



JOULUKUU

2006



SUOMUSJÄRVEN SISUN  
SUUNNISTUSJAOSTON  
**TIEDOTUSLEHTI**

# Sisällys

Suunnistusjaoston terveiset ja vähän muutakin .....	3
Kilpailukalenteri alkuvuodelle 2007 .....	5
Tiinan kilpailukausi 2006 .....	7
17.-18.6.2006 .....	10
Salo-Jukolan tuloksia .....	11
Menestyneimmät suunnistajat .....	13
Palkitut urheilijat ja seuratyöntekijät vuonna 2006 .....	15
27. Riston hölkkä, 5.11.2006 .....	16
Ykkössuunnat .....	17
Kuvasatoa ... ..	18
25manna, 7. lokakuuta 2006 .....	23
Riston hölkin tilastoja 1980 – 2006 .....	25
Seuranmestaruuskilpailut .....	27
Dream team Suomensjärven Sisu 49'ersin kootut lausahdukset Sulkavalta Saloon .....	29
Otteita SuSi-seikkailun päiväkirjasta .....	32
Tuloksia .....	36
Suomensjärven Sisun suunnistusjaosto .....	40

# Suunnistusjaoston terveiset ja vähän muutakin

Kulunut vuosi on tuntunut olevan täynnä erilaista aktiviteettiä. Monien kilpailujen, tapahtumien, järjestelyjen ja osallistumisten kautta lähestymme pikku hiljaa vuoden loppua. Osa toiminnasta on ollut erittäin palkitsevaa ja osa haasteellista ja opettavaista. Näiden kokemusten, sekä jaoston luottamustehtävän kautta katsottuna, Sisun toiminnalle on olemassa edelleen selkeä ja vahva tarve. Olemme vahva liikuttaja yli kuntarajojen. Näiden erilaisten toimintojen tekijöinä meillä kaikilla on melkoinen vastuu niiden järjestelyiden määrästä ja laadusta, jotka sitten tarjoamme palveluina eteenpäin. Meillä kaikille on haasteellista kehittää ja viedä toimintaamme eteenpäin. Vastuu seuran hyvinvoinnista on meillä kaikilla. Seuran muodostuu sen näköiseksi ja oloiseksi millaiseksi itse sen omalla toiminnallamme teemme.

Virallinen sinetti kaudelle tulee puurojuhlassa, jolloin voimme vielä kerran onnitella itseämme ja toisiamme kuluneen vuoden saavutuksista. Lisäksi osalle suuntaamme vielä erityisen huomionosoituksen onnistuneesta panostuksesta niin henkilökohtaisissa kuin viestikilpailuissa. Erityisesti esille voidaan nostaa henkilökohtaisten suoritusten johdosta Tiina ja Raimo, jotka molemmat saavuttivat hienoilla suorituksillaan SM-hopeaa. Tiina SM-pitkällä sarjassa D35 ja Raimo SM-keskimatkalla sarjassa H60. Viestisuoritusten osalta kirkkaimpana tähtenä on H60 viestijoukkueen makea voitto kanssakilpailijoistaan. Joukkueen menestyksen takasivat Jouko, Sauli ja Raimo. Onnittelut vielä kaikille suunnistajille, niin menestyneille, kuin myös niille jotka on saavuttaneet omat henkilökohtaiset tavoitteensa.

Suunnistuskauden suola on viestikilpailut. Näiden välityksellä koko seuran toiminta näkyy myös ulkopuolisille laajemmin. Ja mikä tässä on parhainta, niin viestissä tulee automaattisesti normaaliin suoritukseen ylimääräistä tsemppiä ja sitä kuuluisaa tykitystä. Tällaisesta itseään ruokkivasta kokoonpanosta hyvä esimerkki on Sisu 49'ers:in voitonkulku Jukolan viestistä toiseen. Voitonkulku siinä mielessä, että alkujaan tarkoitus oli vain mielenkiinnosta katsoa miten seitsemän veljestä pystyisi suoriutumaan samalla porukalla seitsemän perättäisen vuoden ajan Jukolan haasteista.

Nyt neljän juostun Jukolan jälkeen joukkueen kaikki suoritukset ovat olleet erittäin yllättäviä. Niin kokonaisuus, kuin yksittäiset osuudetkin ovat olleet hienoja ja jopa kohahduttavia suorituksia. Tässä on hyvä osoitus siitä, mitä voidaan saada aikaiseksi, kun tavoite on epärealistinen ja hyvin leikkimielisesti heitetty eli joukkueen 10 % tulosparannus aina edellisen vuoden tavoitteeseen. Tätähän kukaan meistä 49'ers:in veljeksistä ei vielääkään ota tosissaan, tosin jostain syystä kaikilla on enemmän tai vähemmän posket kuopalla kun saavutaan lähtöviivalle, eikä kukaan tietenkään vielääkään myönnä treenaavansa tosissaan. Emme muuten ole tuota sijoitustavoitettamme perässä kuin 60 sijaa ja Lapualla tavoitteeksi on jo asetettu 299. Tässä on jo pelkästään meille joukkueena ja yksilönä iso haaste ensi kauteen. Jonkinasteinen tavoite, viestitai yksilötasolla ylläpitää kehitystä ja edesauttaa sitä kautta parantamaan suoritusta. Nyt on hyvä hetki meille kaikille sisulaisille hieman miettiä ja laatia tavoitteita itsellemme tai joukkueellemme kaudelle 2007.

Kilpailujärjestelyiden osalta kausi oli haasteellinen. Kiitokset vielä kaikille järjestelytehtävissä mukana olleille. Niin eri kilpailu-, kuntorasti- ja koulutus-toiminnan järjestelyt sujuiivat ongelmitta. Tulevan kauden ohjelmassa järjestelyiden osalta on AM-yön järjestäminen syksyllä ja SM-erikoispitkien 2008 järjestelyiden käynnistäminen todenteolla. Lisäksi kauden ohjelmassa on tuttuun tapaan kuntorastitapahtumat ja suunnistuskoulu sekä mahdolliset muut erikseen tilattavat toiminnot. Tulemme tarvitsemaan tulevan vuoden aikana kaikkia mahdollisia resursseja näihin toimintoihin. Nyt onkin varsinaisen hyvä mahdollisuus kokeilla osaamistaan ratamestari- ja järjestelytehtävissä Ykkössuuntien osalta. Kokeneemmilta järjestäjiltä saa hyvää taustatukea ja avuksi löytyy vielä ohjeistus seuran internetsivuilta.

Tsemppiä talven tohinoihin ja muihin aktiiviteetteihin!

*Petteri*

# Kilpailukalenteri alkuvuodelle 2007

## Joulukuu

30. Joutsenon Kullervo , Kansallinen hiihtosuunnistus, 1. pv + PM-kats.
31. Joutsenon Kullervo , Kansallinen hiihtosuunnistus, 2.pv + PM-kats.

## Tammikuu

6. Suunta 2000 , Loppiaisen hiihtosuunnistuskilpailu
7. Ounasvaaran Hiihtoseura, Avoin hiihtosuunnistuksen PSM-kilpailu
19. Kuopion Suunnistajat, Hiihtosuunnistuksen PM-Sprintti + MM-kats.
19. Kuopion Suunnistajat Siilin Rasti, Hiihtosuunnistuksen MM-kats. H/D20 + EM-kats. H/D17
20. Siilin Rasti Kuopion Suunnistajat , Kansallinen hiihtosuunnistus
20. Siilin Rasti, Hiihtosuunnistuksen PM-Pitkämätka +MM-kats.
20. Siilin Rasti, Hiihtosuunnistuksen MM-kats. H/D20 + EM-kats. H/D17
21. Siilin Rasti, Hiihtosuunnistuksen PM-viesti + kansallinen hiihtosuunn.viesti
27. Hauhon Sisu , Hauskin Hisu 2007, 1.pv
27. Hauhon Sisu, Hauskin Hisu 2007, viesti
28. Hauhon Sisu , Hauskin Hisu 2007, 2.pv

## Helmikuu

3. Haapamäen Urheilijat , HiSu-Sprintti
3. Haapamäen Urheilijat , HiSu-Pika
17. Valkeakosken Haka , Veikko Hakulisen hiihtorastit, 1.pv
18. Valkeakosken Haka , Veikko Hakulisen hiihtorastit, 2.pv
24. Himangan Urheilijat , Kansallinen hiihtosuunnistus
25. Himangan Urheilijat , Kansallinen hiihtosuunnistusviesti

## Maaliskuu

3. Jämsän Retki-Veikot , Huopatossurastit, 1.pv
4. Jämsän Retki-Veikot , Huopatossurastit, 2.pv
10. Alajärven Ankkurit , SM-pitkämätka
11. Alajärven Ankkurit , SM-viesti
17. Kuortaneen Kunto , SM-keskimatka
18. Kuortaneen Kunto , Lumi-Toukola
24. Länsi-Rajan Rasti , Lapin Lumirastit, 1.pv +SM-sprintti
25. Länsi-Rajan Rasti , Lapin Lumirastit, 2.pv
26. Länsi-Rajan Rasti , Lapin Lumirastit, 3.pv.

## Huhtikuu

8. Karjaan Ura , Billnäsin keskimatka
14. Turun Suunnistajat , Kevätyönviesti
15. OK Raseborg , Kansallinen
15. Rasti-Lukko , Kevätkansalliset
20. Pargas IF, PM-katsastus, Sprintti
21. Angelniemen Ankkuri , Ankkurirastit + PM-katsastus
22. Paimion Rasti , Silja-rastit, Huippuliiga 1. osak. + PM-katsastus
28. Rastikarhut , Karhurastit, 1.pv
29. Rastikarhut , Karhurastit, 2.pv

Yllä olevat alustavat päivämäärät ja tiedot on poimittu SSL:n Kisawebistä. Alkuvuoden lumitilanne saattaa muuttaa päivämääriä, ja ajantasaisimmat tiedot löytää Internetistä.

Kansallinen kilpailukalenteri <http://kisaweb.ssl.fi>

Varsinais-Suomen mestaruuskisat <http://www.suunnistus.net/vss>

Ilmoittautumisohjeet ensi vuodelle tulevat Sisun kotisivuille välittömästi niiden valmistuttua.

7.-10. heinäkuuta suunnistetaan veteraanien MM-kilpailut Kuusamossa. Seura hoitaa ilmoittautumiset ja osanottomaksut keskitetysti. Seuran osuus osanottomaksuista on 50 euroa, loput laskutetaan seuran toimesta osallistuvilta. Kilpailuun on kolme ilmoittautumiserää, joista ensimmäinen oli jo lokakuussa. Seuraavat ilmoittautumiserät ovat 1.1.2007 (omavastuu 65 euroa) sekä 1.4.2007 (80 euroa). Ilmoittautumiset normaaliin tapaan Artolle mielellään päivää ennen takarajaa.



# Tiinan kilpailukausi 2006

Kilpailukausi alkoi Silja-rasteilla lähes talvisissa olosuhteissa. Onneksi lunta ei sentään maastossa ollut. Juoksu ei alkukaudesta sujunut metsässä ollenkaan; kompastelin ja kaatuilin, mutta pikku hiljaa se askel alkoi taas löytyä.

SM-kisakausi lähti käyntiin tosi hyvin. SM-erikoispitkän matkan maasto oli hieno ja ratakkin mielenkiintoinen: oli ihan kunnan reitinvalintavälejä. Virheitä en selvinnyt, mutta monilla oli vielä enemmän vaikeuksia. Silti oli yllätys, että suoritus riitti peräti toiseen sijaan, tosin ero voittajaan oli hirvuinen (yli 8 minuuttia!). Teresa taisi suunnistaa virheitä.

Venlojen viesti oli tällä kertaa parempi kuin pitkään aikaan. Kaikki puitteet olivat hienot sekä järjestelyjen puolesta, että myös meidän oman hienon majoituspaikkamme osalta. Maasto oli upea ja ennen kaikkea kerrankin ratamestarilla oli edes jonkinlaista yritystä hajontojen suhteen. Viime vuonna Anjalankoskella menttiin letkajenkkaa melkein koko matka ja aika pitkälti siksi, että hajonnat olivat ihan onnettomat. Minun mielestäni parhaat Venlojen viestit ovat olleet 1995 Sipoossa, 1998 Siuntiossa, 2003 Sulkavalla ja 2006 Salossa. Näissä on ollut riittävän vaativa maasto ja tarpeeksi hajontaa. Oli muuten tasan 20. Venlojen viesti, jonka juoksin. Ensimmäistä kertaa juoksin Tampereella 1986 ja yksi kerta on jäänyt väliin vuonna 1993, kun olin Paimion Rastissa viestiä järjestämässä.

Fin-5:llä Joensuussa oli lopulta pettymyksekseni enemmän juoksuvoittoista menoa kuin vaativaa suunnistusta, jota tietenkin odotin. Vaikein kisa oli D35A-sarjassa heti ensimmäisenä päivänä, jossa ensimmäisen rastin iso pummi vei mahdollisuuden taistella kokonaiskisan kärkisijoista. No, harjoittelemaanhan sinne ennen kaikkea lähdettiinkin. Viimeisessä osakilpailussa sitten loukkasin oikean jalkateräni ja seuraavalla viikolla isovarpaan tyvinivel äityi niin pahaksi, että tie vei ortopedin vastaanotolle ja seurauksena 2 viikkoa ehdotonta juoksukieltoa, kylmähoitoa ja tulehduskipugeeliä. Korvaavia harjoituksia tein silti mm. spinning-pyöräilyä, jumppaa ja vesijuoksua.

Juoksutauko näkyi kyllä pitkään kilpailusuorituksissa ja täysin kivuttomaksi jalka alkoi tulla vasta syyskuun loppupuolella. Vammojen paraneminen ottaa vaan aina oman aikansa. Harvoin täydellinen lepo kuitenkaan on paras hoito vammoihin. Syksyllä oli myös työmurheita, joista ei tässä sen enempää ja kyllä suorituksenhallinta pätkikin pahasti SM-pitkän matkan kisassa. Urani ensimmäisen (toivottavasti myös viimeisen) kerran jätin rastin leimaamatta ja tulin hylätyksi. Kyseessä oli juomarastin vieressä ollut rasti, jonne tulin reitinvalintani vuoksi tietä pitkin. Näin juomapaikan, kävin juomassa ja jatkoin tietä pitkin suunnitellen seuraavaa pitkää väliä. Rastilippua en nähnyt ollenkaan, vaikka se kuulemani mukaan oli noin 10 m päässä juomapöydästä. Huomasin virheeni juostuani melkein puolet rastivälistä, mutta silloin oli jo noin 700 m matkaa takaisin kyseiselle juomarastille. Päätin suunnistaa normaalisti maaliin. Yllätyksekseni rastin leimaaminen olisi tiennyt peräti kuudetta sijaa, vaikka olin tehnyt muitakin isohkoja pummeja. Oli yllättävän vaikea kisa, jossa virheitä tuli kaikille, paitsi voittajalle, joka oli jälleen kerran Kollasen Teresa.

SM-keskimatkalla en päässyt ollenkaan vauhtiin... Ei kerta kaikkiaan kulkenut juoksu ollenkaan ja vielä toiseksi viimeisellä tein isohkon parin minuutin virheen. Se kisa oli sitten siinä; sijoitus 12. Ilman virhettä lopussa olisin ollut ehkä 8., joten ei ollut todellakaan minun päivä. Erikoinen ratkaisu muuten ratamestarilta, että oli tasaisemman, köyhemmän maaston valinnut finaali- ja maastoksi. Itse olisin valinnut karsintamaaston finaali- ja maastoksi.

SM-viestimaasto oli koko kauden helmi. Juoksin 1. osuuden ja kyllä niitä virheitä tuli maaston vaativuuden vuoksi ainakin parin minuutin verran. Suunnistin yksin kolmantena melkein koko matkan. Lopussa tavoitin kärjen ja viimeisellä hajontarastilla muut tulivat minun hajonnalleni ja jäivät sitten sinne pummaamaan. Itse ihmettelin, että minne muut oikein jäivät. En todellakaan tiennyt olevani kärjessä, kun tulin vaihtoon. Ihan kummallinen kisa, kun ei minulla ollut mikään nappisuoritus, mutta toisten täydellinen sählääminen sai sen varmaan näyttämään siltä. Olimme Ullan ja Pirjon kanssa 8. sijalla, mikä kyllä oli kelpo suoritus joukkueeltamme.



Seuraavan viikonlopun SM-yö oli täydellinen vastakohta vuotta aikaisempiin tapahtumiin. Lähdin koko kisan ensimmäisessä lähdössä ja ykkönen meni ihan ok, mutta sitten toisella rastilla tein jättipummin: ajauduin vähän liikaa oikealle, enkä heti tajunnut tullessi erittäin vaikeakulkuiselle suolle, koska rastin pitikin olla vihreäviivoitetulla alueella. En päässyt eteen enkä taaksepäin siinä hirveässä risukossa ja aikaa tuhraantui lähemmäs 10 minuuttia. Loput kisasta sujui ihan hyvin pikkukoukkuja lukuun ottamatta. Fiilis oli kyllä aika maassa kisan jälkeen.

Eniten silti harmitti se, että kisan lähtövälin ollessa vain 2 minuuttia, tuli metsästä pois pitkä letka, jossa olivat mukana melkein kaikki mitalistit ja plaketin saajat. Olen aina ollut sitä mieltä, että SM-kisoissa lähtövälin tulisi olla vähintään 3 minuuttia. Ei niitä SM-mitaleja ja plaketteja saisi koskaan antaa lahjaksi siitä, että on sattunut saamaan hyvän lähtöpaikan ja toisten taidosta hyötyen päätyy korkealle tuloluettelossa. Yökilpailussa on kaikkein helpoin seurata toista suunnistajaa, vaikka fyysinen ero olisi melko suurikin. Itse en kyllä edes arvostaisi sellaista mitalia, jonka olen saanut vain toisten perässä juosten. Suunnistuksesta ei toki millään saa ihan tasapuolista lajia, kun tuurin osuus on aina olemassa, mutta kyllä kilpailuryhmä saisi miettiä näitä lähtöväliasioita ainakin SM-tason kilpailujen osalta uudelleen.

Loppukausi sujui SM-kisapettymyksistä huolimatta hyvin. 25mannassakin oli vaihteeksi vähän enemmän suunnistusta vaativa maasto ja Halikko-viestissä oli hyvät radat niin kuin yleensä aina. Motivaatiosta ei taatusti ole pulaa nyt harjoituskauden alettua. Perheenäidin, perhepäivähoitajan työn ja urheilun yhdistämisessä riittää silti haasteita eli minuuttiaikataululla taas mennään.

Tsemppiä kaikille! Muistakaa ulkoiluttaa itseänne!

Talviterveisin

*Tiina*



**17.-.18.6.2006**

Kauan odotettu Salo-Jukola juostiin 17.-18. kesäkuuta Maalun mäkisissä maastoissa. Kisajärjestelyt keräsivät ansaittua kiitosta niin kilpailijoilta kuin yleisöltä. Aurinko lämmitti koko viikonlopun hellelukemissa. Venlojen viestissä kuumuuden ja mäkisen maaston vaikutuksen tunsu selvästi maastossa niin oman kuin kansakilpailijoidenkin vauhdin hyytymisellä. Vaativassa maastossa tällaisena kuumana kesäpäivänä suurelle osalle kuntosuunnistajia hyvässä kunnossa maaliin pääsy ilman suuria pummeja oli vauhtia tärkeämpää.

Jukolan Viestissä Sisun ykkösjoukkue pyöristi viime vuoden sijoituksen 162 tasalukuun 200. Mielenkiintoisena yksityiskohtana joukkue oli osuuden neljä jälkeen myös sijalla 200. Venloissa ykkösjoukkueen sijoitus pysyi lähes samana viime vuoteen verrattuna tippuen vain kolme sijaa 175:een. Miesten nelosjoukkueen kommentteja hyvin menneestä viestistä voi lukea toisaalta tästä lehdestä.

Viime vuoden lehdessä uhkasin jälleen valvovani lähes koko yön ja nukkuvani ne harvat tunnit omassa teltassa muhkuraisella alustalla jossain pellon kulmalla. Aamuun asti valvoin, mutta teltaani en pystyttänyt muhkuraiselle pellon kulmalle. Sisulla oli etuoikeus yöpyä aivan kilpailun ytimessä omakotitalon pihalla. Käytössämme oli nurmikko, sisätilat ja sauna. Ennen en ole Jukolassa saunassa käynyt, mutta tätä tilaisuutta ei voinut jättää käyttämättä. Suurkiitos isännillemme loistavasta majoituksesta sekä Jyrkille, joka meille tämän mahdollisuuden hommasi!

*Sanna*

# Salo-Jukolan tuloksia

## Venlojen tulokset

(5,5 km + 5,9 km + 5,3 km + 7,8 km)

### Suomusjärven Sisu 1

1. Riikka Laakso			52.27	<b>231.</b>
2. Paula Jääskeläinen	57.01	235.	1.49.29	<b>225.</b>
3. Kaisa Jääskeläinen	1.00.06	266.	2.49.35	<b>229.</b>
4. Tiina Kerkola	1.07.35	91.	3.57.10	<b>175.</b>

### Suomusjärven Sisu 2

1. Lotta Laakso			1.04.56	<b>547.</b>
2. Elina Laakso	57.55	260.	2.02.51	<b>383.</b>
3. Sanna Karjalainen	59.40	254.	3.02.31	<b>320.</b>
4. Elise Lietzén	1.18.52	252.	4.21.24	<b>279.</b>

### Suomusjärven Sisu 3

1. Mari Haapasalo			1.00.23	<b>460.</b>
2. Ulla Mellin	1.14.56	582.	2.15.19	<b>525.</b>
3. Terhi Sinnelä	1.07.29	390.	3.22.48	<b>458.</b>
4. Riitta Ynnilä	1.26.51	386.	4.49.39	<b>418.</b>

### Suomusjärven Sisu 4

1. Raili Laaksonen			1.05.06	<b>551.</b>
2. Tuula Tulokas	1.10.03	497.	2.15.09	<b>524.</b>
3. Seija Määttänen	1.10.45	446.	3.25.54	<b>483.</b>
4. Pirjo Karvonen	1.56.27	718.	5.22.22	<b>574.</b>

## Miesten tulokset

(11,3 km + 11,2 km + 13,0 km + 7,7 km + 7,8 km + 9,4 km + 14,3 km)

### Suomusjärven Sisu 1

1. Matti Yliluikki			1.32.31	<b>148.</b>
2. Mika Kerkola	1.33.53	143.	3.06.24	<b>135.</b>
3. Rauno Hakala	1.58.26	340.	5.04.51	<b>176.</b>
4. Harri Sinnelä	1.14.41	357.	6.19.33	<b>200.</b>
5. Jouni Hietanen	1.18.39	376.	7.38.12	<b>225.</b>
6. Kimmo Vuorela	1.19.14	188.	8.57.27	<b>207.</b>
7. Sakari Parttimaa	2.04.46	225.	11.02.13	<b>200.</b>

### Suomusjärven Sisu 2

1. Jesse Ynnilä			2.04.50	<b>718.</b>
2. Mauri Sinnelä	2.13.09	781.	4.18.00	<b>716.</b>
3. Aare Virta	2.42.47	999.	7.00.47	<b>840.</b>
4. Aku-Pekka Fagerholm	1.44.13	916.	8.45.01	<b>845.</b>
5. Jorma Hietalahti	1.59.08	985.	10.44.09	<b>868.</b>
6. Mika Vuorela	2.11.31	926.	12.55.41	<b>857.</b>
7. Marko Andstén	3.29.49	1043.	16.25.30	<b>874.</b>

### Suomusjärven Sisu 3

1. Jouni Iso-Markku			2.10.27	<b>863.</b>
2. Jouko Visa	2.11.36	747.	4.22.04	<b>778.</b>
3. Raimo Karvonen	2.01.30	389.	6.23.35	<b>602.</b>
4. Rauno Visa	1.21.01	504.	7.44.36	<b>558.</b>
5. Matti Mäkirinne	1.40.48	743.	9.25.25	<b>576.</b>
6. Esko Salminen	1.32.05	360.	10.57.30	<b>504.</b>
7. Reino Sinnelä	2.26.56	546.	13.24.26	<b>485.</b>

### Suomusjärven Sisu 4

1. Jarkko Sainio			2.09.26	<b>825.</b>
2. Jyrki Kuusisto	2.13.27	785.	4.22.53	<b>789.</b>
3. Eero Nurminen	2.15.58	642.	6.38.52	<b>710.</b>
4. Juha Anttila	1.11.25	308.	7.50.17	<b>580.</b>
5. Timo Himberg	1.07.09	190.	8.57.27	<b>474.</b>
6. Jouni Anttila	1.36.03	415.	10.33.30	<b>441.</b>
7. Petteri Lindblom	2.05.54	233.	12.39.24	<b>392.</b>



# Menestyneimmät suunnistajat

Tarkoitus oli kerätä viimevuotiseen tapaan lista kaikista AM-mitalisteista, SM-kisoissa 15 joukkoon selvinneistä sekä muista erityisen hyvin menestyneistä. Tilankäytöllisesti tämä on varsin haasteellista, sillä menestys on jälleen ollut melkoinen näinkin pienelle seuralle. Sisun kotisivuja seuraavat ovat varmasti huomanneet, että Arton sanavarastosta ovat jo kaikki mahdolliset ylisanat kirjoitettu muutamaankin kertaan menestyksen osalta, joten menkäämme suoraan tilastojen pariin.

Kesän kokonaissaalis henkilökohtaisella puolella oli  $10+10+9 = 29$  AM-mitalia ja SM-tasolla kaksi hopeamitalia. Viesteistä SM-kullan lisäksi Sisu keräsi 5 AM-mitalia. Lisäksi Nuori Suunta ja KLL-kilpailuista tuli hienoja saavutuksia. Onnittelut kaikille!

## 20.5. SM-erikoispitkä

2. Tiina Kerkola (D35)
6. Seija Määttänen (D65)
11. Raimo Karvonen (H60)

## 23.9. SM-yö

5. Seija Määttänen (D65)
7. Tiina Kerkola (D35)
10. Esko Salminen (H55)
15. Lasse Kataja (H55)

## Veteraanien MM

10. Raimo Karvonen

## Koululiikuntaliitto (valtakunnallinen)

## 17.8. Nuori Suunta, $1 + 0 + 0 = 1$

H10RR: 1. (Aleksi Parttimaa, Nico Kerkola, Aki Ajalin)

## 16.9. SM-keskimatka

2. Raimo Karvonen (H60)
8. Seija Määttänen (D65)
12. Tiina Kerkola (D35)
14. Tuula Tulokas (D60)

## 29.4. AM-pitkä

1. Rauno Hakala (H35)
1. Tiina Kerkola (D35)
2. Mika Kerkola (H35)
2. Merja Hakala (D35)
2. Raimo Karvonen (H60)
2. Seija Määttänen (D65)
3. Petri Riikonen (H35)
3. Jouko Visa (H60)
3. Pirjo Karvonen (D50)
3. Tuula Tulokas (D60)
7. Aki Ajalin (H10RR)

### 13.5. AM-pika

1. Tiina Kerkola (D35)
1. Seija Määttänen (D65)
2. Mika Kerkola (H35)
2. Raimo Karvonen (H60)
2. Raili Laaksonen (D55)
3. Tuula Tulokas (D60)

### 16.5. Koululiikuntaliitto (alue)

1. Tiina Anttila (D10RR)
1. Aleksi Parttimaa (H10RR)
2. Aki Ajalin (H10RR)
2. Toni Anttila (H11TR)
3. Minna Nurminen (D13)

### 31.5. Nuori Suunta

1. Aki Ajalin (H10RR)
1. Riku Kerkola (H12TR)
3. Tiina Anttila (D10RR)
3. Johanna Soiluva (D12TR)

### 29.6. AM-partio, 3 + 0 + 1 = 4

- D17-20: 1. (Paula Jääskeläinen, Kaisa Jääskeläinen, Lotta Laakso)  
D50: 1. (Raili Laaksonen, Tuula Tulokas, Seija Määttänen)  
H55: 1. (Reino Sinnelä, Lasse Kallio, Esko Salminen)  
H35: 3. (Jarkko Sainio, Jyrki Kuusisto, Timo Himberg)

### 13.8. AM-viesti, 1 + 0 + 0 = 1

- D35: 1. (Tiina Kerkola, Elise Lietzén, Ulla Mellin)

### 17.9. SM, 1 + 0 + 0 = 1

- H60: 1. (Jouko Visa, Sauli Hyytiäinen, Raimo Karvonen)  
H35: 7. (Rauno Hakala, Matti Yliluikki, Mika Kerkola)  
D35: 8. (Tiina Kerkola, Ulla Mellin, Pirjo Karvonen)  
D55: 8. (Raili Laaksonen, Seija Määttänen, Tuula Tulokas)  
H55: 9. (Pentti Ahola, Esko Salminen, Risto Nuuros)

### 12.8. AM-normaali

1. Aki Ajalin (H10RR)
1. Tiina Kerkola (D35)
2. Paula Jääskeläinen (D18)
2. Matti Yliluikki (H40)
2. Esko Salminen (H55)
3. Raili Laaksonen (D55)
3. Seija Määttänen (D65)
3. Elina Laakso (D18)

### 11.9. AM-yö

1. Esko Salminen (H55)
1. Raimo Karvonen (H60)
1. Tiina Kerkola (D35)
1. Seija Määttänen (D65)
3. Pirjo Karvonen (D50)

# Palkitut urheilijat ja seuratyöntekijät vuonna 2006

## **Seuran menestynein urheilija ja vuoden naissuunnistaja**

Tiina Kerkola

## **Vuoden miessuunnistaja**

Raimo Karvonen

## **Vuoden viestijoukkue**

SM-kultajoukkue H60-sarjassa: Jouko Visa, Sauli Hyytiäinen, Raimo Karvonen

## **Paras yleisurheilija**

Riitta Ynnilä

## **Suunnistuslautanen**

Riikka Ajalin

## **Sisumitali**

Raimo Karvonen, Sauli Hyytiäinen

## **Tavoitestipendit ja kannustuspalkinnot**

Seija Määttänen, Paula Jääskeläinen, Elina Laakso, Aki Ajalin, Riikka Ajalin, Toni Anttila, Riku Kerkola, Nico Kerkola, Alekski Parttimaa, Henna Yliluikki, Tiina Anttila, Jyri Määttänen, Terhi Ahonpää, Tuomas Ahopää, Juho Auvinen, Juho-Petteri Lindblom, Veera Määttänen, Janina Nieminen, Minna Nurminen, Hilda Yliluikki, Alekski Isoniemi, Elias Isoniemi, Johanna Soiluva, Teemu Anttila, Ville Määttänen, Evelina Rautio

## **Muut palkitut**

Heli Pohjola

## 27. Riston hölkkä, 5.11.2006

Lauantaina 5. marraskuuta juostiin 27. Riston hölkkä talvisissa olosuhteissa. Osallistujia oli normaalia vähemmän eli 126. Tilastoihin, joita olen sisulaisten osalta pitänyt, ei miesten osalta muutoksia valitettavasti tullut. Naisten puolella Riikka Laakso jatkoi nousua lumesta huolimatta ja paransi 8 sekuntia, sijoitus tilastossa pysyi ennallaan. Sisun naisten kärkiajat tänä vuonna tekivät Riitta Ynnilä (N50 voitto) sekä Elina Laakso.

Riston Hölkkä on hieno tuote, jota on tarkoitus edelleen kehittää ja turvata sen jatko. Kuluneena vuonna poistui keskuudestamme Kauko Tuominen, joka kehittäi Riston hölkkä-palkintopuuhun painettavan “polttotyökälyn”. Sitä on koko hölkkän historian ajan käytetty ja viime vuosina polttotyön on hoitanut Urpo Mellin.

Mikään ei ole ikuista (paitsi Riston hölkkä), joten nyt otan vastaan ideoita Riston hölkkä –mitalin aiheeksi - 30. hölkkä lähestyy! Ensi vuonna toki vielä ainakin puu (tuija), tänä vuonna puu oli balsamipihta Jaakko Larmon pihapiiristä, kiitokset siitä hänelle.

Jukka Saaranen aikoinaan kuvasi hölkkätapahtumia videolle ja ne ovat minulla tallella. Tänä vuonna videokuvaamisen suhteen kehiteltiin yhteistyötä Rane Ahosen ([www.ramedia.fi](http://www.ramedia.fi)) kanssa. Tärkein asia tietysti on varmistaa kilpailun oikeellisuus eli maaliintulon kuvaus, mutta myös tallentaa tapahtuma muistoksi. Näin on tänä vuonna toimittu ja kiinnostuneille tapahtuma on saatavana DVD-versiona (15e).

Vielä KIITOS kaikille vuoden 2006 tapahtumaan osallistuneille – montaa kasvoa kyllä jäin kaipaamaan, mutta ensi vuonna sitten!

*Mauri Sinnelä*  
kilpailunjohtaja 2006





# Ykkössuunnat

Sisun, Muurlan Vihurin sekä Kiskon Kiskoerien 24 tapahtuman mittainen kuntorastikausi keräsi jälleen reilut 1500 suoritusta. Sisun järjestelyvastuu kasvoi parilla tapahtumalla. Nyt sisulaisten panosta tarvittiin 19 tapahtumassa.

Näin monta tapahtumaa vaatii paljon talkoolaisia. Tänäkin vuonna ratamestareita, toimitsijoita ja tulospalveluhenkilöitä oli mukana runsain mitoin, mistä suuri kiitos kaikille! Myös ensi vuonna tarvitaan sisulaisten vahvaa panosta.

Sisun tapahtumien päivämäärät ilmestyvät vuoden vaihteen tienoilla Sisun Internet-sivuille. Tämän jälkeen itseään kiinnostavia tehtäviä saa varata itselleen sopiviin ajankohtiin minulta (eli Artolta). Meikäläinen vastaa muutenkin Sisun tapahtumien touhuista, joten minuun kannattaa ottaa yhteyttä, jos ilmenee kysyttävää. Ratamestareille tarkoitettuja ohjeita Sisun Internet-sivuilla tullaan päivittämään ennen kauden alkua, ja voin ne tarvittaessa lähettää kirjallisenakin tarvitseville.

Sisun tapahtumia on pyritty ja pyritään myös jatkossa kehittämään niin kävijöiden kuin toimitsijoidenkin näkökulmasta. Omia kehitysideoitaan saa rohkeasti kertoa minulle. Minimitavoite on, että vuonna 2007 kaikki tapahtumat järjestetään ajantasaisilla kartoilla ja kuhunkin maastoon sopivilla radoilla. Eli toimitsijatehtävien lisäksi kannattaa myös osallistua itsekkin rastien etsintään!

Onnea ja menestystä vuodelle 2007!

*Arto*

# Kuvasatoa ...



Riston hölkkä, 10- ja 13-vuotiaiden lähtö



AM-viestin talkooväkeä



Jukolan tulevat aloittajat



Jälkipyykkiä 25mannassa







43-Kavlenin H55-hopeajoukkue Lasse, Reino, Pentti, Esko ja Risto



Kartan opiskelua suunnistuskoulussa



Sisun kolmas osuus 25mannassa



Teemu jalkapallon perässä





Lasten maastojuoksukilpailun lähtö



Sisu 49'ers





## 25manna, 7. lokakuuta 2006

Huddinge

Tämän vuoden 25mannan päänäyttämönä toimi Visättran urheilukeskus Huddingen kunnassa noin 20 kilometriä Tukholmasta etelään. Sää tiedotus oli luvannut viikonlopulle Ruotsiin vettä, vettä ja lisää vettä, ja sitä siellä saatiin. Varsinaista kaatosadetta ei kovin pitkiä jaksoja kerrallaan nähty, mutta harmaa ja sateinen ilma teki tehtävänsä ja heinäpellolla pääosin sijainnut kisakeskus muistutti mutakenttää jo aamupäivästä. Seurateltat sijaittivat monen mutaojan takana, eikä kunnan ylityspaikkoja ollut rakennettu läheskään tarpeeksi. Ilman saappaita sai kiertää aina hyvän matkaa ojanreunaa, että pääsi kuivin jaloin ojan toiselle puolelle. Järkevät ihmiset tosin olivat lähteneet matkaan sadevaattein ja kumisaappain toisin kuin allekirjoittanut, joka kuuli vasta perjantaina linja-autopysäkillä, että sadetta on luvattu koko viikonlopuksi.

Itse kilpailu alkoi vauhdikkaasti lainamies Sami Hämälistön tuodessa Sisun värit kenties parhaimmalla sijalla koskaan vaihtoon vain 1.48 minuuttia kärjestä sijalla 24. Kolmannen osuuden tullessa vaihtoon tapahtui jotain, mitä tuskin saamme koskaan tietää. Karttakommellusten vuoksi joukkueemme ei saanut hyväksytyä aikaa lopputuloksiin, vaikka annoimme lopulta tasoitusta muille juoksemalla nelisen kilometriä ylimääräistä. Nyt juoksemallamme ajalla sijoituksemme olisi ollut 119. Mikäli olisimme kommelluksitta reissusta selvinneet, sijoitus olisi todennäköisesti ollut samoilla sijoilla kuin viime vuonna (90.).

Kaikesta huolimatta Ruotsi on jälleen tänä syksynä nähty ja koettu. Tällä reissulla sitä vasta erityisesti huomasi, kuinka paljon säätila vaikuttaa koko matkan yleisilmeeseen. Toki (lähes aina aurinkoisen) Jukolan Viestin järjestelyt ovat aivan omaa luokkaansa, mutta täytyy kilpailunjärjestäjille antaa hieman anteeksi kurjan ilman vuoksi, vaikkei kaikki kisapaikalla ihan putkeen mennytkään.

*Sanna*

## 25mannan tulokset:

<b>Matka</b>	<b>Juoksija</b>	<b>Aika</b>	<b>Kok.aika</b>
7,3 km	Sami Hämälistö	43.20	43.20
7,1 km	Rauno Hakala	45.41	1.30.44
3,6 km	Sanna Karjalainen	41.23	
	Kaisa Jääskeläinen	41.03	
	Riikka Laakso	34.25	
	Paula Jääskeläinen	40.50	2.14.49
2,4 km	Ulla Mellin	21.39	
	Minna Nurminen	30.06	
	Riikka Ajalin	27.34	
	Lotta Laakso	1.12.30	3.29.37
5,9 km	Jouni Anttila	44.38	
	Petteri Lindblom	44.30	
	Mika Kerkola	42.48	
	Matti Yliluikki	4?.??	4.16.24
3,7 km	Rauno Visa	44.15	
	Tiina Kerkola	32.07	
	Jouko Visa	37.43	
	Esko Salminen	33.19	4.40.54
4,1 km	Tuomo Ratia	37.40	
	Harri Sinnelä	43.45	
	Timo Himberg	39.54	
	Eero Nurminen	42.04	5.25.21
3,3 km	Lasse Laaksonen	39.51	6.07.22
3,9 km	Elina Laakso	39.59	6.49.54
8,5 km	Sakari Parttimaa	41.40	7.31.34



# Riston hölkän tilastoja 1980 – 2006

## Miehet 11,4 km Sisun nimissä juosseet

1.	Risto Nuuros	38,06	1981
2.	Sami Hämälistö	38,16	2004
3.	Matti Yliluikki	38,28	1993
4.	Mika Hämälistö	40,05	2002
5.	Rauno Visa	40,09	1981
6.	Sakari Parttimaa	40,29	1996
7.	Timo Parttimaa	40,58	1988
8.	Mika Kerkola	41,01	1993
8.	Rauno Hakala	41,01	2000
10.	Juha Anttila	41,36	1984
11.	Pekka Kujanpää	42,02	1998
12.	Matti Mäkirinne	42,17	1991
13.	Pasi Nissilä	42,22	1991
14.	Jarmo Vainio	43,10	1985
15.	Timo Kärnä	43,51	1982
16.	Reino Sinnelä	43,52	1981
17.	Aulis Vesa	43,55	1980
18.	Jouko Visa	44,14	1981
19.	Jouni Jaarinen	44,22	1997
20.	Lasse Laaksonen	44,53	1998
21.	Pentti Ahola	44,54	1985
22.	Jukka Saaranen	44,56	1984
23.	Lasse Kataja	45,07	1996
24.	Petteri Lindblom	45,26	1994
25.	Kimmo Vuorela	46,02	1998
25.	Mauri Sinnelä	46,02	1980
27.	Mikko Mäkirinne	46,16	1996
28.	Martti Mäkirinne	46,36	1981

## Naiset 7,8 km

1.	Heini Ynnilä	31,35	2000
2.	Riitta Ynnilä	31,43	1987
3.	Anneli Sinnelä	32,13	1987
4.	Tiina Kerkola	33,12	1988
5.	Tatjana Eskolin	33,27	1996
6.	Marja-Leena Suomi	35,15	1981

7.	Seija Määttänen	35,47	1982
8.	Elise Lietzén	36,32	1998
9.	Elina Laakso	37,06	2005
10.	Heli Hämälistö	37,41	1990
11.	Sanna Hämälistö	37,47	1997
12.	Riikka Laakso	38,06	2006
13.	Tiina Ynnilä	38,35	1997
14.	Terhi Sinnelä	38,40	1990

## Riston hölkän palikat ja osallistujamäärät

1980	Mänty	50		
1981	Koivu	108		
1982	Kataja	138		
1983	Kuusi	201		
1984	Tervaleppä	206		
1985	Haapa	173		
1986	Omenapuu	194		
1987	Poppeli	177		
1988	Hopeapaju	171		
1989	Saarni	229		
1990	Lehtikuusi	220		
1991	Raita	208		
1992	Pähkinä	156		
1993	Vaahtera	225		
1994	Orapihlaja	195		
1995	Visakoivu	165		
1996	Pihtakuusi	188		
1997	Tammi	180		
1998	Douglas kuusi	189		
1999	Sypressi	219		
2000	Tuomipihlaja	201		
2001	Sembramänty	219		
2002	Hopeakuusi	170		
2003	Lehmus	134		
2004	Vuorimänty	193		
2005	Hevoskastanja	170		
2006	Balsamipihta	126	<b>yhteensä</b>	<b>4805</b>

# Seuranmestaruuskilpailut

Kaikki tulokset radoittain

## Normaalimatka 24.9. Varisjoki

### Rastireitti

1. Aki Ajalin	15.40
2. Tiina Anttila	18.44
3. Henna Yliluikki	20.49
4. Nico Kerkola	22.20
5. Janina Nieminen	24.16
6. Terhi Ahonpää	24.25
7. Tuomas Ahonpää	27.05
8. Juho-Petteri Lindblom	30.12
9. Teemu Anttila	33.42
10. Teemu Kerkola	36.15
11. Hilda Yliluikki	41.01
12. Santeri Lindblom	1.04.37

### 5,26 km

1. Esko Salminen	42.32
2. Lasse Kallio	50.14
3. Rauno Visa	53.16
4. Reino Sinnelä	54.15
5. Raimo Karvonen	56.04
6. Tiina Kerkola	56.33
7. Lasse Kataja	1.03.21
8. Kaisa Jääskeläinen	1.03.26
9. Matti Mäkirinne	1.04.04
10. Aare Virta	1.06.58
- Sanna Karjalainen	Ei aikaa
- Sauli Hyytiäinen	Ei aikaa

### 2,56 km

1. Riikka Ajalin	25.20
2. Minna Nurminen	25.32
3. Toni Anttila	26.32
4. Riku Kerkola	36.36

### 3,00 km

1. Seija Määttänen	45.21
2. Tuula Tulokas	58.32

### 3,78 km

1. Pirjo Karvonen	1.08.45
2. Raili Laaksonen	1.11.24
3. Ritva Nurminen	1.15.12

### 7,15 km

1. Matti Yliluikki	44.55
2. Rauno Hakala	45.48
3. Mika Kerkola	52.08
4. Jouni Anttila	55.47
5. Petteri Lindblom	1.00.14
6. Jouni Hietanen	1.03.51
7. Tuomo Ratia	1.12.21
- Harri Sinnelä	Ei aikaa
- Petri Riikonen	Ei aikaa
- Arto Sinnelä	Ei aikaa

## Pikamatka 21.10. Lemula

### 1,46 km

1. Minna Nurminen	20.15
2. Riikka Ajalin	20.46
3. Aki Ajalin	25.58
4. Nico Kerkola	29.41
5. Toni Anttila	30.15
6. Tiina Anttila	33.15
7. Riku Kerkola	35.10
8. Terhi Ahonpää	37.24

### 2,44 km

1. Tiina Kerkola	22.31
2. Ulla Mellin	37.59
3. Seija Määttänen	47.33
4. Ritva Nurminen	58.23

### 3,27 km

1. Matti Yliluikki	23.42
2. Mika Kerkola	24.14
3. Petteri Lindblom	29.19
4. Jouni Anttila	30.26
5. Jouko Visa	33.15
6. Timo Himberg	33.34
7. Risto Nuuros	34.06
8. Lasse Kataja	35.17
9. Jyrki Kuusisto	35.40
10. Eero Nurminen	36.57
11. Mikko Mäkirinne	37.44
12. Rauno Visa	38.35
13. Matti Mäkirinne	41.53
14. Sauli Hyytiäinen	48.12
15. Aare Virta	57.49
16. Lasse Kallio	57.57
17. Mauri Sinnelä	1.02.04
- Arto Sinnelä	Ei aikaa

## Yö 21.10. Sisumaja

### Rata 1

1. Tiina Kerkola	33.12
2. Jouko Visa	37.25
3. Lasse Kataja	37.36
4. Lasse Kallio	42.44
5. Rauno Visa	43.26
6. Mauri Sinnelä	51.57
7. Ulla Mellin	52.42
8. Tuomo Ratia	53.24

### Rata 2

1. Mika Kerkola	42.05
2. Matti Yliluikki	43.12
3. Jouni Anttila	45.37
4. Petteri Lindblom	46.04
5. Eero Nurminen	1.02.17
6. Asko Määttänen	1.07.05

# **Dream team Suomusjärven Sisu 49'ersin kootut lausahdukset Sulkavalta Saloon**

## **SULKAVA 2003**

“Asetuttuani kartan alle odottamaan lähtölaukausta, alkoi Sibeliuksen Finlandia soida, tunne oli todella isänmaallisen upea.” (Juha 2003)

“Kunto ei ollu kehuttava koska hiekka-aavikon ylityksen jälkeen jalat tuntu olevan väärinpäin persuuksissa kiinni eli hapoilla oltiin pahasti.” (Timo 2003)

“Loppupuolella oli todella helppoja ns. juoksuvälejä, joista olen yleensä pitänyt, tällä kertaa ne menivät ikäänkuin hukkaan, kun ei kerta kaikkiaan enää jaksanut juosta kovaa.” (Jouni 2003)

“Puolen välin jälkeen alkoi vararavinto painaa jaloissa sen verran että askellus ei ollut ehkä niitä eteenpäin vievimpiä eikä kauneimpia.” (Petteri 2003)

“Ajauduin oikealle, niin että loppujen lopuksi olin kääntynyt 90 astetta ja olinkin fyysisesti eri polulla kuin kartalla.” (Jarkko 2003)

“Kun ei vauhti päätä huimaa, niin lippukin löytyy aika mukavasti ja olivathan rastipisteet kohtalaisen selviä ja helposti otettavia... kunhan valitsi oikean uran.” (Jyrki 2003)

“Pienen haahuilun jälkeen pakko mennä tieltä hakemaan vauhtia ja eikun ensiapupisteen kautta rastille, varmasti tuli kilometri ylimääräistä.” (Eetu 2003)

## **JÄMIJÄRVI 2004**

“Olisi pitänyt sittenkin rynnäätä alun jäkäläkankaalla oikein kunnolla, olisi ollut mahikset nopeampaan letkaan.” (Eetu 2004)

“Otin kevyitä juoksuaskelia saaden “koneen” käyntiin ilman vaurioita ja alkukankeuden jälkeen juoksukin lähti kulkemaan mukavasti.” (Juha 2004)

“Tulostaululla totesin, että tämä Jukola jää kohdallani todennäköisesti historiankirjoihin: tämän jälkeen tuskin juoksen alle 6,5 minuutin kilometrivauhtia Jukola-osuudella ellei sitten joskus juosta sänkipellolla lehmänmunien ollessa rastipisteinä.” (Timo 2004)

“Osuidellani sainkin ohitettua paljon porukkaa, ja tuntui, että menee hyvin, tosin vähän väliä 5:n osuuden juoksijat pyyhälsivät kovaa vautia ohitseni, ja sain taas todeta, ettei vauhti riitä.” (Jouni 2004)

“Nilkka taipuu ja mies on kuin laiturille laskettu kiihkotautinen sonnimullikka.” (Petteri 2004)

“Tule Jämille juoksemaan hienoissa kangasmaisemissa, hemmetti musta tuntui että sain rämpiä koko matkan suossa.” (Jarkko 2004)

“Ainoa epäkohta tässä menestystarinassa oli perhepoliittisista syistä talvella lähes unohtunut peruskuntoharjoittelu, joten n. 16km lenkki imi miehestä mehut kohtalaisen tarkkaan.” (Jyrki 2004)

## **ANJANLANKOSKI 2005**

“Jatkuva ylös-alas pomppiminen ja “kikkailu” kivikoissa alkoi vaatia veronsa ja noin 10km jälkeen muutamassa tiukemmassa nousussa oli happomäärä jaloissa jo sitä luokkaa, ettei mäen päällä enää kirmaistukaan vauhtiin noin vain kuin “rusakko makuulta” vaan pikemminkin kuin “mummo hangessa” ;-)” (Jyrki 2005)

“Suuntavaistokin sekoaa; ei mitään hajua missä ollaan.” (Eetu 2005)

“Yhden rastivälin muistan juosseeni takana olleen vanhemman tekijän neuvojen nojalla: ota karvan verran vasempaan, tuon nyppylän jälkeen ketunhännän verran oikealle ja sitten vaan niin kuin telkkä pönttöön leimaamaan.” (Juha 2005)

“Taimikossa juoksenteli porukkaa joka ilman suuntaa ja 5 min hippaa leikittyäni älysin mennä 50 metriä oletusta eteen päin vaalean vihreään josta rasti löytyi.” (Timo 2005)

“Tämän jälkeen takaisin teltalle laittamaan suunnistusvarusteet päälle ja sitten vessan kautta vaihtoalueelle.” (Jouni 2005)

“Letkaa yritin jättää, ja tuloksena oli että, jouduin itse juoksemaan letkaa kiinni.” (Petteri 2005)

“Koskematon maasto ja hiljaisuus pysäytti, pisti ottamaan suuntaa ja selvittämään sijaintia.” (Jarkko 2005)

## **SALO 2006**

“Lähdössä oli aika pirteä olo, mutta se karisi siihen ensimmäiseen mäkeen.” (Jarkko 2006)

“Kartan kouraan saatuani aloitin oman urakkani kiipeämällä Maalun rinnettä kohti K-pistettä ja hiljaa toistelin itselleni, että “rauhassa vain, matkaa riittää ja tällä vauhdilla ei ole varaa pummeihin...” (Jyrki 2006)

“Pieni tankkaus ja rupatteluhetki tuttujen kanssa juomapisteellä antaa taas kumasti voimaa ja matka jatkuu.” (Eetu 2006)

“Menin varmuuden vuoksi vaihtopuomille ja kuinka ollakaan, Eerohan se sieltä saapui reippain askelin vaihtoon.” (Juha 2006)

“Kiivetessäni mäkeä alkoi epäilyttää, missään ei ollut jälkiä, ketään ei näkynyt, notkelmasta löytyi kuitenkin selvä ura ja netin reittipiirroksista löytyi monta samaa reittiä käyttänyttä.” (Timo 2006)

“Sitten vaan juoksentelin edestakaisin, kunnes olin jo miltei seuraavalla rastillani, lopulta tajusin missä olin ja sain hommasta otteen, taisi tulla miltei 10 min pummi, mutta ei voi mitään.” (Jouni 2006)

“Viimeisen rastin leimaus ja äänekäs, jotenkin kuohahtavan vaahtoava, kannustus mallasrastilta vauhdittivat viimeiset 340 metriä kohti maalia.” (Petteri 2006)

## Otteita SuSi-seikkailun päiväkirjasta

SuSi-seikkailu käytiin maaliskuusta elokuuhun. SuSi-seikkailun tarkoitus oli mahdollisuuksien kokeileminen, uuden lajin löytäminen ja innostuneisuus pienen porkkanan avulla. Kun oli kerännyt seitsemän leimaa SuSi-seikkailun eri tapahtumista (vähintään kolme eri lajia), sai SuSi-seikkailu T-paidan viimeisessä tapahtumassa 6.8. SuSi-seikkailukortin sai ensimmäisessä tapahtumassa, johon osallistui. Kortti otettiin aina mukaan kun menttiin eri SuSi-seikkailu tapahtumiin, joissa sai leiman korttiin.

Ajatuksia SuSi-seikkailusta Hupun (Heli Pohjola) ja Teppanan (Terhi Sinnelä) miettein:

- *Oli mukava nähdä, kun lapset toivat innolla leimattavaksi korttejaan, ja uskomme, että pienen kannustimen avulla osa lapsista jopa kokeili lajia, jota ei ehkä tuntenut niin tutuksi..*
- *Monessa SuSi-seikkailutapahtumassa mukana olleena tuli niin mukava fiilis siitä, että lapset olivat innolla mukana. Oli myös kiva nähdä SuSi-vaelluksessa ja SuSi-seikkailussa koko perheen osallistuminen leikkimielisiin temmellyksiin.*



## **SuSi-seikkailun tapahtumat ja pomintoja:**

- Su 12.3. Sarjahiihdot, Sisumaja, kaikki sarjat  
Su 2.4. Koko perheen vaellus, lähtö Suomusjärven koululta.  
Nuotiolla makkaranapaistoa.

Kysymykset, oikeat vastaukset ja tulokset:

### **Karttatehtävä**

Oikea vastaus: C

### **1. Kuka palkittiin Sisun parhaaksi urheilijaksi vuonna 2005?**

- A) Tiina Kerkola  
B) Raimo Karvonen  
C) Seija Määttänen
- Oikea vastaus: A

### **2. Kuka on Sisun sihteeri?**

- A) Terhi Sinnelä  
B) Kirsi Murtomäki  
C) Jouni Anttila
- Oikea vastaus: B

### **3. Kuinka monta suunnistuksen maailmanmestaruusmitalia Risto Nuuros on voittanut?**

- A) ei yhtään  
B) 4  
C) 1
- Oikea vastaus: B

### **4. Kuka on Nalle Puhin ystävä?**

- A) Aku Ankka  
B) Nasu  
C) Uppo Nalle
- Oikea vastaus: B

## **Tulokset:**

### 5 oikein eli kaikki oikein:

Trio Määttäset                      Kvartetti Määttäset                      Seppo L. Koski

### 4 oikein

Anttilat                                  Nummiset                                  Leena Sainio  
Perhe Lintula                          Team Katinkontti                          Ahonpää

### 3 oikein

Touko ja Kari

### 2 oikein

Friimanit                                  Team Lahti                                  Wippetti

Ke 12.4.                      Ykkössuunnat, Suomensjärven koululla  
Ma 1.5.                      Jalkkis 3.-6. luokkalaisille, pallokenttä. Ohjaajana Tero Määttänen.  
Su 7.5.                      Suunnistuskoulu: pihasuunnistus Suomensjärven koululla  
Ma 8.5.                      Jalkkis 3.-6. luokkalaisille, pallokenttä. Ohjaajana Tero Määttänen.  
To 11.5.                      Maastojuoksukilpailut. Yleisurheilukentällä. Kaikki sarjat.  
Ma 15.5.                      Jalkkis 3.-6. luokkalaisille, pallokenttä. Ohjaajana Tero Määttänen.  
Su 21.5.                      Suunnistuskoulu: rastireitti ja tukireitti urheilukenttä  
Su 28.5.                      Suunnistuskoulu: rastireitti ja tukireitti Sisumajalla  
Ti 13.6.                      Lasten Ykkönen urheilukentällä Ohj. Heli Pohjola ja Terhi Sinnelä.  
Ti 13.6.                      Startti Pesikseen 7.lk-aikuiset koulun kenttä.  
To 15.6.                      Junnu-lentis yli 10-vuot. koululla Ohj. Johanna, Heidi, Marjaana.  
Ti 20.6.                      Lasten Ykkönen urheilukentällä  
Ti 27.6.                      Lasten Ykkönen urheilukentällä  
Ti 4.7.                      Lasten Ykkönen urheilukentällä  
Su 30.7.                      Sisun yleisurheilukilpailut urheilukentällä  
Su 6.8.                      SuSi-seikkailun päätös SuSi-seikkailuna Sisumajalla.  
Tehtäviä, makkaranpaistoa, saunomista, uimista ja iloista  
SuSi-mieltä!

## **SuSi-seikkailun päätös SuSi-seikkailuna sunnuntaina 6.8.2006 keräsi mukavasti viitisenkymmentä seikkailijaa Sisumajalle!**

Ohjelmassa oli erilaisia tehtäviä, saunomista, uimista ja makkaranpaistoa, sekä kohokohtana SuSi-seikkailu T-paidan saaminen mikäli oli kiertänyt vähintään 7 eri tapahtumassa ja kolmessa eri lajissa. Erilaiset tehtävät kierrettiin läpi koko perheen voimin, ja tehtävärastit sisälsivät seuraavia:

### **Kuinka korkea torni?**

- Kuinka monta palikkaa saadaan torniin ennen kuin kaatuu...

### **Pulloon vettä!**

- Vuoronperään kipaistaan hakemassa vettä järvestä mukiin ja katsotaan kuinka nopeasti perhe saa pullon täytettyä vedellä.

### **Pihalla piilossa pusseja!**

- Kuinka kauan menee aikaa kun perhe etsii 5 pussia, jotka on piilotettu Sisumajan tontille. Pussista piti ottaa aina yksi asia mukaan.

### Näiden kolmen tehtävän yhteispisteiden perusteella tulokset näyttävät tältä:

1. Nokkelat	12
2. Gimmel	13
3. Vilperit	14
4. Pulsijat	15
5. Trio Määttänen	17
6. Kvartetti Määttänen	19
7. Lintulat	20
7. Ahonpäät	20
9. Team Anttila	21
10. Vesikirput	23
11. Laaksoset	25

Päiväkirjan puolesta

*Terhi*

# Tuloksia

## Salon Seudun Rastiviesti, 6.6. Suojala, Sauvo

(3,2 + 2,4 + 2,8 + 2,8 + 2,8 + 3,2 km)

### Suomusjärven Sisu 1

1.	Hakala Rauno	18.11		6
2.	Karvonen Raimo	13.34	31.45	5
3.	Salminen Esko	19.00	50.46	5
4.	Yliluikki Matti	17.50	1.08.37	3
5.	Kerkola Tiina	19.18	1.27.55	5
6.	Kerkola Mika	21.49	1.49.45	5

### Suomusjärven Sisu 2

1.	Lindblom Petteri	21.18		11
2.	Hyytiäinen Sauli	15.38	36.56	8
3.	Visa Jouko	21.00	57.57	10
4.	Laakso Riikka	20.39	1.18.36	8
5.	Laaksonen Lasse	20.20	1.38.57	9
6.	Anttila Jouni	28.08	2.07.05	8

### Suomusjärven Sisu 3

1.	Sainio Jarkko	24.36		14
2.	Kallio Lasse	16.13	40.50	11
3.	Jääskeläinen Paula	24.55	1.05.45	12
4.	Jääskeläinen Kaisa	23.26	1.29.11	12
5.	Nurminen Eero	24.11	1.53.23	11
6.	Kuusisto Jyrki	29.00	2.22.23	11

### Suomusjärven Sisu 4

1.	Hietanen Jouni	29.01		18
2.	Ajalin Riikka	20.40	49.41	21
3.	Visa Rauno	23.05	1.12.47	18
4.	Lietzén Elise	23.35	1.36.22	15
5.	Laaksonen Raili	32.14	2.08.37	18
6.	Himberg Timo	27.53	2.36.30	15



## Suomusjärven Sisu 5

1.	Virta Aare		30.11	22
2.	Nurminen Minna	19.29	49.40	20
3.	Tulokas Tuula	34.56	1.24.37	22
4.	Karvonen Pirjo	44.59	2.09.36	23
5.	Mellin Ulla	35.32	2.45.08	21
6.	Hietalahti Jorma	44.56	3.30.04	20

## Halikko-viesti, 14.10.2006 Kokkila, Halikko

Sisun ykkösjoukkue puuttuu virallisista tuloksista väärän leiman takia. Sijoitus ei ole virallinen, paitsi ensimmäisen osuuden osalta, jonka tulokset on otettu virallisista tuloksista.

## SuSi I

5,5 km	Rauno Hakala	32.42	<b>17.</b>
5,4 km	Jouko Visa	43,48	
	Lasse Laaksonen	40.44	
	Jouni Anttila	38.26	<b>38.</b>
3,1 km	Riikka Ajalin	26.13	
	Elina Laakso	22.32	
	Riikka Laakso	24.58	<b>38.</b>
3,9 km	Reino Sinnelä	39.57	
	Risto Nuuros	34.09	
	Raimo Karvonen	29.50	<b>37.</b>
6,0 km	Petteri Lindblom	44.03	
	Mika Kerkola	41.23	
	Matti Yliluikki	40.10	<b>30.</b>
3,9 km	Tiina Kerkola	28.36	<b>25.</b>
7,9 km	Sakari Parttimaa	1.04.38	<b>33.</b>

**SuSi II**

5,5 km	Kimmo Vuorela	45.40	45.40	<b>117.</b>
5,4 km	Lasse Kallio	54.39		
	Lasse Kataja	45.37		
	Sauli Hyytiäinen	48.42	1.40.19	<b>111.</b>
3,1 km	Raili Laaksonen	28.40		
	Lotta Laakso	28.2		
	Kaisa Jääskeläinen	27.43	2.08.02	<b>99.</b>
3,9 km	Sanna Karjalainen	53.12		
	Rauno Visa	41.38		
	Pentti Ahola	35.34	2.53.10	<b>90.</b>
6,0 km	Jouni Hietanen	1.03.42		
	Tuomo Ratia	1.01.16		
	Eero Nurminen	48.49	3.47.19	<b>89.</b>
3,9 km	Paula Jääskeläinen	42.24	4.29.44	<b>88.</b>
7,9 km	Jyrki Kuusisto	1.13.16	5.43.00	<b>92.</b>

**SuSi III**

5,5 km	Eetu Rajala	37.50	37.50	<b>80.</b>
5,4 km	Arto Sinnelä	51.20		
	Aare Virta	51.32		
	Matti Mäkirinne	54.51	1.32.42	<b>97.</b>
3,1 km	Riku Kerkola	34.25		
	Toni Anttila	33.50		
	Merja Hakala	29.41	2.03.36	<b>90.</b>
3,9 km	Riitta Ynnilä	55.35		
	Ulla Mellin	1.03.51		
	Jorma Hietalahti	41.03	3.07.05	<b>107.</b>
6,0 km	Mauri Sinnelä	1.01.31		
	Jarkko Sainio	57.34		
	Jaakko Lietzén	52.48	3.59.53	<b>98.</b>
3,9 km	Pirjo Karvonen	52.07	4.52.01	<b>102.</b>
7,9 km	Rami Heikkonen	1.00.06	5.52.07	<b>96.</b>

## 43-Kavlen

43-Kavlenista oli myös tänä vuonna kotiin tuomisena palkintosija H55-sarjan ykkösjoukkueen oltua hienosti toinen. Sisun kokenut kaarti näytti jälleen kaikkien joukkueiden osalta taistelevansa laajalla rintamalla pohjoismaiden parhaimmiston mukana hyvistä sijoituksista.

(Suluissa sijoitus vaihdossa)

### H55

#### SuSi I

Lasse Kallio, 41.26 (10.)  
Reino Sinnelä, 43.08 (7.)  
Pentti Ahola, 30.13 (4.)  
Esko Salminen, 44.49 (2.)  
Risto Nuuros, 43.55 (2.)

#### SuSi II

Lasse Laaksonen, 40.51 (2.)  
Lasse Kataja, 48.28 (16.)  
Matti Mäkirinne, 37.53 (19.)  
Aare Virta, 53.03 (19.)  
Mauri Sinnelä, 52.48 (21.)

### HD60

#### SuSi I

Sauli Hyytiäinen, 33.38 (3.)  
Seija Määttänen, 47.41 (26.)  
Raimo Karvonen, 36.30 (15.)

#### SuSi II

Rauno Visa, 34.03 (7.)  
Raili Laaksonen, 33.33 (3.)  
Jouko Visa, 36.53 (7.)

#### SuSi III

Jorma Hietalahti, 37.41 (19.)  
Tuula Tulokas, 40.16 (19.)  
Pirjo Karvonen, 54.32 (28.)

# Suomusjärven Sisun suunnistusjaosto

Kokoonpano vuonna 2007:

Karjalainen Sanna

Lindblom Petteri

Ratia Tuomo

Sinnelä Arto

Sinnelä Mauri

Virta Aare

Visa Jouko

Seuran kotisivut: <http://suomusjarvensisu.fi/>

Taitto: Lasse Lehtinen

Toimittaja: Sanna Karjalainen

Painos: 80

Avustajat:

Tiina Kerkola

Petteri Lindblom

Arto Sinnelä

Mauri Sinnelä

Terhi Sinnelä

**Suomusjärven Sisun**  
**Perustettu 1948**

