



# NAKKILAN LIIKUNTASEURA

## 100 VUOTTA



# Rouvaryhmä 1937



Takarivissä, vasemmalla Alli Syrjälä, Laina Mäkelä ( musta puku ), Anni Rantamo ( synt 1893),  
Eturivi, vasemmalta tuntematon, Eeva Kaapeli, tuntematon, Vieno Koskinen ja raitapukuinen Edit Hämäläinen







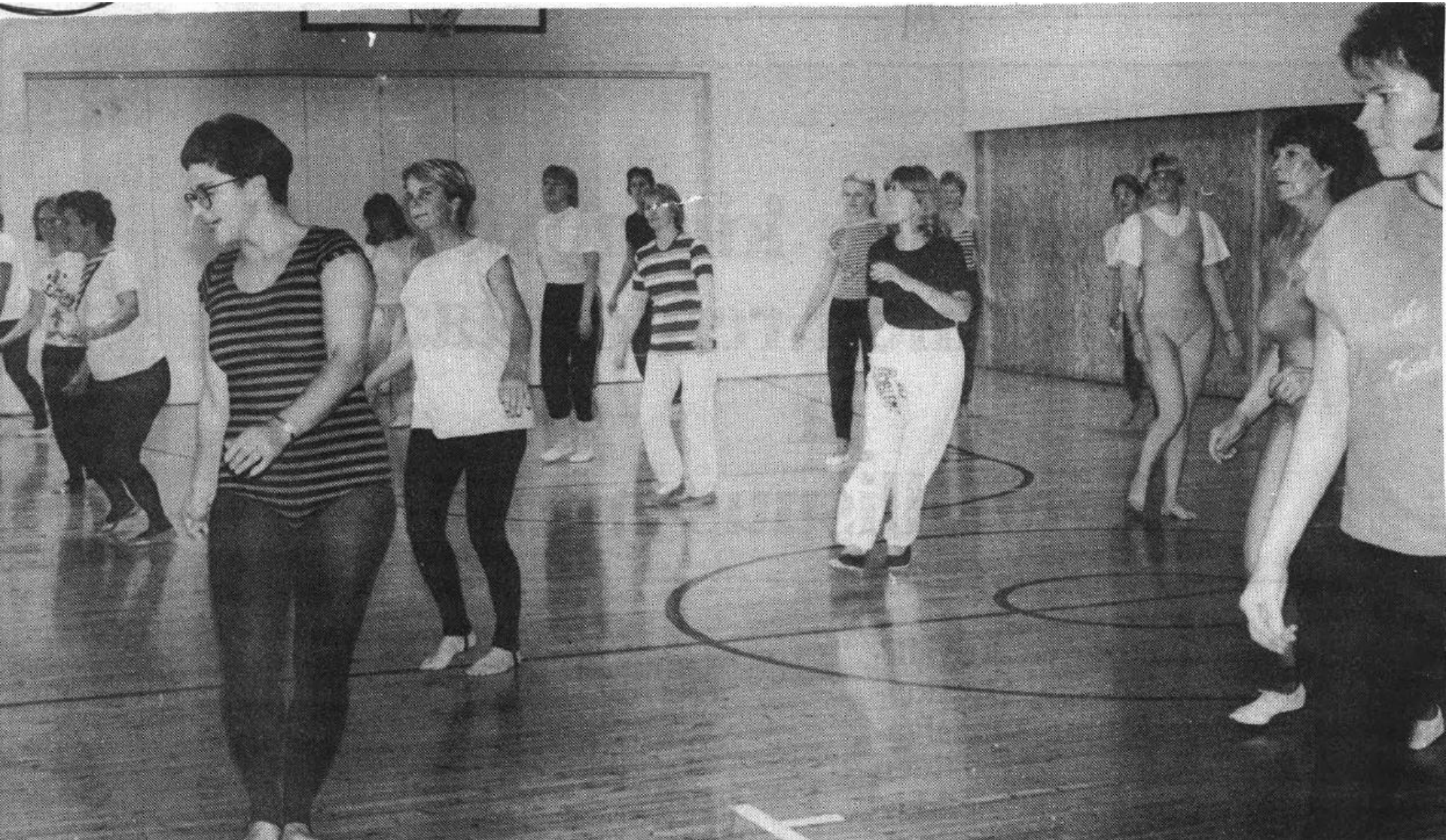


# 1950 Varalan urheilupisto





# Naistenryhmä 1986





# Satujumppa 1990



# Aikuinen-lapsi-ryhmä 1992





# NAKKILAN NAISVOIMISTELIJAT

## Perustaminen.

Syyskuun 19 p:nä 1926 kokoontui joukko liikunta-aatteista innostuneita Nakkilan naisia seuratalo Karhulan pohtimaan mahdollisuuksia naisvoimisteluseuran perustamiseksi paikkakunnalle. Mukana oli myös ajatuksen alkunpanija, voimistelunopettaja Liisa Vanne Porista. Hänen rohkaiseminaan päättivät läsnäolijat antaa innostuksensa kipinä leimata: päätettiin perustaa naisvoimisteluseura Nakkilan Naisvoimistelijat.

Kaikki läsnäolijat ilmoittautuivat uuden seuran jäseniksi. Heitä oli kuusitoista: Taimi Mikola, Laura Virtanen, Hilja Huru, Helmi Jokela, Tyne Knihti, Toimi Knihti, Alma Penttala, Lempi Mäkelä, Aino Hirn, Lahja Stück, Lea Suominen, Taimi Astala, Siri Strandberg, Anna Munkk, Elli Jaakkola ja Sissi Häggström.

Vasta perustetun voimisteluseuran puheenjohtajaksi valittiin rouva Taimi Mikola, jonka aikaisempi kokemus vastaavanlaisesta tehtävästä valoi varmuuden tunnetta muihin, kokemattomiin jäseniin. Taimi Mikola oli nim. ollut jo Kokemäen Naisvoimistelijoiden perustamassa ja toiminut sen monivuotisena puheenjohtajana. Hänet myös valittiin ensimmäiseksi voimisteluharjoitusten ohjaajaksi.

Uusi seura päätti heti liittyä jäseneksi Suomen Naisten Liikuntakasvatustiliiton.

## Toimintamuodot.

Nakkilan Naisvoimistelijat oli perustettu. Tarkoituksena oli aloittaa liikuntakasvatustyö tällä paikkakunnalla. Oli siis saatava Nakkilan naiset innostumaan voimisteluun, leikin ja urheilun avulla tavoittelemaan niin sielun ja ruumiin kuntoa kuin myös liikunnan sulavuutta ja varmuutta. Siksi olikin ensimmäisenä tehtävänä säännöllisten voimisteluharjoitusten järjestäminen.

Harjoitusajat. Koska vi-

täjän keskustassa ei ollut mitään varsinaisesti tarkoitukseen sopivaa huonetta, päätettiin voimisteluharjoituspaikaksi vuokrata seuratalo Karhulan ravintolahuone. Tästä huoneesta tulikin sitten pitkäaikainen voimistelusal, jonka seinät monesti pullistelivat jumppauksen jytinästä. Joskus, ehkä vaihtelun vuoksi, käväistiin voimistelemassa Tervasmäen kansakoulussa. Kun Tattaraan valmistui uusi kansakoulu, päätettiin kylmästä ja ahtaasta ravintolahuoneesta siirtyä parempiin suojiin. Yhden vuoden ajan, v. 1936, voimisteltiinkin Tattarassa, mutta koska se oli syrjässä, palattiin taas Karhulan kylmää lattiaa tömistelemään. Vasta Nakkilan yhteiskoulun valmistuttua on vuodesta 1947 lähtien voimisteluharjoitukset pidetty yhteiskoulun voimistelusalissa.

Voimistelu. Voimistelu on alusta alkaen ollut seuran tärkein toimintamuoto. Harjoituksiin on kokoonnuttu milloin kerran, milloin kahdesti viikossa, aina innostuksen aallon korkeudesta riippuen. Juhlien edellä on harjoitusten määrä tihtenyt 4—5 kertaan viikossa. Joskus on sattunut, että kolme-neljä uskollisinta on saanut kerrankin rauhassa sätkytellä säärään ja heilutella käsivarsiaan, mutta usein on ohjaajan täytynyt keksiä uusia järjestäytymistapoja saadakseen tilaa kaikille voimistelijaille.

Osastot. Varsin pian huomattiin, että kaikki eivät voi yhdessä voimistella, oltiin niin eri-ikäisiä, kuitenkin eritasoisia ja myös liian runsaslukuisia pienen voimistelusalin. Niinpä perustettiin eri osastoja, joitten ansiosta voimistelijain kokonaisuus kasvoi. Näillä osastoilla oli yhteen aikaan omat nimetkin, kuten Sirkkuset, Terhikit ja Hipsukat. Myös voimistelijöitten tyttärien rupeus tekemään mieli mukaan, ja niin perustettiin tyttöjen lastenosastot.

Urheilutoiminta. Voimisteluharjoitukset on aina järjestetty lukukausittain, ja urheilu on sensijaan jäänyt kesän toimintamuodoksi. Urheilu on kuitenkin rajoittunut etupäässä SNLL:n voimistelu- ja urheilumerkkien suorituksiin.

Ompeluseura. Seuran varojen hankintaa tukemaan perustettiin v. 1934 ompeluseura, joka joitakin keskeytyksiä lukuunottamatta on jatkuvasti toiminnassa kokoontuen etupäässä kannattavien jäsenten luona. Näin ovat saaneet ne, jotka syystä tai toisesta ovat harjoittaneet vain »sormivoimistelua», myös olla mukana liikuntakasvatustyötä tukemassa.

Juhlat. Edellä kerrotuissa puitteissa on Nakkilan Naisvoimistelijain arkinen työ jatkunut 30 vuoden ajan. Mutta on toki ollut vielä muutakin. On ollut juhlia: pieniä, oman seuran keskeisiä perheilltoja ja suuria, valtakunnallisia voimistelujuhlia. Juhlat, ne ovat olleet niitä keitaita erämaassa, mitä virvoittavia lähteitä, jotka aina ovat innostuksen aallon korkealle nostaneet.

Jo ensimmäisenä toimintakeskenä Nakkilan Naisvoimistelijat osallistuivat Länsi-Suomen maakuntajuhluihin, ja kesällä 1929 SNLL:n kansainvälisiin voimistelujuhlisiin Helsingissä, jolloin mukana oli seuran 11 jäsentä. Senjälkeen on otettu osaa SNLL:n voimistelujuhlisiin Turussa 1934, Porissa 1937, Voimistelun suurjuhlisiin Helsingissä 1938, sotien jälkeen Suurkisoihin Helsingissä 1947, SNLL:n juhlisiin Kuopiossa 1951 ja Suurkisoihin Helsingissä 1956. Kaikkiin näihin juhlisiin osallistuminen on vaatinut voimistelijoilta paljon innostusta, voimia ja kärsivällistä harjoittelua. Mutta työn ja vaivannäön on myös korvannut sen tulos: juhlien korkea tunnelma, suuri yhteenkuuluvaisuuden tunne muiden voimistelijöitten kanssa ja yhteisen liikunnan ilo. Väheksyä ei myös sovi sitä oppia ja kasvatusta, mikä näillä juhlamatkoilla on saatu. On opittu tuntemaan omaa maata, on tutustuttu muittenkin maitten voimistelijoihin, on nähty ja koettu niin paljon uutta, että monelle kenties on avartunut aivan huimaavia näköaloja entisen elämänpiirinsä ulkopuolelle. — Näit-

ten suurten juhlien lisäksi on eri vuosina osallistuttu moniin maakunnallisiin juhlisiin. Ja lukemattomat ovat ne tilaisuudet omalla paikkakunnallamme, joita naisvoimistelijat ovat esityksillään avustaneet.

Voimisteluseuran perustamisen alkuajoina vietettiin vuosittain ns. perheilltoja: pikkujoulujuhlia ja »ruusutitanssiaisia», joihin jokainen jäsen sai tulla vain yhden vieraan. Vieraaksi pääseminen oli kovin haluttua, sillä näissä tilaisuuksissa oli varmasti hauskaa. Suljetusta huoneestaan johtuen näitten iltojen tunnelma oli kotoinen ja välitön, voimistelijöitten esitykset olivat kauniita ja pirtettä ja yhteinen ilonpito rakkasta. Vaihtelun vuoksi pukeuduttiin silloin tällöin »joksikin muksi».

Yleisöjuhlia ja lehtiartikkelit. Kun seuran ulkopuolelta alkoi kuulua kuiskeita, että mielellään tulaisiin naisvoimistelijoiden suuremminkin joukko katsomaan, alettiin järjestää myös yleisöjuhlia. Ohjelma esitettiin aina omin voimin. Ja voimia siinä on tarvittukin. Sillä periaatteena on ollut, että esitettävän pitää olla parasta, mitä osataan. Monivaikeiset ankarat harjoitukset ovat aina edeltäneet kaikkia juhlia. Niinpä nakkilalaiset ovat saaneetkin nähdä esityksiä, joitten arvoa ei sovi väheksyä. Esim. v. 1934 helatorstaina pidetyistä Nakkilan Naisvoimistelijain juhlisista kirjoitti tunnettu porilainen liikuntakasvatustyön edistäjä E. H. mm. seuraavaa: Siitä, että Satakunnan naisten keskuudessa on jo monta vuotta tehty voimaperäistä ja menestyksellistä työtä liikuntakasvatuksen hyväksi, oli tämäkin tilaisuus elävä todistus. — Esim. hyppy-nuoraohjelma oli valittu erittäin onnistuneesti, ja esitys oli mitä parhain. Allekirjoittanut ei vielä tähän mennessä ole nähnyt niin hyvää suoritusta. — — — Aikaisemmin olemme tietäneet, että Nakkilan Naisvoimistelijöillä on etevä johtaja, mutta että hänen joukkonsa on sellaisella tasolla, ei ollut aavistustakaan. Ilan päänumero, naisten voimistelu-esitys, kelpaisi vaikka kuinka suurilla juhlilla esitettäväksi. — Ohjelma oli kauttaaltaan arvokas, huolella valittu ja valmistettu.

Suuren huomion ja kunnianosoit-

tuksen kohteeksi tuli Nakkilan Naisvoimistelijat v. 1937, jolloin siltä pyydyttiin yksityisnäytöstä SNLL:n voimistelujuhlisiin Porissa. Siitä kirjoitti Satakunnan Kansa ennen juhlaa mm.: »Nakkilan Naisvoimistelijat ovat juhlien järjestäjien erikoisesta toivomuksesta lupautuneet esittämään aivan uudenlaista pallovoimistelua. Tämä maaseudulla toimiva pirtteä naisvoimisteluseura järjesti viime sunnuntaina arvokkaan voimisteluillan esittäen uudenutukaista keila- ja pallovoimistelua. Ohjelmaan ihastuneet voimistelukihot, m. m. tunnettu nimimerkki Hilja-Maria, olivat kaikki yksimielisesti sitä mieltä, että Nakkilan Nv:n on tultava Porin juhlille». — Niinpä kainot Nakkilan tyttäret lupautuivat, esittivät pallo-ohjelmansa iltajuhlissa Porin teatterissa ja palokunnantalossa. Seuraavana päivänä kirjoitti Satakunnan Kansa: »Nakkilan Naisvoimistelijain täsmällinen ja onnistunut pallovoimistelunäytös nostatti katsomassa todellisen suosionosoituksen myrskyn. — Jos itse voimistelulaji oli miellyttävä, niin voi sitä samaa täydellä syyllä sanoa koko esityksestä. Joukkue oli hyvin harjoitettu, esitys varmaa ja viimeisteltyä. — Kun seuraavana vuonna, v. 1938, Helsingin suurjuhlilla esitettiin pallovoimistelua yhteisnäytöksenä, kutsuttiin voimistelun mukana olleet Nakkilan Naisvoimistelijat yhteisharjoituksissa kaikkien eteen esivoimistelijaksi. (Nämä mukana olleet ovat kertoneet, että heistä silloin tuntui, kuin he olisivat kasvaneet hiukan toisia pitemmiksi.)

## Voimistelunjohtajat.

Niinkuin e.o. lehtilainauksista käy selville, on Nakkilan Naisvoimistelijain suoritustaso ollut korkea. Voidaan täydellä syyllä ihmetellä, miten se on ollut mahdollista. Tuskin Nakkilan naiset ovat liikunnallisilta taipumuksiltaan etevämpiä kuin naiset muuallaakaan, mutta meillä on ollut onni saada johtajiksemme erittäin etevä voimistelunohjaaja. Sillä johtaja, se juhlien yleisöllä näkymätön voima, joka kaikkia esityksiä hallitsee, on voimistelijöitten taidon alku ja juuri.

(Jatkuu).



# NAKKILAN NAISVOIMISTELIJAT

(Jatk. edell. num.)

**Ensimmäiset johtajat.** Seuramme ensimmäisenä voimistelunjohtajana toimi seuran puheenjohtaja Taimi Mikola. Mutta heti ensimmäisenä kesänä lähetettiin seuran toimesta SNL:n johtajakurssille jäsenet Lea Suominen ja Tellervo Huru. Seuraavan lukuvuoden ajan he yhdessä huolehtivatkin harjoitusten johtamisesta.

Lea Suominen. Mutta pian voimistelunjohtaminen siirtyi melkein yksinomaan Lea Suomiselle. Hänestä tuli se sadun haltijatar, joka sai «puupökölöihin» puhalletuksi elävää henkeä. Ollen itse erittäin etevä voimistelija hän oli myös erinomainen johtaja, jonka väsymättömän ja sytyttävän innostus sai kankeimmankin voimistelijan yrittämään parastaan. — Suoritettuaan voimistelukurssia Saksassa muutamassa kuukaudessa liikuntakoulussa Lea Suominen, halveksimatta kotiseutunsa pientä voimistelu-seuraa, johti sen tyttäret voimistelun uusille urille. Niinpä Nakkilan naisvoimistelijat ovat ensimmäisinä Suomen maaseudulla voimistelleet sen uuden suunnan mukaisesti, jota nykyisin niin suuresti ihaillaan siellä, missä Hilma Jalkanen tyttöineen esiintyy. Myös Lea Suominen jo noina vuosina esiintyi Hilma Jalkanen voimistelujoukkueessa ulkomailla, ja oli hän m. m. Tukholman Lingiaadeilla v. 1930 ja Berliinin olympialaisissa v. 1936 Suomen lipun kantajana, «minkä saamme ylpeydellä merkitä Nakkilan Naisvoimistelijain historiaan», niin kuin näitten vuosien vuosikertomuksissa mainitaan. Ihaillen ja kiitollisina ajattelevat noiden vuosien voi-

lakunnalta, olisivat Nakkilan Naisvoimistelijat joutuneet suureen johtajapulaan, ellei tänne olisi jäänyt Vieno Koskista. Toimittuaan jo pitkän aikaa apulaisjohtajana oli hän nyt valmis ja pätevä ottamaan vastuun hennoille hartioilleen. Vieno Koskinen, joka aivan seuran perustamisesta asti on ollut mukana edelleen toimii niin voimistelijana kuin johtajanakin, on se voima, joka sota-ajan tauon jälkeen taas kokosi laumansa, elvytti ja elvytti, kunnes uneliaat heräsivät ja uudet taimet kasvoivat mukaan. Yhdessä seuran monivuotisen puheenjohtajan Hilka Heinolan kanssa hän on ylläpitänyt toimintaa silloinkin, kun muut ovat näyttäneet nukahtaneen. Luvultaan suurin on niitten harjoitusten määrä, jotka Vieno Koskinen on johtanut. Ihmetellen ihailevat voimistelijat sitä uhrattua sitkeyttä ja liikkeellepanevaa voimaa, joka kätketty hänen hillittyyn olemukseensa.

## Kurssitoiminta.

Aikaisemmin oli voimisteluharjoitusten johtaminen kerrallaan vain yhden tai kahden johtajan «niskoilla». Se oli raskasta, kun osastoja oli monta. Niinpä onkin seuran toimesta sen jäsenistä koulutettu uusia johtajia, jotka vuorottelemalla voivat helpottaa toistensa työtä. Vuodesta 1945 lähtien on joka kesä joku tai joitakin seuran jäsenistä osallistunut SNLL:n järjestämille johtajakurssille joko Varalassa, Tanhuvaarassa tai Kisakalliossa. Lisäksi on ahkerimmille voimistelijatyöille annettu ti-

laisille kurssille pitäisi päästä usein, oli yhteinen ajatus. V. 1950 kutsuttiinkin Bertta Reiho Nakkilaan ohjaamaan samanlaista viikon kestävä kurssia. Siihen otti osaa 25 seuran jumppatyttöä, ja innostus oli jälleen valtava.

## Jäsenet.

Seuran jäsenmäärä on vuosien aikana jonkin verran vaihdellut ollen se kuitenkin keskimäärin 100:n vaiheilla. Jäsenet ovat olleet enimmäkseen pitäjän keskustasta ja n. 3 km:n säteellä siitä, mutta pitempikään matka ei ole estänyt innostuksen alkuun päässeitä. Esim. v. 1937 kävi pari neitosta Viikkalan mäestä saakka Tattaran koululla voimistelemassa kulki pimeän joen yli veneellä sillä siltaa ei silloin vielä ollut.

## Varat.

Mistä sitten on saatu ne varat, joilla tällainen kurssitoiminta, johtajien palkkaus, harjoitushuoneitten vuokra ym. menot on voitu maksaa? Tietenkin seuran jäsenet ovat maksaneet jäsenmaksua, joka perustamisesta vuoteen 1939 oli 20 mk vuodessa. Vuodesta 1944 lähtien jäsenmaksua on vähitellen korotettu, niin että se nykyisin on 400 mk voimistelevalta ja 200 mk kannattavilta jäseniltä. Ompeluseura- ja iltamatoiminnalla on jonkun verran kerätty lisävaroja. Suuri menojen vähennys on saatu johtajilta, jotka ovat suurimmalta osalta toimineet kokonaan ilmaiseksi tai vain hyvin pientä palkkiota vastaan.

**Lahjoitukset.** Huomattavan varojen lisänsä tekevät kuitenkin lahjoitukset. Erittäin suurella kiitollisuudella on mainittava J. V. Suomen Nahkatehdas Oy., joka vuosittain toistuvilla lahjoituksillaan on suuresti tukenut Nakkilan Naisvoimistelijain toimintaa. Myös Nakkilan kunta on liikuntakasvatustyön tukemiseksi lahjoittanut määrärahan, milloin sitä vain on saatu.



Lipputervehdys Nakkilan  
Lipunkantajana puh.

muistoihin ponnistelua ja vaivannä-





















































































Ylä: ??, Paula Lindholm, Kristiina Kankaanpää, Raija Virta  
Ala: Tarja Varheensalo, Sinikka Rahkola, Kikka Heinola ja ??







# Liikuntanäytös

TERVETULOA Nakkilan Liikuntaseuran  
keväiseen liikuntanäytökseen

**Viikkalan** koululle sunnuntaina

28.4.2013 klo 10.

Ohjelmassa mm.

- perheliikuntaa
- tenavajumppaa
- aikuisten ryhmä
- arvontaa (arvat 2 €/kpl)

Vapaa pääsy!



SUN LAHTI  
-VOIMISTELUN ILDA-  
8.-9.6.2013



Nakkilan Liikuntaseura  
<http://nakkilan.nv.sporttisaitti.com>

Yhteistyössä:

VEIKKAUS  
Iltaa elämään.

KALINUS  
& Terveys

stadium













































# SunLahti 2013







































Perhejumpassa mukana oli Liisa ja Minttu Hietaoja sekä Johanna ja Matias Teinilä









Arja Oja (Ulvila), Sinikka Rahkola, Raija Virta, Johanna Johanna Haikonen (Ulvila), Paula Lindholm ja Katja Kärnä













**Sinikka Rahkola, Minna Tapanosilta, Katja Kärnä, Paula Lindholm, Raija Virta ja Jaana Pelkonen,  
kuvasta puuttuu Ulvilasta mukana olleet Arja Oja ja Johanna Haikonen sekä Porista Helena Siltanen**



# Hieman uusia tuulia ja perinteitä

**Nakkila:** Liikuntaseuran puheenjohtajana toimii uusi nimi johtokunnasta.

**Sanna Tulvonen**  
toimittaja, sanna.tulvonen@nakkila.fi

Nakkilan Liikuntaseura sai maaliskuussa keuhkotaukko- ja sydäntautien puheenjohtajan, kun **Lisa Hietaja** astui entisen puheenjohtajan **Katja Kinnarin** soppaan.

– Katja kävi jo viime vuonna olevansa valmis jättämään puheenjohtajuutensa ja johtokunnan sisällä alettiin sitten kysellä, että olisiko joku kiinnostunut paikasta. Vielä vuosi sitten en ollut valmis hommaan, mutta lupasin mieltä vuoden verran, Hietaja kertoo.

Alkuvuodesta Lisa otti ehdotuksen paikan vastaan läsnäolonsa jälkeen.

**Uusi puheenjohtaja** on asunut Nakkilassa viiden vuoden verran ja ohjaa aikanaan joulukuun Nakkilan Liikuntaseuran.

– Olen ikkunnallinen ihminen ja käyn kolme kertaa viikossa leikkimällä ja vedän myös spinning-tunteja ja jumppaan lasten kanssa.

Päätyöniään Lisa toimii opettajana ja rehtorina Iltan koululla Nakkilassa. Puheenjohtajan tehtäviin kuuluu

## FAKTA

- Nakkilan Liikuntaseura tarjoaa menopaikasta ja liikuntatapahtumista muutamia tunteja ja lauantai-iltoja.
- Seuran tarkoituksena on tarjota liikuntaa ja harrastusta kaikille ikäryhmille.
- Vuonna 2010 seuran täytti 60 vuotta.
- Nakkilan Liikuntaseuran toimintaa ohjaa Nakkilan Nuorisoyhdistys.
- Liikuntaa järjestetään noin 300 tuntea vuodessa.

huolehtimaan linjojen ylläpidosta, seurojen välisen yhteistyön sekä seuran toiminnan kehittämisen. Yksin ei kuitenkaan tarvitsi toimia.

– Suunnitelmien pitämiseksi yhdyttiin.

**Valikka** puheenjohtajan toimet eivät ole ennestään tuttuja, ei Lisa ota huomioon pohjia paikoista.

– Olen ottanut asioista selvää ja Katja on ohjannut minua. Totutuin vielä uuteen tehtävään.



Suunnitelmia järjestetyssä jumppapäivässä Lisa veti osallistujille koko kehoon vaikuttavan jumppatunin.

Uudesta tehtävästään Lisalla on hyvä tunne. Vielä olisi tarkoitus vähän katsella, että minne päin lähdetään puhkemaan seuraveroja.

– On todella positiivisen innostuneet tunnelmat. Meillä on hyvä porukka suunnittelemassa ja tekemässä. Nuorten suunnalla pitäisi tehdä enemmän töitä, jotta saisimme heitä lisää seuran toiminnan pariin ja ohjauksellisiin. Täällä asuun ollaan ja meitä parinpaan suuntaan.

Puheenjohtajana hän kokee itsensä demokraattiseksi ja joustavaksi.

– Olen neuvotteleva mutta annan myös tehdä päätöksiä ja olla tarpeen vaatiessa jämäkkä. Olen helposti lähestyttävä riippuen tilanteesta olen jämäkkä ja taivuttava.

Kovin suurelta osin muutoksia seuran toimintaan ei puheenjohtajavaihdoksen myötä ole tullut, vaikka joulukuun kehitysohjelmaa on jo miettimässä.

– Lähi-seurojen ja koulujen kanssa voisi ajatella yhteistyötä, sitä kautta saataisiin enemmän toimintaa. Ja mikäli yhteistyö muidenkin näkökulmista seurojen kanssa olisi mahdollista.

**Suunnitelmia** järjestetty Nakkilan Liikuntaseuran jumppapäivä oli tiistai- ja torstai-iltoja. Keskiviikkona lauantai-iltoja järjestetty keuhkotaukko- ja sydäntautien puheenjohtajan pöytä.

”

On todella positiivisen innostuneet tunnelmat. Meillä on hyvä porukka suunnittelemassa ja tekemässä.”

Jumppapäivän tarkoituksena oli seuran kokemuksellisen toiminnan esittely uusille liikkujille sekä uusien mahdollisuuksien esittely vanhoille jäsenille.

– Tarjolla oli kantas-aikeiden ryhmäliikuntatunneista eli noin puolen tunnin kokouksella ja lauantai-iltoilla. Ry-seura oli tämmöinen esittelytunti tälle kaudelle tarkoituksenaan tuottaa ihmisiä ryhmäliikuntatunneihin ja saada heidät innostumaan liikunnasta.

**Seuran** Nakkilan Liikuntaseura on pieni, mutta kovin pienessä kompensoituu kuitenkin aktiivisilla jäsenillä, ohjauksella ja johtokunnalla.

– Pääpaino on aikuisten ryhmäliikunnassa, mutta tarjolla on ryhmäliikuntaa myös lapsille ja nuorille. Nuoria pitäisi saada lisää innostumaan seuran toiminnasta, että heistä saisi vetäjiä lauantai-iltoihin. Vetäjiä kannattaa harrastaa.

Ilta- ja lauantai-iltojen tarkoitus on järjestää jatkossakin.

Joulukuun lähestyessä ajatuksena olisi pitää joulukuun joulukuun ja kevään tavallisen joulukuun sijain pidetty keuhkotaukko-



# Joulujuhla 2013





















# Kevätnäytös 2014



















# Ohjaajat 2014 syksy



Jaana Pelkonen, Emilia Mäkelä, Liisa Hietaoja, Tiia Laine ja Satu-Lotta Rannisto











**Nakkilan Liikuntaseuran Pikkujoulut**

**keskiviikkona 3.12.2014 klo 17:30**

**Nakkilan Yhteiskoululla**

- ❖ esityksiä eri liikuntaryhmiltä
- ❖ myynnissä arpoja
- ❖ tarjolla mehua ja pipparia

**Tervetuloa Liikuntaseuran jäsenet  
perheineen!**



# Joulujuhla 2014





































## A group of children are performing on a stage in a school hall. In the foreground, a boy in a red shirt and grey vest stands with his back to the camera, looking towards the stage. On the stage, several girls are performing; one is holding a microphone. A boy is playing a guitar. A large screen is visible in the background. The stage is made of wood, and there are some candles on the floor in front of the stage.

























Laviksessa kunto nousee perintelisen suomalaisen lavatanssimusiikin tahdissa. Nakkilan Liikuntaseuran ohjaaja Jaana Pelkonen kertoo, että paritanssia laviksessa ei ole, joten tunneille pääsee yksinään.

## FAKTA

■ Nakkilan Liikuntaseuran lavistunnit alkavat 24. syyskuuta. Tunnit pidetään torstaisin kello 18.30–19.30.

■ Seuralla on erilaisia liikuntaryhmiä tänä vuonna yhteensä 15. Suurin osa tunneista pidetään Nakkilan yhteiskoulun salissa.

■ Aiemmin seura tunnettiin Nakkilan Naisvoimistelijoina. Nimi muutettiin Nakkilan Liikuntaseuraksi vuonna 2009.

■ Seura on perustettu vuonna 1926. 90-vuotisjuhlajärjestään Nakkilan liikuntahallissa ensi huhtikuussa.

vatanseista tuttuun tapaan peräkkäin tanssitaan kaksi samaa tanssilajia. Kahta valssia voi siis seurata esimerkiksi kaksi humpppaa tai tangoa.

Paritanssia laviksessa ei kuitenkaan ole, joten tunneille pääsee yksinään, eivätkä askelkuviot ole vaikeita.

– Korkeintaan joku pyörähdys tehdään parin kanssa. Laviksessa pärjää, vaikka olisi ikinä käynyt humpalla, rohkaisee Pelkonen.

Hän arvioi, että laviksessa on jonkin verran yhtäläisyyksiä hittilaji zumbaan. Lavis on kuitenkin zumbaa kevyempi ja vetoaa Pelkonen arvioiden mukaan enemmän vanhempaan ikäryhmään.

Ohjaaja kertoo testaattaneensa muutamaa laviksen tanssia jo aiemmin kesällä Harjavallan Naisvoimistelijoiden kesäjumbassa. Vastanotto oli silloin innostunut.

– Kauheasti kiitosta on tullut, kertoo Pelkonen saadusta palautteesta ja muistuttaa, että Nakkilassa lajia voi käydä syksyn tullen ilmaiseksi kokeilemassa, sillä yksi testautunti on maksuton.



# Pipot 2015



Virpi Luoma, Liisa Hietaoja, Anniina Ojanen, Katja Kärnä ja Paula Lindholm



# Nahkiaismarkkinat 2015











Jaana Pelkonen, Anniina Ojanen, Paula Lindholm, Nina Rahkola, Leena Henriksson, Liisa Hietaoja







# Lavis alkamassa 2015





# Sählynaiset Porissa 2016



Ylä: Eija Laine, Laura Tarvainen, Päivi Viinamäki, Mira Pentikäinen , Maarit Hämäläinen, Leena Henriksson

Ala: Mari Atkins, Jaana Pelkonen, Chen Jane Lee, Eeva Kivioja, Anni Leppänen, Maarit Kuoppala



JAANA PELKONEN vetää keskeisvirkkoisin Nakkilan Liikuntaseuran lavisjumpsaa.

## Lavis on uusi zumba

Jumppa lavatanssin hengessä sopii kaiken kuntoisille.

**Marita Lehtojoki**  
Nakkila

### JUMPPA

● Humpajajumppaa. Tuleeko siinä edeshiki? Vai haluatko jumppasaliin tulle et vain kuunnella Suomi-iskelmää?

Sitä piti kokeilla. Nakkilan Yhteiskoulun jumppasalissa räikää iskelmä. Eikä moni kymmenpäinen harrastajajoukko todellakaan ole tullut vain kuuntelemaan. Jo ensimmäisessä "kappaleesta" alkan pulssi nousi ja hiki irtoaa. Jo kahdenkin jälkeen jälkeä käsi juomapullolla.

Kyseessä on jumppa lavatanssityyli eli lavis.

JO NIMESTÄ voi päätellä, että tunnilla on lavatanssin merkki. Nakkilan lavisen tuottaja Jaana Pelkonen on vetänyt kirkonvalheilla lavisjumppaa syksystä asti.

Jotakin jumpan suosiosista voi

päätellä ilmoittautujien määräs-  
tä. Heitä on sata.

– Kaikki eivät suinkaan ole samalla kertaa tunnilla, Pelkonen täsmentää.

Kymmeniä heitä kuitenkin on joka kerta.

Pelkonen itse on "hurahtanut" laviseen, eikä syytä.

– Tunnelma on rento ja iloinen. Parasta on musiikki.

Lavi soijajaja Suomessa parasta. Pelkonen kiitti hakemassa lisenssikoulutuksen Tampereelta.

Laviksen takaa löytyy kaksi koulualaista, Sirkku Pusa ja Johanna Partanen. Pusa kehitti 2010 lavatanssin musiikkiin perustuvan tanssiliikunnan, ja se sai huiuman suosion. Vuonna 2014 hän kehitti ja rekisteröi yhdessä Partasen kanssa Lavis lavatanssijumpan.

LAVIS PERUSTUU lavatanssiaskeleiden ja jumpan yhdistelmään. Tunneilla soi musiikki aina humpasta jenkkaan ja cha chaasta roikkiin. Vaikka tunneilla opittiin lavatanssin perusaskelista, kyse ei ole tanssin opetuksesta vaan jumppasta.

Pelkonen mukaan lavis sopii

kaiken kuntoisille ja -ikäisille.

– Sarjat ovat helppoja, siksi jumppa on tullut niin suosittu. Lavatanssissa ei tehdä mitään, vaan kaikki liikkeet tehdään pyrstä eteenpäin. Kokonaisuudessaan lavis on hyvää luvajumppaa.

Musiikin ohjaaja saa valita itse, kunhan se mahtuu lavatanssijumppaan.

– Tunniin pitää alkaa humpalla tai valssilla. Valssin se aina loppuu, Pelkonen kertoo.

Hänen tunneillaan soi musiikki Tuure Kilpeläisestä JV:hen.

Aivan kuin lavatanssissa, tunneilla soitetaan aina perijälkeen kaksijumppaa, kaksitangoa, kaksivalssia ja niin edelleen. Tanssipaaria ei tarvita, sillä lavikessa jumppataan yksin tai kahden kanssa.

Pelkonen ei soita samaa musiikkia jumppatunnilta toiseen, vaan vaihtaa aina muutaman kappaleen joka tunnilla.

JAANA PELKONEN kertoo, että tunnit ovat aina erilaisia. Lähes joka tunnilla on aina jotakin uutta.

– Jumppalle voitulla valitkaa kesken tunnin, eikä siinä jää jälkeä muuta.

### MIKÄ?

#### Lavis

● Lavis-lavatanssijumppa perustuu lavatanssiaskeleiden ja jumpan yhdistelmään.

● Tunneilla soi musiikki humpasta jenkkaan ja cha chaasta roikkiin.

● Sirkku Pusa ja Johanna Partanen kehittäneet ja rekisteröineet Laviksen 2014.

Lavis-tunnilta sykköön saa hyvin nauttimaan, sillä liikkeet ovat vaihtelevia, eikä musiikkikappaleiden välillä pidetä taukoja.

Jokainen löytää oman tähtihetken. Ellei pidä latinomusiikkia, tärjällä on myös perinteistä. Jos tykkää tanssista, tykkää myös laviksesta.

Hänen mukaansa aiemmin pinnalla olleen tanssin suosio on laskeutunut osin vaikean lisenssipolitiikan takia.

Nakkilan Liikuntaseura järjestää Lavis-tunneja keskeisvirkkoisin klo 18.15–19.15 Nakkilan Yhteiskoulun salissa.



# Videon tekoa 2016















0-vuotisjuhlan näytöksillä alettiin harjoitella aktiivisemmin joulun jälkeen. Seuralalla on perinteisesti ollut kevät



- ja joulunäytös Nakkilan yhteiskoululla, mutta nyt joulunäytös jäi väliin, koska

#### Harri Vallin

harri.vallin@almamedia.fi

Tulevana syksynä, tarkalleen sanotuna 19. syyskuuta, tulee kuluneeksi 90 vuotta siitä, kun 16 nakkilalaista naista kokoontui seuratalo Karhulan ajatuksenaan perustaa paikkakunnalle oma naisvoimisteluseura. Päivän päätyössä Nakkilan naisvoimistelijat oli perustettu ja kaikki tilaisuuteen osallistuneet olivat sen jäseniä.

Seura oli nimensä mukaisesti alunperin vain naisille, ensin aikuisille ja sitten vähän nuoremillekin, kertoo Nakkilan liikuntaseuran puheenjohtaja Liisa Hietaoja.

Myös lajivalikoima oli luettavissa suoraan seuran alkuperäisestä nimestä.

Voimisteluseura tämä alunperin oli, mutta kun 1970- ja 1980-lu-

kujen vaihteessa alkoi tulla aerobicia ja muuta sellaista, niin niitä on tullut siihen rinnalle.

**Vuonna 1926** perustetun seuran jäsenet voimistelivat aluksi Karhulan ravintolahuoneessa, mutta pian myös Tervasmäen ja Tattaran kansakouluissa. Uuden kotipesän seura löysi vuonna 1947, kun Nakkilan yhteiskoulu valmistui.

Naisvoimistelijat aloittivat yhteiskoulussa heti, kun se rakennettiin, Hietaoja kertoo.

Suurin osa seuran toiminnasta on yhteiskoululla edelleen.

Yhteiskoululla olemme saaneet miettä vuoromme ihan itsenäisesti, emmekä ole olleet riippuvaisia muiden vuoroista.

Huonokin puoli yhteiskoulun tiloissa kuitenkin on. Kevään ja syksyn ylioppilaskirjoitusten aikana

seura joutuu nimittäin evakkoon.

Ylioppilaskirjoitusten aikaan joudumme olemaan välillä koulun käytävillä. Tunteja järjestetään myös työväentalolla, kun porukkaa on niin paljon, ettei pienempiin tiloihin mahdu.

**Vuosien** vieressä Nakkilan naisvoimistelijoiden toimintaan tuli mukaan myös miehiä ja poikia. Seurassa alettiinkin miettiä seuran nimen vaihtamista. Seisemisen vuotta sitten nimenmuutos toteutui, ja Nakkilan naisvoimisteliijoista tuli Nakkilan liikuntaseura.

Nimimuutoksella haluttiin madaltaa kynnystä siihen, että miehet ja pojat voivat osallistua meidän tunneille. Nytkin meillä pyöri esimerkiksi äijäjumppa, jossa on mukana pääasiassa 60 plus -ikäisiä miehiä, ja poikien remujumppa.

**Lavis on meille veto-  
naula, jonka avulla  
olemme saaneet  
uusia jäseniä naapurikunnista saakka. Mukaan on lähtenyt naisia ja miehiä, jotka eivät ole koskaan ennen osallistuneet millekään tunnille."**

Liisa Hietaoja

Nakkilan liikuntaseuran puheenjohtaja

Naisvoimistelijat-sana ei Hietaojan mukaan enää oikein muutenkaan kuvannut seuran toimintaa, koska suuntaus on ollut vuosi vuodelta enemmän kohti ryhmäliikuntaa sekä kuntoa kohottavia ja ylläpitäviä lihaskuntotunteja. Voimistelu on tällä hetkellä oikeastaan aika pienessä roolissa, ja löytyy repertuaarista täällä hetkellä sellaisetkin ryhmät, kuin kunto-taekwondo ja naisten sähly.

Ryhmät eivät tähtää mihinkään kisoihin, vaan tavoitteena on liikunnan ilo. Toivomme vain, että lapset, nuoret ja aikuiset ja nuoret lähtisivät liikkumaan.

**90 vuoteen** mahtuu nousuja ja laskuja. Esimerkiksi sota-aikana seuran toiminta lamaanui, mutta elpyi sodan päätyttyä. Toinen svantovalhe oli 1960-luvun alkupuolella.

Siinä, missä Nakkilassa innostuttiin 1980-luvun alussa aerobicista, on tuorein ilmiö ollut lavatanssia ja jumppaa yhdistelevä, kaikenikäisille miehille ja naisille soveltuva lavis. Hietaojan mukaan uutudet ovatkin usein se, mikä saa ihmiset liikkeelle.

Tänä vuonna uutena ryhmänä aloittanut lavis on tällä hetkellä suosituin ryhmämme, ja siihen on ilmoittautunut yli 60 ihmistä.

Nakkilan liikuntaseuran ohjaaja Jaana Pelkonen on käynyt laviskoulutuksen ja koulutustutuu edelleenkin. Koulutus on Hietaojan mukaan osoittautunut onnistuneeksi satsaukseksi.

Lavis on meille vetonaula, jonka avulla olemme saaneet uusia jäseniä naapurikunnista saakka. Mukaan on lähtenyt naisia ja miehiä, jotka eivät ole koskaan ennen osal-

listuneet millekään tunnille.

Jäseniä seurassa tänä päivänä reilut 300 liikuntaryhmiä pyöri 16.

**90-vuotista** taivaltaan Nakkilan liikuntaseura juhlii tulevana sunnuntaina. Juhlan teemana on vesi, jonka ympärille juhlan näytökset kietoutuvat. Juhlissa esiintyvät lähes kaikki lasten ryhmät, lavis-ryhmä ja voimistelutapahtuma Sun Lahdessa esiintynyt seitsenään naisten ryhmä.

Juhlaan on lähetetty kutsuja, mutta muutkin voivat ilman muuta tulla katsomaan. Ei kaikkia, jotka ovat tunneilla joskus käyneet, pysynyt mitenkään tavoittamaan.

► Nakkilan liikuntaseuran 90-vuotisjuhla Nakkilan liikuntakeskuksessa sunnuntaina 15. toukokuuta kello 15 alkaen. Ilmoittautumiset: jaana.pelkonen@insta.fi.

ren suosion, että  
ryhmiä on kaksi.

NAKKILAN LIKUNTASEURAN ARKISTO



SATU-LOTTA RANNISTO



Nakkilan liikuntaseuran entisiä ja nykyisiä ohjaajia. Edessä: Satu-Lotta Rannisto ja Jaana Pelkonen. Takana: Tiia Laine, Emilia Mäkelä ja Liisa Hietaoja.



# 90v juhla































# LiveLavis 2019

## Kaikille avoin jumppapäivä

Janne Tulkki liikuttaa LiveLavis -väkeä.

SV PIA RAUHALAMMI

### OLETKO SE, Jaana Pelkonen?

Tähän kysymykseen on saanut harjavalta-  
lainen Jaana Pelkonen vasta-  
ta 2000-luvun alusta, jolloin  
se tummakutrinen Jaana tuli  
tyvistä tutuksi koko kansalle.

- Nykyisin kysymys nau-  
rattaa, muttei silloin, kun  
yökäudet puhelin soi häi-  
riöksi saakka, huumorin-  
tajuinen, vaaleahiuksinen  
Jaana puhelee.

Rimputteluja tuli niin pal-  
jon, että numero oli pakko  
laittaa salaiseksi.

**SAMAA RÄVÄKKYYTTÄ** ja  
energisyttä näillä kai-  
moilla kietäyttävä on. Tä-  
mä "meidän Jaanamme"  
on koulutukseltaan sähkö-  
insinööri ja tykännyt ai-  
na tanssimisesta ja liikun-  
nasta. Hän myös ohjaa koti-  
kaupungissaan ja ympäris-  
tössä jumppia ja Lavistun-  
teja, jossa yhdistyvät jump-  
pa ja tanssi.

- Viime keväänä kävimme  
lavisoijaaja **Sari-Anne Aal-  
tolan** kanssa Tanssiohjaa-  
ja-koulutuksessa Vantaal-  
la kolmena viikonloppuna.  
Ensimmäisen viikonlopun  
päättääksii ideomme pa-  
luumatkalla oman LiveLa-  
vis-tapahtuman.

**IDEAA KOKEILTIIN** keväällä  
pienimuotoisesti Harjaval-  
lassa Lavis-jumppapäivä-  
nä. Palaute oli loistava, niin-  
pä Sari-Anne ja Jaana lähti-  
vät kehittämään ideaansa  
eteenpäin. Lavis on lava-  
tanssijumppaa, jota tanssi-  
taan ilman paria.

- Tässä liikuntamuodos-  
sa tulee takuulla hiki ja kun-  
to kohoa. Tansseina ovat  
tutut lavatanssit humpas-  
ta sambaan ja rokista jen-  
kaan. Lavis on niin muka-  
vaa, ettet edes huomaa kun-  
toilevasi.

Ohjaajien opastamat  
tanssiasteleet ja koreogra-  
fiat ovat niin helppoja, että  
kaikki pysyvät mukana.

- Käymme monipuoli-  
sesti läpi eri tanssilajeja, jo-  
ten jokainen löytää tunnilta  
oman tähtihetkensä. Vaikka  
joka tanssin alussa on pie-  
ni opastus, jokainen tanssii  
tyylikseen, Jaana kannustaa.

**JOKAIPAikanhöllyiksi ITSE-  
ÄÄN** kutsuvat Jaana ja Sa-  
ri-Anne saivat kimppaan-  
sa ammattitaitoisen ohjaa-  
jan **Taina Jyräkosken**. Sa-  
takunnan historian ensim-  
mäinen virallinen LiveLa-  
vis-jumppapäivä järjeste-  
tään lauantaina 14.1. kel-  
lo 12-14. Ensimmäiset kak-  
si tuntia musiikista vastaa-

vat **Janne Tulkki** ja **Tu-  
linen sydän**. Janne on Sari-  
Annen serkku, joten se osaltaan  
vaikuttaa miehen intoon poi-  
keta keikkamatkallaan myös  
Harjavallassa.

**LUPPUJA ON** etukäteen myy-  
ty jo jonkin verran, etupääs-  
sä naisille. Myös miehen  
toivotaan innostuvan mu-  
kaan, sillä tämä jumppa so-  
pii erinomaisesti myös heil-  
le.

Pelkkää jumppaa ei toki  
nelituntinen tapahtuma si-  
sällä. Yhteistyökumppane-  
ina on lähialueen yrityksiä ja  
voimisteluseuroja. Luvas-  
sa on esittelypöytiä, mais-  
tiaisja, tuotenäytteitä. Myös  
kahvila on avoinna.

V2:lta on samana päivänä  
iltatanssit. Jumppapäivään  
osallistuville on luvattu ilta-  
liput alle perushinnan.

### LiveLavisen mukaan:

- Vesipullo ja pyyhe.
- Vaihtopuseroita.
- Sisälenkkarit tai  
tanssitosut.
- Avoin, iloinen asenne.
- Lisätiedot [www.nakkilan.nv.sporttilaiti.com](http://www.nakkilan.nv.sporttilaiti.com).



Harjavalta-  
lainen Jaana Pelkonen on ammatiltaan sähköinsinööri ja istuu pääosin päivät työ-  
pöydän ääressä. Vapaa-aikanaan hän on kuin ikiliikkuja. Jaana harrastaa tanssia ja liikuntaa  
monipuolisesti. Hän on mukana ideoitsemassa ja järjestämässä Harjavaltaan LiveLavis-jumppa-  
päivää. Siihen on saatu innostumaan mukkea määrä yhteistyökumppaneita.





















# Kevätjuhla 2017













# 2018











# Ilon myrsky 2018





# Nahkiaismarkkinat 2018





# Uusi halli 2019















# Korona 2020 ja virtuaalitunnit











# Suojaimet käytössä v.2021



# Nakkila race 2021





# Nahkiaismarkkinat 2022



















# Ohjaajat kurssilla Harjavallassa 2024



# Ohjaajat ja johtokunta Salomonkalliolla





# Gymnastadan asut ulkoilutetaan jouluun aikaan



# 2026 juhlavuosi, avajaistapahtuma





# 2026 juhlavuosi, avajaistapahtuma



# 100v haasteet

**100 v**  
**NL**  
NAKKILAN LIIKUNTASEURA  
est. 1926

**100 -HAASTE**

**Nro 1**

Pidä kirjaa tunneistasi!  
Saavutettuasi etapin, ohjaaja  
palkitsee sinut mitaililla.

50 käyntikertaa = 

80 käyntikertaa = 

100 käyntikertaa = 

**100 v**  
**NL**  
NAKKILAN LIIKUNTASEURA  
est. 1926

**100 -HAASTE**

**Nro 2**

Astu ulos  
mukavuusalueeltasi ja käy  
erilaisilla tunneilla!

Vuoden lopussa vähintään  
kahdeksalla erilaisella  
tunnilla käyneiden kesken  
arvotaan Liikuntaseura -  
tuote!

**100 v**  
**NL**  
NAKKILAN LIIKUNTASEURA  
est. 1926

**100 -HAASTE**

**Nro 3**

Kerää  
mahdollisimman  
monia 100v-  
teematapahtumaa!

Vuoden lopussa vähintään  
kahdeksalla erilaisella  
tunnilla käyneiden kesken  
arvotaan Liikuntaseura -  
tuote!



# 100v pyyhkeet, käytössä myös jumpalla



# Juhlavuosi 2026, Kangoojumps





# Juhlavuosi 2026, maratonspinning



# 100 minuutin tunteja





# Äänimaljarentoutus 2026



# Liikuntamaa huhtikuussa





# Retrotunteja keväällä 2026



# Hiipireitti pyöräillen toukokuussa 2026





# Juosten 100 km (yhteensä)

