

vammais urheilu &

4/2017 | Hinta 7,90 € | www.vammaisurheilu.fi

LIIKUNTA

**TALVIPARA-
LYMPIALAISET
9.–18.3.2018**

Uusi Tähti

Matti Suur-Hamari on ehtinyt muutamassa vuodessa voittaa paralumilautailussa kaiken paitsi paralympiakultaa. Ja sekin voi korjaantua maaliskuussa Etelä-Koreassa.

NAINEN NYT!

KokoNAIS-seminaari

9. - 10.3.2018

LIIKUNTAKESKUS PAJULAHTI

Rikotaan rajoja ja lisätään naisenergiaa kaikille naisliikunnasta kiinnostuneille!

Naisten tapahtuma Pajulahdessa teemana talviliikunta, hyvinvointi ja liikunnan hyvät haasteet naisten päivän viikolla.

LEMPPEÄSTI LUMELLA

Hyvänolon iltapäivä perjantaina:

Tutustutaan talviliikuntaan ja sen soveltamiseen: mm. kelkka-hiihto, potkukelkkailu, pilkkiminen, lumenveisto ja lumikenkäily.

Lisäksi: hierojaopiskelijat tarjoavat intialaista päähierontaa klo 15-18 hintaan 15€. Varaa samalla oma aika hemmotteluun!

OHJELMALLINEN ILLANVIETTO

Saari-kabinetissa perjantai-iltana, komiikkaa ja kuohuvaa!

KokoNAIS-SEMINAARI

Lauantaina suunnattuna niille joiden mielestä miehiseen vammaisurheilun maailmaan tarvitaan lisää naisenergiaa. Aiheita naisliikunnasta, naiseudesta ja jaksamisesta. Puheenvuorojen alustajina vammaisia naisia liikunnan ja urheilun kentältä ja kentän laidalta.

Tapahtumassa on yleisavustajia.

Juontajana VAU ry:n verkostokoordinaattori Tiina Siivonen.

Tule mukaan, ylitä itsesi, inspiroidu liikunnasta!



HINTA JA ILMOITTAUTUMINEN

HINTA

Koko seminaari pe-la alkaen 100€/hlö (2hh)
sisältää ohjelman, ohjelman mukaiset ruokailut ja majoituksen kahden hengen huoneessa

Osaseminaareina:

Lempeästi Lumella pe 30€

sisältää ohjauksen ja illanvieton salaattibuffalla ja kuohuvalla

KokoNAIS-seminaari la 70€

sisältää seminaariohjelman, lounas ja kokouskahvin

Lisätietoa ja tarkempi ohjelma sivuiltamme

<http://pajulahti.com/kokonaisseminaari/>

VIRPI REMAHL puh. 044-77 55 350

virpi.remahl@pajulahti.com

Ilmoittautuminen ja maksu:

Sivujemme kautta tai allaolevasta linkistä:

[Ilmoittautuminen](#)

Ryhmät ilmoittautuvat sähköpostitse Virpi Remahlille

Yhteistyössä:

Liikuntakeskus Pajulahti

Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry

Rusetti ry - Vammaisten naisten valtakunnallinen yhdistys ry



Pajulahti

Liikuntakeskus Pajulahti
Pajulahdentie 167, 15560 Nastola
p. 03 885 511

www.pajulahti.com

Sisällys

Vammaisurheilu & -liikunta -lehti nro 4/2017



6



16



32

TEEMA

Pääkirjoitus	5
Talviparalympialaiset:	
Lumilautailija Matti Suur-Hamari	6
Alppihiihtäjä Santeri Kiiveri	8
Maastohiihtäjä Inkki Inola	9
Ilkka Tuomisto, Sini Pyy ja pyörätuolicurlingjoukkue	10
Pyeongchangin kisat pähkinänkuoressa	11
Liikuntakeskus Pajulahti	12
Pajulahti Games ja naisliikuntaseminaari	14
Kolumni: Hanna Vilmi	15
Tyttöjen ja naisten Unified-koripallo	16
Löydä oma seura -palvelu	18
Lyhyesti	20
Mediakatsaus ja Tiesitkö että...	21
Tutkittua	22
Näkökulmakolumni: Lasse Keski-Loppi	23

HUIPULLA

VAU:n valmennusjärjestelmä	24
Kiipulan urheiluakatemiatoiminta	25
Down-uimari Aleks Kaidesoja	26
Sydämensiirron saanut Jarmo Leväinen	27
Arvokilpailukooste	28
Lyhyesti	29
Ennen ja nyt: Hannele Pöysti	30

LIIKUNTAMAA

Apuvälinemessut ja Liikuntamaa jälleen uuteen kävijäennätykseen	32
VAU:n Hyvä tyyppi -vapaaehtoispalkinnot kymmenelle ansiotuneelle	34

SPORTTIKLUBI

Valtti-ohjelma	36
Lyhyesti	38
Junior Games	39
Malike-liikuntavinkki	40

KUNTOILLEN

Kaikki liikkuu – kärry kiertää	41
Erkkana olemisessä on eroja Turussa ja Kittilässä	42
Lyhyesti	44

Svenska sidor	45
VAU tiedottaa	47

Teema
Suomen
huiput

Seuraava lehti ilmestyy
4.4.2018

SANTASPORT LAPIN URHEILUOPISTO

on hyvinvoinnin ja urheilun
keskus Rovaniemellä



Santasport Lapin Urheiluopisto on koulutus- ja vapaa-ajan keskus Rovaniemen Ounasvaaralla, joka tarjoaa puitteet niin perhelomalle, harrastuksille kuin kansainvälisen tason urheilutapahtumille. Majoitus-, ruokailu- sekä monipuoliset liikunta- ja vapaa-ajan palvelut löytyvät saman katon alta. Santasport Lapin Urheiluopisto on myös yksi Suomen Olympiakomitean virallisista Olympic Training Center -valmennuskeskuksista.

Saman katon alta löydät myös VAU ry:n pohjoisen alueen yhteyshenkilön!

Ota yhteyttä:

Myynti, 020 798 4222, sales@santasport.fi

VAU ry yhteydenotot: Jarno Saapunki

040 737 5882, jarno.saapunki@vammaisurheilu.fi

SANTA SPORT

Lapin Urheiluopisto

vammais urheilu & LIIKUNTA

TILAA
NYT!



TILAUSKUPONKI

Olen VAU:n jäsenyhdistyksen jäsen en kyllä
VAU:n jäsenyhdistyksen/seuran nimi _____

JÄSENHINTA

Vammaisurheilu & -liikunta
-lehti 20 euroa/vuosi

Nimi _____

TILAUSHINTA

Vammaisurheilu & -liikunta
-lehti 30 euroa/vuosi

Lähiosoite _____

SÄHKÖINEN LEHTI - MAKSUTTA

Sähköinen lehti sähköpostiin *)
(pdf tai html)
 Daisy
(äänite lukemisesteisille)

Postitoimipaikka _____

Puhelin _____

Sähköposti *) _____

Haluan tilauksen
alkavan numerosta _____

Syntymävuosi _____

Lehtitilaukset osoitteella Suomen Vammaisurheilu & -liikunta VAU ry/lehtitilaus
Radiokatu 20, 5. krs., 00240 Helsinki tai toimisto@vammaisurheilu.fi tai puh. 044 752 9360

TOIMITUS

Suomen Vammaisurheilu ja
-liikunta VAU ry
Radiokatu 20, 5. krs., 00240 Helsinki
puh. 044 752 9360
etunimi.sukunimi@vammaisurheilu.fi
www.vammaisurheilu.fi

PÄÄTOIMITTAJA

Lauri Jaakkola
lauri.jaakkola@vammaisurheilu.fi
Twitter: @LauriJaakkola

TOIMITUSTIIMI

Lauri Jaakkola, Aija Saari,
Riikka Juntunen, Leena Kumm

ULKOASU

Mainostoimisto Huima, Huittinen

JULKAISIJA

Suomen Vammaisurheilu ja
-liikunta VAU ry
toiminnanjohtaja Riikka Juntunen
puh. 0400 340 091
puheenjohtaja Erkki Lönnrot
puh. 0400 501 859

Yhteistyössä Suomen
Paralympiakomitean kanssa.

ILMOITUSMYynti

Scanetto Oy
aineistot@scanetto.fi

PAINOPAikka

ForssaPrint, Forssa
Painosmäärä 5500 kpl
ISSN 1798-7334

TILAUKSET JA OSOITTEENMUUTOKSET

toimisto@vammaisurheilu.fi
puh. 044 752 9360

ILMESTYMINEN 2018

NRO 1 4.4. Löydä oma seura
NRO 2 13.6. Kunnat
NRO 3 3.10. Koululiikunta
NRO 4 12.12. Kuntoutus

KANNEN KUVA

Paralumilautailija Matti Suur-Hamari
Kuva: Harri Tarvainen

Toimitus pidättää oikeuden lyhentää,
muokata sekä jättää julkaisematta
toimitukselle lähetettyjä juttuja.

Aikakauslehtien liiton jäsen



www.facebook.com/
vammaisurheilu



@vammaisurheilu



Yhdessä enemmän

Monella vammaisurheilun ja -liikunnan toimijalla on vielä mielessä vuosien 2007–2009 yhdistymisprosessi, jonka seurauksena VAU syntyi. Kenttä ja työnyrkki kävivät vuoropuhelua, luotiin yhteiset säännöt, mietittiin kolmivuotissuunnitelmaa, etsittiin yhteiset toimitilat, valittiin hallitus ja valtuusto, tehtiin sopimuksia, keskusteltiin yhdessä ja luotiin yhdessä uusi liikuntajärjestö. Osansa oli niin järjestöjen toimijoilla kuin opetus- ja kulttuuriministeriöllä ja erityisesti **Timo Haukilahdella**, joka oli tiiviisti prosessissa mukana.

Seitsemän vuotta yhdistymisen jälkeen voidaan todeta, että huolellinen valmistautuminen loi toimivan pohjan, jolle on ollut hyvä rakentaa toimintaa. Totta on, että monesta vanhasta asiasta on luovuttu. Tilalle on tullut uutta, jota yksikään VAU:n perustajista ei olisi saanut yksin aikaan. Vaikka järjestöjen yhteistyölläkin saavutettiin hyviä tuloksia, onnistumisen avain on ollut yhteinen järjestö. Yhdessä ja erikseen -ajattelu antaa mahdollisuuden keskittyä niin vertaispohjaiseen toimintaan kuin kaikille avoimeen liikuntaan ja urheiluun. Yhtenä onnistumisen avaimena voidaan pitää myös luottamustoimisten ja toimihenkilöiden hyviä ja luottamuksellisia välejä sekä halua edistää vammaisurheilun ja -liikunnan elinvoimaisuutta. Valmentajat, vertaisohjaajat, vapaaehtoiset, kouluttajat, avustajat ja kaikki toiminnassa mukana olevat ovat tuoneet omaa osaamistaan mukaan yhteisöömme. Onneksi mukana on ollut myös kriittisiä ääniä, joita ilman kehitystä ei olisi tapahtunut. Olemme erilaisia – ja hyvä niin!

Tämän vuoden aikana Suomen Paralympiakomitea on käynyt jäsentensä kanssa vuoropuhelua suomalaisesta vammaisurheilusta ja vammaishuippu-urheilusta. Prosessin aikana esille nousi vahvasti myös Paralympiakomitean ja VAU:n yhteistyön lisääminen sekä mahdollisen yhdistymisen selvittäminen, unohtamatta Olympiakomitean roolia.

VAU:n osalta olemme todellakin olleet yhdessä enemmän kuin olimme ennen VAU:n perustamista. Voisiko näin olla myös VAU:n ja Paralympiakomitean osalta?

Kevään 2018 aikana tulemme järjestämään 15 paikallista vammaisurheilun tulevaisuusiltaa, jonne toivotamme kaikki tervetulleiksi keskustelemaan. Samoissa illoissa perataan VAU:n päivitettyä visiota ja strategiaa. Toukokuussa kokoonnumme liittokokoukseen päättämään tulevasta toiminnasta ja valitsemaan uusia vaikuttajia valtuustoon ja hallitukseen.

Me uskomme ajassa elämiseen, rohkeisiin päätöksiin ja muutosten tekemiseen. Mihin sinä uskot?

ERKKI LÖNNROT
HALLITUKSEN PUHEENJOHTAJA

RIIKKA JUNTUNEN
TOIMINNANJOHTAJA

Teema

Suomen huiput



MESTARI- AINESTA

Lumilautailija **Matti Suur-Hamariin** kohdistuvat suomalaisittain suurimmat mitaliodotukset Pyeongchangin talviparalympialaisissa. Mies itse ei tosin taida paineita niskassaan tuntea.

TEKSTI: LAURI JAAKKOLA KUVAT: HARRI TARVAINEN

On olemassa urheilulajeja, joissa paraurheilijan on ainakin periaatteessa aivan realistista pärjätä kilpailuissa vammattomia urheilijoita vastaan. Esimerkiksi jousiammunnan paralympiakultamitalisti **Jere Forsberg** on parhaimmillaan menestynyt mainiosti vammattomien taljajousikisoissa.

Ei tulisi kuitenkaan ensimmäisenä mieleen, että lumilautailu voisi olla yksi tällaisista lajeista. Mutta niin vain Matti Suur-Hamari, jonka vasen jalka on amputoitu polvesta alaspäin, voitti huhtikuussa Levillä lumilautakrossin Suomen mestaruuden.

– Lumilautakrossin olympiakävijä **Anton Lindfors** ei ollut kisassa mukana, mutta ei siellä mitään huonoja laskeijoita ollut vastassa, muun muassa **Peetu Piironen, Janne Korpi, Markus Malin** ja **Roope Tonteri**, Suur-Hamari toteaa.

Suur-Hamarin luettelema nelikko on paremmin tunnettu half pipe- ja big air-puolelta, mutta se ei himmennä imatralaislähtöisen Suur-Hamarin saavutusta: olla Suomen ykkönen lumilautakrossissa alle kahdeksan vuotta sen jälkeen, kun hänen jalkansa amputoitiin.

– Pystyn nykyään pysymään kyydisä, vaikka lasketaan lujaa ihan kansainväliselläkin tasolla. Ajatuksena onkin ollut jossain vaiheessa lähteä kokeilemaan vammattomien Euroopan cupin kisoihin, Suur-Hamari sanoo.

Suur-Hamari harjoittelee paljon vammattomien lumilautailun huippujen kanssa, treeniradat ovat vaikeita ja valmentaja **Mikko Wendelin**, entinen huipputasoinen laskija itsekin, laittaa systemaattisesti suojattinsa ylittämään rajojaan kerta toisensa jälkeen.

– Kun joutuu ylittämään itsensä treeneissä joka päivä ja puskemaan rajojaan eteenpäin, on silloin parapuolen kisojen hieman helpoimmilla radoilla paljon helpompi laskea, kun on koko ajan varma olo tekemisestään, Suur-Hamari selvittää ja kehuu Wendelinin lisäksi myös fysiikkavalmentaja **Hanna Levelahdella** olleen iso rooli viime vuosien menestyksessä.

31-vuotias suomalainen on ollut parin viime vuoden ajan maailman paras paralumilautailija luokassaan. Ensimmäisissä paralympialaisissaan Sotshissa 2014 Suur-Hamari jäi vielä kauas kärkisijoista, mutta sen jälkeen hän on voittanut muun muassa kolme MM-kul-

taa (2 x krossi, 1 x banked slalom) sekä arvostetun X-Games -kutsukilpailun.

Seuraava iso etappi on Etelä-Korean Pyeongchangissa maaliskuussa 2018 käytävät talviparalympialaiset.

– Ne ovat tietysti isot kisat, mutta ajattelen niin, että ne ovat silti kisat muiden joukossa. Kaikissa kisoissa, olivat ne isot tai pienet, pääsen tekemään sitä mistä eniten nautin, Suur-Hamari avaa ajattelutapaansa.

Median ja ns. suuren yleisön silmissä olympialaiset ja paralympialaiset ovat suurin mahdollinen näyttämö, mutta lumilautapiireissä X-Games -kisoille annetaan jopa enemmän painoarvoa.

– Olen aivan pienestä asti tuijottanut X-Games -kisoja, ja se on ollut se suurin juttu, joten oli uskomaton fiilis voittaa ne. Mutta on ollut myös suuri juttu, että lumilautailu on saatu paralympialajiksi ja sitä kautta sille lisää näkyvyyttä ja uusia harrastajia, Suur-Hamari sanoo.

– Ja onhan se kiistämätön fakta, että paralympiamitali on ainoa mikä minulta vielä puuttuu, hän toteaa.

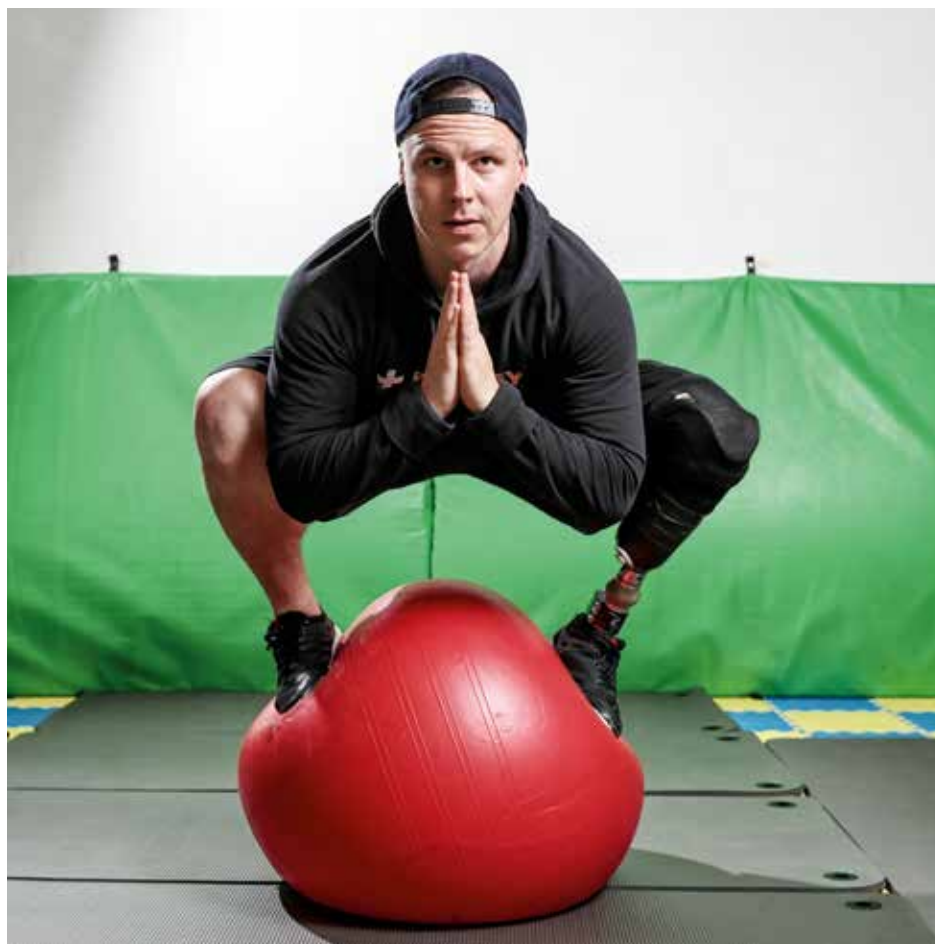
Suur-Hamari itse löysi aikoinaan paralumilautailun netin kautta sairaalavuoteella, ja yhdysvaltalainen **Evan St-**



rong on toiminut hänelle esikuvana. Suur-Hamari tietää olevansa nyt itse roolimalli, hurjaa vauhtia rinteessä etenevä esimerkki siitä, että jalka-amputaation jälkeen voi pystyä vaikka mihin.

– Aika ajoin tulee yhteydenottoja, kun vastavammautuneet kyselevät neuvoja ja apua siihen tietämättömyyteen, joka itseänikin kalvasi silloin alkuvaiheessa. Olen usein käynyt heitä tapaamassakin. Se on minulle tosi tärkeä juttu, sillä itse sain niin ison sykäyksen ja liekin palamaan lumilautailun kautta, sanoo vuonna 2009 Tampereella sattuneessa moottoripyöräönnettomuudessa vammautunut Suur-Hamari.

– Eihän sen täydy olla juuri lumilautailua tai edes urheilua, on vain tärkeää, että löytää jotain, jolla saa tsemppiä jokapäiväiseen elämään, hän jatkaa. ●



Menestysvuosia edessä

Para-alppinisti **Santeri Kiiveri** voi hyvin menestyä jo maaliskuun talviparalympialaisissa, mutta kävi miten kävi, aika on 17-vuotiaan laskijan puolella.

TEKSTI: LAURI JAAKKOLA KUVA: SKI SPORT FINLAND

Lappeenrantalainen Kiiveri käy toista vuotta lukiota kaukana kotoa Kuusamosa, jossa hän kuuluu luki-on alppiryhmään.

- Treenaan oman ikäisteni vammattomien laskijoiden kanssa ja siellä pääsee mittamaan kellon kanssa omaa vauhtiaan heihin. Se auttaa varmasti parapuolen kisoihin valmistautumisessa, kun treenivastus on koko ajan kovaa tasoa, Kiiveri, 17, sanoo.

Nykyään Kiiverin ohjelmaan kuuluu kansainvälisten kisojen lisäksi myös runsaasti leirejä ulkomailla. Kiiverin valmentajana toimii slovenialainen **Roman Rozman**.

Kiiverillä on synnynnäinen olkahermopunosvaurio, jonka myötä hänen oikea kätensä on lähes toiminta-

kyvytön. Laskiessaan Kiiveri asettaa kätensä numeroliivin sisään. Hän on kuitenkin kilpaillut käytännössä koko ikänsä vammattomien sarjoissa.

- En edes pitkään aikaan tiennyt, että voisin osallistua parapuolen kisoihin. Isälleni tultiin kertomaan tällaisesta mahdollisuudesta, kun olin jo monta vuotta laskenut ihan normaallikisoissa, Kiiveri sanoo.

Hän osallistui ensimmäisiin kansainvälisiin para-alppihiihtokisoihin jo 12-vuotiaana. Vuosi vuodelta kehitysaskeleet ovat seuranneet toisinaan. Kaudella 2016–2017 Kiiveri nousi lopullisesti lajinsa kärkikahinoihin, mikä toi mukanaan myös aikaisen valinnan maaliskuussa 2018 käyttöön Etelä-Korean paralympialaisiin.

- Viime kausi oli läpimurto itselleni, Eurooppa cupin voitto ja palkintopal-

lisijoituksia maailmancupin pujotteiluissa. On paljon helpompi lähteä paralympiakauteen, kun on menestystä alla, Kiiveri sanoo.

Vuoden 2017 MM-kilpailuissa Italiassa Kiiveri jäi vielä sekunteja mitalisijoista, joten paralympiamitalistista puhumisessa olisi aimo annos optimismia mukana. Toisaalta nuori laskijalupaus on aiempinakin kausina ottanut isoja kehitysharppauksia, joten kaikki on mahdollista.

- Lähdän paralympialaisiin pärjäämään ja menestymään, ei ole mikään pakko voittaa. Kisojen jälkeen näkee sitten, voinko olla suorituksiini tyytyväinen, Kiiveri linjaa.

Hän täyttää Pyeongchangin kisojen päätöspäivänä 18 vuotta, joten menestysvuosia ja uusia paralympialaisiakin lienee vielä edessä. ●



Vuoden 2017 MM-kilpailuissa Italian Tarvisiossa Santeri Kiiveri sijoittui parhaimmillaan kuudenneksi alppiyhdistetyssä.

Ylioppilaaksi ja paralympiaurheilijaksi

Inkki Inolalla on edessään tavoiteristiriita. Hänen tavoitteenaan maastohiihtäjänä on päästä kilpailemaan maaliskuussa Etelä-Korean Pyeongchangissa käytäviin talviparalympialaisiin. Hänen tavoitteenaan opiskelijana puolestaan on valmistua keväällä ylioppilaaksi.

TEKSTI: LAURI JAAKKOLA KUVA: LEENA KUMMU

Ylioppilasakin hän tulee saamaan päähänsä mitä todennäköisemmin joka tapauksessa, mutta ylioppilastutkinnon yhteiskuntaopin koe ajoittuu aikaan, jolloin Inola olisi Etelä-Koreassa.

- Vielä 1980-luvulla suomalaisia olympiaurheilijoita on tehnyt yo-kuunteluita Sarajevosta käsin, mutta nyttemmin ylioppilastutkintolautakunta on tiukentanut kriteereitään ja kirjoitukset pitäisi tehdä kaikki Suomessa, Inola sanoo.

- Olemme kirjoittaneet aiheesta opetus- ja kulttuuriministeriöön ja toivottavasti asia jollain tapaa ratkeaa. Yhteiskuntaoppi on tärkeä aine, sillä olen hakemassa kauppa- tai oikeustieteelliseen, hän jatkaa.

Vielä Inolaa ei ole nimetty paralympiajoukkueeseen, mutta hänellä on hyvät näytöt alla edellisikaudelta, takana hyvin sujunut valmistautumiskausi ja vahva luotto siihen, että tällä kaudella otetaan taas harppauksia kohti näkövammaisten maastohiihdon kivikovaa kansainvälistä kärkeä.

- Tavoitteena on yltää tämän kauden kisoissa sprinteissä välierävaiheeseen eli kahdeksan parhaan joukkoon ja muillakin matkoilla vakiinnuttaa sijoitukset kymmenen sakkiiin, Inola toteaa.

- Kärki on todella kova, kun miettii, että Kanadan **Brian McKeever** oli hyvin lähellä päästä kilpailemaan Vancouverin olympialaisissa 2010, eli hän oli sil-

loin Kanadan viidenneksi paras hiihtäjä.

McKeever voitti vielä edellisikaudella kaksi näkövammaisten luokan MM-kultaa Saksassa, mutta hän ei ole enää ylivoimainen luokassaan.

- Noin 4-5 parhaan hiihtäjän kärki on tosi tiivis. Minunkin täytyisi olla ihan kansallista huippua Suomessa vammattomien puolella, että voisin taistella mitaleista parapuolen kisoissa, Inola selvittää.

18-vuotias laukaalainen kisaakin paljon vammattomien kilpailuissa kotimaassa. Inolan vammaluokitus on

B3, eli hän on vaikeasti heikkonäköinen, mutta pystyy hiihtämään myös ilman opashiihtäjää, joskin tämän vuosituhannen alusta saakka Hiihtoliiton alaisissa kansallisissa kisoissa näkövammaiset hiihtäjät ovat saaneet käyttää opasta.

Inolalle oppaan käyttö on pitkälti taloudellinen kysymys. Vain paralympialaisissa Inolan ei tarvitse vastata itse oppaan kustannuksista. Edellisissä MM-kilpailuissakin Inolalla oli oppaansa **Timo Salminen** mukana vain yhdessä kisassa. ●



Inkki Inola kuvattavana olympia- ja paralympiaurheilijoiden leirillä Lohjan Kisakalliossa.

TEKSTI: PERTTI SIUVATTI KUVA: MAIJU TORVINEN

Sini Pyyn "välitavoite" unelmaan

Kesäharjoittelu Etelä-Korean Pyeongchangin paralympialaisiin toteutui kelkkahiihtäjä **Sini Pyyllä** suunnitelmien mukaan: 20 tuntia treeniä viikossa sisältäen pyöräilyä, rullahiihtoa ja voimaharjoittelua. Syksyllä ja talvella lajiharjoittelun lisäksi ampumahiihto on ohjelmistossa. Lapissa ja Vuokatissa on hyvät mahdollisuudet harjoitella lajiaan ilman, että tarvitsee matkustaa ulkomaille etsimään lunta.

- Treenaamista ja elämää helpotti se, että minut valittiin jo elokuussa kisajoukkueeseen. Nämä kisat ovat välietappi, sillä päätavoitteeni on vuoden 2022 Pekingin paralympialaiset ja voittaa siellä kultamitali.

Tavoitteita on asetettu myös maaliskuulle Pyeongchangiin:

- Saada kokemusta ja monta päänahkaa kilpasiskoista, pistesija, eikä mitalikaan ole mahdottomuus, Pyy naurahkaa toiveikkaana.

Pyy on kehittynyt huimasti viime vuosista joka osa-alueella lajissaan. Tekniikka on parantunut ja ennen kaikkea voimaa on tullut lisää.

- Lisäksi olen oppinut kuuntelemaan kehoani ja myös lepäämään. ●



Sini Pyy oli mukana myös edellisissä talviparalympialaisissa Sotshissa 2014.

TEKSTI: PERTTI SIUVATTI

Maajussille kulta Kaukoidästä

Ilkka Tuomiston, 34, Torinosta vuonna 2006 alkanut kilpaura maastohiihdossa päättyi Etelä-Koreassa Pyeongchangissa 2018 järjestettäviin paralympialaisiin.

Päätökseen lopettaa huipulla vaikutti etenkin Hämeenkyrön maatilalla tehty sukupolvenvaihdos.

- Pojan on aika ottaa vastuu tilasta ja antaa isälle omaa aikaa, Tuomisto toteaa.

Kisoihin valmistautuminen on onnistunut hyvin, vaikka kesällä rullasuksilla kaatuminen aiheutti peukalon murtumisen. Treenit on tehty itsenäisesti ja osin valmentaja **Mikko Virtasen** kanssa. Ohjelmassa on ollut juoksua, kuntosalia ja rullahiihtoa. Lajiharjoitteita on tehty Lapissa, Vuokatissa ja Itävallassa hiihtomaajoukkueen kanssa. Aikainen valinta kisoihin on auttanut Ilkan valmistautumista.

Yksi asia askarruttaa:

- Hiihdätkö avausmatkan 20 km vapaalla vai otanko riskin ja pilaan mahdollisesti perinteisen kisojen voittomahdollisuudet?

- Olisihan se hienoa päättää ura kirkastamalla Sotshin 2014 hopeamitali ja Vancouverin 2010 pronssimitali kultaan tai kulttiin, Tuomisto tuumaa. ●

TEKSTI: PERTTI SIUVATTI

Mitali tavoitteena Etelä-Koreasta

Sotshin paralympialaiset 2014 ovat muisto vain.

- Sieltä saatu oppi ja kokemus vievät meidät mitalitaitoon Pyeongchangissa 2018, pyörätuolcurlingjoukkueen kapteeni **Markku Karjalainen** arvioi.

Rovaniemeläiset **Markku** ja **Sari Karjalainen** ja **Vesa Lepänen** sekä nokialainen **Riitta Särösalo**, lahtelainen **Yrjö Jääskeläinen** ja helsinkiläinen **Tuomo Aarnikka** kamppailevat kisapaikoista. Yksi heistä putoaa pois paralympiajoukkueesta, sillä kilpatiimi muodostetaan viidestä heittäjästä.

Heittäjien asuinpaikkakunnat ovat ympäri maata, joten harjoittelu joukkueena on haastavaa järjestää. Yhteisleirit Kisakalliossa ja turnaukset ulkomailla ovat ainoa keino saada joukkuepeleille kuntoon.

- Haaveena olisi ulosmitata se osaaminen, mihin me pystyisimme. Kunpa voisimme keskittyä harjoittelemaan lajia maajoukkueena ilman taloudellisia rajoitteita ja hyvissä olosuhteissa, Markku Karjalainen tuumii.

Tavoitteista Karjalainen kertoo varovaisen optimistisena:

- Olemme voittaneet kaikki joukkueet ainakin kerran aiemmin, niin miksi tämä ei onnistuisi uudelleen myös Etelä-Koreassa. Mitalia lähdemme metsästä. ●

Talviparalympiajoukkue hakee menestystä Etelä-Korean lumilta

TEKSTI: LEENA KUMMU KUVA: SUOMEN PARALYMPIAKOMITEA

Pyeongchangin paralympialaisissa kilpailee maaliskuussa lähes 700 urheilijaa kuudessa eri lajissa: alppihiihdossa, ampumahiihdossa, maastohiihdossa, kelkkajääkiekossa, lumilautailussa sekä pyörätuolcurlingissa.

Suomalaisurheilijoita nähdään kuudesta lajista viidessä. Ainoastaan kelkkajääkiekkoon Suomi ei ole toistaiseksi saanut kertaakaan edustusjoukkuetta mukaan paralympialaisiin.

Suomen talviparalympiajoukkueeseen valittiin elokuun ensimmäisessä valinnassa neljä urheilijaa: alppihiihtäjä **Santeri Kiiveri**, lumilautailija **Matti Suur-Hamari** sekä maastohiihtäjät **Sini Pyy** ja **Ilkka Tuomisto**. Loput urheilijavalinnat tehdään helmikuussa.

Joukkue vahvistuu pyörätuolcurlingjoukkueen (viisi urheilijaa) lisäksi muutamilla yksilöurheilijoilla. Paralympiajoukkueen johtaja **Kimmo Mustonen** on asettanut joukkueen tavoitteeksi kolme mitalia.

Alppihiihdossa katseet kohdistuvat 17-vuotiaaseen lappeenrantalaiseen Santeri Kiiveriin. Kiiveri urakoi Pyeongchangissa kaikki viisi lajia: syöksylaskun, suurpujottelun, supersuorpujottelun ja supersuurpujottelun.



Jo vuoden 2017 puolella kisajoukkueeseen valittiin Matti Suur-Hamari, Santeri Kiiveri, Ilkka Tuomisto ja Sini Pyy.

Maastohiihdon osalta menestystä uskalletaan eniten odottaa neljä vuotta sitten Sotshista Suomen ainoan mitalin tuoneelta Ilkka Tuomistolta. Sini Pyy kilpailee maastohiihdon lisäksi myös ampumahiihdossa.

Lumilautailija Matti Suur-Hamari kilpailee paracrossissa ja ensimmäistä kertaa paralympialaisissa laskettavassa banked slalomissa. Hän voitti molemmissa lajeissa maailmanmestaruuden vuonna 2017.

Suomi varmisti paikan pyörätuolcurlingin paralympiatur-naukseen jo vuonna 2015 saavuttamalla MM-pronssia koti-turnauksessa. Ensimmäistä kertaa Suomi nähtiin paralympiajälillä Sotshissa, jolloin Suomi sijoittui 10:nneksi. ●

Info

Seuraa kisoja!



- **Lähde kisaturistiksi!**
Elämysmatkat järjestää fanimatkan talviparalympialaisiin, katso lisää: www.elamysmatkat.fi
- Yle Urheilu lähettää paralympialaisista noin 70 tuntia lähetystä. Lisäksi Paralympiakomitea toteuttaa urheilijavideoita teeman "Lesson in rohkeus" alla.
- Seuraa urheilijoita some-kanavien kautta:
 - o Santeri Kiiveri: Facebook Santeri Kiiveri, Instagram @santerikiiveri
 - o Sini Pyy: Facebook Sini Pyy, Instagram @sinipyy, Twitter @pyysini, nettisivut www.sinipyy.com
 - o Ilkka Tuomisto: Facebook Ilkka Tuomisto, Twitter @IlkkaTuomisto
 - o Matti Suur-Hamari: Facebook Matti Suur-Hamari, Instagram @mattisuurhamari, Twitter @MattiSuurHamari, nettisivut www.mattisuurhamari.com/
- Paralympiakomitean some-kanavat:
 - o Facebook @Paralympiaurheilu
 - o Instagram @finnparalympic
 - o Twitter @finnparalympic
- Suomen joukkueen kisasivut: www.paralympia.fi
- Kisajärjestäjien sivut: www.pyeongchang2018.com/en

Urheiluopistojen priimus

Harvassa ovat ne viikot, jolloin Liikuntakeskus Pajulahdessa Lahden Nastolassa ei ole vammaisurheilijoita tai -liikkuja. Pajulahti on vuosien saatossa erikoistunut urheiluopistoksi, jossa on vahvaa soveltavan liikunnan ja vammaisurheilun osaamista.

TEKSTI: LAURI JAAKKOLA KUVA: PAJULAHTI

Pajulahdessa mitataan lajien välistä hierarkiaa yöpymisvuorokausissa.
– Jalkapallo on meillä selkeä ykkönen, mutta vammaisurheilu taistelee tänä vuonna hopeasijasta yleisurheilun kanssa, Pajulahden toimitusjohtaja ja urheiluopiston rehtori **Lasse Mikkelsen** tulkitsee tilastoista.

Tämän vuoden osalta syyskuussa järjestetyt viikon mittaiset maalipallon EM-kilpailut nostavat vammaisurheilun sijoitusta tilastossa, mutta ns. normaalivuonnakin vammaisurheilu on vahvasti viiden suurimman lajikokonaisuuden joukossa.

Pajulahdessa erityisliikunnan vahvat perinteet juontavat Pajulahdessa pitkään opettajana toimineen **Sinikka Tuomisen** aikoihin. Tuominen oli mukana 1980-luvun alussa opetusministeriön alaisessa erityisryhmien liikuntatoimikunnassa, jonka kauaskantoiseksi osoittautuneena ehdotuksena oli erityisryhmien liikunnanohjaajien viran perustaminen yli 10 000 asukkaan kuntiin.

Jotta erityisliikunnanohjaajajärjestelmä saataisiin toimimaan, täytyi kehittää myös erityisliikunnan opetusta. Jyväskylän yliopiston liikuntatieteellinen tiedekunta kantoi tästä päävastuun, mutta myös muutamissa urheiluopistoissa ryhdyttiin panostamaan erityisliikunnan opetukseen. Etunenässä oli Pajulahti, kiitos Tuomisen aktiivisuuden.

– Tulin Pajulahteen opettajaksi vuonna 1984 ja silloin oli jo liikunnanohjaajaopiskelijoille runsaasti erityisliikunnan kursseja tarjolla Sinikan johdolla. Aika moni Pajulahdessa opiskellut päätyikin erityisliikunnanohjaajaksi, nykyinen rehtori Mikkelsen sanoo.

Yksi Sinikka Tuomisen koulun läpikäyneistä opiskelijoista oli vuosina 1987–1990 Pajulahdessa opiskellut **Virpi Remahl**, joka ehti työskennellä Hollolan ja Nastolan kunnissa sekä silloisessa Suomen Kehitysvammaisten Liikunnassa ja Urheilussa ennen kuin palasi opinahjoonsa Tuomisen työn

jatkajaksi, eli soveltavasta liikunnasta vastaavaksi opettajaksi syksyllä 2006. Tuominen oli jäänyt eläkkeelle 1990-luvun lopulla ja hänen jälkeensä Pajulahdessa oli opettanut mm. nykyään kansainvälisestä EUDAPA-koulutusohjelmasta Haaga-Heliassa vastaava **Jyrki Vilhu**.

Kun Remahl palasi taloon, oli Pajulahti ehtinyt ottaa uuden kehitysaskelen urheiluopistojen soveltavan liikunnan priimuksena, sillä 2000-luvun alussa oli startattu vammaisille ja erityistä tukea tarvitseville opiskelijoille suunnattu Valkku-koulutus, joka oli liikunta-alan ammatilliseen peruskoulutukseen valmentava tutkinto.

Remahl toimi Valkusta vastaavana opettajana siihen saakka, että koulutuslaki uudistui vuonna 2015. Uudessa laissa linjataan, että opetuslupia myönnetään vain sellaisille ammatilliseen peruskoulutukseen valmentaville koulutuksille, joissa on useampia eri koulutusaloja. Valkku oli pelkkänä liikunta-alan koulutuksena liian suppea, eikä jatkoa Opetushallitukselta herunut.

– Valkun loppuminen on kyllä nostanut vammaisten nuorten kynnystä hakea opiskelemaan liikunta-alalle. Esimerkiksi kehitysvammaisille opiskelijoille Valkku opetti myös tärkeitä itsenäisen elämisen taitoja, harmittelee edelleen Pajulahdessa opettava Remahl.

Valkku-koulutuksen loppu oli tietysti takaisku, mutta muilta osin Pajulahdessa on porskutettu eteenpäin. Viimeisen vuosikymmenen aikana erityisesti vammaishuippu-urheilu on noussut isoon rooliin.

– Kun tulin Pajulahteen töihin vuonna 2007, täällä oli aloitettu mm. kamppailulajien ja tenniksen kehittämisohjelmat. Aika luonteva jatko sille oli mielestäni lähteä kehittämään vammaisurheilua, sanoo Kuortaneen Urheiluopistosta Pajulahden valmennuskeskuksen johtajaksi saapunut **Mikko Levola**.

Pajulahti sai soveltavan liikunnan osaamis- ja resurssikeskuksen perustamiseen projektirahoituksen Euroopan alue-



kehitysrahastosta vuonna 2009. Kolmivuotiseen hankkeeseen pestattiin projektikoordinaattoriksi **Osku Kuutamo** silloisesta Suomen Invalidien Urheiluliitosta.

Pajulahteen perustettiin apuvälinelainaamo, joka on toiminnassa edelleen ja kuuluu liikunnan apuvälineiden vuokraajat yhteen kokoavaan Välineet.fi -verkostoon. Hankerahoituksen loppumisen jälkeen välineistön uusiminen on tosin pakon sanelemana hidastunut.

Sen sijaan asenneilmapiiri, joka hankkeen myötä vahvistui niin Pajulahdessa kuin ympäröivällä alueella, ei ole osoittanut merkkejä hiipumisesta, vaan hankkeen peruja Pajulahti on entistä vankemmin profiloitunut vammaisurheilun ja soveltavan liikunnan osaajana. Kuutamo jatkaa edelleen Pajulahdessa vammaisurheilukoordinaattorin nimikkeellä.

- Viime vuosien uusissa rakennuksissa ja peruskorjauksissa esteettömyysasiat on otettu alusta saakka hyvin huomioon. Paljon kertoo jo se, että rakennusmestariimme **Alpo Pajulahti** ja isännöitsijämme **Esko Ihamäki** ovat käyneet esteettömyyskartoittajakoulutuksen, Kuutamo kertoo.

Pajulahti on jatkuvasti myös tiivistänyt yhteistyötään Suomen Paralympiakomitean sekä Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU:n kanssa. Pajulahti sai virallisen Paralympic Training Center -statuksen vuonna 2014. Vuodesta 2011 lähtien VAU ja Pajulahti ovat järjestäneet joka tammikuussa kansainvälisen Pajulahti Games -monilajitapahtuman. Pajulahdessa on kuluvan vuosikymmenen aikana järjestetty myös useita vammaisurheilun arvokilpailuja, kuten säh-

köpyrätuolialibandyn EM-kilpailut 2012 ja pyörätuolirugbyn EM-kilpailut 2015.

Pajulahden liikunnanohjaajaopiskelijoille kisatapahtumat ovat osa opintoja ja tarjoavat arvokasta oppia vammaisurheilusta ja soveltavasta liikunnasta. Tapahtumien järjestäjien kannalta opiskelijat puolestaan ovat korvaamaton apu, joten hyöty on molemminpuolinen. ●

Info

Urheiluopistot ja vammaisurheilu

Pajulahti ei suinkaan ole ainoa urheiluopisto, jossa on vammaisurheilu ja -liikuntatoimintaa. Tässä joitain esimerkkejä Suomen muiden opistojen tarjonnasta:

- **Kisakallio, Lohja:** mm. pyörätuolicurlingia, Unified-koripalloa ja Special Olympics -karnevaalit
- **Varala, Tampere:** mm. erilaisia soveltavan liikunnan koulutuksia, kuten Sherbornea
- **Kuortane:** Junior Games -kevätkisat
- **Lapin UO, Rovaniemi:** VAU:n alueellinen työntekijä Jarno Saapunki, SOLIA:n toimipiste
- **Vuokatti, Sotkamo:** Parahiihdon kv. kilpailu- ja leiritoimintaa, kelkkahiihdon tutkimusta.

Pajulahti Games 2018:

Lupaava kattaus kansainvälisiä huippuja tulossa

Vammaisurheilun kansainvälinen Pajulahti Games -kilpailutapahtuma järjestetään kahdeksatta kertaa **19.-21. tammikuuta** 2018 Lahden Liikuntakeskus Pajulahdessa. Istumalentopallon osalta tosin saatetaan ottaa varaslähtö jo torstaina 18.1., jos hakemus Euroopan alueellisen rankingturnauksen järjestämisestä menee läpi.

Istumalentopallon lisäksi Pajulahti Gamesin lajeina ovat maalipallo, sokkopingis, voimanosto, judo ja yleisurheilu. Istumalentopallossa pelaavat naisten maajoukkueet, maalipallossa sekä miesten että naisten maajoukkueet.

Maalipalloturnauksessa mukana ovat maailman huippujoukkueista ainakin Liettua ja Ruotsi miehissä sekä Venäjä ja Israel naisissa. Istumalentopallossa kattaus on vielä auki, mutta Euroopan kahden parhaan maan Venäjän ja Ukrainan ohella ovat mahdollisesti tulossa myös Hollanti, Italia ja Brasilia.

Sokkopingiksessä on tuttuun tapaan tarjolla kansainvälinen turnaus niin mies- kuin naispelaajille. Vuoden 2018 uutuuksena judoon tullaan saamaan aiempaa enemmän osallistujia muista Euroopan maista. Aiempina vuosina sovelletun judon kisat on Pajulahdessa käyty pääasiassa suomalaisvoimin.

Yleisurheilussa käydään parayleisurheilun SM-hallikilpailut ja voimanostossa liikuntavammaisten avoimet SM-kilpai-



Brasilian istumalentopallonaiset olivat mukana Pajulahti Gamesissa vuonna 2015.

lut. Molemmat kisat järjestetään lauantaina 20. tammikuuta.

Pajulahti Gamesin järjestää Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU yhteistyössä Liikuntakeskus Pajulahden kanssa.

Lisätiedot: www.pajulahtigames.fi

Naisenergiaa KokoNAIS-seminaarissa Pajulahdessa 9.-10.3.

VAU, Liikuntakeskus Pajulahti ja vammaisten naisten valtakunnallinen yhdistys Ruseti ry järjestävät yhteistyössä KokoNAIS-seminaarin **9.-10. maaliskuuta** 2018 Lahden Liikuntakeskus Pajulahdessa.

Lauantaina 10.3. järjestettävä seminaari on suunnattu niille, joiden mielestä miehiseen vammaisurheilun maailmaan tarvitaan lisää naisenergiaa. Seminaarissa on aiheita naisliikunnasta, naiseudesta ja jaksamisesta. Puhumassa ovat mm. moottoripyöräilijä **Ulla Kulju**, pararatsastaja **Lilli Vehmas** ja joogaohjaaja **Heidi Viheriälä**.

Päivää ennen seminaaria, perjantaina 9.3. järjestetään Lempeästi Lumella -hyvänolon iltapäivä, jonka yhteydessä tutustutaan talviliikuntaan ja sen soveltamiseen. Perjantain illanvietossa on lisäksi luvassa komiikkaa ja kuohuvaa.

Hinta:

- Koko seminaari pe-la 100 euroa/hlö (2hh), sisältää ohjelman, ruokailut ja majoituksen.
- Pelkkä Lempästi Lumella pe 30 euroa, sisältää ohjauksen ja illanvieton salaattibuffetilla ja kuohuvalla
- Pelkkä KokoNAIS-seminari la 70 euroa, sisältää seminaariohjelman, lounaan ja kokouskahvin.

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:

<http://pajulahti.com/kokonaisseminari>

Kolumni

HANNA VILMI

on yksi kaikkien aikojen parhaista sokkopingiksen pelaajista.



Tiesin, että voitan

Varsinais-Suomen Näkövammaisten pieneen kerhotilaan oli kasattu yli kolmemetrinen sokkopingispöytä, jollaista en ollut koskaan nähnyt. Ensin piti kuitenkin raahata tuoli pöydän pätyyn, jotta 9-vuotiaana tyttönä yletyin edes kokeilemaan, millaista pelaaminen on. Kaikki tuntuivat pelaavan kovaa, ja pallo vain kolisi minne sattuu. Muut pelaajat olivat aikuisia, ja koko peli vaikutti joka suhteessa suurelta ja romisevalta. Kävin kuitenkin silloin tällöin pelaamassa, sillä pidin lajin nopeatempoisuudesta ja pelaajaporukassa oli aina hauskaa. Jostain syystä miespelaajia oli jo tuolloin 2000-luvun alussa enemmän kuin naisia. Niinpä aluksi en olisi halunnut edes pelata joidenkin kanssa, koska ”ne lyövät palloa niin lujaa”. Silloin laji kehittyi koko ajan nopeammaksi ja pelihanska alkoi nousta todella tärkeäksi.

Päädyin eräänä kesänä osallistumaan – ainoana naisena tietenkini – Kanala Cupiin, joka oli pienen porukan leikkimielinen kisa. Pelasin sinä kesänä ensimmäistä kertaa paljon ja säännöllisesti. Sitä seuraavan syksyn turnauksessa, kun naisten ja miesten sarjan voittajat kohtasivat viimeisessä ottelussa, mieleeni nousi ensimmäistä kertaa kristallinkirkas ajatus siitä, että minähän tiedän, miten tuon ihmisen kanssa pelataan. Tiesin, että voitan. Olen osallistunut erilaisella menestyksellä lukemattomiin turnauksiin ensin Suomessa ja sitten myös ulkomailla, mutta tuossa yhdessä turnauksessa sokkopingis muuttui pelailusta lajiksi, yksittäinen peli otteluksi.

Olen aina pelannut enemmän miesten kuin naisten kanssa, sillä naisia on aina ollut aika vähän pelaajalistailla. Siitä syystä Suomen Sokkopingiscupissakin pelataan A- ja B-sarjoissa, miehet ja naiset iloisesti sekaisin. Olen aina ottanut haasteena sen, että pojat ovat ehkä joskus pitäneet tyttöjä helpompina vastustajina voittaa. Suhtauduin siihen ajat sitten jo leikkisän kilpailuhenkisesti, en hammasta purren. Nykyään näistä jutuista puhutaan vähemmän, sillä miehet ja naiset ovat pelanneet yhdessä jo niin kauan ja huomaahan joukkuepeleistäkin, miten sukupuoli ei juurikaan vaikuta tässä lajissa. Vain pelityylit ovat usein hieman erilaiset. Suhtaudun haasteisiin muutenkin enemmän rehdin kilpailuhengen kuin irvistyksen kautta: kerran Tšekissä pelatessani vastustajani, tuomari sekä katsojat olivat tšekkiläisiä, olin ainut ulkomaalainen koko huoneessa. Olin aivan varma, että he antavat pelikatkoilla sumeilematta ohjeita vastustajalleni tai ainakin kertovat, miten itse pelaan. Päätin, että koska en voi nyt luottaa mihinkään, teen vain selviä maaleja, että voitan pelin. Tunne oli aika ilkeäkurisen iloinen, kun sitten voitin.

Sokkopingis on kehittynyt vuosien varrella koko ajan, ja pelaajien yleiskunto nousee yhä suurempaan osaan, kun turnaukset ja yksittäiset ottelut ovat pitkiä. En tiedä, olisinko innostunut juoksemisesta, ellen olisi huomannut kantapään kautta, mikä merkitys hyvällä yleiskunnolla on. On pakko myöntää, että ilman sokkopingiksen kehittämää kilpailuviettä ja taitoa saada puristettua itsestä irti viimeisetkin pisarat, en olisi päässyt tänä syksynä maaliin elämäni ensimmäisellä maratonilla. Mutta jälleen tiesin juoksupäivän aamuna kristallinkirkkaasti, että voitan.

Naisten Unified-koripallo otti ison edistys-askeleen

BC Nokian Unified-koripallojoukkueessa tervehdittiin ilolla tämän pelikauden uutuutta, nais- ja tyttöpelaaajille suunnattua omaa sarjaa.

TEKSTI: LAURI JAAKKOLA KUVAT: EMMI KALLIO



Unified-koripallo – laji, jossa kehitysvammaiset urheilijat ja vammattomat Unified-partnerit pelaavat samoissa joukkueissa – on yksi 2010-luvun suomalaisen vammaisurheilun hienoimpia menestystarinoita.

Vuosikymmenen taitteessa Unified-koripallo otti tuulta siipiensä alle Suomessa EU-tukea saaneen projektin myötä. Koripalloliitto on ollut aktiivisesti mukana Unified-koriksen juurruttamisessa Suomeen ja ennen kaikkea seurat ovat ottaneet pelimuodon omakseen. Kaudella 2017–2018 Unified-koripallosarjaa pelaa peräti 20 joukkuetta kuudessa divisioonassa.

Kuudesta divisioonasta kolme ensimmäistä on kehitysvammaisten Special Olympics -urheilulle tyypillisiä tasodivisioonia. Nelosdivisioona on suunnattu aikuispelaajille ja viitosdivisioona juniori-ikäisille pelaajille. Kuutosdivisioona on pelkästään nais- ja tyttöpelaaajille tarkoitettu sarja.

Tyttöjen ja naisten oma divisioona on otettu vastaan inostuneesti erityisesti Nokialla, sillä paikallisella BC Nokialla oli kasassa jo viime kaudella pelkästään naispuolisista pelaajista koostunut joukkue, joka tuolloin pelasi vielä sekajoukkueita vastaan.

– Tyttöjen oma sarja on hyvä asia jo sen takia, että esimer-

kiksi A-juniori-ikäisten poikien ja C-tyttöjen väliset fyysiset erot voivat olla aika valtavia. Unified-koripalloharrastusta on helpompi lähteä mainostamaan tyttö- ja naispelaajille, kun heille on oma sarjansa, toteaa BC Nokian valmentaja **Jenna Holmqvist**.

Samoilla linjoilla on myös joukkueen 13-vuotias pelaaja **Sini-Sofia Tiusanen**:

– Jotenkin se on kivempaa näin, ilman poikia.

Sini-Sofia on pelannut koripalloa pari vuotta. Hänen ystävänsä äiti oli kuullut BC Nokian Unified-korisryhmästä ja pyysi Sini-Sofiaa tyttärensä kaveriksi kokeilemaan.

Sini-Sofian äiti **Laura Hiekkala-Tiusanen** kokee Unified-koripallon antaneen paljon paitsi tyttärelleen myös vanhemmille.

– Koris vahvistaa sosiaalisia taitoja, sitkeyttä ja kykyä käsitellä pettymyksiä. Valmentajat ja partnerit ovat todella asiansa osaavia, nuoria hienolla tavalla tsemppaavia ja arvostavia sekä heidän kehitystään yksilöllisesti eteenpäin tukevia, Hiekkala-Tiusanen sanoo.

– Meille vanhemmille yhteistyö toisten erityislasten vanhempien kanssa auttaa suhteellistamaan asioita reilulla ja myönteisellä tavalla. Valmentajien ja partnereiden asennoituminen normalisoi ja jopa mukavasti alleviivaa erilaisuut-



**Special
Olympics**
Finland



**Emma Kivistö (vas.)
ja Sini-Sofia
Tiusanen.**

ta. Iloa ja huumoria säästämättä!

Yksi Laura Hiekkala-Tiusasen kehumista Unified-partnereista on 21-vuotias **Emma Kivistö**, jolle alkanut kausi on jo 13. koripallon parissa. Kahteen vuoteen hän ei ole enää



Nokian lukiolla pelattiin lokakuussa historian ensimmäinen naisten Unified-koripallosarjan turnaus. Tässä vastakkain BC Nokia ja espoolainen Tapiolan Honka.

opiskelukiireiden vuoksi pelannut muissa joukkueissa kuin Unified-porukassa.

- Onneksi Unifiedin kautta on saanut olla vielä mukana koriksessa, ja nyt kun ensi keväänä valmistuminen hämöttää, ei ole ollenkaan pois suljettua, että jälleen pelaisin josain muuallakin, Kivistö toteaa.

- Partnerina oleminen on antanut minulle aitoa iloa, huikeita onnistumisen kokemuksia, erilaisuuden ymmärrystä sekä ennen kaikkea ylpeyden astella kentälle osana mahtavaa Unified-korisperhettä. Minulla ei ollut ennen partneriksi ryhtymistä kokemusta kehitysvammaisten henkilöiden kanssa toimimisesta, mutta kyllä matkan varrella on tullut opittua todella paljon!

Myös Emma Kivistö näkee naisten ja tyttöjen sarjan loistavana uutuuena:

- Oma sarja saattaa madaltaa urheilijoiden kynnystä osallistua pelitapahtumiin sekä kasvattaa uskoa omaan itseensä, Kivistö pohtii.

Lisäintoa Unified-koripalloon harrastaville tyttö- ja naispeleille antaa tieto siitä, että maaliskuussa 2019 järjestettävään Special Olympics -kesämaailmankisoihin Abu Dhabiin tulee Suomesta lähtemään miesten Unified-koripallojoukkueen lisäksi myös naisten joukkue. ●



Löydä oma seura -palvelu vastaa kysynnän ja tarjonnan ongelmaan

VAU:n verkkosivustolla www.vammaisurheilu.fi aukesi marraskuun lopussa uudistunut Löydä oma seura -palvelu.

TEKSTI: LAURI JAAKKOLA KUVA: VAMMAISURHEILU.FI

Löydä oma seura

Tälle sivulle pyritään kokoamaan urheiluseurat, joissa on jo vammaisurheilijoita tai erityistä tukea tarvitsevia liikkuja tai joilla on valmiuksia ja haluaa ottaa heitä toimintaansa.

Sijainti [Lähellä minua](#)

Esimerkiksi "Hajavalta" tai "00200"

Laji

Valitse

Kohderyhmä/vammaryhmä

Valitse

Kunta

Valitse

+ Tarkennettu haku

Hae

233 tulosta

Edellinen

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30




Seuraava

Näytä listassa



Näytä kartalla



 <p>Steelers, Hämeenlinna</p> <p>Jani Järvinen 0400 774 275 jani.jarvinen@floorball.fi</p> <p>SALIBANDY</p> <p>Lue lisää</p>	 <p>Swimming Jyväskylä, Jyväskylä</p> <p>Piia Pöyhönen 040 1722 288 info@swim.fi</p> <p>UUTI</p> <p>Lue lisää</p>	 <p>Sykki Unified, Helsinki</p> <p>Mari Visakko 044 561 6199 marivisakko@sykki.fi</p> <p>KORIPALLO</p> <p>Lue lisää</p>
--	---	---



Aiemminkin VAU:n sivustolla on ollut listaus vammaisurheilua ja soveltavaa liikuntaa tarjoavista tahoista, mutta uudistuksen myötä tuo listaus muuttuu aidoksi palveluksi, jonka tarkoituksena on tuoda ratkaisuja kysynnän ja tarjonnan ongelmaan.

Ongelma syntyy siitä, että yhtäällä vammaiset ja erityistä tukea tarvitsevat henkilöt eivät löydä paikkaa, jossa harrastaa liikuntaa ja toisaalla näille kohderyhmille liikuntaa tarjoavat tahot eivät löydä toimintaansa mukaan riittävästi harrastajia.

Tiedot vammaisurheilua ja soveltavaa liikuntaa tarjoavista urheiluseuroista ja muista toimijoista ovat pirstaloituneet ympäriinsä ja osin hautautuneet seurojen nettisivujen syövereihin. Useat kunnat ovat kyllä ansiokkaasti koonneet paikalliset toimijat omiin listauksiinsa, mutta VAU:ssa on nähty tarvetta myös valtakunnalliselle palvelulle, etenkin kun lähellekään kaikissa kunnissa edellä mainittua koontia ei ole tehty.

Näin Löydä oma seura -palvelu toimii

Löydä oma seura -palveluun on siis listattu ne urheiluseurat, yhdistykset ja muut toimijat, joilla jo on vammaisurheilu- tai soveltavan liikunnan toimintaa tai joilla on halua ja valmiuksia ottaa mukaan toimintaansa vammaisia ja erityistä tukea tarvitsevia henkilöitä.

Tärkein uudistus VAU:n Löydä oma seura -palvelussa on hakutoiminto. Harrastuspaikkaa voi hakea joko jollain tietyllä sijainnilla tai painamalla Lähellä minua -napista, jolloin haku näyttää omaa sen hetkistä sijaintia lä-

hellä olevat harrastuksen tarjoajat.

Hakea voi myös 1) lajin, 2) kohderyhmän tai 3) ikäluokan (lapset ja nuoret/aikuiset) mukaan. Lisäksi tarkennettu haku -kohdasta avautuvat vielä hakukohdat 4) toiminnan painopiste (harraste/kilpa), 5) yhdessä vai erikseen (erityisryhmä/avoin ryhmä) sekä 6) kunta, jolla voi hakea kootusti tietyn kunnan koko tarjonnan.

Kohderyhmä-haku on koko Löydä oma seura -palvelun vaikeimmin määriteltävissä oleva kokonaisuus. Tällä hetkellä kohderyhmä/vammaryhmähaussa on kahdeksan eri vaihtoehtoa: 1) Autismin kirjo, 2) Elinsiirron saaneet, 3) Kehitysvammaiset, 4) Kuulovammaiset, 5) Liikuntavammaiset, 6) Näkövammaiset, 7) Oppimisvaikeudet ja 8) Pitkäaikaissairaat.

Edellä mainituista ryhmistä esimerkiksi liikuntavammaiset pitää sisällään laajan kirjon neliraajahalvautuneista aina lyhytkasvuisiin saakka ja oppimisvaikeudet puolestaan käsittää motorikkaan, tarkkaavuuteen, hahmottamiseen ja kieleen liittyvät ongelmat.

Toimintaa järjestävien seurojen ja muiden toimijoiden osalta diagnoosirajoilla ei useinkaan ole suurta merkitystä tai niitä ei ole toimintaa järjestettäessä kovin tarkkaan mietitty. Palvelusta itselleen harrastuspaikkaa etsiville henkilöille ja heidän perheenjäsenilleen näillä sen sijaan usein on merkitystä.

Kun hakukohdat on saatu valittua mieleisiksi, painetaan Hae-nappia. Palvelu näyttää tulokset listauksena, eräänlaisina seurakortteina, jotka voi avata tarkempia tietoja saadakseen. Tämä onkin Löydä oma seura -palve-

lun toinen merkittävä uudistus: Jokaisesta palvelussa olevasta tahosta on oma parhaimmillaan suhteellisen yksityiskohtainen korttinsa logoineen ja sosiaalisen median kanavineen. Tiedon lähteelle on siis aiempaa huomattavasti helpompaa päästä.

Halutessaan hakutulokset voi myös saada näkyviin kartalla, josta lisätieto- ja sisältävän seurakortin saa auki klikkaamalla.

Näin seura voi lisätä omat tietonsa palveluun

Urheiluseurat, yhdistykset ja muut toimijat voivat lisätä omat tietonsa palveluun täyttämällä yksinkertaisen sähköisen lomakkeen. Tiedot eivät siirry palveluun automaattisesti, mutta ne lisätään sinne mahdollisimman nopeasti. Saman lomakkeen avulla toimijat voivat myös päivittää palvelussa jo olevan tahon tietoja.

Jo nyt Löydä oma seura -palvelussa on lähemmäs 300 toimijaa, mutta se ei vielä kata lähellekään kaikkea Suomen vammaisurheilun ja soveltavan liikunnan tarjontaa. Sen takia toivommekin, että esimerkiksi kuntien erityisliikunnanohjaajat tai muut erityisliikunnasta vastaavat työntekijät kävisivät tarkastamassa oman kuntansa tarjonnan palvelussa ja ilmoittaisivat sen jälkeen puutteista joko lomakkeen avulla tai suoraan sähköpostitse osoitteeseen lauri.jaakkola@vammaisurheilu.fi. Samaan osoitteeseen voi laittaa kaikkea muutakin palautetta liittyen Löydä oma seura -palveluun ja sen toimivuuteen. Rakentavan palautteen avulla palvelua pystytään kehittämään entistä paremmaksi. ●



Lyhyesti

Tiivistettyä tietoa vammaisurheilun ja -liikunnan maailmasta.

TEKSTI JA KUVA: LAURI JAAKKOLA

Soveltavan liikunnan opinnäytetyöstipendit Hurskaiselle ja Lumilalle

Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry ja Soveltava Liikunta SoveLi ry myöntävät kahden vuoden välein stipendejä ansioituneille soveltavaa liikuntaa ja vammaisurheilua käsitteleville opinnäytetöille.

Tänä vuonna 500 euron arvoiset stipendit myönnettiin savonlinnalaiselle Heidi Hurskaiselle ja rovaniemeläiselle Hannah Lumilalle.

Hurskainen teki opinnäytetyönsä *Askeleita arkeen - Kävelyohjelman kehittäminen mielenterveyskuntoutujille* Haaga-Helian ammattikorkeakoulun liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelmaan.

Hurskaisen opinnäytetyön tilaajana oli Mielenterveyden keskusliitto (MTKL). Tavoitteena oli kehittää kävelyohjelma mielenterveyskuntoutujille. Työ toteutettiin osana opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittamaa Askeleita arkeen -hanketta. Tuotoksena syntyi kalenterimuotoinen kävelyohjelma, joka tarjoaa kannustavasti askel askeleelta etenevän suunnitelman, jonka puitteissa on mahdollista ottaa liikunta osaksi arkea ja löytää sen kautta iloa ja elämyksiä. Kävelyohjelmasta on tulossa mobiilisovellus vuonna 2018.

Lumila laati opinnäytteensä *Juostaan! - Opas näkövammaiselle juoksijalle sekä hänen opasjuoksijalleen* Lapin ammattikorkeakoulun liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelmaan.

Lumilan opinnäytetyö oli Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU:n tilaama. Tavoitteena oli kartoittaa tietoa nä-



Hannah Lumila (vas.) ja Heidi Hurskainen.

kövammaisten juoksu-harrastuksesta ja luoda käytännönläheinen opas, josta on hyötyä juoksu-harrastuksen aloittamisesta kiinnostuneille. Lumila perehtyi aiheeseen muun muassa toimimalla itse opasjuoksijana.

Palkitut opinnäytetyöt löytyvät osoitteesta www.vammaisurheilu.fi/palvelut/koulutus/opiskelijoille

TEKSTI: LAURI JAAKKOLA

Sivuvaunumoottoripyöräilijä Artiolaalla takana huippukausi

Kouvolaalainen sivuvaunumoottoripyöräilijä **Markku Artiola** pitää päättynyttä kilpailukautta yhtenä parhaimmista jo 1980-luvulla alkaneella urallaan.

- Oli satakertaisesti parempi kuin edelliskausi. Vaikka SM-sijoitus oli molemmilla kausilla hopea, niin viime kaudella romutettiin pyörä kesken touhujen ja kyytiläiselläni **Joonas Salula** meni reisi- ja solisluu ja itselläni meni solisluu. Tämä kausi sen sijaan lopetettiin kahteen voittoon Sidecar Trophy -kisassa Oscherslebenissä, kertoi Artiola, joka oli esittelemässä sivuvaunumoottoripyöräänsä Liikuntamaassa Tampereella.

Artiolan kyytiläinen, ns. purkkiorja, vaihtui täksi kaudeksi Salusta **Kasper Arokiveen**.

- Olihan siinä Kasperilla vähän opettelemista ensalkuun, mutta kyllä varsinkin loppukauden Euroopan reissulla meni

jo hyvin. Hän jatkaa kanssani myös ensi vuonna.

Artiola halvaantui vuonna 1988 kilpailussa sattuneessa onnettomuudessa. Kilpaura jatkui silti. Artiola vaihtaa vaihteita ja jarruttaa käsillään, joten alavartalon toimintakyvyttömyys ei haittaa.

- Olemme tehneet vastaavia modifiointeja myös vammattomien ajajien pyöriin. Se on sen verran kätevä systeemi, Artiola paljastaa.

Liikuntamaassa monet olivat kiinnostuneita Artiolan sekä ratamoottoripyöräilijä **Ulla Kuljun** menopeleistä. Artiola jäi harmittelemaan, että eräs kovasti ajamisesta innostuneen olinen nuori mies pyörätuolissa ehti lähteä ennen kuin Artiola ehti antaa hänelle yhteystietojaan. Artiolan saa kiinni numerosta 0400 651 007.

Tällä palstalla seurataan vammaisurheiluun liittyvien aiheiden käsittelyä meillä ja muualla.

Media-katsaus



Inka haaveilee Special Olympics -maailmankisoista

"Special Olympicsin maailmankisoihin haluaisin vielä joskus päästä. Sinne on tosin vielä matkaa, sillä meitä on Suomessakin jo 31 ratsastajaa, jotka tavoittelevat menestystä kisoissa."

Hämeen Sanomat haastatteli janakkalalaista Special Olympics -ratsastajaa Inka Kolhinojaa, joka on jo menestynyt hienosti kansallisissa ratsastuskisoissa, mutta tähyää vielä isommille areenoille. Hämeen Sanomat 19.10.2017

Tiesitkö että...

Tällä palstalla tarjoillaan tietoiskuja lehden teemaan liittyvistä vammaisurheilun ja -liikunnan aihealueista.

Venäjän dopingpannalla on merkittävät vaikutukset hiihdon voimasuhteisiin

Kun edellisen kerran kilpailtiin talviparalympialaisissa, Venäjän Sotshissa keväällä 2014, Suomen **Ilkka Tuomisto** oli ainoa ei-venäläinen mitalisti miesten liikuntavammaisten pystyhiittäjien luokassa.

Sotshin sprinttihilidossa venäläiset valtasivat sijat 1–6, eli kaikki finaalisisijat. Kymmenen kilometrin matkalla venäläiset nappasivat viisi ensimmäistä sijaa. Pitkällä matkalla, 20 kilometrin perinteisellä hämeenkyröläinen Tuomisto sen sijaan löi kiilan venäläisrintaman väliin ja voitti hopeaa.

Vielä Yhdysvaltain MM-kilpailuissa 2015 venäläiset voittivat miesten pystyhiittäjien luokassa kaikki kolme mestaruutta, mutta vuonna 2016 Kansainvälinen Paralympiakomitea IPC sulki Venäjän Paralympiakomitean kokonaan toimintansa ulkopuolelle sen jälkeen, kun niin sanottu McLarenin raportti paljasti selkeitä viitteitä Venäjän

valtiojohtoisesta dopingohjelmasta.

Venäläisurheilijoiden kilpailukielto käsittää vain IPC:n alaiset kilpailut. Parahiihto maailmancupeineen ja MM-kilpailuineen on IPC:n alaisuudessa, ja esimerkiksi Saksassa alkuvuodesta 2017 järjestetyt parahiihdon ja -ampumahiihdon MM-kilpailut käytiin ilman venäläishiittäjiä.

Tuomisto hiihti MM-kisoissa paraatilajissaan 20 kilometrin perinteisellä hopealle, ja lyhyellä matematiikallakin voi päätellä, että hänen mitalimahdollisuutensa uransa viimeisissä arvokilpailuissa, Pyeongchangin talviparalympialaisissa maaliskuussa 2018 ovat merkittävästi paremmat, jos venäläisurheilijoiden paralympiapanna pysyy voimassa.

IPC on kuitenkin antanut pieniä viitteitä siitä, että ovi venäläisurheilijoiden paralympialaisiin pääsulle saattaisi olla avautumisillaan. Syyskuussa IPC antoi yksittäisille venäläisurheilijoille mah-

KUVA: MAIJU TORVINEN



Sotshin 20 km perinteisen mitalistit Ilkka Tuomisto, Rushan Minnegulov ja Vladislav Lekomtsev.

dollisuuden osallistua paralympialaisten karsintakilpailuihin ns. neutraaleina, eli he eivät edusta kisoissa Venäjää, vaan urheilevat niin sanotusti IPC:n lipun alla.

Vammaisurheilu & -liikunta -lehden mennessä painoon IPC ei kuitenkaan ollut ottanut Venäjän Paralympiakomiteaa takaisin mukaan toimintaansa.

Kehitysvammaisten pääsy paralympialaisiin etenee tutkimuksen kautta

Sydneyn paralympialaisissa 2000 Espanjan kehitysvammaisten koripallojoukkue koostui lähes kokonaan vammattomista pelaajista. Skandaalin seurauksena kehitysvammaiset suljettiin pois paralympialaisista, kunnes luokittelujärjestelmä on saatu kuntoon. Lontoosta 2012 käynnistynyt paluu paralympialaisiin on edennyt hitaasti, ja koskee toistaiseksi vain uintia, yleisurheilua ja pöytätennistä.

Kehitysvammaisuus määritellään siten, että sille on ominaista huomattavat rajoitukset älyllisissä toiminnoissa ja adaptiivisessa käyttäytymisessä, jotka ilmenevät henkilön käsitteellisissä, sosiaalisissa ja käytännöllisissä taidoissa. Lisäksi kehitysvamman tulee olla todettu ennen 18 vuoden ikää. Kilpailukelpoisuuden (eligibility) määrittely on pitkä prosessi, jossa tarvitaan lääkärin todistusten lisäksi luokitteluun perehtynyttä psykologia, joka kartoittaa urheilijan päättelytoimintoja ja toimintakykyä arjessa.

Kehitysvammaisten luokista puhutaan II-koodilla (intellectual impairment). II-luokittelun tutkimus on keskitetty belgialaiseen KU Leuvenin yliopistoon, jonka tutkija **Debbie Van Biesen** selvitti luokittelututkimuksen tilannetta.

– Yleisesti käytetty 75:n älykkyysosamäärä ei riitä perusteeksi kehitysvammaisten osallistumiselle, koska ÄO määritellään eri maissa erilaisin tavoin, Van Biesen kertoo.

Lisäksi IPC vaatii, että luokittelussa pitää ottaa huomioon lajikohtaiset vaatimukset.

KU Leuvenin tutkijat selvittävät nyt missä lajeissa kehitysvammaisuudella on vaikutusta urheilusuoritukseen ja pyrkivät kehittämään mahdollisimman luotettavat ja kenttäolosuhteisiin soveltuvat testit. Tutkimustulokset vaikuttavat kilpailukelpoisuuteen ja lajivalikoimaan.

– Esimerkiksi yleisurheilussa 100 metrin juoksu ei kuulu II-urheilijoiden lajivalikoimaan, koska niin lyhyellä matkalla ei tarvita vauhdin säätelykykyä. Siinä pitää vaan juosta niin lujaa kuin pääsee. Kehitysvammaisuudesta on haittaa vasta pitemmillä matkoilla, Van Biesen sanoo.

Juoksuvauhdin säätelykyvyn (pacing) lisäksi Van Biesenin tiimi on tutkinut älykkyysosamäärän ja reaktioajan välistä yhteyttä sekä pöytätennispelaajien teknisiä taitoja har-

joittelu- ja pelitilanteessa. Hän tutkii parhaillaan älyllisten ja motoristen taitojen välisiä yhteyksiä ja toivoo pystyvänsä kehittämään luotettavan ja standardisoidun työkalun kehitysvammaisten suorituskyvyn testaamiseen. ●

Lähde: Debbie Van Biesen. How the cognitive-motor dual-task paradigm can contribute to the development of evidence-based classification systems for athletes with intellectual impairments. Esitelmä VISTA-konferenssissa. Toronto, 2017.



Vantaalainen Timo Averjanov osallistui syksyllä 2017 ensimmäisiin kehitysvammaisten pöytätenniksen arvokilpailuihinsa, MM-kilpailuihin Tšekissä.

Näkökulma

Kolumnipalstalla pohditaan, ihmetellään ja otetaan kantaa vammaisurheiluun ja -liikuntaan eri näkökulmista.



Lasse Keski-Loppi on Suomen Palloliiton harrastejalkapallokehittäjä, joka vastaa soveltavasta jalkapallosta.

Intohimona saada toiset loistamaan

Työssäni kannustan jalkapalloseuroja katsomaan ulos laatikosta. Voimmeko ottaa mukaan myös erityistä tukea tarvitsevat? Suomessa on jo 44 jalkapalloseuraa, joissa on oma erityisryhmien jalkapallojoukkue, johon kaikki ovat tervetulleita mukaan. Moni seuroissa ei tiedä kuinka lähteä liikkeelle. Tarvitaan se yksi innostunut, jolla on intohimoa. Olen ollut mukana niin suurissa kuin pienissäkin kunnissa käynnistämässä erityisryhmien jalkapallojoukkueita. Aluksi sieltä on aina löytynyt se yksi intohimoinen ja innostunut. Sama henkilö on jo ehkä turhautunut taistelemaan kaikkien oikeudesta liikuntaan. Erityisryhmä käynnistyy silloin helposti. Tässä vaiheessa mukaan tarvitaan vain seura ja muutama muu innokas. Kolikolla on kaksi puolta. Olisi hienoa, jos kaikki erityistä tukea tarvitsevat olisivat integroituina olemassa oleviin joukkueisiin. Onneksi tie kulkee myös toiseen suuntaan.

Vammaisliikunnan aktiivi näyttäytyy kuin **Miguel De Cervantesin** romaanin Don Quijote ratsastamassa ympäri maita ja mantuja hourahtaneena taistelemassa vääryyttä vastaan ja puolustamassa sorrettuja. Donquijotemainen idealismi on ainakin itseni kohdalla hyvästä.

Olen aidosti innostunut etsimään uusia tapoja liikkuu ja liikuttaa. Voi olla, että joskus saan osakseni Don Quijoten lopun ja leiman loppuelämäkseni. Seura-aktiivina ja valmentajana olen kyllä jo saanut leiman erityisryhmän valmentajana. Kannan sitä ylpeydellä. Aika ajoin silti kuulen kysymyksen, että milloin tulet valmentamaan jotain

kunnon joukkuetta? Asenteissa on onneksi menty aimo harppaus eteenpäin, mutta tehtävää siinäkin vielä riittää. Olen tutustunut kollegoihin muissa Euroopan maissa, ja monissa näistä maista soveltavaa jalkapalloa kehittää vain pieni määrä ihmisiä. Monet heistäkin ovat olleet oman maansa Don Quijoteja. Iso-Britannia on oma lukunsa. Englannissa uusi Valioliigan tv-sopimus takaa jokaiselle seuralle 100 000 puntaa vuodessa erityistä tukea tarvitsevien jalkapallon tukemiseen. Tällä korvamerkatulla tuella heidän on palkattava mm. päätoiminen henkilö seuraan kehittämään toimintaa.

Valmennan vapaaehtoisena lasten soveltavan jalkapallon ryhmää Nurmijärvellä. Harjoitukset ovat myös minulle henkireikä. Ilo ja riemu tarttuvat minuun, ei ole niin huonoa päivää, etten lähtisi hymyssä suin harjoituksista kotiin. Ohjaajana harjoituksen jälkeinen kiitos pelaajalta lämmittää mieltä. Pyrimme tekemään joukkueeni kanssa myös muita lajikokeiluja. Viime talvena kokeilimme ensiaskeleitaan erityisliikunnassa ottavaa soveltavaa lautailua. Ilo ja riemu oli mahtavaa. Samalla jaoimme osaamistamme lumilajin kanssa. Ohjaajana tuo kokemus kasvatti minua ja palaute vanhemmilta oli kannustava. Osa vanhemmista ei ollut uskoa, että haastavaksikin koettu lautailu voisi onnistua niin hyvin heidän lapseltaan. Toivon että tästä saamme toimintamallia tulevaan.

Yhteisellä tekemisellä luomme lisää liikuntamahdollisuuksia kaikille ja minä olen valmis sitä edistämään!

Huipulla

Asiaa ja tarinoita vammaishuippu-urheilun maailmasta.

Valmennusjärjestelmä tuo näkyväksi vammaisurheilijan polun vaiheet

TEKSTI: LAURI JAAKKOLA

Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU on laatinut oman valmennusjärjestelmänsä, joka pohjautuu Vammaisurheilijan polkuun. Valmennusjärjestelmän avulla tuodaan näkyväksi niitä vaihteita, joita joko syntymästään saakka vammaisella tai jossain elämänsä vaiheessa vammautuneella henkilöllä on matkallaan vammaisurheilijaksi sekä miten VAU ja muut toimijat pystyvät urheilijaa tuolla matkalla tukemaan.

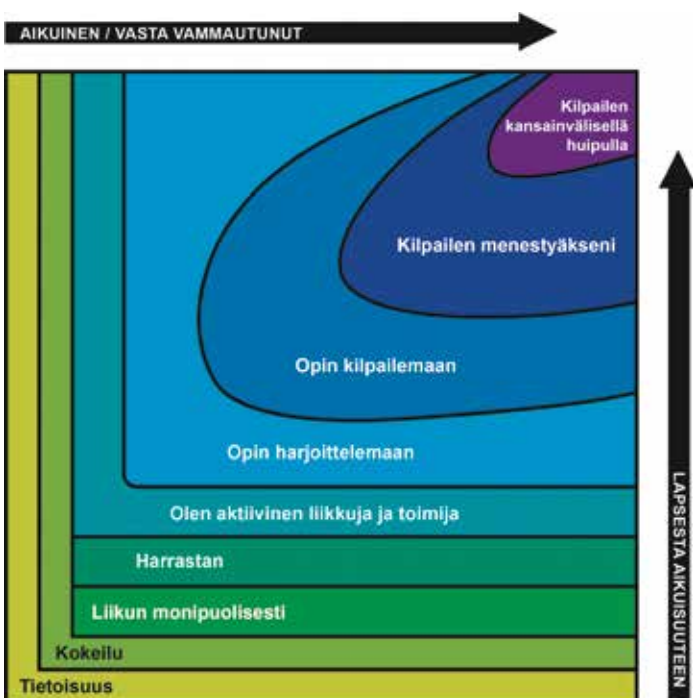
Valmennusjärjestelmä jakautuu yhdeksään osioon, jotka mukailevat Vammaisurheilijan polun vaihteita: 1) Tietoisuus, 2) Kokeilu, 3) Monipuolinen liikkuminen, 4) Harrastaminen, 5) Aktiivinen toimija ja liikkuja, 6) Harjoittelemaan oppiminen, 7) Kilpailemaan oppiminen, 8) Kilpaileminen menestyäkseen ja 9) Kilpaileminen kansainvälisellä huipulla.

Yleisen valmennusjärjestelmän lisäksi VAU laatii yksityiskohtaisempia lajikohtaisia valmennusjärjestelmiä niiden

lajien osalta, joissa VAU toimii lajiliittona, kuten maalipallo, sokkopingis, boccia ja sähköpyörätuolialibandy. Näissä lajikohtaisissa valmennusjärjestelmissä käydään läpi mm. valmennustoiminnan organisointia sekä maajoukkue toiminnan periaatteita ja valintaperusteita.

Ensimmäiseksi on laadittu pyörätuolirugbyn lajikohtainen valmennusjärjestelmä, johon voi tutustua osoitteessa www.vammaisurheilu.fi (-> Liikunta ja urheilu -> Lajit -> Pyörätuolirugby -> Valmennusjärjestelmä). Muita lajikohtaisia valmennusjärjestelmiä julkaistaan sitä mukaan kuin ne valmistuvat.

VAU:n valmennusjärjestelmä tukee myös lajiliittoihin integroitujen vammaisurheilulajien toimintaa erityisesti polun alkupäässä. VAU:n omien lajien lajikohtaisten valmennusjärjestelmien pohjalta myös lajiliitot voivat halutessaan laatia oman lajikohtaisen vammaisurheilun valmennusjärjestelmänsä. ●



Info

VAU:n valmennusjärjestelmän painopistevalinnat

1. Päivittäisvalmennuksen parantaminen
2. Toimijoiden osaamisen lisääminen
3. Olosuhteiden ja kilpailutoiminnan kehittämisen
4. Riittävien resurssien varmistaminen
5. Kansainvälinen menestys neljän edellisen kohdan seurauksena

Lisätiedot valmennusjärjestelmästä:
VAU, lajikoordinaattori Tuomas Törrönen,
puh. 050 408 6152,
tuomas.torronen@vammaisurheilu.fi

Vammaisurheilijan polku.

Kiipulan ammattiopisto arvostaa urheilijoitaan

Vammaisurheilun asemaa osana urheiluakatemiatoimintaa on viime vuosina pyritty vahvistamaan. Yksi tavoitteista on ollut saattaa erityisoppilaitoksia osaksi alueellisia urheiluakatemiaita.

TEKSTI: LAURI JAAKKOLA KUVA: MINNA LEINO

Hämeenlinnan alueella tässä on otettu hyviä kehitysaskelaita. Urheiluakatemia Tavastian vammaisurheiluosaamisesta vastaa Janakkalassa sijaitseva Kiipulan ammattiopisto.

Kiipulan urheiluakatemiatoiminnasta vastaava ohjaaja **Matti Kivelä** kertoo toiminnan jakautuvan kolmeen osaan: 1) kansainväliseen menestykseen tähtäävä huippu-urheilutoiminta, jossa lajina Kiipulassa on vaikeavammaisille suunnattu boccia, 2) Kiipulassa opiskelevien kehitysvammaisten Special Olympics -urheilijoiden valmennustoiminta ja 3) liikunnan saaminen entistä vahvemmin osaksi kaikkien opiskelijoiden arkea.

Kiipulan liikuntasaliin on maalattu yksi bocciakenttä vakituisesti ja viikko-ohjelmaan kuuluu boccian harjoitusvuoro, jota hyödyntää hämeenlinnalainen akatemiaurheilija **Juha Lehtonen**. Kiipulassa on käyty myös boccian kouru- ja 1-luokkien SM-sarjan osakilpailuja. Tänä vuonna kaikki neljä osakilpailua olivat Kiipulassa.

Eri lajeja edustavat Special Olympics -urheilijat saavat viikoittain kaksi tuntia opiskeluaikaansa omaa lajiaan tukevaan harjoitteluun, jota Kivelä yksilöllisesti ohjaa kullekin urheilijalle.

- En ala esimerkiksi meidän Special Olympics -golfarille swingiä opetta-

maan, sillä sen tekee seuravalmentaja, mutta hänen kanssaan treenataan esimerkiksi voimaa ja tasapainoa, Kivelä kertoo.

- Urheilijat saavat kouluaikana tapahtuvasta harjoittelusta oppimispisteitä sekä merkinnän päästötodistukseen, mikä on mielestäni hieno asia, sillä merkintä urheiluharjoittelusta osoittaa tiettyä pitkäjänteisyyttä ja tavoitteellisuutta mm. mahdollisille tule-



Golfari Oskari Rantanen, koripalloilija Iida Kivisaari ja ohjaaja Matti Kivelä.

ville työnantajille, hän toteaa.

Kivelä sanoo saaneensa ryhmänohjaajien puolelta palautetta, että koulun puitteissa tapahtuva urheilutoiminta on selkeästi kohentanut akatemiatoiminnassa mukana olevien opiskelijoiden kokonaishyvintointia.

- Opiskelija saa sen parin tunnin treenin aikana jakamattoman huomion, jolloin syntyy tunne, että tämä on hänen aivan oma juttunsa. Sitten treenin päätteeksi saatetaan laittaa kädet päällekkäin ja huutaa tsemppihuuto, Kivelä sanoo.

Kivelä uskoo olevan Kiipulalle eduksi, että se profiloituu urheiluun ja liikuntaan positiivisesti suhtautuvaksi oppilaitokseksi. Osalle Kiipulaan opiskelemaan tulevista harkitseville se voi olla vahvasti puoltava tekijä.

- Yksi tärkeistä tavoitteista on mahdollistaa katkeamaton urheilijan polku, eli urheiluharrastuksen ei täydy keskeytyä, kun muuttaa opiskelemaan toiselle paikkakunnalle, vaan se voi jatkua täällä ja sen voi ottaa mukaan lähtiessään, Kivelä toteaa.

- Ja toisaalta urheilijan polulle voi tulla mukaan koska tahansa, jos vaikka koulunkäynnin aikana oma laji löytyy, hän jatkaa.

Kivelä toteaa urheiluseurayhteistyön lisäämisen ja akatemiatoiminnan lajikirjon kasvattamisen olevan lähitulevaisuuden kehityskohteita Kiipulassa. ●

Vertaistensa joukossa

Jyväskyläläinen **Aleksi Kaidesoja** on löytänyt itselleen tasavertaisimman kilpailupaikan down-uimareiden omista kisoista.

TEKSTI: LAURI JAAKKOLA KUVA: MIKKO KAIDESOJA

Vesi on ollut Aleksin elementti vauvasta saakka. Vanhempien uintitausta vaikutti siihen, että Aleksin ja hänen kaksoisveljensä Samulin ovat osallistuneet vauvauintiin muutaman kuukauden ikäisistä saakka.

– Uima-allas on paikka, jossa veljesten liikkuminen yhdessä on onnistunut aina hyvin, isä **Mikko Kaidesoja** sanoo. Aleksilla on downin oireyhtymä, Samulilla ei.

– Aleksin on hirveän hyvä oppimaan mallista, ja hän on oppinut veljeltään paljon liikkumistaitoja. Samulin ja hänen kaveriensä porukassa kulkemisella on ollut iso vaikutus siihen, että Aleksista on tullut niin liikunnallinen, isä-Mikko jatkaa.

Nyt veljekset ovat parikymppisiä, ja Aleksin oppii Samulilta edelleen. Samuli on nimittäin yksi valmentajista uimaseura Swimming Jyväskylän erityisryhmässä, jossa Aleksin ui. Muita valmentajia ovat Mikko Kaidesoja sekä kansainvälisen tason para-uimari **Leo Lähteenmäki**.

Aleksin Kaidesoja tuli uimaseuratoimintaan mukaan ihan tavallisen uimakoulun kautta, josta yli-ikäiseksi kasvettuaan hän siirtyi erityisryhmän puolelle.

– Sinällään monet erityisuimarit voisivat aivan hyvin uida normaaliryhmissäkin, mutta ne ovat meidänkin seurassa aika suuria ryhmiä, mikä voi tuoda haasteita down-uimareille. Monissa kilpailuissa Aleksin uikin kilpaa vammattomien poikien kanssa ja se on kaikin puolin ihan ok, Mikko Kaidesoja toteaa.

Aleksin Kaidesojan ensimmäiset isot kansainväliset kilpailut olivat Special Olympics Euroopan kesäkisat Belgiassa vuonna 2014. Special Olympics -kisoissa kilpailijoita ei luokitella vammansa vaan oman tasonsa mukaan ja niinpä koko ikänsä vedessä viettänyt pienikokoinen down-poika päätyi Antwerpenin altaalla kovatasoisimpiin divisiooniin isokokkoisten uimarikostojen rinnalle. Vaikka Aleksin ui nuoreksi pojaksi Belgiassa loistavasti, ei mitaleille ollut asiaa. Nykyäänkin Aleksin on helpompi ymmärtää tavallista kilpaurheilua kuin divisiooniin perustuvia luokitteluja.

Kotimaisissa SM-kisoissa ja GP-sarjan kisoissa puolestaan kaikki uimarit vammaluokkaan katsomatta ovat samassa sarjassa ja kunkin uimarin aika pisteytetään sen mukaan, miten lähellä se on hänen oman luokkansa maailmanennätystä. Aleksin menestysmahdollisuudet ovat ohuet, kun hänen aikojaan verrataan kehitysvammaisten uimareiden S14-luokan koviin ME-tuloksiin.

Niinpä Kaidesojat ovatkin viime aikoina suunnanneet Aleksin kilpailukalenteria vertaisten eli down-uimareiden kansainvälisen järjestön DSISO:n kilpailujen suuntaan. Suo-



Aleksi Kaidesoja.

malaisia down-urheilijoita on viime vuosina osallistunut enenevässä määrin myös muiden lajien – mm. yleisurheilun ja alppihiihdon – kansainvälisiin down-kisoihin.

Marraskuun alussa Aleksin oli Suomen ainoana edustajana down-uimareiden EM-kilpailuissa Pariisissa. Aleksin oli parhaimmillaan hienosti neljäs 100 metrin perhosuinnissa ja viides puolta lyhyemmällä matkalla.

– Olemme Aleksin kanssa paljon puhuneet siitä, että ei se mitali ole se ykkösjuuttu, ja aika hyvin hän on sen oivaltautkin. Vaikka mitalitta jääminen pienen hetken harmittikin, Aleksin koki reissun jo palkintona ahkeralle harjoittelulle. Tärkeää oli, että pääsi kilpailemaan vertaistensa kanssa altaalla ja solmimaan uusia ystävyysuhteitakin eri maiden uimareiden kanssa, Mikko Kaidesoja toteaa. ●

Innolla uuden sydämen

Jarmo Leväinen on parin vuoden takaisen sydämensiirtonsa jälkeen intoutunut yhdeksi Suomen aktiivisimmista elinsiirtourheilijoista. Seuraavaksi hän lähtee lumilautailemaan elinsiirron saaneiden MM-kisoihin Sveitsiin.

TEKSTI: LAURI JAAKKOLA KUVA: JARMO LEVÄISEN KOTIALBUMI

Leväinen, 52, sai uuden sydämen alkukesästä 2015. Kuntoutumisprosessi sydämensiirron jälkeen ei ole ihan simppele juttu. Aluksi Leväisen täytyi opetella kävelemäänkin uudestaan.

Siihen nähden Leväinen on nyt erittäin hyvässä kunnossa, ja koko ikänsä aktiivisesti urheilua ja liikuntaa harrastaneen miehen motivaatio on tapissaan, kun kunto antaa taas myöten paljon enempään kuin reiluun vuosikymmeneen ennen sydämensiirtoa.

Dramaattisin hetki sattui reilu 13 vuotta sitten, kun Leväisen sydän pysähtyi peräti 28 minuutiksi kesken jalkapallo-ottelun.

– Onneksi viereisellä kentällä sattui olemaan lääkäri, Leväinen muistelee.

Sydämenpysähdyksen jälkeen hän sai tahdistimen ja liikunnan harrastamismahdollisuudet rajoittuivat radikaalisti. Lopulta vuonna 2015 sydän irtisanoi yhteistyösopimuksensa lopullisesti.

Jo vuosi sydämensiirron jälkeen Leväinen osallistui kotikaupungissaan Vantaalla järjestettyihin elinsiirron saaneiden EM-kilpailuihin, lajeinaan golf, lentopallo ja yleisurheilu, joka tosin jouduttiin sateen vuoksi keskeyttämään. Sittenkin urheileminen on muuttunut yhä aktiivisemmäksi. Takana on jo mm. Espanjan MM-kilpailut, yleisurheilun SM-kilpailuja sekä golfin kansallisen

E-Tourin kilpailuja.

Seuraavaksi vuorossa ovat elinsiirron saaneiden talvilajien MM-kilpailut Sveitsin Anzèressa 7.–12. tammikuuta.

– Olen lumilautailut parikymmentä vuotta ja viimeiset 19 vuotta olen käynyt alpeilla laskemassa, toki sairastelujen vuoksi on joitain vuosia jäänyt väliin. Kotimaassa olen osallistunut joskus matalan kynnyksen Suomi Slalom-kisoihin, Leväinen kertoo.

Leväinen uskoo olevansa melko lailla niin hyvässä kunnossa kuin olosuhteisiin nähden ylipäätään on mahdollista.

– Käyn viikoittain useamman kerran kuntosalilla ja pelaamassa golfia. Viikonloppuisin tulee lisäksi liikuttua luonnossa. Kesän MM-kisojen jälkeen pidin hiukan taukoa yleisurheiluharjoittelusta, mutta nyt olen taas käynyt viikoittain heittämässä keihästä ja työntämissä kuulaa, Leväinen luettelee.

Vuonna 2018 elinsiirron saaneille on MM-talvikisojen lisäksi tarjolla myös kesälajien EM-kilpailut. Vuonna 2016 Vantaalla järjestettiin kahden eurooppalaisen järjestön kisat samaan aikaan ja samassa paikassa, mutta nyt sydän- ja keuhkosiirrokkaiden kisat sekä yleiset elinsiirron saaneiden ja dialyysissä olevien kisat ovat taas erillään.

– Elinsiirron saaneiden kisat ovat Sardiassa, jonne matka on pidempi ja kalliimpi. Sydän- ja keuhkosiirrokkaiden kisat ovat Lignanossa ja siihen viereen Venetsiaan saisi suorat ja melko halvat lennot, mutta niissä kisoissa ei ole lajina keihäänheittoa, jossa voitoin MM-hopeaa. En ole vielä päättänyt kumpiin lähdän, Leväinen pyörittelee. ●



Jarmo Leväinen.

Suomalaisnaiset vahvoja sokkopingiksessä ja istumalentopallossa

TEKSTI: LAURI JAAKKOLA KUVA: LENTOPALLOLIITTO

Naisten sokkopingis jatkuu suomalaiskomennossa, kun **Hanna Vilmi** ja **Jaana Pesari** ottivat kaksoisvoiton Ruotsin Handenissa pelatuissa MM-kilpailuissa. Vilmilte maailmanmestaruus oli toinen. Lisäksi hän on voittanut viisi peräkkäistä EM-kultaa.

Joukkuekilpailussa Suomi voitti hopeaa Puolan perässä joukkueella, jossa pelasivat Vilmi, Pesari, **Ari Lahtinen**, **Juha Oikarainen** ja arvokisadebytantti **Jouni Viitamäki**. Miesten yksilökilpailussa Lahtinen oli neljäs, Oikarainen viides ja Viitamäki seitsemäs.

Istumalentopallon EM-kilpailuissa Kroatiassa Suomen naiset voittivat alkulohkossaan Slovenian, Unkarin ja Kroatian edeten lohkovoittajana suoraan välieriin. Välierässä Ukraina oli parempi ja pronssiottelussa Hollanti päihitti Suomen, mutta neljäs sija oli kuitenkin naisten maajoukkueen paras sijoitus sitten vuoden 2003 Lappeenrannan EM-kilpailujen pronssin. Lisäksi Suomi varmisti paikkansa vuo-

den 2018 MM-kilpailuihin Hollantiin.

Pyörätuolitanssin MM-kilpailuissa Belgiassa **Gustav** ja **Karin Antell** voittivat pronssia duo-sarjan latinalaistansseissa luokassa 1. Vakiotansseissa parvoolaiset sijoittuivat viidenneksi. Kaikkiaan MM-kilpailuihin osallistui viisi suomalaista. Antellien sijoitusten jälkeen paras suomalaissijoitus oli **Tuuli Harjun** ja **Timo Pyykkösen** kuudes sija combi-sarjan vakiotanssien luokassa 1.

Ismo Lallo ja **Esa Miettinen** voittivat pronssia TM9-luokan joukkuekilpailusta parapöytätenniksen EM-kilpailuissa Sloveniassa. Lallo ja Miettinen olivat aiemmin kauden aikana voittaneet jo joukkuekisan MM-pronssia. Slovenian EM-kilpailuissa Miettinen sijoittui kaksinpelissä jaetulle viidennelle sijalle.

Seinäjäkelainen **Veeti Mustalahti** heitti T21-luokan keihään maailmanennätyksen 30,36 metriä down-urheilijoiden yleisurheilun avoimissa EM-kilpailuissa Portugalissa. Kaikkiaan Suomen joukkue, johon kuuluivat Mustalahden

lisäksi **Jani Töyrylä**, **Eliel Nikkola**, **Joonas Elo** ja **Juho Oksman**, keräsi peräti 12 mitalia.

Sovelletussa judossa järjestettiin ensimmäiset viralliset MM-kilpailut kehitysvammaisten urheilun INAS-järjestön ja Kansainvälisen Judoliiton tukemana Saksassa. Suomi on vahvaa maa sovelletussa judossa ja kuuden urheilijan joukkue keräsi Kölnistä viisi mitalia. Kultaa voittivat **Joona Kaukonen** ja **Matti Heino**, hopeaa **Piia Komppa** sekä pronssia **Joona Näkki** ja **Henri Kajan**.

Timo Averjanov osallistui ensimmäistä kertaa kehitysvammaisten INAS-järjestön MM-kilpailuihin Tšekissä. Hän sai hyvää kokemusta, mutta pelit päättyivät kolmen tappion myötä alkulohkoon.

Moninkertainen pyörätuolibiljardin MM- ja EM-mitalisti **Jouni Tähti** joutui pettymään Liikuntamaan ja Apuväline 2017 -messujen yhteydessä Tampereella pelatuissa 9-pallon MM-kilpailuissa, kun kaksi tappiota neljään ensimmäiseen otteluun tiesivät kaarinalaiselle seitsemättä sijaa.

Parataekwondon MM-kilpailuissa Lontoossa **Matti Sairanen** voitti avausottelunsa, mutta hävisi sitten Japanin **Chikara Itolle** sijoittuen jaetulle 9. sijalle.

Parasulkapallon MM-kilpailuissa Etelä-Koreassa **Riku Vihreäsaaren** ja **Heidi Mannisen** saldoksi jäi yksi Mannisen voittama ottelu naisten kaksinpelissä. Suomalaiset jäivät alkulohkoonsa niin kaksinpelissä, nelinpelissä kuin sekanelinpelissäkin. ●

Laura Haaranen, Päivi Husso, Annukka Jätteenmäki ja Raisa Möller juhlivat pistettä ottelussa Unkaria vastaan.



Lyhyesti

Tiivistettyä tietoa vammaisurheilun ja -liikunnan maailmasta.

TEKSTI: AINO LINNAMAA
KUVA: LAURI JAAKKOLA

Para Talent Day auttaa urheilijoiden löytämisessä

Suomen ensimmäinen Para Talent Day järjestettiin 11.11. Tampereen Messu- ja urheilukeskuksessa Liikuntamaan ja Apuväline 2017 -messujen yhteydessä. Tapahtuman tavoitteena on löytää uusia urheilijoita vammaiskilpaurheiluun ja auttaa heitä eteenpäin urheilijan polullaan. Tapahtuma järjestettiin Suomen Paralympiakomitean ja VAU:n yhteistyönä osana Pohjoismaiden yhteistä All in -EU-projektia.

Para Talent Day -tapahtumaan on haettu mallia mm. Hollannista ja Iso-Britanniasta, joissa vastaavia tapahtumia on järjestetty useamman vuoden ajan onnistunein tuloksin. Hollannissa tapahtuma on ollut vuosittainen jo vuoden 2008 paralympialaisista saakka, ja vuoden 2017 tapahtumaan haki 125 osallistujaa. Vuosina 2012–2013 tapahtumissa mukana olleista hollantilaisurheilijoista kolme voitti mitalin vuoden 2016 Rion paralympialaisista.

Tampereen Para Talent Day koostui infotilaisuudesta ja Kasva Urheilijaksi -taitovalmiustesteistä. Testin eri osiot antavat urheilijalle, valmentajalle ja vanhemmille arvokasta tietoa testatun urheilijan perusliikuntataidoista sekä valmiuksista edetä vaativampien



Eemi Laurila kelaat patjojen yli Kasva Urheilijaksi -taitovalmiustestien yhdessä pyörätuolisovelluksista.

motoristen taitojen opetteluun ja niissä kehittymiseen.

Paikalla Para Talent Dayssa oli kymmenen urheilijan lisäksi eri lajien valmentajia sekä luokittelijat **Paula Leppänen** ja **Sanna Weurlander**. Luokittelijat

antoivat tietoa luokittelujärjestelmästä, joka on aina iso kysymys paraurheilussa.

Para Talent Daysta on tarkoitus tehdä vuosittainen tapahtuma, jonka avulla urheilusta kiinnostuneita henkilöitä saataisiin mukaan paraurheiluun. ●



Näkövammaisen keilailija Petri Mäkipirta.

Istumalentopallo ja keilailu integroituvat lajiliittoihinsa

Istumalentopallo siirtyy VAU:n alaisuudesta osaksi Lentopalloliiton toimintaa. Samoin VAU:n alainen vammaiskeilailutoiminta siirtyy osaksi Keilailuliittoa.

Keilailuliiton alaisuuteen siirtyvät eri vammairyhmien yhteinen kansallinen Keilacup ja keilailun SM-kilpailut sekä näkövammaisten keilailun maajoukkue-toiminta. Kansallisen toiminnan osalta kuuluva kausi (2017–2018) mennään vielä vanhalla mallilla loppuun.

VAU lähettää jatkossakin joukkueet kehitysvammaisten Special Olympics -kisoihin sekä elinsiirron saaneiden arvokilpailuihin.

Lentopalloliitto vastaa vuoden 2018 alusta lähtien istumalentopallon kansallisesta ja kansainvälisestä kilpailutoiminnasta sekä lajin kansainvälisistä yhteyksistä ja jäsenyyksistä. Lentopalloliitto hakee muutoksen myötä myös Suomen Paralympiakomitean jäsenyyttä. ●

Neljännesvuosisata vammaisurheilijan asialla

Hannele Pöystin 26 vuoden mittainen ura suomalaisen vammaisurheilun ja -liikunnan parissa päättyi joulukuussa. Pöysti jää sivuun Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU:n kilpa- ja huippu-urheilun toimialapäällikön pestistä ja suuntaa viettämään eläkepäiviä synnyinpaikkakunnalleen Leppävirrälle.

TEKSTI: LAURI JAAKKOLA KUVAT: HANNELE PÖYSTIN KOTIALBUMI, NKL:N ARKISTO, ERKKI HÄMÄLÄINEN



Pöysti nimitettiin Näkövammaisten Keskusliiton (NKL) liikuntatoimeen alueelliseksi liikunnanohjaajaksi vuonna 1991. Sitä ennen Pöysti oli ehtinyt työskennellä vuosikymmenen Mikkelissä Moision psykiatrisessa sairaalassa liikunnanohjaajana. Hän oli ollut myös aktiivinen toimija Suur-Savon piirissä ja Mikkelin Kilpa-Veikoissa toimien mm. yleisurheilun SM-viestien pääsihteerinä.

- Tullessani NKL:ään en tiennyt näkövammaisuudesta mitään, mutta urheilu- ja liikuntataustaa oli ja järjestötyö kiinnosti, Pöysti toteaa.

Pöystin vastuulla alueellisena liikunnanohjaajana olivat Päijät-Häme, Kaakkois-Suomi ja Helsinki-Uusimaa. Pöysti vaikutti heti liittoon saavuttuaan toiminnan ammattimaisesta organisoinnista.

- NKL:n alueilla oli liikuntatoimikunnat, jotka koostuivat paikallisyhdistysten edustajista. Niiden kanssa tehtiin vuosisuunnitelmat, joihin sisältyi mm. harrasteliikuntaa, keilacupin kisat ja siihen aikaan oli vielä hiihtocuppikin.

- Myös urheilupuolella toiminta oli hyvin organisoitua. Oli palkattuja oto-valmentajia ja nimetyt maajoukkueryhmät lajeissa. Kiitos kaikesta tästä kuuluu 70-80-luvulla NKL:n liikuntapäällikkönä toimineelle **Hannu Laurellille**. Hän oli tehnyt todella hyvää työtä.

Pöystillä oli nuoruudestaan vahva hiihtotausta, joten hän päätyi nopeasti vastuutehtäviin liikunta- ja näkövammaisten kilpahiihdon puolella. Ensimmäistä kertaa hän oli mukana arvokisoissa osana joukkueenjohtoa EM-hiihdoissa 1993.

- Vuodet 1993-2002, kun sai joukkueenjohtajana kiertää hiihtäjien kanssa, ovat jääneet lähtemättömästi mieleen. Arvokisoissa oli joka ilta useampi suomalaisurheilija mukana palkintojenjaoissa.

- Sen ajan liikunta- ja näkövammaiset hiihtäjät olivat ko-

Hannele Pöysti ja saksanpaimenkoira Rosi tuoreissa kotimaisemissa Leppävirralla.



Hannele Pöysti toimi vuosittaisen kansainvälisen Pajulahti Games -kilpailutapahtuman pääsihteerinä tapahtuman alusta saakka vuodesta 2011.



Hannele Pöysti sauvakävelyoppaana takavuosisen huippu-urheilijalle Merja Hanskille.

via urheilijoita. Treenasivat ihan hullun lailla ja ammattimaisesti. Kun miettii vaikka Naganon paralympialaisissa kolmoisvoiton ottaneita naishiihtäjiämme (**Kaija Tuikkonen, Sisko Kiiski, Jaana Argillander**), niin ei heidän tarvinnut yhtään hävetä puhuessaan harjoitusmäärästään.

Sittemmin hiihto on Suomessa hiipunut, hyvä että saadaan edes kolmea suomalaishiihtäjää paralympialaisiin, saati sitten samaan aikaan palkintopallille. Syitä laskusuhdanteeseen on monia, mutta Pöysti uskoo lajin vaativuuden ja yhteiskunnan rakenteellisten muutosten olevan suurimmat tekijät.

– Silloiset näkövammaiset huippuhiihtäjät olivat vielä kasvaneet erilaisessa yhteiskunnassa. Sen aikaisissa sokeiden kouluissa lajivaihtoehdot olivat hiihto ja yleisurheilu. Kun näkövammaisia on siirtynyt enemmän normaalikouluihin, on tullut eteen muita kiinnostuksen kohteita ja toisaalta normaalikouluihin ripottautuneita näkövammaisia on vaikeampi tavoittaa.

Myös lajikirjo on kasvanut, eivätkä suuret perinnelajit enää näyttäytyä yhtä vetovoimaisina nuorisolle kuin aikoinaan. Näkövammaisten perinteisistä menestyslajeista vain joukkuelaji maalipallo on pystynyt pitämään suosionsa ja vetämään nuoria puoleensa.

Maalipallon parista Pöystille löytyykin mieluisia muisteluaiheita, yhtäältä Suomen miesten ja naisten maailmanmestaruudet noin tunnin välein Colorado Springsissä 1994, toisaalta Pöystin pääsihteerinä menestyksekkäästi läpiviemät MM-kotikisat Espoossa 2014.

– Olen aktiivisesti ajanut sitä, että Suomessa järjestetään vammaisurheilun arvokisoja ja muita kansainvälisiä turnauksia. Niiden avulla saadaan uusia vapaaehtoistoimijoita lajien pariin ja kotimaisilla urheilijoilla on matalampi kynnyksen päästä haastelemaan kansainvälistä tasoa. Esimerkkinä tästä on maalipallon Onnela-turnaus, joka on sittemmin jalostunut monen lajin Pajulahti Gamesiksi.

– Suomessa on järjestetty laadukkaita urheilijalähtöisiä arvokilpailuja. Yleisestikin kaikessa tekemisessäni urheilija, se yksilö siellä, on ollut minulle kaiken lähtökohta.

Pöysti jatkoi NKL:n alueellisena liikunnanohjaajana 12

vuotta. Vuodet 2003–2009 hän oli NKL:n liikuntapäällikkö. Vuodesta 2010 eteenpäin Pöystin työnantajana on ollut Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU, joka syntyi diagnoosipohjaisten vammaisurheilujärjestöjen yhdistyttyä.

Pöysti oli ollut läheisesti tekemisissä lajiliittointegraation kanssa jo NKL:n aikana, mutta VAU:n kilpa- ja huippu-urheilun toimialapäällikkönä se tuli isoksi osaksi hänen työnkuvaansa.

Pöysti oli seurannut läheltä, miten hänelle läheiset lajit, kuten hiihto ja yleisurheilu oli aikoinaan integroitu lajiliittoihin voimakkaasti huippu-urheilupää edellä, kuulematta riittävästi lajin parissa ruohonjuuritasolla toimivia.

– Minulla on ollut koko ajan vahva näkemys, että lajiliittointegraatio tulee hoitaa kolmikantana – eli lajiliitto, Paralympiakomitea ja VAU yhdessä – ja että huolehditaan rekrytoinnista, nuorisotoiminnasta ja muusta, ettei vain nykäästä sen hetken huippuja mukaan, jolloin väliin jää kuilu.

VAU:n alkuvuosina lajiliittointegraatio eteni jouhevasti, mutta sitten tuli muutaman vuoden hiljaisempi vaihe. Tänä syksynä juna nytkähti taas liikkeelle, kun keilailu ja istumalentopallo integroituivat.

– Opetus- ja kulttuuriministeriö on alkanut vaatia lajiliitoilta yhdenvertaisuussuunnitelmia. Luulen, että sen myötä on integraation tullut uutta potkua.

VAU:n synnyn myötä Hannele Pöysti on päässyt vielä työuransa loppupuolella tutustumaan uusiin alueisiin. Viime vuosina Pöysti on toiminut useaan otteeseen kehitysvammaisten Special Olympics -kisoissa joukkueenjohtajana.

– Special Olympics -kisat ovat ihan oma maailmansa, ja se on kyllä imaissut minut omalla tavallaan mukaansa. On ollut myös hienoa huomata, että Special Olympics -toimintaan on selkeästi imua valmentajapuolella. Mielestäni meillä on todella hyviä valmentajia siellä.

– Vammaisurheilulla ja -urheilijoilla on tänä päivänä hyvät olosuhteet ja resurssit saavuttaa yhä enemmän menestystä, kun yhteistyötä tehdään jopa yli lajirajojen. Lämpimät kiitokset kaikille mieleenpainuvista vuosista vammaisurheilun parissa, Pöysti päättää. ●



Ratsastajainliiton ratsastussimulaattori keräsi taakseen pitkän jonon etenkin torstaina ja perjantaina, jolloin Liikuntamaassa oli paljon koululaisia. Ratsastajainliiton pisteellä pääsi myös keppihevosteemaan.

Apuvälinemessut ja Liikuntamaa jälleen uuteen kävijäennätykseen

Apuväline 2017 -messut teki jälleen uuden kävijäennätyksen, n. 14 700 kävijää kolmen päivän aikana, ja messujen yhteydessä järjestetyssä Liikuntamaassakin riitti säpinää ennenkokemattomaan tapaan.

TEKSTI JA KUVAT: LAURI JAAKKOLA

Erityisesti messujen avauspäivänä torstaina riitti liikettä, kun messukävijöitä oli kaikkiaan 7000 ja heidän joukossaan noin 800 koululaista Liikuntamaan Erilaisessa koulupäivässä. Erityisesti Ratsastajainliiton ratsastussimulaattori oli lasten suosiossa, sinne oli parhaimmillaan noin tunnin jono.

Liikuntamaassa oli panostettu entistä voimakkaammin toimintapisteiden

toiminnallisuuteen, eli jokaisella pisteellä tuli lähtökohtaisesti olla mahdollisuus kokeilla itse kyseistä lajia tai toimintaa. Toimintapisteitä oli määrällisesti hitusen vähemmän kuin aiemmin, mutta niille oli toisaalta varattu vähän enemmän tilaa kullekin, mikä osoittautui erinomaiseksi ratkaisuksi.

Apuväline-messut järjestetään Tampereen Messu- ja urheilukeskuksessa joka toinen vuosi ja Liikuntamaa oli

osana messuja nyt yhdeksättä kertaa. Kun marraskuussa 2019 Liikuntamaa järjestetään kymmenettä kertaa, on luvassa taas entistä valovoimaisempi vammaisurheilun ja -liikunnan kokeilutapahtuma.

Liikuntamaan järjestää Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU yhteistyössä mm. muiden järjestötoimijoiden, lajiliittojen sekä paikallisten urheiluseurojen ja vammaisyhdistysten kanssa. ●



“Marraskuussa 2019 on luvassa taas entistä valovoimaisempi vammaisurheilun ja -liikunnan kokeilutapahtuma.

Liikuntamaassa pääsi myös luistelemaan ja pelaamaan kelkkajääkiekkoa synteettiselle jäälle. Moni sai huomata, että kelkkalätkä vaatii melkoisesti käsivoimia ja hyvää tasapainoa.

Info

Liikuntamaa 2017

Tampereen Messu- ja urheilukeskuksessa 9.-11.11. Apuväline 2017 -messujen yhteydessä järjestetyn Liikuntamaan tunnelmiin voi palata Facebook-sivuilla www.facebook.com/liikuntamaa



Malmin Taekwondon sovelletun taekwondon ohjaaja Tea Runnakko opasti lapsia lajin saloihin taekwondon ja judon yhteisellä pisteellä.



Liikuntamaan ohjelmalavalla nähtiin kaikkina kolmena päivänä pyörätuolitanssiesityksiä. Tässä tanssin pyörteissä ovat Stig Tarvonen ja Pirjo Malmberg-Tarvonen.



VAU:n Hyvä tyyppi -vapaaehtois-palkinnot kymmenelle ansioituneelle

Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU palkitsi ansioituneita vapaaehtoistoimijoita Liikuntamaan yhteydessä Tampereen Messu- ja Urheilukeskuksessa. Vuoden 2017 Hyvä tyyppi -palkinnon sai kymmenen vammaisurheilun ja -liikunnan parissa pitkään pyyteetöntä työtä tehnyttä henkilöä.

TEKSTI: LAURI JAAKKOLA KUVAT: KUVAUSPALVELU SALOPINO, LAURI JAAKKOLA



”Avustaja on se, joka ekana herää ja viimeisenä menee nukkumaan. Normaaleiden päivittäisten avustustarpeiden lisäksi on kentän laidalla kamojen kanssa pelaamista, pukemista, võiden kiristämistä, juomapullojen täyttöä. Sitten istutaan penkillä ja odotetaan, jos joku kentällä tarvii jeesiä, esimerkiksi että pitää käydä korjaamassa hanskojen teippejä tai nostamassa kaatunut pelaa- ja pystyyn”, Hyvä tyyppi -palkinnon saanut pyörätuolirugbyavustaja Heli Sinisaari kertoo.



Vuoden 2017 Hyvä tyyppi -palkintojen saajat: Susa Miettunen (vas.), Hannu Huovinen, Johannes Siikonen, Heli Sinisaari, Heidi Ikäheimonen, Tanja Töyrylä-Kannisto, Jarmo Lehtola ja Lasse Mäkinen. Kuvasta puuttuvat Tuija Helander ja Marko Suhonen.

HANNU HUOVINEN

Todellinen yhdistysten välisen yhteistyön moottori Lahden seudulla, jossa liikunnan parissa toimitaan yhdessä diagnoosirajoja katsomatta. Aktiivi niin Päijät-Hämeen Näkövammaisissa kuin Päijät-Hämeen munuais- ja maksayhdistyksessäkin.

JARMO LEHTOLA

Hän on toiminut maalipallon parissa monissa rooleissa, mutta pisimmän ja komeimman uran hän on tehnyt kansainvälisen tason tuomarina. Hänen nikkarointitaitonsa ovat tuottaneet iloa välineiden ja sovellusten muodossa myös laajemmin vammaisurheiluun ja -liikuntaan.

TUIJA HELANDER

Hän on tuonut kansainvälisen tason huippu-urheilijan näkökulmaa elinsiirron saaneiden liikunta- ja urheilutoimintaan. Aktiivinen toimija sydän- ja keuhkosiirrokkaiden yhdistyksessä SYKE ry:ssä. Antaa myös mielellään valmennustukea urheilussa kehittymään haluaville elinsiirron saaneille.

HELI SINISAARI

Avustajien rooli on usein liian pienelle huomiolle jäävä mutta äärimmäisen tärkeä vaikeavammaisten henkilöiden urheilussa. Hän on yksi pitkää päivää

kotimaisen pyörätuolirugbyn parissa tekevästä työn sankareista.

LASSE MÄKINEN

Boccia juhlii Suomen 100-vuotisjuhlavuonna neljäkymmentä vuottaan Suomessa. Lajin nousu maamme suosituimmaksi harrastusmuodoksi paikallisyhdistysten keskuudessa on juuri tämän miehen kaltaisten lajiaktiivien ansiota.

MARKO SUHONEN

Hän on tehnyt pitkään ja pyyteettömästi töitä kehitysvammaisten Special Olympics -hiihtäjien valmentajana ja kiertänyt heidän kanssaan maailmaa kansainvälisissä kisoissa. On edelleen aktiivinen yhdistystoimija kotiseudullaan Mikkelissä.

HEIDI IKÄHEIMONEN

Ei olisi VAU:n järjestämiä kansainvälisiä arvokilpailuja ilman hänen kaltaisiaan vapaaehtoistyöntekijöitä, jotka ottavat tapahtuman onnistumisen sydämen asiakseen. Hän on yhdistysaktiivi myös Helsingin ja Uudenmaan Näkövammaiset ry:ssä.

TANJA TÖYRYLÄ-KANNISTO

Tamperelaisen Varala-Tiimin Special Olympics -taitoluistelijat saavuttivat huikeat neljä kultamitalia maaliskuus-

sa Itävallan talvimaailmankisoista. Se oli paras palkinto pitkään luistelijoita luotsanneelle valmentajalle, mutta tässä hänelle vielä Hyvä tyyppi -palkinto tekemästään hienosta työstä.

JOHANNES SIIKONEN

Hänelle ei riitä pelkästään urheileminen kahdessa lajissa kansainvälisellä tasolla, vaan hän on ottanut asiakseen myös kehittää näiden lajien – cp-jalkapallon ja erityisgolfin – toimintaa Suomessa.

SUSA MIETTUNEN

Motoriikan ja sosiaalisten taitojen kehittymistä edistävä Sherborne-liikunta voi hyvin ja etenee edelleen Suomessa, kiitos toimintaa kehittävien ja asialleen vihkiytyneiden kouluttajien, joista tämä nainen on loistoesimerkki. ●

Info

Hyvä tyyppi -palkinnot

VAU on jakanut Hyvä tyyppi -vapaaehtoispalkintoja joka toinen vuosi vuodesta 2011 lähtien. Aiempien vuosien palkintojen saajat löytyvät osoitteesta www.vammaisurheilu.fi (hakukenttään Hyvä tyyppi).

Sporttiklubi

Esimerkkejä ja inspiraation aiheita lasten, nuorten ja perheiden liikunnasta.

Valtti löysi harrastuksen Essille, Elmolle ja Vilmalle

VAU:n Valtti-ohjelman avulla etsitään vammaisille ja tukea tarvitseville lapsille ja nuorille liikuntaharrastusta. Ohjelmaan valitut lapset ja nuoret saavat henkilökohtaisen Valtin, joka auttaa harrastuksen pariin. Valtti-ohjelman toinen vuosi tulee päätökseensä ja ainakin Tampereen seudulta löytyy tyytyväisiä perheitä.

TEKSTI: LAURI JAAKKOLA KUVAT: VALTTI-OHJELMA, ETUAHOJEN KOTIALBUMI

Tiina Etuaho toimii Valkeakosken seudun kehitysvammaisten tuki ry:ssä sekä aiemmin myös Tampereen seudun autismi- ja aspergeryhdistyksessä. Hän sai alun perin kuul-

la Valtti-ohjelmasta näiden luottamus-
toimiensa kautta.

Etuahojen lapset **Essi** ja **Elmo** olivat käyneet useamman vuoden Valkeakoskella erityislasten Tsemppikerhossa, mutta tälle vuodelle toiminta ei enää

jatkunut. Perhe lähti etsimään uutta liikuntaharrastusta Valtin kautta.

Elmolle löytyi Valteiksi kaksi miespuolista fysioterapiaopiskelijaa, jotka veivät hänet kokeilemaan Tampereen kaupungin erityislasten liikuntakerhoon Raho-



laan. Essin Valtti oli luokanopettajaksi opiskeleva nainen, joka vei tytön kokeilemaan yleisurheilua ja voimistelua.

- Nyt molemmat käyvät liikuntaryhmässä Tampereella ja Essi käy myös Tampereen Voimistelijoiden Aurinkoiset-telinevoimisteluryhmässä. Etenkin Essin Valtti panosti kovasti harrastusmahdollisuuksien etsimiseen. Tampereella on yllättävän paljon tarjontaa erityislapsille. Pitää vain olla valmis kulkemaan hieman kauemmas Valkeakoskelta, Tiina Etuaho sanoi.

Tamperelainen **Vilma Kuusisto**, 17, sai perheineen tietää Valtti-ohjelmasta vuoden 2015 Liikuntamaassa. He ilmoittautuivat jo vuoden 2016 ohjelmaan, mutta tuolloin heille osoitettu Valtti jätti leikin kesken.

- Alueen Valtti-koordinaattori oli kuitenkin ajan tasalla ja Vilmaa kannustettiin hakemaan seuraavassa haussa uudelleen. Asia oli Vilmalle todella tärkeä ja hän kyselikin jatkuvasti, että koska voisimme hakea uutta Valttia, kertoo Vilman äiti **Virva Vastamaa**.

Vuoden 2017 haussa Vilmalle löy-

tyikin kaksi Valttia. Vilmaa kiinnosti suunnistus, ja toinen Valteista löysikin Nokialta suunnistusseuran, jossa pääsi kokeilemaan tarkkuussuunnistusta osaavassa ohjauksessa. Toinen kokeilu oli kiipeily sisäpuistossa, joka hirvitti hieman äiti-Virvaa etukäteen, mutta sujui oikein hyvin. Kolmas kokeilu oli salibandya Kooveen erityisryhmässä, ja siitä löytyi Vilmalle vakituinen harrastus.

- Ehdottomasti parasta oli salibandyharrastuksen löytyminen ja kivat Valtit! Salibandy on kiva harrastus, kun sitä voi harrastaa ympäri vuoden. Jokaisesta kokeilusta jäi aina hyvä mieli, Vilma iloitsee.

Ennen Valtti-ohjelmaa Vilma oli harrastanut kerran viikossa tanssia erityisnuorten ryhmässä. Liikunnan lisäykselle oli tarvetta, ja Valtti-ohjelma auttoi tähän.

- Vanhempana ajattelin, että Valtti-ohjelma on erinomainen mahdollisuus kartoittaa kaupungin ja ympäristökuntien erityislasten ja nuorten tarpeet sekä verkostoida heidät yhteen eri lajien pariin. Toisaalta pidän tärkeänä myös sitä, että herätellään kaupungin



Elmo ja Essi Etuaho osallistuivat molemmat vuoden 2017 Valtti-ohjelmaan.

päätäjät ja seurat myös vammaisurheilun harrastusmahdollisuuksiin. On tärkeää, että kaikki pelaa tai liikkuu -missio toteutuu myös erityislasten ja nuorten kohdalla. Mielestäni VAU on onnistunut tässä erinomaisesti ja tarjontaa on selvästi enemmän kuin viisi vuotta sitten, Virva Vastamaa summaa. ●

TEKSTI: AIJA SAARI

SEDY päättyi, mutta Valtti jatkuu

SEDY-hankkeen päätöskonferenssi järjestettiin marraskuun lopussa Amsterdamissa. Hankkeen tuloksista keskeisin on VAU:n kehittämä Valtti-toimintamalli. Pilottivuonna 2016 yli puolet suomalaisosallistujista löysi harrastuksen. Valtti-toiminta jatkuu opetus- ja kulttuuriministeriön tukemana, ja malli on levinnyt myös kumppanimaihin.

VAU:n tutkimuspäällikkö **Aija Saari** selittää menestystä sillä, että tämän tyyppiselle toiminnalle oli tarve.

- Ennen vammaiset lapset kävivät erityiskouluja ja ohjattiin omiin erityisryhmiinsä. Nykyään enemmistö käy omaa lähikoulua ja haluaa harrastaa siellä missä muutkin kaverit ovat. Tässä muutosvaiheessa harrastukset eivät kuitenkaan ole helposti löydettävissä. Tästä puhutaan kysynnän ja tarjonnan ongelmana.

Valtin avulla testattiin mallia, jos-

sa tukea tarvitseva lapsi saa opiskelijasta oman ohjaajan, Valtin. Samalla opiskelija saa kokemusta ja opintopisteitä. Seuratkin innostuivat. Kun lapsi tulee kokeilemaan harrastusta oman Valtin kanssa, se ei tunnu valmentajien mielestä niin pelottavalta.

Harrastuksen löytymistä edesauttoi, että osallistuja sai itse päättää mitä haluaa kokeilla.

SEDY:ssa mukana olo laajensi VAU:n kansainvälisiä verkostoja ja toi tärkeää oppia EU-rahoituksesta.

- Ilman SEDY-hankkeen oppeja emme ehkä olisi osanneet ja uskaltaneet hakea Erasmus Plus Sport -tukea eurooppalaisen elinsiirtoliikunnan viikon järjestämiseen vuonna 2016, arvelee toiminnanjohtaja Riikka Juntunen.

Lisäksi Valtti on vahvistanut kuvaa Suomesta yhtenä soveltavan liikunnan kärkimaana.

Info

SEDY-hanke

Kansainvälisessä SEDY-hankkeessa (Sports Empowers Disabled Youth) oli tavoitteena lisätä 6-23-vuotiaiden vammaisten lasten ja nuorten liikunnan harrastamista. SEDY-hanketta (2015-2017) koordinoi hollantilainen ammattikorkeakoulu (Amsterdam University of Applied Sciences) ja sen rahoitus tuli EU:n Erasmus Plus Sport -ohjelman kautta. Yhteistyössä oli mukana kaikkiaan yhdeksän partneria seitsemästä maasta (Hollanti, Suomi, Iso-Britannia, Italia, Ranska, Liettua, Portugali). Lisätietoja www.vammaisurheilu.fi/ajan-kohtaista/valtti

Lyhyesti

Tiivistettyä tietoa vammaisurheilun ja -liikunnan maailmasta.

KUVA: ANNA TERVAHARTIALA

Lumitapahtumat 2018 – Sovellettua laskemista ja talvista touhua koko perheelle!

Lumitapahtumat ovat koko perheen sovellettuja liikuntatapahtumia, joissa perheet voivat lasketella ja lumilautailulla sekä kokeilla tapahtumapaikalla muita talvilajeja ja tavata muita perheitä. Lumitapahtumat ovat matalan kynnyksen kokeilutapahtumia, joissa vammaisilla ja erityistä tukea tarvitsevilla on mahdollisuus osallistua kelkkalasketteluun, pystylasketteluun tai lumilautailun opetukseen yhdessä oman avustajan kanssa.

LUMITAPAHTUMAT 2018

- **Lauantai 13.1. Kaikki Snoukkaa, Sveitsi, Hyvinkää**
 - o Lumilautailutapahtuma
 - o Yhteyshenkilö: annariikka.murtonen@gmail.com
- **Lauantai 3.2. Ellivuori, Sastamala**
 - o Laskettelu- ja lumilautailutapahtuma
 - o Yhteyshenkilö: kjkolehmainen@gmail.com
- **Lauantai 3.2. Free Ski, Ruokolahti**
 - o Laskettelu- ja lumilautailutapahtuma
 - o Yhteyshenkilö: riitta.pellinen@imatra.fi
- **Sunnuntai 11.2. Vuokatinrinteet, Sotkamo**
 - o Laskettelu- ja lumilautailutapahtuma
 - o Yhteyshenkilö: heidi.kelho@vuokatinrinteet.fi
- **Lauantai 24.3. Sport Resort Ylläs, Kolari**
 - o Laskettelu- ja lumilautailutapahtuma
 - o Yhteyshenkilö: jarno.saapunki@vammaisurheilu.fi

Etukäteen ilmoittautuneilla laskijoilla on mahdollisuus osallistua opetukseen. Paikkoja on rajoitetusti ja opetuksen hinta on 20 euroa / laskija sisältäen välineet. Osallistuminen ei sisällä vakuutusta.

Ilmoittaudu tapahtumiin osoitteessa

www.vammaisurheilu.fi

Tapahtumissa haastamme myös kaikki tekemään lumiukojo yhdessä 80-vuotiaan Suomen Ladun kanssa.

Lumitapahtumat järjestetään yhteistyössä Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU:n, Malikkeen, SOLIA:n, Suomen Hiihdonopettajat ry:n, laskettelukeskusten sekä paikallisten toimijoiden kesken.

Lisätiedot: VAU, Nina Peltonen, puh. 050 400 1532, nina.peltonen@vammaisurheilu.fi



Haku Nuori toimija -koulutukseen on auki

VAU:n Nuori toimija -koulutus on suunnattu kaikille noin 13–19-vuotiaille urheilusta ja liikunnasta kiinnostuneille vammaisille ja pitkäaikaissairaille nuorille.

Nuori toimija -koulutus järjestetään kahdessa lähijaksossa Lahden Liikuntakeskus Pajulahdessa. Koulutuksessa nuoret saavat edellytykset toimia esimerkiksi ohjaajina, avustajina tai toimitsijoina liikuntaleireillä, urheiluseurassa tai kilpailutapahtumissa.

Vuoden 2018 Nuto-koulutuksen ensimmäinen lähijakso järjestetään **20.–22. huhtikuuta** ja toinen jakso **7.–9. syyskuuta** Liikuntakeskus Pajulahdessa. Lähijaksojen välissä koulutukseen valitut tekevät yksilöllisen välitehtävän, jossa toimitaan esimerkiksi apuohjaajana liikuntaleirillä tai urheiluseuran harjoituksissa.

Koulutuksen ohjaajina toimivat itsekkin Nuto-koulutuksen käynyt ratakelauksen paralympiamitalisti **Henry Man-**

ni sekä **Antti** ja **Reet Rusi**. Jokaisella Nutoilla tulee olla tukihenkilö, joka toimii henkilökohtaisena tukijana koulutuksen aikana. Tukihenkilö voi osallistua koulutuksen lähijaksoille ilman kustannuksia. Jos tukihenkilöä ei löydy, auttavat kouluttajat tukihenkilön löytämisessä.

Hinnat: 1. lähijakso, 85 euroa, 2. lähijakso, 85 euroa. Hinnat sisältävät täysihoidon, ohjelman, materiaalin ja opetuksen. Matkakustannukset osallistujat maksavat itse.

Haku Nuto-koulutukseen 28.2. mennessä sähköisellä lomakkeella osoitteessa www.vammaisurheilu.fi (-> Selaa tapahtumia -> Koulutukset ja kurssit)

Lisätiedot: VAU, Nina Peltonen, puh. 050 400 1532, nina.peltonen@vammaisurheilu.fi ja Henry Manni, puh. 050 576 5501, henry.manni@vammaisurheilu.fi

Olivia sai lisäinnostusta ratakelaukseen Junior Games -syyskisoissa

Olivia Edelman, 9, lähti äitinsä kanssa aikaisin keskiviikkoamuna Espoosta matkaan kohti Jyväskylää ja Hipposhallissa järjestettäviä Junior Games -syyskisoja. Päivänkehrän koulua käyvä Olivia pääsi mukaan isommalla porukalla Jyväskylään matkanneen helsinkiläisen Valteri-koulu Ruskiksen bussiin.



TEKSTI JA KUVA: LAURI JAAKKOLA

Olivia osallistui Junior Games -syyskisoihin toista kertaa. Ainakin pyörätuolialomrata meni jo rutiinilla ja erittäin vikkelaasti.

- Tämä pyörätuolialom on ehkä suosikkilajini täällä olevista lajeista. Vielä on menemättä turbokeihäänheittoon. Siinä olen aivan surkea, Olivia sanoo ja nauraa päälle.

Olivia jutteli Hipposhallilla pitkään VAU:n lasten ja nuorten liikunnan suunnittelijan ja ratakelauksen paralympiapronssimitalistin **Henry Mannin** kanssa sekä kokeili tämän ohjeistuksella ratakelaustuolia.

- Juttelimme kelauksesta. Olishan se aika kivaa kokeilla sitä enemmänkin, Olivia sanoi.

Toive saattaakin pian toteutua, sillä Espoon Tapiossa on jo vuosikautia pyörinyt soveltava yleisurheilukoulu. Se on ollut Olivian äidin tiedossa, mutta mennyt päälle-

käin tytön toisen liikuntaharrastuksen, uinnin kanssa. Kevätkaudelle Olivia saattaa kuitenkin vaihtaa yleisurheilukoulun puolelle.

Olivia on paitsi liikunnallinen myös musikaalinen. Hän harrastaa pianonsoittoa sekä käy kerran kahdessa viikossa Uudenmaan Lihasautiyhdistyksen bänditreeneissä, joissa eri soittimia soitetaan iPadeilla. Treenit on suunnattu niille, joiden käsien hienomotoriikka ei riitä tavallisten soittimien soittamiseen.

Perinteiseen tapaan marraskuun viimeisenä keskiviikkona järjestetyissä Junior Games -syyskisoissa kilpailtiin yleisurheilun 3-ottelussa, sukkulaviestissä ja sokkopingiksessä. Kisoihin osallistui reilu 300 vammaista ja erityistä tukea tarvitsevaa lasta ja nuorta eri puolilta Suomea.

Kisojen Paras Kannustus -palkinnon voitti Valteri-koulu Ruskis Helsingistä. ●



Olivia Edelman pyörätuolialomradalla.

Junior Games -kevätkisat Kuortaneella 11.–12.4.2018

Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU järjestää vammaisille ja erityistä tukea tarvitseville lapsille ja nuorille suunnatut Junior Games -kisat kahdesti vuodessa, syksyisin Jyväskylän Hipposhallilla ja keväisin Kuortaneen urheilupuistolla.

Kuortaneen Junior Games -kevätkisoissa kisataan **11.–12. huhtikuuta** 2018. Lajeina kisoissa ovat uinti, boccia,

salibandy, keilailu, puhallustikka ja maalipallo. Lajeista bocciaa, keilailua ja puhallustikkaa käydään molempina päivinä. Salibandy- ja maalipalloturnaukset pelataan keskiviikkona 11.4. ja uintikilpailut käydään torstaina 12.4.

Lisätiedot Junior Games -kevätkisoista: VAU, Nina Peltonen, puh. 050 400 1532, nina.peltonen@vammaisurheilu.fi

Liikuntavinkki

Kehitysvammaisten Tukiliiton Malike-toiminta esittelee liikuntavinkkejä perheille, joissa on vaikeavammaisen lapsi.

Tuunausideoita hiihtoladulle

TEKSTI: SOILE HONKALA JA ANTTI TULASALO
KUVAT: MALIKE JA JANNE RUOTSALAINEN

Hiihtoretkelle voi ja kannattaa lähteä, vaikka perheessä olisi vaikeasti vammaisen lapsi. Hiihtokelkat ja ahkiot sopivat sekä itsenäiseen että avustettuun hiihtoon.

Vaikeasti vammaisen lapsen kanssa hiihtoladulle lähtiessä tarvitaan kaksi avustajaa ja aisat käytössä olevaan välineeseen. Toinen avustaja vetää välinettä aisojen avulla ja toinen varmistaa turvallisuutta takana hiihtäen. Monet välineet kulkevat latu-urassa, jolloin niiden kanssa on turvallista liikkua hiihtoladulla.

Snow Comfort -kelkasta on tullut suosittu väline niin vapaa-ajalla kuin koulussa liikkumiseen paitsi kohtuullisen hankintahintansa myös monikäyttöisyytensä vuoksi. Kelkkaa käytetään mäenlaskuun ja luisteluun, mutta se sopii myös hiihtoon, kun kelkkaan lisätään aisat. Snow Comfort -kelka ei sovi ihan täysin latuuraan, mutta kulkee hiihtoladulla avustajan perässä.

Jaloilleen varaava, vaikeasti vammaisen lapsi voi kokeilla myös pystyhiihtoa kengurupussin tai Upsee-pystyasennontuen avulla. Tällöin vanhempi hiihtää takana ja lapsi hiihtää pussin tukemana hänen edessään. Pystyhiihtoa voi kokeilla myös kiinnittämällä ulkokäyttöön soveltuvan kävelytelineen alle sukset (tarkoitukseen soveltuvat mm. XL-koon Wheelbladesit tai Sukseen tai Axsonin vaunusukset).



Snow Comfort -kelkka mahdollistaa myös hiihdon, kun siihen lisätään aisat.



Jaloilleen varaava lapsi voi kokeilla myös pystyhiihtoa.

Snow Comfort -kelkan tai muun välineen varustaminen aisoilla tai istuintuella

Malikkeessa on käytössä Fjellpulkenin ja HIT:n vetoaisoja. Fjellpulkenin kiinnikkeitä ja aisoja myydään hyvin varustelluissa urheiluliikkeissä ja HIT:n aisoja voi ostaa suoraan valmistajalta (Hiking Travel HIT Ky).

Jos välineen istuimen antama tuki vartalolle ei riitä, voi pienelle lapselle virittää välineeseen tuki-istuimen (Malikkeessa on käytetty esimerkiksi GoToSeat- tai Scallop-istuimia). Ahkioita (esimerkiksi iso Latuhitti) on varusteltu tarvittaessa jopa autonistuimella, jossa aikuinenkin voi istua.



Fjellpulkenin aisoja käytettäessä välineeseen kiinnitetään muoviset, hihnalliset vetoaisan kiinnikkeet, joihin aisa tulee kiinni.



HIT:n vetoaisat on kiinnitetty kiristämällä putkiklemmari aisan ja välineessä olevan putken ympärille.

Malikkeen ja SOLIA:n apuvälinekärriy lähtee kiertämään kouluja



TEKSTI: LAURI JAAKKOLA, MALIKE KUVAT: LAURI JAAKKOLA, TUSSITAIKURIT

Vaikeavammaisten henkilöiden osallistumismahdollisuuksia edistävä Malike-toiminta ja VAU:n alaisuudessa toimiva Soveltavan liikunnan apuväline-toiminta SOLIA lanseerasivat marraskuussa Tampereen Liikuntamaassa uuden Kaikki liikkuu – kärriy kiertää -toimintamallin.

Toimintamallissa kouluille ja alueellisille toimijoille tarjotaan mahdollisuutta saada määrääjäksi käyttöönsä peräkärriyllinen liikunnan apuvälineitä. Ainakin aluksi peräkärriy on täytetty talviliikunnan välineillä, kuten hiihto-, luistelu- ja jääkiekkokelkoilla, pystyluistelun tuilla sekä esimerkiksi maastopyörätuilla.

– Kohderyhmänä tässä ovat koululaiset, jotka tarvitsevat osallistumiseen apuvälineitä, mutta samalla myös koulujen henkilökunnat, jotka saavat vinkkejä erilaisten liikkujien mukaan ottamiseen. Kärriyn sisältöä voidaan käyttää tietysti koululiikuntaan, mutta myös välitunneilla ja koulun retkilä, sanoo Malike-toiminnan esimies **Susanna Tero**.

– Alun pilottivaiheessa peräkärriy lähtee tammikuussa Satakuntaan, jossa se kiertää alueen kouluissa yhteistyökumppanimme Satakunnan ammattikorkeakoulun koordinoimana. Sen jälkeen kärriy on menossa Uudellemaalle Keskuspuiston ammattiopiston käyttöön, Tero kertoo.

Kärriyn lainasta ei peritä vuokraa, mutta käyttäjät vastaavat kärriyn siirtämisestä aiheutuvista kustannuksista itse. Kärriyn luovutuksesta käyttäjälle tehdään kirjallinen sopimus, jolloin vastuu välineiden käytöstä ja kärriystä siirtyy alikirjoittaneelle taholle.

Tavoitteena on, että kärriy kiertäisi alueella ollessaan useammalla koululla, kuten tapahtuu sekä tammikuussa Satakunnassa että sen jälkeen Uudellamaalla. Parhaimmillaan alueen toimijat voivat todeta kiertävän apuvälinekärriyn olevan sen verran toimiva systeemi, että päättävät hankkia sellaisen omaksi yhteiskäyttöön.

Jos haluat kärriyn omalle koulullesi, voit olla yhteydessä Malikkeeseen tai SOLIA:aan. ●

Lisätiedot: Malike, Antti Tulasalo, antti.tulasalo@kvlt.fi tai SOLIA, Jukka Parviainen, jukka.parviainen@vammaisurheilu.fi



Kärriy sisältöineen oli nähtävissä Liikuntamaassa marraskuussa.



Kuntoillen

Katsaus kunto- ja harrasteliikunnan ajankohtaisiin aiheisiin ja ideoihin.

TEKSTI: PERTTI SIUVATTI, LAURI JAAKKOLA

KUVAT: MARIANNA YLINAMPAN
JA PASI JUNTUSEN KOTIALBUMIT



Erkkana olemisessa on eroja Turussa ja Kittilässä

Erityisliikunnanohjaajien työnkuva on jotain, mitä on etenkin nyky-yhteiskunnassa hankala asettaa johonkin tiettyyn muottiin. Tapoja järjestää kuntien erityisliikunta on kutakuinkin yhtä monta kuin on kuntiakin.

Turun (187 637 asukasta) **Marianna Ylinampa** ja Kittilän (6 358 asukasta) **Pasi Juntunen** kertovat omasta työstään kotikuntiansa erityisliikunnan parissa.



Mikä on työtittelisi ja millainen on työnkuvasi?

Mikä on koulutustaustasi ja miten päädyit nykyiseen työhösi?

Minkä koet tärkeimmäksi taidoksi työssäsi?

Ketkä tai mitkä tahot ovat tärkeimpiä yhteistyökumppaneitasi työssäsi?

Mikä on parasta työssäsi?

Minkä koet suurimmaksi haasteeksi työssäsi?

Millaisia mietteitä sana sote-uudistus herättää sinussa työhösi liittyen?

Miten muuten näet työnkuvasi tulevaisuuden?

Marianna Ylinampa

Turku

Olen liikuntapalveluvastaava Turun kaupungin liikuntapalvelukeskuksessa. Koordinoin lasten ja nuorten soveltavaa liikuntaa. Vastaan kohderyhmän liikunnan tiedottamisesta, ohjaustyön koordinoinnista, suunnittelusta ja toteutuksesta yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa. Lisäksi on kohderyhmänä kaikenikäiset yhdellä väestövastuualueella (Runosmäki-Raunistula n. 15 000 asukasta).

Liikunnanohjaaja (AMK), liikuntahallintotutkinto LHT. Olin ensin Jyväskylässä erityisliikunnanohjaajana, sitten Turussa Turku Liikkeelle -projektissa. Sitten sain mahdollisuuden palata erityisliikuntaan vuonna 2006, vastuualueena lapset ja nuoret.

Taitoa soveltaa tarvittavissa/kaikissa asioissa ja löytää ratkaisuja. Aina löytyy joku laji/paikka/urheiluseura, missä voi aloittaa harrastamisen tai toimintaväline, joka mahdollistaa osallistumisen.

Sisäisesti Turun Liikkumaan aktivointi -osaston lasten ja nuorten tiimi, Turun Liikkuva koulu -hanke sekä liikunta-paikka- ja järjestöliikuntaosasto. Muiden toimialojen osalta 1. vapaa-aikatoimiala: nuoriso, kulttuuri, kirjasto. 2. Siivistystoimiala: koulut, päiväkodit, koululiikunnanohjaajat. 3. Sosiaali- ja terveystoimiala: lasten kuntoutus, neuvolat, kouluterveydenhoito, sosiaali- ja terveydenhuollon oppilaitokset. Sitten ympäryskunnat: Kaarina, Raisio, Lieto ja Rajatonta-yhteistyö (11 kuntaa). Järjestöistä: LiikU, VAU, paikallisyhdistykset, urheiluseurat.

Ihanat ihmiset asiakkaina ja yhteistyökumppaneina.

Tehtäväkuvaani kuuluu muutakin kuin soveltava liikunta. Olisi hyvä, jos saisi keskittyä vain soveltavaan liikuntaan. Uusiin ryhmiin ohjaajien saaminen on haasteellista, mutta yleensä löytyy.

Tässä odotellaan, mitä tulee muuttamaan. Ehkä lasten ja nuorten liikunnan osalta muutoksia ei ole paljon tulossa...

Positiivisena: Jatketaan laajojen verkostojen kanssa yhteistyötä. Vuoden 2018 alusta saan keskittyä enemmän lasten ja nuorten erityisliikuntaan kaupunkiin perustettavassa uudessa lasten ja nuorten liikunnan yksikössä. Turun Liikkuva Koulu tulee vielä vahvemmin työnkuvaani.

Pasi Juntunen

Kittilä

Työtittelin on urheiluhallivastaava/ erityisliikunnanohjaaja. Työajastani yli puolet kohdistuu Kittilän urheiluhallin operatiiviseen ja hallinnolliseen pyörittämiseen. Erityisliikunnanohjaajana ohjaan jumppia pääsääntöisesti Kittilän kirkonkylällä. Ohjaukset ovat ryhmäohjauksia. Kohderyhmänä ovat ikäihmiset, jotka asuvat kotona ja palvelukeskuksissa, kehitysvammaiset, erityistä tukea tarvitsevat alakoululaiset ja työikäiset, jotka liikkuvat vähän tai eivät laisinkaan.

Koulutukseltani olen liikunnanohjaaja AMK. Sitä ennen olen opiskellut liiketaloutta, sekä ravitsemus- ja matkailualaa. Työskentelin Kittilän Levillä aluksi matkailun parissa. Ala vaihtui täysin ja ohjasin kansalaisopiston kautta Kittilässä lasten, kouluikäisten ja varttuneiden liikuntaa. Nykyinen työtehtäväni oli aluksi sijaisuus ja myöhemmin se vaihtui vakinaiseksi työsuhteeksi.

Mielestäni tärkeintä on kohdata ihmiset sellaisena kuin he ovat. Jokaisella on omat vahvuutensa ja kehittämisen paikat.

Tärkeimmät yhteistyökumppanit ovat yhdistysten puuhämiehet ja -naiset sekä palveluyksiköiden henkilökunta.

Parasta on ohjaustuokioista saatu välitön palaute ja se, että pystyy piristämään jos jollain on synkeä päivä.

Aikaresurssi. Nykyisin työni keskittyy kuntakeskukseen. Etsin keinoja laajentaa työnkuvaani myös sivukylille.

Muutoksia työnkuvaan tulee varmasti. Näen kuitenkin, että sote-alueen ja kuntien on tehtävä yhteistyötä eri kohderyhmien parissa. Keskiössä on ihmisten hyvinvointi ja siihen ei koskaan ole liikaa resursseja.

Työtehtävien tulee muuttua toimintaympäristön muutoksen mukana. Työsarkaa kyllä piisaa. Sekin täytyy hyväksyä, ettei kaikkialle voi revetä.

Lyhyesti

Tiivistettyä tietoa vammaisurheilun ja -liikunnan maailmasta.

TEKSTI: LAURI JAAKKOLA
KUVA: NIKODEMUS TOUKOLA

Näkövammaiset fysioterapia-alan yrittäjät hieroivat 1145 euroa SOLIA:n hyväksi

Fysioterapia-alan Näkövammaiset ry:n yrittäjäjäsenet tempaisivat yhdistyksen 90-vuotisjuhlavuoden kunniaksi ja keräsivät lokakuun lopussa Helsingissä järjestetyillä I love me -messuilla 1145 euron hyväntekeväisyyspotin hieromalla messuvieraita.

Urakka oli melkoinen, sillä kymmenen minuutin niska- ja hartiahieronnan hinnaksi oli määritelty viisi euroa. FANin yrittäjäjäsenet työskentelivät kahdessa vuorossa 2–3 hierojaa kerrallaan kolmen messupäivän ajan.

– Aika moni messuvieras tuntui tietävän tästä tempauksestamme etukäteen, kun olimme ilmoittaneet siitä Facebookissa ja sitä oli siellä jaettu laajalti. Meillä oli kolme penkkiä hierontaa varten, mutta olisi voinut olla vaikka kolme lisääkin. Silloin olisi pitänyt olla suurempi messuosasto, FAN ry:n jäsenpalvelusihteri **Leena Lipponen** toteaa.

Hyväntekeväisyyskohteeksi valikoitui VAU:n alaisuudessa toimiva Soveltavan liikunnan apuvälinetoiminta SOLIA ja siellä tarkemmin uuden HugBike-tandempolkypyörän hankinta. HugBike eroaa ns. tavallisesta tandempyörästä siinä, että pyörää ohjaava henkilö istuu takana ja ohjaa pitkistä ohjauskahvoista. Pyörä soveltuu hyvin lapsen kanssa ajamiseen.

Uusi HugBike päättyi SOLIA:n vuokrausvalikoimaan ja on kenen tahansa vuokrattavissa. Näin hyväntekeväisyyskohteessa täytyivät FAN ry:n kaksi pääkriteeriä: se tukee liikuntaa ja siitä hyötyy mahdollisimman moni.

Fysioterapia-alan Näkövammaiset ry:n jäseniä ovat nä-

kövammaiset terveydenhuollon ammattilaiset, kuten koulutetut hierojat, kuntohoitajat ja fysioterapeutit. Valtaosa FAN ry:n jäsenistä on nykyisellään yrittäjiä.

Lisätiedot: www.fanry.fi



FAN ry:n Georg Schleifer ja Nina Kilpiä luovuttavat lahjashekin VAU:n toiminnanjohtaja Riikka Juntuselle (keskellä).

Hae Startti-stipendiä harrastuksen alkuvaiheen kustannuksiin

Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ja Tukilinja-lehti jakavat kahdesti vuodessa Startti-stipendejä vammaisurheilun tai -liikuntaharrastuksen alkuvaiheen kustannuksiin. Startti-stipendiä voivat hakea niin yksittäiset harrastajat ja urheilijat kuin yhdistykset ja seuratkin. Yksilöhakija voi saada maksimissaan 500 euron ja yhteisöhakija 1000 euron stipendin.

Startti-stipendi on suunnattu erityisesti sellaisille urheilijan polun alussa oleville henkilöille tai uutta toimintaa aloittaville yhdistyksille, joille alkuvaiheen vaatima taloudellinen panostus voi muodostua esteeksi. Stipendiä ei ole tarkoitettu kansainvälisen tason huippu-urheilun kulujen kattamiseen eikä seuratoiminnan jatkuviin rakenteellisiin kuluihin, kuten ohjaajan palkkioihin tai tilavuokriin.

Hakulomake ja lisätiedot: www.vammaisurheilu.fi.
Seuraava haku päättyy helmikuun lopussa.

Hae Ahos-apurahaa kouluttautumiseen vammaisurheilun ja -liikunnan alalla

VAU ja Suomen Punaisen Ristin alainen Ahos-säätiö jakavat Ahos-apurahaa kahdesti vuodessa vammaisurheilun ja soveltavan liikunnan alalla tapahtuvaan kouluttautumiseen ja oman osaamisensa kehittämiseen.

Ahos-apurahaa voidaan myöntää esimerkiksi ohjaajalle, valmentajalle, kouluttajalle, opiskelijalle tai urheilijalle kouluttautumiseen kotimailla tai ulkomailla. Koulutustilaisuuden tai opintomatkan tulee liittyä vammaisurheiluun tai soveltavaan liikuntaan. Etusijalla ovat hakijat, joilla itsellään on liikumis- tai toimimisesta tai jokin pitkäaikaissairaus.

Hakijan omavastuu on 20 prosenttia haetusta summasta.

Hakulomake ja lisätiedot: www.vammaisurheilu.fi.
Seuraava haku päättyy helmikuun lopussa.

Unified-korgboll för damer tog ett stort steg framåt

Unified-korgboll är en gren där idrottare med utvecklingsstörning tillsammans med Unified-partner, personer utan funktionsnedsättning, spelar i samma lag. Grenen är en av 2010-talets finaste framgångshistorier inom funktionshinderidrott.

Vid decennieskiftet fick Unified-korgbollen luft under vingarna i Finland tack vare ett projekt som beviljades EU-stöd. Korgbollsförbundet har aktivt deltagit i att rota Unified-korgbollen i Finland och framför allt har föreningarna tagit spelformen till sig. Under säsongen 2017–2018 spelar rent av 20 lag i Unified-korgbollsserien i sex divisioner.

Av de sex divisionerna är de tre första nivådivisioner, typiska för Special Olympics-idrotten för idrottare med utvecklingsstörning. Den fjärde divisionen är riktad till vuxna spelare och division fem till juniorspelare. Division sex är avsedd endast för damer och flickor.

Damernas och flickornas egen division har med iver tagits emot särskilt

i Nokia, eftersom den lokala BC Nokia redan senaste säsong hade fått ihop ett lag av enbart kvinnliga spelare som då ännu spelade mot blandade lag.

– Flickornas egen serie är en bra sak redan på grund av att exempelvis de fysiska skillnaderna mellan A-junior pojkar och C-junior flickor kan vara mycket stora. Det är lättare att marknadsföra Unified-korgboll för flickor och damer när de har en egen serie, konstaterar BC Nokias tränare **Jenna Holmqvist**.

Samma tankar har också lagets 13-åriga spelare **Sini-Sofia Tiusanen**:

– På något sätt är det roligare så här, utan pojkar.

Sini-Sofias mamma **Laura Hiekkala-Tiusanen** upplever att Unified-korgbollen har ett mycket till både dottern och föräldrarna.

– Korgbollen förstärker sociala färdigheter, uthållighet och förmågan att hantera motgångar. Tränarna och partnererna kan verkligen sin sak, och entusiastmerar och respekterar de unga på

ett fint sätt och stöder deras individuella utveckling, säger Hiekkala-Tiusanen.

En Unified-partner som Laura Hiekkala-Tiusanen berömmar är den 21-åriga **Emma Kivistö**, för vilken säsongen som inlemts redan är den trettonde i korgbollens tecken. De senaste två åren har hon bara spelat i Unified-lag på grund av att studierna tar för mycket tid.

– Till all lycka har jag via Unified ännu kunnat vara med i korgbollen och nu då min examen blir aktuell på våren är det inte alls uteslutet att jag återigen kan spela också någon annanstans, konstaterar Kivistö.

– Att vara partner har för mig inneburit äkta glädje, upplevelser av fantastiska framgångar, förståelse för olikhet och framför allt en stolthet att gå in på banan som en del av den otroliga Unified-familjen. Innan jag blev partner hade jag ingen erfarenhet av personer med utvecklingsstörning, men under resans gång har jag verkligen lärt mig mycket! ●





Mästarmaterial

Det finns idrottsgrenar där det är realistiskt att en paraidrottare åtminstone i princip kan klara sig i tävlingar mot idrottare utan funktionsnedsättningar. Exempelvis bågskytten **Jere Forsberg**, som har fått paralympisk guldmedalj, har när han varit som bäst klarat sig utmärkt i tävlingar i bågskytte med block och talja för personer utan funktionsnedsättning.

Man skulle ändå inte först komma på tanken att snowboardåkning kunde vara en sådan här gren. Men så vann faktiskt **Matti Suur-Hamari**, vars vänstra ben är amputerat från knät neråt, finskt mästerskap i snowboardcross i Levi i april

– Olympiarepresentanten i snowboardcross **Anton Lindfors** deltog inte i tävlingen, men bland deltagarna fanns inga dåliga åkare bland annat **Peeu Piironen**, **Janne Korpi**, **Markus Malin** och **Roopo Tonteri**, konstaterar Suur-Hamari.

Kvartetten som Suur-Hamari nämner är bättre känd från half pipe och big air, men det minskar inte på Imatrabon Suur-Hamaris framgång; att vara bäst i Finland i snowboardcross mindre än åtta år sedan hans ben amputerades.

– Jag kan numera hållas med, trots att man åker hårt också på internationell nivå. Min tanke har faktiskt varit att i något skede pröva på att delta i tävlingarna i Europacupen för personer utan funktionsnedsättning, säger Suur-Hamari.

Suur-Hamari tränar mycket med elitidrottare inom snowboard utan funktionsnedsättning, träningsbanorna är svåra och tränaren **Mikko Wendelin**, som själv är en tidigare elitåkare, utsätter systematiskt sin adept att övervinna sina gränser gång på gång.

– När man måste överträffa sig själv vid träningarna varje dag och flytta framåt sina egna gränser blir det mycket enklare att åka på det lite lättare banor-

na vid paratävlingar. Man är hela tiden säker på vad man gör, förklarar Suur-Hamari och berömmar förutom Wendelin också fysiktränaren **Hanna Leveelahtis** stora roll i framgångarna under de senaste åren.

Den 31-årige finländaren har under de senaste åren varit världens bästa parasnowboardåkare i sin klass. Vid sin första paralympiad i Sotji 2014 placerade sig Suur-Hamari ännu långt ifrån en tätplacering, men efter det har han bland annat vunnit tre VM-guld (2 x cross, 1 x banked slalom) och den prestigefyllda invitationstävlingen X-Games.

Följande stora etapp är de paralympiska vinterspelen som går av stapeln i Pyeongchang i Sydkorea i mars 2018.

– De är förstås stora tävlingar, men jag tänker som så att de trots allt är tävlingar bland andra tävlingar. I alla tävlingar, oavsett storlek, får jag göra det jag tycker mest om, sammanfattar Suur-Hamari sina tankar. ●

SUOMEN VAMMAISURHEILU JA -LIIKUNTA VAU RY TIEDOTTA



Jouni Tähden tie
pyörätuolibiljardin
9-pallon MM-kilpailuissa
Tampereella nousi pystyyn,
kun hän hävisi Irlannin
Fred Dinsmorelle.



KUVA: LAURI JAakkola

VAU TIEDOTTA	48
TOIMISTO	49
KILPAILUKUTSUT	50
TUTUSTUMISTAPAHTUMAT	52
KOULUTUKSET	53
LEIRIKUTSUT	53
KILPAILUKALENTERI	54

Mitä VAU tekee?

Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU on valtakunnallinen urheilu- ja liikuntajärjestö liikunta-, näkö- ja kehitysvammaisille sekä elinsiirron saaneille ja dialyysissä oleville henkilöille. VAU:n tehtävänä on suunnitella ja kehittää edellä mainittujen ryhmien liikunnan harrastamisen ja kilpailemisen mahdollisuuksia ja olosuhteita.

VAU toimii vammaisten ja erityistä tukea tarvitsevien henkilöiden edunvalvojana kilpaurheilussa ja harrasteliikunnassa, mm. harrastamisolosuhteita ja harrastamisen edellytyksiä edistäen.

VAU:n n. 250 jäsenyhdistyksestä ja -seurasta valtaosa on paikallisia vammaisyhdistyksiä, mutta yhä enenevässä määrin jäseninä on myös urheiluseuroja, joilla on vammaisurheilu- tai erityisryhmätoimintaa.

Vammaisurheilun lajeja on viimeisen kahden vuosikymmenen aikana integroitu yleisten lajiliittojen alaisuuteen. Tällä

hetkellä VAU toimii lajiliittona näkövammaisten ampumahurheilussa, bocciasa, cp-jalkapallossa, kelkkajääkiekossa, maalipallossa, pyörätuolirugbyssa, sokkopingiksessä, näkövammaisten shakissa, sähköpyörätuolialibandyssa sekä voimanostossa.

VAU vastaa lajiin katsomatta vammaisurheilijan polun alkupäästä, eli lasten ja nuorten urheilusta ja liikunnasta sekä aikuisena vammautuneiden saattamisesta urheilun ja liikunnan pariin yhteistyössä lajiliittojen ja Suomen Paralympiakomitean kanssa. Muiltakin osin VAU toimii lajiliittojen kehityskumppanina vammaisurheiluun liittyvissä asioissa.

Lasten ja nuorten toiminnassa VAU:n painopiste on harrastus- ja kokeilumahdollisuuksista tiedottamisesta, jota tehdään Sporttiklubin kautta. Kahdesti vuodessa järjestetään Junior Games -kilpailut. Valtti-ohjelman kautta lapsil-

le ja nuorille etsitään liikuntaharrastusta henkilökohtaisen ohjaajan avulla.

Kehitysvammaisten henkilöiden urheilua koordinoiva Special Olympics Finland on osa VAU:n toimintaa. VAU vastaa myös elinsiirron saaneiden ja dialyysissä olevien urheilutoiminnasta Suomessa.

VAU koordinoi vammaisurheilun ja -liikunnan ohjaajakoulutuksia sekä Sherborne-liikunnan koulutuksia. Jäsenyhdistyksilleen VAU:lla on tarjolla myös lloliikuttaja-vertaisohjaajakoulutusta sekä liikuntavastaavakoulutusta. Nuorten osallisuutta edistetään Nuori toimija -koulutusten avulla.

VAU:n alaisuudessa toimii STEA:n rahoittama Soveltavan liikunnan apuvälinetoiminta SOLIA, joka vuokraa vammaisurheilun ja -liikunnan apuvälineitä. VAU ylläpitää liikuntapaikkojen esteettömyyskarttoittajien verkostoa. VAU:n koordinoitavastuulla on myös kuntien erityisliikunnan verkosto. ●

Bocciapalloja jäsenhintaan

VAU:n kautta on ostettavissa laadukkaita Boccia Superior Rio 2016 -sisäbocciapalloja.

Setti sisältää 6+6 palloa sekä maalipallon. Hinta VAU:n jäsenille 250 euroa ja muille 300 euroa. Hinta sisältää toimituskulut.

Tilaukset: Anu Boman, anu.boman@vammaisurheilu.fi, puh. 044 361 3322.



VAU muuttaa Pasilasta Pitäjänmäkeen

Valtaosa Pasilan Radiokadulla majaansa pitäneistä urheilu- ja liikuntajärjestöistä muuttaa tammikuun lopulla Hel-

singin Pitäjänmäkeen, osoitteeseen Valimotie 10. Näin tekee myös Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU,

joka tulee jatkossa olemaan samassa tilassa Suomen Paralympiakomitean ja Soveltava Liikunta SoveLin kanssa. ●

Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry toimisto palvelee

HALLINTO, TALOUS JA JÄRJESTÖTOIMINTA



Riikka Juntunen
toiminnanjohtaja
puh. 0400 340 091,
riikka.juntunen@
vammaisurheilu.fi
- toiminnan johtaminen
- hallinto- ja talousasiat
- Special Olympics
-toiminta



Anu Boman
taloussihteeri,
puh. 044 361 3322, anu.
boman@vammaisurheilu.fi
- talousasiat ja laskutus
- toimistoasiat

VIESTINTÄ JA MARKKINOINTI



Lauri Jaakkola
tiedottaja,
puh. 045 136 8695,
lauri.jaakkola@
vammaisurheilu.fi
- viestinnän suunnittelu
- verkkopalvelun päivitys
- Löydä oma seura -palvelu
- Vammaisurheilu & -liikunta
-lehden päätoimittaja



Teemu Lakkasuo
markkinointipäällikkö,
puh. 040 565 1001,
teemu.lakkasuo@
vammaisurheilu.fi
- markkinointi ja
yhteistyökumppanuudet
- elinsiirtoväen urheilu-
toiminnan koordinointi

LASTEN JA NUORTEN TOIMINTA



Nina Peltonen
lasten ja nuorten liikunnan
suunnittelija
puh. 050 400 1532
nina.peltonen@
vammaisurheilu.fi



Henry Manni
lasten ja nuorten liikunnan
suunnittelija
puh. 050 576 5501
henry.manni@
vammaisurheilu.fi

TUTKIMUS JA KEHITYS



Aija Saari
tutkimuspäällikkö
puh. 040 506 4208,
ajja.saari@
vammaisurheilu.fi
betjäning på svenska
- tutkimus
- kehitys- ja
esteettömyysprojektit



Tiina Siivonen
verkostokoordinaattori
puh. 040 833 4869,
tiina.siivonen@
vammaisurheilu.fi
- kuntien
erityisliikuntaverkostot
- tapahtumien suunnittelu
ja toteutus
- koulutus
- esteettömyys
- vapaaehtoistoiminta
- jäsenpalvelut



Jukka Parviainen
apuvälineneuvoja,
puh. 045 677 0516,
solia@vammaisurheilu.fi
- apuvälinetoiminta
- esteettömyys



Piia Korpi
koulutuskoordinaattori,
puh. 044 767 1368,
piia.korpi@
vammaisurheilu.fi
- koulutus

KILPA- JA HUIPPU-URHEILU



Tuomas Törrönen
lajikoordinaattori
puh. 050 408 6152,
tuomas.torronen@
vammaisurheilu.fi
- boccia
- CP-jalkapallo
- pyörätuolirugby
- voimanosto
- urheiluakatemiaverkosto



Petri Rabinä
lajikoordinaattori.
puh. 050 596 5014,
petri.rabina@
vammaisurheilu.fi
- ammunta
- kelkkajääkiekko
- shakki
- sokkopingis



Timo Pelkonen
lajikoordinaattori
puh. 050 596 5015
timo.pelkonen@
vammaisurheilu.fi
- maalipallo
- sähköpyörätuolialibandy



Elina Ahtiainen
lajikoordinaattori
puh. 045 139 7373
elina.ahtiainen@
vammaisurheilu.fi
- Special Olympics -toiminta

ALUEELLISET YHTEYSHENKILÖT



Jarno Saapunki
aluetoiminnan suunnittelija
(pohjoinen alue)
puh. 040 737 5882
jarno.saapunki@
vammaisurheilu.fi
- pohjoisen alueen
harrasteliikunnan
ja aluetoiminnan
suunnittelu
- tapahtumien suunnittelu
ja toteutus



Maarit Kaari
alueellinen yhteyshenkilö
(läntinen alue, toimintaa
koordinoidaan
Kauhajoelta)
maarit.kaari@
vammaisurheilu.fi,
puh. 0400 543 430



Sari Kuivas
alueellinen yhteyshenkilö
(pohjoinen alue, toimintaa
koordinoidaan Oulusta)
sari.kuivas@
vammaisurheilu.fi,
puh. 0400 285 530



Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry
Radiokatu 20, 5. krs., 00240 Helsinki
puh. 044 752 9360 • www.vammaisurheilu.fi



www.facebook.com/
vammaisurheilu



@vammaisurheilu

KILPAILUKUTSUJA

ALPPIHIIHTO

ALPPIHIIHTOKILPAILUT

Sovellettu alppihiihtokilpailu järjestetään lauantaina **7. huhtikuuta** 2018 Himoksella Jämsässä. Kilpailu järjestetään Etelä-Suomen alppi-cupin yhteydessä.

Ilmoittautumiset 14.3. mennessä: Janne Piitulainen, janne.piitulainen@pajulahti.com, puh. 044 7755 329. Tarvittava majoitus varattava itse. Nämä ovat alustavia tietoja! Ajantasaiset tiedot Himoskin nettisivuilla www.himoski.com.

Järjestäjä: Alppihiihtoseura Himoski Ry ja Suomen Vammaisurheilu ja liikunta VAU ry

HIMOS-LEITNER -ALPPIHIIHTOKILPAILUT

Himos-Leitner -alppihiihtokilpailut liikunta-, näkö- ja kehitysvammaisille sekä elinsiirron saaneille laskijoille järjestetään lauantaina **21. huhtikuuta** 2018 klo 8 alkaen Pohjois-Himoksella Jämsässä. Kilpailu järjestetään 8-16v junioreiden Leitner-kilpailun yhteydessä soveltavan alppihiihdon sarjana. Lajina on suurpujottelu.

Lasketaan sovelletuin Special Olympics -säännöin: ensimmäinen lasku=tasoluokittelu ajan perusteella, toinen lasku= finaali, loppuaika=kahden laskun yhteistulos.

Ilmoittautumiset 28.3. mennessä: Janne Piitulainen, janne.piitulainen@pajulahti.com, puh. 044 7755 329.

Osallistumismaksu 35€, sisältää hissilipun. Maksu 17.4. mennessä FI30 50910320 0348 94, lisätietoihin maininta: soveltava Leitner+kilpailijan nimi. Rinneyhtiön vaatimus on, että kilpailijat käyttävät aina hissilippua hissiin mennessään. Kilpailijaliput kisa-toimistosta, huoltajaliput lippuluukulta (la 8.00-).

Kisatoimisto auki perjantai-iltana ja lauantaiamuna. Ajat ja paikat tarkentuvat myöhemmin ja ovat luettavissa Himoskin nettisivuilla www.himoski.com.

Huom! Perjantaina illalla joukkueenjohtajien kokous. Rataan tutustuminen kisapäivänä jo klo 8, palkintojenjako n. klo 17. Tarvittava majoitus varattava itse.

Nämä ovat alustavia tietoja! Ajantasaiset tiedot Himoskin nettisivuilla www.himoski.com. **Järjestäjä:** Alppihiihtoseura Himoski Ry ja Suomen Vammaisurheilu ja liikunta VAU ry

BILJARDI

KEHITYSVAMMAISTEN BILJARDIN SM-KISAT

Kehitysvammaisten biljardin SM-kisat pelataan tiistaina **6. helmikuuta** 2018 Helsingin Ritz-Biljardissa (Eteläinen Hesperiankatu 22).

Laji: 8-pallo

Sarjat: naiset (max 16 pelaajaa), miehet (max 64 pelaajaa)

Osanottomaksu: 7 euroa.

Ilmoittautumiset: Pekka Leisti, pekka.leisteri@espo.fi, puh. 0400 846 520

Järjestäjät: Ritz-Biljardi, SBiL, Riilahden Biljardiseura

BOCCIA

IX YSTÄVÄ-BOCCIA (PARI, JOUKKUE)

Mäntän Seudun Invalidit ry järjestää yhdeksättä kertaa kaikille avoimet Ystävä-Boccia -kilpailut lauantaina **10. helmikuuta** 2018 klo 9.00 alkaen Vilppulan urheilutalolla (Hopunmäentie 15).

Sarjat: Joukkue- ja parikilpailu. Pelaajat arpoivat itsensä joko joukkueeseen tai parikilpailuun paikan päällä ennen kilpailua. Arvonta alkaa klo 8.15. Luokitelluilla hyvityspisteet käytössä.

Osallistumismaksu: 10 euroa/henkilö, maksetaan etukäteen yhdistyksen tilille: FI58 5521 0720 0858 43

Ilmoittautumiset 5.2. mennessä: Risto Lepistö, risto.lepisto@phpoint.fi, puh. 050 354 2831

Keittolounas, Vilppulan Tähdien kahvio. Arpajaiset.

JALKAPALLO

SOVELTAVAN FUTSALIN TURNAUS

Perinteinen soveltavan futsalin turnaus pelataan lauantaina **10. maaliskuuta** 2018 Vantaalla, Tikkurilan urheilutalolla. Turnauksessa on sarjat nuorille, soft- ja kilpatason joukkueille. Kuhnkin sarjaan mahtuu neljä joukkuetta. Tarvittaessa sarjoja voidaan myös yhdistää/soveltaa.

Ilmoittautuminen Palloliiton TASO-järjestelmässä. Mikäli joukkueesi ei vielä ole TASO:ssa, pyydä seuraa lisäämään joukkueesi, jonka jälkeen voit ilmoittautua turnaukseen.

Lisätiedot turnauksesta: www.vammaisurheilu.fi (-> Selaa tapahtumia -> Tapahtumat lajeittain -> Jalkapallo)

KEILAILU

KEILACUP 2017-2018, 5. OSAKILPAILU

Keilacupin kauden 2017-2018 viides osakilpailu järjestetään lauantaina **13. tammikuuta** 2018 Hämeenlinnan keilahallissa (os. Keilakatu 2).

Kilpailuerät klo 9.00, 11.30, 14.00 ja 16.30. Jos kilpailijoita on paljon, voidaan heittää kilpailuerä myös perjantaina.

Kilpailussa noudatetaan kauden 2017-2018 sääntöjä.

Kilpailuluokat: A, B, C, D ja E. Kilpailussa keilataan kuusi sarjaa rataa vaihtamatta. Jokaisen luokan kolme parasta palkitaan.

Osallistumismaksu 28 euroa/keilaaja maksetaan yhdistyksittäin 2.1.2018 mennessä tilille: Hämeenlinnan Seudun Kehitysvammaisten Tuki ry FI39 5680 5820 0042 29.

Ilmoittautumiset 2.1.2018 mennessä: matti.a.ruokonen@gmail.com. Ilmoittautumisessa tulee olla keilaajan nimi, kilpailuluokka ja yhteyshenkilö tietoineen. Jälki-ilmoittautumisia ei voida vastaanottaa.

Keilahallilla **ruokailumahdollisuus**, keittolounas 10 euroa.

Ilmoita myös ruokailijoiden määrä ilmoittautuessasi.

Lisätiedot: Matti Ruokonen, matti.a.ruokonen@gmail.com tai puh. 040 558 8459

KEILACUP 2017-2018, 6. OSAKILPAILU

Keilacupin kauden 2017-2018 kuudes osakilpailu järjestetään lauantaina **17. helmikuuta** 2018 Rovaniemellä Santasportin keilahallissa (Hiihtomajantie 2).

Ensimmäinen erä heitetään klo 11.00 alkaen ja toinen erä klo 13.30 alkaen. Kilpailussa noudatetaan kauden 2017-2018 sääntöjä.

Kilpailuluokat: A, B, C, D ja E

Osallistumismaksu: 25 euroa/kilpailija, maksetaan yhdistyksittäin 2.2. mennessä Lapin Näkövammaiset ry tilille FI53 5640 0220 2402 66. Käytä viitenumeroa: 1096

Ilmoittautumiset 2.2. mennessä:

vastaavaohjaaja@lapinnakovammaiset.fi

Lisätiedot: Juho Hiltunen, puh. 040 7426970. Ilmoittautumiset suoritettava yhdistyksittäin. Ilmoittautumisesta on selvittävä osallistujan nimi, kilpailuluokka ja yhteyshenkilö yhteystietoineen. Jälki-ilmoittautumiset eivät ole mahdollisia.

KEILACUP 2017-2018, 7. OSAKILPAILU

VAU:n Keilacupin kauden 2017-2018 seitsemäs osakilpailu järjestetään lauantaina **17. maaliskuuta** 2018 klo 12.30 alkaen (vain 1 erä) Helsingissä, Talin keilahallissa (Huopalahdentie 28). Kilpailun yhteydessä heitetään myös SM-joukkuekilpailu kolmihenkisin joukkuein. Joukkuekisassa heitetään 6+6+6 sarjaa. Joukkueen jäsenet keilaavat samalla radalla paitsi B1-keilaajat keilaavat omalla radalla.

Keilacupin kisassa heitetään kuusi sarjaa rataa vaihtamatta.

Luokat ovat A, B, C, D ja E.

Kilpailumaksu: 29 euroa/keilaaja, maksetaan 2.3. mennessä tilille Uudenmaan munuais- ja maksayhdistys UUMU ry FI03 1028 3100 5117 65, viite 1177

Ilmoittautumiset 2.3. mennessä ja **lisätiedot:** Olavi Rautiainen, puh. 0440 506 518, olavi.rautiainen@luukku.com.

Ilmoituksessa tulee ilmetä keilaajan luokka sekä yhteyshenkilö ja

hänen yhteystietonsa.

SM-joukkueet olisi ratajärjestyksen teon takia hyvä ilmoittaa 2.3. mennessä mutta viimeistään 15.3. mennessä. Jälki-ilmoittautuneita ei oteta huomioon.

LENTOPALLO

UNIFIED-LENTOPALLON SPECIAL OLYMPICS -TURNAUS

Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU järjestää Unified-lentopallon Special Olympics-turnauksen lauantaina **17. helmikuuta** 2018 klo 12.00 alkaen Tampereella Tesoman palloiluhallilla (Tesoman valtatie 46). Unified-lentopallossa vammattomat partneripelaajat ja kehitysvammaiset urheilijat pelaavat samoissa joukkueissa. Turnaukseen voivat ilmoittautua yksittäiset pelaajat, partnerit sekä kokonaiset joukkueet.

Ilmoittautumiset ja lisätiedot: Eija Helander-Nieminen, eija.helander@gmail.com, puh 040 715 3505.

RATSASTUS

SPECIAL OLYMPICS -RATSASTUSKILPAILUT

Kehitysvammaisten Special Olympics -ratsastuskilpailut järjestetään sunnuntaina **8. huhtikuuta** 2018 klo 10.00 alkaen Huittisten Ratsastuskeskuksella. Kanslia aukeaa klo 9.00 ja sulkeutuu tunti kilpailujen päättymisen jälkeen.

Kilpailuissa noudatetaan Special Olympics -sääntöjä sekä SRL:n vammaisratsastussääntöjä soveltuvin osin. Ratsastajan täytyy kuulua SRL:n jäsenseuraan tai hänellä pitää olla SRL:n Green Card -kortti, joka kattaa myös ratsastuksessa mahdollisesti sattuvat tapaturmat.

Luokat: LUOKKA 1: Special Olympics, Working Trail, käynti; LUOKKA 2: Special Olympics, Working Trail, ravi; LUOKKA 3: Special Olympics, Working Trail, laukka; LUOKKA 4: Special Olympics, käyntiohjelma 2; LUOKKA 5: Special Olympics, käyntiohjelma 2015; LUOKKA 6: Special Olympics, käynti-raviohjelma 2015; LUOKKA 7: Special Olympics, käynti-ravi-laukkaohjelma 2015 Ratsastaja voi osallistua kahteen luokkaan lainahevosella tai omalla hevosellaan. Lainahevoset ovat pääasiassa ratsastuskoulun opetushevosiä. Kilpailut ratsastetaan kentällä tai maneesissa, säästä riippuen. Lainahevosluokissa hevoset arvotaan ja hevosta on mahdollisuus kerran vaihtaa. Ratsastajat saavat verryttellä hevosta 15 min ennen omaa suoritustaan. Hevosten kokeilu ja verryttely järjestetään kentällä tai maneesissa sään mukaan.

Lähtömaksu: 20 euroa / luokka, hevosvuokra 20 euroa / luokka. Kaikki maksut maksetaan kilpailukansliaan.

Kilpailujen tuomarina toimii Sirpa Ruojärvi. Järjestäjä pidättää oikeuden muutoksiin ja mahdollisuuteen rajata lähtöjen määrää kilpailuissa lähtöjen määrän noustessa liian suureksi. Palkintoina ovat mitalit sekä ruusukkeet.

Ilmoittautumiset 31.3. mennessä Huittisten Ratsastuskeskukseen: toimisto@rekikoski.fi tai puh. 02 567 797.

Lisätiedot: Huittisten Ratsastuskeskus: puh. 02 567 797. Majoitusmahdollisuus, sis. aamupalan. Kilpailupaikalla puffetti ja maksullinen ruokailumahdollisuus. Jos ratsastaja tarvitsee avustusta, tulee hänen tuoda avustaja mukanaan.

Majoitustiedustelut ja varaukset: Huittisten Ratsastuskeskus, puh. 02 567 797, toimisto@rekikoski.fi Perjantaina ja lauantaina 6.-7.4.2018 pidetään valmennusleiri Huittisten Ratsastuskeskuksessa.

SALIBANDY

SALIBANDYN ERITYISRYHMIEN SM-TURNAUS

Koovee All Blacks järjestää erityisryhmien salibandyn SM-turnauksen lauantaina **27. tammikuuta** 2018 Tampereella, Autocenter Arenalla (Korpikodinkatu 1).

Sarjat: Kilpa- ja harrastesarja. Kummankin sarjan kolme parasta joukkuetta palkitaan mitalleilla. Jokaisesta joukkueesta palkitaan tsempparipelaajat.

Pelit pelataan kahdella isolla pelikentällä. Joukkueessa samanaikaisesti kentällä 5 kenttäpelaajaa ja maalivahti.

Pelialia kilpasarjassa 2x20 min juoksevilla ajalla ja harrastesarjassa 2x15 min juoksevilla ajalla.

Mukaan turnaukseen otetaan 12 joukkuetta.

Huom! Samasta seurasta voi ilmoittaa useamman joukkueen.

Turnausmaksu: 130 euroa/joukkue.

Ruokailu on mahdollista ravintola Reikäpallon tiloissa.

Hinta n. 9,00 euroa/hlö.

Ilmoittautumiset 31.12. mennessä: Timo Syrjä, timo.syrja@certego.fi, puh. 050 569 9926. Ilmoittautumiset kirjataan saapumisjärjestyksessä. Ilmoittautumisen yhteydessä voi laittaa samalla mahdollisen lounasvarauksen ja mahdolliset erityisruokavaliot.

SOKKOPINGIS

SOKKOPINGISCUP 2017–2018, 3. OSATURNAUS

Sokkopingiscupin kauden 2017–2018 kolmas osakilpailu pelataan lauantaina **10. helmikuuta** 2018 klo 9.00 alkaen Jyväskylässä, Viitaniemen koululla (Viitaniementie 20).

Kilpailusarjat: A (Kilpasarja) ja B (Harrastesarja/uudet pelaajat).

Osallistumismaksu: 15 euroa/pelaaja, maksetaan 31.1 mennessä Keski-Suomen Näkövammaiset ry:n tilille:

FI10 8216 3710 0003 13, Viite 1216

Ilmoittautumiset 31.1. mennessä: pasi.pumperi@gmail.com

Lisätiedot: Pasi Pumperi, puh. 040 251 3147 tai VAU, Petri Rabinä, puh. 050 596 5014

SOKKOPINGIKSEN SM-KILPAILUT JA SOKKOPINGISCUPIN 4. OSATURNAUS

Sokkopingiksen SM-kilpailut järjestetään lauantaina **17. maaliskuuta** 2018 klo 10.00 alkaen Turussa, Varsinais-Suomen Näkövammaisten toimistolla, osoitteessa läntinen Pitkäkatu 37. Turnaus on samalla sokkopingiscupin kauden 2017–2018 neljäs osaturnaus.

Kilpailusarjat: A (kilpasarja) ja B (harrastesarja/uudet pelaajat)

Osallistumismaksu: 15 euroa/pelaaja, maksetaan 3.3. mennessä Varsinais-Suomen Näkövammaiset ry:n tilille:

FI3480001200971605, Viesti sokkopingis

Ilmoittautumiset 3.3. mennessä: jm-linna@hotmail.com

Lisätiedot: Jari Linnavuori, puh. 040 743 7564

SOKKOPINGISCUP 2017–2018, 5. OSATURNAUS

Helsingin ja Uudenmaan Näkövammaiset ry järjestää Sokkopingiscupin kauden 2017–2018 viidennen ja viimeisen osaturnauksen lauantaina **21. huhtikuuta** 2018 Helsingin Iiris-keskuksessa (Marjaniementie 74).

Peliluokat: A (kilpapelaja) ja B (harrastepelaajat).

Turnauksessa on käytössä neljä pelipöytää.

Osallistumismaksu: 15 euroa / pelaaja.

Ilmoittautumiset 10.4. mennessä ja **lisätiedot:** Teemu Ruohonen, puh. 040 5580 342, teemu.ruohonen@pp.inet.fi.

Tervetuloa mukaan sokkopingiksen kiehtovaan maailmaan! Kannattaa lähteä mukaan, vaikka olisit vasta harrastuksen ensimetreillä.

TAITOLUISTELU

SPECIAL OLYMPICS -TAITOLUISTELUKILPAILU

Vihdin Taitoluistelijat ry järjestää kehitysvammaisten Special Olympics -taitoluistelukilpailun sunnuntaina **11. helmikuuta** 2018 Lohjalla, Kisakallion urheiluopiston jäähallilla (Kisakalliontie 284) kutsukilpailun yhteydessä.

Kilpailuluokat: Special Olympics -yksinluistelu miesten ja naisten sarjat. Tasot I-VI, sarjat jaetaan parittaessa ikäryhmiin. Kilpailussa luistelija suorittaa ensin kakkoliset kuviot ja heti sen perään vapaaohjelma ilman väliaikaa.

Arviointi: Suomalainen tähtiarviointi

Alustava kilpailuaikataulu: Sunnuntai 11.2.2018, jääaika on kilpailulle varattu klo 8.00–19.00. VTL varaa oikeuden aikataulun muuttamiseen. Suoritamme palkintojenjaon jäähallin kahviossa tulosten selvittyä.

Luistelijoita pyydetään ilmoittautumaan kilpailupaikalle saavuttaessa jäähallin ala-aulassa.

Soitin: CD-soitin, vain CD-R -levyt. Tarkistatthän, että levy on kunnossa ja mukana on myös varalevy.

Osallistumismaksu: 25 euroa/luistelija, laskutetaan seuroilta tuomarilaskun yhteydessä kilpailujen jälkeen.

Ilmoittautumiset 19.1. klo 19.00 mennessä ilmoittautumislomakkeella sähköpostitse osoitteeseen vtl.kutsukilpailut@gmail.com. Il-

moittautumislomake löytyy osoitteesta www.vammaisurheilu.fi (-> Selaa tapahtumia -> Tapahtumat lajeittain -> Taitoluistelu). Kilpailuvahvistus ja osallistujaluettelo lähetetään 27.1.2018. Arvonta järjestetään Nummelan Yrityskeskukseen perjantaina 2.2.2018 klo 18.00. Arvonnan tulokset julkaistaan VTL:n nettisivuilla viimeistään arvontaa seuraavana päivänä. Kisakalliosta on saatavilla sekä lauantaina että sunnuntaina noutopöytälounas ja -päivällinen. VTL pitää buffettia jäähallilla kilpailujen aikana. Buffetissa käy vain käteinen. Kisakalliossa voi majoittua sekä hotellitason että opistotason majoituksessa. Huoneen hinta aamupalalla on noin 90 euroa/huone/yö (2-3hh). Lisätietoa majoituksesta ja varaukset suoraan Kisakalliosta: Jenni Korhonen, jenni.korhonen@kisakallio.fi, puh. 044 584 9122.

SPECIAL OLYMPICS -TAITOLUISTELUKILPAILU

Kehitysvammaisten Special Olympics -taitoluistelukilpailu järjestetään **25. maaliskuuta** 2018 Tampereella, Tesoma 1 -jäähallissa (Tuomarinkatu 7) osana Varalan Vappis -kutsukilpailua.

Kilpailuluokat: Special Olympics yksinluistelu miesten ja naisten sarjoissa tasoilla I-VI.

Arvostelujärjestelmä: suomalainen tähti-arvostelu.

Kilpailussa luistelijat suorittaa ensin pakolliset kuviot ja heti perään vapaaohjelman ilman väliaikaa.

Osallistumismaksu: 20€/kilpailija, joka peritään tuomarilaskun yhteydessä.

Kilpailun aikataulu ilmoitetaan kilpailuvahvistuksen yhteydessä ja se löytyy kilpailua järjestävän seuran Varala-Tiimi ry:n nettisivuilta www.varalatiimi.fi noin viikko ennen kilpailua.

Ilmoittautumiset kilpailuun 9.3. mennessä ja **lisätiedot:** Arja Putila, arja.putila@gmail.com, puh. 050 546 0937. Ilmoitettava kilpailijan nimi, syntymäaika, kilpailutaso ja kilpailulisenssin maksupäivämäärä.

VOIMANOSTO

LIIKUNTAVAMMAISTEN VOIMANOSTON SM-KILPAILUT

Liikuntavammaisten voimanoston avoimet SM-kilpailut järjestetään lauantaina **20. tammikuuta** 2018 Nastolassa, Liikuntakeskus Pajulahdessa. Punnitus alkaa klo 10.00 ja kilpailut klo 12.00 Pajulahden päätalonsa tanssistudiossa.

SM-kilpailut järjestetään vammaisurheilun kansainvälisen Pajulahti Games -kilpailutapahtuman yhteydessä. Kilpailuissa noudatetaan IPC:n sääntöjä.

Osallistumismaksu: 20 euroa/nostaja, maksetaan VAU:n tilille FI1580018710023586, urheilijan nimi, SM-voimanosto.

Ilmoittautumiset 5.1. mennessä sähköpostitse tuomas.torronen@vammaisurheilu.fi tai postitse VAU, Tuomas Törrönen Radiokatu 20, 00240 Helsinki.

Ilmoittautumisen yhteydessä mainittava nimi, seura/yhdistys, syntymäaika, sarja, tehty tulos päivämäärineen.

Lisätiedot: VAU, Tuomas Törrönen, puh. 050 408 6152

YLEISURHEILU

PARAYLEISURHEILUN SM-HALLIKILPAILUT

Parayleisurheilun avoimet SM-hallikilpailut liikunta-, näkö- ja kehitysvammaisille sekä elinsiirron saaneille urheilijoille järjestetään lauantaina **20. tammikuuta** 2018 klo 14.00-17.00 Lahden Nastolassa, Pajulahti-hallissa (Pajulahdentie 167).

SM-kilpailut järjestetään vammaisurheilun kansainvälisen Pajulahti Games -kilpailutapahtuman yhteydessä.

Kilpailuluokat ja -sarjat: liikunta-, näkö- ja kehitysvammaisten sekä elinsiirtoväen luokat: M/N, M/N19, M/N50.

Lajit: 60m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 3000m kävely, pituushyppy, korkeushyppy, kuuluntähtäily

Tarkempi aikataulu on nähtävissä ilmoittautumisajan päätyttyä osoitteessa www.lahdenahkera.fi/tapahtumakalenteri ja tiedusteltavissa Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU:sta: lauri.jaakkola@vammaisurheilu.fi, puh. 045 136 8695.

Osallistumismaksu 15 euroa/laji, maksetaan 9.1. mennessä Lahden Ahkeran tilille: FI69 5610 0720 0197 86. Tiedoksi kilpailijan nimi ja VAU YU SM 2018. Jälki-ilmoittautumismaksu on 30 euroa/laji ja se maksetaan 17.1. mennessä samalle tilille.

Ilmoittautumiset 9.1. mennessä sähköisellä ilmoittautumislomakkeella osoitteessa www.vammaisurheilu.fi (-> Selaa tapahtumia -> Tapahtumat lajeittain -> Yleisurheilu) tai tilaamalla ilmoittautumislomakkeen VAU:sta (lauri.jaakkola@vammaisurheilu.fi, puh. 045 136 8695) ja lähettämällä se osoitteeseen Lahden Ahkera ry Urheilukeskus, 15110 Lahti. Huom! Jälki-ilmoittautuminen mahdollista 17.1. mennessä sähköpostitse osoitteeseen pvainio88@gmail.com

Lisätiedot: Lahden Ahkera, puh. 044 036 0300 ja

toimisto@lahdenahkera.fi sekä VAU, Tuomas Törrönen, puh. 050 408 6152, tuomas.torronen@vammaisurheilu.fi

SM-kilpailuihin saavat osallistua kaikki liikunta-, näkö- ja kehitysvammaiset sekä elinsiirron saaneet urheilijat. Liikunta- ja näkövammaiset urheilijoiden luokittelut omien kansallisten/kansainvälisten luokitusten mukaan. Lisäksi järjestetään kilpailut avoimessa luokassa, johon voivat osallistua vammaisurheilijat, joilla ei ole luokitusta: liikuntavammaiset avoin (pysty- ja tuoliluokka) sekä näkövammaiset avoin. Kehitysvammaisilla urheilijoilla on kisoissa luokat T21/avoin sekä Down-urheilijoiden luokka. Elinsiirron saaneet sekä dialyysissä olevat urheilijat kilpailevat yhteisessä elinsiirrokkaisten luokassa. Järjestäjällä on oikeus yhdistää luokkia osanottajien lukumäärän vähyyden vuoksi, kun osallistujia on vähemmän kuin kolme (3). Urheilijalta ei vaadita yleisurheilulisenssiä, mutta urheilijan on edustettava joko SUL:n tai VAU:n jäsenseuraa tai -yhdistystä.

Majoituksen varaus Pajulahdesta: myyntisihteeri Sari Eloranta, puh. 044 7755 204, sari.eloranta@pajulahti.com.

VAU:n sopimushinta täysihoidolla opistotason huoneissa: aikuinen pe-la tai la-su 79 euroa/vrk ja 6-16-v pe-la tai la-su 74 euroa/vrk. Majoitus aikuinen pe-su 146 euroa ja 6-16-v pe-su 136 euroa.

TUTUSTUMISTAPAHTUMAT

MAALIPALLO ON ROAD -KIERTUE

Haluatko päästä oppimaan hauskan, fyysisen ja elämyksellisen maalipallon harrastamisen mahdollisuuksista Suomessa? Nyt se on mahdollista Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry:n järjestämällä Maalipallo on Road-kiertueella. Maalipallo on alun perin näkövammaisille suunniteltu vauhdikas joukkuepallopeli, jota kannattaa ehdottomasti tulla kokeilemaan. Kiertueella tullaan järjestämään maalipallon kokeilu- ja tiedotustapahtumia seitsemällä paikkakunnalla ympäri Suomea.

Tapahtumissa pääset tutustumaan maalipallon taitoihin ja tekniikoihin Suomalaisten tähtipelaajien johdatuksella kädestä pitäen ja kiireettömästi. Tapahtumien tavoitteena on antaa tietoa lajin harrastusmahdollisuuksista Suomessa ja kuinka aloittaa toimintaa omalla paikkakunnalla. Tapahtumiin ovat tervetulleita kaikki lajista kiinnostuneet kaikenikäiset mahdolliset harrastajat, näkövammaisten lasten vanhemmat ja amatilliset sidosryhmät. Alta voit lukea kiertueen ohjelman ja

tarkat aikataulut. Tule mukaan kokeilemaan ja löytämään uusi hauska harrastus!

Kiertueen pysähdyspaikat:

- 13.1.2018 Jyväskylä, Valteri-koulu Onerva
- 17.2.2018 Turku
- 24.3.2018 Joensuu
- 20.4.2018 Vaasa
- 3.5.2018 Oulu

Tapahtumapäivän aikataulu (saattaa vaihdella hieman paikkakuntakohtaisesti):

- 12.00-14.00 Infotilaisuus ja kokeilu sidosryhmille
- 14.30-17.30 Infotilaisuus ja maalipallon kokeilutilaisuus kaikille kiinnostuneille

Lisätiedot: Erkki Miinala, puh. 044 291 2126, eki.miinala@gmail.com ja Miika Honkanen, puh. 050 581 5389, honkanen.miika@gmail.com.

LEIRIKUTSUT

SOVELTAVAN ALPPIHIIHDON JA LUMILAUTAILUN CAMP

Soveltavan Alppihiihdon ja Lumilautailun Campilla Jämsän Himoksella **26.-28. tammikuuta** 2018 tutustutaan valintasi mukaan joko alppihiihtoon tai lumilautailuun. Voit olla aloittelija tai jo kokeneempi laskija. Harjoitteleminen alppihiihdon ja lumilautailun taitoja sinun tarpeidesi mukaan, avustajaa ja/tai apuvälineitä hyödyntäen. Opetamme myös avustajaasi toimimaan kanssasi rinteessä. Harjoitteleminen pienryhmissä ja tavoitteenamme on löytää sinulle soveltuva tapa harrastaa!

Opetuksesta vastaavat soveltavan alppihiihdon opettajat. Jos tarvitset avustajaa rinteessä, huolehdiathan leirille laskettelutaitoisen avustajan.

Osallistumismaksu on 250 euroa, joka sisältää opetuksen, tarvittavat välineet ja lauantain lounaan (myös avustajallesi) sekä hissilipun (myös avustajalle). Majoituksista, vakuutuksista ja muista ruokailuista aiheutuvista kuluista jokainen vastaa itse. Avustaja vastaa itse tarvittavista välineistä.

Mökki- ja hotellimajoituksia voi varata Himos Keskusvaraamosta puh. 020 711 9200, www.himoslomati.fi

ALUSTAVA OHJELMA

Perjantai 26.1.

klo 17.00 Välineiden sovitus ja rinteeseen

Lauantai 27.1.

klo 10.00–12.00 Harjoittelua rinteessä

klo 12.00–14.30 Yhteinen lounas

klo 14.30–18.00 Harjoittelua rinteessä ja mahdollisuus kokeilla ratalaskua

Sunnuntai 28.1.

klo 10–12.30 Harjoittelua rinteessä

klo 12.30 Leirin päätös ja kotimatkalle

Ilmoittautumiset 8.1.2018 mennessä osoitteessa www.vammaisurheilu.fi

(-> Selaa tapahtumia -> Tapahtumat lajeittain -> Alppihiihto)

Leiriä koskevat tiedustelut: Nina Peltonen, nina.peltonen@vammaisurheilu.fi tai puh. 050 400 1532 ja Susanna Tero, susanna.tero@kvtl.fi puh. 050 5561 273

Yhteistyössä: Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry, Malike, Akson ry, SOLIA, Sokeain lasten tuki ry

LUMILAJIEN SPECIAL OLYMPICS -VALMENNUSLEIRI

Kehitysvammaisten Special Olympics -hiihdon, -alppihiihdon ja -lumikenkäilyn valmennusleiri järjestetään **26.-28. tammikuuta** 2018 Jämsän Himoksella. Leiri on avoin kaikille kehitysvammaisille urheilijoille (ikäsuositus yli 13 v).

Urheilija voi osallistua vain yhden lajin valmennukseen. Leirillä toimitaan itsenäisesti lajivalmentajien ohjauksessa, tarvittaessa mukana voi olla oma avustaja. Urheilijat majoittuvat lajeittain 6 ja 8 hengen mökkeihin, jonne tuodaan omat petivaatteet ja tehdään loppusiivous yhdessä.

Hinta: 140 euroa (sis. majoitus, ruokailut, ohjaus ja leirivakuutus) + alppilajeissa lisäkustannus: hissilippu 88 euroa + välinevuokraus, jos ei omia välineitä. Huoltajien/avustajien hinta on myös 140 euroa + alppilajeissa tarvittaessa hissilippu 88 euroa + välinevuokraus, jos ei omia välineitä. Leiri laskutetaan leirin jälkeen.

Ilmoittautumiset 5.1. mennessä sähköisellä ilmoittautumislomakkeella osoitteessa www.vammaisurheilu.fi.

Lisätiedot: VAU, Elina Ahtiainen, elina.ahtiainen@vammaisurheilu.fi, puh. 045 139 7373.

JALKAPALLON SPECIAL OLYMPICS -VALMENNUSLEIRI

Tervetuloa kehitysvammaisten Special Olympics -jalkapallon valmennusleirille Liikuntakeskus Pajulahteen Lahden Nastolaan **23.-25. helmikuuta** 2018. Leiri on avoin kaikille kehitysvammaisille urheilijoille (ikäsuositus yli 13 v). Leirillä toimitaan itsenäisesti lajivalmentajien ohjauksessa, tarvittaessa mukana voi olla oma avustaja.

Hinta: 150 euroa/hlö (laskutetaan leirin jälkeen, sisältää majoituksen, ruokailut, ohjauksen ja vakuutuksen). Huoltajien/avustajien hinta on myös 150 euroa. Ilmoittautumiset leirille 26.1. mennessä sähköisellä ilmoittautumislomakkeella osoitteessa www.vammaisurheilu.fi.

Lisätiedot: VAU, Elina Ahtiainen, elina.ahtiainen@vammaisurheilu.fi, puh. 045 139 7373.

SEITSEMÄN LAJIN SPECIAL OLYMPICS -VALMENNUSLEIRI

Tervetuloa kehitysvammaisten Special Olympics -Unified-lentopallon, -salibandyn, -tenniksen, -keilailun, -uinnin, -triathlonin ja -yleisurheilun valmennusleirille Liikuntakeskus Pajulahteen Lahden Nastolaan **9.-11. maaliskuuta** 2018. Leiri on avoin kaikille kehitysvammaisille urheilijoille (ikäsuositus yli 13 v). Urheilija voi osallistua vain yhden lajin valmennukseen sekä kokeilla yhden treenin verran toista lajia. Leirillä toimitaan itsenäisesti lajivalmentajien ohjauksessa, tarvittaessa mukana voi olla oma avustaja.

Hinta: 150 euroa/hlö (laskutetaan leirin jälkeen, sisältää majoituksen, ruokailut, ohjauksen ja vakuutuksen). Huoltajien/avustajien hinta on myös 150 euroa. Ilmoittautumiset leirille 9.2. mennessä sähköisellä ilmoittautumislomakkeella osoitteessa www.vammaisurheilu.fi.

Lisätiedot: VAU, Elina Ahtiainen, elina.ahtiainen@vammaisurheilu.fi, puh. 045 139 7373.

KOULUTUKSET

LIIKUNTAVASTAAVAKOULUTUKSET

Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry:n jäsenyhdistyksillä on nimettyjä liikuntavastaavia. Heille on perinteisesti järjestetty koulutusta, ja niin tapahtuu myös vuonna 2018.

Liikuntavastaavakoulutukset 2018

• 24.2. Lapin urheiluopisto, Rovaniemi

o Ilmoittautumiset 22.1. mennessä

• 3.3. Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus, Janakkala

o Ilmoittautumiset 31.1. mennessä

Koulutuksessa käydään läpi ajankohtaisia asioita ja miten yhdistys/seura voisi hyödyntää toiminnassaan VAU:n tarjoamia mahdollisuuksia. Kuullaan osallistujien ideoita ja haasteita liikuntavastaavana toimimisesta sekä jaetaan hyviä käytäntöjä. Lisäksi tutustutaan käytännössä golfin sisätilasovellutuksiin. Koulutus kestää klo 9.30–16.00.

Koulutukset ovat kaikille VAU:n jäsenyhdistysten jäsenille **maksuttomia** (max. 2 per yhdistys). Koulutuspäivään sisältyy aamu- ja iltapäiväkahvit sekä lounas. VAU ei korvaa koulutuksesta aiheutuvia matka-/majoituskuluja. Mikäli ette ole ilmoittaneet yhdistyksenne liikuntavastaavan tietoja tai yhdistyksellänne ei ole nimettyä liikuntavastaavaa, voitte silti ilmoittaa koulutukseen maksimissaan kaksi henkilöä.

Ilmoittautumiset ja lisätiedot: VAU, Tiina Siivonen, tiina.siivonen@vammaisurheilu.fi, puh. 040 833 4869.

KALENTERI 2017–2018

Joulukuu

- 15.12. **Joulu-Boccia** (henk.koht., pari) (E, K, L, N) Kurikka
 16.12. **Istumalentopallon ykkössarja 2017–2018, 2. osaturnaus** (L) Kotka
 26.12. **Ilma-aseammunnan Tapaninpäivän kilpailut** (L, N) Haapajärvi

Tammikuu

- 6.1. **Istumalentopallon ykkössarja 2017–2018, 3. osaturnaus** (L) Jyväskylä
 7.1. **Pyörätuolikoripallon SM-sarja 2017–2018, 3. osaturnaus** (L) Espoo
 7.–12.1. **Elinsiirron saaneiden talvilajien MM-kilpailut** (E) Anzère, Sveitsi
 8.–9.1. **Para-alppiihdon maailmancup** (L, N) Zagreb-Sljeme, Kroatia
 11.–12.1. **Para-alppiihdon maailmancup** (L, N) Kranjska Gora, Slovenia
 13.1. **Istumalentopallon miesten SM-sarja 2017–2018, 3. osaturnaus** (L) Helsinki
 13.1. **Sähköpyörätuolijalkapallon SM-sarja 2017–2018, 2. osaturnaus** (L) Turku
 13.1. **Kaikki Snoukkaa -lumilautailutapahtuma** (E, K, L, N) Hyvinkää
 14.1. **Keilacup 2017–2018, 5. osakilpailu** (E, K, L, N) Hämeenlinna
 15.–18.1. **Para-alppiihdon maailmancup** (L, N) Veysonnaz, Sveitsi
 19.–21.1. **Pajulahti Games -kilpailutapahtuma** (E, K, L, N) Pajulahti
 20.1. **Unified-koripallon I divisioonan turnaus** (K) Vantaa
 20.1. **Liikuntavammaisten voimanoston SM-kilpailut** (L) Pajulahti
 20.1. **Parayleisureheilun SM-hallikilpailut** (E, K, L, N) Pajulahti
 20.–21.1. **Sähköpyörätuolialibandyn Finlandia-sarja 2017–2018, 2. osaturnaus** (L) Vaasa
 20.–28.1. **Paramaastohiihdon ja -ampumahiihdon maailmancup** (L, N) Oberried, Saksa
 21.–26.1. **Para-alppiihdon maailmancup** (L, N) Tignes, Ranska
 26.–28.1. **Lumilajien Special Olympics -valmennusleiri** (K) Himos, Jämsä
 26.–28.1. **Soveltavan Alppiihdon ja Lumilautailun Camp** (E, K, L, N) Himos, Jämsä
 27.1. **Salibandyn erityisryhmien SM-turnaus** (K, L) Tampere

- 27.–28.1. **Unified-koripallon III divisioonan turnaus** (K) Helsinki
 27.–28.1. **Vammaissulkapallon SULKISCUP III -osaturnaus** (L) Kankaanpää

Helmikuu

- 2.–4.2. **Iloliikuttaja-koulutuksen starttikurssi** (E, K, L, N) Pajulahti
 3.2. **Lumitapahtuma** (E, K, L, N) Ellivuori, Sastamala
 3.2. **Lumitapahtuma** (E, K, L, N) Free Ski, Ruokolahti
 3.–4.2. **Maalipallon SM-sarja ja 1-divisioona 2017–2018, 3. osaturnaus** (N) Espoo
 3.–9.2. **Paramaastohiihdon ja -ampumahiihdon maailmancup** (L, N) Vuokatti
 4.2. **Unified-koripallon II ja VI divisioonien turnaus** (K) Espoo
 4.–7.2. **Special Olympics Euroopan hiihtokisat** (K) Otepää, Viro
 5.–8.2. **Paralumiailutailun maailmancup** (L) Big White, Kanada
 6.2. **Kehitysvammaisten biljardin SM-kisat** (K) Helsinki
 7.–11.2. **Para-alppiihdon maailmancup** (L, N) Kimberely, Kanada
 9.–11.2. **Special Olympics -ratsastuksen kilpailuviikonloppu** (K) Tuusula
 10.2. **IX Ystävä-Boccia** (pari, joukkue) (E, K, L, N) Mänttä-Vilppula
 10.2. **Sokkopingiscup 2017–2018, 3. osaturnaus** (N) Jyväskylä
 10.–11.2. **Unified-koripallon I ja III divisioonien turnaus** (K) Espoo
 11.2. **Lumitapahtuma** (E, K, L, N) Vuokatti
 11.2. **Unified-koripallon V divisioonan turnaus** (K) Vantaa
 11.2. **Pyörätuolikoripallon SM-sarja 2017–2018, 4. osaturnaus** (L) Tampere
 11.2. **Special Olympics taitoluistelukilpailu** (K) Kisakallio, Lohja
 17.2. **Keilacup 2017–2018, 6. osakilpailu** (E, K, L, N) Rovaniemi
 17.2. **Istumalentopallon miesten SM-sarja 2017–2018, 4. osaturnaus** (L) Jämsä
 17.2. **Unified-lentopallon Special Olympics -turnaus** (K) Tampere
 23.–25.2. **Jalkapallon Special Olympics -valmennusleiri** (K) Pajulahti
 24.–26.2. **Special Olympics -taitoluistelun Vienna Specials -kutsukisa** (K) Wien, Itävalta

Maaliskuu

- 1.–4.3. **Hiihdon ja alppiihdon avoin kehitysvammaisten mestaruuskisa** (K) Furutangen, Norja
 3.3. **Maalipallon SM-sarja ja 1-divisioona 2017–2018, 4. osaturnaus** (N) Vantaa
 3.3. **Istumalentopallon ykkössarja 2017–2018, 4. osaturnaus** (L) Lohja
 3.3. **VAU:n liikuntavastaavakoulutus** (E, K, L, N) Kiipula, Janakkala
 7.–11.3. **Sokkopingiksen 2. BSC Prague Showdown Cup -turnaus** (N) Praha, Tšekki
 9.–10.3. **Naisliikuntaseminaari**, Pajulahti
 9.–11.3. **Seitsemän lajin Special Olympics -valmennusleiri** (K) Pajulahti
 9.–11.3. **Hiihdon ja lumikenkäilyn Tour de Älvsbyn 2018 -kisa** (K) Älvsby, Ruotsi
 9.–18.3. **XII Talviparalympialaiset** (L, N) Pyeongchang, Etelä-Korea
 10.3. **Soveltavan futsalin turnaus** (K, L) Vantaa
 17.3. **Sokkopingiksen SM-kilpailut ja Sokkopingiscupin 4. osaturnaus** (N) Turku
 17.3. **Keilacup 2017–2018, 7. osakilpailu ja SM-joukkuekilpailu** (E, K, L, N) Helsinki
 17.3. **Istumalentopallon miesten SM-sarja 2017–2018, 1. loppuottelu** (L) paikka avoin
 17.–18.3. **Unified-koripallon sarjojen päätöturnaus** (K) Kisakallio, Lohja
 17.–18.3. **Pyörätuolirugbyn avoimen SM-sarjan 2. osaturnaus** (L) Helsinki
 18.3. **Istumalentopallon miesten SM-sarja 2017–2018, pronssiottelu** (L) paikka avoin
 20.–21.3. **Liikkuen läpi elämän -liikuntaohjelmien iso yhteisseminaari**, Jyväskylä
 24.3. **Lumitapahtuma** (E, K, L, N) Ylläs
 24.3. **Istumalentopallon miesten SM-sarja 2017–2018, 2. loppuottelu** (L) paikka avoin
 25.3. **Istumalentopallon miesten SM-sarja 2017–2018, 3. loppuottelu** (tarvittaessa) (L) paikka avoin
 25.3. **Special Olympics -taitoluistelukilpailu** (K) Tampere

E = elinsiirtourheilijat, K = kehitysvammaiset urheilijat, L = liikuntavammaiset urheilijat, N = näkövammaiset urheilijat

Lisätiedot tapahtumista: www.vammaisurheilu.fi (-> Selaa tapahtumia)

Kilpailujen tulokset löytyvät VAU:n verkkopalvelusta lajeittain www.vammaisurheilu.fi
 Tulokset ovat myös tilattavissa kilpailujärjestäjältä tai VAU:n toimistolta.