



KUNTOPIRKKALAINEN

JÄSENLEHTI TAMMIKUU 2016



Kunto-Pirkkojen johtokunta 2016

Puheenjohtaja	Hannu Kaskinen, puh. 050 402 7500	pj(at)kuntopirkat.fi
Varapuheenjohtaja	Sanna Hillberg, 041 544 9429	vpj(at)kuntopirkat.fi
Sihteeri	Riitta Lehtonen, 050 595 0964	sihteeri(at)kuntopirkat.fi
Taloudenhoitaja	Matti Ala-Nikkola, 050 336 0873	talous(at)kuntopirkat.fi
Muut varsinaiset jäsenet	Aino Berg, 040 770 6697	johtokunta(at)kuntopirkat.fi
	Mika Hemmilä, 050 361 2174	johtokunta(at)kuntopirkat.fi
	Kauko Höysniemi, 045 130 6973	johtokunta(at)kuntopirkat.fi
	Taisto Pietilä, 040 515 8683	johtokunta(at)kuntopirkat.fi
Johtokunnan varajäsenet	Esko Ahonen, 040 502 6720	johtokunta(at)kuntopirkat.fi
	Anne Haanpää, 040 567 7007	johtokunta(at)kuntopirkat.fi
	Reijo Kauppila, 040 511 6578	johtokunta(at)kuntopirkat.fi
	Jaana Kuittinen, 050 517 5382	johtokunta(at)kuntopirkat.fi
	Tapio Lindroos, 0500 773 023	johtokunta(at)kuntopirkat.fi
	Marja-Leena Valtonen, 040 545 2211	johtokunta(at)kuntopirkat.fi

Yleisurheilujaosto Sanna Hillberg (pj), Esko Ahonen, Mika Hemmilä, Kauko Höysniemi, Usko Jokinen, Tapio Lindroos, Taisto Pietilä ja Marja-Leena Valtonen.

Sähköpostit yleisurheilujaostolle: [yleisurheilu\(at\)kuntopirkat.fi](mailto:yleisurheilu(at)kuntopirkat.fi)

Hiihtojaosto Aino Berg (pj), Matti Ala-Nikkola, Pekka Forss, Eino Hildén ja Jaana Kuittinen.

Sähköpostit hiihtojaostolle: [hiihto\(at\)kuntopirkat.fi](mailto:hiihto(at)kuntopirkat.fi)

Luistelujaosto Riitta Lehtonen (pj), Matti Ala-Nikkola, Eila Laapotti, Seppo Mannila, Tellervo Pihlajaniemi ja Jouko Rajalampi.

Sähköpostit luistelujaostolle: [luistelu\(at\)kuntopirkat.fi](mailto:luistelu(at)kuntopirkat.fi)

Kuntojaosto Tapio Lindroos (pj), Anne Haanpää ja Jouni Koskela.

Sähköpostit kuntojaostolle: [kunto\(at\)kuntopirkat.fi](mailto:kunto(at)kuntopirkat.fi)

Riitta Lehtonen hoitaa jäsenrekisteriasiat. Ilmoitathan mahdolliset yhteystietomuutoksesi joko [sihteeri\(at\)kuntopirkat.fi](mailto:sihteeri(at)kuntopirkat.fi) tai [kuntopirkat\(at\)kuntopirkat.fi](mailto:kuntopirkat(at)kuntopirkat.fi)

(Korvaa (at) sähköpostin osoitekentässä @-merkillä.)

Kuntopirkkalaiset Suomen Aikuisurheiluliiton tehtävissä 2016*

hallituksen puheenjohtaja Tapio Lindroos; **kilpailuvaliokunnan jäseniä** Hannu Kaskinen ja Taisto Pietilä; **tiedotusvaliokunnassa** Reijo Häyrinen ja **ehdollepanotoimikunnassa** Matti Ala-Nikkola. *Jäsenet ovat seuran ehdotuksia, lehti painettiin ennen SAUL-hallituksen järjestäytymiskokousta.



Kunto-Pirkkojen 35-vuotisjuhlassa Riitta Lehtonen, Irma Saarinen, Mika Hemmilä, Jenni Lahtinen, Eino Hildén, Anne Haanpää, Taisto Pietilä, Kauko Höysniemi, Matti Ala-Nikkola ja Eila Laapotti.

Kuntopirkkalainen 2016 tekstit ja kuvat: Hannu Kaskinen, jos ei muuta ole mainittu.

Puheenjohtajan tervehdys

Kunto-Pirkat näkyi 35-vuotisjuhlavuonnaan julkisuudessa entistä paremmin. Isoimman huomion sai ansaitusti **Aatos Sainio**, joka hyppäsi 90-vuotiaiden ME-tuloksen kolmiloikassa. Suomen Aikuisurheiluliitto (SAUL) valitsi Sainion Vuoden miesurheilijaksi 2015. Myös presidentinkanslia huomasi Sainion saavutukset, ja Sainio sai kutsun itsenäisyyspäivän vastaanotolle. Sainio sai miljoonayleisön, kun TV1 jututti sota- ja urheiluveteraania suorassa lähetyksessä.



Jouko Nikula hyppäsi pituudessa hopeamitalit sekä MM-kisoissa että EM-hallissa. EM-hallin hopean hankkivat myös **Rauno Möttönen** kiekonheitosta ja **Rauha Ervalahti** kuulantyyppönnöstä. **Tarja Kailajärvi** juoksi EM-hallipronssia 200 metrillä. SAULin SM-mitaleista Kunto-Pirkat otti 315.

Kunto-Pirkat järjesti viime vuonna kolmet Suomen Aikuisurheiluliiton kilpailukalenterin SM-kilpailut: vapaan tyylin hiihdot (14.–15.3.) sekä 6.9. rullahiihdot- ja luistelut plus tiekävelyt. Lisäksi Kunto-Pirkat korjasi SAULin unohduksen ja järjesti ensimmäisen itsenäisen SM-maantiekymppin. Siitä tuli 16. vuosittainen SM-kilpailu SAULin kilpailukalenteriin.

Jyväskylän Kenttärheilijat haastoi Kunto-Pirkat SAULin SM-pistekamppailussa, mutta Kunto-Pirkat voitti täpärästi parhaan seuran palkinnon, nyt 30. kerran. Kiristynyt kilpailu osaltaan nostaa veteraani- eli aikuisurheilun tasoa. Silti Kunto-Pirkat aikoo pysyä veteraani- eli aikuisurheilun ykkösenä.

Aikuisten yleisurheilukoulut selittävät JKU:n nousua. Seitsemästi kokoontunut Kunto-Pirkkojen yleisurheilujaosto havahtui ja sai jonkinmoisen alun omalle yleisurheilukoululleen. Kehitys etenee **Sanna Hillbergin** ohjaamana.

Jopa kuntopirkkalaiset vanhenevat. Onneksi saimme vuonna 2015 edelleen lisää aktiivisia urheilijoita ja mikä parasta, myös jonkin verran uusia toimitsijoita.

Alkaneena vuonna pyyteetöntä vapaaehtoistyötä kysytäänkin meiltä runsaasti, sillä Kunto-Pirkat järjestää peräti viidet SM-kisat: hallikilpailut (20.–21.2.), vapaan tyylin hiihdot (12.–13.3.), viestijuoksut (11.6.), maantiekymppin (28.8.) sekä rullahiihdot ja -luistelut syyskuussa.

Suomalainen yleisurheilu, hiihto ja luistelu perustuvat vapaaehtoisuuteen. Tätäkin työtä pitää edistää digitalisaation mahdollisuuksilla. Kunto-Pirkat sai viime vuonna helpotettua työvaltaisia kilpailujärjestelyjään, kun muutama koodaustaitoinen punnersi ilmoittautumislomakkeet. Iso kiitos **Jari Hamarille, Jarno Maimoselle ja Jorma Ojénille!**

Liikunnan tarkoitus on edistää terveyttä ja hyvää oloa. Veteraani- eli aikuisurheilussa me isojen seurojen edustajat räknäämme mitaleita ja pisteitä. Urheilumenestystä olennaisempaa on kuitenkin se hyvä meininki, joka kuntopirkkalaisten tekemisissä näkyy.

Seura tekee parhaansa tukeakseen urheilijoidensa menestymistä ja viihtymistä. Suomen talous ei näytä kohenevan, mutta Kunto-Pirkat on hankkinut lisää yhteistyökumppaneita. Jos alkaneen vuoden SM-kisat onnistuvat suunnitellusti, seuran taloustilanne on jopa hyvä.

Tämän sivun yläreunassa on eri naama kuin edellisissä jäsenlehdissä. **Tapio Lindroos** siirtyi Kunto-Pirkkojen johtokunnassa varajäseneksi. Kiitos hänelle 11 vuoden puheenjohtajuudesta!

Kiitos kuluneesta vuodesta kaikille jäsenille ja yhteistyökumppaneille! Kohti valoa!

Hannu Kaskinen



© Anne Aromaa

Kunto-Pirkkojen 35-vuotisjuhlassa 17.10.2015 palkitut:

SAULin kultainen ansiomerkki, vähintään 15 vuoden ansiokkaasta seuratoiminnasta:

**Matti Ala-Nikkola
Kauko Höysniemi
Taisto Pietilä
Tapio Lindroos**

SAULin hopeinen ansiomerkki, vähintään kymmenen vuoden ansiokkaasta seuratoiminnasta:

**Anne Haanpää
Eino Hildén**

SAULin pronssinen ansiomerkki, vähintään viiden vuoden ansiokkaasta seuratoiminnasta:

**Jenni Lahtinen
Riitta Lehtonen
Mika Hemmilä
Irma Saarinen**

SAULin kultainen levyke, erittäin merkittävistä urheilullisista saavutuksista:

**Satu Auvinen
Rauha Ervalahti
Pekka Forss
Helmi Hoppu
Reijo Häyrinen
Inkeri Janhunen
Usko Jokinen
Eino Järvelä
Tarja Kailajärvi
Pasi Kianstén**

**Seppo Kykkänen
Kalevi Kytölä
Heikki Lahtinen
Toivo Lehtinen
Jari Leppimäki
Tapani Leppälä
Seppo Mannila
Mirja Mäntylä
Rauno Möttönen
Jaakko Nieminen**

**Jouko Nikula
Toini Nousiainen
Tellervo Pihlajaniemi
Jorma Pirinen
Tapio Rajamäki
Aatos Sainio
Risto Torvinen
Einari Vainikka
Anne Vakkala
Marja-Leena Valtonen**

Kultainen levyke/ SAULin hallituksen puheenjohtaja Tapio Lindroos: **Aino Berg ja Hannu Kaskinen**

Kolme uutta kunniajäsentä

Kunto-Pirkat myönsi vuosijuhlassaan kolme kunniajäsentunnustusta. Uudet kunniajäsenet ovat:

Eila Laapotti (numero 32)

Torsti Helminen (33)

Veikko Ripunoff (34)

Tarja Kailajärvi ja Aatos Sainio vuoden 2015 parhaat

Vuoden naisurheilija	Tarja Kailajärvi
Vuoden miesurheilija	Aatos Sainio (myös SAULin valinta Vuoden miesurheilijaksi)
Kallen pytty (parhaasta tuloksesta)	Jouko Nikula (vauhditon pituus 298)
Vuoden naishihtäjä	Jaana Kuittinen
Vuoden mieshihtäjä	Väinö Pääkkö
Vuoden naisluistelija	Marjo Salonen
Vuoden miesluistelija	Matti Ala-Nikkola



Tapio Lindroosin ottama kuva Aatos Sainiosta TV1:n suorasta televisiolähetyksestä. ©Yle

Sota- ja urheiluveteraani **Aatos Sainio** sai vuonna 2015 ansaitsemaansa julkisuutta. Sainio hyppäsi useasti yli edellisen 90-vuotiaiden maailmanennätyksen kolmiloikassa. Sainion maailmanennätystulokseksi tuli 7,10 metriä. Pituudessa hän hyppäsi 90-vuotiaiden Suomen ennätyksen 305 senttiä, mikä jää vain sentin ikäsarjan Euroopan ennätyksestä.

Myös Presidentinlinnassa huomattiin Sainion saavutukset ja Sainio sai kutsun itsenäisyyspäivän vastaanotolle. Parhaimmillaan tasavallan korkeinta juhlaa 6.12.2015 katsoi 2,6 miljoonaa suomalaista. Sainio sai siis miljoonayleisön.

Ilta-Sanomat luonnehti Sainiota itsenäisyysjuhlan ilopilleriksi. Suorassa televisiolähetyksessä Sainio kertoi hypänneensä viime talvena pidemmälle kuin kansakouluaikoinaan.

Neljä miestä ja kaksi naista kansainväliselle tasolle

Kunto-Pirkkojen yleisurheilijoista Jouko Nikula, Inkeri Janhunen, Tarja Kailajärvi, Aatos Sainio, Seppo Kykkänen ja Rauno Möttönen yltyvät aikuis- eli veteraaniurheilun kansainväliselle tasolle.

© Anne Aromaa



© Anne Aromaa



Jouko Nikulan vauhdittoman pituushypyn tulos 298 cm antaa M60-sarjassa peräti 1 100 luokittelupistettä. Tulos on seurahistorian paras. Tosin tilastomies **Pentti Nieminen** lisäsi vasta viime vuonna vauhdittomat hyppyvertailuunsa

Miesten kakkoseksi hyppää 90-vuotiaiden ME-mies **Aatos Sainio**, jonka 7,10 metrin kolmiloikkatulos tuo 1 030 pistettä.

M55-sarjan **Seppo Kykkänen** juoksi maantiekymppin 35.32. Neloseksi pomppasi uutena maailmanluokan miehenä M60-sarjan **Rauno Möttönen**. Heittäjänä tunnetun Möttösen vauhditon korkeushyppytuloksensa oli 142 senttiä.

Miesten mestariluokassa 2015 on kahdeksan kuntopirkkalaista, paremmuusjärjestyksessä: **Toivo Lehtinen** (M70/kuula), **Heikki**

Lahtinen (M65/10 km kävely), **Jari Leppimäki** (M50/puolimaraton), **Timo Koivuaho** (M65/puolimaraton), **Usko Jokinen** (M75/kuula), **Reijo Häyrinen** (M55/halliviisiottelu), **Jorma Pirinen** (M70/pituus) ja **Jaakko Rouhiainen** (M65/puolimaraton). Heistä Leppimäki on ensimmäistä kertaa näin korkealla.

Miehissä lisäksi 29 kuntopirkkalaista ylsi A-luokkaan, 25 B- ja 18 C-luokkaan. Täten luokkatuloksen saavutti siis 84 miestä.

Yhteensä 93 Kunto-Pirkkoja edustanutta miestä sai vuonna 2014 virallisen yleisurheilutuloksen, vuotta aiemmin 109 ja 2013 määrä oli 91. Vuoden 2014 huippumäärä selittynee omilla SM-hallikisoilla.

Naisten kärki koveni, taso pysyi

Naisten selvä ykkönen 2015 oli paluumuuttaja **Inkeri Janhunen**, jonka 800 metrin aika 3.19,27 tuotti 70-ikäisissä 1 098 pistettä. Määrä on seuran paras heti Nikulan jälkeen.

Naisten kakkoseksi ja seuran kolmanneksi juoksi **Tarja Kailajärvi**, jolta 100 metriä sujui 14,17 sekunnissa. Se on 55-vuotiaissa kansainvälisen luokan tulos, luokittelussa 1 036 pistettä.

Naisten mestariluokkaan ylsivät **Rauha Ervalahti** (N70/kuula), **Anne Vakkala** (N55/kolmiloikka), **Mirja Mäntylä** (N70/vauhditon pituus), **Heidi Haapasalo** (N40/10 km).

Naisyleisurheilijoista 13 ylsi A-luokkaan, kahdeksan B-luokkaan ja viisi C-luokkaan. Viime vuonna 41 naista yleisurheili tuloksekkaasti Kunto-Pirkkojen väreissä. Määrä on yhtä hyvä kuin ennätysvuonna 2014.

Jouko Nikula ja Tarja Kailajärvi: yhteensä 128 SM-pistettä

Kunto-Pirkkojen vuoden 2015 onnistuneimmat urheilijat tosiaan onnistuivat SM-kilpailuissa.

Kärkikymmenikköön pääsy vaati yli 30 Suomen Aikuisurheiluliiton SM-kilpailuista hankittua pistettä.

1. Jouko Nikula	74,75
2. Tarja Kailajärvi	53,25
3. Toini Nousiainen	46
4. Mirja Mäntylä	43,75
5. Rauno Möttönen	42
6. Reijo Häyrinen	41
7. Rauha Ervalahti	39
8. Inkeri Janhunen	34,5
9. Jari Leppimäki	32,25
10. Seppo Kykkänen	31,25

Kärkikymmenikkö sen kuin petraa, Vuonna 2013 parhaat keräsivät noin 300 pistettä, vuonna 2014 jo lähes 400 pistettä, mutta viime vuonna 438,25 pistettä. Se vastaa liki kolmasosaa Kunto-Pirkkojen 1 348 pisteen potista.

Kymmenikön nuorin on viisikymppisten sarjan Leppimäki, 55-ikäsarjassa kilpailivat Kailajärvi, Häyrinen ja Kykkänen, 60-vuotiaissa Nikula, Nousiainen ja Möttönen ja 70-vuotiaissa Mäntylä, Ervalahti ja Janhunen.

Jouko Nikula – myös vuoden 2014 ykkösurheilija – pärjäsi niin hyppääjänä, pikajuoksijana, heittäjänä kuin ottelijana.

Naisten tuttu ykkönen Tarja Kailajärvi on pikajuoksija, mutta myös hyppää pituussuuntaan.

Vuoden ehdoton yllättäjä eli Toini Nousiainen hankki pisteitä melko tasapuolisesti heittäjänä ja hyppääjänä,

Mirja Mäntylän valikoimaan kuuluivat heitot, pikamatkat ja hieman myös hypyt.

Heittäjät Möttönen ja Ervalahti pärjäsivät myös korkeushyppääjinä.

Ottelija Häyrinen pärjäsi pikajuoksijana ja hyppääjänä.

Janhunen juoksi pitkien matkojen lisäksi myös 400 metriä voitokkaasti.

Kärkikymmeniköstä vain Leppimäki ja Kykkänen ovat selvästi yhden lajiryhmän, kestävyysjuoksun, miehiä.

Seurassa siis on laajalti kansallisen tason ja jopa kansainvälisen tason huippuja. Eikä seuraa voi sanoa tasottomaksi, sillä SM-pisteille pääsi 103 kuntopirkkalaismiestä ja 52 –naista.

Edes huippu ei ole aina kärjessä

Mikään vertailu ei ole täysin reilu eli aina ei itse voi vaikuttaa sijoitukseensa.

Esimerkiksi **Satu Auvinen** olisi hiihtomenestyksellään seuran SM-pisteissä kärkikymmenikössä, jos nykyistä useammat nelikymppiset naiset rohkenisivat SM-lumille.

Auvinen sai kolmen hiihtomatkan, parisprintin ja viestihiihdon voitoista yhteensä alle 15 pistettä, kun voisi saada liki 27 pistettä (3 x 7 + 3,5 + 2,33). Hyvä hiihtäjä tietää, että juoksussa on enemmän kisaajia, joten Auvinen hankki lisämitaleita maasto- ja ratajuoksuista.

www.kuntopirkat.fi >yleisurheilu>ennätykset ja ranking

Uuden jäsenen tervehdys

Saara Pakarinen, 36, muutti Helsingistä takaisin Tampereelle ja liittyi loppuvuodesta 2015 Kunto-Pirkkojen riveihin. Seura on ottanut hyvin vastaan.

”Olen yksi seuran tuoreimmista jäsenistä. Olen kilpaillut tähän asti HKV:n riveissä. Asuin aikaisemmin Helsingissä ja treenasin sekä Eläintarhan kentällä että Liikuntamylyssä. Tänä talvena treenikuviot vaihtuivat ja liityin Kunto-Pirkkoihin joulukuussa.

Kun tiedustelin sähköpostitse seuran jäsenyydestä, minulle vastattiin niin pikaisesti, että taskussani oli Kunto-Pirkkojen treenikortti alle viikossa ja tiesin myös olennaiset asiat seuran toiminnasta. Olo oli erittäin tervetullut. Olen viihtynyt Pirkkahallissa erinomaisesti ja odotan jo helmikuun SM-kisoja Tampereella. Tutustun mielelläni myös uusiin ihmisiin.

Olen harrastanut pikajuoksua vasta kolme vuotta. Aloitin lajin 33-vuotiaana täysin pystymetsästä. Isäni oli kyllä nuorena pikajuoksija, joten pidin lajia arvossa. Mutta omat harrastukseni olivat jotain ihan muuta: tanssia ja pianonsoittoa. Olen tanssinut ikäni balettia sekä jazz-, show- ja nykytanssia.

Vasta yli kolmekymmppisenä aloin haaveilla pikajuoksuharrastuksesta. Toimittaja kun olen, kyselen paljon. Silloin utelin työkavereiltani, milloin viimeksi he olivat juosseet täysillä. Kukaan ei muistanut. Merkillistä, mietin, mutta unohdin pian ajatuksen.

Kolme vuotta sitten tapahtui käänne. Näin unen, jossa minulla oli pikajuoksuvalmentaja. Viiletin tukka putkella ja fiilis oli mahtava. Kun heräsin, päässä oli vain yksi ajatus: tämä oli niin hyvä uni, että voisin tehdä siitä totta.

Pelkäsin, ettei minun ikäiselleni juoksijalle olisi mitään tarjolla. Ehkä olisin vain väliinputoaja? Ehkä yleisurheilu on tarkoitettu vain nuorisolle tai selvästi vanhemmille?

Onneksi pelko oli turha. Innostuin valtavasti, kun löysin netistä pikajuoksuporukan, joka treenasi Eläintarhalla. Kuukauden päästä pinkaisin jo SM-kisoissa ja sain ensimmäisen kultamitalini. Myöhemmin niitä on tullut lisää.

Innostuin juoksusta niin vahvasti, että aloin myös kirjoittaa aiheesta Pinko-nimistä blogia (pinkoblog.com). Olen saanut harrastukseni ja blogini kautta uusia ystäviä ja valmentajan.

Nyt on vaikea kuvitella aikaa, jolloin pikajuoksu ei ollut osa elämäni. Kun pääsen tartanille, täydellinen vapaus valtaa mieleni ja keho täyttyy ilosta. Juoksu on minulle meditaatiota, sielun ja ruumiin hoitoa.

Ihailen iäkkäitä urheilijoita, jotka ovat huolehtineet kunnostaan vuosikymmenien ajan. Heistä huokuu tietty ryhti ja hyväntuulisuus. Haluaisin pystyä itse samaan.

Mitalit eivät ole läheskään yhtä tärkeitä kuin uuden oppiminen ja terveys. Ihaninta juoksussa on ehkä se onnellinen kupla, jonka kentällä saavuttaa joka ikinen kerta, vaikka ulkomaailmassa tapahtuisi mitä hyvänsä. Tiedätte varmaan tunteen.”



© Saara Pakarinen

Saara Pakarinen toivoo harrastavansa pikajuoksua vielä kahdeksankymmppisenä.



Dextran Urheiluklinikat mukana arjessa

Vamman tai tapaturman sattuessa oikea ja nopea hoito on ensiarvoisen tärkeää. Asiantuntijamme tarjoavat huippu-urheilijoille ja harrastajille parhaan mahdollisen avun lajien erityisvaatimukset huomioiden.



DEXTRA

Parempaa huomista.

SUOMALAINEN LÄÄKÄRIKESKUS, HAMMASKLINIKKA JA SAIRAALA
OSA PIHLAJALINNA-KONSERNIA

Dextra Urheiluklinikka Kehräsaari, Kehräsaari B, 3. krs, 33200 Tampere
Dextra Urheiluklinikka Kamppi, Kampinkuja 2, 00100 Helsinki
Dextra Urheiluklinikka Munkkivuori, Raumantie 1 A, 00350 Helsinki

Lisäksi Tampereella Dextra Hammasklinikat palvelevat Hämeenkadulla ja Suvantokadulla.

dextra.fi

Varaa aika
dextra.fi tai
030 6060*

*Puhelun hinta: lankaliittymästä 8,35 snt/puhelu + 3,2 snt/min, matkapuhelinliittymästä 19,2 snt/min.

Lupaavasti uusia hiihtonimiä

Kunto-Pirkkojen hiihtotulevaisuus näyttää hyvältä, sillä viime vuonna seura sai monia 35–45-vuotiaita uusia SM-mitalisteja.

Kuntopirkkalaishiihtäjät voittivat Kaupin vapaan tyylin kotikisoissaan kuusi yksilö- ja kahdeksan viestikultaa sekä viisi hopeaa ja kuusi pronssia.

Satu Auvinen oli jälleen seuran ykköshiihtäjä: 40-vuotiaissa naisissa kaikkien eli kolmen matkan voitot plus parisprintin ja viestihiihdon kullat. Lisäksi hän maastajuoksi SM-pronssille ja oli mukana neljässä SM-viestijuoksun mitalijoukkueessa.

Kaupin mitalisteista **Elisa Tuomisto, Teija Harjuntausta, Anja Rovio, Janne Auvinen** ja **Juha Vankka** liittyivät vasta viime vuonna Kunto-Pirkkoihin. Satu Auvisen jälkeen kovin hiihtäjä 2015 eli **Tytti Pelkonen** tuli seuraan vuoden 2014 lopulla.

Harmillisesti valtakunnassa yli kolmekymppisten hiihtely tai ainakin Suomen Aikuisurheiluliiton SM-kisoihin osallistuminen näyttää hiipuvan. Vaikka viime vuoden alussa lunta piisasi eteläisessäkin Suomessa, osallistujakato vaivasi erityisesti Kotkan perinteisen tyylin kisoja.

Suosion vähydestä kertoo sekin, että samat järjestäjät eli Kymen Urheiluveteraanit ja Kunto-Pirkat järjestävät SM-kisat myös vuonna 2016. Hiihdossa lyhyet matkat ja viestit järjestetään vuorovuosin vapaalla, vuorovuosin perinteisellä tyyllillä. Sama vuorottelu pätee sprintteihin ja niin sanottuihin pitkiin matkoihin.

Kunto-Pirkoille osuu myös vuonna 2016 vapaan tyylin kisojen järjestäminen, mikä toivottavasti tuo yhä lisää hiihtoväkeä nuorimpiin sarjoihin. Perinteisesti ikähiihtäjät ovat suosineet perinteistä hiihtotapaa.

Ennätysmäiset rullahiihdot

Kunto-Pirkat järjesti SAULin rullailujen SM-kilpailut jo likimain perinteisesti Nokian Renkaiden testiradalla.

Vuonna 2015 rullailuissa Kunto-Pirkoilla oli paljon pelissä myös sikäli, että kyseisenä supersunnuntaina (6.9.) ratkesi SAUL-maljan kohtalo. Jyväskylän Kenttärheilijat johti pistekamppailua ja se oli saanut saman päivän SM-heitto-otteluihinsa ennätysjoukon omia heittäjiään.

Hiihtojaoston puheenjohtaja **Aino Berg** kuitenkin sai omat joukkonsa hienosti liikkeelle, joten rullailijoiden – ja varsinkin kuntopirkkalaisten – osanotto oli ennätysmäinen. Ja tulostakin tuli. Kunto-Pirkat oli paras sekä miehissä (40 SM-pistettä) että naisissa (32).

Pistemenestystä kartutti osin se, että viime vuonna ensimmäisen kerran rullailujen kilpailukutsussa mainittiin joukkuekilpailut, kuten SAUL-säännöt kehottavat.

Yksi joukkuekullalla palkituista oli **Sari Valorinta**. Lisäksi hän voitti 40-vuotiaissa naisissa sekä sprintin että pitkän matkan, niin hiihdossa kuin luistelussa. Valorinta oli seuran menestyksekkäin rullailumitalisti.



Satu Auvinen: kymmenen SM-mitalin vuosi 2015.

ME:stä tekojään viivästymiseen

Kunto-Pirkkojen luistelijoiden talvi 2015 alkoi liukkaasti: seuran ensimmäinen kilpailu ja ensimmäinen ME.

Heti kalenterivuoden aluksi (13.1.) seuran ykkösluistelija **Seppo Mannila** rysäytti Pyynikillä 65-vuotiaiden sadan metrin epävirallisen maailmanennätyksen 11,64. Lisäksi seura järjesti kaksi muuta luistelukilpailua, joista toinen oli perinteinen Pyynikin luistelukymppi.

Ikäsarjojensa Suomen mestareiksi pikaluisteli kolme Kunto-Pirkkojen naista: **Riitta Lehtonen** (N50), **Marjo Salonen** (N55) ja **Eila Laapotti** (N75). Kuntopirkkalaisia luistelijoita oli Oulun tammikuisella reissulla yhdeksän. Tuulisen Oulun SM-pistemäärä, 34, tarkoitti takapakkia edellisvuosiin verrattuna.

Kunto-Pirkat järjesti rullailujen SM-kilpailut jo neljännen kerran peräkkäin ja kolmatta kertaa peräkkäin Nokian Renkaiden testiradalla.

Paikka ja järjestelyt saivat taas kiitosta, miinuksena on vain suihkutilojen puuttuminen. Onneksi sää suosi jälleen, joten asfaltti ei aiheuttanut liukasteluja.

Kunto-Pirkkojen rullaluistelijat kartuttivat osaltaan seuralle tärkeää SAULin SM-kisojen pistepottia. Kuntopirkkalaiset hankkivat rullaluisteluista hienosti 14 kultamitalia, kuusi hopeaa ja kaksi pronssia.

SM-pisteissä Kunto-Pirkat oli paras miehissä (32) ja yhteispisteissä (32 + 10 =

42). Ilmeisesti ensimmäistä kertaa seurahistoriassa rullaluistelu toi SM-pisteitä enemmän kuin jääluistelu.

Luistelunäkymät ovat harmaampia kuin noin vuosi aiemmin. Tesoman jäähalli on homeen takia remontissa, joten seuran harjoitteluvuoro on Hervannan hallissa tiistaisin klo 15.

Tampereen ulkojääradoille päästiin vasta joulukuun puolivälissä.

Niinpä kuntopirkkalaiset ovat käyneet Seinäjoen ja Helsingin Oulunkylän jääradoilla. Samalla on osallistuttu Suomen Luisteluliiton kilpailuihin.

Säät ovat vakiintuneet vaihteleviksi, joten edessä voi olla vaikkapa paukkupakkasia tai viikkokaupalla vesisateita.

Ilmastonmuutoksen lisäksi myös tekojääradan rakentamisen lykkäytyminen hankaloittaa luistelu-harrastusta. Tampereen kaupunki ilmoitti vuoden 2015 alussa varaavansa rahoituksen tekojääradalle, joka rakennettaisiin Sorsapuistoon. Rakentamisen piti alkaa keväällä 2015.

Hanke on nyt kuitenkin ikävästi jäissä sikäli, että rakentajavalintaa ratkotaan oikeudessa. Tekojääradan valmistuminen siis lykkääntyy. Rakentaminen voi alkaa aikaisintaan silloin, kun rakentajapäätös on lainvoimainen. Päätös saataneen kesällä 2016.



Jukka Rahkonen aloitti kuntopirkkalaisena lupaavasti: kaksi mitalia rullaluistelun SM-kilpailuista M35-sarjassa 6.9.2015.



N55-rullaluistelusprintissä Marjo Salonen oli toinen, Anne Haanpää ensimmäinen.

Historiaa ja nykypäivää Tapion näkemänä

”Kun asuin Kankaanpäässä, muistan 30-vuotiaana keskustelleeni isäni kanssa, että Tampereelle oli perustettu joku urheiluseura veteraaneille. Pohdimme, mikä on sen seuran tarkoitus ja mihin joukkoon se kuuluu.

Seuraavan kerran kohtasin veteraaninimen Eurassa, johon olin muuttanut. Eurassa oli veteraanien SM-viestit, joissa sain Euran Raikun juoksijana 35-vuotiaiden 4 x 400 m viestissä pronssia.

Seuraavaksi kohtasin Kunto-Pirkat ylöjärveläisenä vuonna 2000, kun minua pyydettiin toimitsijaksi yleisurheilukilpailuihin. Jo vuonna 2004 toimin seuran varapuheenjohtajana. Nykyisen suhteeni Kunto-Pirkkoihin moni tietää.

Kunto-Pirkat on koko olemassaoloaikansa ollut merkittävä veteraaniurheiluseura, nyttemmin aikuisurheiluseura. Kunto-Pirkat hyväksyttiin ensimmäisenä seurana liiton jäseneksi, seura on saanut Kunnon seura - sinettitunnuksen ja SVU-soihdun, Kunto-Pirkat on voittanut seurojen välisen pistekilpailun 30 kertaa ja oli pitkään jäsenmäärältään suurin seura. Seuramme on myös ollut liiton vahva tukipilari.

Erityisesti SM-kilpailujen järjestäjänä Kunto-Pirkat on ollut aktiivinen. Seuran toimitsijat ovat selvinneet Tampereen seudun yhteistyökumppaneiden kanssa kaikista haasteista kiitettävästi. Erityisesti muistan 2010 Ratinan stadionin kesäkiisat. Niihin seura marssitti ennätysmäiset 98 urheilijaa ja voitti ylivoimaisesti SM-pistekilpailun.

Kunto-Pirkat on nyt 35-vuotias pirteä seura. Vuodelle 2016 tulevat henkilömuutokset takaavat toiminnan pitkälle tulevaisuuteen.

Suomessa urheilulla on vielä erikoisasema, mutta meidän on tehtävä tiukasti töitä säilyttääksemme asemamme.

Urheilu tuottaa tunnetta, jännitystä, viihdettä, kuntoa, hyvinvointia, mainetta ja joskus jopa kunniaa. Urheilu ja liikunta ovat hyvin henkilökohtaisia asioita.

Urheilu ei ole vaaratonta, mutta urheilu on turvallinen tapa elää vaarallisesti. Urheilun sosiaalisuus on sen parhainta antia.

Sain kahden vuoden jatkopestin Suomen Aikuisurheiluliiton puheenjohtajana. Yhtenä tehtävänäni on aktivoida kansallista toimintaa.

Olen huolissani liiton jäsenseurojen kilpailutoiminnan ylläpidosta. Vain harva seura haluaa ottaa pientenkään tapahtumien järjestämisvastuuta.

Tampereella KP, Jyväskylässä JKU, Helsingissä HKV, Turussa VSVU ja Lahden seudun seurat paljolti vastaavat kilpailutoiminnasta. Rinki on pienentynyt, ja suuret seurat ovat suurentuneet.

Olen kahtena vuotena saanut valvoa suomalaisurheilijoiden etuja kansainvälisessä toiminnassa. Erityisesti Lahden 2009 ja Jyväskylän 2012 MM- kilpailut olivat erinomaisesti järjestetyt, valovuoden edellä muita kokemiani arvokilpailuja. Suomi onkin yksi aikuis- eli veteraaniurheilun suurista maista.

Brasilian Porto Alegren, Turkin Izmirin ja Ranskan Lyonin kilpailut ovat viimeisimpiä hyviä esimerkkejä siitä, miten kilpailuja ei pidä järjestää. Tulevissakin kilpailuissa on haasteita siinä, että sääntöjä noudatetaan ja pidetään sovituista asioista kiinni.

Näillä muistoilla ja ajatuksilla toivotan kaikille hyvää liikunnan ja urheilun vuotta 2016!”



Tapio

Kuntopirkkalaisten arvokisamenestys 2015



Aikuisurheiluliiton SM-kilpailut 2015	Kulta	Hopea	Pronssi	Sija 4.-6.	Muu sija	Yht.
24.1. vauhdittomat hypyt, Nastola	6	9	4	19	13	51
24.1. pikaluistelut, Oulu	6	4	4	4		18
8.2. halliviisiottelut, Helsinki	2		1	1		4
21.–22.2. perinteisen tyylin hiihdot, Kotka	16	10	1	2	4	33
7.–8.3. yleisurheilun hallikisat, Jyväskylä	14	15	18	39	16	102
14.–15.3. vapaan tyylin hiihdot, Tampere	14	5	6	6	4	35
18.4. puolimaraton, Siuntio	3	4	1	6	7	21
9.5. maastojuoksut, Imatra	4	3	2	3	7	19
6.6. viestijuoksut, Valkeakoski	5	12	10	6	1	34
26.–28.6. yleisurheilut, Helsinki	32	19	22	51	23	147
11.–12.7. moniottelut, Saarijärvi		1				1
19.7. maraton, Savonlinna	2	2			1	5
30.8. tiejuoksu 10 km, Tampere	6	3	2	7	19	37
6.9. tiekävelyt, Nokia	2	1				3
6.9. rullahiihdot ja -luistelut, Nokia	22	8	6	8	6	50
6.9. heittoviisiottelu, Jyväskylä	2	4	2		2	10
Yhteensä:	136	100	79	152	103	570
23.–28.3. EM-halli, Puola, Torun		3	1	6	3	13
4.–16.8. yleisurheilun MM, Ranska, Lyon		1		2	9	12
SM- ja kansainväliset arvokisat yhteensä:	136	104	80	160	115	595

* Suomen viestijoukkuejäsenet eivät mukana



23.1. MATKAMESSUT, Helsingin messukeskus

pelkät kuljetukset **30 €/hlö**, kuljetukset ja messulippu **40 €/hlö**

21.2. GREASE, Valkeakosken kaupunginteatteri

kuljetukset & lippu **49 €/hlö**

24.-28.3. PÄÄSIÄINEN SAARISELÄN HOHTAVILLA HANGILLA!

Tunturihotelli alk. **340 €/hlö**

25.-28.3. PÄÄSIÄINEN "POHJOLAN PARIISISSA" RIIKASSA

Radisson Blu hotel Latvija, alk. **290 €/hlö**

Varaa paikkasi ja hyppää kyytiin!
03 3640 444 /www.sbmatkat.fi

ME, PE, SE:t ja monia muita seuraennätyksiä

Vuonna 2015 Aatos Sainio hyppäsi 90-vuotiaiden kolmiloikan maailmanennätyksen 7,10 metriä ja pituudessa SE:n 305 senttiä, joka jää vain sentin Euroopan ennätyksestä.

Tarja Kailajärvi (N55) juoksi sarjansa Pohjoismaiden naisten ennätyksen 200 metrillä (30,14) sekä teki kolme muuta seuraennätystä: 100 m (14,17), 400 m (1.10,37) ja pituus (435).

Jouko Nikula paransi nimissään ollutta 60-vuotiaiden Suomen ennätystä 60 metrin aidoissa 9,27:ään.

Rauha Ervalahti (N70) pukkasi kuulaa 9,30 metriä eli sarjansa Suomen ennätyksen.

Kailajärven lailla Ervalahti jatkoi seuraennätysurakointiaan. Hän ylitti korkeudessa 108 senttimetriä, heitti keihästä 19,41 metriä ja heitto-otteli 3 821 pistettä.

Vuoden komeettana eli ensikertalaisena menestyjänä **Toini Nousiainen** (N60) teki myös neljä Kunto-Pirkkojen ennätystä: korkeus 109 cm, pituus 342 cm, kolmiloikka 7,26 metriä ja keihäs 19,41 metriä.

Anne Vakkala teki uudessa 55-sarjassaan kolme ennätystä: 60 metrin aidat 11,48, 80 metrin aidat 15,20 ja kolmiloikka 9,08 m.

Dmitri Jagodin on ensimmäisiä Kunto-Pirkkojen miehiä SAULin nuorimmassa eli kolmekymppisten sarjassa. Miehen kausi keskeytyi Helsingin kesäkuisissa SM-kisoissa jalkavaivaan, joten niin 800 metrin (2.09,59) kuin 1 500 metrin ennätys (4.25,39) kohentunevat alkaneena vuonna reilusti.

Usko Jokinen pukkasi M75-sarjassa kuulaa tasan 12 metriä.

Seppo Kykkänen teki vuonna 2015 taas seuraennätyksen M55-sarjassa, kun tiekymppi sujautti 35.32.

Matti Kuusjärvi (M35) hyppäsi korkeutta 172 eli korkeammalle kuin kukaan alle nelikymppinen Kunto-Pirkkojen edustaja.

Satu Selvinen hyppäsi 55-vuotisten naisten korkeusennätykseksi 130 senttimetriä.

Heidi Haapasalo juoksi San Sebastian -maratonin aikaan 3.05.38, joka on nelikymppisten naisten seuraennätys.

Marianne Ylitien painonheittotulos 9,96 metriä on 55-vuotiaiden naisten seuraennätys.

Ainakin nämä Kunto-Pirkkojen uudet seuraennätykset **Pentti Nieminen** on löytänyt vuoden 2015 yleisurheilukilpailuista.

www.kuntopirkat.fi >yleisurheilu >ennätykset



Toini ja Pertti Nousiaisilla oli aihetta juhlaan. (Kuva Kunto-Pirkkojen 35-vuotisjuhlasta 17.10.2015.)

Tohtori Hillberg yu-pomoksi

Kunto-Pirkkojen yleisurheilujaosto sai vuodenvaihteessa uudeksi puheenjohtajakseen Sanna Hillbergin, 41. Ylöjärveläisen omia lajeja ovat etenkin pituushyppy ja kolmiloikka.

Kunto-Pirkkoihin Sanna Hillberg liittyi kuusi vuotta sitten, kun **Patomäen Ritva** pyysi viestijoukkueeseen. Yleisurheilun Hillberg aloitti lapsena Ylöjärven Ryhdin urheilukoulussa, jossa päälajeja olivat pikajuoksut ja pituushyppy. Valmentajien opastuksella myös kolmiloikka, korkeushyppy ja pika-aidat tulivat tutuiksi. Onpa Hillberg suorittanut yhden seitsenottelunkin. Parikymppisenä laji vaihtui penkkipunnerrukseen.

Veteraani- eli aikuisurheilijana Hillberg on saavuttanut SM-mitaleita hyppylajeista ja viestijuoksusta. Kokemusta on myös maantiekypistä ja maastajuoksusta.

Hillberg on toisen polven kuntopirkkalainen, sillä hänen isänsä **Ensio Lehtonen** on ansioitunut seuran kestävyysjuoksijana jo vuodesta 1988. Viime vuonna Sanna Hillberg hankki seuraan myös miehensä, **Jarmo Hillbergin**. Parille tuli viime vuonna jo 20 vuotta avioliittoa täyteen.

Hillbergit ovat kansainvälistä väkeä. He asuivat Yhdysvalloissa 3,5 vuotta, kun ”**Jappe**” opiskeli helikopterilentäjäksi. Vuosina 2005–2006 he elivät Skotlannissa, jonka jälkeen puoli vuotta Seychelleillä. Passi on näytetty jo liki 30 valtiossa.

Sanna Hillberg lukeutuu harvojen kuntopirkkalaisten tohtorien joukkoon. Hän väitteli filosofian tohtoriksi Itä-Suomen yliopistossa 4. joulukuuta 2015. Väitöskirja valmistui Joensuussa englannin kielen ja kirjallisuuden laitokselle. Väitöskirjan nimi suomennettuna on Relatiivilauseet skottienglannissa: korpustutkimus sanomalehtikielestä.

Projektitutkija Hillberg haluaa jatkaa yliopistotutkijana, kun tykkää työstään, uuden oppimisesta.

- Tutkijan ammatti on myös sikäli hyvä, että pystyn yleensä sovittamaan päivärytmiin urheiluharrastukseni, Hillberg myhäilee.

Toisaalta urakehitystä ei voi juuri ajatella, kun tutkija ei voi vaikuttaa esimerkiksi yliopistojen heikentyneeseen rahoitukseen.

- **Urheilussa kivointa** lienee se, että voi kokeilla omia rajojaan. Into kasvaa, kun näkee samanhenkisiä ihmisiä treenaamassa ja kisapaikoilla. Vaikkapa Pirkkahallissa kirmaaminen tuo vapautuntun.

Hillbergin lähitavoitteita urheilussa ovat vauhdittomat SM-hypyt 17.1. Helsingissä, sitten omat SM-hallikilpailut (20.–21.2.). Pirkkahallissa hän hyppää ainakin pituutta ja kolmiloikkaa sekä ehkä juoksee 60 metriä.

- Australian Perthin MM-kisoihin (26.10.–6.11.) olisi kiva lähteä hyppäämään vaikka kolmiloikkaa.

Kuntopirkkalaisia Hillberg kehuu innostaviksi.

- On hienoa nähdä, kuinka hyväkuntoisia vaikkapa kuusi–seitsemänkymppiset ovat. Vitsi, kun itse olisi samassa kunnossa senikäisenä.

Hillberg arvostaa myös pyyteettömästi toimivia seuraihmiisiä, kuten **Tapio Lindroosia**, joka talvikauden joka tiistai ja torstai tuli aamukymmeneksi Pirkkahallille ohjaamaan aloittelijoita.



Sanna Hillberg toivoo, että Kunto-Pirkat saisi uusia aktiivisia jäseniä ja nykyiset jäsenet pysyisivät mukana.

Seura-asut Noname-myymälästä

Kunto-Pirkkojen seura-asut ovat sovitettavissa Noname-myyntikonttorilla (Satamakatu 26). **Kunto-Pirkkojen logolla varustettu pusero (kuva) maksaa 60 euroa. Kunto-Pirkkojen hihattoman paidan hinta on 33 euroa.** Seura tekee yhteistilauksen, kun ilmaantuu tarve 20 takille tai paidalle.

Kunto-Pirkkojen johtokunta toivoo, että ainakin SM-kisoissa kuntopirkkalaiset käyttäisivät seuran edustusasia.



Asutiedustelut

Tapio Lindroosille: 0500 773 023.

Kunto-Pirkoille lisää tukijoita

Kunto-Pirkkojen päätukijana jatkaa **Pihlajalinna (Dextra)**. Muina tukijoina jatkavat **JSport**, **Sirpan Bussimatkat**, **Tampereen Messut** ja **Kahvisalonki**. Uusina mukaan tulivat **Polar Pharma (Hart-Sport)** ja **Yrjö Wigren**.

Kunto-Pirkat tekee yhteistyötä myös **Restelin (Cumulus, Holiday Inn, Huviretki)** ja **Viking Linen** kanssa.

Seura käyttää mainittujen yritysten palveluita ja tuotteita. Käytä sinäkin!

Tervetuloa messuille

Tampereen Messu- ja Urheilukeskukseen

5.–7.2.2016

Asta Rakentaja

Rakentamisen ja asumisen messut

5.–7.2.2016

Sisustus

Sisustamisen ja somistamisen tapahtuma

6.3.2016

Mega Outlet

Vaatteiden, kenkien, korujen ja asusteiden myyntitapahtuma

15.–17.3.2016

Konepaja

Metalliteollisuuden kone- ja laitemessut

15.–17.3.2016

Nordic Welding Expo

Hitsauksen, liittämisen ja leikkaamisen ammattimessut

2.–3.4.2016

Hevoset

Hevosalan ammatti- ja harrastemessut

15.–17.4.2016

Supermessut

Keväinen suurtapahtuma

15.–17.4.2016

Puutarha

Puutarha-alan ja piharakentamisen messut

15.–17.4.2016

Kotimaan Matkailumessut

Kotimaan matkailun messutapahtuma

13.–15.9.2016

Euro safety

Kansainväliset turvallisuusalan ammattimessut

13.–15.9.2016

Työhyvinvointi

Työkyvyn ja työhyvinvoinnin ammattimessut

13.–15.9.2016

Logistiikka

Materiaalinkäsittely- ja logistiikan ammattimessut

27.–29.9.2016

Alihankinta

Kansainväliset teollisuuden alihankinnan ammattimessut

18.–20.11.2016

Suomen Kädentaidot

Käsi- ja taideteollisuusmessut

Etsitkö tapahtumallesi järjestäjää?

Mikään tapahtuma ei ole meille liian pieni tai suuri. Ota rohkeasti yhteyttä!

 **Tampereen Messut**
Tampere Trade Fairs

Tampereen Messut Oy
Ilmailunkatu 20, 33900 Tampere
p. 0207 701 222
www.tampereenmessut.fi



Kunto-Pirkat 2016: muutoksia käytännöissä eli lue tämä sivu

Seuran jäsenmaksu vuodelle 2016 on 30 euroa. Maksulomake on tämän lehden välissä. Maksu Kunto-Pirkkojen Osuuspankki-tilille **FI49 5732 2620 0560 85**.

Kunto-Pirkat ilmoittaa ja maksaa kuntopirkkalaiset muiden seurojen järjestämiin SM-kisoihin.

Seura toivoo, että **kuntopirkkalaiset ilmoittautuvat itse Kunto-Pirkkojen järjestämiin SM-kisoihin seuran nettisivujen ilmoittautumislomakkeilla** tai www.nimenhuuto.com -palvelussa. (Tunnukset Hannulta: pj(at)kuntopirkat.fi tai 050 4027500.)

Jäsen voi ilmoittaa seuralle osallistumisensa SM-kisoihin myös sähköpostilla: [kuntopirkat\(at\)kuntopirkat.fi](mailto:kuntopirkat(at)kuntopirkat.fi)

tai **yleisurheilussa** (Huom! kaksi vuorokautta ennen viimeistä ilmoittautumispäivää!)

Kauko Höysniemelle (045 130 6973) tai kauko.hoysniemi(at)kuntopirkat.fi

hiihdossa Aino Bergille (040 770 6697) tai aino.berg(at)kuntopirkat.fi

luistelussa Riitta Lehtoselle (050 595 0964) tai riitta.lehtonen(at)kuntopirkat.fi

(Korvaa (at) sähköpostin osoitekentissä @-merkillä.)

Ilmoittautuminen on sitova. Seura perii ilmoittautuneelta poisjäännistä osallistumismaksun, jos poisjäännille ei ole pätevää syytä.

Yleensä Kunto-Pirkat järjestää Pirkanmaan ulkopuolisiin SM-kilpailuihin kuljetuksen ja majoituksen. Seura perii SM-kilpailuista omavastuut: kuljetusmaksu 10 euroa (meno-paluu), **yhden yön majoitus 20 euroa ja kahden yön majoitus 30 euroa** (majoitukset sisältävät kuljetusmaksun). Joukkueenjohtaja kerää käteismaksun bussissa, joka lähtee Sampolasta (Sammonkatu 1).

Jos seura ei järjestä SM-kilpailuihin kuljetusta tai omaan kyytiin on maantieteellinen tai aikataulullinen syy, urheilijalle voidaan maksaa 10–30 euron korvaus.

Urheilija **joko varmistaa** SM-kisoissa osallistumisensa **itse tai pyytää** esimerkiksi **joukkueenjohtajaa** hoitamaan varmistamisen. Joukkueenjohtaja varmistaa viesti- ja joukkuekilpailujoukkueet.

Seura tiedottaa ajankohtaisista asioista nettisivuillaan (www.kuntopirkat.fi), SAULin nettisivuilla (www.saul.fi) ja Ikiliikkuja-lehdessä sekä Aamulehden Seurat-palstalla. Kunto-Pirkat toimii myös Facebookissa.



Uusissa KP-mitalisteissa monia hiihtäjiä

Ensimmäistä kertaa Kunto-Pirkkoja SAULin SM-kisoissa edustaneita oli viime vuonnakin mukavasti. Seuraavat urheilijat (suluissa noin yksi saavutus) ottivat SM-yksilömitalin:

N35: **Elisa Tuomisto** (hiihtohopea), N40 **Heidi Haapasalo** (maantiekymppihopea), **Teija Harjuntausta** (hiihtopronssi), N45 **Tytti Pelkonen** (hiihtokulta, -rullahiihtokullat sekä -hopeat); N55 **Marjo Salonen** (2 luistelukultaa); N60 **Toini Nousiainen** (3 hyppylajikultaa) ja **Anja Rovio** (hiihtokulta).

M30: **Dmitri Jagodin** (800 m ja 1 500 m hallikulta) ja **Topi-Pekka Kuusjärvi** (kuulakulta), M35: **Jukka Rahkonen** (2 rullaluistelupronssia); M40: **Petri Leppänen** (10 000 m hopea), **Janne Auvinen** (hiihtokulta, -hopea ja -pronssi); M45 **Juha Vankka** (rullahiihtohopea, hiihto- ja rullahiihtopronssi)

Sekä vuonna 2014 että vuonna 2015 uusia mitalisteja kertyi 13. Vuonna 2014 uusista mitalisteista miehiä oli yhdeksän ja naisia neljä, mutta vuonna 2015 suhde tasa-arvoistui. Vuoden 2014 uusista mitalisteista yhtä vaille kaikki olivat yleisurheilijoita, mutta 2015 yli puolet uusista oli talviurheilijoita.



SM-pisteet 2015 lajiryhmittäin/ Kunto-Pirkat

Lajiryhmä	Miehet	Naiset	Yhteensä	%/2015	%/2014
kestävyysjuoksut	197	104	301	22,3	28,9
hyppyt	175	120	295	21,9	18,6
pikajuoksut	104	107	211	15,7	14,2
heitot	88	112	200	14,9	21,9
vapaan tyylin hiihdot	87	72	159	11,8	2,6
perinteisen tyylin hiihto	39	38	77	5,7	2,9
luistelut	46	26	72	5,3	6,9
moniottelut	17	0	17	1,3	1,6
kävelyt	11	5	16	1,2	2,4
Yhteensä	764	584	1 348	100 %	100 %

Kunto-Pirkat saavutti viime vuonna 1 348 SAULin SM-pistettä (miehet 764 , naiset 584). Tulos on taas mahtava. Petrausta tuli 108 pinnaa vuoteen 2014 verrattuna, tosin SM-kilpailuja tuli 2015 yksi lisää, kun 10 kilometrin maantiejuoksusta tuli itsenäinen SM-kilpailu.

Hyppääjät hyppäsivät vuoden 2014 kolmannelta sijalta aivan kestävyysjuoksijoiden kantaan, paljolti naishyppääjien ansiosta. Kestävyysjuoksijoiden 29 prosenttia taisi olla liikaa yhdelle ryhmälle, joten kestävyysjuoksijamiehet menettivät joka viidennen pisteensä. Heittäjät pudottivat isoista lajiryhmistä selvästi eniten. Rullailujen suosio nosti vapaan tyylin hiihdon pisteosuuden suhteellisesti isoimmaksi petraajaksi.



Vuonna 2015 Kunto-Pirkkojen jäsenmäärä aleni (492 >454), kun johtokunta poisti jäsenrekisteristä henkilöitä, jotka eivät olleet moneen vuoteen maksaneet jäsenmaksuaan.

Vuoden 2015 lopulla seuran jäsenten keski-ikä oli 62,4 vuotta. SM-pisteitä hankkineiden miesten keski-ikä oli 61,2 vuotta ja naisten 55,2 vuotta. Vuoden 2016 johtokunnan ja varajäsenten keski-ikä oli 59,7 vuotta.

Kaupin vitonen vappusunnuntaina 1.5.2016 klo 12

Tampere, Kauppi, Kuntokatu 5, vanha huoltorakennus,

Kaupin urheilupuistossa 5 km hyväpohjaista kuntotietä, reitillä korkeuseroja.

Sarjat: M/N yleinen, M/N 40, M/N 50, M/N 60, M/N 70, kuntosarja, pojat/tytöt 16 v.

Ennakoilmoittautuminen (nimi, seura ja sarja) 27.4. mennessä: [kuntopirkat\(at\)kuntopirkat.fi](mailto:kuntopirkat(at)kuntopirkat.fi)

Osallistumismaksu ennakkoon (FI 40 1146 3000 8745 26) 10 euroa, 16-vuotiailla kuusi euroa.

Kilpailupaikalla ilmoittautuminen klo 9–11, maksu 15 euroa, 16-vuotiailla 10 euroa.

Joka sarjassa **pokaali** kolmelle parhaalle, lisäksi runsaasti **arvontapalkintoja**.

Tiedustelut: Kauko Höysniemi, 045 1306973, [kauko.hoysniemi\(at\)kuntopirkat.fi](mailto:kauko.hoysniemi(at)kuntopirkat.fi)

Korvaa (at) sähköpostin osoitekentässä @-merkillä.

Järjestäjä: Kunto-Pirkat ry, www.kuntopirkat.fi



Yleensä Kaupin vitosella aurinko paistaa, viime vuosi oli poikkeus.



Pertti Henttinen ja Reijo Kauppila palkittiin M70-sarjassa 2015, Taisto Pietilä palkitsi.

HART-SPORT

SUOMALAISTA
VOIMAA JA ENERGIAA!



www.hartSPORT.fi

Lisää suorituskykyä! Lisää kestävyyttä! Nopeuttaa palautumista! Ylläpitää kivennäisaine-, neste- ja energiatasapainoa! Päivittäistavarakaupoista, tavarataloista ja marketeista.

Bruunon kisat keskiviikkona 20. heinäkuuta 2016 klo 17.30

Avoimet kansalliset aluekilpailut

Tampere, Ratinan stadion, Rantatie 1

Kaikki aikuisurheilusarjat eli M/N30+, viiden vuoden välein.

100 m, 400 m, 1 500 m, korkeus, kolmiloikka, keihäs, kuula ja painonheitto.

Aikataulu ilmoitetaan myöhemmin: www.kuntopirkat.fi

Joka lajissa aloitetaan vanhimmista sarjoista. Juoksuissa sähköinen ajanotto.

Useaan lajiin osallistuvilta toivotaan **ennakkoilmoittautumista** 15.7. mennessä:
kuntopirkat(at)kuntopirkat.fi

Ilmoittautumiseen osallistujan nimi, syntymävuosi, seura ja laji tai lajit.

Osallistumismaksu kymmenen euroa/osallistuja/laji tilille: FI40 1146 3000 8745 26.

Maksukuitti esitettävä kilpailupaikalla numeron haussa. Ilmoittautuminen ja osanoton varmistus kilpailupaikan kahviossa noin tunti ennen lajin alkua.

Palkinnot joka lajissa ja sarjassa kolmelle parhaalle.

Lisätiedot Taisto Pietilä 040 5158683, taisto.pietila(at)kuntopirkat.fi

Korvaa (at) osoitekentissä @-merkillä.

Järjestäjä Kunto-Pirkat ry

WIGREN

MORO-lenkki

Moro-lehden suosikkimakkara jo vuodesta 2015

MORO-lenkki
Maistaneiden mielestä erinomainen!

• 420 G •
LAKTOOSITON
GLUTEENITON
LAKTOSFRI • GLUTENFRI

WWW.YRJOWIGREN.FI

AAMULEHTI

Kunto-Pirkat järjestää viidet SM-kilpailut vuonna 2016

Alla ne kansainväliset arvokilpailut, Suomen Aikuisurheiluliiton SM-kilpailut ja Kunto-Pirkkojen kilpailut, jotka tiedettiin tammikuun 2016 alussa.

Tarkista mahdolliset muutokset: www.kuntopirkat.fi

17.1.2016 vauhdittomat SM-hyyt, [Helsinki](#)

20.1. harjoitushiihdot (p), Säöksjärvi, [Kunto-Pirkat](#)

29.1. harjoitushallikilpailut, [Kunto-Pirkat](#)

10.2. harjoitushiihdot (p), Säöksjärvi, [Kunto-Pirkat](#)

30.–31.1. perinteisen tyylin SM-hiihdot, lyhyet matkat ja viestit, [Kotka](#)

14.2. SM-pikaluistelut, Jyväskylä

20.–21.2. SM-hallikilpailut, [Kunto-Pirkat](#)

2.3. harjoitushiihdot (p), Säöksjärvi, [Kunto-Pirkat](#)

9.3. piirinmestaruussprinttihiihdot (v), Säöksjärvi, [Kunto-Pirkat](#)

12.–13.3. vapaan tyylin SM-hiihdot, sprintit ja pitkät matkat, [Kunto-Pirkat](#)

29.3.–3.4. EM-hallikilpailut, Italia, [Ancona](#)

16.4. SM-puolimaraton, Jyväskylä

1.5. Kaupin vitonen, [Kunto-Pirkat](#)

7.5. SM-maastajuoksut, Vöyri

20.–22.5. EM- maastajuoksut, Portugali, Algarve

11.6. SM-viestijuoksut, Kangasala, Kunto-Pirkat ja KU-68

1.–3.7. PM-yleisurheilut, Tanska, Odense

22.7. Bruunon kisat, Tampere, [Kunto-Pirkat](#)

5.–7.8. SM-yleisurheilut, Iisalmi

28.8. 10 km SM-tiejuoksu, Kunto-Pirkat

3.9. SM-maraton, Pyhtää

syyskuu: SM-rullahiihdot ja -luistelut, [Kunto-Pirkat](#)

26.10.–6.11. MM-yleisurheilut, Australia, Perth



KAHVISALONKI

Kahvisalongissa aina tuore pulla

Kunto-Pirkkojen jäsenille syötävistä tuotteista 15 % alennus 2016.

Kahvisalonki ma–pe 10–18 ja la klo 10–15. Tuomiokirkonkatu 24,

puh. 050 508 6606, jari.partanen@saunalahti.fi Facebook [Kahvisalonki](#)

Kunto-Pirkat järjestää Aikuisurheiluliiton SM-kilpailuja 2016:

Viestijuoksut Kangasalan Kyötikkälän kentällä lauantaina 11.6.

Naiset 30 +

4 x 100 m

3 x 400 m

3 x 800 m

Ruotsalaisviesti (100 m +
200 m + 300 m + 400 m)

4 x 1500 m

Voittoisa N40-joukkue: Heidi
Haapasalo, Teija Harjuntausta ja
Satu Auvinen.



Miehet 30 +

4 x 100 m

Ruotsalaisviesti

Miehet 30–65

4 x 400 m

4 x 1 500 m

Miehet 70+

3 x 400 m

3 x 800 m

10 km maantiejuoksu Tampereella sunnuntaina 28.8.

Naiset ja miehet 30+, viiden vuoden välein, lisäksi kolmehenkiset joukkuekilpailut joka sarjassa (korkeintaan kaksi sarjanvaihtajaa).

Rullahiihdot ja -luistelut Nokian Renkaiden testiradalla syyskuussa

Naiset ja miehet 30+, viiden vuoden välein. Sekä rullahiihdossa että -luistelussa kaksi matkaa: 300 metrin sprintti ja nuorimmilla 7,2 km, vanhimmilla 3,6 km. Lisäksi pidemmillä matkoilla kolmehenkiset joukkuekilpailut joka sarjassa (korkeintaan kaksi sarjanvaihtajaa).

JSPORT

sukset talven hiihtoihin

ROSSIGNOL
another best day



MADSHUS

SALOMON

juoksukengät kesään sekä talveen

SKECHERS
PERFORMANCE
DIVISION

SARVA

pyörät maantielle ja maastoon, myös fatbike

FELT
bicycles

SUOMEN AIKUISURHEILULIITON SM-HIIHDOT

Tampereella Kaupin urheilupuistossa 12.–13.3.2016: vapaa hiihtotapa: 12.3. sprintit, 13.3. pitkät matkat



Osallistumisoikeus SAULin jäsenseurojen jäsenillä ja SAULin henkilöjäsenillä.

Sprinttihiihdot lauantaina, alk. klo 13, sarjat ja matkat:

Naiset alkaen 30 v. viiden vuoden välein: matka noin 1 200 metriä

Miehet alkaen 30 v. viiden vuoden välein matka: noin 1 200 metriä

Yksilösprintit väliaikalähtönä.

Joukkuekilpailu parisprinttinä (2 x 2 kierrosta). Parisprintit sopivin sarjavälein yhteislähtönä. Ensimmäinen yhteislähtö noin tunti viimeisen yksilösprintin jälkeen.

Pitkät matkat sunnuntaina alkaen klo 11, sarjat ja matkat:

Naiset 30–55: 20 km, naiset 60+ 10 km

Miehet 30–65: 30 km, miehet 70–75: 20 km, miehet 80+ 10 km

Hiihtotyyli vapaa, väliaikalähtönä

Joukkuekilpailu kolmihenkisillä, saman matkan hiihtävillä nais- ja miesjoukkueilla.

Ilmoittautuminen

tiistaihin 4.3.2016 klo 23.55 mennessä

Ensisijaisesti Kunto-Pirkkojen verkkosivujen ilmoittautumislomakkeella (www.kuntopirkat.fi >SM-hiihto 2016). Ilmoittautua voi myös sähköpostitse: [kuntopirkat\(at\)kuntopirkat.fi](mailto:kuntopirkat(at)kuntopirkat.fi) tai kirjallisesti: Hannu Kaskinen, Niinikuja 3, 33900 Tampere

Ilmoittautumisessa on mainittava kilpailijan nimi, syntymävuosi, sarja, seura, seuran virallinen lyhenne ja laji/lajit.

Joukkuekilpailuun osallistuvan mainittava joukkueen nimi ja joukkueeseen osallistuvien nimet. Lopulliset nimet varmistamisessa.

Jälki-ilmoittautumisia ei hyväksytä.

Osallistumismaksu: 15 euroa/laji/urheilija; 20 euroa/viestijoukkue. Maksut maksetaan ilmoittautumispäivään 4.3.2016 mennessä tilille FI40 1146 3000 8745 26, viitteeksi 5225.

Osallistumismaksua ei palauteta.

Osallistumismaksu ei ole ilmoittautuminen eli ilmoittautua pitää erikseen.

Maksutositteen ilmoituskentässä on mainittava kilpailijan (kilpailijoiden) nimi (nimet) ja lajit.

Varautukaa esittämään kilpailupaikalla todiste maksun suorittamisesta.

Henkilökohtaisille matkoille ja joukkuekilpailuun osallistuminen on varmistettava tunti ennen lajin alkua. Joukkueiden varmistus kirjallisesti.

Kilpailuun osallistujat kilpailevat omalla vastuulla.

Pakkasraja:

Jos tuulen ja pakkaslukeman keskinäinen vaikutus on kylmempi kuin alle -16 C, ei hiihdetä. Lukema mitataan tunti ennen kilpailun alkua.

Tiedustelut:

Aino Berg 040 770 6697

Tapio Lindroos 0500 773 023

Kilpailukanslia:

Kaupin urheilupuiston toimisto molempina päivinä auki klo 10–17.

Osoite: Kuntokatu 5, Tampere

Majoitus: [Cumulus Hämeenpuisto](#) ja [Cumulus Koskikatu](#) (tuotetunnus SM-HIIHTO)

Tervetuloa Tampereelle!

Kunto-Pirkat ry.



Suomen Aikuisurheiluliiton SM-hallit 20.–21.2.2016 Tampereella



TAMPEREEN MESSU- JA URHEILUKESKUKSESSA

(Pirkkahalli: A ja B)

Ilmailunkatu 20, 33900 Tampere

Osallistumisoikeus on SAULin jäsenseurojen jäsenillä ja henkilöjäsenillä.

KILPAILUOHJELMA

Lauantaina 20.2.

NAISET

60 m, 400 m, 1 500 m, 3 000 m kävely, pituus, korkeus, ja kuula

4 x 200 m viestit, juoksujärjestys vanhimmasta nuorimpaan: 1. (N 45–40–35–30)
2. ({N 60+ väh. 2 juoksijaa}–55–50)

MIEHET

60 m, 400 m, 1 500 m, 3 000 m kävely, painonheitto, pituus ja korkeus sekä seiväs/30, 35, 40, 45, 50, 55

4 x 200 m viestit, juoksujärjestys vanhimmasta nuorimpaan: 1. (M 45–40–35–30)

2. (M 65–60–55–50)

3 x 200 m viesti, juoksujärjestys vanhimmasta nuorimpaan: 3. (M 80+–75–70)

Sunnuntaina 21.2.

NAISET

60 m aitajuoksu, 200 m, 800 m, 3 000m, painonheitto ja kolmiloikka sekä seiväs/30+

MIEHET

60 m aitajuoksu, 200 m, 800 m, 3 000m, kuula ja kolmiloikka sekä seiväs/60+

ILMOITTAUTUMINEN

Ilmoittautuminen tiistaihin 9.2.2016 klo 23.55 mennessä

Ensisijaisesti Kunto-Pirkkojen www.kuntopirkat.fi verkkosivujen ilmoittautumislomakkeella.

Ilmoittautua voi myös **sähköpostitse:** [kuntopirkat\(at\)kuntopirkat.fi](mailto:kuntopirkat(at)kuntopirkat.fi) **tai**

kirjallisesti: Hannu Kaskinen, Niinikuja 3, 33900 Tampere

Ilmoittautumisessa on mainittava kilpailijan nimi, täydellinen syntymäaika, sarja, seura, seuran virallinen lyhenne ja lajit. Juoksumatkoille 60–400 m on eräjakoja varten ilmoitettava paras tulos 2015 tai 2016. Jälki-ilmoittautumisia ei hyväksytä.

Osallistumismaksu: 12 euroa/laji/urheilija ja 15 euroa kolmen juoksijan viestijoukkue, neljän juoksijan viestijoukkueen maksu on 20 euroa. Maksut maksetaan ilmoittautumispäivään 9.2.2016 mennessä tilille **FI40 1146 3000 8745 26**, viitteeksi **5115**. Osallistumismaksua ei palauteta.

Maksu ei vastaa ilmoittautumista eli ilmoittautua pitää erikseen.

Juoksuissa osallistuminen on varmistettava 1,5 tuntia ennen lajin alkua. Hyppy- ja heittolajeihin osallistuminen varmistetaan kilpailijoiden kokoontumisessa puoli tuntia ennen lajin alkua.

Kilpailijat kilpailevat omalla vastuullaan.

Kilpailukanslia

Pirkkahallissa pe 18–21, la 7.30–20 ja su 7.30–18.00

Tiedustelut

Tapio Lindroos 0500 773 023

Hannu Kaskinen 050 402 7500

Majoitus: [Cumulus Hämeenpuisto](#) ja [Cumulus Koskikatu](#) (tuotetunnus **SM-HALLI**)



Tervetuloa SM-halleihin Tampereen Messu- ja Urheilukeskukseen!

KUNTO-PIRKAT ry.