

Kylmääki

2/2018 Marraskuu ✱ Turun Avantouimarit ry:n jäsenlehti



TURUN AVANTOUIMARIT

Kannen kuva: Jarno Virtanen, valokuvakilpailun voittaja

Tässä lehdessä mm.

- ✱ Kioskin monitoiminaiset
- ✱ Kiukaasta ja kiukaantekijästä
- ✱ Valokuvauskilpailun saldo
- ✱ Bengtskärin reissun kuulumisia
- ✱ Terveiset Helsingin Meriuimareilta
- ✱ Tietokilpailun vastaukset



Kaijan kynästä 2/2018

Takana on kuuma kesä ja värikäs ja lämmin syksy. Talvikausi saunalla on alkanut, ja onnistunut ilmastointilaiteremontti parantaa oloitamme saunoessa. Uimavesi viilenee hitaasti mutta varmasti, uimatossuja ja -käsineitä sekä pipoja kaivetaan esille suojaamaan kylmältä.

Turun Avantouimareita on seurattu Jyväskyläsäkin. Sieltä **Sakari Luoma** viestitti seuraavasti: "Terveiset Jyväskylän Keljonkankaalta. Hain infoa avanto-uinnista ja löysin nettisivunne. Oikein hyvät/informatiiviset sivut teillä. - Olen itsekin aloitellut harrastusta uudelleen noin 10 vuoden tauon jälkeen. Mukavalta tuntuu! Syyskuun alusta saakka olen käynyt päivittäin aamu-uinnilla, jotta keho tottuu kylmään veteen vähitellen. Ensimmäiset pakkaskelit koettiin täällä syyskuun lopussa, jolloin Sääksjärven vesi oli vielä noin +10-asteista, koska kesä oli lämmin. Kysymys: Mistä johtuu, että +10-asteinen järvivesi tuntuu silti kylmemmältä iholla kuin -2-asteinen pakkasilma? Eli onko kyseessä ns. psykologinen reaktio vai onko tuntemukselle olemassa fysiologinen selitys? Vaikka en yhdistyksenne jäsen olekaan, olisi mukava saada asiaan lisävalaistusta."

Kylmyyden kokemista eriasteisissa vesissä olen itsekin joskus pohtinut, mutta pyysin asiantuntevaa vastausta omalta "saunatohtoriltamme" **Kaj Haapasalolta**. Hän kertoi, että kun vesi on selvästi ilmaa kylmempi, on veteen meno ja uiminen aluksi paljon kylmemmän tuntuista kuin kylmemmällä ilmalla. Vastaavasti pakkasella vesi on ilmaa lämpöisempää, jolloin se ei aluksi tunnukaan kylmältä. Pidempään uimessa ilmalla ei ole vaikutusta tuntemukseen.

Tässä lehdessä palataan muistelemaan mennyttä kuvin ja tekstein. Sirkka Leirille toivotetaan hyviä eläkepäiviä ja uusi kioskvastaava Annu Elo tervetulleeksi taloon. Edessä on monia tapahtumia ja toimintoja, joissa myös talkoolaisia tarvitaan. Kuutamouinti järjestetään pe 24.11. ja seuran syyskokous pidetään ke 21.11., jolloin voi vaikuttaa mm. hallituksen kokoonpanoon.

Muistutan vielä, että ensi vuoden jäsenmaksulomake löytyy lehden takakannesta. Eräpäivä on 2.1.2019.

Juttuja ja postia lehteen voi lähettää osoitteeseen tiedotus@turunavantouimarit.fi ja kaijasip@gmail.com

Virkistävää talviuintikautta kaikille!

Kaija Sipilä 

Kylmääki

2/2018 Marraskuu * Turun Avantouimarit ry:n jäsenlehti

Päätoimittaja: Kaija Sipilä 040 846 6305,

Taitto: Anu Vallin

Kuvat: Kaija Sipilä, Juhani Hakanen, Risto Härmävaara, Riitta Lampela, Marianne Hopiavuori, Anu Vallin

Painopaikka: Painola

ISSN 1797-0555 (painettu), ISSN 1797-0563 (verkkojulkaisu)



Puheenjohtajan näkökulmasta

Toivotan kaikille uimareille hyvää tulevaa talviuintikautta.

Vuosi on ollut kiireinen. Alkuvuosi meni selvittelen veden laatuongelmia, ja kun tästä selvittiin uintikieltojen saattamana, taloudellinen tappio vuoteen 2017 verrattuna oli reilut 30 000 €. Vahingon aiheuttaneelle taloyhtiölle on tehty kirjallinen korvauspyyntö. Toteennäyttäminen ei ole yksiselitteistä.



Alkukesä oli todella lämmin ja sateeton; toukokuusta alkaen rannalla oli paljon uimareita ja kioskimyynti kävi hyvin. Toisaalta sopimus Turun kaupungin kanssa velvoitti meitä pitämään kioskia auki seitsemänä päivänä viikossa klo 13.00 – 20.00, joten kulut kasvoivat.

Sirkka Leiron päätös siirtyä eläkkeelle ja sitä ennen lomalle kävi toteen kesän alussa, ja uusia ihmisiä oli pakko palkata kesäksi. Alkoi myös kova hakeminen, että löytäisimme Sirkkan tilalle uuden pätevän ja motivoituneen jatkajan. Loppukesästä käytiin lävitse toistakymmentä hakijaa, joista haastateltiin neljää hakijaa. Hakijoista soveltuvimmalta vaikutti Annu Elo. Hän aloitti elokuussa työt ja on vielä koeajalla.

Kevättalvesta liikuntatoimisto otti meihin yhteyttä ja pyysi yhteiseen palaveriin, jossa aiheena oli rakentaa uusi laiturin vanhan tilalle. Palaverissa käytiin läpi laiturisuunnitelmaa sekä rannan hiekoituksen talvikunnostusta. Palaverissa meille esitettiin, että uuden laiturin suunnitelma olisi valmis toukokuun aikana ja kilpailutus urakoitsijasta alkaisi välittömästi. Laiturin asennus olisi syyskuussa. Itse ilmoitin jo silloin aikataulun olevan kireä. Käsittelimme asiaa hallituksessa ja päätimme ajoittaa naisten pukuhuoneen remontin sekä ilmastointikoneiden uusimisen samaan aikaan. Kun kesäkuu oli jo menossa, näytti selvältä, että laiturin aikataulu ei pidä. Samoihin aikoihin valitsimme ilmastointikoneiden asennuksen pääurakoitsijan ja tässä vaiheessa ilmastoinnin asennusaikataulu oli elokuu.

Kesäkuun hallituksen kokouksessa kävi selväksi, ettei meillä ole voimavaroja toteuttaa yhtä aikaa kolmea isoa korjaushanhetta ja päätimme taas kerran siirtää naisten pukuhuoneen remontin vuodelle. Heinäkuussa oli jo selvää, että laiturin asennus toteutuessaan siirtyy ensi kevääseen. Ilmastointikoneen toimitusaika piteni luvatussa neljällä viikolla, joten asennus siirtyi lokakuulle. Nyt koneet asennettu ja lopputestaukset ovat loppusuoralla.

Saunarakennus on toistakymmentä vuotta vanha, ja osa teknisten laitteiden kunnossapidosta on ollut riittämätöntä. Kunnossapitoa on kyllä tehty talkoovoimin, mutta kokonaisvastuu huolloista ja korjauksista on ollut epäselvä. Ismo Selin on ottanut kokonaisvastuun rakennuksen kunnosta. Pyrimme saamaan ohjeistettua dokumentoidusti kaikki huoltoa vaativat kohteet. Olemme myös päättäneet, että kaikki tulevat isommat korjaukset ulkoistetaan, kuten ensi vuoden naisten pukuhuoneen korjaus.

Kiitokset kaikille talkoolaisille, jotka olette olleet innolla mukana yleistalkoissa ja suurkiitos Siljan vetämälle siistijäporukalle, joka on huolehtinut pukuhuoneiden, saunan ja kerhotilan puhtaudesta.

Hyvää vuoden jatkoa kaikille!

Esa



*Haluan kiittää kaik-
kia uimareita, jotka
muistitte minua
eläköityessäni.
Erityisesti haluan
kiittää Teitä,
jotka järjestitte
minulle ikimuis-
toisen illan.*

Sirkka

*P.S. Tilkut,
uimaan
ja sitten lukemaan!*

Kuva: Sirkka Leiro



Ismo Selin tarkkana uuden ilmastointilaitteen äärellä.
Kuva: Kaija Sipilä



Bengtskärin majakka auringonpaisteessa.
Kuva: Juhani Hakanen



Lauri Karjalainen maalaa ilmastointihuoneen kattoa.
Kuva: Juhani Hakanen



Talkooaamuna 24.9.2018 Pitkäsalmi oli peilityyni.

Kuva: Juhani Hakanen

Tässä numerossa

Kaijan kynästä 2/2018	2
Puheenjohtajan näkökulmasta.....	3
Sirkka - monitoiminainen	6
Annu Elo, uusi kioskivastaava	7
Kiukaasta ja kiukaantekijästä	8
Minä tein sen	9
Jäätävän rentouttavaa - valokuvauskilpailu.....	10
Aavan meren keskeltä kohosi majakka	12
Tietopaketti Bengtskärin majakasta.....	13
Rytmiästä djembeilyä rannalla	14
Terveiset Meriuimareilta	15
Avantouintireviirin laajennusta Uittamolla.....	16
Riston keittiöstä	17
Ajatuksia lähestyvistä talviuinnin SM-kisoista	18
Merkinsaaajat	19

Sirkka - monitoimimainen

Ispoisten uimareille Sirkka Leiro on tullut monien vuosien ajan tutuksi kioskin luukun takaa. Me tunnemme hänet, mutta hänpä tuntee kaikki vakituiset saunallakävijät. Elokuun alusta lähtien tilanne on muuttunut hänen eläkkeelle pääsemisensä myötä. Seuraavan keskustelun kävin Sirkkan kanssa hänen kesäparatiisissaan, omenantuoksuissa Peltolassa.

Milloin aloitit työt Turun Avantouimarien palveluksessa?

- Vapunaattona 2011 olin ensimmäisen kerran yksin kioskillä. Aikaisemmin olin ollut apuna laskiaisriehoissa ym. tapahtumissa. Jonkin verran tuona kesänä vastasin jo ostoista ja toimin kioskillä. Kesän jälkeen hommat alkoivat täysipainoisesti.

Mitä kaikkea työhösi kuului?

- Kioskimyynti, ostot tukusta, varausten vastaanottaminen ja niiden laskutus, kylmäuinitavaimien koodaus ja pukuhuoneiden siivous saunapäivien jälkeen. Valvonnat ja valvojien hankkiminen piti myös hoitaa. Lisäksi tiedotusta Turun Sanomiin, nettisivujen kalenterin ylläpitoa ym.
- Niin, ja mielelläni olin ideoimassa eri tapahtumia ja järjestämässä niihin tarjoiluja. Viimekeväisen talviturkin heittäjälle hommasin turkin, joka odottaa alakerrassa seuraavaa kevättä.

Mikä on ollut parasta, mikä rankkaa ja mikä erikoista työssäsi?

- Parasta: mukavat uimarit, joiden joukossa on erilaisia persoonallisuuksia.
- Rankkaa: varausten valvominen puoleenyöhön ja pimeään aikaan rannasta pois lähteminen.
- Erikoista: saunalle unohtuneiden vaatteiden pesu, irronneiden nappien ompeleminen ja jopa parin saunojan varpaankynsien leikkaaminen!
- Erikoista: monen irronneen napin olen ommellut uimarin ollessa saunassa ja jopa parin sanojan varpaankynnet olen leikannut! Myös jotkut vanhemmat ovat jättäneet lapsiaan minulle vahdittavaksi. Nuorin on ollut alle kolmen kuukauden, kun hänet jätettiin ensimmäisen kerran kioskin lattialle kantokassissa.

Mitä ikimuistoisia tapahtumia on sattunut?

- Yksi parhaista reissuista on ollut Örössä käynti. Oli lämmintä, kaunista ja peilityntä. Myös käynti Storfinnhovan savusaunassa Kemi-

össä oli kokemisen arvoinen. Aiemmin tehtiin koko päivän teatterimatkoja naapurikaupunkeihin. Matkalla syötiin hyvin ja perillä nautittiin kulttuurista. Emma-teatterin Fingerpori viime vuonna oli myös hauska, vaikka satoikin kaatamalla.

Miten nyt saat aikasi kulumaan?

- Tilkkutyöt jatkuvat ja viimeinkin pääsen osallistumaan kahden päivän kursseihin. On ollut aikaa olla enemmän mökillä eivätkä työasiat paina mieltä. Ehdin tänä syksynä panna rauhassa Peltolan mökin talvikuntoon.
- Olen käynyt jo Ispoissa uimassakin!

Leppoisia eläkevuosia kaikkien avantouimarien puolesta!

Haastattelu: Kaija Sipilä



Sirkka kesäparatiisissaan.

Kuva: Kaija Sipilä

Annu Elo, uusi kioskivastaava

Hei!

Olen Annu, iloinen ja energinen kahden teinin ja kahden aikuisen tyttären äiti. Perheeseen kuuluvat myös aviomies sekä pieni ja vanha koira.

Tulla tupsahdin tänne Turun Urheiluliitosta, jossa toimin kuusi vuotta harrasteliikunnan parissa, ensin olin harrasteliikunnan kehittäjänä ja lopuksi päällikönä. Koska olen luonteeltani sosiaalinen ja puhelias, en toimistotyössä saanut olla oma itseni, ja siksi tämä kioskivastaavan työ on unelmieni täyttymys.

Löysin tämän TAU:n työpaikan onnen kaupalla ja olen viihtynyt työssäni erinomaisesti. Olen tavannut kioskill aivan ihania uusia ihmisiä; päivääkään en vaihtaisi pois. Sauna, ranta ja mahtava merimaisema ovat vie-neet sydämeni.

Ylioppilastutkinnon jälkeen olen työni ohella opiskellut paljon, ja opintoja onkin kertynyt aika lailla. Minulla on hotelli-, ravintola- ja suurtalousalan perustutkinto, sporttimerkonomi ja liikunnan ammattitutkinto seuratoiminnan osaamisalalta sekä markkinointiassistentin tutkinto. Tässä Avantouimarien työssä voin käyttää kaikkea osaamistani.

Vapaa-aikanani ohjaan Turun Naisvoimistelijoissa 3–4-vuotiaita miniäijiä sekä 5–6-vuotiaita pikkuäijiä. Olen myös Kaksikerran nuorisoseuran hallituksessa sekä aktiivisesti mukana Kaksikerran nuorisoseuran kesäteatterin toiminnassa. Toimin myös Suomen Voimisteluliiton harrasteliikunnan asiantuntijaryhmän puheenjohtajana.

Harrastan kukkien hoitamista. Etenkin orkideoita on kertynyt jo melkoinen määrä. Kukkia ja kukkaruukkuja tuleekin koko ajan lisää hoidettavaksi. ;)

Osallistun mieheni kanssa aktiivisesti vapaaehtoistyöhön erilaisissa tapahtumissa. Viime kesänä olimme mukana Turku Challenge Triathlonissa, Paavo Nurmi Marathonilla sekä FightBack Runilla. Talkootöistä saa iloisen mielen itselle, järjestäjälle sekä osallistujille. Tällä hetkellä teen vapaaehtoistöitä talviuinnin SM-kilpailujen parissa hoitamalla osaksi verkkoakauppaa sekä markkinointia.

**Aurinkoisin terveisin
Annu Elo**



Iloinen ja reipas Annu Elo työn äärellä. Kuvat: Anu Vallin



Kiukaasta ja kiukaantekijästä

Saunan sydän on hyvät löylyt varmistava kiuas. TAU:n saunassa niitä on kaksin kappalein. Esittelyssä kiukaantekijän mietteitä.

Esittele itsesi. Kuinka kauan olet ollut seuran jäsen?

- Rauno Kuoppala, toimitusjohtaja Konepaja Trameta Oy:ssä. Olen ollut yli 10 vuotta seuran jäsenenä.

Mikä on Ispoisten avantosaunan tekninen vastuualueesi ja miten tulit mukaan?

- Lähinnä kiukaiden vuosihuollon aikainen tar kastus ja siihen liittyvä ohjeistus. Mukaan ajau duin, kun sanoin Arto Auraselle, että osattaisiin tuommoinen kiuas meidän pajallakin tehdä.

Mitä materiaalia kiukaissa on käytetty?

- Tulenkestävää terästä.

Mikä vaikutus kiukaiden upottamisella lattiata solle on?

- Kiukaiden upottamisella saadaan lämpö saunassa jakaantumaan tasaisemmin.

Kuinka usein kiukaita huolletaan ja vaihdetaan?

- Niitä huolletaan 1-2 kertaa vuodessa. Kiukaat kestävät useita vuosia ja huoltokorjauksia tehdään tarpeen mukaan.

Kuinka työlästä ja aikaa vievää huolto on?

- Jo vuosia toiminut sama huoltoporukka hoitaa homman jo rutiinilla. Taitaa siinä puolen päivän homma olla.

Eniten ulkopuolisia kiinnostavat saunamme löylynäpät. Ovatko nämä ainutlaatuisia vai onko muissakin talviuintisaunoissa vastaavia?

- Joo, kätevä ratkaisu nuo löylynäpät, en ole kuullut että moisia muualla olisi.

Oletko tyytyväinen saunaamme?

- Kyllä hyvät löylyt lähtee, ovathan kiukaat oman pajan tekemiä.

Mikä on parasta avantouinnissa?

- Pienet kolotukset jäävät avantoon.

Haastattelu: Kaija Sipilä



Rauno Kuoppala uimareissulla.

Kuva: Kaija Sipilä

Minä tein sen

Kesällä 2010 sain hullun idean käydä saunomassa joka päivä. Projekti lähtikin hyvin käyntiin Ispoisten rannan ja kotisaunan avulla. Harmillinen katko tuli kuitenkin jo saman vuoden marraskuussa, jolloin menin kummipoikani häihin Australian Adelaideen. No eihän siellä ollut mistään saunasta tietokaan, joten putki meni poikki jo muutaman kuukauden jatkuttuaan.

Selvästi parempi tulos oli seuraava, marraskuun lopulla 2010 alkanut yritys, joka jatkui aina kevääseen 2013. Kuinka ollakaan, menin poikani kanssa Madeiralalle enkä millään yhyttänyt sieltä saunaa, vaikka niitä kerrotaan siellä lymyilevän. Karvain mielin päätin silloisen saunaputkeni lukemiin 868 päivää.

No mikäs siinä, uutta vain aloittamaan. Kesä 2013 menikin hyvin, kunnes taas oli edessä matka. Nyt Barcelonaan, ja taas katkesi putki. Sen jälkeen jälleen sisuunnuin, minkä huomasi Hevonojan Ristokin, joka kirjoitti aiheesta meidän kaikkien lempilukemistoomme eli Kylmääki-lehteen. Sepä pantiin merkille myös Turun Sanomissa, jossa saunomisestani julkaistiin artikkeli tammikuussa 2014 otsikolla ”Turkulaislääkäri tavoittelee tuhatta saunapäivää”. Ei siis ollut varaa epäonnistua, mutta niin silti kävi. Tyttäreni meni nimittäin naimisiin Senegalin Dakarissa, eikä siellä ollut kukaan kuullutkaan saunasta. Ihmekös tuo, koska ilma oli siellä koko ajan kuin saunassa. Nyt putki katkesi 753 päivän jälkeen.

Sisua minulta ei kuitenkaan puutu, joten uusi yritys alkoi 15.10.2015. Nyt tavoite onnistui, joskin suurta vaivaa ja kekseliäisyyttäkin tarvittiin. Onneksi on saunat Ispoissa ja vanhemmilla sekä tyttären omakotitalossa. Omaan pieneen kylpyhuoneeseenikin väkersin 750 watin tehoisen minikiukaan, josta sain muutaman minuutin löylyt kerrallaan. Viime vuoden aikana hankkimani mökin sauna lämpeni myös useasti.

*Järvelän vanha sauna lämpiää.
Kuva: Anu Vallin*

Kaikki tuntui menevän hyvin, mutta ongelma alkoi näkyä tummana pilvenä loppuvuodesta 2017, jolloin 800 saunapäivän rajapyykki alkoi häämöttää. Lupasin nimittäin käydä Kioton yliopistossa tutkijana olevan poikani luona viime vuoden jouluna. No onneksi pojasta on polvi parantunut, ja hän löysi Kiotosta useita paikallisia kylpylöitä, joissa oli myös sauna. Olin Japanissa kahdeksan päivää ja kävin seitsemässä eri kylpylässä ja tosiaan saunoin jokaisessa. Löylynheitto oli tosin kielletty, mutta katonrajaan hinattu lämpömittari näytti kuitenkin 120 astetta, joten kyllä siellä hikoilla sai.

Joulun jälkeen olikin helppo jatkaa tavanomaista saunottelua Suomessa. Maijan ja muiden saunaka-

vereiden villisti kannustaessa koitti viimein päivä 10.7., mikä tarkoitti tavoitteena olleen 1000 saunapäivän täyttymistä. Se tapahtui mökilläni Salossa. Kylläpä silloin kelpasi saunoa ja uida Suomen suven heliessä muutenkin.

Ja saunominen se vaan jatkuu, eli tätä kirjoittaessani on koossa 1087 peräkkäistä saunapäivää ja 154 päivää uintia meressä tai järvessä. Nyt tosin ei ole enää paineita tuhatpäivän rajapyykin ohituttua. Mutta antaa mennä, kun saunottaa ja mikäpä olisi saunoessa, kun on hyviä kavereita lauteilla ja Uittamollakin ilmastointi uusittuna.

*Terveisin Kaj Haapasalo,
lääkintä(sauna)majuri*



Jäätävän rentouttavaa - valokuvauskilpailu

Turun Avantouimarit päätti järjestää valokuvakilpailun taannoisen puheenjohtajan Risto Matilaisen ideoimana. Tällaista ei ollut seurassa ennen järjestetty, joten kisan organisointi ja sääntöjen laatiminen tuottivat pikkuisen päänvaivaa. Raamit saatiin kuitenkin kasaan ja kilpailu julkistettiin.

Kilpailuaika oli 1.12.2017 – 31.3.2018. Kilpailussa oli kaksi sarjaa: aikuisten sarja sekä nuoret alle 16- vuotiaat. Kukin kilpailija sai osallistua kisaan kolmella kuvalla. Kuvia kertyi kaikkiaan 27.

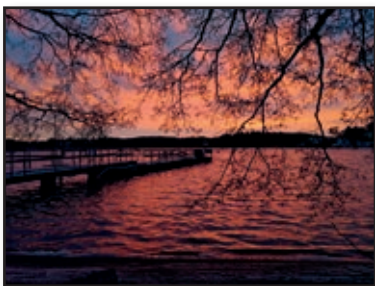
Osallistujia oli 12, joista nuorten sarjassa kilpaili yksi 2005 syntynyt nuori. Kilpailun voittaneen "Jäätävän rentouttavaa" -otoksen kuvaaja oli Jarno Virtanen, nuorten sarjan "Aurinko tippui mereen" -kuvan Lauri Röntynen. Kilpailun pääpalkintona oli 200 €:n lahjakortti Raja- laan.

Kuvat olivat hyviä, ja monet kuvaajat todella lahjakkaita. Kilpailun kriteerit rajasivat joitain muuten tosi hyviä kuvia pois. Raatiin valikoituivat TAU:n jäsenet Anu Vallin, Tanja-Maria Laakso, Jaana Tulo-

nen, Raimo Heimoranta ja Martti Valtonen. Heistä ainakin kolmella on joko ammatillista tai harrastuksellista taustaa valokuvauksessa. Tehtävä ei ollut ollenkaan helppo; enemmistön mielipide voitti. Jos samantapainen kisa vielä joskus järjestetään, kannattaa miettiä paremmin, miten äänestyksellä saataisiin vaikuttavuutta valintoihin.

Lämmin kiitos kaikille kilpailuun osallistuneille!

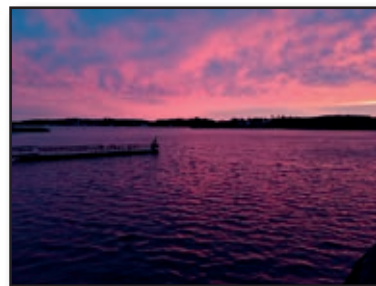
Anu Vallin



Nuorten sarja
Lauri Röntynen, "Aurinko tippui mereen"



Nuorten sarja, sarjan voittaja
Lauri Röntynen, "Kohta vedessä"



Nuorten sarja
Lauri Röntynen, "Auringon laskiessa"



Max Santalahti, WP_20180331_19_21_30_Pro



Eiju Nurmi, "Kevättä rinnassa"



Eiju Nurmi, "Talven taika"



Aikuisten sarjan 2. sija
Eiju Nurmi, "Kylmää lämpöä"



Hannu Kallionpää, "Raikastumassa"



Hannu Kallionpää, "kaverit odottavat"



Indo Steklov, "Nuori avantouimari Kristina"



Indo Steklov, "Kristina"



Indo Steklov,
"Kristina nauttimassa Suomen talvesta"



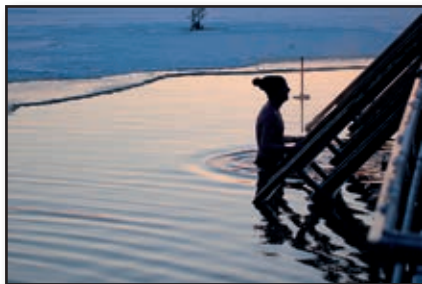
Kilpailun voittaja
Jarno Virtanen, "Jäätävän rentouttavaa"



Aikuisten sarjan 3. sija
Jarmo Linkosaari, "Rappusten lämmittäjät"



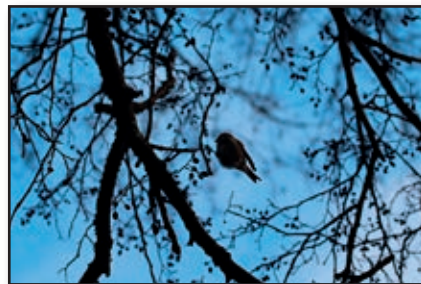
Pia Röntynen, "Sädehtivän kaunis"



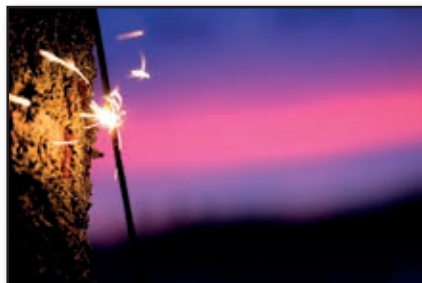
Pia Röntynen, "Kylmän herkistämä"



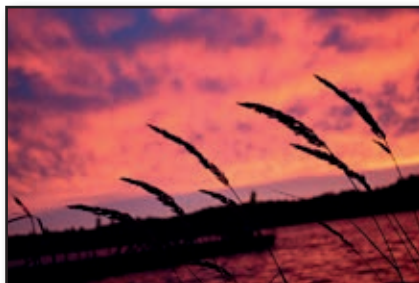
Pia Röntynen, "Elämän kultaa"



Leevi Röntynen, "Lintu talvisellarrannalla"



Leevi Röntynen, "Iltainen kipinä"



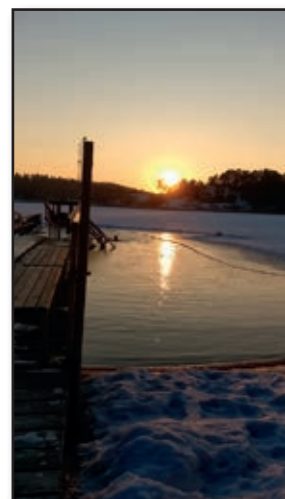
Leevi Röntynen, "Kylmä tuulahdus"



Stefan Lågländ, "Stairs to the ecstasy"



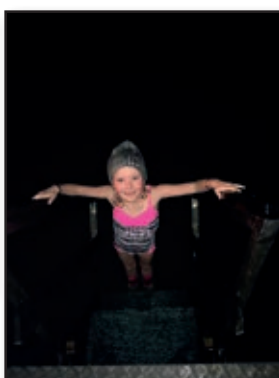
Stefan Lågländ, "Auringonlaskun taikaa"



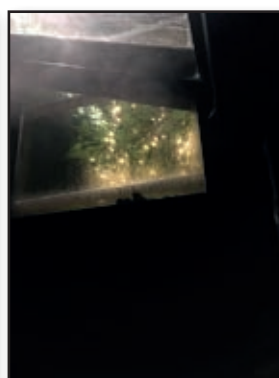
Marjut Martiskainen,
"Rentokylpylä"



Stefan Lågländ, "Iltauinnin tunnelmaa"



Maarit ja Oosa Mäkipää,
"Tää on kivaa"



Maarit ja Oosa Mäkipää,
"Joulusaunan tunnelmaa"



Maarit ja Oosa Mäkipää,
"Varjot laiturilla"

Kilpailun kuvat löytyvät TAU:n kotisivuilta osoitteesta:
<http://www.turunavantouimarit.fi/yhdistys/kuvia/valokuvakilpailun-kuvat/>

AAVAN MEREN KESKELTÄ KOHOSI MAJAKKA



Bengtskärin majakka kohoaa uljaana meren pinnasta.

Kuva: Juhani Hakanen

Avantouimareiden syksyn retken kohteeksi valittiin merkittäväksi rakennetuksi kulttuuriympäristöksi valittu Bengtskärin majakka. Kasnäsiestä Minandraaluksella matka kesti vain tunnin verran. Bengtskäriässä käy vuosittain 13 000–15 000 matkailijaa. Rakennus herättää kunnioitusta mereltä lähestyttäessä; niin uljas ja korkea se on. Maihinnousu sujui tyynellä säällä hyvin. Aina ei käy yhtä hyvin, vaan jotkut saarelle pyrkivät joudutaan käännättämään takaisin.

Emme olleet ainoita turisteja paikalla, ja rantauttuamme pääsimme pian muiden mukaan kuulemaan oppaan tarinaa majakan ja saaren historiasta.

Varoitus kiipeämisestä omalla vastuulla ylös majakkaan ei meitä haitannut. Nousu kierreportaita torniin ei tuottanut vaikeuksia, ja huipulta näköalat aavalle merelle olivat huikeat. Mari Myllylän mukaan lonkkavainainenkin pääsi helposti 240 rappusta ylös hienoja näköaloja ihailemaan. Alas tuleminen tuntui helpommalta kuin ylös nouseminen, joten ilmeisesti askelmien korkeus oli optimaalinen.

Ennen lounasta tutustuimme myös majakkamuseoon ja Bengtskärin taistelusta kertovaan näyttelyyn sekä kappeliin. Majakanvartijan asunkin lukuisine sänkyineen (ilmeisesti lapsia oli useita) kiinnosti.

Kalakeiton ja munkkikahvien jälkeen saimme kävellä luodon sileillä kallioilla ja tutkia kallioon kaiverrettuja vuonna 1941 saarta puolustaneiden sotilaiden nimiä. Sää

oli mitä mainioin – me nautimme aurinkoisesta säästä, Turussa taas oli satanut reippaasti.

Uimareita kun ollaan, muutama pulahti kirkkaaseen ja raikkaaseen mereen vilvoittelemaan.

-Koko retki oli mahtava, ilma suosi. Uinti oli parasta. Vaikka ei ollut uikkareita mukana, hyppäsimme naisissa mereen. Kuivattelimme lämpimällä rannalla itseämme ennen pukeutumista, Anna Halonen iloitsi.

Myös Pirjo Tuominen piti retkeä mukavana. - Ei tullut edes merisairautta, vaikka tabletit unohtuivat kotiin. Uintia eivät estäneet tukisukatkaan. Ne kiskottiin ensin pois jalasta ja yhteistuumin takaisin uinnin jälkeen.

Paluumatkalla näimme jo mennessä havaitun merikotkan sekä useita joutsenia. Matka Launokorven bussilla Kasnäsiestä kotiin sujui rattoisasti.

Matkailu avartaa. Vinkatkaapa tulevien retkien kohteita.

Kaija Sipilä



Majakan kierreportaiden harmoniaa.

Kuva: Kaija Sipilä



Merikotkan uljasta lentoa.

Kuva: Juhani Hakanen

Tietopaketti Bengtskärin majakasta

- Rakennettu 1906
- Materiaalina graniitti ja tiili
- Suunnitellut Florentin Granholm
- Pohjoismaiden korkein majakka, 52 m merenpinnasta
- Jatkosodassa 1941 NL yritti tuhota majakan, mutta miestappioista huolimatta taistelu päättyi suomalaisten voittoon
- Automatisoitiin 1960-luvun lopulla
- Turun yliopisto vuokrasi ja kunnosti rapistumassa olevan rakennuksen; nykyään sen omistaa Turun yliopistosäätiö
- Nykyään suosittu matkailukohde



Koko TAU:n joukko potretissa majakan edustalla.

Kuva: Juhani Hakanen

Rytmikästä djembeilyä rannalla

Pikkuvenetsialaisissa saunomisen, uinnin ja makkaransyönnin tahdittajana oli rytmikästä rumpumusiikkia. Soittajina olivat aviopari projektipäällikkö Maria Haapasalo ja AKK-opiskelija Maguette "Max" Ndiaye.

Senegalista lähtöisin oleva Max kertoi musiikin olevan djembeä, traditionaalista länsiafrikkalaista musiikkia. Rumpuja soitetaan tavanomaisesti päältä ja bassorumpuja myös sivulta. Rumpukalvoina on käytetty lehmän tai vuohen nahkaa. Soittaminen on Maxilla "synnynnäistä": hän on aina soittanut kavereiden kanssa. Dakarissa hän on soittanut myös sambamusiikkia Länsi-Afrikan ainoassa sambaorkesterissa. Max oli siellä puheenjohtajana sambaryhmä Sambaobabissa, jossa myös Maria soitti. Periytyneekö Marian musikaalisuus isältä Kaj Haapasalolta, joka on myös soittanut rumpuja?

Maria ja Max tapasivat toisensa Senegalissa, jossa Maria oli gradun aineistoa hakemassa, ja loppu onkin jo historiaa... Yhdessä Maria ja Max ovat soit-

taneet noin kolme vuotta, mm. häissä ja sukujuhlissa. Vuonna 2002 heidän esiintymiseensä kulttuurikeskuksessa kuului soiton lisäksi laulua ja tanssia. Max aloitti silloin vakavammin soittamisen eikä Maria ollut vielä mukana. Hääjuhlissa esiintymiseen kuului myös tanssia, ja djembemusiikkiin kuuluukin olenaisena osana tanssi.

-Toiveeni olisi soittaa joskus isommassa porukassa, ja voisin myös opettaa lapsille rumpujensoittoa, kertoi Max.

Kylmäuintikokemusta Ispoisten saunalla heillä on toukokuusta 2016 lähtien. Ensimmäinen talvi Suomessa oli Maxin mielestä kylmä, mutta avantoon pulahtamisen jälkeen saunan lämpö tuntui hyvältä. Kilpailukokemusta hänellä on Kokkilan kisoista vuodelta 2017.

Ehkä saamme kuulla djembemusiikkia myöhemminkin saunalla, samoissa merkeissä.

Kaija Sipilä



Rytmimuusikot vauhdissa.

Kuva: Kaija Sipilä

Terveiset Meriuimareilta

Kauniina syyslauantaina bussilastillinen meriuimareita Marjaniemestä Itä-Helsingistä kävi vierailulla ihanalla Ispoisten rannalla. Mika-Pekka Näykki kertoi yhdistyksenne toiminnasta ja uimapaikasta. Sauna, uinti ja pullakahvit maistuivat!

Marjaniemi on sata vuotta sitten perustettu huvila-alue meren rannalla. Vanha laivalaituri ja 40-luvulla rakennettu uimakoppi ovat vieläkin uimareiden käytössä. Kaupungilta talviaikana vuokralla olevaa rakennusta on sen verran laitettu uuteen uskoon, että sitä voidaan käyttää nyt myös talviaikaan. Saunaa ei meillä ole. Ylläpitokustannukset ovat pienet ja hallinto kevyt hoitaa, jäsenmaksukin on vain 25 € vuodessa.

Jäseniä meillä on liki tuhat ja jäsenmaksun hinnalla pääsee uimakoppiin vuoden ja vuorokauden ympäri. Monet käyvätkin pulahtamassa joka päivä ja ensimmäiset ovat paikalla jo ennen aamukuutta.

Retkiä teemme pari kertaa vuodessa, käymme tutustumassa muihin avantuintipaikkoihin ja -seuroihin. Osallistumme myös MM-, SM- ja paikallisiin avantuintikisoihin.

Rannasta on upea näkymä Vartiokylänlahdelle. Rauhallinen luonnonläheinen paikka vain 10 kilometrin päässä pääkaupungin keskustasta on suorastaan ainutlaatuista.

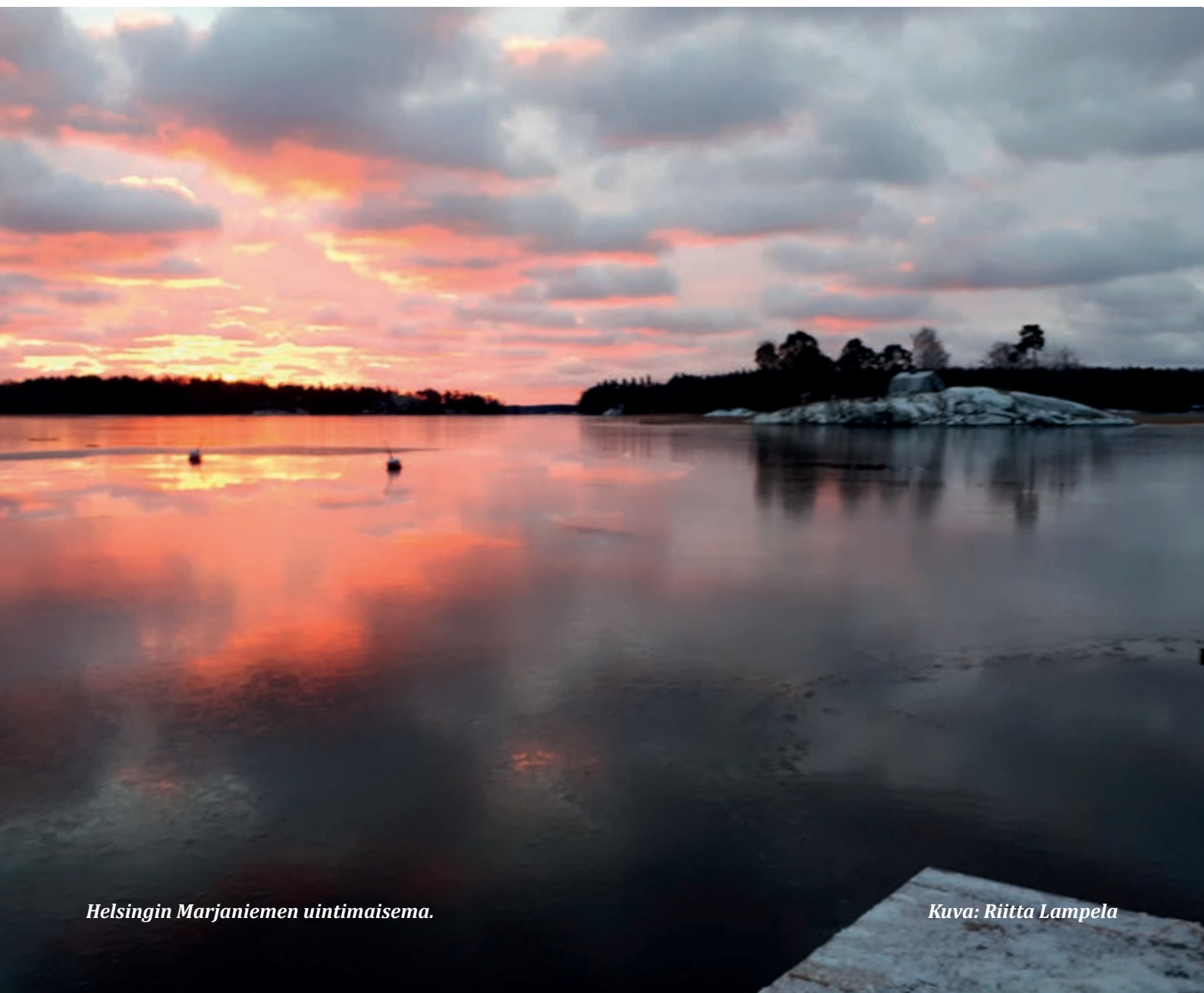
Kiitokset Turun Avantouimareille vieraanvaraisuudesta!

Tavataan Aurajoessa!

Meriuimarit ry.

Riitta Lampela

www.meriuimarit.fi



Avantouintireviirin laajennusta Uittamolla



Dooristen kirkkoveneharkkojen jälkeen.

Kevään 2018 ensimmäisten kirkkoveneharkkojen jälkeen päätimme hiestä märkänä ollessamme, että nyt menemmekin testaamaan Uittamon avantouintipaikkaa.

Olemme aloittaneet avantouintiharrastuksen loppuvuodesta 2017. Olimme käyneet Järvelän avantouintipaikassa koko talven vähintään kerran viikossa.

Kokemukset Uittamolla olivat heti pukukopeista lähtien erilaiset kuin mihin olimme Järvelässä tottuneet. Aloitimme tämänkin käynnin uimisella ja totesimme veden olevan puhtaudeltaan erilaista kuin Littoisten-järvessä.

Saunassa ensin ihmettelimme, missä löylyn heittäjä on. Onneksi vieressämme oleva herrasmies opasti meitä löylynappeihin, ja saimme itsemme lämpimäksi. Uudelleen uimaan mennessämme huomio kiinnittyi hyvin suunniteltuun laiturin kanteen.

Kun olimme tarpeeksi uineet ja saunoneet, totesimme olomme olevan hyvin samanlainen kuin Järvelän uintikertojen jälkeen. Tunnelma Järvelän puusaunoissa löylynheittäjiin ja savuineen tuo tunnelmallisen fiiliksen.

Terveisin Miina ja Maiju

Marianne Hopiavuori

TALVIKAUDEN AVAJAISTEN AFORISMISATOA

Syksy on juhlaa. (KL)

Syksy on täällä, mutta niin on Kylmääki! (Iisa)

Saunassa koen tähtihetken. (KL)

Saunassa on valta sillä, joka istuu mustan napin vieressä. (Mammu)

Uskalla olla oma itsesi. (Evalisa)

Kylmässä vedessä murheet huuhtoutuvat. (Evalisa)

Kylmässä vedessä virkistyy. (KL)

Tänään on hyvä päivä. (KL)

Tänään on aika heittää aivot avantoon. (Mammu)

Tänään en epäile. Tänään uin. (KL)

In the sauna you can feel the heart of Finland.

Have the courage to jump and swim and be free!

The cold water makes you feel on the top of life. (Tresa Coll Oliveras)

Riston keittiöstä

Talviuinnin lomassa tai päätteeksi virkistävä kylmä kurkkukeitto ei ole ollenkaan huono idea. Voit muistella samalla kuumaa kesää, jolloin vihannekset kasvoivat vauhdilla ja täysiin mittoihinsa.



Vihreän avomaankurkun valkoista sukulaista näkyy harvemmin toreilla myytävänä. Kurkun lumenvalkoinen hedelmäliha on vihreää kurkkua miedomman ja makeamman makuista.

Sain eräältä ystävältä tällaisen 1,3 kg:n keltavalkokurkun yllättäen kesäkeittiön pöydälle. Aloin pohtia, mitä siitä saisin aikaan. Pelkkä siivutus ja pöytäänlaitto ei oikein tällä erää kiehtonut. Aloin penkoa ohjeita eri lähteistä. Kuumana kesäpäivänä päädyin herkulliseen, raikkaaseen ja terveelliseen kylmään kurkkukeittoon. Sopii mainiosti myös kylmäuinnin aikana janojuomaksi tai sen päätteeksi kotona nautittavaksi.

Valmistus ei vaadi erityisiä taitoja tai välineitä. Tehosekoitin tarvitaan. Yhdistämällä eri ohjeita akeltavalkokurkku alkoi saada kyytiä.

Kylmä kurkkukeitto



Kuori iso kurkku (vihreä, kellertävä tai avomaankurkku) ja pilko pienemmäksi, siivuta yksi iso valkosipulinkynsi, lisää n. 4 dl kevyttä turkkilaista jogurttia ja pari ruokalusikallista mintunlehtiä.

Lisää seokseen 3 rkl juoksevaa hunajaa, 1 dl tillisilppua ja sitruunanmehua.

Voit lisätä joukkoon vielä yrttisuolaa, omenaa, mustaapippuria ja korianteria makusi mukaan.

Aja tehosekoittimella sileäksi. Tarkista maku ja siirrä keitto kylmään paikkaan jäähtymään ja maustumaan noin tunniksi. Kaada esimerkiksi isoon kuppiin ja nauti.

Perusaines ja lähes kaikki muutkin ainekset ovat kotimaisia tuotteita, joita löytyy helposti kaikista ruokakaupoista.

Risto Härmävaara

Vuoden 2018 talvikauden avajaisten tietokilpailun oikeat vastaukset:

1. c) 31.10. oli alkuaan muinaisten kelttien talven alkamisen juhla
2. a) 1950 järjesti Helsingin sotainvalidien naisjaosto Suomen ensimmäisen Halloween Partyn Kalastajatorpalla
3. b) Kekri on sadonkorjuujuhla
4. a) Kekripukki poltetaan Kajaanissa
5. a) Ennen vanhaan renkien ja piikojen vuosiloma oli 1 viikko.

Vastauksia jätettiin 13 kpl, joista kaikki oikein vastanneita oli 4. Arvonnassa voittajaksi nousi Marjut Martiskainen. Onnea voittajalle, joka saa kioskista 5 ilmaista uintikertaa saunoineen.

Ajatuksia lähestyvistä talviuinnin SM-kisoista

Likainen vesi, tappiollinen talous; näillä mielikuvilla Talviuinnin SM-kisoista puhutaan! Voisiko asiassa kuitenkin toisin?

"Kansa, joka ei tunne menneisyyttään, ei hallitse nykyisyyttään, eikä ole valmis rakentamaan tulevaisuutta varten." Näin sanotaan 2004 edesmenneen jalkaväenkenraali ja Mannerheim-ristin ritari Adolf Ehrnroothin todenneen. Tämän ajattelutavan pohjalle on hyvä rakentaa myös mielikuva Varsinais-Suomen halki virtaavasta Aurajoesta.

Menneisyydessä sodan jälkeen kaupunki kasvoi voimakkaasti. Luonto etääntyi ihmisen arjesta, ja sen arvostus hiipui omalla tavallaan. Silloin kansa eli taloudellisesti tiukkaa aikaa. Niukuuden jakaminen ei tuonut sijaa esimerkiksi Aurajoen luontoarvoille. Oli helpompaa ja sen ajan taloudelliseen tilanteeseen nähden oikeudenmukaista laskea jätevedet sinne, mistä ne virtasivat itsestään pois silmistä. Mutta nyt todistamme, että se ei käy!

Turun kaupunki ja kaikki Aurajoen vaikutuspiirissä olevat kunnat ovat viime vuosikymmeninä toimineet määrätietoisesti ja tuloksellisesti Aurajoen tilan parantamiseksi. Kisaorganisaationa olemme tehneet laajaa yhteistyötä eri toimijoiden kanssa. Olemme ottaneet esimerkiksi vesinäytteen joesta 7.2.2018. Tuolloin vesi todettiin uimakelpoiseksi. Keskusteluissa on käynyt ilmi, että vuodesta 2016 lähtien yksikään jokivarsikunnista ei ole enää laskenut jätevesiään Aurajokeen. Samoin ohijuoksutuksia kaupungissa jokeen on tapahtunut kerran, vuonna 2016 erään rankkasateen yhteydessä.

Virratessaan läpi varsinaissuomalaisen perinnemaiseman Oripään harjualueelta aina Airiston aalloille Aurajoki kuljettaa mukanaan maaperämme savimineraalia. Ei enää sitä kaikkea, mitä mielikuvamme menneisyydestä siihen liittää. Nähkäämme Aurajoki enemmän viihtyisänä virtana, jossa tulevaisuudessa uidaan niin kesällä kuin talvellakin.

Talous määrittelee tällä hetkellä kaiken, senkin, onnistummeko vai emmekö onnistu. Teemmekö kaiken vain eurot edellä, eikä meidän pidä nähdäkään mitään muuta?

Olemme kyllä sopimustilanteessa, jossa kisojen oikeuden omistaja Suomen Latu vie ruhtinaallisen osuuden kilpailijoiden osallistumismaksuista. Olemme kuitenkin onnellisia jo siitä, että se osuus on pienempi kuin mil-lään aikaisemmalla järjestäjällä. Mutta onko tuossa kaikki? Kannattaako meidän enää edes yrittää? Heitänkö hanskat tiskiin? Jos en kirjoittaisi julkisesti, niin voisin jopa käyttää erästä vahvaa kirosanaa, mutta enpä käytä, vaan totean latteasti: ei todellakaan!

Meille on tulossa hieno kilpailuviikonloppu, mutta se on paljon muutakin kuin pelkkää kilpailua. Tämä juuri on meidän omaamme. Me järjestämme yhdessä

tapahtumaa haalariporukalle, eri organisaatioille, seutukunnan asukkaille, me myymme omasta kojusta tuotteitamme yms. Mitä vielä? Me nostamme harrastuksemme kaikkien tietoisuuteen yhdeksi viikonlopuksi. Tämän viikonlopun jälkeen moni voi ajautua talviuintiharrastuksen piiriin, ja näin meitä on taas yksi, kaksi, kolme... jopa monen monta enemmän. Näin ainakin toivon ja vakaasti uskon.

Onnistuminen ei tule kuin aikanaan Manulle illallinen! Arvaamattakin on selvää, että tähän tarvitaan jokaisen vapaaehtoistyöpanosta, erilaiset verkostosuhteet ja ideat; yksin tätä ei tee kukaan, yksin tämän tekeminen ei ole edes hauskaa satikka mahdollista. Allekirjoittaneena minä uskon vahvasti onnistumiseen, mahtavaan viikonloppuun ja suureen joukkoon muistoja, joita voimme jakaa tulevaisuudessa. Siinä sivussa huomauttaen eurotkin ovat löytäneet luoksemme ja niiden perässä juoksijat voivat olla tyytyväisiä. Tehkäämme yhdessä jotain mitä muistella ennemmin kuin jättäisimme kokonaan tekemättä!

**Mika-Pekka
Organisaattori**

Kisaohjelma:

Torstai 31.1.2019

- sukeltajat puhdistavat altaan
- haalariporukkaa altaalla noin klo 16-19

Perjantai 1.2.2019

- haasteuimareita klo 14-17
- avajaiset klo 17-17.30
- rintauinti 50 m, norppa, kuutti 17.30-19
- palkintojen jako klo 19
- iltatapahtuma Nooa ja Rantakerttu

Lauantai 2.2.2019

- rintauinti 25 m, norppa, kuutti klo 9.30-16
- aamupäivän palkintojen jako noin klo 12
- uinnit jatkuvat
- iltapäivän palkintojen noin klo 16.30
- juhlagaalailta klo 19

Sunnuntai 3.2.2019

- vapaauinti 25 m, norppa, kuutti klo 9.30-12
- kaikki halukkaat uimaan noin klo 12-19



Merkinsaajat



Avantouimareilla on ollut tapana kevätkokouksessa muistaa tasavuotia seuran jäsenenä olleita. Osa merkinsaajista kokoontui kuvaan 18.4.2018 kevätkokouksen jälkeen. Vasemmalta lukien Wille Jäppinen (20 v.), Juha-Pekka Talasmo (10 v.), Raimo Heimoranta (10 v.), Tauno Keto (10 v.), Pirjo Nurmi (30 v.) ja Henry Rinne (20 v.).

*Tervetuloa viettämään
Hulluna Avantoon –seurojen yhteistä*

PIKKUJOULUJUHLAA

*Kårenille (Hämeenkatu 22)
lauantaina 1.12.2018 klo 17.00*

*Nautitaan yhdessä jouluruoasta, ohjelmasta ja arpajaisista.
Meitä viihdyttää ja tanssittaa Ari Rantasen tanssiorkesteri
Ilmoittaudu maksamalla pääsymaksu 42 € (jäsenet 30 €)
tilille FI41 5713 4540 0609 01 viimeistään maanantaina 19.11.2018
Viitenumero 201812013*

Jäsenmaksun aika on 2.1.2019

Jos sinulla on kysyttävää
niin lähetä viesti

jasenasiat@turunavantouimarit.fi

Jäsenmaksun maksaminen tapahtuu suoraan pankkitilille osoitekentästä löytyvän viitteen ja maksutiedon avulla. Jokaisen jäsenen maksu tulee maksaa erikseen ja maksussa käytetään yksilöivää viitettä.

Viitenumeron käyttäminen on tärkeää, jotta suorituksesi kirjautuu oikein jäsentietoihin.

Maksussa käytettävät tiedot löytyvät jäsenen nimen jälkeen.

Viitenumero löytyy kohdasta Viitenro ja maksettava summa on kohdassa Euro.

Jäsenmaksu on 35 euroa ja nuorisojäsenillä (alle 25 vuotta) maksu on 17,50 euroa. Mikäli olet kylmäuimari, vuosittainen kylmäuintimaksu (60 euroa) maksetaan tässä yhteydessä lisättynä jäsenmaksun päälle ($35+60=95$). Maksun eräpäivä on 2.1.2019.

Kunnia- ja vapaajäsenet (= yli 30 vuotta yhtämittaisesti jäsenenä olleet) on vapautettu jäsenmaksusta. Jos kuulut tähän ryhmään, osoitekentän nimen perässä lukee Kunniajäsen tai Vapaajäsen.

JÄSENREKISTERI

Jos jäsenmaksua ei makseta eräpäivään mennessä, **AUTS!** poistamme sinut automaattisesti jäsenrekisteristä ja menetät jäsenoikeutesi ja -edut, kuten edullisemmat saunamaksut.

Joudut myös maksamaan liittymismaksun 50 euroa, jos haluat myöhemmin liittyä uudelleen jäseneksi.

TILISIIRTO.GIRERING	Saajan tilinumero Mottagarens kontonummer	IBAN FI41 5713 4540 0609 01	BIC OKOYFIHH	
	Saaja Mottagare	Turun Avantouimarit ry Rykmentintie 51, Turku	Turun Avantouimarien jäsenmaksu	
	Maksajan nimi ja osoite Betalarens namn och adress			
	Allekirjoitus Underskrift		Viitenumero Ref. nr	
	Tilityt nro Från konto nr		Eräpäivä Förfallodag	2.1.2019 Euro

Maksu välitetään saajalle maksujenvälityksen ehtojen mukaisesti ja vain maksajan ilmoittaman tilinumeron perusteella.
Betalingen förmedlas till mottagaren enligt villkoren för betalningsförmedling och endast till det kontonummer som betalaren angivit.