

Venytä, venytä vielä vähän!

Julia Romanjuk löysi uuden kipinän valmentamisesta. Voimistelun huipulle ei ole oikotietä.

TENHO TIILIKAINEN

VIELÄ viime keväänä Julia Romanjukin mieli oli haikea. Hän oli edellisenä syksynä päättänyt lopettaa menestyksekkään kilpavoimistelijan uransa. Uran pääta-voite, osanotto Lontoon olympiakisoihin rytmisessä voimistelussa, oli kaatunut selkävaivoihin.

Takana olivat ylioppilaskirjotukset Mäkelänrinteen urheilulukiossa, edessä opiskelupaikan löytäminen. Opiskelupaikka löytyi Aalto yliopiston Mikkelin yksiköstä, jossa Romanjuk aloitti syksyllä kansainvälisen liiketalouden opiskelut.

–Mikkelissä ei kuitenkaan ole tavoitteellista rytmisen voimistelun seuraa. Halusin kuitenkin jatkaa lajin parissa valmentajana. Mietin, mitä minä nyt teen, Romanjuk kertoo.

Kauan Romanjukin ei tarvinnut asiaa murehtia.

–Oli maanantaipäivä, kun ilmoitin Mikkeliin, että otan opiskelupaikan vastaan. Heti tämän jälkeen Kikka (Imatran Voimistelijoiden vastuvalmentaja Kikka Sissala-Hallikas) kirjoitti minulle viestin ja kysyi pääsisinkö pitämään heidän voimisteliijoilleen treenipäivää kesällä. Suostuin ilomielin.

IMATRAN Voimistelijat oli viime keväänä hakenut rytmisen voimistelun lajivalmentajaa, Romanjuk oli myös tämän hakemuksen huomannut.

–Olin hakenut paikkaa keväällä, jos en olisi saanut opiskelupaikkaa Mikkeliin. Kikan kanssa asiasta puhuttiin ja hän sanoi, että seura etsii nimenomaan viikonloppuvalmentajaa. Olin heti ajatuksessa mukana.

Romanjuk myöntää, että opiskelu Mikkelissä ja lähes joka viikonloppuna harkkojen vetäminen Imatralla on ajoittain aika rankkaa.

–Toisaalta saan tehdä juuri sitä työtä, jota eniten rakastan. Rankkaahan se on ja vastuullista, mutta nautin siitä.

OMAN rytmisen voimistelun uransa Romanjuk aloitti viisivuotiaana Petroskoissa Venäjällä.



Julia Romanjuk auttaa Alma Leppästä venytyksessä.

–Isäni oli yleisurheiluvalmentaja ja olin usein hänen mukanaan sisähallitreeneissä.

Hallin nurkassa oli telinevoimistelualue, jossa aina viihdyin ja puuhailin. Äitini ajatteli kuitenkin, että teline-

voimistelu on liian vaarallista ja siksi lajiksi tuli rytmisen voimistelu, Romanjuk nauraa.

Suomeen Romanjuk muutti kuuden vuoden ikäisenä ja keili hetken myös muita lajeja. Koti löytyi kuitenkin Voimistelu- ja urheiluseura Elisestä. Elisen valmentajana toimii Larisa Gryadunova, joka toimi koko Romanjukin uran ajan hänen henkilökoh-
taisena valmentajanaan.

–En osaa Larisaa kylliksi kiittää niistä yhteisistä hienoista vuosista.

ROMANJUKIN selkävaivat varjostivat hänen kilpailu-uransa viimeisiä vuosia.

Selkä ei estä normaalia urhei-

lemista eikä valmentamista, mutta huipputasoon saavuttamisen se estää.

–Olihan se aika rankka asia henkisesti, kun joutui luopumaan olympiahaaveesta. Harmitti silloin, mutta nyt olen jo päässyt asian yli.

Valmentamiseen Romanjuk tustui jo aktiiviuransa aikana Rekolan Raikkaassa ja Voimisteluliiton leireillä. Imatran Voimistelijoiden kanssa työskentelyä Romanjuk kuvaa hyvin antoisaksi.

–Seurassa on todella lahjakkaita tyttöjä, hyvä ilmapiiri ja todellinen halu kehittää seuraa koko-

naisvaltaisesti.

Huipulle ei kuitenkaan pääse hetkessä, vaan vuosien työn jälkeen.

–Harjoittelin jopa 24 tuntia viikossa. Voimistelusta tulee elämäntapa, ja se vaatii myös muulta perheeltä vahvaa sitoutumista. Helpolla ei tässä lajissa huipulle pääse. Olin itse asiassa ainoa seurani omasta ikäryhmästä, joka pääsi Suomen huipulle.

KATO käy tytöissä yleensä yläasteelle siirtymisen aikoihin.

–Moni jatkaa onneksi ainakin lukioikänsä saakka tai siirtyy jouk-

Julia Romanjuk

• 20-vuotias.

• Syntynyt Petroskoissa Venäjällä, muuttanut Suomeen 6-vuotiaana äitinsä kanssa.

• Aloitti rytmisen voimistelun viisivuotiaana.

• Voittanut useita Suomen mestaruuksia ja edustanut Suomea rytmisen voimistelun arvokisoissa.

• Suomessa Romanjukia valmensi Voimistelu- ja urheiluseura Elisessä Larisa Gryadunova.

• Opiskelee Aalto yliopiston Mikkelin yksikössä kansainvälistä liiketaloutta.

Imatralta on
Mikkeliin 139 kilometriä,
ajokaik nopeudella
80 km/tunnissa on tunti ja
kolme varttia.