal targets and new competitions like pursuit f.ex. Eventually events were being held outside of forests and military facilities. Biathlon is widely watched and followed on television. New generations have assumed control of the sports as well. Tapio Piipponen, Ville Räikkönen, Vesa Hietalahti, Paavo Puurunen have offered great moments too. Women have come to the sport as a

SUOMEN AMPUMAHIIHTOLIITTO FINNISH BIATHLON ASSOCIATION



equal participants, Kaisa Mäkäräinen is now our brightest star. We have had success on Junior World Championships from Harri Eloranta to Jouni Kinnunen from Pinja Piira to Mari Laukkanen. The Finnish biathlon roots are strong, hopefully the solid around the sport let future of biathlon also grow strong.

Vuonna 2003 kokoontui Suomen ampumahiihdon menestyksen ydin Simo Halosen kutsumana kokoon. Henrik Flöjt, Juhani Suutarinen, Heikki Ikola, Eino Näreä ja Ilmo Kurvinen perustivat Biathlon klubin ylläpitämään ampumahiihtoen-

nenkeä. Kerran vuodessa kokoontuvan klubin jäseniksi ovat itseoikeutettuja kaikki suomalaiset olympia- ja MM-mitalistit miesten ja naisten yleisestä sarjasta, jotka ovat lopettaneet aktiivisen kansainvälisen kilpailutoiminnan.

Klubin jäsenrekisteri on suomalaisen ampumahiihdon historian kiteytymä. Perustajajäsenten lisäksi vuosittain oltermannin koollekutsumaan klubiin kuuluvat:

Aalto Pirjo, os.Mattila
Antila Erkki
Eloranta Harri
Hietalahti Vesa
Holanti Katja
Hänninen Seija, os. Hyytiäinen
Laitinen Teija, os.Nieminen
Majander Tiina, os.Mikkola
Marttinen Esko
Peltonen Mauno
Piipponen Tapio
Räikkönen Ville
Röppänen Mauri

Saira Esko
Seppänen Raimo
Tyrväinen Antti
Uusitalo Mari, os. Lampinen
Vuoksiala Tuija
Vähäkylä Kalevi
Ylinen-Kujansuu Tuula

Klubin jäsenyydestä on poistunut perustajajäsen Henrik Flöjtin lisäksi Hannu Posti. Valmentajista Näreän Eikan lisäksi mukana on myös Nikulan Matti. Biathlon klubin jäseniksi ja kunniajäseniksi voi päästä jäsenten yhteisellä ja yksimielisellä päätöksellä myös ampumahiihtovaikuttajia.



Eino Näreä

Suomen ampumahiihtoliiton alkuaikojen vaikuttaja

Eino Näreä on vanhin ja yksi tärkeimmistä vaikuttajista suomalaisessa ampumahiihdossa. Ansiokkaan oman uransa jälkeen hän valmensi suomalaisen ampumahiihdon maailman kartalle. Hän on toiminut liitossa myös asemestarina sekä tärkeänä puuhamiehenä, kun aseet vaihtuivat pienoiskivääreiksi ja kun metallisten kaatuvien taulujen kehittäminen käynnistyi.

Suomenmestari ja PV:n mestari

Eino Näreä on ollut ampumahiihdossa mukana jo silloin, kun kilpailtiin ensimmäisistä Suomen mestaruuksista. Parhaaksi ja mieleenpainuvaksi ampumahiihtosaavutukseksi Eikka, niin kuin me häntä tuttavallisemmin kutsumme, nimeää Ounasvaaran SM-kilpailut, missä hän voitti Suomen mestaruuden. Vaikka menestyksekkäitä kilpailuja on takana myös kansainväliseltä puolelta, urheilijalle mestaruus on aina mestaruus. Tämän kilpailun arvoa nostaa myös se, että kilpailun taso oli tuolloin todella kova ja potentiaalisia voittajia oli mukana myös maastohiihdon puolelta. Toinenkin mieleen painunut ja ehkä rakkaampiinkin muisto Eikalla on ampumahiihtajoilta. Tuo on voitto puolustusvoimien mestaruuskisoista Aulangolta vuodelta 1958. Viisi vuotta ennen tuota voittoa alokas Eino Näreä oli tehnyt suuren päätöksen, hän oli valinnut lajikseen ampumahiihdon ja aloittanut systemaattisen harjoittelun lajin eteen. Mestaruudesta tekee niin rakkaan myös se, että tämän ”hullun miehen Turusta” harjoitus- ja seurakaveri Onni Hämäläinen voitti samoista kisoista maastohiihdon 30 km:llä kultaa.

Ampumahiihdon voimakas kehitys

Niin kuin koko maailmakin, niin myös ampumahiihto on muuttunut Eikan ajoista näihin päiviin. Isot kiväärit ovat vaihtuneet pienoiskivääreiksi, pahvitaulut metallisiksi automaattitauluiksi, perinteinen tyyli on muuttunut luisteluksi ja yhden ainoan kisamuodon tilalle on tullut tusina erilaisia kilpailuja. Vanhan ampumahiihtäjän mieltä askarruttaakin, ajetaanko tämän päivän urheilijat ihan loppuun? Mc-kilpailuja on paljon ja tahti on kovaa, joten miten urheilijat ehtivät palautua, mietti Eikka. Vaikka maailma onkin muuttunut Eikan ajoista, ihmisen fysiologia on pysynyt samana. Kilpailuista toipuminen vaatii myös palautumista.

Kun Eikka aloitti valmentajana Suomen ampumahiihtoliitossa hän oli itse samaan aikaan sekä kilpailija että valmentaja. Eikka kävi hiihdon puolella hiihdon neuvopakurssin, joten hänellä oli tietotaitoa myös valmentamisesta. Harjoittelua muutettiin amatöörimäisestä ammattimaisemmaksi. Hän oli oman aktiiviuransa aikana käynyt sekä töissä että harjoitellut samaan aikaan muun muassa ruokatunneilla. Ennen Sapporon menestyksekkäitä Olympiakisoja joukkueen valmistautuminen oli hyvää ja satsaus lajiin oli vahvaa. Mukana oli laaja ja vahva joukkue. Eikan tullessa valmentajaksi harjoitteluun otettiin mukaan lisää metodeja. Ammuntaa lisättiin kuntopiirien yhteyteen sekä vaaran vaellusten jälkeen. Mukaan tulivat myös leirikilpailut, mistä urheilijat eivät suinkaan alkuun pitäneet. Lisäksi tausta-asiat olivat kunnossa. Tukijoita oli hyvin, mikä mahdollisti sen, että joukkueen mukana kulki myös hieroja Ilmo Kurvinen sekä voitelija Topi Miettinen.

Mukana kehitystyön kärjessä

Eikalla on ollut vahva rooli ampumahiihdossa myös sekä metallisten taulujen että aseiden kehittämisessä. Hän toimi liitossa myös nimikkeellä asemestari. Pahvitauluun ammuttaessa alkuun sakkoja saatiin 2, 1,5 tai 1 minuuttia sen mukaan paljonko osuma meni ohi taulusta. Eikka, yhdessä Ilmon kanssa, alkoivat leireillä ideoida asioihin parannuksia. Ensin systeemi muuttui niin, että käytössä oli vain osuma tai ohilaukaus. Sen jälkeen Eikka, yhdessä Kalervo Peltosen kanssa, kehittivät ensimmäisiä metallisia tauluja harjoitus- ja koekäyttöön. Tästä taulujen kehitys jatkui Suonenjoen sähkön ja Viitametallin kautta Ilmo Kurvisen omaksi yritykseksi. Aseita alettiin myös kehittää Eikan johdolla. Tarvetta oli, koska suomalaiset olivat tässä jällessä muita maita. Mukaan yhteistyöhön saatiin Sako. Vielä kun yksi Sakon johtajista Heikki Hovi saatiin mukaan ampumahiihdon johtokuntaan, aseiden kehittäminen nousi Suomessa huippuluokkaansa.

Asenne ratkaisee

50-vuotiaan ampumahiihtoliiton toimintaan Eikka halusi ottaa varauksella kantaa. ”Kun liiton toimintaa ei ole läheltä seurannut eikä toimintatapoja tiedä, on vaikeaa mitään neuvojakaan antaa”, tuumasi Eikka. Urheilijoiden asennetta Eikka haluaa korostaa. Hän muistuttaa, ettei huipulle pääse ilman ammattimaista asennetta. Asenne koskee niin urheilijoita kun kaikkia urheilijan ympärillä työskenteleviä valmentajia, huoltohenkilöitä ja urheilijan perhettäkin.

Huoltopäälliköllä riitti säpinää



Laihialainen Mika Huita hoiti monet vuodet Suomen ampumahiihtojoukkueen huoltopäällikön tehtäviä.

Monta vuotta Suomen ampumahiihtojoukkueen huoltopäällikön tehtäviä hoitanut laihialainen Mika Huita on nähnyt monet arvokisat.

Hän on vastannut joukkueen suksihuollosta kaksissa olympialaisissa, kuusissa MM-kisoissa ja yhdessä EM-kilpailussa. Jokatalviset maailmancup-kierroksien ja SM-kisat nostavat kilpailumäärän huomattavaksi.

- Vuonna 2000 Mika Laitamäki kysyi minulta lähtisinkö Suomen ampumahiihtomaajoukkueen suksihuoltotehtäviin, kertoo Huita. Olihan se aikamoista matkustamista ja hektistä työtä koko ajan, muistelee Huita huoltopäällikköaikojaan.

Kisapaikkakunnalle, esimerkiksi Keski-Eurooppaan ajettiin huoltoautolla, jossa oli mukana kaikki mahdollinen, mitä kisoissa tarvittiin.

Voiteluniksejä ei salailtu

Suksien huolto, voitelu ja testaaminen vei tarkkaan suksihuoltajien kaiken ajan. Omasta hiihtourastani oli työssäni hyötyä, sillä suksien testaaminen vaatii tietenkin hiihtotekniikoiden hallintaa ja myös hyvää kuntoa.

Kisamatkoilta kotiin palattuani edessä oli yhtenä monista töistä palauttaa kilpailijoiden suksut oikeille omistajilleen.

Vuonna 2001 huoltopäällikön tehtävät vastaanottanut Mika Huita muistaa miten varsinkin alkuaikoina voitelukopilla hermopaine oli kova, kun kilpailijoiden suksut piti saada pelaamaan erilaisissa lumi- ja sääolosuhteissa. Kiire ja paine oli aina läsnä koko huoltoryhmällä.

- Kyllä pitää tunnustaa, että varsinkin alkuaikoina voiteluniksot tahtoivat joskus tulla uniinkin, naurahtaa Huita. Kuitenkin nuo ajat ovat jääneet mieluisina mieleen, sillä monia ystävyyssuhteita syntyi eri maiden suksihuoltajien välillä.

Asioista puhuttiin avoimesti eikä voiteluniksien salailua tai salamyhkäisyyttä minusta esiintynyt.

Suksen profiili tärkein

Lumen kosteus ja koostumus ovat esimerkiksi vuoristossa aivan erilaisia kuin Suomen olosuhteissa. Monen vuoden käytännön kokemus tietenkin opetti talvi talvelta hallitsemaan suksihuollon niksit yhä paremmin.

Myös välineet ja voiteet ovat kehittyneet nopeasti. - Suksen profiili on kaikkein tärkein tekijä siihen, miten suksi toimii eri keleillä, kertoo Huita. Siksi oikean suksiparin valinta kullekin kelille on äärimmäisen tärkeää ja se korostuu erityisesti vesikelillä. Suksen hyvään toimimiseen voidaan vaikuttaa vain vähän pohjakuvioinnilla ja itse voitelulla.

Huita hoiti huoltopäällikön tehtäviä kevääseen 2006 saakka. Hän teki vuonna 2007 jatkosopimuksen samasta tehtävästä Suomen ampumahiihtoliiton kanssa.

Myös virolaiset olivat tuolloin kovin kiinnostuneita Huidan saamiseksi heidän huoltopäälliköksi. Häntä on pyydetty Suomen ampumahiihtojoukkueen pestin loputtua myös Puolaan suksihuoltotehtäviin.

Puurusen MM-kulta jäi mieleen

Mieleenjääneenä, mieluisana muistona on Huidalla tuolta ajalta vuoden 2001 Paavo Puurusen saavuttama maailmanmestaruus.

- Myös vuoden 2003 kisojen Vesa Hietalahden hopea ja Puurusen pronssi ovat olleet huippuhetkiä, hän muistaa. Ainahan, kun oman joukkueen jäsenet onnistuvat kisasuorituksessaan, voi suksihuoltotiimi laskea osan siitä myös omaksi onnistumiseksi.

Huita luottaa siihen, että suomalainen ampumahiihto vielä nousee siihen iskuun kuin se oli 2000-luvun alkuvuosina.

- Minusta itse urheilijoiden tulee katsoa peiliin ja kysyä itseltään, olenko tehnyt kaiken mahdollisen, jotta huippukunto arvokisoihin löytyisi, pohtii Huita. Syytely ja syylisten hakeminen ei johda mihinkään.

Mika Huidalla on takanaan myös pitkä aktiiviura ampumahiihtäjänä. - Aloitin hiihtourani Laihialla jo 12-vuotiaana ja ampumahiihto tuli kuvioihin mukaan hyvin pian, kertoi Huita.

Kun olin lopettanut ampumahiihtourani, lenkkeilin vielä pitkään hyvinkin aktiivisesti. Osallistuin pitkien hiihtomatkojen kisoihin ja esimerkiksi Kalevan kierrokseen. Vuoden 2000 Kalevan kierroksen maratonin jälkeen päätin, että nyt kilpaurheilu saa riittää, muistelee Huita.

Eila Tenlenius – ampumahiihtoa toimistolta 26 vuotta

Ampumahiihtoliiton pitkäaikaisin työntekijä

Eila toimi liitossa toimistotyöntekijänä 1.1.1981 – 31.11.2006, siis lähes 26 vuotta. Niin kuin urheiluun tai elämään yleensäkin, myös tuohon ajanjaksoon mahtuu niin ylä- kuin alamäkiäkin. Siihen mahtuu paljon iloa, mutta myös suruakin.

Suoraan huipulle

Aloittaessaan liiton toimistossa tammikuussa 1981 Eila pääsi heti ”lajin huipulle”. Lahdessa järjestettiin helmikuussa 1981 ampumahiihdon MM-kilpailut, joissa menestys oli huimaa. Heikki Ikola voitti maailmanmestaruuden 20 kilometrin kilpailussa. Harri Eloranta voitti mestaruuden nuorten 15 kilometrin kilpailussa ja pikamatkalla Eloranta oli kolmas.

Suomalaisten ampumahiihtäjien menestys jatkui hyvänä koko 1980-luvun. Tapio Piipponen ja Tuija Vuoksiala saavuttivat MM-pronssia vuosina 1985 ja 1987 ja naisten viestijoukkue voitti MM-pronssia vuosina 1985 ja 1990. Kansainvälisen menestyksen myötä liiton talous oli vahvassa kunnossa. Toimistollakin työskentely sujuu mukavammin kun urheilijat ovat menestyneet. Myös Paavo Puurunen menestymisen 2000-luvun alussa on jäänyt hyvänä muistona Eilan mieliin.

Toiminnanjohtajat ovat vaihtuneet, mutta Eila pysyi

Eila on työskennellyt Suomen ampumahiihtoliitossa kaiken kaikkiaan 13 toiminnanjohtajan aikana ja hallituksen puheenjohtajakin on ollut lukuisa määrä. Erityisellä lämmöllä Eila muistelee Toivosen Erkin ja Suomisen Ilkan aikaa. 1990-lukua varjostivat rahahuolet. Liiton rahahuolet Eila otti henkilökohtaisesti. Useinhan juuri toimistoa syytettiin siitä, ettei rahaa ollut. Iltakaudet meni kotona miettiessä, miten saisi liiton pienet rahat riittämään.

Vanhoja muistellessa Eilan mieliin palautui myös kaksi surullista tapahtumaa, Heikki Hovin ja Arvo Väli-maan kuolemat.

Siivojasta sihteeriin

Kysyttäessä Eilalta hänen rooliaan ampumahiihtoliitossa, hän naurahtaa ja sanoo hoitaneensa liitossa kaikkia mahdollisia virkoja, aina siivoojasta sihteeriin. Immo Kuutsa ja Eila olivatkin joskus jutelleet ammattitaidoistaan. Immo oli todennut, että hänen puutteensa on, ettei hän osaa kirjoittaa kirjoituskoneella, johon Eila oli todennut, että hän enoina puutteensa taas on, ettei hän osaa valmentaa.

Jollain tapaahan Eila oli myös liiton sielu, liiton toimistossa työskennellessään. Monen moninaisissa asioissa käännytettiin aina Eilan puoleen. Tuodittauduttiin siihen, että Eila hoitaa, ja osaa hoitaa, ja pystyi hoitamaan kaikkien kaikki asiat. Esimerkkinä tästä eräs MM-kisoihin lähtö. Urheilija ilmoitti Eilalle kaksi päivää ennen kisoihin lähtöä, että hän tarvitsee hiihtopuvun. Puuttuvan puvun kohtaloa vatvottiin jonkin aikaa kunnes selvisi, että semmoinen oli ollut, mutta se oli pesussa kutistunut käyttökelvottomaksi. Eila yritti ystävällisesti urheilijalle selittää, ettei hän todellakaan pystynyt uutta pukua näin pienellä varotusajalla mistään hankkimaan. Urheilija taas ei voinut tätä millään ymmärtää, joten Eila tokaisikin hänelle: ”hiihdä vaikka munasillasi, sillä minä en pysty hiihtopuvuksi muuttumaan.

Eilaa haastatellessani huomaan, ettei työskentely liiton toimistossa ole ollut helppoa. Monesti toimisto on ollut liiton ihmisten pahan mielen purkamisen paikka. Helposti urheilijat, valmentajat, seuran ihmiset ja koko ampumahiihtoa seuraava Suomen kansa, soittivat Eilalle toimistoon, kun ampumahiihdossa jokin asia oli pielessä tai ei toiminut. Silti Eila vieläkin puhuaan Suomen Ampumahiihtoliitosta käyttää sanontaa ”meidän liitto” tai ”meillä liitossa”. Ja vaikka Eila onkin ollut eläkkeellä jo yli kolme vuotta, hän edelleenkin tarvittaessa hoitaa kotoaan käsin liittoa asioita.

2600 kilpailulisenssiä huippuvuosina

50-vuotiaan liiton toiminnan Eila näkee haastavana. Liiton, niin kuin maailmankin taloudellinen tilanne on haasteellisessa tilanteessa. Myös seurojen ja urheilijoiden määrä on laskenut huippuvuosista. Kuin apteekin hyllyltä, Eilan muistista löytyy tieto, että parhaimpina vuosina ampumahiihtoliitossa on ollut 244 jäsenseuraa ja 2600 kilpailulisenssin maksanutta urheilijaa. Suuri määrä tähän päivään verrattuna. Eila muistutti myös siitä, että vaikka kilpailu- ja valmennustoiminta lohkaiseekin liiton budjetista aina suurimman osan, ilman seuroja ei ole koko ampumahiihtoliittoakaan. Uusien nuorien saaminen lajin pariin olisi sekin tärkeää. Kun nuoria olisi enemmän, myös kilpailu olisi kovempaa ja joukosta löytyisi helpommin myös mahdolliset lahjakkuudet. Näin Suomen ampumahiihto saavuttaisi taas myös laajemmalla rintamalla kansainvälistä menestymistä ja näin myös koko liitto nostaisi arvostustaan.



”Niin paljon on hienoja muistoja”

Heikki Ikolan kulta-aika ampumahiihtäjänä osui pääosin 70-luvulle, jolloin tulleilla saavutuksilla hän on yhä Suomen kaikkien aikojen menestynein ampumahiihtäjä. Kymmenen arvokisamitalia olympia- ja MM-tasolla tuonut ura jätti niin paljon hienoja muistoja, ettei Ikola osaa nimetä yhtä ylitse muiden.

”Hienoja muistoja on niin paljon”, hän sanoo.

Nyt 62-vuotias jurvalainen muistaa yhä hyvin ensimmäisen arvokilpailumitalinsa, olympiaviestihopean Sapporossa 1972. Hienoja muistoja ovat myös muun muassa ensimmäinen henkilökohtainen maailmanmestaruus Anterselvasta, Innsbruckin 1974 olympialaiset ”määrätyllä tavalla kanssa” ja komean uran kruununa Lahden 1981 maailmanmestaruus. Ja varmasti moni muu.

”Sapporossa oli ensikertalaisena. En päässyt silloin 20 kilometrin kisaan. Olin kyllä hyvässä kunnossa, olin voittanut viestikatsastukset sitä ennen. Olin kuitenkin untuvikko, enkä ollut niin valmennusjohdon suosiossa. Viestihiihto jäi ainoaksi kilpailukseni, ja siinä tullut mitali oli siinäkin mielessä mukava, että Suomen menestys oli laihaa”, Ikola muistelee.

Upseerina työuransa tehnyt Ikolaa piti Sapporossa paikan lisäksi myös siitä, että kisakylässä eri lajit ja kansallisuudet olivat kaikki yhdessä. Nykyään kisatapahtumat ovat enempi hajallaan, joten vastaavaa yhteisöllisyyttä ei kisakylissäkään enää koeta.

”Pidän sitä vähän negatiivisena asiana”, Ikola miettii.

Menestys toi Ikolalle myös Vuoden urheilija –tittelin vuosina 1975 ja 1981. Upean uran jälkeen Ikola koki monia hienoja hetkiä myös valmentajana Calgaryn ja Albertvillen olympialaissa.

”Hienoa valmentajana oli (Harri) Elorannan pronssi 1992. Meillä oli hyvä miesten joukkue.”

Lisää kestävyyslajien välistä yhteistyötä

Suomalaismenestys on kiristyneessä kansainvälisessä kilpailussa 90-luvulta lähtien hieman hiipunut, vaikka Ville Rääkkönen, Paavo Puurunen ja Vesa Hietalahti ovat miesten puolella ilonhetkiä tarjonneetkin myöhemminä vuosina.

”Viimeisin viestimitali on kuitenkin vuodelta 1979. Siihen on varmasti monia syitä. Liiton sisäinen riitely vei valitettavasti monta vuotta. Isoistakin seuroista loppuivat urheilijat, seuratasolta lahjakkuudet loppuivat. Nyt on kyllä pa-



rempaa onneksi näkyvissä jälleen, ja seuratasolla nuorisotyö on hyvää”, Ikola iloitsee.

Maailman kärkeen on seuratasolta kuitenkin paljon matkaa. Lupaaviltakin nuorilta vaaditaan vuosien työtä, että taistelu kärkisijoista olisi mahdollista.

”Innokkaat ja koulutetut vetäjät ovat ratkaisevia. Pitää aloittaa perusasioista.”

Nykyään Ikola seuraa ampumahiihtomaailmaa kansainvälisesti YLE:n kommentaattorin roolissa. Lisäksi hän on käynyt leireillä ajoittain seuraamassa harjoittelua.

”Olen aina sanonut, että jos joku haluaa hyödyntää tietotaitoani, olen kyllä halukas antamaan neuvoja”, yhden nuoren ampumahiihtäjän valmennuksessa mukana oleva konkari sanoo.

Ikolan urheilu-uran kulta-aikoina Puolustusvoimien urheilutoiminta oli voimissaan, samoin oli seuratoiminta kaikilta osin. Nykyään Ikola toivoo myös kestävyyslajien yhdistävän voimiaan.

”Kestävyysvalmennuksessa, maastohiihdossa, yhdistetyssä ja ampumahiihdossa, voisi pistää ajatuksia yhteen”, Ikola miettii yhteistyötä kaikkien hyödyksi.

Puheenjohtaja Kalle Lähdesmäki ja Heikki Ikola pohtimassa ampumahiihdon näkymiä



Kontiolahden maailmancup huipensi olympiatalven

Suomen joukkue sai kisaan unelmastartin...

Vancouverin talviolympialaisten ampumahiihtosankarit saapuivat Suomeen, Kontiolahdelle, 12.-14. maaliskuuta kilpailemaan maailmancupin pisteistä.

Mukana olivat lähes kaikki olympiamitalistit, kirkkaimpina tähtinä maailmancupin lopulta voittaneet saksalainen Magdalena Neuner sekä norjalainen Emil Hegle Svendsen. Mitalisteista ainoastaan Mr. Ampumahiihto Ole Einar Bjørndalen, ruotsalainen Björn Ferry ja slovakialainen Anastasia Kuzmina joutuivat jäämään Kontiolahden osakilpailusta pois sairastelujen vuoksi.

Kontiolahden maailmancup oli samalla järjestelyorganisaatiolle 20-vuotisjuhlakisä. Ensimmäisen kerran ampumahiihdon maailmancup rantautui Kontiolahdelle vuonna 1990. Nyt järjestetty kilpailu oli järjestyksessään seitsemäs maailmancup paikkakunnalla.

Kauden ensimmäinen sekaviesti norjalaisjuhlaa

Kontiolahdella kilpailtiin avauspäivänä kauden ensimmäinen sekaviesti. Suomen joukkue sai kisaan unelmastartin, kun Kaisa Mäkäräinen onnistui avausosuudella loistavasti. Nolla-ammunnan siivittämä Kaisa toi Suomen ensimmäisenä vaihtoon ja eroa toisena olleeseen Slovakian joukkueeseen oli lähes 20 sekuntia. Suomen joukkue jäi hyvän suorituksen jälkeen lopulta sijalle kahdeksan, kun ampumahiihdon mahtimaat Norja ja Saksa veivät kirkkaimmat mitalit. Suomen joukkueessa olivat Mäkäräisen lisäksi Teija Lehtimäki, Paavo Puurunen ja Timo Antila.

Norjan ja Saksan kamppailu kisan voitosta oli lopun saakka tiukka. Ankkuriosuudelle lähdetessä eroa joukkueiden välillä oli tasan kahdeksan sekuntia. Ero supistui viimeisellä osuudella, mutta ainoastaan vajaat kolme sekuntia, joten maalissa odottivat norjalaisjuhlat. Pronssia kisassa vei Italia.



Sprintit tarjosivat kisayleisölle makeaa mahan täydeltä

Lauantaina olivat vuorossa pikakilpailut ja runsaalle venäläisyleisölle oli luvassa hyviä hetkiä. Katsomossa oli suuren urheilujuhlan tuntua, kun naisten kisassa venäläinen Olga Zaitseva sijoittui toiseksi ja miehissä Ivan Tcherezov oli kilpailun nopein. Toistatuhatta Venäjältä paikalle saapunutta kisaturistia pitivät ääntä katsomossa kannustaen omiaan, mutta myös muita kilpailijoita.

Naisten kisan voitto meni Valko-Venäjän Darya Domrachevalle, joka otti itselleen ensimmäisen maailmancup-voiton. Pronssia kisassa vei Saksan Kati Wilhelm, joka nähtiin Kontiolahden maastoissa viimeistä kertaa. Wilhelm päätti menestyksekkään uransa kuluvaan kauden. Kolmen sakon rasittama Kaisa Mäkäräinen oli kisassa sijalla 27.

Miehissä Tcherezovin vanavedessä maaliin tulivat Norjan Emil Hegle Svendsen ja Ranskan Martin Fourcade napaten himmeämmät mitalit.

Toinen ensikertalainen korkeimmalla korokkeella

Kisaviikonloppu päättyi takaa-ajoihin ja naisissa Darya Domracheva jatkoi siitä mihin jäi edellisenä päivänä. Kisan voitto heltisi hyvän ammunnan seurauksena ja toiseksi tullut Magdalena Neuner jäi reilun 10 sekunnin päähän Domrachevasta. Saksalaismenestystä täydensi Simone Hauswald ollen kisassa pronssilla. Suomalaisittain Kaisa Mäkäräinen nosti osakkeitaan hyvin nousten peräti 13 sijaa ylöspäin. Kahdella sakolla kisasta selvinnyt Kaisa oli lopulta sijalla 14.

Miesten kisassa nähtiin jälleen uusi kasvo korkeimmalla korokkeella kisan jälkeen. Edellisen päivän pronssimies Martin Fourcade onnistui myös ampumapaikalla erinomaisesti joutuen ainoastaan kerran sakkokierrokselle. Kun Tcherezov ja Svendsen kiersivät sakkoja useampaan otteeseen ja pudoten mitaleilta kokonaan, Fourcade sai nauttia kisan voitosta. Italialainen Christian De Lorenzi ja ranskalainen Vincent Jay nostivat itsensä mitalikolmikkoon.

Järjestelyt huippuluokkaa, kansalle sirkushuveja

Kontiolahden kisaorganisaatio sai jälleen kerran osoitettua raudanlujan osaamisensa kisajärjestelyissä. Seitsemättä kertaa Kontiolahdella järjestetty tapahtuma on vuosien saatossa jalostunut kansainvälisesti erittäin korkealuokkaiseksi suurtapahtumaksi, josta myös paikalla olleet Kansainvälisen



Ampumahiihtoliiton edustajat lausuivat kiitoksensa.

Tapahtuma keräsi lisäksi kautta aikojen suurimman yleisön Kontiolahden maastoihin. Perjantaina kisavieraita arvioitiin olleen paikalla 4000 henkeä ja lauantaina sekä sunnuntai 5000 henkeä päivittäin. Tämä määrä ylitti esimerkiksi Vancouverin olympialaisten ampumahiihdon katsojamäärät. Ilahduttavaa oli myös huomata, että tapahtuma kiinnosti myös Suomen rajojen ulkopuolella. Venäläiset kisaturistit kansoittivat kisa-areenan liehuvine lippuineen jokaisena kilpailupäivänä antaen myös kotimaisille kisaturisteille hyvän esimerkin urheilijoiden kannustamisesta.

Näemme jälleen maailmancupin merkeissä Kontiolahdelle vuonna 2012. Tervetuloa!

EKO-AIMS®

A NEW GENERATION OF SHOOTING



www.eko-aims.com

LUISTOKUVIOT

Speedy Ski Roller -kuviointilaitteella



Speedy Ski Roller on uusi helppokäyttöinen suksen kuviointikone, jolla suksen voitelukerroksen kuvionti onnistuu kätevästi useille kelialueille. Suksen luisto-ominaisuudet lisääntyvät oikeanlaisen kuvionnin ansiosta eli sukset eivät liimaudu alustaan vaan luistavat paremmin lisääntyneen pohjailmavirran ansiosta.

Speedy Ski Rollerin käyttö on helppoa ja nopeaa: valitset mieleisesi rullan ja työnnyt kärjestä kantaa kohti tukevasti painattaen. Valmistettu kuvio jää voidekerrokseen eikä näin vahingoita suksen pohjaa.

**SAHL sekä useat muut
hiihtomaajoukkueet
luottavat Speedyn kuvioihin.
Tervetuloa Teamiin!**

Speedy

ski roller

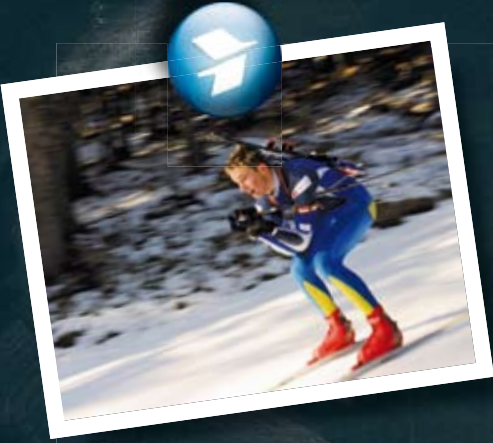
Saatavana myös
kevyt malli SSR
Katso lisää netistä

Rullien vaihto on
nopeaa ja mukana
tulevassa salkussa
ne säilyvät hyvin.

Lisätietoja kuviointilaitteesta löydät netistä:

www.skiroller.fi

Valmistus ja myynti:
Muovi-Set Finland Oy
0400-681 965
85800 Haapajärvi
www.muovi-set.com



URHEILU- MATKOJEN YKKÖNEN!

VARAUKSET: PUH. 0600-97001
(1,97 €/VASTATTU PUHELU + PVM)

**KATSO LISÄÄ
SMT.FI**

SUOMEN AMPUMAHIIHTOLIITON
VIRALLINEN MATKATOIMISTO



smt.fi
SUOMEN MATKATOIMISTO



Laitetahan kaikenikäiset pohjojaalaset liikkumahan
oman hyvinvointinsa ja terveytensä vuoksi!

Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu ry

ONNITTELEE

**50-vuotta täyttävää
Suomen Ampumahiihtoliittoa!**

**huippu
tarjous**



**ONE WAY
Skate 9 / Classic 9
rullasukset**

99,- ^{239,-}

**ONE WAY
Titanium
Skate 11 / Classic 11
rullasukset**

149,- ^{299,-}

**POWER
SLIDER
X-Plorer
ilmakumi
rullasukset**

189,- ^{279,-}

uutuus



**Suunto T3C + Footpod
sykemittari juoksusensorilla**

159,- ^{249,-}

**muista
hiihtosuksien
ennakkotilaukset
viimeistään 29.5. mennessä
kysy meiltä kunnan tarjous!!!**



hihdon asiantuntia

hailjaa.fi

Tupuntantie 4, 38420 HÄIJÄ
P. 020 742 9980

HÄIJÄN URHEILUTARVIKE

suorat puh. 040-5900 872, 040-5900 861, 040-5900 873



Punkalaitumen kunta onnittelee 50-vuotiaasta
Suomen Ampumahiihtoliittoa.

Porttikallion ampumahiihtokeskuksen uudet majoitustilat
ovat ensi talvena harrastajien käytettävissä.

Kinnuselle triplat Kauhajoen Sotkasta

100-vuotias Karhu kisaisäntänä!



... jo Kauhajoelle matkattaan asettanut tavoitteekseen...

Lahden Hiihtoseuran Jouni Kinnunen kuori kerman, sujutellen triplat Kauhajoen Sotkassa sivakoiduissa ampumahiihdon SM-kisoissa.

Kisat olivat samalla kisaisäntä Kauhajoen Karhun 100- ja Suomen Ampumahiihtoliiton 50-vuotiskilpailut. Kinnunen oli jo Kauhajoelle matkatessaan asettanut tavoitteekseen kolme kultaa eli triplat. Kinnunen ei tavoitteissaan pettynyt, kun hän osoitti iskukykyä henkilökohtaisilla matkoilla, pikakisassa ja takaa-ajossa sekä viestin ankkurisuudella.

Naisten pikamatkalla, useiden vuosien ajan ampumahiihtokisoja kolunnut, Kajaanin Biathlonin piskuinen Maija Holopainen saavoi ensimmäisen Suomenmestaruutensa. Ampumahiihtoon jatkossa täysin panostava Kurikan Annukka Siltakorpi oli hopeallaan pienoinen yllättäjä, ennen pronssille lykkinyttä Lemmin Maija Hietamiestä.

Pikakisassa mitaleitta jäänyt ja runsaan minuutin kärkeä perässä startannut Kontiolahden Laura Toivonen kirjasi nimiinsä takaa-ajon. Hän kävi tiukan kiritaiston Maija Holopaisen kanssa. Kolmas oli Kontiolahden Sarianna Repo.

Tuplamestaruuteen Sotkan henkilökohtaisilla matkoilla ylsivät Virtasalmen Keijo Pulkkinen M 35, Haapajärven Hannu Saarenpää M 40, Kauhajoen Ilari Köykkä M 45, Kuhmon Ilmo Pulkkinen M 50, Seinäjoen Pertti Luuri M 55 ja Halikon Kalevi Vähäkylä M 70 sarjassa.

Lahden Jouni Kinnusen hiihdossa oli vauhtia Sotkan SM-laduilla, jossa lahtelainen kuittasi kolmella mestaruudellaan triplat ja putasi palkintopöydän.

Yleisen sarjan viestiä päätöspäivänä hallitsi suvereenisti lahtelaistrio Marko Nieminen, Olli-Pekka Peltola ja Jouni Kinnunen. Hopeaa nappasi Ahveniston Ampumahiihtäjät ja pronssia Loimaan Jankko.

Kisaisännnydessään 100-vuotias ja menneinä vuosina yleisen sarjan viestitapahtumia selkeästi hallinnut Kauhajoen Karhu onnistui jälleen loistavasti. Kokenut ja rutinoitunut kisaorganisaatio pyöri mallikkaasti kilpailunjohtaja Pekka Lammin ja ampumapaikanjohtaja Markku Anttilan viitoittamin ohjein. Kirpeä pakkassää näytteli osaansa Sotkan vaihtelevissa maastoissa sekä uudistuneilla radoilla. Pakkanen haistasi jossakin määrin kilpailusuorituksia, ennenmuuta ampumapaikoilla kilpailijoiden silmät tahtoivat jäättyä. Kilpailijat olivat kauttaaltaan tyytyväisiä kisajärjestelyihin ja uudistuneisiin kilpailureitteihin. Kauhajoki urheilukaupunkina ja Sotka mainiona hiihto- ja ampumahiihtokeskuksena jätti jälleen kerran mieluisat muistot kilpailijoiden sydämiin.

Kinnunen ei yllättynyt

Avauspäivän, pikakisaa, Suomenmestaruus ei Jouni Kinnusta yllättänyt, sillä hän oli päättänyt putsata Sotkan kolmipäiväisten kisojen palkintopöydän kolmella mestaruudella. Yllättävän tiukan vastuksen hän sai kuitenkin Loimaan Tapio Pukista, joka jäi vain vajaan yhdeksän sekunnin päähän. Lahtelaisten osaamista lisäsi nuori Sami Orpana, kolmannella sijallaan.

Voitokkaan avausmatkan jälkeen mestari oli hämillään heikosti sujuneiden MC-kilpailujen suhteen, mutta ei osannut tarkemmin löytää syitä vaisuihin suorituksiin.

Sotkan takaa-ajosta ei tullut odotettua Kinnusen ja Pukin sekuntitaistelua, kun Kinnunen karkasi omille teilleen jo varhain. Hiihto lähti kulkemaan ja tiesin, että mestaruutta minulta on vaikea viedä, tilitti Kinnunen. Takaa-ajoa omalta osaltaan hän lunnehti edellispäivää pehmeämmäksi, joka tosin saattoi mennä osittain kylmyydenkin piikkiin.

Päätöspäivänä lahtelaistrio Marko Kinnunen, Olli-Pekka Peltola, Jouni Kinnunen oli yhtä hymyä. Helppohan siinä oli sauvoa, kun pojat petasivat tuollaisen paikan, veisteli Kinnunen.

Pukin ensimmäinen

Hopealle pikakisassa paukutellut Loimaan Tapio Pukki lupasi laittaa Kinnusen ahtaalle takaa-ajossa. Tuohon hän ei kuitenkaan pystynyt, mutta oli suorituksiinsa tyytyväinen.

Kisaisännnydestä vastanneen Kauhajoen Karhun ”luottomies” Ilari Köykkä, kahdella mestaruudella ja viestihopealla.

Nyt irtosi ensimmäinen yleisen sarjan SM-mitali ja hiihto tuntui kulkevan. Kunto on ollut melkoista vuoristorataa ja sairastelut ovat tuoneet lisävaikeuksia. Hopea oli voitettu mitali ja kun havaitsin takaa-ajossa Jounin tavoittamisen mahdolltomaksi, ryhdyin varmistelemaan hopeaa. Alussa hiihto ei kulkenut, mutta lopussa mies alkoi lämmitä ja hiihtokin kulki, sanaili tyytyväinen hopeamitalisti.

Pronssille takaa-ajossa saavonut Mika Kaljunen on hankin kärsinyt sairasteluista. Hiihtovauhdissa on petraamista, totesi neljännen kisansa hiihtänyt pronssimitalisti.

Pystyn sakko harmitti Orpanaa

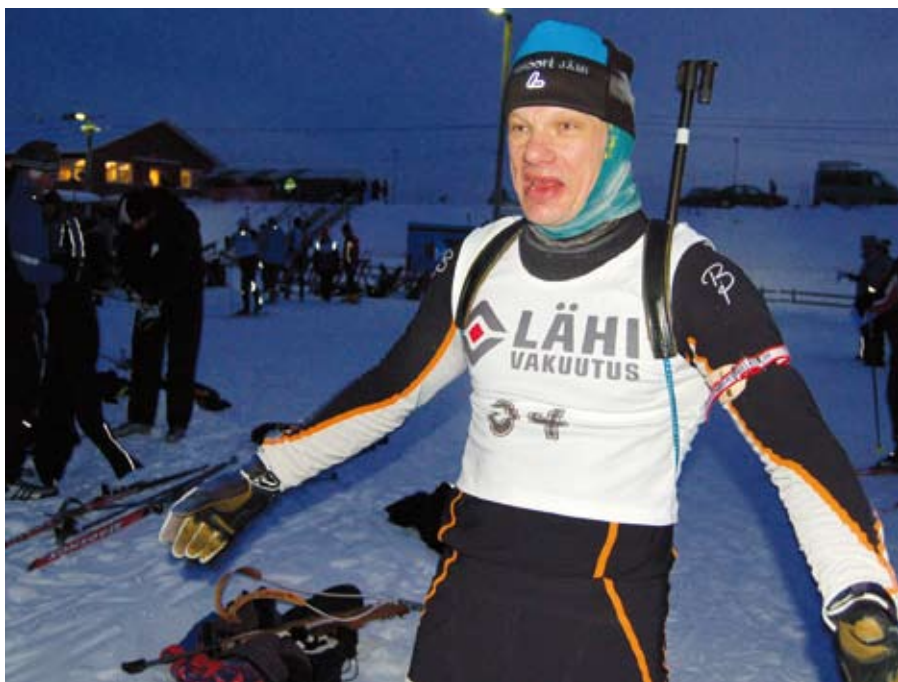
Tulevaisuuden suurlupauksiin lukeutuva Sami Orpana kiihlasi hienosti pikakisan kolmoseksi. Vaikkakin hän oli kisaansa suhteellisen tyytyväinen, kun viimevuoden SM-kisojen kymmenes sija petraantui selkeästi, jäi hänellä kuitenkin jotain hampaankoloon. Pystypaikalla neljä laikkua oli alhaalla, kun kylmyys iski. Sormet olivat jässä, kun viimeinen panos ponnahti hangelle. Kylmillä sormilla poimiminen oli hankalaa ja ampumarytmikin siinä katosi, seurauksena tietysti ohilaukaus. Olisi ollut kiva nähdä nuorukainen myöskin takaa-ajossa, mutta hän matkasi välittömästi avauskisan jälkeen nuorten MM-kisoihin Ruotsiin.

Kylmyys haittasi Holopaista

Maija Holopainen on jo vuosia kolunnut ampumahiihtokisoja, mutta nyt hänelle irtosi ensimmäinen mestaruus. Hän valitteli kylmyyden olleen pahin ongelma. Voiteluongelmia ei ollut ja muutoinkin kisa sujui, kuin ”leikinteko”. Töitä piti tehdä toki hartiavoimin. Reidet ja silmät olivat jässä, mutta kun Kauhajoen radat ovat minulle mieleen ja ammunta sujui, meni kaikki kohdaltani hyvin, jutteli Holopainen.

Moni ei uskonut etukäteen Laura Toivasen nousuun takaa-ajossa, runsaan minuutin takamatkalta. Edellä viilettivät Holopainen ja Siltakorpi. Kova hiihtovauhti ja suhteellisen hyvä ammunta nostivat Kontiolahden naisen Holopaisen kantaan, ennen viimeistä lenkkiä. Toivonen irtosikin helposti kirivoittoon. Kultamitalisti yritti ratkaisua jo aiemminkin, mutta Holopaisen hyvä suksi ei mahdollistanut Toivasen karkaamista, niinpä hän jättikin ratkaisun lähemmäksi maalia. Takaa-ajon mestarilla oli avauspäivänä vaikeuksia aseiden kanssa.

Avaspäivänä omaan kisaansa pahasti pettynyt Sarianna Repo sai hienoista balsamia haavoilleen, sujuttelemalla pronssille.



Karhulla yli 700 SM-mitalia

Järjestelyissään kisaisännät onnistuivat jälleen, eikä ansaituista kiitoksilta ”välttytty” tälläkään kertaa. Kaikkiaan karhulaiset ampumahiihtäjät ja -juoksijat ovat saalistaneet vuosien saatossa pitkälti yli 700 SM-tason mitalia. Parhaiten karhulaisista nyt käydyissä kisoissa onnistui, Ilari Köykkä, joka sujutteli kultaa henkilökohtaisilla matkoilla M 45 sarjassa ja hopeaa viestissä.

Paitsi, että Karhu onnistui järjestelyissään, ropisi kiitosta myöskin urheiluhenkiselle kaupungille, joka on jo vuosikaudet tehnyt hedelmällistä yhteistyötä menestyksekkään karhulaisen ampumahiihdon kanssa. Sotkan kilpailureitit eivät turhaan saaneet Liiton ja kilpailijoiden kehuja. Kiitoksen sanoja ei säästellyt myöskään Liiton puheenjohtaja Kalle Lähdesmäki, puhuessaan kaupungin isännöimässä ruokailutilaisuudessa. Tässä tilaisuudessa tuotiin vahvasti esille Vesa Hietalahden panos ja menestys suomalaisessa ampumahiihdossa. MM-hopeaa voittanut Hietalahti on noussut peräti 11 kertaa Maailmancupin palkintokorokkeelle. Se on enemmän kuin kellään muulla suomalaisampumahiihtäjällä.

SM-kisat Sotkassa 2010 ja Vancouverin olympiakisat ovat muistoina 50-vuotiaan Liiton urheiluhistorian lehdillä. 100-vuotias Karhu juhlii syksyllä ja seuran urheilijat mielivät tulevina vuosina lisää SM-mitaleja.

Ilmo Kurvinen - uupumaton keksijä ja ampumahiihdon kehittäjä



Ilmo Kurvinen vastaa-
massa Eko Biathlon ki-
san ajanotosta

Ylämyllyläinen Ilmo Kurvinen on 70-luvun loppupuolelta saanut seurata ja edistää ampumahiihdon välinekehitystä aivan etujoukoissa. Kurvinen on mekaanisten taululaitteiden ja myöhemmin ekoaseiden kehittäjä.

Lajin teknisen kehityksen suunnan näyttäjä

Ampumahiihdossa siirryttiin pienoiskivääreihin vuonna 1977. Mekaaniset taululaitteet tulivat talvella 1980-81 Juvassa, jolloin käytiin ensimmäiset kilpailut Kurvisen laitteistolla.

”Kaikessa uudessahan on aina vastustajia”, Kurvinen nauhaa laitteistoa, joka on hieman jalostettuna yhä käytössä.

Ekoase, Eko-Aims, on saavuttanut viime vuosina yhä lisää käyttäjiä ja suosiota. Nykyään sillä pystyisi suorittamaan jo lähes kaikki kilpailutkin.

”Se on tulevaisuutta. Se saattaa tosin mennä nopeasti

eteenpäin, kuten kävi digikameroille. Harjoitusolosuhteet ja kilpailuolosuhteet paranisivat niin paljon, mutta eivät muutokset tapahdu yhdessä yössä”, Kurvinen miettii tulevaisuutta.

Hän muistaa yhä hyvin, kuinka Suomessa vastustettiin pienoiskiväärin tuloakin viimeiseen asti, mutta nyt siihen ollaan yksinomaan tyytyväisiä. Samoin ruudin käyrästä luopumiseen saattaa vielä mennä aikaa.

Hieronnasta hitsaamiseen

Vuosien varrelta hän nostaa kilpailusuorituksista mieleenpainuneimmaksi vuoden 1979 miesten viestihopean Ruhpoldingista.

Sen jälkeen niitä ei ole tullut. Samana vuonna perustettiin Kurvisen firma, joka juhli viime vuonna myös 30-vuotista taivaltaan. 80-luvulla Kurvinen liikkui myös ampumahiihtomaajoukkueen mukana, sillä hän työskenteli hierojana.

”Silloin joukkueen yhteishenki oli erinomainen. Kaikki ymmärsivät toisiaan.”

Moni asia on muuttunut 80-luvulta, jolloin Suomessa oli huippujen puuttumisesta huolimatta eniten ampumaratoja, valmentajia ja tuomareita.

”Nyt ampumaradat kasvavat horsmaa ja koivua, niiden käyttö on romahtanut. Taitaa olla niin, ettei viiteen vuoteen ole rakennettu yhtään uutta ampumarataa, uusia niitä on toki pitänyt. Vuokatin uusittu ampumarata taitaa olla maailman pisimmälle vietyjä”, Kurvinen sanoo.

Tarvitaan tulisieluisia urheilijoita

Suomalaiseen ampumahiihtoon Kurvinen kaipaa tulisieluisia urheilijoita, jotka ottaisivat lajin täysin omakseen, tekisivät kovasti töitä ja saisivat vastoinikäymisistä vain lisää potkua.

”Nuorisotyössä kävi 80-luvulla niin, että sieltä puolelta rahat otettiin aina loppuvuodesta pois. Niitä ratkaisuja on jouduttu paikkaamaan ja joudutaan paikkaamaan vielä pitkään”, Kurvinen harmittelee.

Hän toivoisi, että lahjakkaat urheilijat seulottaisiin ajoissa, ja heihin panostettaisiin.

”Ei meille huippuja synny joka vuosi, mutta jos jokaiselta olympiadilta edes löytäisi yhden.”

Me lahtelaiset
talviurheilun
ystävät
onnittelemme
ja tuemme
50-vuotiaasta
Ampumahiihto-
liittoa.

*"Tulevaisuus
tehdään
yhdessä."*



Rakennusliike
VILJAMAA Oy



Nordea



Mandatum
Yksityispankki

Handelsbanken

Lahden kaupunki



RENOR

NEXT
HOTELS & RESTAURANTS

Rakennusliike
Pakkanen

LSK Electrics Oy

ESS



Fazer

*Tässä maassa on aina osattu
pitää itsestä huolta.*



Voimaa päivääsi kuitupitoisilla ja
marjaisan maukailla Elovena Välipalajuomilla.
Tuotteet löydät kauppasi kylmähyllystä!



Vaalii viisaasti syömisen taitoa.



Löytynoja puhtaalla ammunalla paralympiahopealle

Vammaisampumahiihtäjä Maija Löytynojasta tuli se urheilija, joka palautti Suomen kahdeksan vuoden tauon jälkeen talviparalympialaisten mitalikantaan.

Liikuntavammaisten pystyhihtäjien luokassa kilpaileva Löytynoja otti Whistlerissä hopeaa ampumahiihdon takaa-ajossa.

Vammaisampumahiihdossa takaa-ajossa hiihdetään ensin karsinta, jossa kilometrin lenkki kierretään kolme kertaa ja väleissä on ammunta. Tulosten mukaan muodostuu lähtöjärjestys loppukilpailuun, jossa sama urakka toistetaan. Löytynojan mitalin takasi puhdas ammunta, itse asiassa 26-vuotias ylivieskalainen oli paralympialaisissa ainoa molemmat kilpailut sakoitta selvittänyt.

”En tiedä mistä hyvä ammuntavire tulee, kai minulla sitten on lahjoja ammuntaan. Whistlerissä ei tuullut ollenkaan ammuntopaikalla, eihän sellaisessa voi ampua ohi. Olisin ollut äkäinen itselleni, jos olisin ohi ampunut”, Löytynoja nauraa.

Hän aloitti ammunnan vuonna 2005, mutta sai oman aseensa vasta syksyllä 2006. ”Nyt on ensimmäinen vuosi, ettei aseensa kanssa ole ollut ongelmia”, noin 600 tuntia harjoitteleva urheilija sanoo.

Hiihtovauhtiin vielä tällä kaudella vaikutti toukokuussa operoitu polvi, minkä jälkeen hän pääsi normaaliin kesäharjoitteluun vasta heinäkuussa.

Löytynojan kausi on kuitenkin ollut muutenkin mainio, sillä uran ensimmäinen maailmancupin voitto tuli tammikuun lopussa ampumahiihdon 12,5 kilometrillä. Lisäksi hän oli ampumahiihdon maailmancupissa kokonaiskilpailun kolmas.

Uraansa hän jatkaa kohti Sotshin paralympialaisia, jota ennen seuraava tavoite on ensi talvena MM-kilpailut. ”Sitä ennen tavoitteena on ehjä harjoituskausi. Hiihtovauhdin parantaminen on ihan ykkösjuttu.”

Löytynoja haluaa, että hänellä on elämässään myös muuta kuin huippu-urheilu ja harjoittelu. Hän on osa-aikatoimissa näkövammaisen aikuisen koulunkäyntiavustajana. Taloudellista apua urheilijan arkeen tuo myös opetusministeriön 15 000 euron urheiluapuraha.

Ampumahiihto oli ensi kertaa paralympialaisissa vuonna 1988 Innsbruckissa. Vancouverissa suomalaiset kilpailevat naisten ja miesten 3 km takaa-ajossa ja 12,5 km matkalla.

Säännöt

Noudatetaan Kansainvälisen Hiihtoliiton (FIS) sääntöjä muutamia poikkeuksia lukuun ottamatta. Lyhyellä matkalla ammutaan kaksi ja pitkällä matkalla neljä kertaa. Maalitaulu sijaitsee 10 metrin etäisyydellä ja siinä on viisi maalitaulua. Lyhyillä matkoilla jokaisesta ohiammutusta laukauksesta hiihtäjä joutuu hiihtämään 150 metrin sakkokierroksen. Pitkillä matkoilla hiihtäjä saa ohiammutusta laukauksesta yhden minuutin sakkoojan, joka lisätään hänen hiihtoaikaansa. Näkövammaisilla hiihtäjillä on edellä hiihtävä opashiihtäjä. Näkövammaisilla aseet ovat kilpailun ajan ammuntopaikalla, ja he tähtäävät äänisignaalin avulla. Ammunnan aikana opashiihtäjä on kilpailijan takana merkityllä alueella eikä hän saa neuvoa kilpailijaa. Pystyhihtäjien varusteet eivät poikkea tavallisista hiihtovarusteista. Hiihtokelkka sen sijaan räätälöidään aina hiihtäjän mittojen mukaan.

Samalla kilpailukaudella hiihtäjä ei voi vaihtaa pystyhiidosta kelkka-hiihtoon tai päinvastoin, vaikka hän vammansa puolesta voisikin kilpailla molemmissa luokissa.

LW 2-9 ja LW 10-12 luokan kilpailijat ampuvat ilma-aseella. Ase toimii paineilmalla ja panoksena on halkaisijaltaan 4,2 mm oleva luoti.

Ampumahiihdon luokittelu

Luokittelulla taataan jokaiselle kilpailijalle tasavertaiset lähtökohdat kilpailulle. Luokkien sisällä käytössä hyväksytty järjestelmä, jolla erilaiset vammat huomioidaan hyväksyttyjen prosenteilla. Urheilijat luokitellaan kolmeen luokkaan, liikuntavammaisissa pysty- ja kelkkahiihtäjät sekä näkövammaisten luokka.

www.paralympia.fi

Nuorten MM-kilpailut 2010 Torsby.

Vuoden 2010 nuorten MM-kilpailut järjestettiin 27.1.-3.2.2010 Ruotsin Torsbyssä. Torsby on yksi Ruotsin ampumahiihdon valmennuskeskuksista.



Olli Hiidensalo vie Suomen joukkueen viestiä kohti hyvää menestystä.

Kilpailujoukkue kokoontui Kauhajoen SM-kilpailuihin 22.1. SM-kilpailujen pikamatka oli hyvä viimeistely ennen MM-kilpailuja. Kilpailun jälkeen urheilijat suorittivat loppuverryttelyn, peseytyivät ja nousivat bussiin. Bussin ratin takana istui kisareisumme huoltopäällikkö ”Nurtsi” Ari Nurmenrinta, joka tällä kertaa vastasi voitelun lisäksi myös turvallisesta matkasta Suomen ja Ruotsin teillä.

Joukkue matkusti bussilla Turkuun, jossa joukkue yöpyi. Aamulla suuntasimme Viking Linen laivaan ja merimatka Ruotsiin alkoi. Ruotsiin saavuimme illalla, Nurtssi suuntasi bussin keulan kohti Torsbytä. Matkan aikana nautimme Marlin toimittamia mehuja ja nestetasapaino säilyi urheilijoilla hyvänä. Yön pimeydessä joukkueemme saapui majoitukseen ja painoi päät tyynyyn.

Ennen ensimmäistä kilpailua ehdimme tutustua latuihin ja ampumapaikkaan. Ladut olivat hyväkuntoisia tykkilumen ja luonnon lumen sekoituksia. Latujen nousut olivat hiihdettäviä ja laskut aika kovavauhtisia. Ampumapaikalle tulo oli lähes tasamaata viimeiset 300 metriä.

Ensimmäisenä kisapäivänä starttasivat pojat. Pojat 19 vuotta aloitti kilpailut. Suomalaiset menestyivät seuraavasti:

	sija	sakot	ero kärkeen
Vili Vajanto	12.	0+1+1+1	3.21
Olli Hiidensalo	33.	2+1+2+0	5.40
Mikko Repo	48.	1+1+2+3	6.59
Aku Moilanen	57.	2+1+1+3	8.16

Jokaisen pojan hiihtovauhti olisi riittänyt viiden parhaan joukkoon, jos olisi pystynyt ampumaan nollat kilpailussa. 21-vuotiaat pojat kilpailivat seuraavasti:

	sija	sakot	ero kärkeen
Antti Raatikainen	22.	1+2+0+1	5.19
Sami Orpana	26.	0+2+2+1	6.06
Ahti Toivanen	50.	1+2+1+3	8.57
Tommi Kärmeniemi	67.	3+1+2+1	11.25

Kolmen pojan hiihtovauhti olisi riittänyt viiden parhaan joukkoon, neljäs poika olisi ollut nolla-ammunnalla 16. Kisan aikana alkanut kova lumisade teki kisasta haasteellisen ja antoi hiukan etua pienillä lähtönumeroilla startanneille.

Seuraavana päivänä vuorossa olivat tytöt, he kilpailivat seuraavasti:

	sija	sakot	ero kärkeen
Sanja Metsärinta	16.	0+1+0+1	4.45
Krista Berg	33.	0+3+0+1	6.53

Tyttöjen hiihtovauhti olisi tuottanut nolla-ammunnalla sijat kahdeksan parhaan joukkoon.

Seuraavana kisamatkana olivat vuorossa pikamatkat. 19-vuotiaat aloittivat kohdistamaan aseitaan jo aamuhämärissä. Suomen pojat menestyivät pikamatkalla seuraavasti:

	sija	sakot	ero kärkeen
Vili Vajanto	10.	1+0	1.50
Olli Hiidensalo	13.	0+1	1.53
Mika Kantele	36.	1+2	2.59
Mikko Repo	40.	2+1	3.03

Vilin sijoitus 10. oli paras henkilökohtainen sija mitä saavutimme näissä kilpailuissa. Myös muiden poikien hiihtovauhti olisi mahdollistanut sijoittumisen kymmenen joukkoon.

21-vuotiaat pojat kilpailivat seuraavana pikamatkan, Suomen pojat menestyivät kilpailuissa seuraavasti:

	sija	sakot	ero kärkeen
Ahti Toivanen	18.	0+1	1.32
Sami Orpana	32.	1+1	2.08
Jori Rantahakala	58.	2+1	3.29
Antti Raatikainen	75.	3+1	4.40

Iltapäivällä oli tyttöjen vuoro kilpailla, Suomen tytöt suorittivat urakkansa seuraavasti:

	sija	sakot	ero kärkeen
Sanja Metsärinta	40.	0+2	2.44
Krista Berg	46.	0+2	3.15

Tytöt ampuivat makuut puhtaille, mutta pystyn kaks ohi laukausta pudottivat heidän sijojaan alaspäin.

Pikamatkojen jälkeen vuorossa olivat takaa-ajokilpailut. Urheilijoistamme yhtä vaille kaikki olivat lunas-

taneet paikan takaa-ajokilpailuun. Takaa-ajokilpailu päivänä pakkasen kiusasi aamulla ja 19-vuotiaiden kilpailu siirrettiin käytäväksi iltapäivän lopulla. 21-vuotiaat pojat aloittivat kisailun aamupäivän lopuksi seuraavin tuloksin.

	sija	sakot	ero kärkeen
Ahti Toivanen	16.	1+0+1+3	2.59
Sami Orpana	26.	1+1+2+0	3.47
Jori Rantahakala	53.	1+0+3+2	7.58

Kaikki pojat paransivat sijoitustaan takaa-ajossa. Ahdin suoritus oli viimeistä ampumapaikkaa lukuun ottamatta todella hyvä.

Tytöt kilpailivat seuraavana oman takaa-ajonsa, Suomen tytöt suoriutuivat urakasta seuraavasti:

	sija	sakot	ero kärkeen
Sanja Metsärinta	33.	2+1+1+0	5.56
Krista Berg	44.	0+2+2+1	7.07

Tytöt paransivat sijoitustaan takaa-ajossa.

19-vuotiaat pojat pääsivät vihdoinkin kilpailemaan iltapäivän lopuksi. Suomen pojat kilpailivat seuraavasti:

	sija	sakot	ero kärkeen
Olli Hiidensalo	17.	1+1+2+1	4.22
Vili Vajanto	21.	1+0+3+2	5.17
Mikko Repo	25.	1+2+1+1	5.44
Mika Kantele	34.	3+1+0+2	6.26

Pojat ampuivat sakkoja liikaa takaa-ajossa. Ollin hiihtovauhti oli hyvä, jos hän olisi saanut kaksi sakkoa pois, olisi sijoitus ollut jo kymmenen joukossa.

Viimeisenä kisapäivänä vuorossa olivat viestit. 21-vuotiaat pojat aloittivat viestikilpailut. Suomen joukkue hiihti järjestyksessä Sami Orpana, Antti Raatikainen, Ahti Toivanen ja Jori Rantahakala. Sami aloitti viestin hyvin ja toi joukkueen vaihtoon kuudentena. Antti hoiti oman myös oman osuutensa mallikkaasti, vaihdossa joukkue oli yhdeksäs. Ahti jatkoi hyviä hiihtojaan, pystypaikka tuotti yhden sakkokierroksen, siitä huolimatta joukkue oli vaihdossa seitsemäs. Ankkuri osuudella Jori joutui tiukan paikan eteen. Joukkueella oli vielä mahdollisuudet selvästi kuuden parhaan joukkoon. Tällä kertaa ei ollut Jorin paras päivä ja hän joutui kiertämään makuulta kolme sakkokierrosta, mikä pudotti joukkueen kovassa kilpailussa sijalle 11. matkaa kuudenteen sijaan jäi minuutti ja kolme sekuntia.

Viimeinen kisasuoritus joukkueellamme oli 19-vuotiaiden poikien viesti. Suomen joukkue hiihti järjestyksessä Vili Vajanto, Olli Hiidensalo, Mikko Repo. Vili suoriutui avausosuudesta mallikkaasti, hän ampu molemmat ampu-



mapaikat ilman varapatruunoita ja tuli vaihtoon neljäntenä. Olli jatkoi hyviä esityksiä toisella osuudella makuu ilman varapatruunoita ja pystystä taulut alas kolmen varapatruunan turvin, vaihtoon Olli tuli neljäntenä. Mikko lähti ankkuriosuudelle 14 sekuntia Norjan perässä. Mikko teki ankkuriosuudella päivän kuntoonsa nähden maksimi suorituksen. Hän ampu molemmat paikat ilman varapatruunoita, tällä kertaa Norjan ankkuri oli vain parempi. Mikko toi Suomen joukkueen neljäntenä maaliin ja pääsimme kukitukseen hurraamaan poikien hyvälle suoritukselle.

Tavoitteena kisoihin lähdetessä oli että saisimme urheilijan kymmenen joukkoon joka päivä. Ihan tavoitteeseen ei päästy, muttei se kovin kaukana ollut 1-2 sakkoa pois urheilijalta ja paikka kymmenen joukossa olisi ollut tosiaasia.

Parhaat poikamme olivat pikamatkalla hiihtoaajoissa jäljessä reilun minuutin. Tilanne ei ole toivoton mutta työtä fyysisen kunnon eteen on tehtävä paljon. Ammunnoissa urheilijamme esittivät sekä maailmanluokan otteita että huonoja sarjoja. Osa huonoista sarjoista menee arvokisojen paineen piikkiin nuorilla urheilijoilla. Hyvänä päivänä urheilijat näyttivät pystyvän taistelemaan ampumapaikalla todella hyviä sarjoja. Ammuntavarmuutta on harjoiteltava jatkossakin vielä paljon, jotta urheilija pystyy ampumaan koko kilpailun tai jopa kisaviikon hyvin ja varmasti.

Lopuksi haluan kiittää urheilijoita ja heidän tukijoukkojaan siitä työstä jota olitte taas jaksaneet tehdä kesän ja syksyn. Ilman tuota työtä emme olisi päässeet noihin tuloksiin.

NMM neloset: Miesten 19-vuotiaat nappasivat neljännen sijan viestistä. Urheilijat kukituksen jälkeen vasemmalta oikealle: Mikko Repo, Olli Hiidensalo ja Vili Vajanto.

LISÄÄ TEHOA
AMPUMAHIIHTOON TARJOAA
POSITIIVISESTI
SUOMALAINEN TEHO
ENERGIAJUOMA!



POSITIIVISESTI
SUOMALAINEN



THE FUTURE OF EUROPEAN MINING

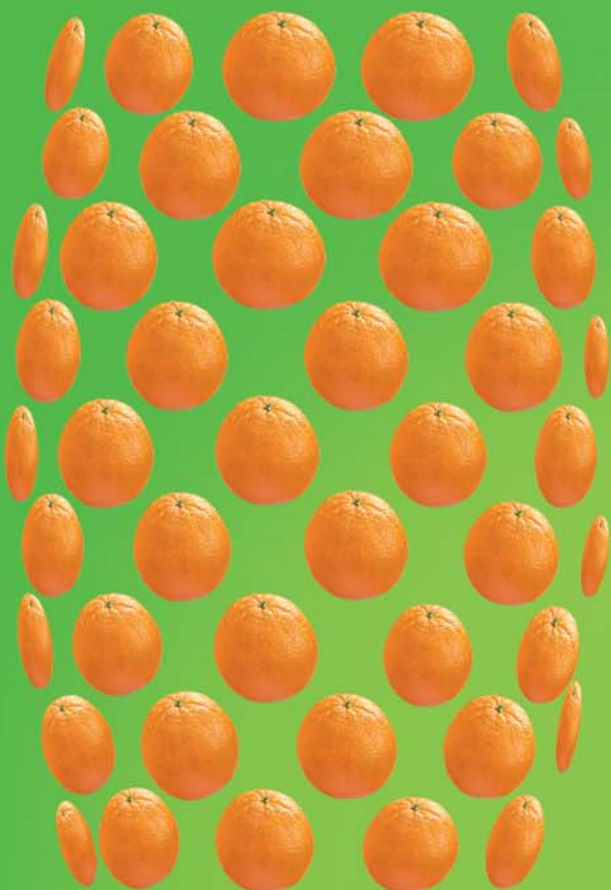
Talvivaara Mining Company Plc

TALVIVAARA



*The fascination
of fruit*

granini®



granini®

www.granini.fi, www.eckes-granini.com

Husqvarna®

**Tee varma
valinta**



299 €

HUSQVARNA M46

Kevyt ja helppokäyttöinen bioleikkaava ruohonleikkuri. ABS-runko.



339 €

HUSQVARNA LB 48

Kompakti ja vankka kotipihan leikkuri. BioClip ja sivullepuhallus.



699 €

HUSQVARNA 343FR

Tehokas monitoimiraivuri. Mukana valjaat ja kolme terää suojiineen.



Riderit alkaen
2590 €
(R111B5)

**HUSQVARNA
Rider 111B5**



Alkaen
1390 €
(LT 131)

**HUSQVARNA
TRAKTORIT**

www.husqvarna.fi



Alkaen
349 €
(435)

**HUSQVARNA
400-sarjan sahat**



***Kun hinta
ratkaisee***

minimani

JOUPPI JYVÄSKYLÄ KIVISAARI KOKKOLA LEMPÄÄLÄ VAASA

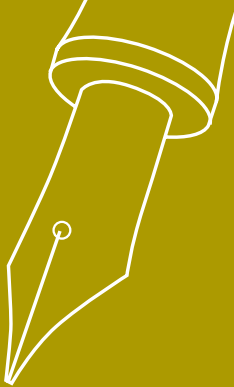
www.minimani.fi

”Menestyminen vaatii kovaa työtä.”

Yrityksesi menestys on myös meidän tavoitteemme. Haluamme olla mukana kehittämässä liiketoimintaasi ja auttamassa yritystäsi kasvamaan.



Tilintarkastus – Verokonsultointi – Neuvontapalvelut



Kentältä kuultua

Pitkään ikään mahtuu paljon täysosumia.

Onneksi olkoon
50-vuotias Suomen
Ampumahiihtoliitto.

Smart Move

itella

2010 Luku – muutoksien aika

Suomen ampumahiihto ei ole viimeisen kahden olympiadin aikana saanut toivomaansa menestystä. Yleisen sarjan valopilkkuina ovat olleet vain Paavo Puurunen ja Kaisa Mäkäräinen.

Suomen ampumahiihdon kehittämisen este on vaatimaton seuratasolle ulottuva valmentaja- ja ohjaajakoulutus ja vain harvoissa seuroissa toimiva säännöllinen harjoitustoiminta. Kilpailutoiminnassa on unohdettu seura ja maakuntatason kilpailujen merkitys 10-16 vuotiaiden kehityksessä.

Muistellemme usein kultaista 1970-lukua. Tähtihetkiä oli myös 1990-luvulla, jolloin Harri Eloranta ja Ville Räikkönen voittivat olympiapronssia ja 2000-luvun alkupuolen Paavo Puurunen ja Vesa Hietalahden MM-kisamitalit. Ampumahiihdon valmennustaidon kehittämisen puutteena on ollut se, että valmentajien vaihtuessa aikaisempaa kokemusta ei ole kyetty hyödyntämään. Uudet valmentajat ovat aloittaneet lähes tyhjältä pöydältä. Olisi hyödyllistä selvittää, mitkä tekijät johtivat menestykseen ja mitkä tekijät vaikuttivat menestymättömyyteen 1970, 1980, 1990 ja tällä vuosikymmenellä.

Peruslähtökohta menestymiselle on riittävä ja oikein ohjelmoitu päivittäisharjoittelu ammattitaitoisen valmentajan johdolla. Lajimme asemaa tulisi kasvattaa Suomen urheilulukioissa. Laajempi yhteistoiminta maastohiihdon kanssa eri tasoilla on välttämätöntä.

Valmennuksessa tulee esille myös taloudelliset realiteetit. On selvää, että ilman päivittäisharjoittelua ja hyvää valmennusta ei tule kehitystä. Lisääntyvä vuorovaikutus ja palava halu harjoitteluun pienistä esteistä piittaamatta on tulevaisuuden menestyksen avain.

Esa Haapala, liikuntaneuvos

Wärns Metall Ab

Ähtävä puh. 050 5151 215

Luotettava alihankkija

www.warnsmetall.fi puh



Spänning !

Vi är ett stabilt elbolag med en stark lokal förankring.
Vi har egen elanskaffning, elproduktion och eldistribution.
Vi satsar i regionen och arbetar långsiktigt.

Det är vi som håller spänningen uppe.

KATTERNÖ
GROUP

Katternö • Herrfors • Perhonjoki



IHANA LEVIN KESÄ!

LEVIHOTELLIN KAKSI KESÄYÖTÄ

Hinnat / vuorokausi ja huone, kun viipymä vähintään 2 vrk

70 € 2-hengen huone

84 € perhehuone 3 aikuiselle

100 € perhehuone 4 aikuiselle

Kahden yön Kesäetu

Kiertoaajelu gondolihiissillä Levitunturin huipulle
– etu voimassa 12.6. lähtien.

Neljän yön Kesäetu

Koko porukka kerran pizzalle Luppo Café & Bar:iin
– etu voimassa 2.5. lähtien.

Viiden yön Kesäetu

Koko porukka kerran lounasbuffaan
– etu voimassa 2.5. lähtien.

LEVIHOTELLIN ME & MUKSUT

Hinnat / perhehuone ja vuorokausi, kun viipymä vähintään 2 vrk

78 € perhehuone 2 aikuiselle ja 1–2 muksulle (alle 15 v.)

Kahden yön Kesäetu

Kiertoaajelu gondolihiissillä Levitunturin huipulle.
Tai gondolilla eturinnettä ylös ja alas kesäkelkkarataa pitkin
– etu voimassa 12.6. lähtien.

Neljän yön Kesäetu

1–2 muksua Seikkailupuiston Lasten Radalle (4–6 v.) tai radoille
1–3 (alle 16 v.) – etu voimassa 12.6. lähtien.

Viiden yön Kesäetu

Koko porukka kerran lounasbuffaan – etu voimassa 2.5. lähtien.



LEVIHOTELLIN GOLF-PAKETTI

75 € per hlö 2-hengen huoneessa

Hintaan sisältyy green fee Levin Golf & Country Clubilla ja bägiin mukaan Callawayn palloja & tiitikkua. Voimassa 1.9. saakka heti kentän avauksesta lähtien.

Kaikki hinnat voimassa 25.4. – 27.8. sisältäen:
aamiaisen, nonstop-saunojen käytön sekä
sisään pääsyn tanssiravintolaan. Lisäksi Levihotellin
kesäjutut: mahdollista **lainata soutuvenettä**
souteluun läheisellä Immeljärvellä, käydä **paista-**
massa makkaraa kodassa ja lainata hauskoja
ulkopelejä.

UUSI ELÄMYSKYLPLYÄ & UUSIA TASOKKAITA HUONEITA

LUMISADETTA JA MUITA LUONNONILMIÖITÄ

Uusi allasosasto on omaleimainen ja täynnä yllättäviä vastakohtia: eri lämpöisiä altaita kuumasta kylmään, talvinen maisema lumisateineen, sinisen hämärän hetki tai revontulet! Ja 17 sisä- ja ulkoallasta, 9 saunaa, vesiliukumäki, juoksuallas jne.

Uuteen kylpylään tulee myös 8-ratainen keilahalli, sporttibaari ja lasten maailma. **UUSI ELÄMYSKYLPLYÄ AVATAAN 2.9.2010.**

UPEITA KYLPYLÄHUONEITA

Uusi hotellirakennus kylpylän yhteyteen: 30 parvekkeellista ja saunallista juniorsviittä ja 18 laadukasta parvekkeella varustettua superior 2-hengen huonetta. Hotellirakennus avataan elokuussa.

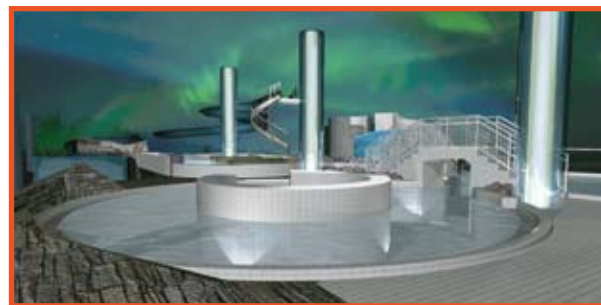
ON SE NYTKIN AUKI

Rakentaminen ei ole este hyville unille, tansseille, aterioille eikä siis kylpylän palvelujen käytölle. Nykyinen kylpylä toimii täysin normaalisti 25.4. saakka. Kesän ajan kylpylä ja toimintakeidas ovat suljettuna.

Juniorsviitin 3 vuorokauden ruskaloma 2.9.–25.9.

Oma sauna & oma parveke, erillinen makuuhuone ja sviitistä on niin mukava kävellä käytävää pitkin vain kylpytakki päällä uuteen kylpylään...

Hinta 285 € per hlö puolihioidolla, kun sviitissä 2 henkeä.



**HOTELLI
LEVITUNTURI**
KYLPLYÄ JA LIIKUNTAKESKUS



START®

The Feeling for Snow

ONEWAY

THE AUTHENTIC NORDIC SPORTS BRAND

TRAIL MORA MID / LOW

Nordic sports urheilijoiden kanssa yhteistyössä kehitetty vauhdikkaan aktiiviliikkuajan huippukevyt kenkä äärimmäisiin olosuhteisiin

Aktiiviliikuntaan suunniteltu rullaava Vibram® raakakumi-pohja antaa maksimaalisen pidon liukkaissakin maastoissa

XC DRY®

Vibram®



NEW!

Kauden Kolmoisvoitto.

Start maastohiihtosauvojen kolmen kärki on selvä! Start kilpasauvoissa on kaikki mitä sauvoilta voi toivoa. Korkealaatuisesta hiilikuidusta valmistetut putket tuovat sauvaan kilpahiittäjien tarvitseman jäykkyyden ja keveyden. Korkealuokkaiset komponentit pitävät sauvan tukevassa kontrollissa. Startin sauvoilla hiihdät voittoon!

Tutustu koko sauvamallistoomme osoitteessa:

www.startskiwx.com

Startex Oy, Kesäkatkaantie 30 FIN-15860 HOLLOLA
Tel. + 358-3-872 410 info@startskiwx.com



Virpi Kuitunen



ONE WAY tekstiilit ja kengät NORDIC SPORTS lajeihin saatavilla urheiluliikkeistä!

WWW.ONEWAYSPO.COM



Älä hyväksy kompromisseja



Adjust your comfort zone.

Odlo Evolution Warm pitää liikkuvan ihmisen lämpötilan aina optimaalisena. Sen mikrokuidut siirtävät kosteutta kaikissa aktiviteeteissa. Lisäksi saumaton rakenne ja äärimmäisen joustava ja superkevyt materiaali antavat maksimaalisen liikkumavapauden ja käyttömukavuuden. Eriytetyt lämpö- ja ilmastointivyöhykkeet takaavat optimaalisen lämpötilan, olipa lajisi mikä tahansa, säässä kuin säässä. Odlo Evolution Warm, naisille ja miehille omat mitoitus. Ei kompromisseja. www.odlo.com

Toimivat vaatteet takaavat täydellisen kehonlämpötilan.

www.mb-trading.fi



odlo

A photograph of a female athlete, Petra Majdic, wearing a red and pink ski suit, a white headband with 'Jorenje' and 'Slovenija' text, and black ski goggles. She is holding a large, multi-faceted crystal trophy with both hands. Her red gloves have the 'Rex' logo. The background is a snowy, out-of-focus landscape.

Petra Majdic



NORmark

Maahantuonti ja markkinointi: Normark Suomi Oy, PL 17, 41801 Korpilahti, email: info@normark.fi

www.rinta-jouppi.com

tai www.auto.fi

yli 1.300 auton valikoima!



Kaikkia löytyy:

- henkilöautoja • tavara-autoja • lava-autoja
- matkailuautoja • matkailuvaunuja • kuorma-autoja



TOYOTA



SEAT



SKODA



BMW



HONDA



OPEL



DACIA



CHEVROLET



RENAULT

Hobby

elnagh



LMC



McLOUIS

Rinta-Joupin Autoliike Oy

Rinta-Jouppi Rahoitus, Vakuutus ja Leasing = ISOT SÄÄSTÖT! Kysy lisää!

Tervajoki | Vaasa | Jyväskylä | Mikkeli | Pori | Rauma | Turku | Kempele | Oulu | Helsinki | Ylivieska | Keuruu
Rovaniemi

Leivälle ja
ruoanlaittoon



Eva taipuu moneen!

Ruoanlaitto käy nyt kuin leikiten. Arla Ingman Eva -uutuudet sopivat nimittäin sulavasti niin leivälle kuin ruoanlaittoon. Valittavanasi on **viisi herkullista levitettä ja kaksi ruoanlaittopalaa**. Löydä maut arkeen ja juhlaan, suureen ja pieneen nälkään. Poimi ne omasta kaupastasi.

www.arlaingman.fi/eva





SPORT

Veni, vidi, vici ja tietysti Viking !

Itämeren iloisin laivasto on mukana tukemassa kaikkia urheilevia ja kannustavia ryhmiä. Kapteeni ja koko ystävällinen henkilökuntamme on paikoillaan, valmiina, lähtöön kanssanne. Lämpimästi tervetuloa!

VIKING LINE



Sydämelliset onnittelut
50-vuotiaalle Suomen
Ampumahiihtoliitolle!





**Herkkuateria ja kauppaostokset
– yhdellä osumalla ABC:ltä!**



**Apsi Apinan
herkkuannokset
lasten ruoka-
listalta!**



www.abccasemat.fi www.noutopoyta.fi
24 h tai 6-24, myös pyhinä



Isona meistä kaikista tulee eläkeläisiä.

Ajattele tovi tulevaisuutta. Aloita osoitteesta ilmarinen.fi/tulevaisuus



ILMARINEN

Tapiolan Omaetu
Vuoden 2009 etuohjelma
KANTA-ASIAKAS
BAROMETRI

Alan paras etuohjelma!

Tuore tutkimus• kertoo, että suurista vakuutusyhtiöistä juuri Tapiolalla on asiakkaidensa mielestä paras etuohjelma. Tapiolan Omaetu onkin saanut paljon kiitosta reiluna tapana palkita vakuutus- ja pankkiasioiden keskittämisestä. Tutustu Omaetuun: tapiola.fi/omaetu

•Kanta-asiakasforumin barometri 11/09

Palveluntarjoajat: Keskinäinen Vakuutusyhtiö Tapiola, Keskinäinen Henkivakuutusyhtiö Tapiola, Tapiola Pankki Oy, Tapiola Varainhoito Oy

Lahti ON LÄHELLÄ

innostava
ympäristö

Kansainvälisen tason ampumahiihto-areena kannustaa huippu-
suorituksiin hyvien kulkuyhteyksien päässä – Helsinki vain tunnin
päässä ja vuonna 2011 Pietarista Lahteen pääsee 2,5 tunnissa.

LUE LISÄÄ www.lahdenhiihtoseura.fi | www.lahtitravel.fi

*Tervetuloa
viikitymään!*

RAVINTOLA
TORERO

Rautatienkatu 15

TORO
ESPAÑOL

Mariankatu 8

ROSSO

Aleksanterinkatu 16

Amarillo
RESTAURANT • BAR

Aleksanterinkatu 10





Lapuan saalis Vancouverista 2010

8 kultaa, 8 hopeaa, 7 pronssia

Nammo Lapua Oy
PL 5, 62101 LAPUA
Puh. (06) 431 0111
Fax (06) 431 0244
www.lapua.com





www.muonio.fi/hiihtovalmennus



Saarijärven IF Myyntipiste
Onnittelee 50-vuotiasta
Suomen Ampumahiihtoliittoa.

Tarjoamme vuokralle hyvin varustettuja lomaosakkeita Pyhäntunturilla ja Rukalla. Tutustu kohteisiin, tarkista varaustilanne ja varaa osoitteessa:

www.keput.sporttisaitti.com






Saarijärven Pullistus
Onnittelee 50-vuotiasta
Suomen Ampumahiihtoliittoa.

Nordea



Säkylin Urheilijat ry onnittelee
50-vuotiasta Ampumahiihtoliittoa!
Kesäampumahiihdon SM-kisat
Säkylinssä 4.-5.9.2010
katso www.sakylanurheilijat.fi



Onnittelemme 50-vuotiasta
Suomen Ampumahiihtoliittoa

KONTIOLAHDEN
KUNTA

JOSEK

Joensuun seutu

**Parhaimmat onnitelumme
50-vuotiaalle**

www.josek.fi

*Onnittelemme
Suomen
Ampumahiihtoliittoa*



Kontiolahden Urheilijat ry



Joensuun Seudun Jäähdytetty Latu Oy

Hiihtokausi avataan 9.10.2010

Onnea juhlivalle Suomen Ampumahiihtoliitolle



**Pohjois-Karjalan maakuntaliitto
onnittelee 50-vuotiaasta
Suomen Ampumahiihtoliittoa**



**Pohjois-Karjalan
MAAKUNTALIITTO**



REIKÄLEVY

Yrittäjätie 22, 62375 Ylihärmä
Puh. 010 425 8000
www.reikalevy.fi

Onnittelemme juhlivaa Ampumahiihtoliittoa !



Sulkavan Vene Oy
www.sulkavanvene.fi

VARMA
TYÖELÄKEYHTIÖ



**SUONENJOEN
KAUPUNKI**

Kansainväliset mitat täyttävä
Onkilammen ampumahiihtokeskus

Onnittelumme
juhlivalle
Suomen
Ampumahiihto-
liitolle!



**KESKI-POHJANMAAN
KIRJAPAINO OY**

KULTA KATRIINA
Meidän kahvi

**Onnittelemme 50-vuotiaasta
Suomen Ampumahiihtoliittoa!**



Tie sydämeen
käy vatsan kautta.



Olympiajoukkueen
ravitsemuskumppani

Nettisivujemme Voi hyvin -osioista löydät paljon ajankohtaista tietoa ravitsemuksesta. Lataa itsellesi esim. Suomen Olympiajoukkueen kanssa tehty Urheilijan ravitsemusopas. www.tiesydämeen.fi



Saat K-Plussa-etuja yli 3500 ostopaikasta.

K-Plussa on Suomen monipuolisin kanta-asiakasjärjestelmä.



Kaikki mitä tarvitset



www.plussa.com



Vuosisata yleisurheilun Suomen
mestaruuksia. Yli vuosisata
henkivakuutusturvaa suomalaisille.

Onnittelemme

50
-vuotiasta

Suomen Ampumahiihtoliitto

ILKKA

ilkka.fi

i.print

iprint.fi

POHJALAINEN

pohjalainen.fi

*Äitien
tekemää*





www.valio.fi

Anna elämän maistua



ELÄKÖÖN SUOMALAINEN MAITO.

Sinä päätät säilyykö kotimainen maidontuotanto, kymmenet tuhannet työpaikat sekä puhdas ja elinvoimainen maaseutu. Valitse siis suomalainen Valio maito, se on helppo tunnistaa.





. QV13



KUNTOHIIHTÄJÄ VOITTAA AINA.

Veikkauksen tuotosta jaetaan vuosittain lähes 125 miljoonaa euroa suomalaiselle liikunnalle. Varojen avulla luodaan paitsi uusia latuja myös pohjaa kuntoilulle ja sitä kautta paremmalle kansanterveydelle.

Onkin hienoa, että yksi niistä suomalaisista, joka voittaa aina, on kuntohiihtäjä.

70v
SUOMALAINEN
VOITTAA AINA.

