



Sotilas- urheilu

SUOMEN SOTILASURHEILULIITON JULKAISU
37. VUOSIKERTA • NRO 3 • 15.6. 2018

Suomen Sotilasurheiluliitto ry
50v
1968-2018



**Frans Salmi ja
Christian Kamphuis**
ovat tyytyväisiä Urheilukoulun antiin
■ Sivun 3

SISÄSIVUILLA



Koko varuskunnan seura

■ Sivun 5



Liiton historia koottiin kirjaan

■ Sivun 6



Marika Teini saa kiittää armeijaa monesta asiasta

■ Sivun 9



Eerik Ahola sanoo, että suunnistaja pärjää ampumasuunnistuksessa, kun opettelee ampumaan.



Kapteeni Maria Latvalan mukaan ampumasuunnistus on sotilaille erittäin hyvä laji.

Ruotsalaiset voittivat maailmancupin osakilpailut

Ruotsalaiset hallitsivat Kauhavan Alahärmässä toukokuun 11. ja 12. päivänä järjestettyä ampumasuunnistuksen maailmancupin viidettä ja kuudetta osakilpailua. Martin Jans-

son voitti miesten ja Karin Stenback naisten sarjan viidentenä osakilpailuna olleessa pikamatkojen kilpailuissa. Normaaleilla matkoilla kilpailun kuudennen osakilpailun parhaat olivat miesten sarjassa Johan Eklöv ja naisten sarjassa Lisa

Andersson.

Lajia useat vuodet hallinnut Mikko Hölsö sijoittui toiseksi pikamatkalla. Antti Iivari oli kolmas. Normaalmatkalla Iivari oli ainoa palkintopallille yltänyt suomalaiskilpailija. Matka toi hänelle toisen kol-

mossijan.

Naisten pikamatkan kilpailussa paras suomalainen oli toiseksi sijoittunut Caroline Sandelin. Normaalmatkalla neljänneksi sijoittunut Annukka Siltakorpi oli paras suomalainen.

Maailmancupin ohella Alahärmässä kilpailtiin Suomen ja Sotilasurheiluliiton mestaruuksista, joten Hölsö, Iivari, Sandelin ja Siltakorpi voittivat nämä mestaruudet.

Erittäin hyvä laji sotilaille

Satakunnan Lennostossa palveleva kapteeni Maria Latvala sijoittui pikamatkalla yhdenneksitoista. Normaalmatkalla hän oli neljänneksi.

Latvala kilpaili ensimmäisen kerran ampumasuunnistuksessa vuonna 2004. Nyt hänellä on takanaan muutama välivuosi.

- Maailmanmestaruuskilpailuista olen saavuttanut yhden henkilökohtaisen hopeamitalin sekä viestistä pronssia.

Ampumasuunnistus on Latvalan mukaan sotilaille erittäin hyvä laji.

- Osaa ampua sykkeen alaisena ja kilpailun tuoman stressin alla. Kun pienoisiväärillä niissä olosuhteissa osuu, niin osuu kyllä rynnäkkökiväärilläkin.

Latvalaa ilahdutti kilpailussa nuorten kilpailijoiden runsaus.

- Hienoa nähdä, että tänä vuonna on paljon nuoria harrastajia mukana kilpailemassa. Lajilla on kyllä selkeästi mahdollisuus kasvaa vielä.

Ruotsissa on Latvalan mukaan suoranainen buumi.

- Ruotsissa on erittäin kova taso, mikä näkyy myös täällä maailmancupin kilpailussa.

Ammunnan oppii

Ilmasotakoulua varusmiesten sarjassa edustanut Eerik Ahola on osallistunut 14-vuotiaasta lähtien ampumasuunnistuksen SM-kisoihin.

- Tälle kertaa kilpailut osuivat varusmiespalveluksen kanssa samaan aikaan.

Ahola sijoittui pikamatkalla viidenneksi. Normaalmatkalla hän oli seitsemäs.

- Kilpailuni sujui ihan hyvin. Viides sija tuli, vaikka en ole ennättänyt paljoa palveluksen aikana harjoittelemaan. Suunnistus kuitenkin kulkee, Ahola sanoi pikamatkan jäl-

keisessä haastattelussaan.

Aholan siviiliseura on Kangasala SK. Suunnistus on ollut lapselta saakka hänellä vahva ykköslaji.

- Ampumahiihtoa olen myös käynyt kokeilemassa, mutta kesälajit sopivat minulle paremmin. Hyvällä suunnistus pohjalla kannattaa tulla näihin kisoihin. Ammunnan kylä oppii.

Ahola on napanut suunnistuksesta vuosien varrella useamman SM-mitalin.

Ala-Härmän Kisa järjestäjänä

Ampumasuunnistuksen maailmancupin osakilpailun järjestämisestä vastasi Ala-Härmän Kisa.

- Viime vuoden marraskuussa teimme ensimmäiset aluesuunnitelmat kilpailuja varten. Alueella ei ole kilpailtu ampumasuunnistuksessa vuoden 2004 jälkeen. Viimeiset ammunnat radalla on ammuttu vuonna 2012 ampumahiihdon yhteydessä. Meillä oli pieni pelko, miten maalilaitteet toimivat. Suunnis-

tuskilpailuja on järjestetty viime vuosina alueella. Paikka on keskeisellä sijainnilla. Etenkin maailmancupin kilpailuun tuleville ruotsalaisille sijainti on erinomainen Vaasan laivaliikenteestä johtuen. Varuimme vuoden alussa 200 osallistujaa ja sen verran on kilpailuihin tullut paikanpäälle, kilpailunjohtaja Ari Ylihärtilä sanoo.

Kilpailujen ratamestarina toimiva Roope Näsi luonnehtii pikamatkan suunnistusta vaativaksi.

- Eroja tulee varmasti. Virheitä on haastava selvittää radasta, kun vauhdilla menee. Korkeuseroja ei tunnetusti ole Pohjanmaalla paljon. Arvioin, että vain noin 20 metriä. Mutta maasto on todella pienipiirteistä, mikä tekee siitä haastavan. Normaalmatkalla maasto on aika sama. Vauhti voi tuki hieman kasvaa. Hajonta tekee kuitenkin reitistä mielenkiintoisen.

TEKSTI JA KUVAT:
JOUNI LEPPÄSAAJO

Ampumasuunnistuksen Lapua Cup täydessä vauhdissa

Sotilasurheiluliitto on käynnistänyt tänä vuonna yhteistyössä lajin maajoukkueurheilijoiden kanssa viisi osakilpailua sisältävän Lapua Cupin.

Kilpailuissa on sarjoja H/D 14, H/D 18, H/D21 ja H/D 50. Pisteitä jaetaan maailmancupin taulukon mukaisesti. Cupin lopputuloksiin lasketaan neljän parhaan kilpailun pisteet. Yhteistulosten parhaat palkitaan Lapuan patruunatehtaan tuotteilla.

Iivari ja Sandelin cupin kärjessä

Cupin osakilpailuista on ehditty kilpailemaan kolme, Alahärmän Kisa isännöi ampumasuunnistuksen SM-kilpailut ja samalla Lapua Cupin ensimmäisen ja toisen osakilpailun Kauhavalla 11. - 12.5. Anttolan Ur-

heilijat järjesti kolmannen osakilpailun 27.5 Anttolan Piilokorven jylhissä maisemissa.

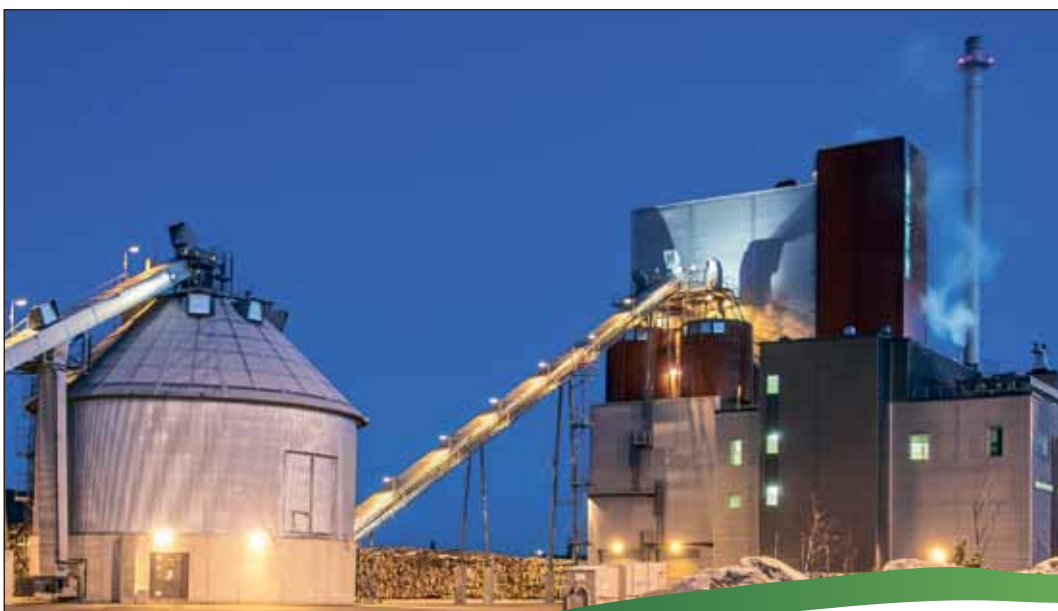
Pääsarjojen kärjessä ovat kolmen osakilpailun jälkeen Antti Iivari ja Caroline Sandelin.

Kaikkiaan pisteille on yltänyt Lapua Cupin sarjoissa 119 kilpailijaa.

Lapua Cupissa on jäljellä vielä kaksi osakilpailua, jotka kilpailaan Seinäjoella Kärkimäen stadionilla 17.7 ja Niinisalossa 29.7.

Ampumasuunnistuksen kilpailutoiminnan pääasiallisena tiedotuskanavana toimii Sotilasurheiluliiton internet sivut osoitteessa: <https://www.sotilasurheilu.fi/ampumasuunnistus>. Sivuilla tullaan julkaisemaan kilpailukutsut, ohjeet ja tulokset.

TEKSTI:
MIKKO HÖLSÖ



Keravan Energian Biosähkö



Haluatko tukea kohtuuhintaisen ja ympäristöystävällisen energian paikallista tuotantoa, kotimaisia polttoaineita ja suomalaista työtä?

Valitse Keravan Energian Biosähkö.
Ympäristöystävällistä energiaa läheltäsi.
www.keravanenergia.fi

 KERAVAN energia

Frans Salmi ja Christian Kamphuis ovat tyytyväisiä Urheilukoulun antiin

Frans Salmi ja Christian Kamphuis voittivat henkilökohtaiset maailmanmestaruudet Beach Taekwondon maailmanmestaruuskilpailuissa Kreikassa huhtikuun lopulla. Lisäksi kaksikko ylsi voittoon joukkuekilpailussa, jossa joukkueeseen kuului heidän lisäksi Olli Siltanen.

Puolustusvoimien Urheilukoulussa suorittamansa varusmiespalveluksen Salmi ja Kamphuis olivat päättäneet kuukautta aiemmin.

- Itselleni Urheilukoulu oli kasvupaikka niin urheilullisesti kuin henkisesti. Metsäreitit olivat minulle henkilökohtaisesti aika rankkoja. Niistä löysin jotenkin itsestäni sellaisen puolen, jota en ehkä olisi siviilissä löytänyt. Pystyin todistamaan itselleni, että pystyn toimimaan missä vaan olosuhteissa tehokkaasti, Salmi kertoo.

Salmi kertoo oppineensa tuntemaan itsensä varusmiespalveluksensa aikana.

- Henkiset rajat tulivat koettua aika hyvin siellä. Samat rajat tulevat kilpailuissakin aika usein vastaan. Väsyneenä pitää pystyä tekemään aina parhaansa ja toimimaan.

Suosittelen kaikille

Salmi hakeutuisi urheilukouluun uudelleen.

- Ehdottomasti suosittelen kaikille, jotka haluavat yhdistää huippu-urheilun ja vaativan sotilaskoulutuksen.

Salmi ja Kamphuis saivat tietää mahdollisuudestaan suorittaa varusmiespalveluksensa Urheilukoulussa vuonna 2011 koulussa palvel-

leelta Olli Siltaselta.

- Tiimimme kolmannelta jäseneltä saimme tietoa Urheilukoulusta. Hän kertoi, että hakijoita pitää olla vähintään kaksi, jotta kouluun pääsee sisälle. Yksittäisiä urheilijoita on yrittänyt päästä Urheilukouluun, mutta he eivät ole päässeet, koska yhdestä urheilijasta ei voi muodostaa lajiryhmää.

Puoliammattilaista urheilua

Varusmiespalveluksensa jälkeen Salmi aikoi yhdistää urheilun ja opiskelun.

- Urheilu-urani jatkuu. Siviilielämää pitää lähteä miettimään eteenpäin. Pitää koulutautua ja hakea yliopistoon opiskelemaan. Turussa mahdollisuudet pitää urheilu opiskelun rinnalla ovat tosi hyvät Turun Urheiluakatemian kautta.

Salmi haki ennen varusmiespalvelustaan opiskelemaan lääketiedettä.

- En päässyt. Nyt haen uudelleen. Taekwondon liikesarjat eivät ole olympialaji.

- Jos liikesarjat tulisivat olympialajeiksi, niin kaikki fokus suuntautuisi sinne. Nyt kun näin ei ole, joutuu harjoittamaan puoliammattilaista urheilua.

Hieno kokemus

Varusmiespalveluksen suorittamisen Urheilukoulussa oli Kamphuisin mukaan ehdottomasti hieno kokemus.

- Olen tosi tyytyväinen, että menin sinne. Palvelus mahdollisti urheilun hyvin vuoden aikana.

- Yksi hienoimpia puolia oli se, että oppi tuntemaan eri kamppailulajien urheilijoita ja sai siitä paljon inspiraatiota ehkä myös treenaamiseen liittyvää peilausta. Selvästi sain apua omaan urheiluhommaan. Pääsi treenaamaan muiden lajien huippujen kanssa. Sitä ei olisi ikinä tapahtunut ilman urheilukoulu.

Monet Urheilukoulussa varusmieskoulussa varusmiespalveluksensa suorittaneet urheilijat ovat kehuneet koulun testiasemaa.

- Testiasemaa en käyttänyt hirtittävästi. Koin, että lajini kannalta ei olisi ollut hyötyä, koska lajini on niin tekninen. Ominaisuuksia olisi hyvä ollut mitata siellä ja katsoa, millä tavalla olisin voinut kehittyä vuoden aikana. Ehkä olisi pitänyt hyödyntää mahdollisuus paremmin.

Lääketiedettä ja urheilua

Kamphuis aloittaa syksyllä lääketieteen opiskelun Turun yliopistossa.

- Sain opiskelupaikan lääketieteelliseen Turkuun. Hain sinne viime keväänä, kun intti oli juuri alkanut.

Urheilemista Kamphuis jatkaa edelleen.

- Nyt pystyn keskittymään puoli vuotta täysipäiväisesti. Syksyllä pitää jälleen yhdistää opiskelua ja urheileminen. Hyvin se on mennyt tähänkin asti, niin miksei myös tulevaisuudessa.

Kamphuis ja Salmi ovat kilpailleet kerran opiskelijoiden kansainvälisessä urheilutapahtumassa



Frans Salmi ja Christian Kamphuis voittivat henkilökohtaiset kultamitalit Beach Taekwondon maailmanmestaruuskilpailuissa.

sa Universiadeissa.

- Toivottavasti menemme sinne uudestaan. Päätaivoite on kuitenkin lajin maailmanmestaruuskilpailuissa, jotka järjestetään syksyllä Taiwanissa. Se on meidän lajis-

sa korkein lava, mihin voi päästä.

Beach Taekwondon maailmanmestaruuskilpailut järjestettiin Kreikassa Rodoksen kaupungissa huhtikuun lopulla.

Salmi edustaa Turun Budokwai

Taekwondo ja Kamphuis Helsingin Taekwondo-urheilijat 2011-seuraa.

TEKSTI JA KUVA:
KEIJO SUOMALAINEN

TEE SÄHKÖSOPIMUS AURINGON, TUULEN JA VEDEN KANSSA

Helenin Ympäristösähkö tuotetaan uusiutuvilla, puhtailla luonnonvoimilla - auringolla, vedellä ja tuulella. Tee sopimus, joka on sopusoinnussa luonnon kanssa. Sinä voit vaikuttaa omilla valinnoillasi.

[helen.fi/ympäristösähkö](https://helen.fi/ymparistosahko)

MAAILMAN PARASTA KAUPUNKIENERGIAA


HELEN



päätoimittaja

KEIJO
SUOMALAINEN

Seuratoimintaa kannattaa kehittää

Maassamme toimii 503 Tähtiseuraa. Lapset ja nuoret ovat kohderyhmänä 490 seuralla. Aikuisten liikunnan edistäjinä toimii 54 seura. Huippu-urheilussa toimii 16 tähtiseuraa. Olympiakomitean nettisivujen mukaan Tähti-seura-ohjelma on uusi seuratoiminnan laatuohjelma, jonka tavoitteena on kehittää seuratoimintaa. Olympiakomitea perustelee Tähti-seura-ohjelmaansa muun muassa sillä, että pienessä maassa aktiivisesti yhdessä toimiminen on paras mahdollinen tapa luoda yhteisöllisyyttä, kehittyä, ja saavuttaa menestystä.

Olympiakomitean uudistunut toimintaympäristö mahdollistaa täysin uudenlaisen konseptin, jolla voidaan entistä paremmin edistää seuratoiminnan kehitystä maanlaajuisesti eri lajeissa ja kohderyhmissä, Olympiakomitea perustelee.

Seurat ovat toki kehittäneet toimintaansa erilaisilla menetelmillä koko seuratoiminnan olemassa olon ajan. Tuskinpa maamme vanhin urheiluseuraakaan vuonna 1856 perustettu Segelföreningen i Björneborg toimisi vireästi vielä tänäkin päivänä, mikäli seura ei olisi kehittänyt toimintaansa ajan haasteiden mukaisesti.

Seurojen kehittämisestä ovat huolehtineet myös valtakunnan tason toimijat kuten lajiliitot. Viimeisin hanke seurojen kehittämiseksi oli vuonna 1992 alkanut Sinettiseuratoiminta. Sinettiseuroja oli kaksi vuotta sitten 45 lajissa 645.

Sinetit sekä muutamien lajiliittojen kehittämät omat seuratoiminnan kehittämismenetelmät akti-

voivat seuratoimintaa merkittävästi. Seuratoiminta voi nousta kukoistukseensa ja koko suomalaisen liikuntaelämän menestystekijäksi nyt, kun Olympiakomitea otti vastuun seurojen kehittämisestä.

Seurat eivät pääse suoran nauttimaan Olympiakomitean kehittämistoimista, vaan niiden pitää kuulua liittoon, joka on Olympiakomitean jäsen sekä mukana Tähti-seura-ohjelmassa. Ohjelmaan kuului toukokuun alussa 41 liittoa.

Seurojen kannattaa ilmaa muuta ilmoitautua ohjelmaan, kun edellytykset täyttyvät. Aluksi seurat joutuvat tekemään runsaanpuoleisesti paperitöitä, mutta kun perusasiat ovat kunnossa ja kirjattu toimintaohjeeksi, varsinkin toiminta saa varmasti uutta puhtia.

Yhdistysrekisterin mukaan maassamme on 20 000 urheilu- ja liikuntaseuraa. Seurojen kokonaismäärästä jollain tavalla toimivia seuroja on kuntien liikuntavastaavien arvion mukaan 10 000. Viisisataa seuraa on mukava alku Tähti-seura-ohjelmalle, mutta töitä riittää moneksi vuodeksi tuhannen tai kahdentuhannen seuran rajan saavuttamiseksi. Ohjelma ei tule missään tapauksessa tavoittamaan kaikkia suomalaisia urheilu- ja liikuntaseuroja.

Tässä Sotilasurheilu-lehden numerossa julkaisussa jutussa Hämeenlinnan Varuskunnan Urheilijoiden puheenjohtaja Tatu Pulkkinen haastaa kaikki Sotilasurheiluliiton jäsenseurat toimimaan sekä kehittämään toimintaansa. Pulkkinen uskoo, että kunnollinen seuratoiminta kasvattaa liiton kilpai-

” Viisisataa seuraa on mukava alku Tähti-seura-ohjelmalle, mutta töitä riittää moneksi vuodeksi tuhannen tai kahdentuhannen seuran rajan saavuttamiseksi.

luihin ja tapahtumiin osallistuvien määrää.

Jutusta käy ilmi, miksi seuroja tarvitaan joukko-osastojen liikuntaväen kumppaneiksi. Tapahtumia on kiva suunnitella ja järjestää yhdessä. Seura voi neuvotella jäsenkorttiinsa alennuksia paikallisista yrityksistä ja helpottaa jäseniään hankkimaan liikuntavarusteita.

Ihmisten liikuttaminen on Pulkkinen mukaan erittäin tärkeä asia. Hänen mielipiteisiinsä on helppo yhtyä. Ne kumpuavat kokemuksista, joita Pulkkinen on lukuisista seuroista.

Sotilasurheiluliiton on järjestänyt koulutustilaisuuksia seuratoiminnan kehittämiseksi. Niiden ansiosta seurat ovat aktivoituneet aina joksi-

kin aikaa. Varsin usein on käynyt niin, että seurojen aktiiviset toimijat on havaittu siviiliseuroissa, ja heidän osaamisensa ja aktiivisuutensa on hyödynnetty siviiliseuroissa. Suomalaisen liikuntaelämän kannalta on tietysti hyvä, että osaavat ja aktiiviset ihmiset toimivat jossain seurassa tai liitossa.

Sotilasurheilu-lehti esittelee liiton 50-vuotisjuhluvuoden teemana liiton jäsenseurojen toimintaa. Hämeenlinnan, Kajaanin, Säkylän ja Turun seurat vaikuttavat ainakin tehtyjen juttujen perusteella toimivilta seuroilta tai ainakin seuroilta, jotka haluavat toimia ja kehittää toimintaansa.

Viimeisimmistä seuratoiminnan koulutustilaisuuksista on aikaa jo sen verran kauan, että Sotilasurheiluliitto voisi selvittää jäsenseurojensa nykytilan sekä varsinkin kysyä seuroiltaan, millaisia toimia ne kaipaavat liitolta toimintansa kehittämiseksi.

Sotilasurheiluliiton seurat ovat voineet tavata toisiaan liiton vuosikokouksissa. Kymmenen vuoden välein liitto on kutsunut seurojensa edustajat juhlimaan yhteisen taipaleen etenemistä. Tänä vuonna on jälleen juhlan aika. Liitto juhlii 50-vuotista taivaltaan lokakuun 12. päivänä Maanpuolustuskorkeakoululla. Aamupäivällä pidetään liiton juhluvuosikokous, jossa liitto muun muassa saa uusia kunniajäseniä. Iltapäivällä vuorossa on liiton 50-vuotisjuhla, jossa palkitaan liiton toiminnassa ansioituneita.



puheenjohtaja

TIMO
KAKKOLA

Kymmenen puheenjohtajaa

Suomen Sotilasurheiluliitolla on 50-vuotisen historiansa aikana ollut kymmenen puheenjohtajaa. Kaikilla on ollut aikanaan oma, tärkeä tehtävänsä urheiluliiton toiminnan kehittämisessä.

Liiton ensimmäisenä puheenjohtajana toimi eversti Olavi ”Olli” Liukkonen vuodesta 1968 vuoteen 1973, jäädessään reserviin. Hänen tehtävänään oli luonnollisesti panna toimeen Puolustusvoimain komentajan kenraaliluutnantti Yrjö Keinosen hyväksymä esitys liiton perustamisesta.

Toisena puheenjohtajana toimi eversti Leo Saressalo, vuosina 1974 - 1980. Saressalo oli tullut aiemmin urheilupiireissä tunnetuksi hiihdon ja pesäpallon parissa.

Tämän jälkeen, vuosina 1980 - 1984, oli kenraalimajuri Raimo Katonan vuoro heiluttaa puheenjohtajan nuijaa. Katonan puheenjohtajakau-

della Sotilasurheiluliitto pääsi valtionavun piiriin – melkoisen väännön jälkeen. Tämä mahdollisti mm. päätoimisen toiminnanjohtajan palkkaamisen. Myös liiton oma lehti, Sotuli, näki päivänvalonsa.

Kenraalimajuri Tuomo Tuominen toimi puheenjohtajana vuosina 1985 - 1987. Hänen kaudellaan painotettiin varusmiesten kuntoliikunnan tärkeyttä ja lanseerattiin Varusmiesten liikuntakerho. Liikuntakerhokokeilu alkoi Uudenmaan Jääkäripataljoonassa vuonna 1986, samana vuonna, kun allekirjoittanut astui nuorena luutnanttina riviin UudJP:n kärkekomppaniaan. Vuonna 1987 liiton äänenkannattajaa uusittiin ja se sai uuden nimen, Sotilasurheilu.

Eversti Erkki Silvon aikana, 1988 - 1991, pyrittiin kehittämään seuratoimintaa. Myös liiton 20-vuotisjuhlat järjestettiin Santahaminassa Ka-

dettikoululla.

Eversti Matti Lukkarin puheenjohtajakausi jäi lyhyeksi (1992 - 1993) hänen saamansa Viron ulkomaankomennuksen johdosta. Liiton 25-vuotista taivalta juhliittiin työn merkeissä juhlahokouksena Pääesikunnassa vuonna 1993.

Kenraaliluutnantti Antti Simola oli liiton peräsimessä vuosina 1994 - 1997. Hänen kaudellaan liitto sai oman lipun. Myös ampumasuunnistuksesta kehittyi elinvoiva laji, jonka lajiliitoksi sotilasurheiluliitto valikoitui.

Kenraalimajuri Kalervo Sipin kausi on puheenjohtajiston historian pisin. Hän johti liittoa vuosina 1998 - 2006. Sipin kaudella alkoi Kesäyön marsin historia. Ampumasuunnistustoiminta kansainvälistyi, järjestettiin ensimmäiset EM-kilpailut ja perustettiin Euroopan-lajiliitto, jonka johtoon Si-

pa valittiin. Myös Varusmiesten liikuntakerhotoimintaa kehitettiin.

Vuosina 2007 - 2012 puheenjohtajana oli kenraaliluutnantti Kyösti Halonen. Tänä aikana nostettiin VLK-toiminta uudelle tasolle Potkua Liikuntaan -hankkeen avulla. Tehtiin myös liiton ensimmäinen strategiatyö. Puolustusvoimien ja Sotilasurheiluliiton välillä solmittiin ensimmäinen yhteistoimintasopimus.

Olen saanut olla Suomen Sotilasurheiluliiton puheenjohtajana vuodesta 2013 alkaen. On ollut ilo ja suuri kunnia saada jatkaa edeltävien yhdeksän puheenjohtajan työtä varusmiesten ja henkilökunnan vapaa-ajan liikunnan edistämiseksi. Kolmas kaksivuotiskauteni puheenjohtajana päättyy liiton 50-vuotisjuhliin. Se on sopiva hetki todeta, että nuoremmat jatkakoon!



KANNEN KUVA:
KEIJO SUOMALAINEN

Urheilukoulussa varusmiespalveluksensa suorittaneet Olli Siitonen ja Christian Kamphuis ja Frans Salmi voittivat joukkuekilpailun Beach Taekwondon MM-kilpailuissa.

Julkaisija

Suomen Sotilasurheiluliitto ry

Päätoimittaja

Keijo Suomalainen
puh. 040 582 7770
sähköposti: keijo.suomalainen@sotilasurheilu.fi

Toimitussihteeri

Jouni Leppäsaajo
puh. 0299 510 174
sähköposti: jouni.leppasaajo@sotilasurheilu.fi

Toimitusvaliokunta

Matti Hiiska pj, Auli Aho, Henry Lipponen,
Asko Tanhuanpää ja Jari Tepponen

Toimituksen osoite

Suomen Sotilasurheiluliitto
Jouni Leppäsaajo
PL 25, 00131 Helsinki
puh. 0299 510 174

Ilmoitusmarkkinointi

Mikamainos Oy
puh. 050 528 7782
Työmiehenkatu 17, 20320 Turku
mika.sainio@mikamainos.fi

Ilmoitusaineisto

Mikamainos Oy:n myymät ilmoitukset:
mika.sainio@mikamainos.fi
puh. 050 528 7782
Sotilasurheilupoolin ilmoitukset:
tarmo.hurskainen@bestpress.fi
puh. 050 564 4425

Taitto ja sivunvalmistus

BestPress Ay, Tarmo Hurskainen
puh. 050 564 4425
sähköposti: tarmo.hurskainen@bestpress.fi

Painopaikka

Sata-Pirkkan Painotalo, Pori 2018

Kesälajit keräsivät varusmiehet nauttimaan hyvästä säästä

Kaartin jääkäriyrykmentin varusmiehet saivat mahdollisuuden nauttia lämmenneistä keleistä, kun Kaartin Jääkäritoimikunta järjesti yhteistyössä rykmentin koulutusosaston kanssa kesälajien avajais tapahtuman Santahaminassa.

Saharana tunnetun hiekka-alueen pohjoispäädyn rantalentopallokentät ja lähiympäristö täyttyivät kymmenistä varusmiehistä, jotka pääsivät viettämään illan lukuisten eri lajien parissa. Beach volleyn lisäksi oli mahdollista pelata jalkapalloa, sulkapalloa ja esimerkiksi frisbeegolfia.

Varusmiestoimikunta oli järjestänyt paikalle myös kylmää juotavaa viilentämään +20 asteen kuumuudessa pelaavia varusmiehiä. Musiikin soidessa ja kevyessä varustuksessa oli hyvä rentoutua ennen tulevien viikkojen harjoituksia.

Oli mahtavaa päästä pitkän päivän jälkeen nauttimaan auringosta ja pelaamaan kavereiden kanssa. Onneksi paikalla oli myös juotavaa, to-



sissaan pelatessa tulee nopeasti jano, kuvailee alikersantti Trong Bui. Tapahtumasta saadun hyvän palautteen perusteella ja aina säiden sallissa, aiotaan lentopallokentällä

pelaamista jatkaa Varusmiesten liikuntakerhojen muodossa.

TEKSTI JA KUVA:
JOONAS LAURIKAINEN

Koko varuskunnan seura

Hämeenlinnan Varuskunnan Urheilijoiden puheenjohtaja, majuri Tatu Pulkkinen ja Panssariprikaatin liikuntakasvatusupseeri, kapteeni Mika Hakala uskovat, että jäsenkorttiin sisältyvät edut tuovat seuraan uusia jäseniä.

Seuran jäsenmaksun ovat Pulkkinen mukaan maksaneet viime vuosina henkilöt, jotka ovat osallistuneet Sotilasurheiluliiton kilpailuihin.

- Selvä trendi on ollut, että jos osallistut jäsenenä esimerkiksi salibandyturnaukseen, maksat jäsenmaksun. Olemme myös seuranneet, ettei kukaan osallistu kilpailuihin toisten siivellä. Kymmenen euron jäsenmaksun ei pitäisi olla kenellekään kynnys.

Pulkkinen tietää, että jäsenmaksunsa maksaneita jäseniä on jo nyt yli viisikymmentä.

Panssariprikaatin kaikki varusmiehet ovat automaattisesti Hämeenlinnan Varuskunnan Urheilijoiden jäseniä. Heidän jäsenkorttina toimii varusmieskortti. Varusmiehet eivät maksa jäsenmaksua.

- Jäsenmäärä on kasvanut huomattavasti henkilöllä, jotka ovat halunneet liittyä jäseniksi jäsenkorttiin sisältyvien etujen vuoksi.

Kesäkuussa pidettävän vuosikokouksen jälkeen lanseerataan jäsenkortti jäsenistölle julkaistavalla seuratieotteella ja jaetaan maksaneille jäsenille numeroidut kortit.

- Hankimme aluksi kaksisataa jäsenkorttia, toivotavasti saamme tilata ensi vuodelle niitä lisää

Etuisuudet innostavat

Seura on sopinut jäsenkorttiin sisältyvistä eduista useiden yritysten kanssa.

Merkittävimmät edut on haluttu saada liikuntavälineiden hankintoihin.

- Jäsenet voivat hankkia laadukkaita urheiluvarusteita, kun he saavat vaikkapa kahdenkymmenen prosentin alennuksen tuotteen hinnasta tai vielä kymmenen prosentin alennuksen jo alannetuista hinnoista.

- Laadukkailla ja sopivilla välineillä on harrastaminen mielekästä. Harrastus välineiden hankinnasta usein määrävänä tekijänä on hinta ja meidän tavoitteena on alentaa tuota ”kynnystä”.

Jäsenkorttihanke alkoi viime vuonna seuran logon suunnittelulla.

- Käytämme logoa jäsenkortin lisäksi painotuotteissamme sekä asiussamme.

Kahden merkittävän turnauksen järjestäjä

Hämeenlinnan Varuskunnan Urheilijat on kunnostautunut alkuvuoden aikana kahden Sotilasurheiluliiton turnauksen järjestäjänä. Salibandy mestaruusturnaus pelattiin Hämeenlinnassa tammikuun 25. - 27. päivänä. Jääkiekon mestaruus ratkottiin huhtikuun 27. - 28. päivänä.

- Resurssija ammattitaitoa löytyy tapahtumien järjestämiseen, vaikka näiden turnausten järjestämisestä vastasivatkin samat henkilöt. Aktiivisuudesta kertoo jotain se, että viime vuonna järjestämämme Cross Training -kilpailun vastuuhenkilö haluaisi järjestää kilpailun uudelleen jo ensi vuonna, mutta koska ensi vuoden järjestäjä on jo sovittu, pääsemme järjestämään kilpailun aikaisintaan vuonna 2020.

Talkooväen löytäminen ei ole aina helppoa puuhaa, vaikka tarjolla olisi mukava järjestämispalkkio.

- Järjestimme viime talvena Ilveskalliolla 27 autolle seurakilpailun eli harjoituskeräilykokeen. Talkoolaisten hankkiminen oli hankalaa ensimmäistä kertaa ja erittäin matalalla profiililla järjestämämme tapahtumaan. Saamamme palautteen perusteella suunnittelemme järjestävämme tapahtuman



Jäsenkorttiin sisältyvät edut houkuttelevat jäseniä.

myös ensi talvena uudelleen. Uskon, että saamme silloin talkoolaista paljon helpommin.

Tulevaisuus näyttää hyvältä

Pulkkinen näkee seuran tulevaisuuden hyvänä.

- Olemme ottaneet lähtöaskeleet ja olemme portaiden alapäässä lähdössä kohti yläpäättä.

Varusmiesten aktivoiminen on myös tärkeä osa seuran toimintaa.

- Frisbeegolfrata tarjoaa aktivoimiseen hyvän mahdollisuuden.

Henkilökunnalle seura aikoo järjestää 50-vuotisen toimintatapaileensa kunniaksi tapahtumapäivän.

- Tapahtumapäivä sisältäisi lajikoiteiluja. Liikunnallisen ja yhteisöllisen tapahtuman avulla toisimme esille, että seuramme ei ole pelkästään kilpailijoiden seura, vaan koko varuskunnan seura.

Hämeenlinnan Varuskunnan Urheilijat on yksi Sotilasurheiluliiton perustajaseuroista. Kotipaikkansa seura siirsi 1990-luvun alussa Hämeenlinnasta Hattulaan, koska seuran toiminta oli keskittynyt Hattulan Parolannummella toimivaan Panssariprikaatiin. Nimeään seura ei ole muuttanut.

- Olemme pohtineet nimen muuttamista, mutta päätimme, että säilytämme seuran nimen ennallaan historiallisista syistä.

Riihimäkeläiset mukaan toimintaan

Riihimäen varuskunnan hallinnollinen yhdistäminen Hattulan varuskuntaan vaikuttaa myös seuran toimintaan.

- Yksi iso haaste on Riihimäen varuskunnan toiminnan aktivoiminen. Riihimäellä on kuusi toimijaa ja kuusisataa työntekijää. Heis-

tä kaksi henkilöä on maksanut seuramme jäsenmaksun. Olemme puhuneet, että järjestäisimme Riihimäellä tapahtuman, jolla herättäisimme henkiin varuskunnan urheilijoiden toiminnallisuutta siellä.

Seura on saanut Hattulan kunnalta liikuntalain mukaista avustusta toimintaansa, mutta viime vuosina seura ei ole hakenut avustusta.

- Minusta on tärkeämpää, että rahat ohjautuvat lasten ja nuorten liikunnan edistämiseen hattulalaisissa urheiluseuroissa.

Suullinen sopimus yhteistyöstä

Seuralla on Panssariprikaatin kanssa suullinen sopimus yhteistyöstä, mutta puhetta on ollut kirjallisen sopimuksen tekemisestä.

- Nyt olemme tehneet jokaisesta tapahtumasta erillisen asiakirjan, jolla olemme pyytäneet Panssariprikaatia tukemaan tapahtuman järjestämistä tai tapahtumaan osallistumista. Kolme asiakirjaa tänä keväänä komentajalle kirjoitettuna olen kokenut, että olisi paljon helpompi tehdä tukemisesta yleissopimus. Yleissopimuksen ylittävistä tuesta tehtäisiin erilliset asiakirjat.

Liiton ja seuran yhteisenä juhlatuotena on tapana tarkastella menynyttä ja luoda katsaus tulevaisuuteen.

- Liiton puheenjohtaja tulee Sotilasurheilupuolin jäsenten edustajien kanssa tutustumaan Panssariprikaatin ja seuran toimintaan 5. päivänä kesäkuuta. Liitolle minulla ei ole muita terveisiä, kuin hyvää juhlatuotena.

Kaikkia seuroja tarvitaan

Seuroille Pulkkinen sen sijaa esittää toiveen.

Varuskunnallisen urheiluseuran ja joukko-osaston yhteiselo sujuu suotuisasti, kun vastuuhenkilöiksi löytyvät Tatu Pulkkinen ja Mika Hakala kaltaiset liikunnasta ja urheilusta innostuneet henkilöt.

Hämeenlinnan Varuskunnan Urheilijoiden toiminnan laajuus ja laatu on vaihdellut 50 vuoden kuluessa. Nyt edessä näyttäisi olevan viereampi vaihe, jonka alkuunpanija on Panssariprikaatin liikuntakasvatusupseeri, kapteeni Mika Hakala.

- Ajattelin monta kertaa, että olisi kiva saada vapaaehtoiseen toimintaan kumppani, jonka kanssa voisi suunnitella ja toteuttaa tapahtumia. Jos sama henkilö huolehtii molemmista, hän saattaa helposti joutua tilanteeseen, jossa ei olekaan enää selvää kumman resurssija hän käyttää.

Seuran toimintaa elvyttääkseen Hakala ryhtyi kyselemään ensin seuran hallitukseen jäseniä.

- Vastauksena saattoi olla, että minä lähten, jos hän lähtee. Kun molemmat lähtivät, hallitus sai kaksi jäsentä.

Puheenjohtajaksi Hakala kysyi Pulkista.

- Pari henkilö oli kieltäytynyt, mutta yhdellä seitsemäntuntisella kilpailumatkalla sain puhuttua Tatum puheenjohtajaksi.

TEKSTI JA KUVAT:
KEIJO SUOMALAINEN

- Liikunta on äärimmäisen tärkeä asia. Kun meitä seuroja on kuitenkin niin vähän valtakunnassa, olisi hienoa, että jokainen seura ainakin yrittäisi ylläpitää ja kehittää toimintaansa. Jatkumona aktiivisista ja hyvinvoivista seuroista saamme la-

jalla rintamalla osallistujia tapahtumiin ja tapahtumille järjestäjiä.

Hämeenlinnan varuskunnan urheilijoiden edustajia on ollut kaikissa 1.1 - 15.5.2018 välisenä aikana järjestetyissä Sotilasurheiluliiton kilpailutapahtumissa.

Nyt se on selvitetty perinpohjaisesti

ELISAN 4G-VERKKO ON SUOMEN NOPEIN*

elisa DNA SONERA

elisa.fi/vertaaverkkoja
*Lähde ECE Oy, Tutkimus 10/2016.

Liiton historia koottiin kirjaan

Sotilasurheiluliiton 50-vuotishistoria on painamista ja sitomista vaille valmis. Historian on kirjoittanut tietokirjailija, kapteeni evp. Esko Lammi.

Historiateoksen kirjoittamista helpottaa merkittävästi se, että kirjailija sää käyttöönsä riittävän laajasti luotettavaa lähdeaineistoa.

- Parin vuoden työrupeaman aikana on ollut monenlaisia haasteita. Lähdemateriaalin kokoaminen on ollut yksi haasteellinen tehtävä. Onneksi liiton toimihenkilöt ovat toimineet aikanaan niin järjestelmällisesti ja hyvin, että vuosikertomukset ja hallituksen pöytäkirjat löytyivät. Mittaamattoman arvokas lähdeaineisto on ollut Sotilasurheilu-lehden vuosikerrat, joista olen saanut erittäin paljon aineistoa.

Lammi sanoo lähdeaineiston kokoamisen olleen onnistunut ryhmätyö.

- Historiatoimikunta on ollut tukenani koko työni ajan. Hyvässä yhteistyössä olemme kahlanneet läpi satoja nimiä sekä yhteyksiä Sotilasurheiluliiton lajeihin ja tapahtumiin. Kun olen saanut kirjoitettua tekstit, olemme kokoon-tuneet useamman kerran, lukeneet ja täydentäneet tekstejä sekä korjanneet virheitä.

Tekstiä täydentävien kuvien löytäminen teokseen on ollut oma haasteensa.

- Iso erillinen haasteensa on ollut teoksen kuvittaminen. Kuvagallerioiden kokoaminen sekä kuvien valitseminen taittoon ovat vieneet aikaa.

Hyvillä mielin

Teoksen taittovedosta seläilevä kirjailija vaikuttaa huojentuneelta.

- Nyt kun taittovedos alkaa olla valmis kirjapainoon lähettämistä varten, alkaa helpottamaan ja hymyilyttämään. Olemme päässeet työryhmänä tässä hommassa maaliin.

- Hyvillä mielin jätän työn omasta kädestäni pois.

Historiateoksen sivut on valmistanut taittaja Heli Suhonen Hämeenkyrön Kirjapainossa. Häntä Lammi kehuu hyväksi työpariksi.

- Häntä minun täytyy kiittää jo tässä vaiheessa. Hänen kanssaan olemme tehneet jo seitsemän kirjaa. Yhteistyömme on sujunut mukavasti.

Esko Lammi on osallistunut Sotilasurheiluliiton toimintaan liiton ensimmäiset 25 vuotta. Viimeiset 25 vuotta ovat olleet hänelle uutta asiaa.

- En ollut ollenkaan tietoinen, että liitosta on kehittynyt ampumasuunnistuksen lajiliitto. Uutta oli myös Sotilasurheilupoolin toiminta. Varusmiesten liikuntakerhotoiminta ei kolahtanut itselleni palveluksessa ollessani. En ollut varusmiesten kanssa tekemisissä, kun palvelin viimeiset vuoden Materiaalilaitoksen esikunnassa.

- Varusmiesten liikuntakerhotoiminnan merkitys palveluksen tukijana ja varusmiesten viihtyvyyden lisääjänä on erittäin tärkeä asia liiton toiminnassa.

17. kirja

Esko Lammi siirtyi puolustusvoimien palveluksesta reserviin vuonna 1997, minkä jälkeen hänelle avautui mittava tietokirjailijan ura.

- Olen kirjoittanut kirjoja yhtämittaa kohta 20 vuotta. Tuona aikana on valmistunut 17 kirjaa.

Tulevaisuutensa varalle Lammilla ei ole tarkkoja suunnitelmia tai hän ei ole ainakaan ottanut uutta kirjaa kirjoitettavakseen.



- Toistaiseksi mielessä ei ole mitään. Ehkä nyt olisi aika ryhtyä viettämään vihdoin eläkepäiviä.

Lammi asuu maatilalla Ylöjärven Karhella.

- Maatilan töitä on tarjolla koko ajan. Ehkä voin tukea nuorempia kirjailijankaljuja. Voisin myös selvittää sukuni historiaa. Kyllä tässä tulee tehtyä jotain tulevaisuudessakin.

Asiantunteva kirjoittaja

Historiatoimikunnan puheenjohtajana on toiminut Sotilasurheiluliiton entinen toiminnanjohtaja Jari Tepponen.

Esko Lammin saaminen historian kirjoittajaksi oli Tepposen mukaan työn onnistumisen kannalta onnekasta.

- Lammi on kirjoittanut liikunnan, urheilun ja maanpuolustuksen yhteisen historian sekä Puolustusvoimien Urheilukoulun historian. Hän tuntee aihepiirin erittäin hyvin.

Tepponen arvioi Lammin onnistuneen työssään erinomaisesti.

- Teoksen lukija saa kattavan ja oikean kuvan Sotilasurheiluliiton toiminnasta.

Historiateos julkaistaan Helsingissä Maanpuolustuskorkeakoulun juhlasalissa 12.10. järjestettävässä Sotilasurheiluliiton 50-vuotisjuhlassa.

TEKSTI JA KUVA:
KEIJO SUOMALAINEN

Esko Lammi silmäilee tyytyväisenä Sotilasurheiluliiton 50-vuotishistoriateosta.



Bell Stoker PYÖRÄILYKYPÄRÄ

Moderni, takaa matala maastokypärä kovaan maastoajoon. Säädettävä lipa helpottaa ajolasien käyttöä. Rungas ilmastoitu tuuletusaukkojen ja ohimoiden kautta (Overbrow Ventilation). Coolmax-pehmusteet. Laadukas in mold -rakenne. Speed Dial -kivistyspanta.

vihreä, koko 55-59 cm
45-00683 | 75,00



motonet

VAPAA-AIKA | KALASTUS | VENE | KOTI | TYÖKALUT | AUTO | MOOTTORIPYÖRÄ

www.motonet.fi

Golf elää murroskautta

Lukuista suomalaiset golfkentät ovat syntyneet niin, että golfin pelaamisesta innostuneet henkilöt ovat perustaneet kenttäyhtiön, hankkineet yhtiönsä omistukseen maa-alueen sekä rakentaneet kentän. Nykyään kenttiä rakentavat ja pelimahdollisuuksia tarjoavat yksittäiset sijoittajat. Yksi heistä on hattulalainen Reijo Riihimäki.

Riihimäki omistaa Hattulassa 9-reikäisen ja Paltamossa 18-reikäisen kentän. Lisäksi Riihimäki on osakkaana hämeenlinnalaisessa Linnan Golfissa.

- Meillä ei ole myynnissä osakkeita Hattulan ja Paltamon kentille. Pelaamme markkinataloudessa. Kun kenttä on kunnossa, pelaamaan pääsee maksamalla green feen tai pelikausimaksun.

Osake sitoo liikaa

Riihimäki sanoo, että pelaajia riittää kentille, mutta he eivät halua maksaa pelaamisesta niin kuin ennen.

- Ennen golfin pelaaminen perustui hyvin pitkälle osakepohjaiseen toimintaan. Nyt kentät ovat aika paljon lähenteet sille linjalle, että osaketta ei enää tarvitse omistaa.

Suomalainen golf on Riihimäen mukaan selkeästi murreksessa.

- Linnan Golfin omistajana on valittava se, että vieraspelaajat pelaavat halvemmalla kuin osakkeenomistajat. Se on vähän hassua.

Nuoret pitää saada pelaamaan

Riihimäki kertoo golfin ukkoutuvan koko ajan.

- Ikäpolvi, joka harrastaa ja mak-

saa lajin, ovat yli 50-vuotiaat. Hyvä, että meiltä löytyy maksajia, mutta huolestuttavaa on se, että nuorten eteen ei ole tehty töitä.

- Uskon, että nuorten pelaajien määrän väheneminen on osakepohjaisen toiminnan tulos.

Riihimäki ottaa esimerkiksi kentän, jossa osake tuottaa yhden henkilökohdaisen pelioikeuden.

- Kentän säännöt voivat olla niin tiukat, että pelioikeutta eivät voi käyttää muut perheenjäsenet.

Parhaillaan Riihimäki laajentaa Hattulan kentän toimintaa.

- Rakennamme sellaisen harjoituskeskuksen, että saamme uusia pelaajia niin nuorista kuin vanhemmista. Teemme harrastuksen aloittamisen mahdollisimman helpoksi par 3 -kentällä ja isoilla harjoittelualueilla. Par 3 -kentälle pääset pelaamaan ilman green gardia.

Liiketoiminta on haastavaa

Riihimäki toimi yli 30 vuotta elintarvikekauppiaina. Hän ei kuitenkaan siirtynyt paremman bisneksen perässä golfiin.

- Golfista ei saa bisnestä tekemäläkään. On hienoa, että Suomessa on ihmisiä, jotka pistävät tähän aikaa ja rahaa, koska tällä on mahdollonta tehdä ainakaan kovasti rahaa.

Riihimäki näkee golfkenttäläiketoiminnan mahdollisuudet huomattavasti Suomea paremmiksi esimerkiksi Espanjassa.

- Paltamon kenttäänkin on hieman sivussa Mannerheimintiestä, kun se sattuu sijaitsemaan Oulun ja Kajaa-

Yhteistyötä tarvitaan

Suomalaisten golfkenttien markkinoinnista ulkomaalaisille pelaajille rajoittavat Riihimäen mukaan kenttien rajalliset resurssit.

- Golfkentät eivät pysty hankkimaan ulkomaalaisia pelaajia yksin, mutta hotelliketjujen ja isopiien toimijoiden kanssa yhdessä se voisi onnistua äärimmäisen hyvin. Paltamosakin teemme töitä, että pääsisimme eteenpäin.

Riihimäki kokeili ensimmäisen kerran golfin pelaamista vuonna 1986 Aulangolla. Välillä hän on pelannut ahkerasti, mutta taukojakin mahtuu pelaamisen lomaan.

Nykyään Riihimäki myy golfkenttien omistamisen ohella golfvarusteita. Hän toimii toimitusjohtajana Suomen Golfkauppa Oy:ssä.

Suomessa on yli 150 golfkenttää. Ensimmäinen kenttä rakennettiin Helsinkiin Talin kartanon maille 1930-luvulla. Kenttä oli aluksi 9-reikäinen. 18-reikäinen kenttä on ollut vuodesta 1952 lähtien. Toinen 18-reikäinen kenttä valmistui vuonna 1982 Espooseen. Golfin suosio kasvoi 1980-luvun lopulla niin, että tuolloin valmistui kymmeniä uusia kenttiä.

Ensimmäiset Sotilasurheiluliiton golfmestaruuskilpailut pelattiin vuonna 1989 Vierumäellä yksipäiväisenä kutsukilpailuna. Nykyään kilpailut kestävät kolme päivää. Mestaruudet ratkotaan 30. kerran Kuopion Nilsissä sijaitsevalla Tahko golfin New Course -kentällä 29. - 31.8.2018.

TEKSTI JA KUVA:
KEIJO SUOMALAINEN



Reijo Riihimäki markkinoi Paltamon golfkentän palveluja Helsingin messukeskuksessa maaliskuun alussa järjestetyssä GoExpossa.

Kuntosalirakentaja PALVELUKSESSASI!



concept 2

Concept2 BikeErg on uusin tulokas urheilullisessa tuotepereheessä.

SkiErg hiihtoergometri tasatyön ja vuoro- hiihdon tehoharjoitteluun.

Concept2 soutulaitteiden globaali markkinajohtaja on jo legenda lajissaan.

wattbike

Kehitä, mittaa, testaa kuntoile ja laihduta!

Wattbike on innovatiivisin, hauskin ja kehittävin väline pyöräilyharjoitteluun. Kokeile ja totea se, minkä monet muut ovat jo havainneet!



Sotilasurheiluliiton pitkäaikainen yhteistyökumppani

CONCEPT
FINNROWING OY

P. 0207 288 760 • toimisto@finnrowing.com
www.finnrowing.com • www.wattbike.com/fi

www.conceptfinnrowingshop.fi



Yhdessä parempi ja turvallinen tulevaisuus!

Millog Oy on kunnossapitoon sekä elinjakson hallinta- ja materiaali palveluihin erikoistunut yritys. Puolustusvoimien strategisena kumppanina vastaamme Maavoimien ja Merivoimien materiaalin kunnossapidosta sekä erikseen sovitusta Ilmavoimien materiaaleista. Lisäksi tuotamme elinjakson hallinnan palveluita ja osallistumme asiantuntijana materiaalihankkeisiin. Toimintamme perustuu pitkäaikaisiin kumppanuussopimuksiin.

Millog
www.millog.fi

Sotilasurheilupooli vieraili Panssariprikaatissa

Sotilasurheilupooli tutustui Panssariprikaatin ja Hämeenlinnan Varuskunnan Urheilijoiden toimintaan Hattulan Parolannummella kesäkuun 5. päivänä. Erityisenä tutustumiskohteena oli varusmiesten vapaa-ajan liikuntakerhotoiminta.

Tutustuminen alkoi Panssariprikaatin yleisesittelyllä. Prikaatin komentaja, eversti Kari Nisula kertoi keskeisimmät tiedot prikaatin toiminnasta. Prikaati kouluttaa kaikkia maavoimien aselajeja. Koulutuksen painopiste on panssarijoukoissa. Prikaatiin kuuluu viisi joukkoyksikköä. Panssariprikaati kouluttaa vuosittain 2600 varusmiestä ja 3000 reserviläistä. Henkilökuntaa Panssariprikaatissa on 650.

Koulutushallilla pooli tutustui simulaattorikoulutukseen sekä koulutuskalustoon. Panssariprikaati hyödyntää koulutuksessa virtuaalista taistelulentätkoulutusta ja on simulaattorikoulutuksen kärkiosaaja.

Varusmiesten liikuntakerhotoimintaa esitteli varusmiestoimikunnan työ-, opinto- ja sosiaaliamieksien, tykkimies Joona Karvonen. Panssariprikaatin varusmiehet liikkuvat vapaa-ajallaan salibandy-, kamppailu-, uinti- ja futsalierhoissaan. Lisäksi tarjolla on frisbeegolfia, lenkkeilyä ja kuntosaliharjoittelua.

Panssariprikaatin varusmiehille kertyi liikuntakerhotoimintaan seuraavan Liikkuri-sovelluksen mukaan 1151 liikuntasuoritusta toukokuun aikana. Suosituin laji oli kuntosaliharjoittelu, josta kertyi tilastoon 406 merkintää.

Hämeenlinnan Varuskunnan Urheilijoiden puheenjohtaja, majuri Tatu Pulkkinen kertoi tänä vuonna 50 vuotta täyttävän seuran ajankohtaisimmat kuulumiset. Seura tehostaa jäsenhankintaansa ottamalla käyt-

tönsä etuja sisältävän jäsenkortin. Panssariprikaatin liikuntakasvatustupseeri, kapteeni Mika Hakala esitteli varuskunnan liikuntapaikkoja.

Tutustumisen liikunnallisissa osissa poolin jäsenet pääsivät ulkoilemaan Aulangonjärven itärannan kuntopolulle. Aulangonjärven ympäristö kuuluu Suomen ensimmäiseen ja maailman toiseen kansalliseen kaupunkipuistoon. Puisto perustettiin vuonna 2001.

Sotilasurheilupoolin toiminta alkoi vuonna 1995, kun Sotilasurheiluliitto pyysi Pääesikunnassa palvelutta everstiluutnantti Juhani Toukosta selvittämään tuntemiltaan yritysjohtajilta, kuinka he suhtautuisivat Sotilasurheiluliiton kanssa tehtävään pitkäjänteiseen markkinointiyhteistyöhön, joka antaisi myös yrityksille mahdollisuuden keskittyä kansakäymiseen. Sotilasurheiluliiton toimintaan pooli toimi taloudellista varmuutta.

Kauppateiden maisterin tutkinnon suorittanut Toukonen tunsu yritysten toimintatavat ja varsin pian hän esitteli Sotilasurheiluliiton johdolle Brotherin toimistokoneita Suomeen tuovan Enestamin, Opelin henkilö- ja pakettiautoja myyneen EK-Auton ja Matkatoimisto Kalevan kanssa laatimiaan markkinointiyhteistyösopimuksia.

Sotilasurheilupooliin kuuluva tällä hetkellä C.P.E. Production, CWT Kaleva Travel, Elisa / Saunalahti Fennia, Concept Finnrowing, Helen, Keravan Energia, Mastermark, Millog, Nammo Vihtavuori, Patria ja Zero G.

TEKSTI:
KEIJO SUOMALAINEN

dosentti

Liikkumattomuus maksaa yhteiskunnalle vuosittain puolustusbudjetin verran

Useat tutkimukset ovat osoittaneet, että eri-ikäisten ihmisten fyysinen aktiivisuus on terveyden ja hyvinvoinnin ylläpidon näkökulmasta liian alhaisella tasolla (mm. Husu ym. 2010, WHO 2010, Chen ym. 2013). Lisääntynyt istuminen yhdessä vähäisen liikunnan kanssa ovat johtaneet passiivisen elämäntavan yleistymiseen. Sen tiedetään olevan yksi merkittävimmistä riskitekijöistä lisääntyville elämäntapasairauksille ja ennen kaikkein kuolemille (Matthews ym. 2012, Veerman ym. 2012, Ekelund ym. 2014). Tutkimukset ovat myös osoittaneet, että suurempi osa suomalaisista ei liiku riittävästi aiheuttaen seurannaisvaikutuksena yhteiskunnallemme lisääntyviä terveydenhuollon kustannuksia (mm. Husu ym. 2010, Kokko & Hämylä, 2015). Niiden määrästä ei kuitenkaan ole saatavilla tarkkaa tutkimustietoa.

Valtioneuvosto julkaisi huhtikuussa 2018 tutkimusraportin (Vasankari & Kolu, 2018), jonka tavoitteena oli selvittää terveyden kannalta liian vähäisen fyysisen aktiivisuuden, huonon kunnan ja runsaan paikallanolon yhteyttä kansansairauksiin aiheuttamiin suuriin terveydenhuollon ja tuottavuuden kustannuksiin yhteiskunnalle. Tutkimuksessa selvitettiin lisäksi lapsuuden ja nuoruuden liikunta-aktiivisuudesta ja sen muutoksen vaikutusta koulutusajan pituuteen sekä työurien aikuisena. Näiden lisäksi arvioitiin liikkumattomuuden vaikutusta ikääntyneiden koti- ja laitoshoidon sekä syrjäytymisen aiheuttamiin kustannuksiin ja

sosiaalietuuksiin.

Tutkimusraportti on karua luettavaa. Liikkumattomuus maksaa vuosittain yhteiskunnallemme sairautsiin liittyvinä terveydenhuollon kustannuksina ja tuottavuuden menetyksinä 1,5-4,4 miljardia euroa. Tuoverojen menetykset ovat 1,4-2,8 miljardia euroa ja työttömyysturvaveroet maksavat 30-60 miljoonaa euroa. Ikääntyvän väestön koti- ja laitoshoidon kustannukset ovat 150 miljoonaa euroa. Yhteiskunnallisen syrjäytyminen maksaa lisäksi vähintään 70 miljoonaa euroa vuodessa.

Liikkumattomuuden aiheuttamat vuosittaiset kustannukset ja tuottavuuden menetykset olivat yhteensä 3,2-7,5 miljardia euroa. Kustannusten suuruus voidaan konkreettisesti osoittaa verrattaessa niitä Suomen valtion vuosittaiseen puolustusbudjettiin, joka on 2,9 miljardia euroa. Huolestuttava on, että kansakuntamme liikkumattomuuden vuosikustannukset ovat pienimminkin laskukaavan mukaan suuremmat kuin puolustusbudjettimme. Global Burden of Disease -verkoston mukaan suomalaisten liikkumattomuuden kustannustaakka tulee merkittävästi kasvamaan myös tulevien vuosikymmenten aikana.

Valtioneuvoston raportti esittää, että yhteiskunnan tulisi käynnistää kohdennettuja ja kustannusvaikuttavia interventioita juuri niille kohderyhmille, jotka edustavat vähän liikkuvien ryhmiä. Tällaisia hankkeita on käynnissä varsin niukasti ja niiden vaikutukset ovat olleet vähäisiä. Kuitenkin liikkumattomuus tulee kalliiksi yhteiskunnallemme.

Siksi kaikki toimenpiteet, jotka lisäävät kansalaisten liikunta-aktiivisuutta ovat tervetulleita. Etenkin lapset ja nuoret tulisi nähdä tärkeimpänä kohderyhmänä, koska nuorena opittu liikunnallinen elämäntapa jatkuu usein myös aikuisiällä. Liikkuva koulu on hyvä esimerkki hankkeesta, joka kannustaa lapsia ja nuoria liikkumaan kouluaikana. Hankkeen tulokset ovat jo vaikuttaneet myönteisesti koulupäivän liikunnallisuuteen. Tämän lisäksi tarvitaan lisääntyvissä määrin muussa vanhempien kannustusta ja esimerkkiä lasten liikkuttamiseksi. Lapsuuden jälkeen puolustusvoimilla on tärkeä rooli varusmiespalveluksessa olevissa miesten ja naisten elinikäisen liikuntakipinän herättäjänä. Puolustusvoimat on ottanut tämän haasteen valtion vuosittaiseen puolustusbudjettiin, joka on 2,9 miljardia euroa. Huolestuttava on, että kansakuntamme liikkumattomuuden vuosikustannukset ovat pienimminkin laskukaavan mukaan suuremmat kuin puolustusbudjettimme. Global Burden of Disease -verkoston mukaan suomalaisten liikkumattomuuden kustannustaakka tulee merkittävästi kasvamaan myös tulevien vuosikymmenten aikana.

Väestön liikkeelle saaminen on koko yhteiskunnan haaste. Siksi yhteistoiminta eri hallinnollisten toimijoiden välillä on avain asia ihmisten liikkeelle saamiseksi. Vähän liikkuvat tarvitsevat lisäksi yksilöllistä tukea ja räätälöityjä ratkaisuja, jotta heidät saadaan liikkumaan.

Lähteet:

Ekelund U, Steene-Johannessen J, Brown WJ3, Fagerland MW, Owen N, Powell KE, Bauman A, Lee IM; Does physical activity attenuate, or even eliminate, the detrimental association of sitting time with mortality? A harmonised meta-analysis of data from more than 1 million men and women. *Lancet*. 2016;



MATTI SANTTILA
DOSENTTI
MAANPUOLUSTUSKORKEAKOULU

27. pii: S0140-6736(16)30370-1.

Global Burden of Disease Health Financing Collaborators Network. 2017. *Future and potential spending on health 2015-40: development assistance for health, and government, prepaid private, and out-of-pocket health spending in 184 countries*. *Lancet* 389:2005-2030.

Husu P, Paronen O, Suni J, Vasankari T. Suomalaisten fyysinen aktiivisuus ja kunto 2010. *Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja*, 2011:15. Puolustusministeriö. *Suomalainen asevelvollisuus. Painoyhtymä 2010*. ISBN: 978-951-25-2135-7.

Kokko S, Hämylä R (toim.). *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa - LIITU-tutkimuksen tuloksia 2014*. ISBN 978-952-263-344. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2015: 2.

Matthews CE, George SE, Moore SC, Bowles HR, Blair A, Park Y, Troiano RP, Hollenbeck A, Schatzkin A. Amount of time spent in sedentary behaviors and causespecific mortality in US adults. *Am J Clin Nutr* 2012; 95: 437-45.

Tommi Vasankari, Päivi Kolu (toim.). *Liikkumattomuuden lasku kasvaa - vähäisen fyysisen aktiivisuuden ja heikon fyysisen kunnan yhteiskunnalliset kustannukset*. Maaliskuu 2018. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 31, 2018.

Veerman JL, Healy GN, Cobiac LJ, Vos T, Winkler EA, Owen N, Dunstan DW. Television viewing time and reduced life expectancy: a life table analysis. *Br J Sports Med* 2012; 46: 927-30.

WHO Library Cataloguing-in-Publication Data Global status report on noncommunicable diseases 2010. World Health Organization 2010. ISBN 978 92 4 156422 9.



Keskinäinen Vakuutusyhtiö Fennia

Vakuutukset vaivattomasti kuntoon

Fenniasta saat kaikki vakuutukset kodille, perheelle ja yritykselle.

Hoida vakuutusturviasi nyt ajan tasalle. Soita p. 010 503 8808 tai tutustu osoitteessa www.fennia.fi.

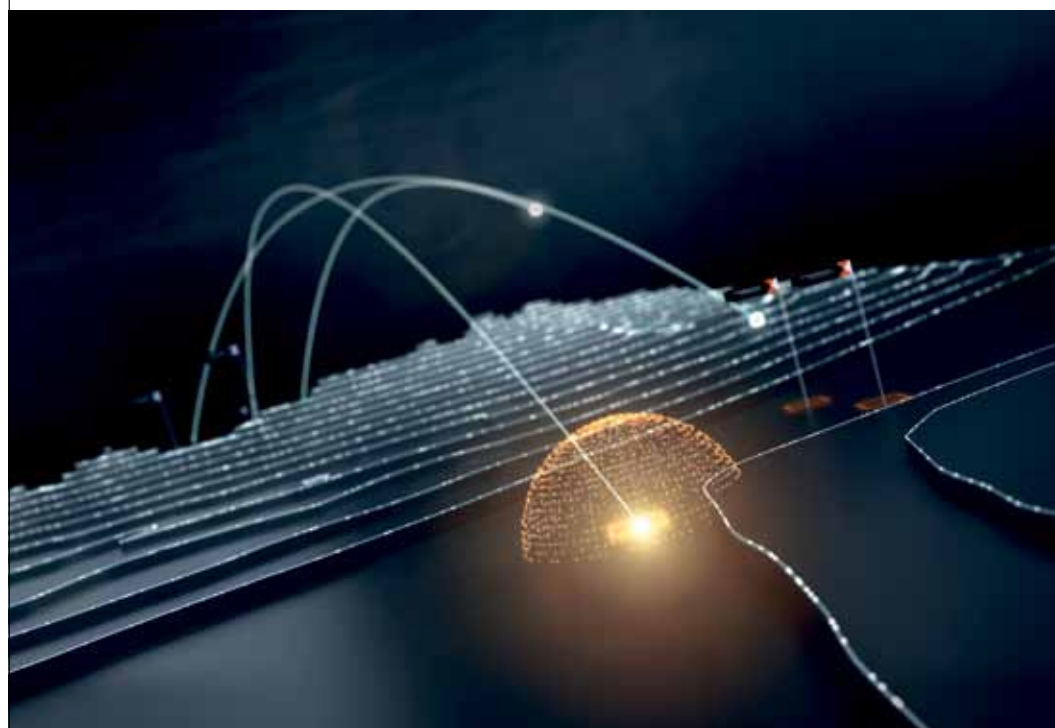
Tervetuloa tyytyväisten asiakkaidemme joukkoon!



Puhelun hinta: 8,35 snt/puhelu + 16,69 snt/min.

Patria

Kun kaiken on pakko toimia.



www.patria.fi

Marika Teini

saa kiittää armeijaa monesta asiasta

Suunnistuksen keskimatkan tuore Euroopan mestari Marika Teini sanoo suoraan, että armeijalla eli virallisesti siis Suomen Puolustusvoimilla on ollut erittäin iso merkitys hänen uralleen. Nyt 29-vuotias Teini ilmoittaa, että ilman kymmenen vuotta sitten Urheilukoulussa suoritettua vapaaehtoista asepalvelusta hän tuskin olisi kehittynyt huippu-urheilijaksi.

- Vajaa vuosi Hennalassa opetti pistämään urheilun kaiken muun edelle. Siellä ymmärsin, mitä on olla huippu-urheilija.

- Uran toinen kulminaatiopiste oli sitten vuosi 2015, joka jäi jalkavaivojen takia kokonaan väliin. Silloin opin kuuntelemaan omaa kehoani ja treenaamaan järjestyksessä, Teini tiivistää.

Petteri Vuorinen on syylinen

Armeijaa ainakin välillisesti saa kiittää siitäkin, että Säkylässä vartunut Marika Teini tuli aikanaan pyrkineeksi vapaaehtoisena Urheilukouluun.

- Porin Prikaatissa työskennellyt suunnistuksen Petteri Vuorinen on syylinen kaikkeen. Minulla ei ollut opiskelupaikkaa ja Petteri kertoi, että Urheilukoulussa pääsisi hyvin treenaamaan. Hän yllytti ja minä tartuin kiinni tarjottuun haasteeseen, naurahtaa Teini.

Vuoden alusta lähtien reservin alikersantti Marika Teini on työskennellyt Kaartin Jääkäriyrykmentin alle Santahaminaan siirtyneessä Urheilukoulussa liikunta-aliupseerina kersantin natsat virkapuvusaan. Hän näkee paikan mahdollisuutena nousta uralla vielä yhden ratkaisevan askeleen ylöspäin.

- Kolmen vuoden sopimus takaa paitsi säännöllisen ansiotulon myös mahdollisuuden harjoitella täysillä työn ohessa. Sitäkään ei sovi unohtaa, että saan myös työtodistuksen. 15 vuotta pelkkää urheilua ei välttämättä näytä hyvältä, kun lähtee joskus hakemaan töitä, vuodesta 2012 Joensuun yliopistossa oikeustiedettä opiskellut Teini miettii.

- Opiskelut jäävät nyt väistämättä tauolle, mutta niihin ehtii vielä palata. Tällä hetkellä ykköstavoite on menestyä urheilijana, hän sanoo.

Harjoitteluun sata vuorokautta

Marika Teini ei ole suinkaan ainoa huippu-urheilija Puolustusvoimien liikuntakouluttajana. Vastaavan sopimuksen ovat tehneet muun muassa hiihtäjä Risto-Matti Hakola, suunnistajat Miika Kirmula ja Olli-Markus Taivainen, kuulantyohtaja Arttu Kangas sekä painijat Elias Kuosmanen ja Tero Halmesmäki.

- Kainuun Prikaatissa työskentelevä Olli-Markus Taivainen on satumatonta myös avopuolisoni, paljastaa Teini.

Puolustusvoimien kanssa solmittu työsopimus mahdollistaa Teinille ja muille huippu-urheilijoille sata palkallista harjoitusvuorokautta vuodessa ja lisäksi tarvittavan määrän virkavapaata maajoukkueehtäviin takia.

- Varsinainen työ on varusmiesten harjoittelun ja valmennuksen tukemista ja erilaisten testien tekemistä Urheilukoulun testausasemalla. Työtä on myös osallistuminen Kansainvälisen Sotilasurheiluliiton CISM:n kisoihin. Tänä vuonna piti olla sotilaiden maailmanmestaruussuunnistukset, mutta niiden kohtalo on vielä epäselvä ensimmäisen järjestäjän peruttua.

Seuraava tavoite MM-Latviassa

Marika Teinin vuoden 2018 kisakalenterissa tärkeimpinä tavoitteina ovat Sveitsissä jo pidetyt EM-kisat sekä Latviassa elokuussa järjestettävät MM-kisat.

- Minulta puuttuu vielä henkilökohtainen MM-mitali, joten sitä lähdetään hakemaan. Odotukset ovat korkealla, sillä maastot Latviassa ovat paljon ”suomalaisemmat”, mitä olivat maastot Sveitsissä.

Raumalaisen Timo Torpon valmentama Teini voitti Sveitsissä

uransa ensimmäisen yleisen sarjan Euroopan mestaruuden keskimatkalla. Sama matka on hänen päätaivoitteensa myös Latviassa.

- Sveitsin jälkeen jouduin kahden viikon juoksukieltoon kantakalvon repeämän takia. Hyppäsin keskimatkan kisassa jyrkänteeltä alas ojaan, jonka pohjalla oli vähän vettä. Siellä oli kuitenkin myös kiviä ja maaliin juoksin lopulta kilpailun antaman adrenaliinin voimalla. Maalissa jalka ei sitten enää tahnoutunut ottaa alle ollenkaan, kertoo Teini.

- Joukkuekaverit sanoivat nähneensä heti, että jotain on vialla, kun tulin naama irvistyksellä maaliin. Yleensä olen kuulemma oikeinkin hymyilevä, mutta nyt hymy oli kaukana, hän jatkaa.

Jalan loukkaantumisen vuoksi Teini joutui jättämään EM-kisoissa viestin väliin. Hän palasi ennen muuta joukkuetta kotimaahan ja vamman laatu selvisi vasta magneettikuvassa.

- Onneksi pystyn pyörimään ja vesijuoksemaan, joten mitään ei ole menetetty MM-kisoihin valmistautumista ajatellen, Teini lohduttaa.

TEKSTI:
ASKO TANHUANPÄÄ
KUVAT:
SUUNNISTUSLIITTO



Marika Teini korkeimmalla palkintopallilla Euroopan mestarina.



Loppusuoran irvistys EM-kisojen keskimatkan maalisuoralla paljasti joukkueovereille, että Marika Teinillä ei ole kaikkia kunnossa. Suomalaisella sisulla hän kuitenkin taisteli maaliin ja mestariksi.



VIHTAVUORI

The Power of Accuracy

RELOAD

Lataa Vihtavuori RELOAD-latausdatasovellus Applen **App Store**sta tai **Google Play**stä! Saat viimeisimmät jälleenlataustiedot ja voit myös tallentaa omat lataustietosi - ja ne ovat käytettävissäsi kaikkialla.

Vihtavuoren uusin versio saatavilla myös latausoppaasta saatavilla myös linkitseessä www.vihtavuori.com

PS. Tykkää Vihtavuoresta Facebookissa ja YouTubessa!

Vihtavuori reodata nyt mobiilissa!



Marika Teini

- 29-vuotias liikunta-aliupseeri, kersantti
- reservin alikersantti
- syntymäpaikka Säkylä
- kasvattajaseura Eura-Kaution Urheilijat
- nykyinen seura SK Pohjantähti
- entinen seura Rasti-Lukko
- valmentaja Timo Torpo
- 18-vuotiaiden EM ja nuorten EM-pronssi
- keskimatkan EM 2018 ja EM-pronssi 2016
- EM-viestikulta 2016
- MM-viestipronssi 2016 ja 2017

C.P.E.》》



toiminnanjohtaja

JOUNI
LEPPÄSAAJO

Uudet toimijat mukaan seuratyöhön

Työtehtävät vaihtuvat aika ajoin eri varuskuntien ja toimipisteiden välillä. Niin myös varuskuntien urheiluseurojen aktiivitoimijat vaihtuvat. Seurojen tulisi muistaa aktiivisesti markkinoida omaa toimintaansa etenkin uusille työntekijöille. Olen kuullut monta tarinaa seuratoimijoita tavatessani, että toimintaan mukaan lähteminen on tullut suorasta pyynnöstä tai kun toiminnasta on tiedotettu. Harvoin olen törmännyt henkilöihin jotka ovat itse oma-aloitteisesti ottaneet selvää ja hakeutuneet mukaan seuran hallitukseen.

Hyvä seura tiedottaa aktiivisesti jäsenistölleen ja hyödyntää siihen useita eri viestintäkeinoja. Jä-

senistön parempaan tavoittamiseen Sotilasurheiluliitto on yhdessä Suomen Olympiakomitean avustuksella saanut käyttöönsä Suomi Sport -palvelun. Palvelu on internetissä oleva jäsenrekisteri, minkä kautta tiedottaminen ja jopa jäsenmaksujen kerääminen onnistuu mutkattomasti ja helposti. Seuroilla on nyt mahdollista ottaa palvelu käyttöön Sotilasurheiluliiton jäsen seurana.

Sosiaalinen media on myös vahva ja nopea tapa tiedottaa toiminnasta. Useampi liiton jäsen seura näkyykin etenkin Facebookissa omine sivuineen. Perinteistä paperilla tiedottamista ei saa kuitenkaan unohtaa. Liikuntatilat ovat etenkin hyvä paikka toi-

minnasta tiedottamiseen ja kun jäsenrekisteri on kunnossa myös suoraan jäsenistölle sähköpostitse.

Kuluva vuosi on liitolle 50-vuotisjuhluvuosi ja samalla myös monelle liiton jäsen seuralle. Osa seuroista onkin huomoinut tämän ja hakenut liiton kultaisia, hopeisia ja pronssisia plaketteja toimihenkilöilleen. Vuoden palkitsemiset suoritetaan liiton syyskokouksessa 12.10.2018 Maanpuolustuskorkeakoululla. Ennen sitä pyydän vielä seuroja toimittamaan tiedot ehdottamistiaan mahdollisista palkittavista hyvissä ajoin perusteluineen sähköpostitse. Tarkemmat palkitsemisperusteet löytyvät liiton verkkosivuilta: [to/palkitseminen](http://www.sotilasurheilu.fi/liit-</p>
</div>
<div data-bbox=)

Nyt puolessavälissä toimintavuotta on myös hyvä suunnata katseet tuleviin vuosiin. Liiton valtakunnallinen kilpailukalenteri elää jäsenistön ja seurojen toiveiden perusteella. Tässä vaiheessa onkin hyvä tuoda ilmi ehdotuksen tulevien vuosien kilpailukalenteriin sekä ilmoittaa järjestämishalukkuutensa.

Loppuvuoteen riittää kuitenkin vielä hyvin tapahtumia. Kilpailukalenteria päivitetään aina liiton verkkosivuille, sen voi myös ladata puhelimeen Googleplay-verkkokaupasta hakusanalla SOTUL.

tapaukset • kilpailut

Tennismestaruuskilpailut

Sotilasurheiluliiton 47. tennismestaruuskilpailut järjestetään 1. - 5.8.2018 Suomen Urheiluopiston tenniskentällä Vierumäellä.

Ilmoittautuminen 29.7.2018 mennessä netissä www.sotultennis.net.

Osanottomaksut kaksinpeli 40 euroa ja nelinpeli 30 euroa (sisältään kisatarran ja käsiohjelman) maksetaan paikanpäällä ennen 1. ottelua.

Kilpailussa käytetään keltaisia Dunlop All Court palloja.

Kilpailujen avajaiset pidetään torstaina 2.8.klo 11.00 Suomen Urheiluopiston tiloissa Vierumäellä. Varusmiesten sarjat pelataan 1. - 2.8. Ottelut alkavat ke 1.8. klo 11.00. Henkilökunnan sarjat pelataan 2. - 5.8. Ottelut alkavat to 2.8. klo 11.30. Kaikki sarjat pl varusmiesten sarjat pelataan lohkoinein. Jokaiselle tulee vähintään kaksi ottelua/sarjaa.

Otteluaikat tiedusteltavissa 1.8. klo 12:00 alkaen www.sotultennis.net

Rantasauna on varattuna kilpailijoille 3.8. klo 21.00 - 22.30. Naisille oma sauna

Sarjajako: 1) A-luokan 2-peli avoin kaikille pl. varusmiehet, 2) A-luokan 4-peli avoin kaikille pl. varusmiehet, 3) B-luokan 2-peli saa osallistua pelaaja, joka ei ole eikä ole ollut STL:n tasoituslistalla valio, A- eikä B- luokissa eikä edellisvuosien mestaruuskilpailujen B-luokan 2-pelin finaaleissa, 4) B-luokan 4-peli Samat rajoitukset kuin kaksinpelissä, 5) Ikämiesten 2-peli Saa osallistua pelaaja, joka on tänä vuonna täyttänyt tai täyttää 45 vuotta eikä kuulu STL:n A-luokkaan, 6) Ikämiesten 4-peli Samat rajoitukset kuin kaksinpelissä, 7) Veteraanien 2-peli. Saa osallistua pelaaja, joka on tänä vuonna täyttänyt tai täyttää 65 vuotta, 8) Veteraanien 4-peli. Samat rajoitukset kuin kaksinpelissä, 9) Naisten 2-peli. Saa osallistua pelaaja, joka on puolustusvoimien tai rajavartiolaitoksen palveluksessa tai on sarjojen 1-12 pelaajien avio- tai avopuoliso, 10) Seka 4-peli. Parin saa valita itse, 11) Varusmiehet 2-peli. Kilpasarja: STL:n A, B ja C-luokkalaiset, 12) Varusmiehet 2-peli. Harrastelijat: STL:n D ja E-luokkalaiset ja luokattomat

Kaikki sarjat pyritään pelaamaan ulkokentillä.

4-peleissä parit arvotaan sarjoissa 2, 4, 6, 8

Kilpailijat saavat osallistua korkeintaan kahteen sarjaan.

Varusmiehet saavat osallistua vain sarjoihin 11 tai 12.

Rajatapauksissa pelaajan sarjan ratkaisee kilpailutoimikunta.

Arvonta suoritetaan Tuusulassa ilmoittautumisaikojen päätyttyä.

Henkilökunta majoittuu ja ruokailee Urheiluopistolla. Hinnat: Ilkka/Jukola/Humiseva/Juurtola ruokailut Wanhassali ½-hoito 71,00/hlö/vrk; Juurtola/VCC tai muu huone, jossa ruokailut Country Clubilla ½-hoito 75,00/hlö/vrk, 1h-huoneen lisäksi 35€/vrk ½-hoito sisältää aamupalan ja päivällisen.

Varusmiehet majoittuvat ja syövät urheiluopistolla. Lähtävä joukko-osasto maksaa kustannukset. Maksu suoritetaan Urheiluopiston kassaan pois lähettäessä.

Majoituspyyntö on ehdottomasti ilmoitettava 29.7. mennessä Luukkaselle sähköpostilla luukkanen.risto@kolumbus.fi tai puhelimitse 0400 458 565. Osallistuminen rantasaunatilaisuuteen pyydetään tekemään ilmoittautumisen yhteydessä

Lisätietoja antaa liikuntaneuvos Risto H Luukkanen puhelin 0400 458 565.

XXVII Sotilasgolf

Sotilasurheiluliiton golfmestaruuskilpailu järjestetään Tahko Golf Clubin New Course -kentällä 29. - 31.8.2018.

Kilpailun järjestäjinä toimivat Karjalan Lennosto, Tahkon Golfseura, Kuopion Varuskunnan Urheilijat ry ja Sotilasurheiluliitto ry.

Kilpailun johtajina toimivat majuri Marko Korhonen p. 0299 230305 ja kapteeni Marko Räsänen p. 0299 230270

Kilpailutoimisto: Caddiemasterin toimisto toimisto@tahkogolf.fi p. 0600 550 740

Kilpailun tuomarit nimeää Tahko Golf.

Sotilasurheiluliiton golfmestaruuskilpailuissa noudatetaan R&A Rules Limited ja United States Golf Associationin hyväksymiä golfin sääntöjä, Suomen Golfliiton (SGL) sääntöjä sekä Suomen Sotilasurheiluliiton lajikohtaisia kilpailusääntöjä.

Keskiviikko 29.8.

8.00 Kilpailutoimisto auki

9.00 Alkaen väliaikalähtö järjestyksessä veteraanit 65 vuotta, seniorit 50 vuotta ja joukkuekilpailu

17:00 Palkintojen jako tai välittömästi kisan päätyttyä

Torstai 30.8.

8.00 Kilpailutoimisto auki

8.15 Kilpailupuhuttelu

9.00 Miehet A ja B sekä naiset (yhteislähtö)

15.00 Palkintojen jako tai välittömästi kisan päätyttyä

Perjantai 31.8.

8.00 Kilpailutoimisto auki

9.00 Kilpailupuhuttelu

10.00 Kutsuvieraskilpailu sekä varusmiehet sarjat A ja B (yhteislähtö),

15.00 Palkintojen jako tai välittömästi kisan päätyttyä

Miehet A-sarja: max hcp 11,4 ja tasoitukseton lyöntipeli scratch; Miehet B-sarja: max hcp 11,5-54 ja tasoituksellinen pistebogey; Varusmiehet A-sarja: max hcp 11,4 ja tasoitukseton lyöntipeli scratch; Varusmiehet B-sarja: max hcp 11,5-54 ja tasoituksellinen pistebogey; Naiset: tasoituksellinen pistebogey; Seniorit yli 55 vuotta: tasoituksellinen pistebogey; Veteraanit yli 65 vuotta: tasoituksellinen pistebogey; Joukkuekilpailu: scramble lyöntipelinä; Kutsuvieraskilpailu: tasoituksellinen pistebogey. Kaikissa pistebogey-sarjoissa maksimi pelitasoitus HCP on 36.

Ilmoittautuminen on lähetettävä tai soitettava 23.8.2018 klo 12 mennessä Caddiemasterin toimistoon toimisto@tahkogolf.fi. Ilmoittautumisessa on mainittava etu- ja sukunimi, tarkka hcp, varuskunnan urheiluseura sekä SGL:n alainen golfseura. Mikäli pelaaja ilmoittautuu joukkuekilpailuun, on lisäksi mainittava peliparin etu- ja sukunimi sekä varuskunnan urheiluseura.

Lähtöajat ovat luettavissa tahkogolf.fi sivuilta 28.8.2018 alkaen.

Osallistumismaksut: varusmiesten sarja 55 € (sisältää lounaan), henkilökohtaiset sarjat 55 € (sisältää lounaan) ja joukkuekilpailu 110 € / joukkue (sisältää lounaan). Maksu maksetaan kilpailupaikalla caddiemasterille. Varusmiesten osallistumismaksu maksetaan laskulla jälkikäteen Tahko golfille tai paikanpäällä Tahko golfin caddiemasterille ilmoittautumisen yhteydessä. Osallistumismaksu sisältää kärryt ja rangeoletin.

Tahko Golf tarjoaa kilpailijoille majoituspakettia seuraavasti:

Golden Resort 60 €/hlö/1vrk/2hh, 110 €/hlö/1vrk/1hh, 95€/hlö/2vrk/2hh, 160 €/hlö/2vrk/1hh, 120 €/hlö/3vrk/2hh, 200 €/hlö/3vrk/1hh

Paritalohuone info: http://www.360hosting.biz/tahko_chalet2014/golden_resort_duplex.htm

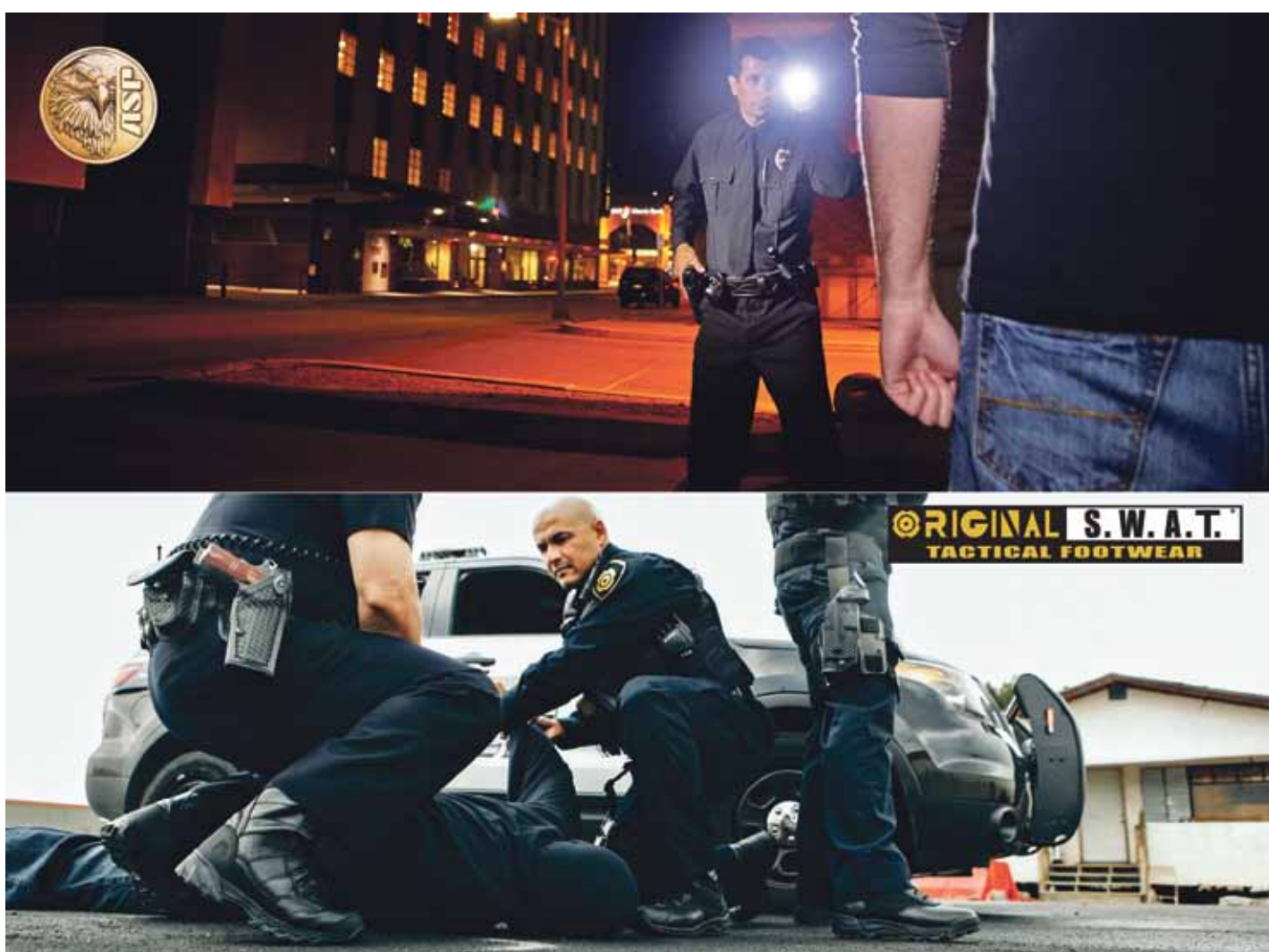
Hinnat sisältävät majoituksen tasokkaissa Golden Resort paritalohuoneissa Tahko New Course golfkentän laidalla, aamiaisen, liinavaatteet ja loppusiivouksen.

2-henkilön Ukko-huone 90 €/1vrk/huone, 140 €/2vrk/huone, 190 €/3vrk/huone Huone info: <http://www.ukkotahko.fi/huoneet/ukko-huone-2lle/>

4-henkilön saunallinen Ukko-huone 130 €/1vrk/huone, 190 €/2vrk/huone, 250 €/3vrk / huone Huone info: <http://www.ukkotahko.fi/huoneet/ukko-huone-4lle/>

Hinnat sisältävät majoituksen Ukossa Tahkon keskustassa, liinavaatteet ja loppusiivouksen.

Majoitustiedustelut ja -varaukset myyntipalvelusta koodilla SOTULI info@goldenresort.fi tai puh. 017 483 210



SOTILASURHEILU POOLI

Nämä yritykset tukevat
Suomen Sotilasurheiluliiton toimintaa

tapahtumat • kilpailut

Sotilasurheiluliiton
frisbeegolfmestaruus

Sotilasurheiluliiton VI frisbeegolfmestaruuskilpailu järjestetään Helsingissä Santahaminan frisbeegolfradalla 6.9.2018.

2 kierrosta / 20 väylää

Henkilökohtainen kilpailu (henkilökunta yleinen, varusmiehet yleinen)

Heittopeli ilman tasoitusta (max 72 kilpailijaa)

Kilpailupuhuttelu klo 08.30 Frisbeegolf radan opastaululla, Saharan pohjois-päässä

Kierros klo 09.00 (yhteislähtö, kaikki kilpailijat)

Kierros klo 13.00 (yhteislähtö, kaikki kilpailijat)

Joukkuekilpailun tulokset lasketaan henkilökohtaisen kilpailun tuloksista (enältä ilmoitetut joukkueet)

Joukkuekilpailu käydään varuskuntien urheiluseurojen välisenä kilpailuna kaksimiehisin joukkuein. Seura / varuskunta voi ilmoittaa kilpailuun useita joukkueita. Kokoonpanot on ilmoitettava ilmoittautumisen yhteydessä ja varmistettava kilpailupäivänä.

Ilmoittautumiset tulee tehdä 23.8.2018 klo 16.00 mennessä osoitteessa: <https://discgolfmetrix.com/?u=scorecard&ID=618694>

Jälki-ilmoittautumisia ei huomioida.

Osallistumismaksut: Varusmiesten ja henkilökunnan henkilökohtaiset sarjat 15 € sekä joukkuekilpailu 15 € / joukkue.

Osallistumismaksut on maksettava Helsingin varuskunnan urheilijoiden tiilille: <https://holvi.com/shop/Hx8bn4/product/d3fcd-7694b3912187485082188f9939f/>

Henkilökunnalla on mahdollisuus ruokailu Saharan varuskuntaruokalassa. Sotilas koti sijaitsee myös lähellä tapahtumapaikkaa.

Helsingin Varuskunnassa ei ole majoittumismahdollisuutta.

Joukko-osastot tilaavat varusmiesten ruokailut itse suoraan webmysli-järjestelmässä varuskuntaravintola Saharasta 23.8.2018 klo 16.00 mennessä. Varuskuntaravintola Sahara sijaitsee kilpailupaikan vieressä. Mahdolliset kysymykset santahamina@lejonacatering.fi, p. 01043 20360

Jokaisella kilpailijalla on oltava omat pelikiekot mukanaan.

Kilpailun alustava ratakartta löytyy osoitteesta:

<https://drive.google.com/open?id=1qYuo-7-2b9EzPwPsZxZRE5pkUzv-WuUl>

Kilpailusta lisää tietoa: yli luutnantti Veli-Pekka Tikkanen, veli-pekka.tikkanen@mil.fi, p. 040-1929535

Military Crosstraining -ryhmäkilpailu

Sotilasurheiluliitto ja Säkylän Varuskunnan Urheilijat järjestävät yhteistyössä Reebok Crossfit Turun kanssa Military Crosstraining -ryhmäkilpailun Turussa lauantaina 1.9.2018

Kilpailuun osallistutaan neljän (4) hengen joukkueilla. Jäsenten on oltava puolustusvoimien tai rajavartiolaitoksen henkilökuntaa, varusmiehiä tai sotilasopetuslaitoksessa opiskelevia. Joukkueen kokoonpano naisten tai miesten suhteen ei ole määritelty. Naiset käyttävät skaalattuja painoja (keskimäärin 70% miesten painoista).

Kilpailuun ei ole karsintaa.

Kilpailussa on yksi sarja. Kisaan otetaan max. 12 joukkuetta ilmoittautumisjärjestyksessä.

Maksa osallistumismaksu 60 € järjestäjän verkkokauppaan. Vain näin varmistat tiimin paikan kisoissa! Kirjaa maksajaksi seurasi nimi. Verkkokauppaan pääset: <https://crossfitturku.avoinna24.fi/webstore>

Täydennä ilmoittautumisesi Sotilasurheiluliiton sivulle <https://www.sotilasurheilu.fi/mcct2018>

Joukkuetta voi täydentää 1.8. asti. 1.8. kysytään myös varaukset ruokailuun kisapaikalla (n 10€/annos). Ruokailu järjestetään, jos ilmoittautuneita ruokailijoita on riittävästi.

1.8. jälkeen julkaistaan lopullinen kilpailuohjelma yksityiskohtaisine ohjeineen

Edeltävänä iltana on mahdollisuus tutustua saliin ja kokeilla käytössä olevia välineitä (ski ergo, soutuergo jne).

Joukkueet saapuvat paikalle klo 8 mennessä. Kilpailubriiffi alkaa klo 8.30 ja ensimmäinen laji klo 9.30. Lajit suoritetaan klo 16 mennessä ja palkintojen jako välittömästi viimeisen lajin tulosten laskennan jälkeen.

Perustietoja kilpailusta: Ryhmäkilpailu sisältää 5 lajia. Kaikki joukkueet suorittavat kaikki lajit (ei karsintaa kilpailun aikana).

Ensimmäinen laji on CrossFit klassikko "Murphy" sovellettu tiimikilpailuun. Laji sisältää seuraavat elementit: 1600 m juoksu, 100 leuanvetoa, 200 etunojapunnerrusta, 300 kyykkyä ja 1600 m juoksu.

Kaikki juoksevat määrät matkat, lihaskuntoliikkeet saa jakaa vapaasti. Kaikki tiimin jäsenet suorittavat osalajeja, kukin vuorollaan. Järjestystä ei saa vaihtaa kesken, kaikkien on tehtävä kaikkea. Varautukaa myös siihen, että jollain tiimin jäsenellä voi olla lisäpaino (10 kg liivi)

Toinen laji testaa voimaa ja voimakestävyyttä. Tiimi jakaa jäsenet tekemään rinnalleveitoja, työntöjä, maastaveitoja ja lisäpainoleukoja. Laji suoritetaan ns "ladder" -periaatteella eli painoa tulee tasaisesti lisää ja toistomäärät vähenevät. Suuntaa-antavasti jakojen miettimiseksi ja taktiikan hiomiseksi voi käyttää seuraavia lukuja: Rinnallevedon ja työntö aloituspaino on 40 kg, ja ras-

kain paino 80 kg (naisilla 30 ja 60 kg). Maastavedossa aloituspaino on 80 kg ja raskain 120 kg (naiset 60 ja 90 kg). Lisäpainoleuat alkavat 10 kilosta ja raskain paino tällä kertaa 25 kg (naisilla 5 ja 20 kg).

Kolmas laji sisältää soutuergoa, seinäpallon heittoa (wallball), boksihyppyä, käsipainotempeusta ja köysikiipeilyä. Tehdään neljä kierrosta, ja joka kierroksella putoaa yksi tiimin jäsen pois. Viimeisen kierroksen kaikki suoritukset tekee siis vain yksi tiimin jäsenistä.

Neljäs laji tehdään taistelilajipareittain. Testaa miten toimii: maastaveto 120 kg painolla kun tangossa on kaksi suorittajaa, tangon yli burpee (bar over burpee) kun rinta on maassa samanaikaisesti ja hyppy tangon yli tapahtuu samanaikaisesti. Suorittajat ovat ala-asennossa maassa aina pää kohtisuoraan tangon kohti, etukyyky kahdella 20 kg:n käsipainolla siten että pari on samanaikaisesti ylhäällä ja vastavuoroisesti kyykyn pohjassa. Painot ovat ns "eturäkissä" eli rinnalla/harteilla/olkapäillä. Huomioi kyykyn syvyys – hyväksytyt suoritukset vaatii että lonkan kärki on alempana kuin polven tasa, työntö suorille käsille kahdella 20 kg:n käsipainolla siten että painot ovat samanaikaisesti rinnalla ja vastavuoroisesti kädet suorana

Viides laji ilmoitetaan paikan päällä! Sitä varten kannattaa miettiä ja kokeilla kuka hallitsee viimeisinä suorituksina olevat käsinseisontapunnerrukset seinää vasten (kippi sallittu) ja palomiespunnerrukset (Bar muscle-up)...

Ryhmän jokaisen jäsenen olisi hyvä kyetä suorittamaan seuraavat liikkeet: nostamaan maastavedossa 100 kg (naiset 70 kg), suorittamaan leuanveto (kippi sallittu) siten että kädet suoristuvat ala-asennossa, nostamaan rinnallevedossa vähintään 50 kg (naiset 40 kg), kyettävä hyppäämään 60 cm korkealle penkille (naiset 50 cm), kyykyissä lonkan kärjen on mentävä polven tasalle alapuolelle.

Naisilla painot ja hiihtoergo/soutuergo skaalataan 70%.

Lisätieto: Jouni Leppäsaajo 0299 510 174



"Friendship through Sport"
The International Military Sports Council
<http://www.cism-milspport.org>

Sotilasurheilu -lehden
ilmestymisaikataulu 2018

Nro	Aineisto	Ilmestyy
4	14.9.2018	28.9.2018
5	16.11.2018	30.11.2018

KOULUTTAUDU
ROBOTTIEN
HEIMOPÄÄLLIKÖKSI!

Ainutlaatuinen mahdollisuus kouluttautua 70 päivän aikana täysin uuteen ja uniikkiin ammattiin robottiprosessinhoitajaksi Valmet Automotiven Uudenkaupungin autotehtaalle!

Hae mukaan: opteam.fi/robottiprosessinhoitaja



Elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus



TE-palvelut
tjänster | services

OPTTEAM

redu

TÄYDEN PALVELUN
MATKATOIMISTO

SINUN NÄKÖISESI LOMAMATKA

CWT Kaleva Travel toteuttaa kaikki lomaunelmiasi kaupunkilomista rantalomiin, kulttuurilomista aktiivilomiin tai vaikkapa risteilyille maailman merille. Koko maailma on avoin, sillä räätälöimme vapaa-ajan matkat juuri sinun toivomustesi mukaan.

Lue lisää: www.kalevatravel.fi

KOKEMUKSIA JA IDEOITA KOKOUKSIIN JA TAPAHTUMIIN

CWT Meetings & Events tarjoaa kokonaisvaltaisia kokous- ja tapahtumapalveluita pohjautuen vahvaan kymmenien vuosien ammattitaitoon, hyviin yhteistyökumppanisuhteisiin ja maailmanlaajuiseen palveluverkostoon.

Lue lisää: www.carlsonwagonlit.fi

TÄYDELLISELLE LIIKEMATKALLE

CWT lupaa täydellisen liikematkakokemuksen. Joka ainoa kerta. Parhaan teknologian avulla autamme matkustajaa kaikissa tilanteissa nopeasti – asiakas voi keskittyä tärkeimpään, omien työasioiden hoitamiseen. Olemme siellä missä sinäkin, yli 150 maassa.

Lue lisää: www.carlsonwagonlit.fi



KALEVA travel

CWT Meetings&Events



Klikkaa www.sotilasurheilu.fi

Oletko miettinyt **tulevaisuuttasi** armeijan jälkeen? **TULE MEILLE TÖIHIN**



✓ Myyntityötä



✓ LVI-asennusta



✓ Ajanvarausta



✓ Sähköasennusta

Mitä voimme luvata sinulle?

Saat kattavan koulutuksen työhösi, kannustavan palkkauksen osaamisestasi, ammattimaiset työvälineet ja joustavan työkuluttuurin sekä jatkuvan tuen ja sparrauksen kehittää osaamistasi. Sinun ei tarvitse olla valmis ammattilainen, vaan hyvä asenne oppia uutta ratkaisee.

Miten pääset mukaan joukkoomme?

Katso sinua kiinnostava työpaikka osoitteista: kotisun.fi ja kotivo.fi

Haluatko lisätietoa?

Soita minulle niin vastaan kaikkiin mieltäsi askarruttaviin kysymyksiin! Minut tavoittaa myös iltaisin.

Olemme
suosittu
työnantaja!

Terveisin,
Harri Jääskeläinen

040 7026 946



kotisun
kotivo