

Rajamäen Rykmentti Ry:n

TIEDOITUSLEHTI 1/ 2003

ÄRRäpää



...HUIPPUSUUNNISTUSTA JO VUODESTA 1937

Sisältö:

- S 1. Puheenjohtajan mietteitä*
- S 2. RR:n johtokunta*
- S 3. RR-tiimille kovan luokan vahvistus*
- S 5. Suunnistus lajina tukijan silmin*
- S 8. Miehemme maailmalla...*
- S 12. Tohtisitko vähän spekuloida?*
- S 14. Kevätleiri Halikossa*
- S 16. Leirielämää 2003*
- S 18. Nurmijärven iltarastit 2003*
- S 20. Päähteetön Pelikenttä*
- S 22. Seura vetää uusia nuoria suunnistajia puoleensa*
- S 23. www.rajamaenrykmentti.fi*

*Kiitokset kaikille Ärräpään tekoon osallistuneille kirjoittajille ja avustajille.
Aineiston keräjä Eeva Maisi*

RR-NETISSÄ:

www.rajamaenrykmentti.fi

*Pääkäyttäjä Tiina Komssi
tiina.komssi@laurea.fi*

Puheenjohtajan mietteitä

*Toimintalinjausten tarkistuksia,
seuramme kansainvälistyy, olemmeko valmiita*

Hyvä suunnistuksen ystävä

Viime marraskuun seuratoiminnan kehittämisseminaarissa Kiljavalla tarkistimme seuramme mission, olemassaolomme tarkoituksen seuraavasti: “Suunnistuksen erikoisseura Rajamäen Rykmentti tarjoaa edellytyksen suunnistuksen oppimiselle, lajin kilpailutoiminnalle ja huippusuunnistukselle sekä suunnistuksen harrastamiselle Nurmijärven kunnan ja Pohjois-Uudenmaan alueella.”

Visiomme, se mitä tavoittelemme, kirjattiin “Haluumme, että seuramme on kansallisesti ja kansainvälisesti tunnettu, hyvin organisoitu ja menestyvä huippusuunnistusseura, joka tarjoaa jäsenilleen edellytykset kehittyä kilpasuunnistajana tai osallistua harrastesuunnistukseen ja seuratoimintaan.”

Toimintastrategian, se miten tavoitella saavutetaan, punaisena lankana on “suunnistus-akatemia-ajattelu”, joka tarkoittaa muun muassa jatkuvaa ja systemaattista nuorisotyötä, jolla nuorille opetetaan suunnistuksen perusteet ja jonka pohjalta nuoret kasvatetaan yhteisöllisyyteen ja hyvään seurahenkeen. Nuoret jatkavat seuran eri valmennusryhmissä, joissa taataan jatkuva ja asiantunteva valmennus ja kehittyminen. Osalle nuorista tarjotaan mahdollisuudet jatkaa harrastesuunnistajana, kehittyä valmentajaksi tai muihin seura-toiminnan tehtäviin.

Valmennustoiminta toteutetaan siten, että seura ja sen edustajat menestyvät kansallisen ja kansainvälisen tason kilpailuissa ja osa kehittyä maajoukkueetasolle. Valmentajien omaehtoista täydennuskoulutusta ja tietotaidon hankintaa sekä verkottumista, tiimityöskentelyä ja avointa yhteistyötä tuetaan.

Seuran kaikille jäsenille tarjotaan mahdollisuudet suunnistuksen harrastamiseen sen eri muodoissa. Seuran vastuuhenkilöt, eri valiokuntien jäsenet ja muut toimijat valitaan tehtäviinsä sopivaksi ajaksi halukkuuden ja vapaaehtoisuuden pohjalta kunkin tietotaitoa hyödyntäen. Seuran organisaatioita kehitetään ensisijaisesti nuorisotoiminnan, valmennuksen ja harrastesuunnistuksen vaatimuksista lähtien.

Suunnistusakatemia-ajattelusta on siis selkeästi luettavissa se viesti, että seuramme aikoo jatkossakin itse kasvattaa omista yleensä nurmijärveläisnuorista edustus-suunnistajansa ja valmentajansa huippusuunnistusmenestyksen pohjaksi. Resurssiemme rajallisuuden vuoksi emme voi koota edustustiimiä suurella rahalla. Teemme sen toimivalla organisaatiolla ja hyvällä ja rennoniloisella seurahengellä, joka vetää kehittymishakuisia suunnistajia muualtakin puoleensa.

Syyskokous hyväksyi toimintalinjaukset joulukuun puolivälissä pienin tarkennuksin, jotka edellä olevassa tekstissä on huomioitu.

Kansainvälisyys ja kansainvälistyminen ovat nykyaikaa. Maamme tarvitsee korkean tason osaajia myös ulkomailta säilyäkseen johtavana tietoyhteiskuntana. Ennusteiden mukaanhan työmarkkinoilta poistuu ensi vuodesta 2004 alkaen enemmän työvoimaa kuin sinne tulee uusina työntekijöinä.

Kansainvälisyys laajenee entistään myös suomalaisen seuratoimintaan. Parhaimmillaan se tuo mukanaan uusia ajatuksia ja virikkeitä, uutta toimintakulttuuria ja helpottaa

nuoriamme osaltaan kasvamaan kansainvälisyyteen. Haasteemme ja etumme on ottaa tulevaisuus haltuun, ei ajelehtia sinne. Oravapolkuikäisten suunnistuskouluun ilmoittautunee meilläkin muutaman vuoden sisällä ensimmäiset muut kuin suomalaista alkuperää olevat pikku oravat.

Seuramme saa tänä vuonna ensimmäiset ulkomaalaiset jäsenensä. Viime vuoden FIN5 H21E:n voittaja ja Kainuun rastiviikon kolmonen Evgeni Fadeev ja puoliso Anna suunnistavat RR:n keltamustissa. Itävaltalaisjuniori Anita Seeboeck on kolmas vahvistus riveihimme. Seuramme kansainvälistyy huippusuunnistajilla. Lisääkö se kansainvälistä tunnettuuttamme huippusuunnistusseuran ja vetääkö kansainvälinen tunnettuus ja menestys muita kehittymishaluisia koti- ja ulkomaisia suunnistajia seuraamme jää nähtäväksi tulevaisuudessa.

Muistutettakoon lukijoita vielä lopuksi siitä, että Rajamäen Rykmentti oli alun perin se runsasjäseninen mustalaisperhe, siis ei suomalaista alkuperää oleva, joka vaelteli eteläisessä Hämeessä Aleksis Kiven Seitsemässä veljeksessä.

Hyvää ja menestyksestä kansainvälistä rastikesää 2003

Vesa Tervo, Rajamäen Rykmentin puheenjohtaja 2002-

RAJAMÄEN RYKMENTTI ry JOHTOKUNNAN JÄSENET JA VARAJÄSENET SEKÄ MUIDEN JOHTOKUNNAN MÄÄRITTELEMIEN TEHTÄVIEN HOITAJAT

TEHTÄVÄ:	NIMI:	OSOITE:	POSTITMPK:	KOTIPUH:	TYÖPUH:	KÄNNYKÄ:	SÄHKÖPOSTI TAI FAKSI:
Puheenjohtaja	Vesa Tervo	Koivulankatu 6 B 11	05830 Hyvinkää	019 483397	09 18146455	040 5458787	vesa.tervo@nic.fi / vesa.tervo@mil.fi
Sihteeri	Kaisu Paulanto	Envallintie 9	01900 Nurmijärvi	0407629410	0405314869		kaisu.paulanto@nurmijarvi.fi
Kilpailuvaliokunta	Ari Enroth	Häkilätie 2 F 23	01260 Vantaa	09 8754080	09 41740446	040 7009131	ari.enroth@maaseutukeskus.fi
Kuntovaliokunta	Jarmo Hyvönen	Koulunkulmantie 166	01940 Palojoki	09 2505608	09 25002793		jarmo.hyvonen@kolumbus.fi
Nuorisovaliokunta	Matti Hiltunen	Toivolantie 12	01800 Klaukkala	09 8794132	09 1663851	050 5591616	mattij.hiltunen@hkr.hel.fi
Talousvaliokunta	Milja Parviainen	Tuomaantie 6	01900 Nurmijärvi	09 27693740		050 3871954	milla.parviainen@luukku.com
Tiedotusvaliokunta	Eeva Maisi	Onnelantie 9	05200 Rajamäki	09 8788059		0408416276	eevamaisi@hotmail.com
Valmennusvaliokunta	Ismo Turunen	Muurikinkuja 4	01900 Nurmijärvi	09 2509347	09 4594457	040 7342509	turunen@fi.ibm.com
Urheilijoiden edustaja	Astra Francke	Kaksoiskiventie 30 E	02760 Espoo	09 4525436		050 3676672	astra.francke@helsinki.fi
Varapuheenjohtaja	Ismo Turunen	Muurikinkuja 4	01900 Nurmijärvi	092509347	094594457	0407342509	turunen@fi.ibm.com
Varasihteeri	Tuija Heiskanen	Roosankuja 15	01800 Klaukkala	09 8796767	09 25002560	050 3758344	tuija.heiskanen@nurmijarvi.fi
Kilpailu, varajäsen	Risto Pirinen	Hangontie 45 C 19	05840 Hyvinkää			0400 475255	risto.pirinen@pp.inet.fi
Kunto, varajäsen	Reijo Krook	Lehtokuja 8	01810 Klaukkala	098795689		0505655354	krook@kolumbus.fi
Nuoris, varajäsen	Oliver Breiling	Pääskyntie 7	01800 Klaukkala	098799485		0503698480	oliver.breiling@pp.inet.fi
Talous, varajäsen	Vesa Pirinen	Rantakulmantie 168B	05840 Hyvinkää	0194277255		0400637829	pirinen2@saunalahti.fi
Tiedotus, varajäsen	Heli Heikkilä	Puuhilankaari 7	01900 Nurmijärvi	098785989		0407336859	heli.heikkila@kolumbus.fi
Valmennus, varaj.	Ilkka Ojapalo	Lääkärintie 5 G	01900 Nurmijärvi	09 2504114	09 648001	050 5409357	ojapalat@dlc.fi
Urheilijoiden ed, varaj.	Meri Louhisola	Otsolahdentie 14as25	02110 Espoo		0201340502	0405795474	meri.louhisola@genimap.fi
Kilpailuihin ilmoittaja	Marja Virtanen	Torenintie 10 C	01900 Nurmijärvi	09 2504664			Fax (09) 250 4215
Karittavastaava	Ari Enroth	Häkilätie 2 F 23	10260 Vantaa	09 8754080	09 41740446	040 7009131	ari.enroth@maaseutukeskus.fi
Linja-autovastaava	Risto Koski	Pikkukalliontie 9	05620 Hyvinkää	019 476669	09 29041300	040 7309097	(ei ptk-postitusta)
Jäsenrekisterin hoitaja	Ilkka Ojapalo	Lääkärintie 5 G	01900 Nurmijärvi	09 2504113	09 648001	050 5409357	ojapalat@dlc.fi
RR-kotisivujen hoitaja	Tiina Komssi	Alberganespl. 2B51	02600 Espoo			0503308798	tiina.komssi@laurea.fi
Varustemyynti	Arto Summanen	Pirkankuja 3 A 13	01900 Nurmijärvi		040-5039045	050-5160407	arto.summanen@nurmijarvi.fi
Johtokunnan pöytäkirjojen lähetyks myös:	Heikki Kyryläinen Janne Honkonen	Kymenitie 15 A 1	46800 Anjalankoski		05 7841700	040 5448359	heikki.kyrylainen@saunalahti.fi (Astra toimittama pöytäkirjat)

RR-tiimille kovan luokan vahvistus



Evgeny Fadeev

Kuva: Merja Myllys

Tavoitteenani on tälle kaudelle maailmanmestaruus. Näin sanoo Evgeny Fadeev, 28, Rykmentin uusi vahvistus.

RR ei tänäkään vuonna ollut kovin aggressiivisesti siirtomarkkinoilla. Harjamäen Peten lähtö Deltaan toteuttamaan unelmaansa (ison viestin voitto) ohensi materiaaliamme ja pani hiukan miettiliääksi. Päätimme kuitenkin syksyllä, että vuosi 2003 mennään kasvattaen omista junioreista joukkueen kantavia voimia.

Aki Sarasen sähköposti joulukuussa muutti äkkiä kaiken. Akilta oli muutama ulkomaalaisvahvistus kyselty suomalaisia joukkueita, jossa suunnistaa. Joukossa oli Evgeny Fadeev, viime kauden Hämeenlinnassa suunnistanut, Suomen rankilistan yhdestoista. Nopea sukkulointi joukkueen ja johtokunnan kesken, soitto Uralille ja Fadeevin kanssa oli syntynyt sopimus, joka hinnaltaan sopi hyvin valmennusbudjettiin. Etenkin kun kallis Springcup-reissu päätettiin jättää näin ollen väliin.

Seuraavassa joitakin Evgenyn ja hänen vaimonsa Annan henkilötietoja. Kauden mittaan molemmat tulevat varmaan tutuiksi, koska ovat Suomessa noin kolme kuukautta ja ovat innokkaita kilpailemaan, muutenkin kuin sopimuksen mukaisia viest kilpailuja.

Evgeny on syntynyt Nizhny Tagilissa, joka on noin 450 000 asukkaan teollisuuskaupunki noin 1600 km Moskovasta itään eli aivan Ural-vuoriston eteläpäässä. Kaupungissa on metalliteollisuutta ja sen myötä ekologisia ongelmia.

Suunnistuksen hän aloitti synnyinkaupungissaan 1986.

Nykyinen asuinpaikka Ufa, noin 1200 km Moskovasta itään. Kaupunki on Bashkortostanin tasavallan pääkaupunki ja asukkaita on yksi miljoona.

Valmistui vuonna 2002 Uralin liikunta-akatemiasta erikoisalanaan johtaminen. On armeijan palveluksessa, ei kuitenkaan upseerina. Osallistuu siten sotilassuunnistuskisoihin.

Talvisaikaan harjoittelee juosten ja pitää myös hiihdosta. Harjoittelee vuorilla aina kun mahdollista. Valmentajana Valery Markin, nykyisin enemmänkin neuvonantaja, koska asuu Nishni Tagilissa.

Hän ei pidä vaikeakulkuisesta tiheikkömaastoista. Tykkää juosta nopeaan ja tarkkoilla kartoilla. Pitää pohjoismaisista maastoista, joissa on hyvää suunnistusta ja tarkkoja kartoja.

Viime vuonna hän voitti FIN5:n, oli kolmas Kainuussa ja CISMIN mestaruuskisojen normaalimatkan kolmas.

Vuodet 1999-2001 hän suunnisti LHR:ssa ja viime vuoden HIS:ssa. Kilpailee paljon.

Toivoo voivansa suunnistaa vielä mahdollisimman kauan.

Hän valitsi Rykmentin, koska halusi seuraan, jossa on vahva joukkue ja mahdollisuus kehittyä. Äidinkielen lisäksi Evgeny keskustelee englanniksi. Joku suomenkielinen sanakin on hallussa.

Evgenyn vaimo Anna Fadeeva, 34, on syntynyt Ufan kaupungissa. Anna aloitti suunnistusharrastuksensa Ufassa vuonna 1984.

Hän on armeijan palveluksessa ja osallistuu siten sotilassuunnistuskisoihin.

Anna valmistui äskettäin Baskhirin opettajainvalmistuslaitoksesta liikunnan erikoisopettajaksi.

Hän oli viime vuonna Suomen rankilistan 57.

Heikki-manager

Suunnistus lajina tukijan silmin

Urheilun ja urheilijoiden tukeminen –sponsorointi– on ollut kestoosuusikkina eri medioiden ”soittolistoilla”. On puhuttu paljon eri lajeihin kohdistuvasta mielenkiinnosta, spekuloitu menneiden lumien tapahtumia ja ennustettu tulevaa. Paljon on ollut puhetta ja vähintäänkin yhtä paljon mielipiteitä. Kuitenkin itse aihetta on käsitelty poikkeuksetta kovin kapeakatseisesti, joka ei tee oikeutta sponsoroinnin perimmäiselle tarkoitukselle tai itse lajeille. Hyvinkäälinen logistiikkayritys ValLog Oy on onneeseen saanut kokea sponsoroinnin kokonaisarvon huomattavasti moniulotteisemmin – tavalla jolla se olisi kaikille mahdollista.

Kun sponsorointi rantautui Suomeen 70 –luvulla, miellettiin se pitkään vastikkeetomaksi tueksi: paikallinen Osuuspankki tuki paikallista urheiluseuraa. Vasta 90 –luvulla sponsorointi nähtiin kaupalliseksi toiminnaksi, mutta miellettiin sen tuottaman tärkeimmän vastikkeen mukaan ”imagon vuokraamiseksi”. Myöhemmin viime vuosikymmenellä alettiin sponsorointi ymmärtämään investointina, joka tuottaa erilaisia aineellisia ja aineettomia vastikkeitä. Myös mielikuvallisen pääoman korostuminen tuki uutta näkemystä. On kuitenkin otettava huomioon, että tätä muutostrendiä vievät eteenpäin vain harvat sponsoroinnista päättävät ihmiset, valtaosa turvautuu vielä aikaisempiin vuosikymmeniin.

ValLog Oy näki päivänvalonsa ison pörssiyrityksen yksityistäessä toimintojaan keväällä 2001. Jo seuraavana syksynä solmittiin yhteistyösopimukset kahden urheilijan kanssa: Tuomas Tervon ja Suvi Myllymäen, lajeina suunnistus ja yleisurheilu (800m). Vaikka aikataulullisesti asiassa edettiin poikkeuksellisen ripeästi, tarvittiin päätöksenteon taakse ehdoton tunne, että ollaan tekemässä sekä oikeita asioita ja nämäkin asiat oikein. Imagoon investointi ei maksa itseään pelkällä näkyvyydellä, oli oltava selkeä kokonaiskuva tällaisen yhteistyön tarkoituksesta.

Kasvat yhteisille arvoille ja tavoitteille –ei vain yritykselle

ValLog:n ja urheilijoiden välisessä yhteistyösopimuksessa on alusta asti ollut keskeistä, että se kasvattaa molempia. Yhteistyö perustuu yhteisiin arvoihin, jotka tukevat kaikkien osapuolten toimintaa, eikä niitä ole saneltu kenellekään. Yhteinen sanoma on seuraava: ”Tänään olemme parempia kuin eilen, mutta emme niin hyviä kuin huomenna. Tähän päästään vain tekemällä päivästä toiseen oikeita asioita ja asiat oikein, tinkimättömästi.” Suvi Myllymäki selventää yhteistä sanomaa.

Juuri tinkimättömyys ja määrätietoisuus ovat arvostettuja piirteitä kaikessa tekemisessä. Urheilijoissa nämä ominaisuudet korostuvat ihailtavasti. Menestystä tavoittelevilla nuorilla ei ole sadepäiviä tai pakkasrajoja, on vain harjoittelu- ja lepopäiviä – askeleita lähemmäs tavoitteita. Suvi ja Tuomas ovat nuoria, joiden lajeissa -800m ja suunnistus- menestys vaatii monien vuosien määrätietoisen ja tinkimättömän työn vielä nuorten sarjojen jälkeenkin.

Alkujaankaan ei ollut tarkoitus valita yhteistyöurheilijoita menneisyyden perusteella vaan tulevaisuuden. Suvi ja Tuomas tekevät parhaat juoksunsa vasta joskus tulevaisuudessa, nyt tärkeintä on kehittyminen ja mahdollisuus siihen. Myös ValLog toiminta tähtää tulevaisuuden osaamiseen. Yhteiset arvotavoitteet pitävät huolta myös siitä, että urheilija asettaa itselleen omat menestystavoitteensa –ei yritys. ”Yhteistyössä tärkeintä on tukeminen, ei paineiden lisääminen”, Tuomas Tervo huomauttaa.

Laji urheilijoiden taustalla

Suunnistus on varsin usein koettu eksoottiseksi ja etäiseksi lajiksi, jota on vaikea lähestyä –näin tukijan näkökulmasta. suurimpana syynä on juuri jo mainittu kapeakateisuus: sponsorointi on vain näkyvyyden tavoittelua. Lähemmin asiaa tarkasteltuna rastikansa on kaikkea muuta. Suunnistusta voisi pitää jopa ihanteellisena lajina sponsoroinnille. Lajin perinteet ovat syvällä skandinaavisessa ja suomalaisuudelle ominaisessa kulttuurissa, harrastajien koulutustaso on korkea, se on yksi puhtaimmista perheharrastuksista ja väki on muutenkin harvinaisen samanhenkistä. Eikä pahitteeksi ole sekään, että lajia harrastaa harvinaisen paljon talousmaailman päättäjiä. Koska suunnistus ei muutamia huippuja lukuun ottamatta ole kenellekään varsinainen ammatti, poistaa se paljon negatiivisia sävyjä, joita ns. ammatti-lajeissa esiintyy. Imagolisesti suunnistus on kaikessa tuntemattomuudessaan paljon mainettaan parempi.

Yhteistyöstä voi oppiakin

Suunnistajien ratkomat tehtävät antavat vankat eväät tukijoilleen liike-elämän puolelle. Suunnitelma – ennakointi ja havainnointi ovat juuri niitä toimintoja, joita tulisi liittää kaikkeen eteenpäin vietävään toimintaan. Senhän me kaikki tiedämme miten markkinoilla käy, jos strategiana on pysyä paikallaan. Tämä kolmiulotteinen ajatusmalli ei ole vain hyvältä kuulostava klisee, vaan on kiistatta nähtävissä, että suunnistus opettaa yksilöä -ja miksi ei yhteisöäkin- ajattelemaan analyttisemmin ympäristöstään.

Tärkeä oppi löytyy myös oikeasta etenemisvauhdista. Suunnistustehtävien ratkomisessa on olennaista suhteuttaa oma etenemisvauhti niin ympäristön kuin omien taitojen ja voimavarojen mukaan. Kasvua ja kehitystä hakevien yritysten yksi yhteinen uhka on hallitsematon muutosvauhti. Ei osata tai haluta reagoida muuttuvaan ympäristöön, eikä nähdä omia vahvuuksia ja heikkouksia rehellisesti. Monella tärkeintä on vauhti, ei lopputulos. Suunnistajat kärsivät näistä virheistä koko kropallaan, samoin tekee yritys.

Suunnistustehtävien on huomattu antavan myös syvän viisauden yrityksen arvojen jalkauttamiseen: arvot ovat verrattavissa karttaan, jolla yritys suunnistaa. Maaston muodostavat henkilöstö ja niiden luoma yrityskulttuuri. Jos kartta ja maasto eivät täsmää, niin kyllä se on maasto joka pätee, sitä on vaikeampi muuttaa.

Kaikkien päättäjien olisi kokeiltava suunnistusta ainakin sen yhden onnistumisen elämyksen verran. Vaikka golf tai squash kaikessa lystikkyydessään voi tarjota monelle riittäviä haasteita, on suunnistuksen anti monella tapaa ylemmällä tasolla.

Ei imagon vuokrausta vaan investointi imagoon

Vaikka Suomesta löytyy lukuisia kiinnostavia nuoria lupaavia urheilijoita, tuntuu sponsorointi olevan pienille yrityksille varsin outo aihe ja isoimmillekin välttämätön paha. Varsinkin laskusuhdanteen aikana tunne on entistä voimakkaampi. Sponsorointi ymmärretäänkin usein väärin, ja koetaan näin hyödyttömäksi ja tehottomaksi.

Sponsoroinnista tai urheilijoiden tukemisesta puhuttaessa, liitetään siihen yksi keskeinen muotovirhe: 'Yritykset sponsoroivat urheilijoita'. Yritykset eivät sponsoroi. On totta, että yritys ja organisaationaalinen toiminta tekee yhteistyökuviot urheilijoiden kanssa mahdolliseksi, mutta näidenkin "kasvottomien" osapuolten takana toimivat aina ihmiset. Ihminen tekee aina päätöksen, jolloin päätöksiin vaikuttaa aina myös subjektiiviset tunteet ja mielikuvat. Suunnistuksella on kaikki eväät hyödyntää näitä ominaisuuksia myös muidenkin kuin ValLogin kohdalla.

Pasi Enqvist, ValLog Oy



Miehemme maailmalla..

Marko V:Urheilija

Marko H:Matkanjohtaja

Päivä 1

Jo perinteeksi muodostunut etelän seikkailu suuntautui tällä kertaa Fuerteventuralle. Väen vähettyä yleensä pidot paranee, joten emme pahasti pahoittaneet mieltämme Arin Suomeen jäämisestä. Kyllähän kolmas pyörä olisi tuonut ainakin korttirinkiin säpinää, ja ehkä aktiviteetti olisi kasvanut muillakin tasoilla. Aamun avaukseksi lähetimme Helille nimipäiväonnittelut (20.2) ja terveiset..

Kohde valittiin äkkilähdöistä hiihtolomaviikoille, joten odotukset paikasta oli laskettu aika alas. Maailmanmatkaaja Make oli käynyt aikoinaan vuosia sitten Fuertella ja ainakin silloin juoksumahdollisuudet olivat olleet hyvät. Kylämme Nuevo Horizonte sijaitsi heti lentokentän vieressä, joten jo ensimmäisenä päivänä pääsi nopeasti irti ja lenkille. Kylän koko hämmästytti meitä jo ensimmäisellä kävelylenkillä minimarkettiin. Hehtaarin sisään sai melkein ahdettua koko kylän. Muutama hotelli, ravintola, kahvila ja minimarketti olivat todellakin kävelymatkan sisällä. Tälläistä karua ja askeettista harjoituskehtoahan sitä lähdettiin hakemaan.

Huoneen kaapit täytyivät nopeasti puurosta, kahvista ja muusta kotimaisesta ruuasta. Ei näköjään luoteta paikallisiin antimisiin! Tossut jalkaan ja menoksi ensimmäistä kertaa tänä vuonna sulalla.. Maltamme palata puolentoista tunnin nautiskelun jälkeen takaisin ja huomata muiden suomalaisten nauttivan lämmöstä eri tavalla(altaalla tunkua). Lenkille ajo-ohjeet saimme paikallisoppaaltamme, joka saapui alueelle jo viikkoa aikaisemmin. Pieni tietovisa on pakko heittää lukijoillemme. Paikallisosas on voittanut Rykmentin riveissä joukkuekilpailun, joten kuka on kyseessä ja mikä kilpailu? Palkintona olkoon perinteinen virvoke Tiomilamatkalla hyvässä seurassa. Arvauksia voi lähettää sähköpostiini(Marko H), niin nähdään kuka on todellinen tiedonmestari. Valitettavasti Kuntsi joudutaan jääväämään visailusta. Tuomarineuvosto päätyi tähän ratkaisuun, koska hänellä voi olla ennekkotietoa.

Päivä 2

Viikon harjoittelua lähdettiin rakentamaan viimevuotisen sapluunan perusteella. Siitähän oli vielä hyvät muistot mielessä, joten ei lähdetty keksimään kokonaan uutta, vain viilattiin vanhaa hyväksi koettua. Rakenne noudatteli kaavaa kilometrejä, kilometrejä ja reippaita kilometrejä. Reipasta ajattelimme juosta jokatoinen päivä eri tehoilla ja kestoilla.

Aamulla otimme pehmeän laskun nautiskellen tunnin verran rantabulevardilla. Paukkuja tuli jättää iltaharjoitukseen, sillä Make oli ollut talven aikaan aika reippaassa kunnossa. Iltaharjoitus meni aika juoksijamaisesti. Tietä x minuuttia suuntaan y ja takaisin, ei pienintäkään halua juosta ympyrää. Olisiko joku suunnistaja pitänyt ottaa mukaan? Tosin ratkaisuumme vaikutti tällä kertaa mahdollisuus tehdä empiirinen koe. Ainahan testijuoksussa puhutaan tuulen vaikutuksesta. Tällä kertaa tuuli tuiversi vähintään 10m/s, siis sellainen puhuri että luissa ja ytimestä tuntuu. Kuuden kilometrin matkalla puhuri hidastaa 20 sekuntia, joten aika vähäinen oli vaikutus. Testi-

juoksussa kuitenkin tuulesta on hyötyä ja haittaa, joten taitaa mennä plusmiinusnolla. Harjoitus venyi pitkäksi VK-harjoitukseksi 50 minuuttia reipasta, joka tuntui hyvälle sulalla alustalla. Maaperän pieni epätasaisuus tosin tuntui pohkeissa...

Iltareenin jälkeen huttu huiviin paikallisessa ja pikainen piipahdus Katie Dalyses kahvilassa kurkkaamassa, kuka tänään viheriöllä esiintyy. Kahvila tarjoaa eurooppalaista huippujalkapalloa näköjään melkein joka ilta. Tänään perjantaina ei pelejä, joten vain lepuutimme väsyneitä jalkojamme hetken ennen nukkumaan menoa. Irlantilainen "tyttö" vaihtaa kuulumiset Maken kanssa ja huomaa puhuvansa huonompaa Englantia. Great! Etelä-Eurooppalainen ilmasto näyttäisi väsyttävän matkajia, koska kymmenen tunnin yönistä ja tunnin päiväunista huolimatta nukkumatti kosiskeli jo yhdeksän jälkeen..

Päivi 3

Pitkien yöunien jälkeen taas maistuu meno, varsinkin kun neljänviljan puurot oli aamulla syödyt. Aamuharjoituksena oli tarkoitus juosta päivän pääharjoitus pitkähkö ja palauttava pk-lenkki sisämaahan. Heti kylän vierestä alkaa loputon kuumaisema, ei mitään kasvillisuutta vain kiveä ja hiekkatietä. Onneksi täällä ei käärmeitä kivien koloissa näy. Parinkymppin nautiskelun jälkeen kylä hämmöittää ja oli aika korkata palautumiskeskukseemme. Lämmittämätön uima-allas supisti loistavasti väsyneitä lihaksia. Uima-altaan matalapää sopi loistavasti jalkojen uittamiseen, ilman rajan kastamista.

Päiväunien jälkeen illalla harjoitellaan rantabulevardilla ja El Castillon uimarannalla, nauttien aurinkosta ja maisemista. Matkanjohtajan akilles ei tosin pidä paikallisesta epätasaisuudesta. Sattuu, viiltää ja lisää kylmää on loppupäivän teema. Aina ei mene kuin elokuvissa.. Niin kelihän varmaan kaikkia kiinnostaa: Ohutta yläpilveä +22, joten loistava harjoitteluun.

Illalla matkustimme tutusta ja turvallisesta ympäristöstä ensimmäisen kerran El Castilloon, siis lähimpään kaupunkiin. Paikallinen apteekki tuli tosiaan tarpeeseen ja lääkettähän se tarjosi ilman mitään lappuja, kunhan vain tiesi mitä pyytää. Paikallisoppaan johdolla liikuimme sulavasti kaupungissa, ja löysimme loistavan ruokapaikan. Tosin hänen pihvalintansa hieman arvelluttaa, onhan huomenna viikon kovin harjoitus tiedossa. Kaupungissa näytti jopa käärmeitä olevan..

Päivä 4

Aamu sarastaa täysin pilvettömältä taivaalta ja Fuertelle tavanomainen tuuli oli laantunut. Kelit olivat ennusteen mukaan paranemassa, jos vaikka saataisiin vähän väriäkin. Aamupäivän ohjelmassa oli koko viikon kovin harjoitus, 5x5minuuttia reipasta/2 minuutin palautuksella. Harjoitus toteutettiin sisämaan hiekkatiellä loivaan ylä -ja alamäkeen. Meno tuntui maistuvan ja aloitimme 3.30 tahdilla. Näyttäisi paikallisoppaalla hivenen painavan jo toisessa vedossa, oliko pihvi sittenkin liikaa? Vedot kiihtyy ja väki vähenee, niinkuin yleensä tuppaa käymään. Make kohtasi saman kohtalon kuin opaskin tosin vasta viimeisessä, joten talven kestänyt putki oli katkenut. Pari viimeistä vetoa juoksimme loivaan alamäkeen, johon väsyneenäkin oli helppoa pitää juoksua yllä.

Unen määrä oli alkuvuikolla tyydytetty, kun päiväunetkaan eivät maistuneet. Toivottavasti unettomuus ei kieli yllärasituksesta? Hyödysimme ajan piipahtamalla lyhyesti altailla, kun aurinkokin jaksoi paistaa.



Lenkkeily mastuu lämpimässä.

Illalla oli ohjelmassa perinteiset puolikurssijuhlat(karut ja lyhyet). Tänä vuonna viriteltiin jopa ohjelmaa ennen ruokailua, pientä kisailua tai jotain. Valitettavasti aikakapeikko esti koitoksen, mutta ehkä ensi vuonna sitten. Poikkesimme paikallisoppaan luona suunnittelemassa loppuviikon harjoittelun, joka minulla ainakin alkaa juoksuttomalla päivällä. Perinteiset pihvit ja lasilliset punaviiniä nautimme El Castillossa, hyvä Toro tälläkin kertaa. Juhlan kunniaksi olimme heräillä melkein puoleenyöhön, ennenkuin aika oli vetäytyä lepäämään.

Päivä 5

Päivän ohjelmassa oli vain yksi lenkki, mutta sitäkin pitempi ja hiljaisempi. Kelit valitettavasti muuttuivat yön aikana epävakaisempaan suuntaan, joten Make ja paikallisopas päättivät startata vasta iltapäivällä. Jospa se tuuli vaikka vähän laantuisi?

Fuertelle tyypilliset tuulet laantuivat iltapäiväksi, ja urhomme pääsivät irti. Paikallisoppaan johdolla he kiersivät Rosarion, saaren suurimman kaupungin, ja palasivat hymyssä suin takaisin tukikohtaan. Sitä oli paita märkänä aiheutettu sekaan-nusta paikallisessa supermarketissa. Suomalaisen miehen hymy oli jälleen sulattanut paikallisia. Hyvä veto, sillä tuoksu oli ehkä toista lajia..

Matkanjohtajan jalka ei enää mahdollista mukana roikkumista, pakko oli luovuttaa. Jääpussia jalkaan ja lääkettä, jos vaikka päivän levolla vielä toipuisi mukaan... siis pakko päästä. Kuntopiirin vääntäminen etelässä ei oikein lämmitä. Urheilijat nautiskelivat parantuneesta kelistä kolmatta tuntia, ja se virne naamalla!

Päivä 6

Jälleen oli hivenen reippaampaa juoksua tarjolla, vielä kun säilyttäisimme rentouden juoksussa. Sisämaa kutsui ja tarkoitus oli juosta 2x5x1min rennon kovaa. Tuuli tuiversi

taas ja päätimme vetää reipasta vain myötätuuleen ja palautella vastatuuleen. Ratkaisu osoittautui loistavaksi, koska myötätuuli mahdollisti hyvän askeleen säilymisen. Harjoituksen alussa oli koko kööri kasassa pitkästä ajasta, mutta kyllähän totuus pian paljastui. Ei jalka kestä ainakaan alamäkeen juoksua. Urheilijoiden aloittaessa kolmatta sarjaa oli pakko lopettaa ja siirtyä katsomon puolelle.

Aamuharjoituksen jälkeen yritimme jälleen saada autoa vuokratuksi, jotta pääsisimme koeponnistamaan Fuerten legendaariset dyynit. Paikallisten autozuppareiden toiminta oli lähinnä pientä puhetta ja odottelua. Jälleen kerran luvattiin että huomenna saatte auton, jos tulette kello 9.15 tai sitten ei.. Iltaharjoitus nautiskeltiin rantabulevardilla ja hiekkarannalla, tosin tällä kertaa tyhjällä. Varmaankin tuo aurinko puuttui..

Päivä 7

Jippii! Vihdoin ja viimein teerenpelimme autonvuokrauksen kanssa onnistui. Saimme kuitille Renault Clion, johon pienten ihmisten oli helppo ahtautua. Makehan oli aikaisemmin ollut täällä, joten ei kuin kuskiksi vaan ja nokka kohti dyynejä.

Pienen ajalon jälkeen Corralejon dyynit meille avautuivatkin ja mikä näky. Auto parkkiin ja useita neliökilometrejä laaja dyynialue odotti meitä.. Maken kokemuksella suunistimme kohti tien länsipuolta. Perimätieto kertoili sen olevan kovempi kuin rannan puoli. Dyynit todellakin olivat kiinteitä, juoksuun soveltuvia, kukkuloita ja suppia. Ei se tämäkään pinta soveltunut jalkavaivaiselle, mutta kannatti kuulema vaan jatkaa, lopussahan se kiitos seisoo. Siirryimme rannan puolelle missä dyynit muuttuivat pehmeiksi ja ihmiset ilmestyivät kuvaan. Heitä tupsahteli esiin kumpujen ja kivi-raunioiden takaa, saksalaiset luonnollisesti naturel-tyylissä. Alustan ja ympäristön muutos sopi koko seurelle, koska fyysiset ja henkiset vammat unohtuivat helposti.

Päivä 8

Aamusella Make kävi oppaan kanssa lyömässä viimeistä naulaa arkkuun ennenkuin lähdettiin kohti kotia. Matkanjohtajan kohtalona oli taas vääntää loputonta kuntopiiriä. Harmiksemme huomasimme kelin yhä vaan paranevan, ei pilven pilveä ja paljon lämpöä. Lentokoneessa saimme jälleen nauttia varauuskäynnin paikoista, joten perinteistä kolminkerroin penkkien väliin ahtautumista ei tarvinnut harrastaa.

Leiri totisesti tarjosi loistavat puitteet harjoittelulle, aina vaan ei mene kuten toivoisi. Kyllä paikallisoppaalle menee suuret kiitokset seurasta ja vauhdista, ei tarvinnut Makenkaan yksin tahkota lenkkiä. Make taisi tehdä harjoitukset vielä "lite bättre" tänä vuonna, jos viime vuotiseen vertaa. Ehkä tuloksetkin ovat kesällä saman suuntaiset? Vielä kun palaudutaan..

Maaliskuun 30.

Prosesseilla on taipumus kypsyä ja niin on myös käynyt tämän kertomuksen kanssa. Ilman deadlineä tämä vieläkin muhisi päässä ja paperilapuilla. Tosin tässä on ollut kuukausi aikaa tarkailla palutumista ja tervehtymistä, jotka molemmat näköjään ovat onnistuneet. Make juoksi tänään kevätkirmauksessa hyvin(samoin Ari), joten hyvin näyttää leiritus onnistuneen. Kun katsotaan tuloksia päivän osalta, niin taidan siirtyä pysyvästi matkanjohtajan tehtäviin..

Tohtisiko vähän spekuloida?

Otan riskin ja kirjoittelen hieman miesten RR-tiimin näkymistä, vaikka tätä luettaessa alkaa olla tiedossa, miten todellisuudessa on kausi alkanut.

RR-tiimi suunnitteli syksyllä päätavoitteekseen Jukolaa, koska Tiomilaan oli materiaali ohentunut liaksi. Hiukan oli myös nähtävissä tiimiläisissä taisteluväsymys-täkin. Fadeevin tulo joulukuussa syytti kuitenkin koko joukkueen taas treenaamaan toisissaan.

Nyt huhtikuun alussa koko leiriryhmä 11 urheilijaa, haastajat 4 urheilijaa ja nuoret haastajat 7 urheilijaa ovat terveinä ja useimmat erittäin hyvin harjoitelleita. Meillä on siis Tiomilaan kaksi joukkuetta, joista kakkonenkin pyristelee sadan sakkiiin kirkkaasti. Jukolaan on kakkoselle asetettu tavoitteeksi sijoittua 50:n joukkoon. Ykkösen tavoitteena on kummassakin kymppisakkiin.

Tänä vuonna Juha Tolonen on ottanut viestiagitaattorin vakanssin hoitaakseen. Pyrimme pistämään kaikkiin viestiliigan osakilpailuihin kunnan joukkueen. Siinä tarjoutuu samalla nuorille haastajille mahdollisuuksia juosta ns. kovissa paikoissa.

Katsotaanpa, millaisessa iskussa kukin on nyt 1.4.03, kun kilpailukausi on avaamatta.

Jukka Erkkilä on joukkueen kapteeni. Osaa puhua, mutta osaa suunnistaakin. Hän on esimerkillisellä tavalla osannut sovittaa kovat treenit, vaativan työn sekä kahden pienen lapsen isän roolin hyvin yhteen. Kunto kuten viime vuonnakin hyvä. Taitoa piisaa.

Evgeny Fadeev on treenannut lähes koko talven Kaukasuksen lämmössä, kun kotona pakkaslukemat olivat kuukausia yli kolmenkymmenen. Evgenyn tavoite on maailmanmestaruus ja hän on käytännössä tällä hetkellä ammattisuunnistaja. Suorituskyvystä ei siis voi olla epäilyjä.

Marko Väisänen sai työpaikan Vierumäeltä toistaiseksi. On silti pystynyt treenaamaan hyvin. On ilmeisesti tähän mennessä kovimmassa kevätkunnossaan. Veikkaan, että PM-joukkueesta löytyy paikka. Make on joukkueen strategikko ja hengen nostattaja. Maken ajatuksia joukkueessa kuunnellaan.

Tuomas Tervo lentelee. Varusmiespalvelu rajoittaa hieman harjoittelua ja kilpailemista. Kun tavoitteet taas tänä vuonna ovat nuorten MM-kisoissa, ei huippuvireen löytymistä jo kevään viesteihin sovi epäillä.

Juha Tolonen toimii siis viestiagitaattorina. Mies on kehittynyt paljon parissa vuodessa. Viime vuoden Tiomilan avaus kärkiletkassa ei ole sattunutta, kun katseli hänen juoksujaan kevään Tiomila-leirillä. Juhan rauhallista ja joukkueesta vastuuta ottavaa asennetta tarvitaan vielä tulevaisuudessa paljon. Geeniperimä viittaa, että kehitys kulkee kohti hyvää viestisuunnistajan uraa.

Vesa Forsblom meinasi jo naulata piikkarit seinään, mutta on nyt täysillä mukana. Maken mukaan ainakin viime keväisessä kunnossa.

Ari Laapas avasi Kevätkirkauksen siihen malliin, että kunto on tälläkin kokeneella sotaratsulla tosi toimien alkaessa kohdallaan. Senhän näytti myös maaliskuun testi-juoksu.



Nuoret haastajat Södertäljen kisan maalissa. Joonna Ojapalo, Markus Turunen, Toni Koivisto ja Antti Räsänen ovat kasvamassa RR-tiimin rungoksi.

Marko Heiskanen taisi sipaista testijuoksussa ennätöksensä ja alkutalvesta. Avaajan rolli jatkuu. Tosin Tiomilaan on hieman suunniteltu poikkeavaakin roolia.

Pekka Pallaspuuro on vienyt hyvän harjoituskauden läpi MM-kisat (veteraanien) tähtäimessään. Luotettava viestinviejä on nyt tulossa kauteen ilman isompia jalkavammoja.

Mika Kantola sai myös jalkansa kuntoon viime vuonna. Juoksuviire on vielä arvoitus, mutta hyvin harjoitelleet kolmekymppiset ovat taattua viestimateriaalia.

Raino Pesu on napsinut hisu-mitaleita. Siitä voi kunnan päätellä. Hän on myös vetänyt pari jalkalenkkiä viikoittain. Miestä yritetään trimmata pitkän yön kulkijaksi.

Siinä siis leiriryhmä. Haastajina **Vesa Pirinen, Mikko Salonen, Samuli Kyyrönen ja Kristian Kuokkanen** ovat varautuneet harjoittelulla siihen, että villtiketjuakin saatetaan tarvita. Näinhän kävi kaksi vuotta sitten, kun villtiketjun kunnossa oleminen pelasti meille asiallisen Tiomila-sijoituksen.

Nuoret haastajat **Aapo Lindberg, Oliver Breiling, Markus Turunen, Aleksi ja Antti Räsänen, Toni Koivisto ja Joonna Ojapalo** ovat pääosin hyvässä fyysisessä kunnossa. Oliver nappasi jopa avauskilpailussa Södertäljessä kolmannen sijan. Tiomila-leirillä mukana olleista voin sanoa, että selvästi taidot viime vuotiseen ovat kehittyneet. Näistä pojista pitäisi kasvaa se viestisuunnistajien runko, joka pitää Rykmentin värit kärjen tuntumassa Tiomilan yön pimeydessä tahi Jukolan alkuosuuksilla.

-Heikki Kyyrönen, manager-

Kevätleiri Halikossa

Ankkurikellarissa

29.3.-30.3.2003

Leirille saapui joukko nuoria 8 – 16 vuotiaita ohjaajineen. Nuorilla olikin intoa päästä metsään suunnistamaan. No oikeastaan varmaan meistä jokaisella, jotka olivat odottaneet tätä hetkeä, että pääsisi taas suunnistamisen makuun. Leirin tarkoituksena olikin palauttaa suunnistustaito kohdalleen tai saada edes vähän tuntumaa, kun suunniskauden ekat kilpailut ovat lähestymässä.



Leirikisan joukkueet järjestäytyvät.

Leirillä oli mukavaa yhteishenkistä toimintaa meidän leiriläisten ja ohjaajien välillä. Lauantain harjoituksissa kävimme tutustumassa maastoon, joka oli paikoin aika lumista. Harjoittelimme viiva-, käyrä- ja viuhkasuunnistusta. Muutamat meistä kävivät vielä ”eksylemässä” yöharjoituksissa. Vaikka lamput vähän sammuilivat, niin selvishän sieltä silti hengissä pois.

Sunnuntaina harjoitukset jatkuivat vielä pitemmillä matkoilla vaikka lauantainen treenaus vielä painoi meistä osalla. Leirin lopuksi järjestettiin huikean jännä leirikilpailu, joka oli jaettu A – ja B –sarjaan. A –sarjan voiton kruunasi joukkue 3, jossa mukana olivat Harri- Pekka Hiltunen ja Niemen sisarukset Sara ja Vili. Nuorempien B -sarjan voiton vei joukkue 1:n kaksikko Eetu Summanen ja Sanna Säijälä.

Hyvän mielen leirikilpailussa toi kaikille jaetut suklaamuna – palkinnot. Jäämmeikin odottamaan innolla seuraavaa koitosta.

Seidi Roine

Tulokset

A –sarja

1. Joukkue 3	Harri-Pekka 9.32	Sara 8.37	Vili 9.13	27.32
2. Joukkue 1	Joonas 12.19	Saara 9.29	Lauri 8.43	30.31
3. Joukkue 2	Juuso 9.19	Seidi 11.57	Matias 10.26	31.42
4. Joukkue 5	Eero 13.29	Anssi 9.31	Nelli 9.57	32.48
5. Joukkue 4	Kauko 20.23	Jari-Matti 10.01	Tuula 20.58	56.22
6. Joukkue 6	Oliver 10.10	Teemu 35.02	Lilli 23.12.	1.08.24

B -sarja

1. Joukkue 1	Eetu Summanen 6.56	Sanna Säijälä 5.38	12.34
2. Joukkue 3	Tuomas Heiskanen 7.59	Miika Koskinen 5.32	13.31
3. Joukkue 5	Outi Helin 9.37	Ilona Lehtinen 4.16	13.53
4. Joukkue 4	Janne Lähdekorpi 15.11	Laura Koskinen 5.41	20.52
5. Joukkue 2	Samuli Säijälä 15.04	Maaret Turunen 6.11	21.15

Leirielämää 2003

Jälleen kerran RR-tiimi matkasi hakemaan tuntumaa sulaan maastoon keväiseen Ruotsiin. Nyt matkamme suuntautui Strängnäs in eteläpuolelle 20.3. – 23.3. välisenä aikana. Mukana oli 19 urheilijaa, kuusi lasta ja neljä huoltajaa eli yhteensä 29. Majaipaikkamme vanha kartano, nykyinen matkustajakoti oli hyvin sopiva joukossa oleville lapsiperheille ja tietysti myös itse kokkaaville urheilijoillemme. Siellä oli suuri yhteiskeittiö ja kunnollinen ruokasali.

Matka tehtiin Hesasta Siljalla ja omin autoin. Itse jouduin matkustamaan lentäen, koska maanantai-aamuksi oli ehdittävä töihin. Saman tempun teki Tuoppi varusmiespalvelun ja Joonan yo-kirjoitusten ahdistuksessa ajankäyttöä. Lentoasema Arlanda oli vanhastaan tuttu. Olinhan siellä jo toisen kerran. Viimeksi matkalla PM-kisoihin syksyllä 1965!

Pikajuna vei meidät lentokolmikon Nykvarniin, jossa suurlähtetiläämme Pentti tarjosi meille yösijan. Varhain perjantaina aamulla Mepen antama ostoslista kourassa keräsimme kaksi marketin kärryä täyteen leiriväitä. Hyvin ne riittivätkin koko ajaksi. Muutenkin Mepen organisoima ruokahuolto keittiövuoroinen pelasi täydellisesti koko leirin ajan.

Huonejako meni vanhalla rutiinilla. Lilan johdolla joukko varasi huonelistasta tilansa omatoimisesti. Majoituksen ja ruokailujen järjestelyjen puolesta tämä oli managerin urani helpoin leiri.

Tavan mukaan kaikki painuivat heti aluksi karttalenkille. Nyt Tiomilan 2001 maastoon. Huoltajat lähtivät kukin tahoilleen rakentamaan myöhempiä harjoituksia. Sää suorastaan houkutteli metsälenkeille: lunta ei missään ja aurinkoa ihan kirkkaalta taivaalta koko leirin ajan.

Perjantaina miesten yötreeni tehtiin sitten Södertäljessä Kringelträff-kilpailussa. Menomatalla kaksi autokuntaa harjoitteli navigointia illan pimeydessä. Lähestymiskaarto oli aika laaja. Olisiko Mikolla ja Jukalla olleet paikkatiedot hukassa? Kuinkahan sitä saatiin porukka kokoon kisapaikalle silloin, kun ei vielä ollut kännyköitä?

Tasokkaassa miesten sarjassa Make nappasi loppukiritaistossa neljän sijan. Oliver sijoittui puolestaan nuorten sarjassa kolmanneksi. Kaikki muut sitten olivat treenareiden sarjassa. Hyvä harjoitus tällainen yhteislähtökisa.

Lauantaiaamu valkeni aurinkoisena. Yhdessä suurlähtetiläämme kanssa olimme sijoittaneet päämajan puutarhanpuolelle avautuvaan ensimmäisen kerroksen huoneeseen. Olimme siinä jalkeilla yläkroppa paljaana ja avasin verhot. Puutarha oli täynnään variksia. Sen jälkeen niitä ei enää näkynytäkään koko leirin aikana.

Naiset treenasivat Södertäljessä kilpailuissa ja miehet spurttasivat 9 km ihan unelmamaastossa emit-väliajoin.

Itse vein lähtetilään kanssa rasteja yötreeniä varten siihen Tiomila2001 maastoon. Yritimme löytää jostain Strängnäs in kaupasta heijastintarraa rastilippuihin. Kaikki liikkeet apteekkia lukuun ottamatta kävimme. Eikä tulosta. Ratkaisu oli lopulta yksinkertainen. Avun tarjosi Svenska Vägverket. Ojan pohjilla oli ihan riittämiin heijastintarroilla varustettuja, rikkoutuneita auruskeppejä. Päätimme, ettemme noiden roskakeppien raivauksesta kuitenkaan laita laskua Vägverketille.



Improvisoituun yöharjoitukseen starttaa ensimmäisenä Make suurlähettiläämme avustuksella.

No rastit olivat jo metsässä ja lähettiläs vastassa auton kanssa sovitulla tilustiellä. Ainut ongelma oli se, että siellä oli edessä poikittain isännän auto! Pari maanomistajaa siinä vaahtosi, ettei täällä enää milloinkaan koskaan Tiomilan jälkeen suvaita yhtään suunnistajaa. Eipähän siinä auttanut kuin pyydellä anteeksi ja luvata kerätä rastit pois. Toki kerroimme kartan myyjien taanneen myös oikeuden maastossa liikkumiseen. Sittemmin selvisi, että näillä isännillä ei ollut kielto-oikeuksia kuin omiin tiluksiinsa eikä koko kartan sisältämään maastoon.

Onneksi päiväharjoituksen maasto oli vasta kerran käytetty. Sinne nopeasti improvisoin viiden rastin yöradan. Sehän olikin ihan riittävä iltatreeniksi. Aikataulut melkein pettivät. Ehdin kuitenkin pitää klo 17 miesten palaverin. Siinä spekulointiin tulevia Tiomilajoukkueita. Mielenkiintoisia taktisia kuvioita on avautumassa.

Sunnuntain treeninä oli kaksi vuotta sitten kehitetty formulakisa: ensin väliaikalähtönä aika-ajot. Pienen palautumisen jälkeen finaalin takaa-ajo. Miehillä 3 + 5 km. Onpa fyysisestikin vaativaa, vaikka kuka kokeilisi. Leirikisan parhaat naiset olivat Astra, Heidi ja Lila sekä miehet Jukka, Tuoppi ja Juha.

Kisan jälkeen suihku, loppujen ruokien syöminen ja hupsista vaan. Kohta olivat huoneet siistitty ja porukka autoissa kohti satamaa menossa.

On tämä helppo ja omatoiminen joukkue! Kiitokset osallistujille.

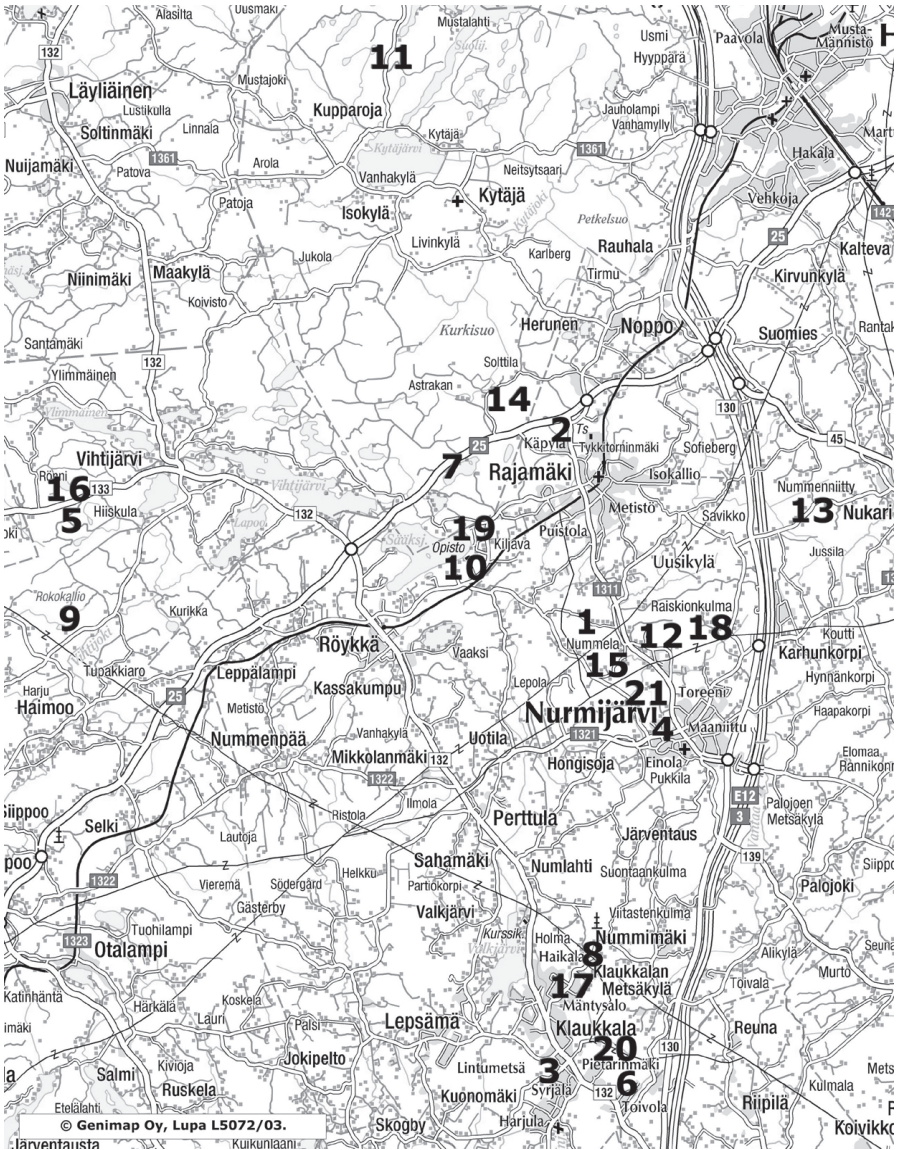
Kirjoitti: *Heikki-manager*, jonka matkatavarat kiertelivät vielä kotvan miehen jälkeen Helsingin ja Arlandan väliä.

Nurmijärven iltarastit 2003

Nurmijärven iltarastit pyörivät taas tiistaisin entiseen tapaan. Suunnistuksen ystävillä on mahdollisuus harrastaa ja kuntoilla rasteilla viikoittain peräti 21 tapahtumassa. Uusia maastojakin on tarjolla, sillä nyt käyttöön otetaan uudet kartat Portinkallion, Kiljavan opiston ja Vihtijärven Ylimmäisen alueilta.

Rasteilla tavataan !

1	15.4	Portinkallio, itäpuoli	10/02	A,B,C,RV	tie 1311, Nurmijärvi-Rajamäki
2	22.4.	Käpylännummi	10/01	A,B,C,RR	tie 1311, Rajamäki
3.	29.4.	Klaukkala, Syrjäjä	10/01	A,B,C	tie 132, Lahnuksen risteys
4.	6.5.	Parkkimäki	10/03	A,B,C,RR	tie 1321, Nurmijärvi-Perttula
5.	13.5.	Vihtijärvi, yläpuoli	10/00	A,B,C,RR	tie 133, Vihtijärvi-Karkkila
6.	20.5.	Klaukkala, Toivola	10/02	A,B,C	tie 132, Toivolan risteys
7.	27.5.	Kalkkivuori, Märkiö	10/01	A,B,C,D	tie 25, Hanko-Hyvinkää, Rajamäki
8.	3.6.	Mäntysalo, Haikala	10/01	A,B,C,RR	tie 132, Klaukkala, Kirkkotien rist.
9.	10.6.	Vihtijärvi, Rokokallio	10/00	A,B,C,RR	tie 132, Vihtijärven risteys
10.	17.6.	Kiljavannummi,Opisto	10/03	A,B,C,RR	tie Rajamäki-Röykkä,Kiljavan rist.
11.	1.7.	Kytäjä, Pojanjärvi	10/97	A,B,C	tie 136,Hyvinkää-Läyliäinen, Hirvijärven risteys
12.	22.7.	Alhoniittu, päiväkoti	10/00	A,B,C	tie 1311, Nurmijärvi-Rajamäki
13.	29.7.	Nukari	10/98	A,B,C	tie 45, Tuusulantie, Nukarin rist.
14.	5.8.	Kalkkivuori	10/01	A,B,C	tie 25, Hanko-Hyvinkää, Rajamäki
15.	12.8.	Portinkallio	10/02	A,B,C	tie 1311,Nurmijärvi-Rajamäki
16.	19.8.	Ylimmäinen	10/03	A,B,C ,RR	tie 133, Vihtijärvi-Karkkila
17.	26.8.	Mäntysalo	10/01	A,B,C,RV	tie 132, Klaukkala, Kirkkotien rist.
18.	2.9.	Alhoniittu,itäpuoli	10/00	A,B,C,RR	tie 1321, Nurmijärvi-Nukari
19.	9.9.	Kiljavannummi	10/03	A,B,C,RR	tie Rajamäki-Röykkä
20.	16.9.	Klaukkala	10/02	A,B,C,RR	tie 132, Klaukkala
21.	23.9.	Parkkimäki	10/03	vain yö	tie 1321, Nurmijärvi-Perttula



Päihteetön Pelikenttä

– suunnistusliitto mukana urheiluseurojen ehkäisevässä päihdetyössä

Taustaa

Suomen suunnistusliitto on lähtenyt voimakkaasti painottamaan nuorisotoiminnassaan eettisesti laadukasta sekä nuoren kasvua ja kehitystä tukevaa toimintaa. Yhtenä osana tätä työtä, liitto on mukana Päihteetön Pelikenttä, Puhu ja Puutu – projektissa. Lähtökohtana oli huolestuttavat tutkimustiedot nuorten lisääntyneestä päihteiden ja huumeiden käytöstä. Alkoholinkäyttö on yleisempää urheiluseuralaisilla kuin nuorilla yleensä.

Teemat

Päihteetön Pelikenttä materiaali kertoo ennaltaehkäisevästä vaikuttamisesta ja päihteiden vaikutuksista urheilevan lapsen/nuoren vanhemman, huoltajan ja valmentajan näkökulmasta. Aihepiireinä ovat: Nuori, urheilu ja päihteet, valmennus on kasvatusta, erveyttä edistävä liikuntaseura, riippuvuus ilmiönä, riippuvuutta aiheuttavia aineita ja puuttuminen on välittämistä.

Puhu ja Puutu

Puhu ja puutu. Vaan miten, missä ja milloin ? Parasta puuttumista on keskustelu nuoren kanssa, kun asiaan ei vielä tarvitse puuttua. Esim. Miksi ihmiset juovat, ”kaikkihan ne juovat, juovatko, Miten itse suhtaudut kieltäytyjään, oletko painostaja vai puolustaja, mitä vaikutuksia päihteillä on harjoitteluun ja kilpailusuoritukseen, millaista käytöstä seuran edustusasu velvoittaa ? Tutkimustulokset kertovat myös, että kun vanhemmat eivät hyväksy lapsensa juomista: 65% lapsista ei juo – 6 % juo joka viikko. Kun vanhemmat hyväksyvät lapsensa juomisen: 23 % lapsista ei juo – 18 % juo joka viikko.

Entä meillä ?

Seuramme nuorisovaliokunnan jäsenet ovat todenneet, että asia on tärkeä ja sille on aina tarvetta. Mm. seuraavin ajatuksin:” Hyvä jatko pelisääntö -työskentelylle. Rakentavaa aloittaa lapsista, vähennetään mielikuvia ”alkoholi kuuluu rankkaan urheiluun, voittojen juhlinta tai leirien iltajuomat”. Päihteiden käyttöä ei ole ollut 8-12-vuotiaitten kilpailu- tai harjoituskerroilla. Nyt kylvetään viesti päihteettömyydestä tulevaisuutta varten.”



Projekti tukee jo vuosia Rajamäen Rykmentin nuorisotoiminnan käytäntöä: oravapolkukoulu- , kuntorasti- ja kilpailukerrat ovat savuttomia ja päihteettömiä niin lapsille kuin aikuisille. Näin me aikuiset olemme antaneet ja annamme tärkeän sekä myönteisesti vaikuttavan esimerkin nuorille suunnistajille.

Kevään leirillä oli 14-vuotiaille ja nuoremmille Puhu ja Puutu- yösuunnistusrata. Osallistujat vastasivat rasteilla oleviin päihteettömyyskysymyksiin (Päihteetön Pelikenttä s. 54-55). Ennen radalle lähtöä ja sen jälkeen keskusteltiin aiheesta. Lapset ja nuoret suhtautuivat asiaan vakavasti. Kertoivat huumeepiikkien löytymisestä, päihteiden tarjoamisesta, päihtyneitten kohtaamisesta jne. Koko joukko yhteen ääneen totesi, että päihteettömyys on tärkeä osa harjoittelua ja kilpailumatkoja. Rykmentin edustusasu velvoittaa hyvään käytökseen.

Päihteetön Pelikenttä – teemaa on hyvä pohtia myös kevään pelisääntö-keskusteluissa. Millaisia sopimuksia tarvitaan, jotta selvä suunnistus jatkuu, vaikka ikää tulee lisää ja maailman meno muuttuu Nurmijärvelläkin ?

Puhuminen ja puuttuminen on välittämistä

”Sinun ei tarvitse kouliintua päihdealan asiantuntijaksi voidaksesi vaikuttaa nuorten asenteisiin. Oleellisinta vaikuttamista on yhdessä toimiminen. ” (Päihteetön Pelikenttä – vihko, www.raitis.fi) Kylvetään viesti päihteettömyydestä tulevaisuutta varten. Puhutaan päihteistä ja sovitaan säännöt ennenkuin on puututtava.

t. Oravamummo

Seura vetää uusia nuoria suunnistajia puoleensa

Tänä keväänä Rykmentin kelta-mustaan paitaan astui 3 uutta nuorta suunnistajaa. **Suvi Kattainen** D16 Hyvinkäältä, **Saara Nikkari** D16 Järvenpäästä ja **Toni Koivisto** H20 Forssasta vaihtoivat seuramme väreihin.

Tutustutaan vähän tyttöihin näin kauden kynnyksellä.

Suvi Kattaisen perheeseen Hyvinkään Nummenkärjessä kuuluvat vanhemmat, sisko ja koira. Hän käy koulua Vehkojan yläasteella ja aikoo jatkaa opintojaan lukiossa. Suunnistus on kuulunut Suvin harrastuksiin jo 8 vuoden ajan, mutta lisäksi aikaa jää ratsastukseen, partioon ja akvaarion ja koiran hoitoon.

- Siinäpä kysymys, vastaa Suvi kysyttäessä miksi suunnistat. Se vaan on niin kivaa.

Kuntopuoli on kartanlukutaitoa edellä, säheltämistä tulee vielä liikaa. Tavoitteena on kehittyä urheilijana jatkuvasti., kertoo tämä Nightwishiiä ja Levelleriä vapaa-aikanaan kuunteleva nuori suunnistaja.

Monesko Rykmentti on ensikesänä Nuorten Jukolassa? – Varmaan ensimmäinen, vastaa Suvi.

Saara Nikkari asuu Järvenpäässä yhdessä vanhempiansa, isoveljen ja koiran kanssa. Hän käy keskustan yläastetta ja haaveilee maanviljelijän tai metsänhoitajan ammateista. Suunnistus on ollut harrastuksena 6 vuotta ja talvisin myös hiihtosuunnistus ja viulunsoitto vievät aikaa.

- Nautin metsässä juoksemisesta. Suunnistus on mahtava tapa liikkua ja hieno laji.

Vahva puoli suunnistuksessani on kartanluku. Vaihua tuottavat ylämäet. Aion suunnistaa niin kauan kuin se minusta on hauskaa, vastaa Saara, joka urheilijana ihailee mm. Liisa Veijalaista.

-Rykmentin ykkösjoukkue on Nuorten Jukolassa sijalla 1, vastaa Saara. Kuinkas muuten.

Eeva Maisi



Saara Nikkari

www.rajamaenrykmentti.fi

Seuramme on siirtynyt tiedottamisessaan lähes kokonaan sähköiseen viestintään. Sen nopeus, tavoitavuus ja edullisuus ovat ylivoimaisia muihin tiedotusmuotoihin nähden. Siksi uskon, ettei paluuta entiseen ole. Meidän on opittava ottamaan irti kaikki hyöty omista nettisivuistamme.

Vuoden 2003 alusta nettisivuja ovat hoitaneet seuran suunnistajat Tiina Komssi webmasterina ja Meri Louhisola hänen apunaan. Nuorisosivujen päivityksestä vastaa Kauko Parkkinen. Sivuja on päivitetty pikkuhiljaa ajan tasalle. Myös uutta pyritään kehittämään sivuille mahdollisuuksien mukaan. Kehittämisasiassa vastaanotetaan jäsenistön ideoita. Kertokaa rohkeasti, millaisia asioita sivuilta olisi mielenkiintoista lukea.

Eniten luettu palsta sivuilla on varmasti **ilmoitustaulu**, jossa jokainen voi asiansa saada nopeasti julki. Käyttäkää rohkeasti hyväksi tiedotuksessa.

Seuran vastuuhenkilöiden **yhteystiedot** löytyvät aina sivulta, pidetään ne ajan tasalla!

Tiina ja Meri ovat päivittäneet **ryhmien esittelysivuja** kevään aikana. On tärkeää, että suunnistajistamme on löydettävissä tietoa sivuilta esim. lehdistön käyttöön tarvittaessa. Siis urheilijat: antakaa tietojanne Tiinalle ja Merille, älkääkää kääntäkö selkääne aina kameralle. Minulla on aika paljon kuvia kelta-mustista verkkarin selkemyksistä !

Kalenterisivut ovat olleet pitkään tyhjinä. Tässä toivoisin pientä parannusta. On aika outoa, jos ei toiminta näy mitenkään sivuillamme. Omaksutaan sellainen tapa, että kun suunnitelmat on lyöty lukkoon, niin ilmoitetaan tapahtuma , aika ja paikka sekä yhteyshenkilö kalenteria varten tiedottajalle kalenteriin laitettavaksi. Sieltä on sitten mukava seurata missä tapahtuu seuraavaksi.

Iltarastisivulla on uutuutena kartta tapahtumapaikoista. Sinne tulevat myös iltarastien tulokset ja tavoitteena on saada myös väliaikapalvelu toimimaan. Tähän hommaan kaivataan tekijää. Yhteyttä voi asiassa ottaa Jarmo Hyvöseen puh.09-2505608.

Jutut ja uutiset sivuille myös jäsenistö saa lähettää materiaalia. Olisi kiva, jos leireiltä, kisamatkoilta tms. tulisi muutama rivi juttua ja ehkä jokin kuvakin. Taas seurassamme tapahtuu !

On mukava lukea seuran jäsenten kuulumisista juttu-sivuilla, se lisää myös yhteenkuuluvuutta. Jäsenemme kun asuvat aika lailla ympäri Suomen maata.

Verkkovihko on tullut jäädäkseen kilpailuihin ilmoittautumisen välineenä. On siis opeteltava ja omaksuttava sen käyttö. Toki vanha puhelinilmoittautuminenkin vielä toimii, mutta on monin verroin vaivalloisempaa. Verkkovihkoon tarvittavan jäsenistön salasanan saa soittamalla Marja tai Risto Virtaselta puh. 09-250 4664. Muista ilmoittautua ajoissa , niin helpotat toisten työtä. Jos emit-numerosi vaihtuu, ilmoita Verkkovihkoon uusi numero.

Eeva Maisi

webmaster tiina.komssi@laurea.fi
tiedottaja eevamaisi@hotmail.com
kuvamateriaali kistu@kolumbus.fi



RAJAMÄEN
VIIMAHALLI

ABSOR
AB2OB

TEOLLISUUSKEMIKAALIT
PESU- JA PUHDISTUSAINHEET
SIIVOUSVÄLINEET JA -KONEET
SUURKEITTIÖIDEN VÄLINEET, LAITTEET JA PUHDISTUSAINHEET
KONDITORIA-VÄLINEET
YM....YM

www.absor.fi

2

Yhteistyössä RR:n kanssa 2003 ovat;



SUUNTO

Genimap

jalas®



KESKI-UUDENMAAN
OSUUSPANKKI