



*Jokela-talon salissa soi iloinen jytä torstaiamuaisin - ei nuorisolle, vaan eläkeläisille, joilla on jumppatun-
ti.*

Jytäjumppa puree eläkeläisnaisiin

Naisille kimpajumppa on luontaisempaa kuin miehille, läpi elämän. Siltä ainakin näyttää, kun katselee vaikka Jokela-talolla viikottaista eläkeläisten liikuntaryhmää. On parikymmentä ihmistä, joista yksi, kaksi miestä.

Tuusulan kunta on jo vuodesta 1986 järjestänyt erityisliikuntaa, joka merkitsee lähinnä eläkeläisjumppaa. On myös veteraanivoimistelua ja vesijumppaa, joihin miehetkin osallistuvat paremmin kuin tavanomaiseen jytäjumppaan.

Erityisliikunnanohjaaja **Marja Rytönen** ohjaa Tuusu-

lassa neljää eläkeläispiiriä ja joka paikassa naiset kansoittavat salit.

— Voi olla, että miehet ovat tottuneet liikkumaan yksin, käymään lenkillä, hiihtämässä jne, Marja Rytönen arvelee.

Jokela-talolle ryhmä koontuu torstaiamuaisin 45 minuutiksi. Ensin venytellään ja vedetään ikäihmisille tarkoitettu voimisteluohjelma; lopuksi tanssitaan senioritansseja.

— Suurin osa jumppaajista on vakiokävijöitä; uudet tulokkaat ovat juuri eläkkeelle siirtyneitä, Marja Rytönen

kertoo.

Jokelan lisäksi jumppaan tullaan mm. Kaukasista ja Takojalta.

Sylvi Häyrinen kulkee Takojalta: on kulkenut siitä asti, kun jumppaa on järjestetty.

— Tämä on mielenvirkistystä ja kunnan hoitoa, Sylvi Häyrinen selittää osallistumisestaan. Hän pitää myös tanssimisestä ja mainostaa erikseen tanhuryhmää, jolla on oma koontumisaikansa.

— Miehet eivät hoida kuntoa, on Sylvin mielipide siitä, miksi miehiä ei jumpassa näy.