

MM-2015  
SUOMEEN

AMPUMAHIIHTO  
KARNEVAALIT

KRISTIAN HOLM  
NUORTEN  
PÄÄVALMENTAJAKSI

AMPUMAHIIHTÄJÄ

nro 2 2010

Biathlon Magazine

Finnish

# granini®

## Drink with your 5 senses



Mild



*Orange Juice Mild  
-vatsaystävällisempi  
appelsiinitäysmehu.  
Valmistettu makeista  
appelsiineista, joissa  
on vähemmän  
hedelmähappoja.  
Ei lisättyä sokeria.*

### 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:

- 3 joulukuu
- 4 joulukuu



### Ampumahiihdolla myönteisiä näkymiä

Pietarin IBU-kongressi osoitti jälleen, että Suomella on arvostusta ja vaikutusvaltaa kansainvälisessä ampumahiihtoperheessä. Saamme Kontiolahdelle vuoden 2015 ampumahiihdon MM-kisat, mikä lisäksi vaikuttajiamme valittiin IBUn tärkeisiin tehtäviin: Ville Haapala valittiin tekniseen komiteaan ja tehtävänsä jättänyt liittomme puheenjohtaja Kalle Lähdesmäki tilintarkastajaksi.

Kansainväliset no-teeraukset ovat hyödyllisiä Suomen ampumahiihdolle, mutta ampumahiihdon varsinainen menestys tehdään tietenkin kotikentällä, seurojen ja liiton aktiivisen toiminnan tuloksena. Oleellisen tärkeää on tieto, että ampumahiihdon harrastajamäärät ovat edelleen kohtuullisen hyviä ja nuorten ampumahiihtäjien taso on ainakin pohjoismaisesti kilpailukykyinen. Liiton yksi tärkeimmistä tehtävistä on panostaa jatkossa entistä enemmän nuoriin.



Hyvä askel entistä jäntevämmän nuorisotoiminnan aikaansaamiseksi on Vuokatissa toimivan päätoimisen nuorten valmentajan rekrytointi. Nuorten valmennukseen tarvitaan uutta, ammattimaista otetta. Valmennuksessa on uskallettava tehdä uudistuksia. Uudistuksia tehtäessä on toimittava siten, että avaintekijät saadaan mukaan muutokseen. Muutoksiin aina liittyvä vastarinta on käännettävä myönteiseksi energiaksi.

Nuorten on tärkeää voida harrastaa lajia omista lähtökohdistaan, vailla tarpeettomia paineita. Kilpaileminen sinällään on mielenkiintoista ja kehittävää. Onkin hyvä osallistua kilpailuihin, kun niitä järjestetään, mutta sen tulee tapahtua aidon vapaaehtoisuuden pohjalta. Niille, jotka haluavat liittää harrastukseensa kilpailullisia tavoitteita, on annettava hyvä tuki ja menestymisen mahdollisuus. Meillä on tehtävää mm. nuorten päivittäisvalmennuksen kehittämisessä.

On paljon asioita, joita suomalaisessa ampumahiihdossa voidaan tehdä paremmin. Kaiken perustana on yhteinen tavoite hienon lajin kehittämiseksi ja siihen liittyen hyvän hengen aikaansaaminen koko järjestökentässä. Tiedämme, että ampumahiihtoperheessä on ilmennyt tavoitteidemme toteuttamisen kannalta tarpeetonta sisäistä kitkaa. Vahvistamalla uskoamme yhteiseen päämäärään, kuten suomalaisen ampumahiihtourheilun saattamiseen nykyistä laavammin kansainväliselle huipulle, voimme vahvistaa yhteistyön henkeä liitossa ja koko järjestökentässä tuloksia tuottavalla tavalla. Pienen maan menestymisen ehtoja tässäkin lajissa ovat yhteistyö ja samaan hiileen puhaltaminen.

Toivotan ampumahiihtoväelle mielenkiintoista järjestösyksyä tulevien, tärkeiden valintojen muodossa ja innokasta valmistautumista lähenevään kauteen.

Jussi Järventaus  
varapuheenjohtaja

# Nopeimmille!

Jälleen uusinta suksiteknologiaa maastohiihtoon: **Madshus Nanosonic**.  
Luistelusuksen uusi 3 D-muotoilu maksimoi hiihtäjän voiman välityksen lumeen.  
Suksen kärjen ja kannan uusi muoto lyhentää suksea, vaikka luistoala piteneekin.  
Ennestään luistava sukksi on nyt vieläkin nopeampi. Perinteisen suksen uusittu kärki parantaa hallintaa ja vaimentaa suksen värinöitä.

Madshus tarjoaa kaikkien aikojen parhaat hiihtokokemukset. Kilpailijoille ja kovan luokan harrastajille.



**Madshus CHAMPION Series**  
Uudet, täysiveriset Madshus Nanosonic -kilpasukset, Carbon Race 100 UHM -sauvat sekä Nano-hiihtokengät määräävät kilpahiihdon tahdin.

Kaikista saatavana myös Junior-mallisto.



Ruuvittomasti kiinnitettävä, kevyt ja säädettävä **NIS-sidejärjestelmä** optimoi voiman välityksen ja hiihtäjän tuntuman sukseen.

**Rotteleija**

Rottefellan uusi, kevyt Xcelerator -kilpaside, asennettavissa ilman ruuveja NIS-sidelevyyn



# MADSHUS

Saatavilla hyvin varustetuista alan liikkeistä.  
Maahantuojat: [www.hjorth.fi](http://www.hjorth.fi)

## 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 ilmastointiyöhykkeet takaavat optimaalisen lämpötilan, olipa lajisi mikä tahansa, säässä kuin säässä. Odlo Evolution Warm, naisille ja miehille omat mitoitus. Ei kompromisseja. [www.odlo.com](http://www.odlo.com)

Toimivat vaatteet takaavat täydellisen kehonlämpötilan.

[www.mb-trading.fi](http://www.mb-trading.fi)

  
odlo



Janne Hakala

## Onnistumisia

Kuluva vuosi jää historiaamme juhluvuotena. 50-vuotta täyttänyt ampumahiihtoliitto vietti pääjuhlaa huhtikuussa Lahdessa Sibeliustalolla. Nuoret ampumahiihtäjät kokoontuivat Vuokatin Urheiluopistolle heinäkuussa perinteisille Ampumahiihtokarnevaaleille. Karnevaalien yhteinen juhlaillallinen oli meille kaikille mukana olleille upea kokemus. Suomen Ampumahiihtoliitolla on useita juhlamiehiä nostattavia asioita. Kuten aina, edessä on myös paljon tekemätöntä työtä. Työskentely on jatkuvaa, milloinkaan ei voida todeta että lopullinen maali on saavutettu.

Strategiaamme on kirjattu yhtenä merkittävänä tavoitteena se, että SAHL pyrkii monipuoliseen kansainväliseen menestykseen. Siihen kuuluu niin menestyminen huippu-urheilussa kuin menestyminen kansainvälisessä järjestötyössä. Syyskuun alussa oli joka toinen vuosi järjestettävä IBU-kongressi. Lähdimme Pietarin kongressiin merkittävien tavoittein. Tulokset IBU-kongressista olivat täydelliset. Ville Haapala sai jatkopaikan tekniseen komiteaan. Tuo valinta oli tunnustus myös Villelle henkilökohtaisesti siitä, että työ vaativissa kansainvälisissä tehtävissä on noteerattu. Suomalaisen ampumahiihdon kannalta on tärkeää, että teknisen komitean kymmenen edustajan joukossa on suomalaisedustus. SAHL:n hallitus asetti Kalle Lähdesmäen huhtikuussa ehdolle IBU:n tilintarkastajaksi. Elokuun alussa IBU:n sääntökomitea antoi tulkin, että jo ehdokkuusvaiheessa henkilön on oltava riippumaton pyrkiesään tilintarkastajan tehtävään. Tuolloin ainoaksi vaihtoehdoksi jäi, että Lähdesmäen oli jätettävä puheenjohtajan tehtävä mikäli aikoi ehdolla olla. Pietarissa saimme onnistumisen kun Kalle Lähdesmäki valittiin IBU:n toiseksi tilintarkastajaksi. Tilintarkastajan paikka kansainvälisessä liitossa on merkittävä näköalapaikka. Kalle Lähdesmäen edeltäjä Jorma Helén on tehnyt tilintarkastajana hyvää työtä ja tuota jatkaa edelleen suomalainen. Merkittävät positiot kansainvälisen liiton hallintoelimissä ovat osoitus, että meillä suomalaisilla on hyvä ja luotettava maine.

Kongressin huipentuma koettiin päätöspäivänä kun vuoden 2015 MM-kisaisännitys ratkaistiin. Vastassa oli kova kilpailija. Hienoisena ennakk-

kosuosikkina matkaan lähtenyt Oslon Holmenkollen joutui kuitenkin toteamaan tappion äänin 23-20. Olemme saavuttaneet etapin, joka tietää paljon töitä, mutta myöskin loistavan mahdollisuuden kehittymiselle. Haullamme oli paljon vahvuuksia. Merkittäviä vahvuuksia ja menestymisen mahdollistajia oli SAHL sisäinen päätös keskittää kansainvälisen kisojen hakeminen yhteen paikkaan. Voin yksiselitteisesti todeta, että päätöksen tekeminen oli välttämätöntä ja viisasta. Joensuu-Kontio-lahti hakukomitean takana oli koko aluetalous. Yhtenäisenä esiintynyt, hyvin kansainväliseen yhteisöön verkottuneet ihmiset ja tasa-arvoisesti koottu hakukomitea olivat vahvuustekijöitä.

Suomalaista urheilujärjestötoimintaa koskevassa keskustelussa on joka ajassa omia pääteemoja. Kuluva vuosi ja useita tuleviakin tulee leimaamaan rakennemuutos ja uudistustyö. Risto Niemisen työryhmän keväällä jättämä raportti ”Sanoista Teoiksi” käynnisti suomalaisen huippu-urheilun kehittämisprosessin. Huippu-urheilun muutosryhmäksi nimetty, SLU:n toimivapaalle siirtyneen toiminnanjohtaja Jukka Pekkalan vetämä muutosryhmä on ison haasteen edessä. Miten ja millä keinoin suomalaisen huippu-urheilun menestys tulevaisuudessa turvataan ja sen kehittämisedellytyksiä parannetaan? Haaste on mitattava. Suomen Ampumahiihtoliitto on ensimmäisten lajiliittojen joukossa ilmaissut, että olemme aktiivisesti mukana tuossa kehitystyössä. Synnergia eri lajien välillä, tehostuva tutkimustyön tekeminen ja sen käytäntöön siirtäminen, lasten ja nuorten lahjakkuuspotentiaalın kasvattaminen ja nuorten huipulle pyrkivien urheilijoiden urapolun tukeminen ja turvaaminen niin, että huippu-urheilu ei olisi joko tai valinta ovat eräitä merkittäviä teemoja, joiden soisi menevän huimain harppauksin nyt eteenpäin. Jatkossakin resurssit ovat aina joko niukat tai lähes riittämättömät. Niitäkin toivoisi jostain suomalaiselle urheilulle lisää löytyvän, koska lähes kaikkia lajiliittoja ja seuroja koskettaa sama ongelma; toimintaan ei ole riittävästi pelimerkkejä.

Suomalainen urheilujärjestö rakenne on todettu vertailuissa kilpailijamaihin sirpaleiseksi ja hajanaiseksi. Toiminta on siiloutunutta ja ver-

kostoituminen on liian niukkaa. SLU on aloittanut oman strategiatyön, jonka visioksi on asetettu ”Suomi, maailman liikkuvien urheilukansain 2020”. Toimialajärjestöt ovat niin ikään aloittaneet tai aloittelemassa omaa strategiatyötään. Käsitys on, että tulevien vuosien aikana on edessä myös suurimmat muutokset järjestö rakenteessa sitten SLU:n, eri toimialajärjestöjen ja SLU:n uusien alueiden syntymisen jälkeen.

Suomen Ampumahiihtoliitto ry on ampumahiihdon omistaja Suomessa. Meidän vastuulla on lajimme omistajina tästä ”kruununjalokivestä” huolehtiminen. Vastuullisena toimijana meidän tehtävä on toimia niin, että omistajuuden arvo kasvaa ja tuottaa omistajilleen. On tärkeää, että kaikki jotka kuuluvat tähän omistajajoukkoon toimivat vastuullisesti ja ahkerasti ja tulevaisuuteen katsoen. Vain sillä tavoin omistuksemme arvo voidaan parhaiten hyödyttää kaikkien hyväksi.

Parin kuukauden kuluttua edessämme on SAHL sääntömääräinen liittokokous. Kokkolan kaupunki on lupautunut tuon tärkeän kokouksemme isännäksi. Hyvässä yhteistyössä Kokkolan kaupungin ja muun muassa Keski-Pohjanmaan Liikunnan kanssa kokousjärjestelyt ovat huippuluokkaa. Toivotan jo tässä vaiheessa kaikki seurojen edustajat lämpimästi tervetulleeksi Kokkolaan 27.11.2010. Sitä ennen tapaamme Hattulassa lokakuun lopulla seuraseminaarissa. Seuraseminaarissa käsittelemme muun muassa SAHL:n vuoteen 2014 tähtäävää strategiaa, valmennuksen linjausta, seuratoimintaamme ja kilpailukauden 2010-2011 ajankohtaisia asioita. Tuolloin pääsemme myös kuulemaan uuden nuorten päävalmentajamme Kristian Holmin ajatuksia siitä miten nuorten valmennusta tulisi viedä eteenpäin. Tulethan mukaan kuulemaan, vaikuttamaan ja ota pari kaveria myös seurastasi mukaan.



## Liittokokouskutsu

## Suomen Ampumahiihtoliitto ry:n Syyskokous

Kokous pidetään lauantaina 27.11.2010 kello 13:00

Kokkolan kaupungintalo, Kokkolasali  
Kauppatori 5, Kokkola

[www.kokkola.fi](http://www.kokkola.fi)

Ruokailu ja valtakirjojen tarkastus kello 12:00 alkaen.

Esillä sääntömääräiset asiat.  
Tarkentuvat kokoustiedot [www.biathlon.fi](http://www.biathlon.fi)

Virallinen kokouskutsu toimitetaan seurojen yhteyshenkilöille sääntömääräisesti viimeistään 14 vrk ennen kokousajankohtaa.

Suomen Ampumahiihtoliitto ry  
Hallitus

Jussi Järventaus  
Varapuheenjohtaja

Janne Hakala  
Toiminnanjohtaja



Per-Ole Lindell

Lisää laatua, tehoa ja yhteistyötä kehittämiseen

Keväällä teimme vaikean, mutta ainoan mahdollisen valinnan, kun lähdimme oikeasemaan liiton taloutta positiiviseen suuntaan pienentämällä harjoituskauden kuluja minimiin. Samalla teimme alustavat pitkän tähtäimen suunnitelmat uuteen Olympiadiin. Syyskuun alussa saimme vielä ratkaisumme oikeasuuntaisuutta vahvistaneen iloisen uutisen: kotikisat Kontiolahteen 2015.

Keväällä Vuokatissa kerroimme säästösuunnitelmat yhteispalaverissa urheilijoille ja heidän valmentajille. Valmentautuminen - etenkin parhaimpien osalta - on tapahtunut omien henkilökohtaisten valmentajien johdolla, yhdessä tehtyjen suunnitelmien pohjalta. Lähdimme mallilla kehittämään uutta valmennusjärjestelmää.

Lajin resurssit on kohdistettu ensimmäisenä vuotena valmennuksen kehittämiseen Vuokatin Urheiluopistossa. Seuraava vaihe on Kontiolahteen valmennuksen kehittäminen, sekä eteläisen alueen Lahti, Hämeenlinna ja Tuusula valmennuksen kehittäminen. Tavoitteena on päätoimisuuden lisääminen seuravalmennuksen tueksi ja urheilijoiden urapolun kokonaisvaltaisempi tukeminen.

Liiton valmennusjärjestelmän perusta on nuorten valmennus. Kristian Holm aloitti nuorten päävalmentajana Vuokatissa elokuussa. Kristian on ampumahiihtovalmentaja, joka tuo lajin viimeisintä valmennusoppia Norjasta. Syksyn kuluessa linjaamme liiton valmennuksen yhdessä Kristianin ja muiden valmentajien kanssa. Maastohiihdon valmennuksen vuosilinjaus on julkistettu ja ampumahiihdon oma linjaus on pitkälti samantyyppinen, mutta siihen sisällytetään lajimme omat sisällöt. Uudet linjaukset kerrotaan seuraavalle lokakuun viimeisenä viikonloppuna SAHL seuraneuvottelupäivillä.

Tavoitteenamme on myös monipuolista valmennuksemme sisältöä ja lisätä tehoharjoittelua. Saimme positiivista palautetta NMM-ryhmän ensimmäisistä leireistä, mutta kovien leirien uudet harjoitustavat herättivät myös hämmennystä urheilijoiden keskuudessa. Tulemme jatkossa seuraamaan valmennuksia ja niiden toteutumista sekä ammunnan että fyysisen harjoittelun osalta e-Loggerin avulla nuorten ryhmistä lähtien. Lisäksi seuraamme kunnan kehitystä säännöllisillä kenttästeillä, joista kerromme lisää valmennuksen linjauksien yhteydessä.

Kyky-ryhmä, jota Kristian myös valmentaa, on saanut kaksi innokasta ja osaavaa ampumahiihtäjä-apuvalmentajaa, kun Marko Mänttari ja Jouni Kinnunen ovat ryhtyneet uran jälkeen tai sen ohella opiskele-

maan valmentajiksi. Valmentajien vähäinen määrä on ampumahiihtoliitolle erittäin akuutti ongelma: osaavia valmentajia ei ole riittävästi. Valmentajakoulutus onnahtelee vielä jonkin aikaa, mutta lähtee täydellä vauhdilla käyntiin ensivuonna. Valmentajakoulutuksen materiaali ohjaaja- ja I – tasolle on pienten muokkauksen jälkeen valmiina. II – tason koulutuksen toivomme toteutuvan yhdessä maastohiihdon valmennuksen kanssa siten, että siihen lisätään oma lajiosuus. II – tason koulutuksen on tarkoitus käynnistyä vuoden päästä.

Osa A- ja B-maajoukkueen ampumahiihtäjistä on yhteisellä leirillä Ramsaussa 27.9.-12.10. Ensimmäinen lumileiri on 6.-18.11. Oloksella. Sitä ennen hiihdämme marraskuun alussa tarkkailukilpailun Vuokatissa IBU- cupia varten. Tarkkailu- ja katsastuskilpailut löytyvät myös netistä ja ne tulevatkin olemaan aiempaa kovemmat, koska kiintiötämme pienennettiin yhdellä urheilijalla sekä naisten että miesten osalta. Kiintiömme maailmancupissa on tänä vuonna 3+3.

Lokakuun aikana valitaan ampumahiihdolle myös uusi lajivalmentaja, joka aloittaa työnsä Oloksen leirillä. Huoltojoukkueenkin kokoonpano on jo muotoutumassa ja siitä tulee vahvempi kuin koskaan aikaisemmin. Aloitimme yhdessä maastohiihdon, yhdistetyn hiihdon ja Olympiakomitean kanssa suksihuollon kehittämisen takaisin maailman huipulle. Suksihuollon tutkimusten ohjaus ja toteutus tapahtuu Vuokatin Snowpoliksessa ja ”pikkusuksilajien” huollon pitkäaikainen haave ulkopuolisesta huollon tuesta tutkimuksineen on näin vihdoinkin toteutumassa! Tavoite on asetettu ja siihen on sitouduttu: maailman kärkipaikka Sotshissa ampumahiihdon huollossa.

## Suomen Ampumahiihtoliiton

### SEURANEUVOTTELUPÄIVÄT

### 30.-31.10.2010

**Paikka:** Petäys Resort, kokous- ja vapaa-ajankeskus,  
Petäyksen tie 35, 14620 Tyrväntö  
Puh. (03) 673 301 [www.petaysresort.fi](http://www.petaysresort.fi)

#### Seminaarin ohjelma:

(valmistelu seuratoimintavaliokunta ja kilpailutoimintavaliokunta)

- SAHL Strategia 2010-2014
- Valmennuksen linjaus
- Valmennuksen sisällöt
- SAHL yleiset tiedoksi saatettavat asiat
- Seuratoiminnan kehittämisen linjat ja toimintatavat
- Kilpailutoiminnan ajankohtaiset asiat

**MUKANA MYÖS NUORTEN PÄÄVALMENTAJA  
KRISTIAN HOLM  
SEKÄ VALMENNUKSEN JA KILPAILUTOIMINNAN  
JOHTAJA PER-OLE LINDELL !!**

#### Aikataulu

**La 30.10.2010**

12.00 Lounas

12.30 - 18.00 Seminaari

15.00 Kahvi

18.00 Päivällinen

20.00 Sauna

**Su 31.10.2010**

8.30 - 12.00 Seminaari

12.00 Lounas

*Ilmoittautumiset 21.10. mennessä sähköpostiin [janne.hakala@biathlon.fi](mailto:janne.hakala@biathlon.fi).  
Ilmoita majoitustoiveesi, mahdolliset erikoisruokavaliot sekä tarve kuljetukseen Hämeenlinnan rautatieasemalta.*

*Hinta:* omakustanteinen paketti sisältää kahvit, ruokailut, majoituksen, aktiviteetit, saunan.  
Kahden hengen huone 105€/hlö  
Lisävuodepaikka 80€/hlö  
Yhden hengen huone 125€/hlö

**Tervetuloa!**



## Kristian Holm haluaa edistää uutta harjoituskulttuuria

Ampumahiihtoliiton uusi valmentaja Kristian Holm haluaa edistää Suomessa harjoituskulttuuria, jossa harjoitusten määrä ja laatu kohtaavat. Nuorten päävalmentajana toimiva norjalainen kokee saaneensa erittäin hyvän vastaanoton.

**”Monessa urheilijassa on paljon potentiaalia”**

”Paljon on ollut tehtävää, sillä aloitin kesken harjoituskauden ja monet asiat ovat uusia. Olen käyttänyt monia tunteja perehtyäkseen harjoitusfilosofiaan ja urheilijoiden tasoon. Olen jo oppinut leireillä tuntemaan useammat urheilijoista”, Holm sanoo ensimmäisen kuukauden kokemuksistaan.

Holmin päätehtävät ovat SAHL nuorten Kyky-ryhmän ja nuorten MM-ryhmän valmentajana toimiminen sekä Sotkamon Urheilulukion ampumahiihtovalmennuksen toteuttaminen ja kehittäminen. Osion kupeesta Skedsmosta Suomeen siirtyneen Holmin asemapaikka on Vuokatti, josta hänellä on urheilun kannalta vain hyvää sanottavaa. ”Syyskuun lopulla tulee neljäs ampumahiihtäjä urheilulukioon.

Suunnitelma on, että heitä on tulevaisuudessa enemmän. Ei tämän parempaa paikkaa voi olla ampumahiihdon ja koulun yhdistämiseen.”

### Keskustelu avainasemassa

Nuoresta 32 vuoden iästään huolimatta Holm on toiminut ampumahiihtovalmentajana vuodesta 1996 alkaen, josta ajanjaksosta viimeiset kymmenen vuotta päätoimisena. Suomalaisnuorten tilanteesta puhuttaessa hän mainitsee ensivaikutelmanaan tasoerot ääripäiden välillä, mutta korostaa parhaiden olevan todella hyviä.

”Urheilijoilta vastaanotto on ollut erittäin hyvä. Monet urheilijat ovat jo pyytäneet myös henkilökohtaista valmennustakin. Urheilijat vaikuttavat tuossa iässä olevan hyvin avoimia uudelle.”

Hän on myös kokenut, että monilta vielä puuttuu suunnitelmallisen tekemisen sisältävä harjoituskulttuuri. Sitä hän haluaa osaltaan nuorille juurruttaa: ettei vain mentäisi lenkille tai ampumaan.

”En tietysti voi sanoa sataprosenttisen varmasti, mutta kun vertaan harjoitustunteja urheilijoiden tasoon, näen että harjoituskulttuurin ja suunnitelmallisuuden kanssa on tekemistä.”

Norjalaisvalmentajaa ei ole yllättänyt, että suomalainen valmennuslinja ja totuttu tapa tehdä asioita on tuntunut vahvalta.

”Asioista ollaan hyvin vahvasti yhtä mieltä, eikä muista harjoitusfilosofioista juuri keskustella. Se on varmaan aika yleistä, sillä sama se tilanne on kyllä Norjassakin”, hän nauraa.

Holm toivoo, että ajan kanssa nuorten harjoituskulttuuri muuttuu ja urheilijoiden oma ymmärrys harjoittelusta lisääntyy.

”Pitää harjoitella kovempaa, mutta pitää myös tietää, miksi jotain harjoituksia tehdään ja olla suunnitelmallisempi. Ei niin, että urheilija saa valmentajalta ohjelman ja etenee sen mukaan. Heidän itsensä pitää tietää, mitä he tekevät ja miksi.”

Ensimmäisenä tärkeänä askeleena on myös, että leiri- ja kotiharjoittelu olisi linjassa toistensa kanssa.

”Ettei olisi niin, että leirillä tehdään yhtä ja kotiharjoittelussa toista. Leireillä opitun uuden systeemin siirtäminen kotiharjoitteluun ei ole aina niin helppoa. Siinä avainasemassa on keskustelu ja tiivis yhteistyö urheilijan lisäksi henkilökohtaisten valmentajien kanssa.”

Valmentajana Holmin vahvuudet ovat erityisesti ammunassa. Hän näkee suomalaisjunioreilla olevan siinä paljon työtä.

”Kyse ei ole siitä, ettei urheilijoilla olisi lahjoja tai kykyjä. Enemmän se on sitä, etteivät he ole harjoitelleet tällä tavalla.”

### ”Etten unohtaisi, miltä kilpaileminen tuntuu”

Kovin monien suomalaisvalmentajien kanssa hän ei ole vielä ehtinyt paljon keskustella, mutta hänelle on syntynyt positiivinen kuva.

”Oleellista on, että on aikaa selittää, miksi haluan jotain tehtävän eri lailla. Ettei ole niin, että haluan vain muuttaa jotain. Pitää olla aikaa keskustella ja osata hyödyntää myös vanhaa systeemiä. Näitä keskusteluja valmentajien kanssa tulen käymään paljon.”

Holmin omiin harrastuksiin kuuluu muun muassa rullahiihto ja pyöräily. Hän yrittää myös kilpailla säännöllisesti.

”Etten unohtaisi sitä, miltä kilpaileminen tuntuu. Siitä tunteesta ja sen tietämisestä on apua, kun valmentaa urheilijoita.”

Yhden suomalaisen ampumahiihdon kannalta erittäin hyvän asian Holm on jo ensimmäisten viikkojensa aikana huomannut:

”Monessa urheilijassa on paljon potentiaalia ja he tekevät hyvää työtä. He haluavat kehittyä ja uskon, että monilla on mahdollisuudet tehdä erittäin hyvää tulosta. Kun kilpailukausi alkaa, nähdään kuinka työme tähän asti toimii.”

Miten potentiaali jalostetaan aikuisten sarjaan ja siellä menestymiseen asti?

”On tärkeää, että harjoittelu on hauskaa ja luovasti suunniteltu.

Urheilijan ei aina tarvitse ihan tarkkaan tietää ihan kaikkea, mitä harjoituksessa tapahtuu. Se tuo pientä jännitystä. Tietysti pitää harjoitella kovaa, että kapasiteetti kehittyy koko ajan. Jos harjoittelet 15-20 tuntia viikossa ja se on aina samanlaista, siihen on helppo kyllästyä. Hyvät tulokset toki motivoivat, mutta pelkistetysti tarvitaan oikeanlaisia ja hauskaa harjoittelua.”

# Suomen Ampumahiihtoliitto 50-vuotta pääjuhla upeissa puitteissa, upeassa seurassa

Sunnuntaina 25.4.2010 kokoontui parhaimpiinsa pukeutunut juh-  
lakansa viettämään Suomen Ampumahiihtoliiton 50-vuotisjuhla-  
vuoden pääjuhlaa Lahten Sibelius-talolle.

Juhlien arvovaltainen joukko kokonaisuudessaan oli paras  
osoitus siitä, että Suomen Ampumahiihtoliitolla on merk-  
ittävä asema suomalaisessa yhteiskunnassa ja kansainvä-  
lissä ampumahiihtoperheessä.

## Juhlapuhujana IBU:n puheenjohtaja Anders Besseberg

50-vuotisjuhlan juhlapuheen  
piti Kansainvälisen Ampu-  
mahiihtoliiton puheenjohtaja  
Anders Besseberg. Besseberg  
kertasi puheensa aluksi am-  
pumahiihdon syntyhistoriaa.  
Puheenjohtaja Besseberg pa-  
lautti mieliin, että uudenaikai-  
sen ampumahiihdon historian  
voidaan katsoa alkaneen en-  
simmäisistä MM-kilpailuista  
1958, jotka järjestettiin Itäval-  
lan Saalfeldenissä. Vuonna 1978 tapahtunut muutos isosta  
kivääristä pienoiskivääriin käynnisti varsinaisen ampu-  
mahiihtobuumin, joka jatkaa kovaa kasvuaan näinäkin  
päivinä. Vuonna 1984 järjestettiin naisten ensimmäinen  
MM-kilpailu ja todellinen läpimurto koettiin 1992 kun

naiset kilpailivat ensimmäistä kertaa ampumahiihdon  
olympiamitaleista. Kansainvälinen Ampumahiihtoliitto  
IBU on perustettu 1993 kun 31 kansakunnan edustajat al-  
lekirjoittivat perustuskirjan.

Kansainvälistä ampumahiihtoliittoa menestyksekkäästi jo pitkään johtanut norjalainen nostatti juhlaväen itse-  
tuntoahuippuunsa kertoessaan,  
että nykyisin ampumahiihto on  
yksi seuratuimmista talviurhei-  
lulajeista televisiossa, ellei jopa  
suosituin. Vuosittain ampuma-  
hiihto nimittäin kerää jopa 800  
miljoonaa TV-katsojaa.

50-vuotiaalle Suomen  
Ampumahiihtoliitolle Besse-  
berg osoitti kiitoksensa kertoes-  
saan, että Suomi on ollut tärkeä  
jäsen kansainvälisen liiton per-  
heessä heti alusta alkaen ja että  
Suomessa on kasvatettu maail-

man parhaita ampumahiihtäjiä. Huomattavin suomalainen  
ampumahiihtäjä on Heikki Ikola, joka on voittanut urallaan  
neljä MM-kultamitalia, kolme yksilökisassa ja yhden viestis-  
sä. Juhani Suutarinen on voittanut kaksi MM-kultaa vuonna  
1974 Minskissä ja yhden viestikullan vuonna 1975.



Operaatio Kenraalien Miekka päätöksessä. PV:n komentojen kenraali Antti Tuohi, Pentti Puurunen, Immo Kuutsa, Pentti Puurunen



SLU:n onnittelut ja tervehdyksen juhlaan toi puheenjohtaja Timo Laitinen

Besseberg korosti, että Suomella on tärkeä rooli kan-  
sainvälisten ampumahiihtokilpailujen järjestäjänä. Suomi  
on isännöinyt MM-kilpailuja viisi kertaa: 1962 ja 1971 Hä-  
meenlinnassa, 1981 ja 1991 Lahdessa ja 1999 Kontiolah-  
della. Lisäksi Suomi on isännöinyt lukuisia muita kansain-  
välisiä arvokilpailuja ja maailmancup-tapahtumia. Erityi-  
sen maininnan suomalaisista ampumahiihtotoimijoista  
kansainvälisessä ampumahiihtoperheessä saivat Erkki Toi-  
vanen, Heikki Hovi, Esa Haapala ja Jorma Helén.

Puheensa lopuksi Anders Besseberg kiitti Suomen  
Ampumahiihtoliittoa suuresta myötävaikutuksesta ampu-  
mahiihdon kehittämiseen ja muistutti siitä, että menestyvät  
urheilijat, erinomaiset kilpailujärjestäjät ja ahkera työ kehittä-  
vät omalta osaltaan myös kansainvälistä ampumahiihtoa.

## Juhlassa palkittuja

Suomen Ampumahiihtoliiton kultaisella ansiomerkillä  
palkittiin:  
Britta Haapoja, Antero Viherkenttä, Kalevi Vähäkylä, Vesa  
Hietalahti, Erkki Antila, Pirjo Aalto, Tuija Vuoksiala, Seija  
Hänninen (os. Hyytiäinen), Mari Uusitalo (os. Lampinen),  
Harri Eloranta, Ville Räikkönen, Kari Miettinen.  
Kauden 2009-2010 parhaana ampumahiihtäjänä palkittiin:  
Kaisa Mäkäräinen, Kontiolahden Urheilijat  
Kauden 2009-2010 parhaana nuorena ampumahiihtäjänä  
palkittiin NMM-kilpailujen 2010 miehet 19-sarjassa nel-

jänneksi sijoittunut joukkue:  
Vili Vajanto, Puijon Hiihtoseura  
Olli Hiidensalo, Lahden Hiihtoseura  
Mikko Repo, Kontiolahden Urheilijat  
Kauden 2009-2010 ampumahiihtoteon tehneenä urheili-  
jana palkittiin:  
Maija Löytynoja, Saloisten Salama  
Kauden 2009-2010 seuravalmentajana palkittiin:  
Mika Rinta-Keturi, Seinäjoen Hiihtoseura  
Päävalmentajana 2006-2010 toiminut Jonne Kähkönen  
palkittiin SAHL hopeisella ansiomerkillä.

## Paljon kiittäviä puheita ja eteenpäin luotaavia ajatuksia sekä juhlamieiltä nostavaa sotilassoittoa

Pääjuhlan ohjelman juonsi ansiokkaasti ampumahiihdon  
TV-lähetysistäkin tuttu Pertti Tapola. 50-vuotisjuhlien  
pääjuhlan avasi SAHL toiminnanjohtaja Janne Hakala, jo-  
ka kiitti juhlan järjestelyihin vaikuttaneita ja onnistumisen  
mahdollistaneita henkilöitä, yrityksiä ja yhteisöjä.

Lahden kaupungin tervehdyksen juhlaan toi Lahden  
kaupunginjohtaja Jyrki Myllyvirta.

Juhlassa sai ensiesityksen SAHL juhlahistoriikki,  
jonka oli YLE:n aineistosta koostanut lahtelainen Hannu  
Lehman.



Pääjuhlan päätöissanat; SAHL varapuheenjohtaja Mauri Pekkarinen



Pääjuhla vietettiin upeissa puitteissa, taso maailman huippua...

Juhlallisesta musiikista vastasi Puolustusvoimien Varusmiessoittokunta. Soittokuntaa johti varusmiessoittokunnan päällikkö ja kapellimestari musiikkikapteeni Juha Ketola. Juhlissa kuultiin seuraavat kappaleet: Porilaisten marssi (säv. Christian Kress) Ratsuväen marssi (trad) Timo Forsströmin säveltämä kappale Monark Avenue Juhlan lopuksi juhlayleisö yhtyi Maamme-lauluun yhdessä varusmiessoittokunnan kanssa.

### Kalle Lähdesmäki muistutti ampumahiihtoliiton perustehtävästä

Katsauksen Suomen Ampumahiihtoliiton toimintaan loi SAHL puheenjohtaja Kalle Lähdesmäki. Puheessaan Lähdesmäki muistutti siitä, että ampumahiihtoliitto on perustettu palvelemaan ja tukemaan seuroja ja seuratoimintaa.

Lähdesmäen mukaan 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, olosuhdetekijät mainiot myös riittävän pitkän harjoituskauden varmistamiseksi 2-3 paikkakunnalla, kansainvälisellä huipulla yksi urheilija, 2-3 lähellä huippua, nuorissa on leveä ryhmä lähestymässä kansainvälistä huippua. Suomessakin ampumahiihto pärjää hyvin TV-katsojaluvuissa muihin talviurheilulajeihin verrattuna - suurta kiinnostusta lajiin siis on olemassa.

Ampumahiihdon merkittävimmiksi haasteiksi jotka pätevät varmasti moneen muuhunkin lajiin Lähdesmäki listasi seuraavat ydinkohdat:

1. Seuratyön kehittäminen ja tukeminen.
2. Järjestelmän toimivuus urheilijan kannalta.
3. Henkilökohtaisten valmentajien ja lajiin liittyvän ammattitaidon kehittämisen tukeminen, läsnäolo harjoittelussa sekä henkisen valmennuksen osaaminen ja sisällyttäminen kokonaisuuteen.
4. Suomen Ampumahiihtoliiton edustajien verkostoitumisten lisääminen

Erityisen toiveen Kalle Lähdesmäki esitti nyt syksyllä työnsä jo aloittaneelle huippu-urheilun kehittämistyryhmälle, jonka työ käynnistyi niin sanotun Niemisen työryhmän mietinnön pohjalta.

Lähdesmäki lainasi puheessaan suoraan mietinnön yhtä tulevaisuuden visiota joka toteaa, että "Lahjakkuusreservi on huippu-urheilun perusta. Suomalaiset lapset ja nuoret liikkuvat paljon ja monipuolisesti. Lasten valmennus tapahtuu hyvässä ilmapiirissä, se tuottaa iloa ja saa aikaan innoituksen urheilla."

Lähdesmäen mukaan, ehkä suurimpana ongelmana sekä huippu-urheilun että kansanterveyden kannalta

Suomessa on koululiikuntatuntien vähäisyys. Lähdesmäki sanoi, että hän olisi toivonut, että Niemisen työryhmä olisi rohkeasti esittänyt tavoitteen koululiikuntatuntien lisäämisestä ja asettanut sen aitoon julkiseen keskusteluun. Tavoitteena tulisi olla, että koululiikuntatuntien määrä kaksinkertaistuu vuoteen 2015 mennessä nykyisestä tasosta. Lähdesmäki esitti puheessaan vetoamuksen, että seuraavan hallituksen ohjelmaan on saatava tällainen tavoite. Aikanaan on ollut poliittinen päätös kun liikuntatunteja on vähennetty. Lähdesmäen mukaan nyt tulee tehdä uusi poliittinen päätös, jolla aikaansaadaan tärkeä perusta sekä kansanterveyden että huippu-urheilun kehittämiseksi



Juhlapuhe: IBU:n puheenjohtaja Anders Besseberg



Kansainvälisen liiton onnittelut toivat puheenjohtaja Anders Besseberg ja tilintarkastaja Jorma Helén

Suomessa.

Puheensa lopussa Lähdesmäki kiitti kaikkia 50 vuoden aikana Suomalaisen ampumahiihdon kehittämiseen töitä tehneitä, vaivaa nähneitä, hikipisaroita, ilon ja pettymyksen kyneleitä vuodattaneita ja totesi, että työ jatkuu.

### Operaatio Kenraalien Miekka sai arvoisensa päätöksen

Liiton entinen puheenjohtaja sekä liiton kunniajäsen Jouko Kemppi lausui KM-osion alkusanat, hän luki jalkaväenkenraali Adolf Ehrnroothin kirjeen vuodelta 1996, jossa "Aatu" kehuu lajiamme hienoksi ja valoi uskoa nuoriin urheilijoihimme.

Kenraali Gustav Hägglund totesi omassa puheenvuorossaan, että puolustusvoimat ei virallisena instituutina voinut asettaa vain yhden lajin taakse. Koska ampumahiihto on puolustusvoimille tärkeä perinnelaji Operaatio-Kenraalien Miekkaan valjastettiin hänen komentaja-aikanaan heti parhaat voimat.

Hägglund sanoi, että Adolf Ehrnrooth oli elinaikanaan maanpuolustushenkemme yliverinen ikoni ja Jorma Järventaus oli myös erittäin arvostettu henkilö laajoissa piireissä.

Operaatiojohtaja Matti Hurttala lausui operaation päätöksen sekä julisti operaation virallisesti päättyneeksi. Hurttala totesi, että operaatio oli menestys ja kaikkien aikojen ylivoimaisesti

suurin tukiprojekti lajin nuorille urheilijoille. Hurttala esitti lämpimät kiitokset nimensä miekkaan antaneille kenraaleille, erityisen lämmöllä hän muisteli Adolf Ehrnroothia ja Jorma Järventausa.

Hurttala kiitti koko Suomen kenraalikuntaa heidän avustaan ja erityisesti henkilöitä, jotka ovat auttaneet miekojen myynnissä. Kaikista suurin kunnia ja kiitos kuuluu kuitenkin miekkojen ostajille, heitä Suomen nuoret ampumahiihtäjät tervehtivät kunnioittaen.

Operaatiojohtaja Hurttala luovutti puolustusvoimain komentajalle kenraali Ari Puheloinelle Kenraalien Miekan ja Kenraali Gustav Hägglund luovutti viimeiset mydyt miekat Immo Kuutsalle ja Pentti Puuruselle, joka sai haltuunsa miekan numero 100.

Immo Kuutsa lausui tilaisuudessa miekansaajien tervehdyksen.

### Tervehdykset pääjuhlaan toivat:

Opetus- ja kulttuuriministeriön ylijohtaja Riitta Kaivosoja Suomen Liikunnan ja Urheilun puheenjohtaja Timo Laitinen

Olympiakomitean pääsihteeri Jouko Purontakanen

Puolustusvoimain komentaja Ari Puheloinen

Urheilijan tervehdys Heikki Ikola

Seurojen ja valmentajien tervehdys Hemmo Koivunen

Juhlan päätöksen lausui SAHL varapuheenjohtaja elinkeinoministeri Mauri Pekkarinen.



maailmanmestari Juhani Suutarinen.

Naapurimaan liiton edustajat olivat myös mukana juhlassa. Olympiavoittaja, Venäjän ampumahiihtoliiton hallituksen jäsen Dmitri Vasiliev ja kansainvälisistä asioista vastaava Rodion Tukhvatulin





Upea Puffet-pöytä kruunasi juhlaväen hyvän mielen – Työ on kannattanut ja kannattaa edelleen

Juhlapäivän päätteeksi nostettiin malja 50-vuotiaalle Suomen ampumahiihtoliitolle. Sibelius-talon upeat puitteet, laajoista ikkunoista avautunut Vesijärven keväinen maisema ja maukas Puffet-pöytä kruunasivat juhlapäivän hienon tunnelman. Kotimatalle lähdettiin hyvillä mielin todeten: Työ ampumahiihdon eteen on kannattanut ja kannattaa edelleen.

Lämmin kiitos jokaiselle pääjuhlan onnistumiseen panoksensa antaneelle ihmiselle, yritykselle, yhteisölle. Kiitos myös niistä kymmenistä onnitteista joita juhlapäiväämme saimme.

Liittokokous keräsi runsaan osonoton

## Liittokokous käynnisti juhlapäivän

Ennen pääjuhlaa SAHL seurojen edustajat kokoontuivat liiton sääntömääräiseen kevätilittokokoukseen. Liittokokouksen esityslistalla oli toimintasääntöjen mukaiset sääntömääräiset asiat. Liittokokous antoi liiton hallitukselle evästyksen SAHL toimintastrategian 2010-2014 valmistelusta niin, että se tuodaan kokonaisuudessaan seuroille käsiteltäväksi ja hyväksyttäväksi syyskokoukseen.

Keskustelua käytiin erityisesti liiton taloudesta, joka on haasteellinen. Vuodet 2008 ja 2009 ovat olleet alijäämisiä. Yksituumaisena toimenpideohjelmana on vuoden 2010 aikana normalisoida liiton maksuvalmius ja vuoden 2011 aikana vakiinnuttaa ja vahvistaa toimintaa ja resursseja monipuolisesti. Vuoteen 2010 tähdännyt olympioprojekti vietiin läpi suunnitelmiin mukaisesti ja koska varainhankinnan osalta ei ole päästy täysimääräisesti tavoitteisiin on alijäämää syntynyt. Liiton hallitus ja toiminnanjohtaja



## PÄÄJUHLAN OHJELMA

Musiikkia

Ampumahiihtoliiton  
50-vuotisjuhlan avaus,  
toiminnanjohtaja Janne Hakala

Lahden kaupungin tervehdys,  
kaupunginjohtaja Jyrki Myllyvirta

Suomalaisen ampumahiihdon  
tähtihetkiä

SAHL tänään ja huomenna,  
puheenjohtaja Kalle Lähdesmäki

Musiikkia

Juhlapuhe,  
IBU:n puheenjohtaja Anders Besseberg

Operaatio Kenraalien Miekka,  
luovutukset ja operaation päätös

Tervehdykset,  
OPM, SLU, OK, Puolustusvoimat,  
urheilija, seura/valmentaja

Musiikkia

Päätössanat,  
SAHL varapuheenjohtaja ministeri Mauri  
Pekkarinen

Maamme-laulu

Tilaisuuden juontaa Pertti Tapola

toivat taloudesta aiheellisesti huolestuneelle seuravälle esiin sen, että taloutta arvioitaessa on huomioitava kokonaisuus. Toiminta vaatii resursseja ja kehittymisen kannalta on tärkeää, että jatkossa myös tulovirrat saadaan kehittämään merkittävästi.

Syysliittokokouksessa 2009 hallitus esitteli, että vuoden 2010 aikana tullaan arvioimaan se, mihin suomalaisen ampumahiihdon kokonaisuuden kannalta on perusteltua keskittää kansainvälisten kilpailujen hakeminen ja järjestäminen. Vuoden 2010 alkupuoliskon aikana SLU Sport Finland tapahtumatoimisto Arto Aholan johdolla teki laajan puolueettoman selvitystyön Lahden ja Kontiolahden osalta kansainvälisen ampumahiihdon asemasta ja toimintaedellytyksistä. SAHL hallitus päätti tuon selvityksen pohjalta, että Kontiolahti, Joensuu ja koko Pohjois-Karjala on niin vahvasti sitoutunut ampumahiihdon kehittämiseen, että on perusteltua päätyä ratkaisuun jossa kansainvälisten päätapahtumien haku ja järjestäminen keskitetään Kontiolahti-Joensuu yhteiselle haku- ja järjestäjäorganisaatiolle. Keskustelu asian tiimoilta oli vilkasta. Lopuksi todettiin, että SAHL hallitus on toiminut asiassa täysin SAHL sääntöjenmukaisella mandaatilla ja päätös selkeyttää Suomen toimintaa kansainvälisten kilpailuiden hakemisessa.

Liittokokouksen ansiokkaana puheenjohtajana toimi Hollolan Urheilijoiden -46 ampumahiihtajaoston puheenjohtaja Riikka Salokannel. Tässä yhteydessä vielä lämmin kiitos Riikalle hyvästä puheenjohtajatyöskentelystä.

# Kuukausien työ huipentui Pietarissa sykähdyttävään hetkeen:

“Kontiolahti, Finland, to host the 2015 IBU World Championships”

”The delegates of the national federations, on the final day of the IBU Congress, selected Kontiolahti, Finland to host the 2015 IBU World Championships.” – nämä kansainvälisen ampumahiihtoliiton puheenjohtaja Anders Bessebergin sanat IBU:n kongressin päätöspäivänä Pietarissa aikaansaivat sykähdyttävän suomalaishetken: **Kontiolahti sai MM-kilpailut 2015 isännöitäväkseen.**

Molemmat MM-kandidaatit Kontiolahti-Joensuu ja Holmenkollen olivat esittäneet presentaationsa kongressivälle ja molemmat hakukomiteat olivat kuulemassa lopputulosta.

Tunne oli uskomattoman ihana koko hakukomitealla: hymyä, naurua ja itkua samanaikaisesti. Iloisia kannustushuutoja ja heiluvia Suomen lippuja. Loput puheenjohtajan sanoista jäivät kuulematta. Hakukomitean puheenjohtaja Seppo Eskelinen ja ampumahiihtoliiton varapuheenjohtaja Sakari Honkamaa pitivät kiitospuheen, jonka jälkeen poistuimme ulos kongressisalista toisiamme halaten ja kokousedustajille vilkuttaen.

Mikä ratkaisi kisaisännöiden, siihen ei löydy yhtä vastausta. Hyvä suunnittelu ja valmistautuminen, kontaktien otot etukäteen eri maihin, hakukomitean uurastaminen kongressipaikalla, hieno osasto, iloinen ilme, onnistunut kongressilounas, onnistunut presentatio, tulevaisuuden kehityssuunnitelmat ja aikaisempien vuosien näytöt sekä Kontiolahden tunnettavuus. Eräiden kongressi edustajien mukaan Kontiolahden delegaatio oli haussa mukana sydän ja intohimo ampumahiihtoon. Täydensimme myös hakuasiakirjojamme juuri ennen kongressia tarjoamalla saman verran kisojen aikaista majoitusta joukkueille kuin Holmenkollen.

MM-kisavalintaan huipentui hakukomitean kuukausien työ. Alla aikajanaa, kuinka työ ja kilpajuoksu kalenterin kanssa eteni:

## Tammi-maaliskuu 2010

Suomen Ampumahiihtoliitto nimesi SLU:n ja Olympiakomitean Kansainvälisen urheilutapahtumatoimiston (SLU Sport Finland) tekemään taustakartoituksen ja selvittämään Lahden ja Kontiolahden kilpailu- ja harjoitusolosuhteet sekä seurojen ja alueen kuntien mahdollisuudet ja tahtotila kehittää ampumahiihtoa Suomessa. Selvityksen tulokset tuotiin liiton päätöksenteon tueksi. Kysely tehtiin



Vasemmalta lukien Joensuun liikuntajohtaja Timo Heinonen, SAHL varapuheenjohtaja Sakari Honkamaa, Kontiolahti-Joensuu hakukomitean puheenjohtaja Seppo Eskelinen, Projektipäällikkö Esa Haapala

molempien paikkakuntien seuroille, kunnalliselle liikuntatoimelle (Kontiolahti ja Lahti) sekä lähikuntien liikuntatoimille (Hollola ja Joensuu). Seurasi mittava määrä eri asiakokonaisuuksien dokumentointeja, yhteydenottoja sidosryhmiin, selvityksiä selvitysten perään, päätöksentekoa.

## 13.4.2010

Ampumahiihtoliitto nimesi Kontiolahden ja Joensuun muodostaman seudullisen kokonaisuuden tulevien vuosien kansainvälisten ampumahiihtokilpailujen hakijaksi yhdessä Suomen Ampumahiihtoliiton kanssa. Päätös selkeytti tilanteen ja MM-kisojen hakukampanja käynnistyi vauhdilla.

## 22.4.2010

Kontiolahden Urheilijat nimesi projektiryhmän valmistelemaan hakua. Projektiryhmän kokoonpano oli: Projektipäällikkö Esa Haapala, projektisihteeri Siru Vartiainen, pääsihteeri Ritva Peura sekä viestinnästä vastaava Jarno Lautamatti. Ryhmän tehtävänä oli huolehtia valmistelujen etenemisestä ja käytännön järjestelyistä sekä pitää yhteyttä IBU:n ja SAHL:n suuntaan.

## 30.4.2010

Järjestettiin ampumahiihdon MM-kisojen haun informaatiotilaisuus sidosryhmille.

## 6.5.2010 - 31.8.2010

MM-kisojen hakupalaveri sidosryhmien kanssa. Toukokuun alussa myös valmisteltiin rahoitushakemukset sidosryhmille (Maakuntaliitto, Kontiolahden kunta, Joensuun kaupunki, Josek Oy). Päätökset saatiin todella nopeasti ja siten hakukampanjan taloudellinen pohja oli varmistettu. Sen jälkeen hakuasiakirja liitteineen toimitettiin sääntöjen edellyttämässä aikataulussa eli 3.6.2010 mennessä IBU:n toimistoon.

Samanaikaisesti hakukomitean kokoonpano oli selvillä. Hakukomitea muodostui tärkeimpien sidosryhmien (Pohjois-Karjalan Maakuntaliitto, Kontiolahden kunta, Joensuun kaupunki, Karelia Expert) edustajista sekä Kontiolahden Urheilijoista. Hakukomitean puheenjohtajana toimi Pohjois-Karjalan Maakuntaliiton valtuuston puheenjohtaja Seppo Eskelinen.

Tämän jälkeen alkoi Pietarin kongressin suunnittelu, johon kuului mm. kongressipresentaation suunnittelu, kongressiosaston suunnittelu, yhtenäinen ilme, perusviestit, viestintä eri sidosryhmille ja lukuinen joukko muita suuria ja pieniä asiakokonaisuuksia. Samanaikaisesti tehtiin täydellinen valmistelu myös kongressihauulle vuodelle 2012.

## 31.8.2010

Valtiovallan edustajan mukaantulo hakukomiteaan varmistui vasta viime metreillä. Matkustuspäivää edeltävänä päivänä selvisi, että valtiovallan tervehdyksen tuo Suomen Moskovan suurlähettiläs Matti Anttonen. Ministeri Pekkarinen toimi aktiivisesti suurlähettiläsasiassa. Myös ministeri Wallin lähetti oman suosituskirjeensä.

## 3.9.2010

Kongressi alkoi suotuisissa merkeissä. Perjantaina 3.9.2010 jännitimme Ville Haapalan pääsyä IBU:n tekniseen komiteaan ja Kalle Lähdesmäen valintaa IBU:n tilintarkastajaksi. Ville valittiin jatkamaan selvin äänimäärin. Villen valinnan jälkeen saatiin iloita Kalle Lähdesmäen valinnasta tilintarkastajaksi.

Toiminta osastolla oli iloista ja kävijöitä riitti niin, että hakukomitean suunnitelmat vuorotella osastolla eivät toteutuneet suunnitelman mukaisesti. Sekä hakukomitean jäsenet että Ampumahiihtoliiton edustajat ottivat systemaattisesti kontakteja eri maiden edustajiin kertoen Kontiolahden vahvuuksista MM-kandidaattina.

## 4.9.2010

Suurlähettiläs Anttonen saapui paikalle Kontiolahden hakukomitean järjestämään lounastilaisuuteen ja piti erinomaisen puheen kongressiedustajille. Ampumahiihtoliiton varapuheenjohtajan Sakari Honkamaan maljapuhe sai kokousväeltä hersyvät naurut. Lounastilaisuus oli käännekohta, jonka jälkeen useat maat ilmaisivat tukensa Kontiolahti-Joensuulle.

## 5.9.2010

Olimme valmistautuneet presentaatioon huolellisesti. Sakari Honkamaa esitti ensimmäisenä tervehdyksen kongressivälle ja sai runsaat aplodit. Tämän jälkeen lavalle nousi Ville Haapala, joka kertoi Kontiolahden ampumahiihtokeskuksen kehityshistorian, vahvuudet ja tulevaisuuden kehityssuunnitelmat. Myös Villen esiintyminen oli upea. Tämän jälkeen esitettiin video, jonka sisältö oli yhdessä suunniteltu VideoFlamen tuotantotiimin kanssa. Päätössanat ja tervetuloivotukset esitti Seppo Eskelinen.

Presentaatio onnistui loistavasti ja tässä vaiheessa oli jo tunne, että tässä voi käydä joko hyvin tai sitten erittäin hyvin! Ja erittäin hyvinhän siinä kävi.

Miten tästä eteenpäin? Tulevaisuuden kehittämissuunnitelmina on, että Kontiolahti, Joensuu ja Pohjois-Karjala ovat jatkossakin aktiivisia kansainvälisessä ampumahiihtoperheessä ja etulinjassa kehittämässä rakastamaamme urheilua. Kontiolahden ampumahiihtostadioniin investoidaan 3 miljoonan euron edestä. Vuoteen 2015 mennessä pysyvä 1000 luxin valaistus asennetaan stadionille ja televisiointikohtiin ladulla. Urheilijoille valmistuu oma erillinen oleskelutilansa, samoin akkreditoinnille oma rakennuksensa. Uudet katsomorakenteet tekevät stadionista tapahtuma-areenaan, jonne mahtuu 15 000 – 20 000 katsojaa.

## Kontiolahti & ampumahiihto

- 7 maailmancup-kilpailua
- Ampumahiihdon maailmanmestaruuskilpailut vuonna 1999
- Nuorten MM 1996, 2005
- EM 1995, 2002
- Ensilumen Kv-kisoja yli 20 vuoden ajan
- Veteraanien kv-kilpailuja vuosittain (13 krt)
- takaa-ajon testikilpailut, voitelutilojen pioneeri.

# Siellä missä ruoho on vihreämpää... Leirillä Östersundissa

Östersund, Ruotsin ampumahiihdon mekka, sijaitsee samalla korkeudella kuin Vaasa, lähellä Norjan rajaa.



Kirsi, Meri ja Sanja yhdessä Anna-Carin Olofsson-Zidekin kanssa

Vuoden 2008 ampumahiihdon MM-kisojen jälkeen syntynyttä amppisbuumia kaupungissa on vaikea pysäyttää - lapset joutuvat jonottamaan päästäkseen amppiskouluun! Puitteet hyvään treenaukseen ovat siis Östersundissa mitä parhaimmat. Suomesta matkasikin ennätysuuri joukko elokuussa viikon mittaiselle leirille, jonka huipensivat kaksipäiväiset rulla-ampumahiihdon IBU-cupin osakilpailut.

## Pizzalaivaa ja minibussia

Reissuun startattiin Vuokatista hyvissä ajoin sunnuntaina, tavoitteena ehtiä Vaasan satamaan ennen iltakuutta. Kaksi minibussia ja peräkärry, 13 atleettia ja kaksi reipasta koutsia (kuskia) ehtikin hyvin odottelemaan suurta pizzalaivamme kesän viimeisten lämpimien auringonsäteiden saattamana. Tarkoitus oli ehtiä Uumajaan ennen vuorokauden vaihtumista, mutta pienistä ns. lastausongelmista johtuen pizzalaivamme oli pari tuntia myöhässä ja väsyneet urheilijat ehtivät tuskin hengähtää hotellissa ennen kuin bussit starttasivat taas viimeiselle reilun neljän tunnin pikataipaleelle kohti Östersundia.

Määränpäässä meitä odotti aurinkoinen ja lämmin Östersund. Taatusti kesän viimeiset shortsikelit! Majaipaikkana meillä toimi Camp Södergren, joka sijaitsee aivan rullaradan vieressä, vain 200 metriä ampumapaikan yläpuolella. Ja mitkä näkyvät yli Storsjö-järven! Stadionil-

ta on lyhyt kävelymatka myös kaupungin keskustaan. Parempia olosuhteita pystyi tuskin toivomaan! Reilu kuuden kilometrin rullarata, ruotsalainen menu ja upouudet mökit mahdollistivat ”pyhän kolmion” toteutuksen mainiosti: ruokaa, unta ja treeniä. Life is easy!

## Treeniä norjalaisittain

Matkassa oli siis koko Vuokatin nuorten MM-ryhmä, höystettynä muutamalla B-maajoukkueen urheilijalla, kuin myös puolet A-maajoukkueesta! Tälle kokoonpanolle uusi nuorten päävalmentaja Kristian Holm, apurinaan Ville Kotikumpu yrittivät perehdyttää meitä norjalaisen valmennussysteemin saloihin. Muutama pieni kysymysmerkki löytyi leiriohjelmasta silmäillessäni treenejä ensi kertaa. Hard, hard and hard, eli tehdäänkö siis kovaa joka päivä? Kyllä vain, norjalaisessa valmennusmallissa ei jäädä laakereille lepäämään. Tosin kovan treenin vastapainona oli aina kevyttä pertsan rullahiihtoa tai joka tapauksessa helppoa lenkkiä. Ääripäiden treenaus kuuluu siis selkeästi norjalaiseen systeemiin, verrattuna vaikka esimerkiksi venäläiseen ”tasavauhtiseen” valmennuskulttuuriin.

Treenien makuun päästiin heti majoittuamme neljän hengen kotoisiin majoihin. Sattuipa samassa majoituspaikassa yöpymään myös Ruotsin miesten ampumahiihdon maajoukkue, joten pojat (ja työt) pääsivät seuraamaan lähituntumalta mm. olympiavoittaja Björn Ferryn ammuntanopeutta, aina ruokailutottumuksia myöten!

Tasatyöntötreeni norjalaisittain kuului ensimmäisen treenin ohjelmaan. Tällä kertaa lykittiin perinteisen rullavehkeillä Kristianin valvovan silmän alla (pertsan ja vapaan hiihtotyylin suhde harjoittelussa on Norjassa melkein 50/50!). Kukaan ei vielä tainnut yltää Johaugin tahtiin, mutta ainakin vauhti oli yhtä kova! Päälle vielä ammuntatreeni testeineen, jonka taisi muuten voittaa yllättäen MM-hopeamitalistimme Antti Raatikainen...

Seuraavana päivänä rullaradalla oli ruuhkaa, kun Ruotsin pyssyhiihtäjät valloittivat ampumapaikkoja urakalla. Olihan siellä myös Östersundissa asuvat norjalaiset tiimeineen, sekä yliopiston ja lukion puolelta runsas joukko ampumahiihtolupauksia aamutreneissään! Suomen katras pääsi kuitenkin mainiosti toteuttamaan päivän kovan treenin rullasuksilla, väliin tietysti ampuen. Ville toimi ampumapenkalla valmentajana, kun taas Kristian valvoi tekniikkaamme rullaradan pitkässä nousussa. Aamun hento viileys oli vaihtunut kirkkaaseen auringonpaisteseen ja shortsit olisivat olleet todella tarpeessa.

Iltapäivän päiväunien jälkeen pääsimme ensimmäistä kertaa kiertämään koko rataa pertsan kevyen ja pitkän lenkin aikana. Osittain maailmancupin ratoja myötäilevä

rullarata tarjoaa pitkää nousua, kuin myös kurvikkaita laskuja. Täällä jos missä kannattaa pitää se kypärä päässä! Keski-ikäisenä puolestaan oli luvassa kova voimaharjoitus. Ja se oli tosiaan melko kova, ei sykkeen puolesta vaan lihaksiston jälkitilan puolesta. Seuraavana aamuna herätessään jopa jokainen kylkiluun väli oli tulesa. Keskivartalopitöihin painottuva kuntopiiri oli siis tehnyt (oikean) tehtävänsä.

Viimeinen kova treeni ennen viikonlopun kisoja oli torstaina, kun ohjelmassa oli Stoltenberg-metodiksi kutsuttu harjoitus. Suomeksi siis sauvaloikkaa ylämäkeen, juoksupalautuksella noin 100 kertaa, tai siltä se siinä 20 minuuttia ainakin tuntui! Hapollista sekä hapenottoa kehittävää! (Oikeasti loikkanousujen määrä oli siis noin 30.) Päälle palauttavaa treeniä ja viikon sapluuna oli toteutettu mallikelpoisesti. Illasta pääsimme vielä testaamaan paikallisen monitoimiyrittäjän, Tord Wikstenin ekoaseita ja Scatt-systeemiä. Ammuntakisan epävirallisia tuloksia ei julkisteta, mutta todettakoon että kaikilla ei ollut hyvin kohdistetut aseet...

## Kilpailumenestystä

Kova viikko takana ja edessä oli vielä kaksi kovaa kilpailua maailman hitaimmilla rullilla. Ainakin verrattuna mihinkään suomalaiseen malliin nämä rullat toivat ”aidon” hiihdon tuntua, kun pikakisakin kesti suurinpiirtein yhtä kauan kuin talvella. Perjantaina radalla kilpailtiin jo maastohiihdon kilpailu, jota suurin osa joukostamme kävikin seuraamassa. Ruotsin maajoukkueetien välinen kilpailu päättyi Helena Ekholmin (Jonsson) ja Björn Ferryn täpäriin voittoihin.

Kisaurakka alkoi lauantaiaamuna juniorisarjoilla, joissa etenkin poikien puolella päästiin jo kukitukseen asti Vili Vajannon toimesta. Vili kolmella sakollaan oli kyllä toinen IBU-cupin tuloksissa, mutta koska Norjan ampumahiihtoliiton kömmiin takia norskit eivät olleet mukana ns. IBU-cupissa (edustivat siis omaa seuraansa), saatiin palkitsemistilaisuudessa vain yksi kukkakimppu (6. sija). Virallisissa tuloksissa suomen poikia löytyi kuuden joukosta jopa kolme, Tommi Kärmeniemi neljäs ja Antti Raatikainen viides. Tyttöjen puolella parhaasta sijoituksesta (9.) vastasi puolestaan hyvin hiihtänyt Sanna Markkanen kuudella sakollaan. Päivän ylivoimainen voittaja, vasta 19-vuotias maajoukkuelupaus Ingela Andersson repi kaulaa reilu neljä minuuttia Suomen tyttöjen tasaiseen rintamaan.

Seniorinaistenpuolella Suomella oli mukana kolme urheilijaa, joista päivän parhaaseen tulokseen ylsi Mari Laukkanen. Kaksi sakkoa ja reipas hiihtovauhti toivat hienon viidennen sijan, joka takasikin hyvät lähtöasetelmat ennen sunnuntain takaa-ajoa. Miesten puolelta mainittakoon Fredrik Lindströmin ylivoimainen voitto miesten sarjassa, tulevaisuudenlupaus kun olisi vielä voinut kisata

viimeistä kesäänsä myös juoniorimpien sarjassa!

Sunnuntaina oli siis luvassa jännittäviä takaa-ajo kilpailuita. Junioripoikien sarjassa norjalaiset oli jätetty kylmästi starttaamaan kuusi minuuttia IBU-cupin kärkeä jäljessä, joten takaa-ajosta muodostuikin Suomi-Ruotsi maaottelu. Suomen pojat taistelivatkin keskenään sijoista



2-5, kun päivän kärki Ruotsin Henrik Forsberg viiletti omia menojaan. Tiimin välisen kisan voitti loppukirillään Tommi Kärmeniemi, jota seurasivat järjestyksessä Antti Raatikainen, Vili Vajanto ja Aku Moilanen. Hyvä pojat!

Suomen tytöt petrasivat asemiaan edellispäivän sprintin jälkeen, kolme kymmenen joukossa! Parhaasta sijoituksesta vastasi taas Sanna Markkanen (7.), parista suksenvaihdosta huolimatta! Meri Maijala ja Krista Berg lukeutuivat myös kärkikymmenikköön. Naisten puolella Mari Laukkanen taisteli ja hiihti hyvin (6. sija), päästään vain hyvin ampuneen Jenny Jonssonin ohitseen. Voiton vei Elisabeth Högberg ennen sprinttikisan voittanutta Helena Ekholmia.

Kisat saatiin siis päätökseen ja leiri päättyikin siihen. Aurinkoiset kelit ja hyvät olosuhteet olisivat houkutelleet pysymään Ruotsin maalla vaikka pitempään. Todennäköistä kuitenkin on, että osa porukasta tulee kilpailemaan samoilla laduilla talvella maailmancupissa. Jos nyt ei ihan tänä vuonna, niin muutaman vuoden sisällä. Tämän takia tutustumisen Östersundiin oli myös varmasti arvokas kokemus tulevaisuutta silmällä pitäen.

Kiitän leirin järjestämiseen osallistunutta Per-Ole Lindelliä, huippukoutsejamme Kristian Holmia, sekä Ville Kotikumpua (osa-aika tulkki), kuin myös kaikkia mukana olleita urheilijoita! Ensi vuoden Östersundin leiriä odotellessa...

Suomen pojat takaa-ajon palkintojen jaossa Tommi, Antti, Vili, Aku

# Ampumahiihtokarnevaalit Vuokatissa - Juhlatunnelmissa



Järjestyksessä viidennet ampumahiihtokarnevaalit järjestettiin Vuokatissa heinäkuun alkupuolella. Helle, iloinen tunnelma ja tekemisen meininki olivat upean karnevaalitapahtuman yhteinen nimittäjä.

Ensimmäinen päivä käynnistyi jo tuttuun tapaan Lapua Junior Cupin ammunta ja ampumajuoksukisalla. 11-vuotiaiden kisassa tyttöjen sarjan voiton otti Sotkamon Jymyn Elisa Sirviö ja poikien sarjassa tarkin ja nopein oli Seinäjoen Hiihtoseuran Sameli Joronen. 13-vuotiaiden tyttöjen kisan voittajana maalissa tuuletti Ounasvaaran Hiihtoseuran Mareena Jääskö. Samanikäisten poikien ykkönen oli Saloisten Reippaan Aapo Erkkilä. 15-vuotiaiden tyttöjen sarjavoiton nappasi Ahveniston Ampumahiihtäjien Auli Kiskola. 15-vuotiaiden poikien voittajana pal-

kittiin Olli Jaakkola Ounasvaaralta. 17-vuotiaiden tyttöjen sarjan voitti Alavieskan Virin Kirsi Pokela. Poikien voittajana maaliin tuli Virtasalmen Urheilijoiden Heikkij Laitinen. 19-vuotiaiden sarjavoitot ottivat Riita Nurmenrinta ja Mika Lammi.

Luantaina paikalla oli myös Ampumahiihtoliiton vaatetoimittajan maahantuojan edustajat Micky Björkholm ja Ippe Sipari. Kaikilla oli mahdollisuus sovittaa ensi kauden ampumahiihtoliiton virallisia maajoukkueasuja. Tulevana kautena kaikilla SAHL valmennusryhmäläisillä on mahdollisuus pukeutua uniikkeihin SAHL edustusasuihin. Yhteistyö ODLO:n ja SAHL:n välillä on jatkunut jo usean kauden ajan. Kuluneen kesän aikana olemme tehneet ODLO:n kanssa nelivuotisen sopimuksen jonka mukaisesti Odlo on SAHL:n virallinen vaatetoimittaja alkaneen olympiadin ajan.

Karnevaaleilla oli mukana hieman yli 100 ampumahiihdon harrastajaa. Nuorten alueryhmien ja Kyky-ryhmän leirityskausi käynnistyi Karnevaaleilla. Karnevaaleilla oli myös ensi kertaa SAHL:n valmentajan teh-

tävissä uusi nuorten päävalmentajamme Kristian Holm. Virallisestihan Kristian on aloittanut elokuun alussa valmentajan tehtävänsä Suomessa.

Sunnuntai-iltana kaikki Karnevaalien osallistujat kokoontuivat juhlallisesti SAHL 50-vuotta juhluvuoden tunnelmissa illalliselle. Maajoukkueampumahiihtouransa lopettanut nyt aluevalmentajana toimiva Susanna Porela ja SAHL toiminnanjohtaja Janne Hakala toivottivat juhluvieraat tervetulleeksi. Vuokatin opiston keittiö oli loittinut upean juhlapöydän, jonka antimista saimme nauttia. Illan urheilijavieraana oli A-maajoukkueen urheilija Mari Laukkanen. Aluevalmentaja Jonna Talja johdatteli keskustelua Marin kanssa. Iloiseen ja välittömään tyylinsä Mari kertoi oman kesäharjoittelunsa sujumisesta. Edellisen talven olympialaiset olivat olleet Marille huippukokemus. Marin viesti nuorille ja miksei myös vanhemmille ampumahiihtäjille oli, että on tärkeää oppia nauttimaan harjoittelusta ja tavoitteisiin pyrkimisestä.

Illallisen päätteeksi katsottiin SAHL 50-vuotisjuhlahistoriikki, jonka kevään pääjuhlaa varten teki YLE:n materiaalista Hannu Lehman. Samalla tuli nuorille hieman historian opetusta suomalaisen ampumahiihdon hienoista vuosikymmenistä. Samalla todettiin yhteisesti, että ampumahiihdolla on Suomessa hieno ja kunniakas historia. Karnevaalijoukossa on lajimme tulevaisuus ja kuka sen tietää vaikka tuossa joukossa olisi istunut yksi tai useampi tuleva arvokisamitalistikin...

Karnevaalien ohjelma on vuosien kuluessa muotoutunut erittäin hyväksi. Ohjelmaa on monipuolisesti ja harjoitusten taso on todella korkea. Jokainen mukana olia saa varmasti hyviä evästyksiä omaan harjoitteluunsa. Valmentajat, jotka ovat mukana yhteisessä työssämme ovat motivoitunutta ja osaavaa joukkoa. Noiden muutamien päivien aikana jotka saimme taas Vuokatin maisemissa viettää vahvistui käsitys, että suomalaisella ampumahiihdolla on tulevaisuutta.



www.eko-aims.com

Teksti: Jukka Tirri  
Opiskelijahuippu-urheilun koordinaattori

## Talviuniversiadeihin Turkkiin

Miltä kuulostaisi matka Turkkiin talviurheilukisoihin?

Veikkaan, että monien mielestä vitsiltä, mutta ensi talvena asia käy toteen monen suomalaisurheilijan kohdalla. Itä-Turkissa sijaitsevassa Erzurumissa järjestetään tammihelmikuun vaihteessa 25. talviuniversiadiit ja kilpailuohjelmassa on mukana tietenkin myös ampumahiihto.

Vaikka Turkkiä ei ole totuttu talviurheiluun yhdistämään, ollaan Erzurumissa liikkeellä tosissaan. Turkin valtion rahoituksella yli 300 000 asukkaan yliopistokaupunkiin on rakennettu maan ensimmäinen kansainväliset mitat täyttävä talviurheilukeskus. Hyppyrimäet, useampi jäähalli sekä koko maan ensimmäinen ampumahiihtostadion ovat valmistuneet kaupunkiin tai sen lähetyville. Kansainvälisten lajiliittojen asiantuntijat ovat vierailleet paikkakunnalla tiuhaan valvomassa rakennustöitä ja kouluttamassa paikallisia toimijoita. Ennen tammikuuta kisaorganisaatiota valmistetaan tulevaan suurtahtumaan eri lajien kansallisilla tai kansainvälisillä kilpailuilla. Haasteet eivät lopu universiadien jälkeenkään, sillä talvella 2012 Erzurumissa järjestetään FIS:n pohjoismaisten lajien nuorten MM-hiihdot.

Kahden vuoden välein erikseen talvi- ja kesälajeissa järjestettävissä universiadeissa voivat kilpailla 17-28 -vuotiaat korkeakouluopiskelijat. Talviuniversiadien vakituiseen laji-ohjelmaan kuuluvat lähes kaikki talviolympialaisissakin mukana olevat lajit. Vuoden 2009 kisoihin Kiinan Harbinissa osallistui yli 2300 urheilijaa. Erzurumiin on ilmoittautunut ennakkoon ennätyselliset 51 maata, joten edellisten kisojen osallistujamäärä saattaa hyvinkin ylittyä.

Paitsi opiskelupaikkaa korkeakoulussa, vaaditaan talviuniversiadeihin valittavilta urheilijoilta luonnollisesti myös vankkaa urheilullista osaamista ja tavoitteellista pa-

nostusta kansainväliselle huipulle tähtäävään urheilu-uraan. Ampumahiihto on perinteisesti ollut yksi kovatasoisimmista lajeista talviuniversiadeissa ja etenkin Itä-Euroopan maat ovat mukana alati vahvoilla joukkueilla. Viimeisen vuosikymmenen ajan tulosluokkoja selatessa vastaan tulee muun muassa sellaisia tuttuja nimiä kuin Sandrine Bailly, Olga Medvedtseva ja Zaitseva, Darya Domratsheva, Semerenkon siskokset, Tomasz Sikora, Tim Burke, Sergei Sednev... Suomalaisista parhaaseen menestykseen 2000-luvulla on yltänyt Kaisa Mäkäräinen, joka sijoittui vuonna 2005 Innsbruckin universiadien yhteislähtökilpailussa viidenneksi.

Erzurumin kisojen ampumahiihtokilpailuissa ilma on ohutta, sillä Kandillin ampumahiihtostadion sijaitsee 1700 metrin korkeudessa. Kaikki urheilijat majoittuvat Erzurumin yliopistokampukselle rakennetussa kisakylässä. Kampusalueelta on vain parin kilometrin matka kaupungin keskustaan kun taas etäisyys Erzurumista Kandilliin on reilut 30 kilometriä. Startteja tulee kaikki matkat hiihtäville lyhyessä ajassa monta, sillä kahdeksassa päivässä vedetään läpi viisi kilpailua.

Suomen joukkueen talviuniversiadeihin kokoa Opiskelijoiden Liikuntaliitto yhteistyössä lajiliittojen kanssa. Viimeksi Harbinissa suomalaisurheilijat saavuttivat yhteensä neljä mitalisijaa ja tällä kertaa menestystä ovat lähdössä tavoittelemaan muun muassa muodostelmaluistelun maailmanmestarijoukkue Rockettes sekä maajoukkuepitoinen naisten jääkiekkjoukkue. Kovatasoinen kansainvälinen kilpailu, arvokas kokemus suurtahtumasta ja elämys isolla E:llä odottaa universiadeissa myös suomalaisia ampumahiihtäjiä.

www.opiskelijaliikunta.fi/erzurum2011  
www.universiadeerzurum.org/english

Universiadiit tulaan käymään aivan uudella ampumahiihtostadionilla.

**hiihto tarvikkeet meiltä edullisesti...**

<p><b>VAUHTI SKATE 4 CWS</b> rullasukset alas laskettu runko kumipyörät</p> <p><b>149,-</b> <sup>249,-</sup></p>	<p><b>huippurullat</b> <b>SWENOR</b> ELITE Skate rullasukset, kennorakenne</p> <p><b>249,-</b> <sup>450,-</sup></p>	<p><b>GARMIN 110</b> sykemittari ja GPS</p> <p><b>219,-</b></p>
<p><b>ATOMIC World Cup</b> kilpasukset vm.2009 skate/classic</p> <p><b>300 pr erä</b></p> <p><b>229,-</b></p>	<p><b>MADSHUS</b> BIATHLON asepussi</p> <p><b>49,-</b></p>	<p><b>POLAR RS300 + GPS</b> sykemittari GPS-sensorilla</p> <p><b>205,-</b></p>
		<p><b>SUUNTO T3D + GPS</b> sykemittari GPS-sensorilla</p> <p><b>189,-</b></p>

suorat puh. 040-5900 872, 040-5900 861, 040-5900 873 Tupuriantie 4, 38420 HÄIJÄÄ ark. 9.30-17.30 la 9.00-14.00

**hajaafi** puh. 020 742 9980



# Your Move Suurtaapahtuma 2011 lähestyy



Your Move Suurtaapahtumaan 27.5.–1.6.2011 odotetaan 50 000 nuorta! Helsingin Olympiastadionin ympäristössä osallistujilla on mahdollisuus tutustua noin 60 eri urheilulajiin.

Nuoren Suomen, Suomen Liikunnan ja Urheilun ja lajiliittojen yhdessä järjestämän tapahtuman tarkoituksena on lisätä nuorten liikkumista, kannustaa omaehtoiseen harjoitteluun sekä rakentaa uutta nuorten näköistä liikuntakulttuuria.

Ilmoittautuminen tapahtumaan alkaa marraskuun alussa. Tapahtuman kohderyhmänä ovat 13–19-vuotiaat nuoret, joiden liikunnan määrä suosituksiin nähden on Suomessa kaikkein vähäisintä.

Nuoret ovat merkittävässä roolissa tapahtuman suunnittelussa ja toteutuksessa. Lajiliitot ovat perustaneet nuorten ryhmiä, joissa nuoret pääsevät vaikuttamaan Suurtaapahtuman sisältöön. Nuorten rooli näkyikin ohjelmatarjonnan monipuolisuutena sekä hauskuuden ja liikunnan yhdistymisenä monissa lajipisteissä.

## Sport-viikonloppu urheiluseuranuorille

Suurtaapahtuma koostuu kahdesta osasta. Sport-viikonloppua vietetään 27.–29.5.2011, jolloin urheiluseuratoiminnassa mukana olevat nuoret kokoontuvat lajiryhmittäin yhteen. Lajitarjonta vaihtelee liitoittain. Kaikkien lajien edustajilla on mahdollisuus osallistua demo-harjoituksiin, joissa huippuvalmentajat opettavat käteviä omatoimisia harjoitteita, joita jokainen halukas pystyy tekemään kotioissa lajitreenien lisäksi.

Nuorilla on mahdollisuus testata itsensä Oletko urheilija -testissä, joka mittaa oman tason verrattuna saman ikäluokan muihin urheilijoihin. Lisäksi urheilumessuilla nuoret saavat tärkeää tietoa muun muassa ravinnosta, lihaskuolosta ja urheilijan opiskelumahdollisuuksista.

Viikonloppun aikana jokaisella on myös mahdollisuus kokeilla eri lajiryhmien pisteillä itselleen vieraampia lajeja. Luvassa on myös huippuesiintyjä.

## Action-päivät kouluille

Sport-viikonloppun jälkeen 30.5.–1.6. on vuorossa Action-päivät, jotka on suunnattu koululaisryhmille. Action-päivien tarkoituksena on, että nuoret löytäisivät lajin, joka innostaisi liikkumaan. Valinnan varaa on runsaasti, sillä lajikirjo on monipuolinen. Nuorten on mahdollisuus tutustua tuttujen liikuntaharrastusten lisäksi tuntemattomampiinkin lajeihin, kuten urheilusukellukseen, geokätköilyyn, ilmailuun ja taidoon.

Eri lajien kokeilun lisäksi Olympiastadionin läheisyydestä löytyy myös muuta innostavaa tekemistä, kuten hullut japanilaiset -tyyppisiä toimintaratoja.

## Moverit nuorten apuna

Matkalla kohti Suurtaapahtumaa urheiluseuroilla ja kouluilla on mahdollisuus järjestää omia urheilutapahtumia. Tapahtuman järjestämisen avuksi Nuori Suomi tarjoaa seurojen ja koulujen käyttöön maksutonta Moveria.

Moveri on 20–29-vuotias nuori aikuinen, joka tarjoaa seuroille ja kouluille apua tapahtumajärjestämisessä. Moveri toimii nuorten ryhmän ohjaajana ja on mukana alusta loppuun ideoimassa ja toteuttamassa nuorten omaa urheilutapahtumaa. Tapahtuman konseptia ei ole määriteltä, joten se voi olla mitä vain jalkapalloturnauksesta kevätolympialaisiin. Ideoita jo toteutetuista tapahtumista voi käydä lukemassa Your Moven nettisivuilta tapahtumablogista.

Moverin voi tilata sähköpostitse osoitteesta tapahtumat@nuorisuomi.fi. Suurtaapahtuma ja Moveri-toiminta ovat osa Your Move -kampanjaa, jonka tarkoituksena on luoda uutta nuorten liikuntakulttuuria suomalaisen urheiluelämään.

[www.yourmove.fi](http://www.yourmove.fi), [www.yourmove.fi/suurtaapahtuma](http://www.yourmove.fi/suurtaapahtuma)

Teksti ja kuva: Matti Hurtta

## Ilkka Suominen uskoo ampumahiihdon nousuun

SAHL:n kunniapuheenjohtaja, ministeri Ilkka Suominen tervehtii 50 vuotta täyttäneitä Ampumahiihtoliittoa.



Ilkka Suominen kalassa Vanajavedellä kesäkuussa 2010

Ilkka Suominen kertoo seuraavansa lajia edelleen tiiviisti mm. lehtien kautta. TV:n kautta ei enää niin orjallisesti, koska viime vuosina Suomen menestys on ollut niukkaa, Mäkäräistä lukuunottamatta. Hienoin hetki hänen puheenjohtajaurallaan oli Paavo Puurusen maailmanmestaruus ja se hetki kun Kempin Joken kanssa saattoivat todeta, että liiton velat ovat maksettu ja liiton talous tasapainossa. Suominen toivoo, että tiukassa taloudellisessa tilanteessa elävä liitto saa mahdollisimman pian tasapainotettua taloutensa. Liian syvälle suohon ei saa päästä uppoamaan, sieltä on vaikeaa nousta ylös. Suominen näkee päävalmentajan tärkeänä. On tärkeää mennä valmennuspäälle edellä.

Ampumahiihto on hieno laji, jolla on tulevaisuutta. On tärkeää, että kaikki lajin parissa toimivat näkevät yhteiset tavoitteet ja toimivat niiden puolesta, toteaa Suominen.

Nykyään Ilkka Suomisen aika kuluu paljon kesäisin mökillä Porin rannikolla, syksyllä ahkeraa metsästystä ja talvella pari-kolme ulkomaan matkaa. Toki pientä poliittista aktiivisuuttakin vielä on, asuunhan Ilkka edelleen Helsingissä vallan kammareiden tuntumassa. Ilkan mielipiteille ja osaamiselle tuntuu olevan vielä kovastikin käyttöä politiikan kuliseissa ja hän pitää edelleen säännöllistä yhteyttä myös talouselämän huipulla oleviin tuttuihin päättäjiin.

Ilkan rapukutsut ovat kuuluisat, vuorineuvoksia, pääjohtajia, ministereitä ja kenraaleita. Oikeasti mukava mies saa paljon hyviä kaveria.

## Rauhannobelisti Martti Ahtisaari sai tupen miekkaansa

Presidentti Ahtisaari ja kenraali Gustav Hågglund saivat 8.6.2010 Helsingissä tupet omistamiinsa Kenraalien Miekkoihin.



Kuvassa oikealta presidentti Martti Ahtisaari, kenraali Gustav Hågglund ja toimitusjohtaja Matti Hurtta

Ahtisaari on vastaanottanut Kenraalien Miekan syksyllä -97 ja Hågglund talvella 2000. Kenraalien Miekan hopeisessa terässä ovat jalkaväenkenraali Adolf Ehrnroothin, kenraali Jaakko Valtasen, amiraali Jan Klenbergin ja kenraaliluutnantti Jorma Järventauksen kaiverretut nimikirjoitukset.

Luovutettu tuppi on mustaa härännahkaa, jossa on kultaseppä Jyrki Laisalmen tekemät hopeaheloitukset ja neljä kultaista leijonaa. Operaatio- Kenraalien Miekalla on kerätty tukea Suomen nuorille ampumahiihtäjille. Kenraalien Miekka operaatio on ollut liiton 50 vuotisen historian tuottavin tukiprojekti, sillä on pystytty auttamaan merkittävästi nuorten ampumahiihtäjien valmentautumista ja kilpailumatkoja peräti 14 vuoden ajan, vuodesta 1996 vuoteen 2010.

Operaatiojohtaja Matti Hurtta julisti operaation loppuneeksi Lahdessa 25.4., kun kaikki 100 miekkaa ovat nyt myyty. 5000 euron arvoisia miekkoja valmistettiin yhteensä 100 kappaletta. Presidentti Ahtisaari on ollut alusta asti operaation suojelija ja jalkaväen kenraali Adolf Ehrnrooth oli operaation ehdoton johtotähti.

Presidentti Ahtisaari arvostaa miekkaa suuresti ja säilyttää sitä keskeisellä paikalla vitriinissä Nobel palkinnon vieressä. Tupet luovutti operaatiojohtaja Matti Hurtta, joka on vetänyt Kenraalien Miekka -operaatiota sen alusta alkaen, operaatio käynnistettiin 1996.

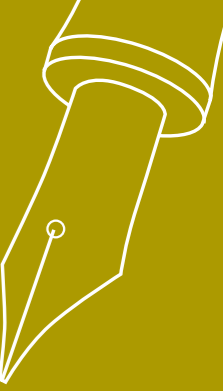
# UUDEN SUKUPOLVEN TEHO ENERGIAVESI

- Maku raikkaasta sitruunasta



www.olvi.fi

## Kentältä kuultua - kentälle kerrottavaa



Tämän vuoden Biathon klubin Oltermani Mauno Peltonen kutsui klubilaiset Ouluun Maikkulan Kartanoon yhdeksänteen tapaamiseen, Kartanoherran Heikki Keisun ponsoroimaan hienoon tilaisuuteen. Klubilaiset lahjoittavat aina pienen määrän patruunoita harjoittelua varten tapaamispaikkansa ampumahiihtoseuralle.

Mukana olivat tällä kertaa, kuvassa alhaalta vasemmalta Mauri Röppänen, Juhani Suutarinen, Esko Marttinen, Antti Tyrväinen, Simo Halonen, Mauno Peltonen. Heikki Ikola, Matti Nikula, Kalevi Vähäkylä, Eino Närvä, Janne Hakala ja Heikki Keisu.

Teksti: Eino Närvä

Kuva: Pekka Ala-aho/Kaleva.

### Sven Nygårdista I 21 IF kunniajäsen

Kokkolalainen ampumahiihdon juniorimaaottelun isähahmo Sven Nygård on nyt kunniajäsen ruotsalaisessa ampumahiihtoseurassa I 21 IF. Tämä kunniamaininta annettiin Svenille viime talvena.

- Sven on mies juniorimaaottelun takana ja lisäksi hän on seuramme suuri ystävä. Hän on ollut mukana juniorimaaotteluissa lähes 20 vuotta ja hän vastaa myös maaottelun varainhankinnasta Suomessa.

- Suurempaa idealistia kuin Sven, ei luultavasti löydy", sanoi Hans Nauclér Sollefteästä luovuttaessaan seuransa kunniajäsenyyden Sven Nygårdille.

Suomen Ampumahiihtoliitto onnittelee Sveniä.

### Suomen Ampumahiihtoliiton nuorten toimintaa ovat tukeneet

Jyväskylän yliopisto	Perussuomalaiset rp
Kansallinen Kokoomus rp.	Rock Ramit Oy
Karjalanmaa	Suomen Hippos
Kirkkonummen kunta	Suomen Keskusta rp.
Lapuan kristillinen opisto	Uutispäivä Demari
Nyckypäivä-lehti	

Tapiolan Omaetu  
 Vuoden 2009 etuohjelma  
 KANTA-ASIAKAS  
 BAROMETRI

# THE FUTURE OF EUROPEAN MINING

Talvivaara Mining Company Plc

**TALVIVAARA**

## Vakuuta itsesi. Se on epäitsekästä.

Se mikä vaikuttaa sinuun, vaikuttaa myös perheeseesi ja muihin läheisiisi. Siksi oma turvasi on tärkeä. Tule lähimpään toimistoomme tutustumaan helppoihin tapoihin hoitaa asia kuntoon.

Tapiolan Omaetu on asiakkaidemme mielestä paras etuohjelma vakuutuslalla •. Omaetu-ohjelma palkitsee tuntuvasti keskittämisestä. Tutustu Omaetuun: [tapiola.fi/omaetu](http://tapiola.fi/omaetu)

- Kanta-asiakasforumin barometri 11/09

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





## Naturalis



## Naturalis - suorituskykyä

Lapuan Naturalis -metsästyspatruunalla osut tarkasti ja erittäin tehokkaasti – luoti laajenee hallitusti kaksinkertaiseksi mutta ei hajoa. Voimakas shokkivaikutus merkitsee varmaa kaatoa. Luodin jäämäpaino on tyypillisesti 100 prosenttia jopa luuosumissa. Niinpä hirven liha säilyy puhtaana eikä hävikkiä tule.

Naturaliksella metsästät puhtaasti joka kantilta katsottuna.

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

# START®



## Start voittajan valinta!

Start Race kilpasauva on valmistettu korkealaatuisesta High Modulus (HM) hiilikuidusta joka tuo sauvaan kilpahiidon vaatiman jäykkyyden ja keveyden. Tinkimättömät ominaisuudet tekevät Race sauvasta kovan harrastajan ja ammattilaisen valinnan.



Uusi Start Racing Fluor sarja on fluoria sisältävä pitovoidesarja. Ne toimivat joko yksinään tai pinnoitteena pitovoitelulle.



η-sarjan luistovoiteet ovat uuden teknologian nanofluoriluisto-voiteita. Erikoisvoiteita erittäin kostealle ja märälle lumelle.

[www.startskiwax.com](http://www.startskiwax.com)

Vain 17% RASVAA.  
SILTI 100% makua.



arlaingman.fi

Rakastat juustoja? Tarkka linjoistasi? Ei ongelmaa.



Isona meistä kaikista tulee eläkeläisiä.

Ajattele tovi tulevaisuutta. Aloita osoitteesta [ilmarinen.fi/tulevaisuus](http://ilmarinen.fi/tulevaisuus)

 ILMARINEN



\* . QV13\*



# KUNTOHIIHTÄJÄ VOITTA 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  
VOITTA AINA.

