



# KUNTOPIRKKALAINEN

JÄSENLEHTI TAMMIKUU 2017



## Kunto-Pirkkojen johtokunta 2017

Puheenjohtaja	Marja-Leena Valtonen, 040 545 2211	pj(at)kuntopirkat.fi
Varapuheenjohtaja	Sanna Hillberg, 041 544 9429	vpj(at)kuntopirkat.fi
Sihteeri	Riitta Lehtonen, 050 595 0964	sihteeri(at)kuntopirkat.fi
Muut varsinaiset jäsenet	Esko Ahonen, 040 502 6720	johtokunta(at)kuntopirkat.fi
	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	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
	Pertti Nousiainen, 0500 895 595	johtokunta(at)kuntopirkat.fi
Taloudenhoitaja	Paula Helpiölä, 050 336 0873	talous(at)kuntopirkat.fi

**Yleisurheilujaosto** Sanna Hillberg (pj), Esko Ahonen, Mika Hemmilä, Kauko Höysniemi, Usko Jokinen, Tapio Lindroos, Pertti Nousiainen ja Taisto Pietilä

Sähköpostit yleisurheilujaostolle: yleisurheilu(at)kuntopirkat.fi

**Hiihtojaosto** Aino Berg (pj), Jarkko Bamberg, Pekka Forss, Reijo Kauppila ja Jaana Kuittinen.

Sähköpostit hiihtojaostolle: hiihto(at)kuntopirkat.fi

**Luistelujaosto** Riitta Lehtonen (pj), Irma Saarinen, Marjo Salonen ja Tellervo Pihlajaniemi

Sähköpostit luistelujaostolle: luistelu(at)kuntopirkat.fi

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

Sähköpostit kuntojaostolle: kunto(at)kuntopirkat.fi

Riitta Lehtonen hoitaa **jäsenrekisteriasiat**. Ilmoitathan yhteystietomuutoksesi joko: sihteeri(at)kuntopirkat.fi tai kuntopirkat(at)kuntopirkat.fi

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

## Kuntopirkkalaiset Suomen Aikuisurheiluliiton tehtävissä 2017

hallituksen puheenjohtaja Tapio Lindroos; kilpailuvaiokunnassa Taisto Pietilä, koulutusvaiokunnassa Sanna Hillberg ja tiedotusvaiokunnassa Reijo Häyrynen

## Kunto-Pirkoille lisää tukijoita

Kunto-Pirkkojen tukijoina jatkavat **Pihlajalinna, PolarPharma/HartSport, JSport, Sirpan Bussimatkat, Tampereen Messut, Wigren** ja **Kahvisalonki**. Uusin kumppani on **Vocatum-kuntosali**.

Kunto-Pirkat tekee yhteistyötä myös **Restel Oy:n** (Cumulus, Holiday Inn, Huviretki) kanssa.

**Kunto-Pirkat käyttää yhteistyökumppaniensa palveluita ja tuotteita. Käytä sinäkin!**

*Kuntopirkkalainen 2017 teksti ja kuvat: Hannu Kaskinen, jos ei muuta ole mainittu.*

©Kansikuva: Anne Aromaa

*Kiitän opettavaisista vuosista!*

*Hannu*





© Antti-Pekka Sominen

## Puheenjohtajan tervehdys

Kunto-Pirkat maksaa urheilijoidensa SM-kilpailujen osanottomaksut, majoitusta ja matkoja, joten muistutan velvoitteista. Joka kuntopirkkalaisen pitäisi kerran tai kaksi vuodessa osallistua kilpailujen järjestelytehtäviin. Toimitsijaksi lähteminen on parempi vaihtoehto kuin se, että kukin maksaisi itse kulunsa.

Aikuisurheiluliiton SM-kilpailujen järjestäjiksi ei ole tunkua, joten Kunto-Pirkat saa isännöidä niitä lähes niin usein kuin haluaa. Vuonna 2017 Tampereen seudulla kamppaillaan mitaleista hiihdossa, pikaluistelussa, hallimoniotteluissa, tiejuoksussa ja -kävelyssä sekä rullahiihdossa ja -luistelussa.

**En haali** puheenjohtajana kaikkia mahdollisia hommia itselleni, olen hyvä delegoimaan. Tätä opin 30 vuotena Hotelli- ja ravintola-alan ammattiliiton Tampereen osaston toimistossa.

Yhteiskunnallisen vaikuttamisen keinoista on hyötyä urheiluseuran johtajalle. Olen toiminut muun muassa Viialan kunnan- ja Akaan kaupunginhallituksissa.

Olen asunut Akaan Viialassa vuodesta 1982, mutta lasken itseni yhä satakuntalaiseksi. Mies haki minut Noormarkusta, mutta synnyin vuonna 1949 Siikaisissa 11-lapsisen perheen toiseksi nuorimpana. Yleisurheilin ja hiihdin Siikaisten Sisussa.

Heittolajit ja hiihto ovat olleet sydäntäni lähellä siitä asti, kun voitin 18-vuotiaana kuulantyyönnön Satakunnan piirinmestaruuden.

**Kunto-Pirkoissa aloin** urheilla vuonna 2004, kun **Eila Laapotti** houkutteli mukaan. Heti ensimmäisissä veteraanien SM-kilpailuissani voitin kaksi kultaa. Nyt SM-mitaleita on 43 ja Pohjoismaiden mestaruuksia kaksi.

Palkintokaapista löytyvät myös tarjotinjuoksun SM-kultamitali, saappaanheitosta SM-hallipronssi ja -joukkuehopeamitali sekä pärekorinheitosta MM-pronssimitali.

Osallistuminen sinänsä on aikuisurheilussa tärkeää, mutta ei menestymisestä ja parhaansa yrittämisestäkään haittaa ole.

Seurassamme asiat ovat hyvällä mallilla. Urheilijoilla pahin epäkohta on se, että heittäjillä ei ole asiaa nurmikentille. Moukaria ja painoa voi Tampereella heittää vain Pirkkahallin takana. Pelkät mielikuvaharjoitukset eivät tee urheilijaa. Maalaisjärkeä tarvitaan kaupungissakin!

**Eläkepäiviini kuuluvat** urheilun lisäksi puutarhanhoito ja käsityöt. Kotonani syödään kasvimaamme ja -huoneidemme satoa sekä mieheni metsästämää riistaa. Olemme myös innokkaita sienestäjiä ja marjastajia. Käsitöistä minulta on jäänyt pitsinypläys opettelematta.

**Toivotan** kuntopirkkalaisille ja yhteistyökumppaneille yhteisiä ilon hetkiä, liikunnan riemua ja tuloksekasta vuotta 2017!

Marja-Leena "Maikki" Valtonen

## Vuoden 2016 urheilijapalkinnot

Kunto-Pirkkojen arvokkain urheilijapalkinto on Kallen pytty, jota on jaettu vuodesta 1999 alkaen. Kallen pytyn saa parhaan tuloksen palkitsemisvuonna tehnyt.

**Kallen pytty** Inkeri Janhunen

Toiseksi korkeimmat palkinnot ovat vuoden nais- ja miesurheilijapalkinnot yleisurheilijoille, hiihtäjille ja luistelijoille sekä junioreille (30–49-vuotiaille).

**Vuoden naisurheilija** Inkeri Janhunen

**Vuoden miesurheilija** Seppo Kykkänen

**Vuoden naishihtäjä** Tytti Pelkonen

**Vuoden mieshihtäjä** Mauno Myllymäki

**Vuoden naisluistelija** Anne Haanpää

**Vuoden miesluistelija** Marko Rahkonen

**Vuoden naisjuniori** Heidi Haapasalo

**Vuoden miesjuniori** Mika Hemmilä

## Parhaat erikoispalkinnot

Korkea-arvoisimmat erikoispalkinnot jaetaan 1) kansainvälisen tason tuloksesta, 2) yksilölajin Suomen ennätyksestä tai 3) EM- tai MM-mitalista.

Kahvisalongin päätösjuhlassa 10. joulukuuta parhaalla erikoispalkinnolla palkittiin **Rauha Ervalahti, Ahti Finning**, Inkeri Janhunen, **Timo Koivuaho**, Seppo Kykkänen, **Toivo Lehtinen, Rauno Möttönen, Jouko Nikula, Jorma Pirinen** ja **Aatos Sainio**.

## Erikoispalkinnot

Erikoispalkinnon saa 1) mestariluokan tuloksesta, jos tuloksentekijällä on yksilölajissa Suomen mestaruus, 2) viestijuoksun SE-joukkueen jäsenyys tai 3) PM-kilpailun henkilökohtainen mitali.

Erikoispalkinnon saivat **Anne Ahvenjärvi**, Heidi Haapasalo, **Kirsti Karjalainen, Heikki Lahtinen, Katriina Laurila, Jari Leppimäki, Veijo Miihkinen, Mirja Mäntylä, Toini Nousiainen, Taisto Pietilä, Jaana Pietilä-Annala, Tellervo Pihlajaniemi, Sirra Toivonen, Anne Vakkala ja Annika Viilo**,

Lisäksi Suomen Aikuisurheiluliitto valitsi Inkeri Janhusen Vuoden naisurheilijaksi ja Vuoden kestävyysjuoksijaksi.



Valtaosa palkituista ehti kauden 2016 päätösjuhlaan, joka järjestettiin Kahvisalongissa 10. joulukuuta.

## Toimitsijapalkinnot 2016

Toimitsijat ovat Kunto-Pirkoille tärkeitä, joten seura haluaa kannustaa ahkeraa toimitsijakaartiaan. Johtokunta palautti kolmen vuoden tauon jälkeen toimitsijapalkinnot vuosittain jaettaviksi.

Vuoden kuntopirkkalainen -tunnustus myönnetään ansiokkaasta puurtamisesta, joka ei yleensä pääse valokeilaan.

**Vuoden kuntopirkkalainen 2016**

**Jorma Ojen**



Jorma Ojen (oik.) koodasi ykköspalkinnon arvoisesti Kunto-Pirkkojen ilmoittautumisjärjestelmiä. SM-viestien 4 x 1 500 metriltä Ojen sai hopeaa Voitto Jetsosen (vas.), Ensio Lehtosen ja Jaakko Mäkisen (ei kuvassa) kanssa.

Vuoden toimitsijaksi johtokunta arvioi henkilön, joka on erityisen ahkerasti osallistunut kilpailutapahtumien rakentamiseen ja muihin järjestelyihin.

**Vuoden toimitsija 2016**

**Kari Hyssi**

Kummankin toimitsijapalkinnon voi saada vain kerran. Kumpaakaan tunnustusta ei voi saada johtokunnan tai valiokunnan jäsen tai johtokunnan varajäsen.

**Aino Berg** ja **Marja-Leena Valtonen** saivat SAULin hopeisen ansiomerkin (vähintään kymmenen vuoden ansiokkaasta seuratoiminnasta). **Hannu Kaskinen** sai SAULin pronssisen ansiomerkin (viiden vuoden ansiokkaasta seuratoiminnasta).

## Neljä uutta kunniajäsentä ja ensimmäinen kunniapuheenjohtaja

Kunto-Pirkkojen syyskokous (27. marraskuuta 2016) valitsi neljä uutta kunniajäsentä:

**Matti Ala-Nikkola** (numero 35)

**Eino Hildén** (36)

**Pentti Kaivanto** (37)

**Pentti Nieminen** (38)

Lisäksi syyskokous valitsi Kunto-Pirkkojen ensimmäiseksi kunniapuheenjohtajaksi **Tapio Lindroosin**, joka toimi seuran puheenjohtajana 2005–2015.



## Inkeri Janhunen ja kuusi miestä kansainväliselle tasolle

**Inkeri Janhusen** (75) 800 metrin aika (3.18,45) on sekä vuoden 2016 paras kuntopirkkalaistulos että Kunto-Pirkkojen 36-vuotisen tilastoidun historian paras tulos. Näin kertoo seuran tilastovastaava **Pentti Nieminen**, joka antaa tuloksesta 1 127 pistettä. Niemisen ikäkertoimiin perustuva ranking valmistui jo 23. kerran.

Miehistä kuusi yksi kansainvälisen tason tulokseen: **Seppo Kykkänen** (58) puolimaratonilla 1.18.23/1 092 pistettä; **Toivo Lehtinen** (75) kuulantynnössä 13,05/1 044; **Jouko Nikula** (62) vauhditonta pituutta 291/1 040; **Timo Koivuaho** (68) puolimaratonilla 1.29.34/1 025; **Aatos Sainio** (91) pituutta 307/1 010 ja **Ahti Finning** (68) 800 metrillä 2.34,74 eli tasan tuhat pistettä. Mestaruusluokan miehiä on kahdeksan ja mestarinaisia kuusi.



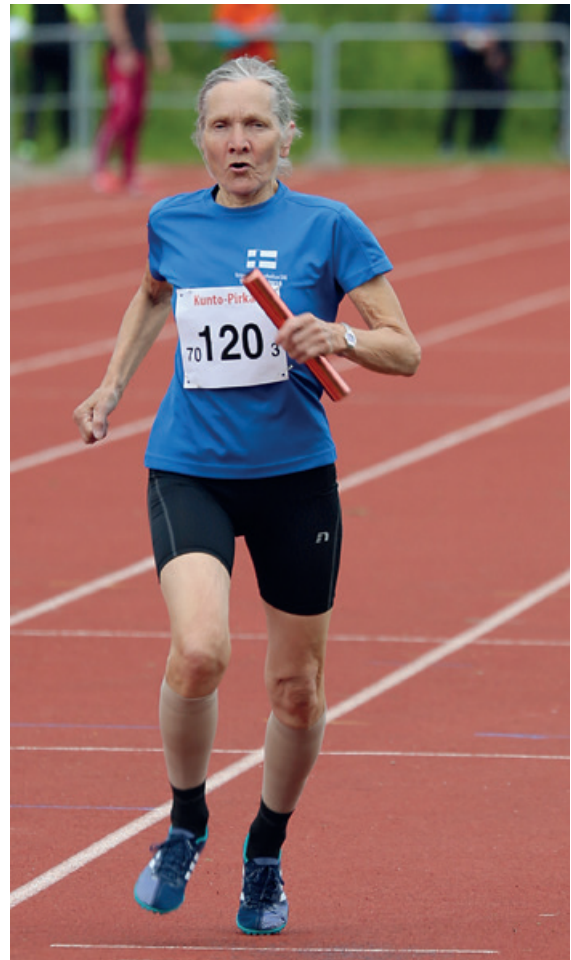
© Anne Aiomaa

Seppo Kykkänen

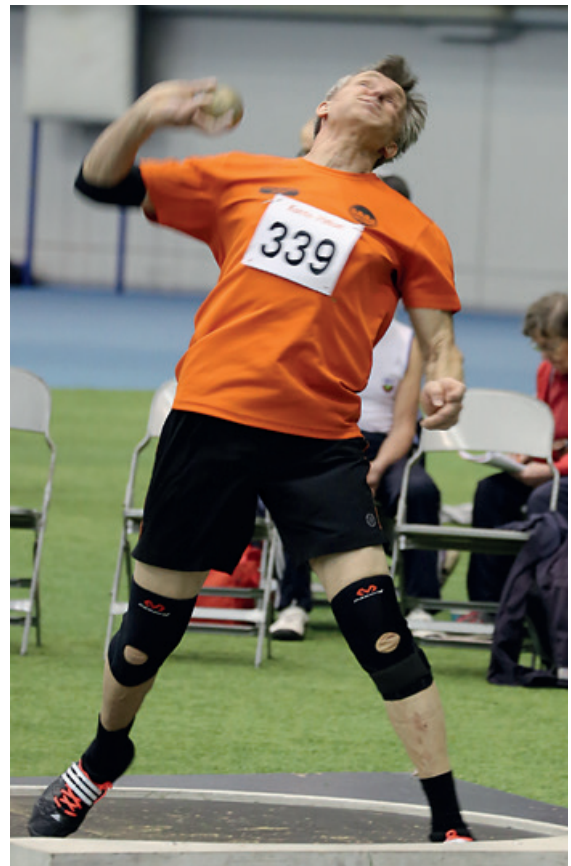


© Anne Aiomaa

Jouko Nikula



Inkeri Janhunen



Toivo Lehtinen



Timo Koivuaho



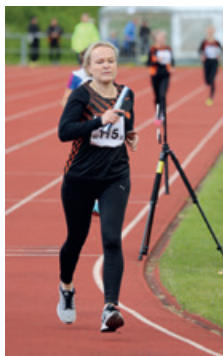
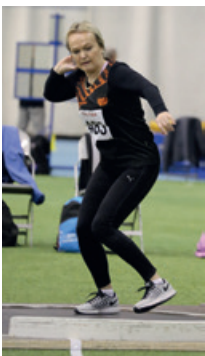
Aatos Sainio

© Anne Aronmaa



Ahti Finning

## Toini Nousiainen nousi pisteykköseksi



Toini Nousiainen työntää, juoksee ja hyppää – tuloksetkaasti.

1. Toini Nousiainen	68,34
2. Jouko Nikula	52
3. Mirja Mäntylä	47
4. Inkeri Janhunen	44,42
5. Rauha Ervalahti	44
6. Anne Ahvenjärvi	40,24
7. Heidi Haapasalo	37,34
8. Anne Vakkala	37
9. Hannu Puttonen	34
10. Kalevi Kytölä	33,75
10. Reijo Häyrinen	33,75

**Kunto-Pirkkojen SM-pistevoittajaksi** 2016 nousi huippupisteillä N60-sarjan Toini Nousiainen, joka ahkeroi vähintään kiitettävästi. Nousiaiselle kertyi pisteitä erityisesti hyppääjänä ja heittäjänä, mutta myös pikajuoksijana, hiihtäjänä ja ottelijana.

Enemmistö 11 parhaasta kasvatti vuoteen 2015 verrattuna pottiaan vähintään viidellä pisteellä:

Nousiainen, Inkeri Janhunen, Rauha Ervalahti, Anne Ahvenjärvi, Heidi Haapasalo, Anne Vakkala, Hannu Puttonen ja Kalevi Kytölä.

Vuoden 2016 ja 2015 parhaat ovat käytännössä yhtä hyviä. Vuoden 2015 kärki eli Jouko Nikula ja varsinkin **Tarja Kailajärvi** kärsivät loukkaantumisista 2016. Taso on vieläpä nousussa, jos ottaa laskuihin 20 parhaan pistemäärän. Se oli vuonna 2016 vähän kovempi (690,5) kuin edellisvuonna (674,5).

Kärki on nyt naisvaltainen. Yhdentoista kärjessä kuusikymmppisten ikäluokkaa edustavat Nousiaisen lisäksi Nikula ja Kytölä. 55-ikäsarjan urheilijoita ovat Vakkala, Puttonen ja Häyrinen. Mäntylä ja Ervalahti ovat N70-sarjaa. Janhunen juoksi ensimmäistä vuotta N75-sarjassa, samoin Ahvenjärvi N50-sarjassa ja Haapasalo N45-sarjassa.

[www.kuntopirkat.fi](http://www.kuntopirkat.fi) >yleisurheilu >ranking

## Kunto-Pirkat, paras 31 kertaa 36:sta

Kunto-Pirkat voitti Suomen Aikuisurheiluliiton (aiemmin Suomen Veteraaniurheiluliitto) parhaan seuran palkinnon myös vuonna 2016, jo yhdeksännen kerran peräkkäin. Seuran 36-vuotisessa historiassa vain viisi kertaa voittomalja on mennyt niin sanotusti väärään osoitteeseen.

Vuonna 2016 Kunto-Pirkat keräsi SAULin virallisen laskelman mukaan 1 574 pistettä, josta miehet 888 ja naiset 686 pistettä. Seuran pisteosuus kaikista jakoon tulleista Aikuisurheiluliiton SM-pisteistä on valtava: 10,5 prosenttia.

**Kunto-Pirkkojen voitto** oli selvä, sillä viime vuosina kovimmaksi kilpailijaksi noussut Jyväskylän Kenttärheilijät hankki 1 426 pistettä. Muut jäivät kauaksi, sillä kolmoseksi yltänyt Varsinais-Suomen Veteraaniurheilijat sai 971 SM-pistettä.

Sekä KP:lle että JKU:lle vuoden 2016 pisteet lienevät ennätyselliset – epävarma ilmaisu siksi, kun luotettava historia puuttuu. Perimätiedon mukaan takavuotena SM-pisteet laskettiin siten, että voittaja sai seitsemän pistettä, vaikka olisi ollut ainoa suorituksen tehnyt. Silloin pisteitä ropisi turhan helposti.

Nykyinen SM-kilpailujen pistelasku on järkevä. Jos osallistujia on kuusi tai enemmän, voittaja saa seitsemän pistettä ja sijoista 2.–6. pistelasku etenee: 5–4–3–2–1. Jos osallistujia on vähemmän kuin kuusi, voittaja saa aina kaksi pistettä enemmän kuin toiseksi paras. Lajinsa ainoa kilpailija saa voittosuorituksestaan kaksi pistettä.

**Kunto-Pirkat oli SAUL-laskelman** mukaan 16 osakilpailusta paras vapaan tyylin hiihdoissa, maastajuoksussa, tiekympillä ja rullailuissa. Seurassa on siis kestävyyslajien valioita sekä kesä- että talvilähtöihin.

SM-pistekilpailun kannalta olennaista on kuitenkin pärjääminen kahdessa selvästi isoimmassa kilpailussa eli yleisurheilun hallikilpailuissa sekä kesän rata- ja kenttäkisoissa.

Seura sai kaiketi – epävarma ilmaisu siksi, kun luotettava historia puuttuu – parhaan SM-pistetuloksensa niin hallikisoista, maastajuoksuista, rata- ja kenttäkisoista, tiekympiltä kuin rullahiihdoista. JKU oli vain vähän parempi kahdessa ratkaisevassa mittelössä.

**Kunto-Pirkat järjesti taas SM-hallikisat 2016** ja sai sinne hienosti omia urheilijoitaan. Kauas on kuitenkin lapsiperheen vanhemman hankala lähteä, varsinkin kolmen päivän reissuun.

Kun KP-miehet keräsivät hallin hyppylajeista 102,5 pistettä, kesäkisoissa saalis jäi 37,5 pisteeseen. Iso osa hallissa edukseen esiintyneistä alle viisikymppisistä jäi elokuussa lähtemättä lisälmen kolmepäiväisiin kisoihin. Vanhojen keinojen rinnalle tarvitaan uusia ratkaisuja.



Kaksi menestyjää menestystapahtumassa: N45-sarjan Heidi Haapasalo ja Sirra Toivonen Kangasalla 11.6. SM-viesteissä.



# DEXTRA

Urheilu- ja tapaturmaklinikka

AKUUTIT VAMMAT • RASITUSVAIVAT • ASTMA • ALLERGIA  
RAVITSEMUSASIAT • PÄÄN VAMMAT • URHEILUPSYKOLOGIN PALVELUT

[dextra.fi](http://dextra.fi)



## Hiihtomenestys vaatii hiihtäjiä ja lunta

Oikuttelevat talvet kaikesta päätellen pysyvät oikuttelevina, mikä tuskastuttaa talvilajien harrastajia. Aikuisurheiluliiton SM-hiihtokilpailuissa hiihtäjien määrä vähenee.

Kunto-Pirkat oli 2016 selvästi paras Aikuisurheiluliiton hiihtoseura. Tampereen Kaupin SM-hiihdoista järjestäjäseura rohmusi 135 SM-pistettä eli neljäsosan pistepotista ja enemmän kuin kolme seuraavaksi parasta seuraa yhteensä. Menestystä verotti lähinnä se, että harvassa SM-hiihtostartissa oli täydet pistemahdollisuudet eli vähintään kuusi hiihtäjää. Vapaan tyylin SM-sivakointi Kaupissa innosti kovimmin 60–74-vuotisia miehiä.

Onneksi SM-rullahiihdot vastaavasti lisäävät suosiotaan vuosi vuodelta. Vuoden 2015 SM-rullahiihdoista kertyi 121 suoritusta, vuonna 2016 jo 151.

Rullailuista Kunto-Pirkat sai 110 SM-pistettä (rullahiihto 77, -luistelut 33) eli saman verran kuin kakkos- ja kolmosseura yhteensä.

**Tytti Pelkonen** kuului Kunto-Pirkkojen ykköshiihtäjiin vuonna 2016. Hän voitti ylivoimaisesti kotikisoissa viisikymppisten naisten sprintin ja pitkän matkan sekä Kotkassa hopeaa perinteisellä tyyllillä. Pelkonen ei pelännyt edes juoksua, sillä hän juoksi myös SM-viesteissä.

Hiihtoliiton veteraanikilpailut keräävät selvästi enemmän hiihtäjiä kuin SAUL-hiihdot. Vaan Kunto-Pirkkojen parhaat pärjäävät myös Hiihtoliiton kisoissa. Tytti Pelkonen saavutti Vuokatin MM-veteraaniihidoissa pronssimitalin niin 10 kuin 30 kilometrin matkoilla, perinteisellä tyyllillä. Lisäksi Pelkonen voitti Pirkan hiihdon (N45/90 km), Pirkan soudun 32 kilometrin yksikkökisan ja Tuusulanjärvellä kymmenen kilometrin SM-soudun jne.

Rullailuissa Kunto-Pirkkojen N40-kolmikko (**Maria Viitahalmes**, **Sirra Toivonen** ja Tytti Pelkonen) hiihti 7,2 kilometrin matkalla parhaan joukkueajan, myös miesjoukkueet mukaan laskien.

**Kunto-Pirkkojen hiihtäjät** aloittivat syyslokakuussa rullahiihtokilpailujen järjestämisen Kaupissa. Kumppaniksi tuli toinen virkeä paikallinen rullahiihtoseura eli Tampereen Maratonklubi.

KP ja TreMK sekä aiemmilta vuosilta kisajärjestäjinä tutut Lempäälän Kisa ja Sääksjärven Loiske järjestävät vuoden 2017 alussa lähes joka viikko iltahiihtokilpailut – jos sitä lunta saataisiin.

Ja tänäkin vuonna Kunto-Pirkat järjestää SAULin SM-hiihdot, nyt perinteisen tyylin kisat, 21.–22. tammikuuta.



Harri Mäkelä voitti Kaupissa M65-sarjan sprintin ja Väinö Pääkön kanssa parisprintin.



Tytti Pelkonen rullahiihti selvän SM-voiton sekä sprintissä että 7,2 kilometrillä.

## Luistelut edelleen Pyynikillä, rullailut Nokialla

Kunto-Pirkat järjesti aikomansa kolme Suomen Luisteluliiton kilpailua 2016, vaikka talvisää, kuten vesisade, jo totutusti koetteli luistelijoita.



Vuoden 2016 Kunto-Pirkkojen paras naisluistelija Anne Haanpää SE-vauhdissa.

Heti talven ensimmäisissä kilpailuissa **Anne Haanpää** luisteli 55-vuotiaiden naisten Suomen ennätyksen sadalla metrillä (13,65) – hokkareilla ja toppatakissa, kun pakkasen koetteli.

Perinteinen Pyynikin kymppi järjestettiin hyvässä säässä ja jäässä, mutta vain seitsemän luistelijaa kiersi rataa 30 kierroksen verran.

Kunto-Pirkoilla oli Hervannassa jäähallivuoro tiistaisin alkusyksystä vuoden loppuun ja myös keväällä, kun luonnonjäällä luistelu ei onnistunut. Hervannassa harjoitteli säännöllisesti kymmenkunta kuntopirkkalaista.

Jyväskylän SM-luisteluissa kävi 11 kuntopirkkalaista. Mitaleita tuli 11, mutta Kunto-Pirkat jäi pistekisassa kolmanneksi.

**Tälle kaudelle** on suunniteltu samat harjoituskilpailut kuin vuosi sitten.

Kunto-Pirkat järjestää neljän vuoden tauon jälkeen myös Aikuisurheiluliiton SM-luistelut, 18. helmikuuta, tietysti Pyynikillä.

Tampereen Sorsapuistoon on päätetty rakentaa tekojää, mutta rakentamisesta syntyi oikeusprosessi, joka jäädytti hankkeen käynnistämisen. Tekojääratahankkeesta ei ole uutisoitu vähään aikaan, ja hiljaisuus on urheiluasioissa yleensä huolestuttava merkki.

**SM-rullailujen järjestäminen** näyttää vakiintuneen Kunto-Pirkoille. Paikaksi näyttää vakiintuneen Nokian Renkaiden testirata, jossa rullailtiin neljännen peräkkäisen kerran. Rullaluisteluosasto kertyi 51. Järjestäjaseuran luistelijat olivat SM-pisteissä kakkosia. Kunto-Pirkkojen ansioituneimmat rullailijat olivat naisia: **Maria Viitahalmes** (N40) ja **Sirra Toivonen** (N45) voittivat sekä sprinttiluistelun että niin sanotun pitkän luistelun (sekä hiihdon N40-joukkuekullan ja hopeat kahdella hiihtomatalla). Anne Haanpää otti kaksi kultaa N55-sarjan luisteluista ja kolmannen N55-hiihtojoukkueessa. Hiihtäjänä Haanpää hiihti sprinttihopeaa ja pidemmältä matkalta pronssin.



Tampereen Pyrinön Seppo Mannila (oik.) nostaa M65-sarjan sprinttivoittajan eli Pasi Kiansténin käden ylös. Toiseksi rullaluisteli Oulun Tarmon Johannes Leppänen.

## Salakilpomuksia kaikki tyynni

Savolainen murrenana "kilpomus" tarkoitti alun perin hevosta, jonka ravurinvietti syttyi heti, kun naapurin ruuna änkesi rinnalle. Kilpomus on laajentunut kuvaamaan ihmistä, joka haluaa olla aina muita parempi. Pitää kokeilla, mistä nostaisi isomman kalan kuin kaveri tai millä velipojan saisi ensin säntäämään saunasta järveen.

**Kun olen ollut** vuoden Kunto-Pirkkojen jäsen, osallistunut toimitsijahommiin ja hieman kilpaillut, olen löytänyt uuden kilpomustyyppin. Iso osa aikuisurheilijoista on puhtasverisiä salakilpomuksia. Kas näin käyttäytyä salakilpomus: Kun seurasta soitetaan, että lähdetkö kilpailuihin, ensin ollaan vastahankaisia: "Emmää ny tiärä, kun polvi on niin kipee" tai "Arvaako tässä, kun en oo kolmeen viikkoon lenkillä käyny". Kenties jopa: "En määhä haluu kenenkään paikkaa autossa viärä." Jaarittelun jälkeen myönnätään: "No, jos määhä tuun, kun en oo ottanu muuta kalenteriin, oon vaan ottanu soittoos." Menomatalla kerrataan vaivat ja vastoinkäymiset sekä huokaistaan, että varmaankin kilpailu jää kesken. Kilpailupaikalla iloitaan tuttuja tapaamisesta, mutta korostetaan, kuinka huonossa kunnossa ollaan. Lähtöviivapuheiden perusteella voisi olettaa, että kukaan ei selviä hengissä, saati voittajana maaliin. Kun sitten kilpailu julistetaan alkaneeksi, tapahtuu ihme. Haudan partaalla keikkuneet ovat yhtäkkiä mitä terveimpiä ja voitontahtoisimpia! Piirinmestaruuspronssista kamppaillaan yhtä rajusti kuin olympiakullasta.

**Taiston tauottua iloitaan**, että tuli lähdettyä. Kokemuksia vaihdetaan vilkkaasti, ja kahvikupposen äärellä maailma hymyilee.

Sitten pirautetaan entiselle työkaverille: "Juu, määhä juuri tulit ässämmistä...noo, määhä sain hopeaa...ei meitä ollu kun kymmenkunta..." Seuraavana päivänä lähdetään lenkille. Niinhän ne kilpakumppanitkin tekevät, ja onhan tässä parit kilpailut tälle vuodelle. Pitäisi vähän ennätystä parantaa.

**Tunnistittekko itsenne?** Ei haittaa, sillä arvostan salakilpomuksia paljon enemmän kuin suunsoittajia, joilla ei tosipaikassa liiku järki eikä jalka. Kuppilassa istuu uhoaja, joka lyö 30 kilon ylipainostaan huolimatta vetoa puolimaratonin juoksemisesta. Aikuisurheiluseurassa kumpikin voisi näyttää pystymisensä. Lenkkiryhmässä ylipainon saisi vuodessa puolitettyä, ja sitten puolikas taittuisi omaan tahtiin. Toinen voisi toteuttaa poika-aikojen unelmansa: opetella moukarinheiton. Keskuudessamme olisi taas kaksi uutta salakilpomusta, sillä urheilemisella on taipumus haihduttaa ihmisen ylimääräiset sauhut taivaan tuuliin. Liekki palaa entistä kirkkaammin ja puhtaammin.



Kilpomus itse: Antti-Pekka Sonninen

# Kuntopirkkalaisten arvokisamenestys 2016



Aikuisurheiluliiton SM-kilpailut 2016	Kulta	Hopea	Pronssi	Sija 4.-6.	Muu sija	Yht.
17.1.2016 vauhdittomat hypyt, Helsinki	5	9	11	14	11	50
30.-31.1. perinteisen tyylin hiihdot, Kotka	7	4	2	2	3	18
14.2. pikaluistelut, Jyväskylä	2	6	3	7		18
20.-21.2. yleisurheilun hallikisat, Tampere	33	16	33	67	35	184
12.-13.3. vapaan tyylin hiihdot, Tampere	18	11	4	4	4	41
16.4. puolimaraton, Jyväskylä	2	1	1	6	7	17
7.5. maastojuoksut, Vöyri	6	3	2	5	15	31
11.6. viestijuoksut, Kangasala	16	7	9	6		38
18.-19.7. moniottelut, Äänekoski		1	2	2		5
5.-7.8. yleisurheilut, Iisalmi	30	24	22	49	15	140
28.8. tiejuoksu 10 km, Tampere	8	3	6	12	20	49
3.9. maraton, Pyhtää		1		1		2
11.9. tiekävelyt, Helsinki	2	1				3
11.9. rullahiihdot ja -luistelut, Nokia	21	13	5	5	6	50
24.9. heittoviisiottelu, Kangasala	1	2	2	6	4	15
6.10. halliviisiottelu, Jyväskylä	1	2	1	2		6
<b>Yhteensä:</b>	<b>152</b>	<b>104</b>	<b>102</b>	<b>188</b>	<b>120</b>	<b>661</b>
29.3.-3.4. <b>EM-halli</b> , Italia, Ancona		4	1	8	1	14
1.-3.7. yleisurheilun <b>PM</b> : Tanska, Odense*	9	2	7	2	2	22
26.10.-6.11. yleisurheilun <b>MM</b> : Australia, Perth*	3		1	3	7	14
<b>SM- ja kansainväliset arvokilpailut yhteensä:</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>9</b>	<b>13</b>	<b>10</b>	<b>711</b>

\* Suomen viestijoukkuejäsenet eivät mukana

HART-SPORT

SUOMALAISTA VOIMAA JA ENERGIAA!

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

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

## Inkeri ennätysnainen

Vuonna 2016 Kunto-Pirkkojen naiset kohensivat seuraennätystä ainakin 16 kertaa, miehet seitsemästi. Selvä ykkönen myös ennätystilastossa on N75-sarjan **Inkeri Janhunen**, joka teki Kunto-Pirkkojen seuraen-

nätyksen sileillä juoksumatkoilla, sadasta metristä kymmeneen kilometriin: kahdeksan kappaletta! Näistä ajoista viisi on Suomen ennätysiksi: 200 m, 400 m, 800 m, 1 500 m ja 10 km tiejuoksu.

Tilastot sen todistavat: Janhunen on ikäsarjassaan ylivoimainen

	100 m	200 m	400 m	800 m	1 500 m	3 000 m	5 km	10 km
Inkeri Janhunen 2016	18,14	<b>36,82</b>	1.24,46	3.18,45	6.47,40	14.38,49	26.06,0	<b>51.46</b>
KP-ennätys 31.12.2015	21,69	44,29	2.09,42	...	...	...	...	...
SE 31.12.2015	18,51	38,88	1.29,66	3.28,19	7.59,30	15.57,12*	36.28,79 (rata)	1.09.50,67

Inkeri Janhusen viralliset SE-ajat N75-sarjassa ovat 400 m: 1.25,31; 800 m 3.19,52 ja 1 500 m 6.53,82.

...Tulosta ei ole tehty tai tieto puuttuu.

\*SE-tilasto 7.12.2016

Kaikki Janhusen ajat siis alittavat reilusti voimassa olleen SE-ajan. Kansainvälistä käytäntöä noudattava **Georg Dunkel** hyväksyy Suomen ennätysiksi vain tulokset, joiden tekijä on täyttänyt kyseisen sarjan alaikärajan. Pentti Nieminen noudattaa kalenteri-ikä sääntöä, joten seuraennätys on joissakin lajeissa parempi kuin suomenennätys.



Inkeri Janhunen voitti Australian Perthin MM-kisoissa N75-sarjan 400, 800 ja 1 500 metriä sekä pronssia 200 metrillä ja kaksi viestihopeaa N70-sarjan Suomen joukkueessa.

Myös **Toini Nousiainen** oli ennätysvauhdissa: N60-sarjaan tuli häneltä neljä seuraennätystä: 60 metrin aitajuoksussa (13,76), pituushypyssä (361), kolmiloikassa (7,41) ja halliviisiottelussa (2 811).

**Pentti Niemisen** tilastointi kertoo, että **Toivo Lehtisen** kuulatulos M75-sarjassa 13,05 on sekä seuraennätys että kovan luokan kansainvälinen tulos. Tässä sarjassa kuula painaa neljä kiloa.

**Aatos Sainiolla**, 91, on kaksi Suomen ennätystä vuodelta 2016: 100 metriä 20,15 ja pituutta hallissa 307 senttiä. Jälkimmäinen on myös Euroopan ennätystulos M90-sarjassa.

**Anne Vakkala** (N55) aitoi 60 metriä 11,02. **Mirja Mäntylällä** on seiväshypyssä jo viiden perättäisen

ikäsarjan ennätysputki, kun hän ylitti viime vuonna N70-sarjassa 135 senttiä.

**Jorma Pirinen** teki halliviisiottelussa 3 239 pistettä eli komean seuraennätyksen M75-sarjassa. Uutena nimenä seuraennätystilastoon juoksi **Timo Koivuaho** M65-sarjan puolimaratonilla 1.29.34.

**Kolmikymppiset** eivät edelleenkään viihdy veteraanikilpailuissa. **Päivi Saari** oli vuonna 2016 se myönteinen Kunto-Pirkkojen poikkeus nuorimmassa naisikäsarjassa. Hän juoksi 60 metriä 9,44 sekunnissa ja hyppäsi pituutta 440 sentin päähän.

**Topi-Pekka Kuusjärvi** (s. 1985) paransi nimissään olleita kahta seuraennätystä. Korkeusrima ylittyi 160 sentissä ja kuula lensi 10,92 metriin. Kolmekymppiset työntävät yleisen sarjan kuulaa (7,260 kg).

## Pääkkönä ladulle



Väinö Pääkkö (M65) Kaupin SM-laduilla (12.–13.3.2016): kulta pitkällä matkalla, kulta **Harri Mäkelän** kanssa parisprintissä ja viides sija sprintissä.

**Väinö Pääkkö** on taas hiihtokunnossa. Tähtäimessä ovat vuoden 2017 Aikuisurheiluliiton SM-kilpailut Pääkölle uudessa M70-sarjassa. Pertsat ei ole Pääkön paras hiihtotapa, mutta Kaupin perinteisen tyylin hiihtokisoissa (21.–22.1.) hän tähtää mitaleille.

- Kruunupyyn vapaalla pitäisi tulla voitto, samoin syksyn rullakisoissa. Mahdoinko sanoa liian ruusuisesti...

Syyskuun 2016 SM-rullahiihdot jäivät Pääköltä väliin, kun hän kaatui vetotreenissä rullasuksilla selälleen siten, että oikeasta lapaluusta irtosi kolme senttiä luuta. Kirurgit harkitsivat leikkausta, mutta onneksi päätivät kokeilla hyvälihaksiselle miehelle jumppautusta. Harjoittelutaukoa tuli pari kuukautta.

**Kunto-Pirkkoihin Pääkkö** tuli noin 20 vuotta sitten, kun **Matti Rajamäki** houkutteli hänet Sääksjärvelle hiihtokilpailuihin.

- Vähän arvelutti, kun en kuulunut mihinkään seuraan. Voitin viisikymppisten sarjan, ja kuulin ihmisten kuiskuttelevan, että kuka se toi on. Illalla **Hildénin Eino** soitti ja kehotti liittymään Kunto-Pirkkoihin. Siitä se lähti.

Pääkkö on viihtynyt Kunto-Pirkoissa, kun kavereiden huumori on hurttia. Mies on hiihtämisen lisäksi täydentänyt seuran viestijuoksu- ja tiejuoksuporukoita. Toimitsijanakin Pääkkö on ahkeroinut, vaikka on asunut Hämeenkyrön Kyröskoskella vuodesta 1976.

Viime vuosina Pääkön suksi on luistanut aiempaakin paremmin. Hän selittää menon paranemista sillä, että kaverit ovat kannustaneet harjoittelemaan. Kun Pääkkö liittyi joitakin vuosia sitten Kankaantaan Kisaan, hän alkoi käydä myös Hiihtoliiton kisoissa. Nousua on siis sekä treeni-että kilpailumäärissä.

Oikulliset talvet ovat jo pitkään tuskastuttaneet hiihtäjiä. Niinpä Pääkkö on ottanut tavakseen hiihtää Lapin Äkäslompolossa viikoilla 47 ja 48, joskus myös kevään loppulumilla.

**Pääkkö tuli Tampereelle 1967** Pyhännästä, kun sieltä ei löytynyt töitä. Tampereella VR koulutti rautatietöihin, ja 40 vuoden jälkeen Pääkkö jäi eläkkeelle konduktöörin työstä.

Pääkkö kertoo hiihtäneensä jo nuorena Pohjois-Pohjanmaan kisoissa. Sitten tärkeimmäksi tuli perheen perustaminen. Lapsia on kaksi, ja neljästä lapsenlapsesta vanhin opiskelee ammattikorkeakoulussa.

Oman urheilunsa lisäksi Pääkkö harrastaa lastenlastensa urheilua autonkuljettajana ja talkoilijana. Tyttärentyttö pääsee vaarinsa kyydissä joskus jopa viidesti viikossa Hämeenkyröstä Ylöjärven jäähalliin taitoluisteluharjoituksiin. Myös pojantytön jalkapalloseura saa talkooapua. Pääkkö on Oulun leveysasteilla melko tavallinen sukunimi, mutta Väinö Pääkkö tietää, että Pirkanmaalla pääköksi kutsuminen ei ole kehu.

- Olen saanut kuulla olevani itsepäinen ja myönnän semmoinen olleeni muun muassa kunnallispolitiikassa ja ammattiyhdistystoiminnassa.

## Seurapuserot seuralta, housut Nonamelta

Kunto-Pirkkojen logolla varustettuja puseroita (kuva, mutta logo mustapohjaisena) on erikokoisina seuran toimistolla. Hinta on **60 euroa**. Seura-asun **housujen** monet mallit ovat sovitettavissa ja ostettavissa Noname-myyntikonttorilla (Satamakatu 26) **34 eurolla**. Kunto-Pirkkojen logollinen, **hihaton paita** maksaa **33 euroa**. Seura tekee uuden yhteistilauksen Nonamelta, kun saa jäseniltä vähintään 20 tilausta.

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



## Hallitreenikortit Tapiolta

Tapio Lindroos välittää Pirkkahalliin seurakortteja. Kortilla voi treenata mielin määrin kevätkauden loppuun asti. Kortin hinta – 35 euroa – vahvistaa kaupungin taloutta.

Asu- ja hallikorttiedustelut Tapiolle: 0500 773 023.



# JSPORT

Uusi myymälä avataan 9.1.2017!

Avajaisviikolla paljon huipputarjouksia!

Esim. erä Madshus Redline alkaen 199€

## TERVETULOA!

VÄLINEET \* VOITELUT \* HIONNAT



Elovainiontie 18, 33470 YLÖJÄRVI, puh. 050 56 88 570, [www.jsport.fi](http://www.jsport.fi)

## Näin maksat ja ilmoittaudut

**Kunto-Pirkkojen jäsenmaksu** vuodelta 2017 on 30 euroa. Se maksetaan Kunto-Pirkkojen-tilille **FI49 5732 2620 0560 85**. Maksulomake on tämän lehden välissä.

**Kunto-Pirkat ilmoittaa jäsenensä ja maksaa** jäsenten osanottomaksut muiden seurojen järjestämiin SM-kisoihin.

Seura toivoo, että **kuntopirkkalaiset ilmoittautuvat Kunto-Pirkkojen järjestämiin SM-kisoihin seuran nettisivujen ilmoittautumislomakkeilla itse.**

**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](mailto:kauko.hoysniemi(at)kuntopirkat.fi)

**hiihdossa** Aino Bergille (040 770 6697) tai [aino.berg\(at\)live.fi](mailto:aino.berg(at)live.fi)

**luistelussa** Riitta Lehtoselle (050 595 0964) tai [rhlehtonen\(at\)gmail.com](mailto:rhlehtonen(at)gmail.com)

(*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.**

**Näistä seura perii seuraavat (nousseet) omavastuut: kuljetusmaksu 15 euroa** (meno-paluu), **yhden yön majoitus 25 euroa, kahden yön majoitus 35 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 **varmistaa** SM-kisoissa osallistumisensa joko **itse tai pyytää** esimerkiksi **joukkueenjohtajaa** hoitamaan varmistamisen. Joukkueenjohtaja varmistaa viesti- ja joukkuekilpailujoukkueet.

**Seura tiedottaa ajankohtaisista asioista nettisivuillaan** ([www.kuntopirkat.fi](http://www.kuntopirkat.fi)) ja Aamulehden Seurat-palstalla, kilpailuista myös SAULin nettisivuilla ([www.saul.fi](http://www.saul.fi)) ja Ikiliikkuja-lehdessä. Kunto-Pirkat toimii myös Facebookissa.



Kunto-Pirkat näkyy medioissa varsin hyvin.

## Hermolihashieroja Eero Sointu

Tarjous kuntopirkkalaisille 31.3.2017 asti:

**45 min. hermolihashieronta 35 € (50 €) yksi kerta/henkilö**

Ajanvaraus 040 961 2368 [www.sensopoint.com](http://www.sensopoint.com) Trikookuja | A Tampere

## Uusi mitalisti lähes joka ikäryhmään

Menestys vaatii vankan pohjatyon lisäksi uusiutumista. Kunto-Pirkkojen uusiutumisesta kertoo hyvää, että menestysvuonna 2016 Kunto-Pirkkojen väreissä urheili runsaasti uusia ja todennäköisesti myös tulevia mitalisteja. Ainakin seuraavat kuusi naista ja yhdeksän miestä ottivat kuntopirkkalaisina ensimmäisen Aikuisurheiluliiton henkilökohtaisen SM-mitalinsa (suluissa noin yksi saavutus).

**N30 Päivi Saarilahti** (hallipituuspronssi), **N40 Virpi Hannuksela** (pituushopea), **N50 Annika Viilo** (800 m ja 1 500 m kullat), **N55 Anne Aromaa** (1 500 m hopea), **N75 Anneli Kärkkäinen** (perinteisen tyylin hiihtohopea) ja **Ritva af Ursin** (kiekkopronssi).

Huippusuunnistaja Annika Viilo löysi itsensä 2016 useasti SM-veteraanijuoksujen ykköspaikalta.

**M35 Pasi Kytölä** (vauhdittomat pituus- ja kolmiloikkahopeat), **M40 Tomi Ryynänen** (kymmenotteluhopea, 60 m aitajuoksun hallihopea), **M45 Kai Koskinen** (400 m kulta) ja **Marko Leppämäki** (kaksi rullahiihtohopeaa), **M50 Juha-Pekka Hirsimäki** (moukaripronssi) ja **Antti-Pekka Sonninen** (kävelystä 3 000 m hallihopea ja 5 000 m ratapronssi), **M60 Kimmo Eerola** (300 m aitajuoksupronssi) ja **Hannu Heino** (keihäshopea) sekä **M65 Antti Autere** (vauhditon korkeuspronssi).

Seura sai siis tuoreen mitalistin joka ikäryhmään 30–75, poikkeuksena 70-vuotiaat.



## Kestävyydsjuoksu kestää ykköslajina

SM-pisteet 2016 lajiryhmittäin

Lajiryhmä	Miehet	Naiset	Yhteensä	%	2015	2014	2013
	2016	2016	2016				
kestävyydsjuoksut	209	168	377	24,0	300	358	299
hypy	208	108	316	20,1	297	231	186
pikajuoksut	134	138	272	17,3	210	176	178
heitot	110	122	232	14,8	200	271	138
vapaan tyylin hiihto	124	89	213	13,6	159	32	91
luistelu	39	23	62	3,9	72	86	88
hiihto, perinteinen	13	25	38	2,4	77	36	183
kävelyt	26	10	36	2,4	16	30	29
moniottelut	21	3	24	1,5	17	20	5
<b>yhteensä</b>	<b>884</b>	<b>686</b>	<b>1 570</b>	<b>100</b>	<b>1 348</b>	<b>1 240</b>	<b>1 197</b>

Vuoteen 2015 verrattuna kestävyysjuoksijat kasvattivat myös suhteellista pisteosuuttaan. Vapaan tyylin hiihto, joka sisältää myös rullahiihdon, ja pikajuoksut ovat isoista ryhmistä isoimmat nousijat. Luistelu jatkaa luisuaan.



## Kunto-Pirkat järjestää kuudet SM-kilpailut vuonna 2017

Alla ne kansainväliset arvokilpailut, Suomen Aikuisurheiluliiton SM-kilpailut ja Kunto-Pirkkojen kilpailut 2017, jotka tiedettiin tammikuun alussa.

**Tarkista mahdolliset muutokset:** [www.kuntopirkat.fi](http://www.kuntopirkat.fi)

15.1.2017 vauhdittomat SM-hyppy, Jyväskylä

18.1. hiihto-cup (v), Sääksjärvi, Kunto-Pirkat

18.1. Pyynikin luistelukymppi, Kunto-Pirkat

19.1. hallikilpailut, Kunto-Pirkat

**21.–22.1. perinteisen tyylin SM-hiihdot, sprintit ja pitkät matkat, Kunto-Pirkat**

24.1. luistelukilpailut, Kunto-Pirkat

31.1. luistelukilpailut, Kunto-Pirkat

11.–12.2. SM-hallikilpailut. Helsinki

15.2. hiihto-cup: piirinmestaruussprintit (p), Sääksjärvi, Kunto-Pirkat

**18.2. SM-pikaluistelut, Kunto-Pirkat**

10.–12.3. PM-hallit, Ruotsi, Huddinge

11.–13.3. vapaan tyylin SM-hiihdot, lyhyet matkat ja viestit, Kruunupyö

19.–25.3. MM-hallit, Etelä-Korea, Daegu

**2.4. SM-halliottelut, Kunto-Pirkat**

22.4. SM-puolimaraton, Espoo

6.5. SM-maastajuoksut, Heinola

10.6. SM-viestijuoksut, Jyväskylä

7.–9.7. SM-yleisurheilut, Lohja

19.7. Bruunon kisat, Tampere, Kunto-Pirkat

27.7.–5.8. EM-yleisurheilut, Tanska, Århus

**3.9. SM-tiejuoksu, Kunto-Pirkat**

**syyskuu: SM-rullahiihdot ja -rullaluistelut sekä SM-tiekävelyt, Kunto-Pirkat**

23.9. SM-maraton, Lappeenranta



Kahvisalongissa aina tuore pulla

Kahvisalonki ma–pe 10–18 ja la klo 10–15. Tuomiokirkonkatu 34,

puh. 050 508 6606 [jari.partanen@saunalahti.fi](mailto:jari.partanen@saunalahti.fi)

Facebook [Kahvisalonki](#)

Kunto-Pirkat järjestää avoimet kansalliset

## Hallikisat torstaina 19.1.2017 Pirkkahallissa

Kuula B-hallissa

klo 16: N65+; klo 16.45: M65+; klo 17.30: N30–N60 ja klo 18.15: M30–M60

Klo 17 **60 m**

Klo 18 **800 m**

Klo 19 **200 m ja kolmiloikka**

Klo 19.30 **3 000 m**

Muilta kuin Kunto-Pirkkojen jäseniltä osanottomaksu 8 euroa/kilpailija/laji. Ei palkintoja.

## Alustavasti: Bruunun kisat keskiviikkona 19.7.2017 Ratinan stadionilla

Klo 17 **seiväshyppy**

Klo 17.30 **kuula/naiset**

Klo 18 **100 m, korkeushyppy**

Klo 18.30 **1 500 m, keihäs M55–M30 ja kuula/M60+**

Klo 19 **400 m, kolmiloikka ja keihäs/M60+**

Klo 19.30 **keihäs/naiset ja kuula M55–M30**

**Osallistumismaksu** 12 euroa/osallistuja/laji tilille: FI40 1146 3000 8745 26.

Joka kilpailussa palkinto kolmelle parhaalle.

**Molemmissa kilpailuissa** sarjat naisille ja miehille 30-vuotiaista alkaen, viiden vuoden välein.

Ennakoilmoittautumiset toivottavia: [kuntopirkat\(at\)kuntopirkat.fi](mailto:kuntopirkat(at)kuntopirkat.fi) Ilmoittautumiseen osallistujan nimi, ikäsarja, seura ja laji tai lajit. Kilpailupaikalla ilmoittautuminen ja osanoton varmistus viimeistään tunti ennen lajin alkua. Lajit aloitetaan vanhimmista ikäsarjoista alkaen. Juoksuissa sähköinen ajanotto, Ratinassa myös tuulimittari.

Tiedustelut: Taisto Pietilä 040 5158683

# KUNTOSALI + PERSONAL TRAINER

# 49 € / KK

Kunto-Pirkkojen jäsenenä saat  
Vocatumin jäsenyydestä yli  
**15 % alennuksen Pirkkalan  
kuntosalilta**

**VOCATUM**

TAVALLISTEN IHMISTEN KUNTOSALI

Kauppakeskus Veska 2. krs.  
Saapastie 2, 33950 Pirkkala  
Puh. 075 328 5523

Kunto-Pirkat järjestää vuonna 2017 Aikuisurheiluliiton SM-kilpailuina

## Halliviisiottelut sunnuntaina 2.4. klo 11 Pirkkahallissa

Miehet: 60 m aitajuoksu, pituus, kuula, korkeus ja 1 000 m

Naiset: 60 m aitajuoksu, korkeus, kuula, pituus ja 800 m

## 10 km tiejuoksu sunnuntaina 3.9. klo 13 Pirkkahallin ympäristössä

Virallisesti mitattu nopea asfalttireitti. Myös joukkuekilpailut.

**Molemmissa kilpailuissa** sarjat naisille ja miehille 30-vuotiaista alkaen, viiden vuoden välein.

Tiedustelut: [kuntopirkat\(at\)kuntopirkat.fi](mailto:kuntopirkat(at)kuntopirkat.fi) tai Sanna Hillberg 041 544 9429



Kunto-Pirkoilla oli 451 jäsentä 31. joulukuuta 2016 (vuosi aiemmin 452). Päätyneenä vuonna uusia jäseniä tuli 35, mutta johtokunta poisti jäsenrekisteristä henkilöitä, jotka eivät olleet vuosiin maksaneet jäsenmaksuaan.

Jäsenten keski-ikä oli 63,1 vuotta. SM-pisteitä hankkineiden 114 miehen keski-ikä oli 60,7 vuotta (62,4/2015), 47 naisen vastaavasti 58,1 vuotta (55,2). Vuoden 2017 johtokunnan jäsenten ja varajäsenten keski-ikä oli 60,8 vuotta (59,7).



Kunto-Pirkat järjestää vuonna 2017 Aikuisurheiluliiton SM-kilpailuina

## SM-pikaluistelut lauantaina 18.2. klo 14 Pyyntikin urheilukentällä

Tampere, F. E. Sillanpäänkatu 4

**Osallistumisoikeus** SAULin jäsenseurojen jäsenillä ja SAULin henkilöjäsenillä

### Sarjat ja matkat

M/N 30, 35, 40, 45, 50, 55 500 m ja 3 000 m

M/N 60, 65, 70, 75, 80, 85, 90+ 500 m ja 1 500 m

**Ilmoittautuminen viimeistään lauantaina 11.2.2017** sähköpostilla [kuntopirkat@kuntopirkat.fi](mailto:kuntopirkat@kuntopirkat.fi) tai kirjeitse:

Hannu Kaskinen, Niinikuja 3, 33900 Tampere

Ilmoittautumisessa pitää mainita osallistujan nimi, sarja, syntymäaika, laji/lajit, seura ja seuralyyhenne.

### Osallistumismaksut

Rekisteröitymismaksu 5 euroa/kilpailija + 15 euroa/kilpailija/laji on maksettava 11.2.2017 mennessä Kunto-Pirkkojen tilille: **Nordea FI 40 1146 3000 8745 26 (viitenumera 5115)**. Maksussa on mainittava kilpailijan (kilpailijoiden) nimi (nimet) ja luisteltavat matkat. Maksuja ei palauteta. Varaudu esittämään kilpailupaikalla todiste maksamisesta.

**Arvonta** perjantaina 17.2.2017 klo 18 Pyyntikin urheilukentällä

**Varmistus** kilpailupaikalla tunti ennen lajin alkua.

**Kilpailijat kilpailevat omalla vastuullaan.**

**Tiedustelut:** Riitta Lehtonen 050 5950964 ja [kuntopirkat@kuntopirkat.fi](mailto:kuntopirkat@kuntopirkat.fi)

**Hotellitarjous: Cumulus Koskikatu** kiintiötunnuksella **SM-Luistelu 17.-18.2.**

**Tervetuloa maineikkaalle Pyyntikin urheilukentälle!**

## SM-rullahiihdot ja -rullaluistelut sekä SM-tiekävelyt syyskuussa 2017

**SM-sunnuntairullailut Nokian Renkaiden testiradalla jo vuodesta 2013 alkaen, vapaa hiihtotyyli**

### Alustava lajijako ja matkat

1) rullaluistelu- ja rullahiihtosprintit, lähdöt 15 sekunnin välein, matka 300 metriä

2) rullaluistelu yhteislähtönä

M30–M60 ja N30–N50 (4 kierrosta eli noin 7,2 km)

M65+ ja N55+ (2 kierrosta eli noin 3,6 km)

3) rullasuksihiihto yhteislähtönä, nuorimmat sarjat

M30–M60 ja N30–N50 (4 kierrosta eli noin 7,2 km)

4) rullasuksihiihto yhteislähtönä, vanhimmat sarjat

M65+ ja N55+ (2 kierrosta eli noin 3,6 km).



Kunto-Pirkat ry.

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

Kunto-Pirkat järjestää vuonna 2017 Aikuisurheiluliiton SM-kilpailuina  
**SM-hiihdot, perinteinen tyyli: 21.1. sprintit, 22.1. pitkät matkat**  
Tampereella Kaupin urheilupuistossa (Kuntokatu 5)

**Osallistumisoikeus:**

SAULin jäsenseurojen jäsenet ja SAULin henkilöjäsenet  
M/N30+, viiden vuoden välein, sarja määräytyy syntymävuoden mukaan

**Lauantaina klo 13 noin 1 200 m sprinttihiihdot**

**Yksilösprintit:** naiset nuorimmista sarjoista alkaen, sitten miehet nuorimmista alkaen. Väliaikalähdöt.  
Noin tunti yksilösprinttien jälkeen hiihdetään sarjoittain **parisprintti:** viestijoukkueessa kaksi hiihtäjää, molemmilla kaksi kierrosta. Parisprintit sopivin sarjavälein yhteislähtönä.

**Sunnuntaina klo 11 pitkät matkat**

**30 km:** miehet 30–65

**20 km:** naiset 30–55 ja miehet 70–75-sarjat

**10 km:** naiset 60+ ja miehet 80+

Väliaikalähdöt.

Kolmehenkiset **joukkuekilpailut** saman matkan hiihtävillä nais- ja miesjoukkueilla.

**Ilmoittautuminen viimeistään tiistaina 13.1.2017** sähköpostilla [kuntopirkat@kuntopirkat.fi](mailto:kuntopirkat@kuntopirkat.fi) tai kirjeitse:

Hannu Kaskinen, Niinikuja 3, 33900 Tampere

Ilmoittautumisessa on oltava osallistujan nimi, sarja, syntymäaika, laji/lajit, seura ja seuralyhenne.

Joukkuekilpailussa on ilmoitettava mahdolliset sarjan vaihtajat, joita saa olla joukkueessa korkeintaan kaksi.

**Osallistumismaksut:** Henkilökohtaiset lajit: rekisteröitymismaksu 5 euroa/henkilö  
+ 15 euroa/henkilö/matka. Parisprintissä ja joukkuekilpailussa 25 euroa/joukkue.

Osallistumismaksut maksettava 13.1.2017 mennessä Kunto-Pirkkojen tilille:

**Nordea FI 40 1146 3000 8745 26 (viitenumeroilla 5115)**

Maksussa on mainittava kilpailijan (kilpailijoiden) nimi (nimet) ja lajit. Maksuja ei palauteta. Varautukaa esittämään kilpailupaikalla todiste maksun suorittamisesta.

**Varmistus** kilpailupaikalla tunti ennen lajin alkua, joukkueiden varmistus kirjallisesti.

**Kilpailijat kilpailevat omalla vastuullaan.**

**Pakkasraja:** Jos tuulen ja pakkaslukeman yhteisvaikutus on kylmempi kuin -16 C° tai sääolot muuten estävät kilpailun, varapäivät ovat 25.–26.3. Pakkasmittaus tunti ennen kilpailun alkua.

**Tiedustelut:** Aino Berg puh. 040 770 6697 ja [kuntopirkat@kuntopirkat.fi](mailto:kuntopirkat@kuntopirkat.fi)

**Kilpailukanslia:** Kaupin urheilupuiston toimisto auki lauantaina ja sunnuntaina klo 10–17.

**Hotellitarjous:** Cumulus Koskikatu kiintiötunnuksella **SM-Hiihto 21.-22.1.**

**Tervetuloa Tampereelle!**

Kunto-Pirkat ry

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

# Tervetuloa messuille

Tampereen Messu- ja Urheilukeskukseen

25.-26.1.2017

## Verkosto

Sähkö- ja tietoverkkojen ammattimessut

3.-5.2.2017

## Asta Rakentaja

Rakentamisen ja asumisen messut

3.-5.2.2017

## Sisustus

Sisustamisen ja somistamisen tapahtuma

16.-17.3.2017

## SGGF

Liikunnan ja hyvinvoinnin ammattitapahtuma

16.-17.3.2017

## Sportec

Liikuntapaikkojen ammattimessut

16.-17.3.2017

## Greentec

Viher- ja virkistysalueiden ammattimessut

16.-17.3.2017

## Gymtec

Kunto- ja terveystuotteiden ammattimessut

16.-17.3.2017

## Fysiotec

Fysioterapian ja kuntoutuksen ammattimessut

8.-9.4.2017

## Hevoset

Hevosalan ammatti- ja harrastemessut

21.-23.4.2017

## Supermessut

Keväinen suur tapahtuma

10.-12.5.2017

## Finnclean

Kansainväliset puhtausalan ammattimessut

13.-15.9.2017

## Elintarvike-teollisuus

Elintarvikealan ammattimessut

26.-28.9.2017

## Alihankinta

Kansainväliset teollisuuden alihankinnan ammattimessut

17.-19.11.2017

## Suomen

## Kädentaidot

Käsi- ja taideteollisuusmessut

## Etsitkö tapahtumallesi järjestäjää?

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

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

www.tampereenmessut.fi



Tampereen Messut  
Tampere Trade Fairs



# SBMATKAT

MATKATOIMISTO | TILAUSLIIKENNE

**21.1. Matkamessut Helsinki**  
matkat+lippu

40 €

**LAHTI 2017 MM-KISAT JUHLAKISAT 25.-26.2.2017 ja 4.3.**  
Mäkihyppyä, maastohiihtoa ym.  
liput+matkat

alk. 89 €

Lisää matkoja ja matkaohjelmia netissä.  
Hyppää kyytiin ja nauti olostasi!

www.sbmatkat.fi | p. 03-3640 444 | (ark. 08.00-16.00)