



Turun Avantouimarit ry

Kylmääki

Huhtikuu 2/2009



Jukolan viesti 2/2009

Kesä tulee, jäät ovat lähteneet ja vesi lämpenee. Uida voi kesälläkin ja sauna on lämmin talvisen aikataulun mukaan. Ispoisten uimarannan ympäristössä voi harrastaa paljon muutakin, ja keskiaukeamalla esitellään monia mahdollisuuksia. Voit vaeltaa luonnossa, meloa merellä, kokeilla kiipeilyä ja paljon muuta.

Avantouinnin SM-kisat järjestettiin helmikuussa Imatralla. Takasivulta löydät lisää tietoa ja tuloksia kilpailuista. Seuraavat SM-kisat järjestetään Kokkolassa.

Muistakaa myös ostaa liput Sampalinnan kesäteatteriesitykseen, joka sekin esitellään takasivulla. Kevään mittaan on tiedossa vielä muitakin tapahtumia. Sunnuntaina 17.5. klo 11-13 järjestetään aamiaisbrunssi ja kauden päättäjäisiä vietetään keski- viikkona 27.5.

Opiskelijoiden tutustumisilta 5.3. ei ollut yleisömenestys, mutta muuten opiskelijat ovat ottaneet Ispoisten avannon ja saunan omakseen. Suomen Ladun ja TNS Gallupin tekemän tutkimuksen mukaan avantoon uskaltautuu jo kolsoti nuoriakin. 15-24 – vuotiaiden ikäluokassa on reilut 15 000 avantouinnin säännöllistä harrastajaa. Varsinkin opiskelijoiden keskuudessa avantouinnin suosio on tutkimuksen mukaan ollut kasvussa. Avantouinti rentouttaa ja auttaa kestävämpään opiskelupaineita.

Nuorison kiinnostuksen lisääntyminen näkyy selvästi myös meidän saunallamme. **Tapio Perämäki** on yksi heistä, hän innostui avantouinnista kavereiden kanssa ja hänen mukaansa se vähentää stressiä ja rentouttaa. **Helka Louhenperä** on pari vuotta

vanhempi ja hän on harrastanut avantouintia tämän talven. Hän on yksi niistä uimareista, joiden harrastuksen työnantaja maksaa.

Viime lokakuun numerosta luimme Internetin mahdollisuuksista, ja jutun kirjoittaja kaipailla avantouimareiden sivua Facebookiin. No nyt siellä sellainen on, sen on perustanut **Jukka Rantala** ja jäseniä on noin 50.

Parsonrussel Susa jatkaa palstaansa, ja ystävämme Löylynappi on mietiskellyt saunan puheenaiheita.

Kiitos taas kaikille, jotka auttoivat tämän lehden tekoa. Lähettäkää kuvia, juttuja, jutunaiheita ja palautetta, niistä saamme kokoon kaikkia kiinnostavan lehden.

Ottakaa yhteyttä! (liisa.jukola@kaarina.fi tai 050-5472246)



Kaikki ihana irti kesästä

Minulla on onni ystävästä, joka kutsuu minut mukaansa havainnoimaan lintujen maailmaa. Juuri eilen ”ensimmäisenä kesälauantaina” olimme Nauvossa tarkoituksella varmistaa suurten petolintujen pesimisaikaita ja siinä samalla varmistaa erään lintuatlasalueen pikkulintumerkintöjä. Punatulkun pesimiselle emme saaneet varmuutta, eikä timalikaan kimmahantanut ruovikosta. Kalasääksen pesät olivat asu- mattomia, samoin tutut hiirihaukan kodit - sentään saaliiksi napattujen myyrien kynimisyälkiä löytyi, niinpä jossain komean puun oksanhaarassa hiirihaukan pesä varmasti on. Ylpeydellä tunnistin kaulushaikan puhalluksen, tapasin kauniin laulujoutsenen ja osaan jo aika usein erottaa kaukana korkeuksissa upeasti liitävän lokin merikotkasta. Kun ensimmäisiä kertoja lintumatkoille pääsin, olin onnessani merikotkan näkemisestä. Muutamassa vuodessa niiden määrä on lisääntynyt ja oppaani mukaan alkaa olla jo rajalla, jottei merikotkaa erityisemmin pitäisi suosiakaan. Pärjätköön jo omillaan.

Luonnonvaraiset kukkasetkin ovat puhjenneet; yhdellä silmäyksellä loistivat edessämme kiurunkannus, sinivuokko, leskenlehti ja valkovuokko. Tänä sunnuntaina lisääntyi kukkavalikoima Katariinassa mukulaleinikillä ja keltavuokolla. Myös kyyn Nauvossa kauhukseni kohtasin. Oli onneton vielä jäykkä, eikä tajunnut vilahda tieltäni.

Sopuisia ja lunkeja saunahetkiä kesäsaunassa

Ja sitten on aika palata Nauvosta omalle rannalle kesää viettämään. Tänä viikonloppu-



na ovat auringonpalvojat valanneet saunan tuulettomat vierustat. Saunamme Ispoisten uimarannalla on myös kesällä lämmin. Tarjolla on siis aika hyvällä paikalla oma rantasauna. Sauna on profiloitunut kaa- keleittensa mukaan leppoisten ja kosteiden löylyjen saunaksi. Saunaetikettiimme kuuluu toisten huomioiminen ja konkreettisenä sisältää myös viestintä, ettei löylynappeihin nojailu ole suositeltavaa. Löylynheiton tahdin määräämiseen tulee kaikkien saunojien saada osallistua. ”Lauteiltapoisajo- lölyt” kuuluvat yksityisiin saunatiloihin tai juuri sitä varten ylläpidettäviin paikkoihin, ei Ispoisten uimarannalle.

Rannan siisteys ja turvallisuus kaikkien tehtävänä

Toivotan kaikki kesäsaunattomat meille tervetulleiksi. Tilaa on ja paikka mainio. Veden laatua tarkkaillaan ja tiedot asetetaan esille kioskin ikkunaan. Päivisin kaupungin palkkaamana on rannalla kaksi uimavalvojaa. Leppoisten löylyjen lisäksi korostan siisteyttä. Pyydän huomaamaan, että likaisuus ja sottaisuus syntyy meistä itsestämme – samoin siisteys.

Sirkka Perho
puheenjohtaja

Kylmääki, Huhtikuu 2/2009 Turun Avantouimarit r.y:n jäsenlehti.

Päätoimittaja: Liisa Jukola, puh. 050 547 2246, liisa.jukola@kaarina.fi tai kylmaaki@turunavantouimarit.fi. **Lehden kuvitus:** Hanna Aflecht, Janne Gröhn, Liisa Jukola, Sirkka Perho, Henrik Schüdt. ISSN 1797-0555 (painettu), ISSN 1797-0563 (verkköjulkaisu), www.turunavantouimarit.fi

Kevättä rinnassa – ja rannassa!

Viime syksynähän mä kävin ajamassa ne hanhet pois sieltä yhdeltä uimarannalta, jonne mä en varsinaisesti olis saanut mennäkään. Vaan kun riepo ne vesilinnut sen verran.

Tänä aamuna mamsku sano, että nyt on kevättä rinnassa, lähdetäänpäs pahantekoon! Me käytiin ensin ihan vakilenkki, ettei varsinaiseen kohteeseen päädy mitään epämiellyttävää. Sitten me tulimme katselmoimaan uimaranan, koska melkein kuu-kauden kuluttua se avautuu virallisestikin. Yleissilmäyksen luotuani, voin sanoa, että hyvältä näyttää. Kaikki oli tosi siistii.

Tässä mä luon yleissilmäystä:



Ja kuinka ollakaan me tavattiin yks mamskun tuttu, jolla oli kaksi epsanja-vesikoiraa tai semmosta. Mami jutteli sen Outin kanssa ja mä niiden kahden koirumimmin kaa. Niillä oli jotain sanottavaa mulle enemmänkin, mutta pyysin niitä ottaan yhteyttä tämän lehden toimitukseen – sieltä

saa mun yhteystiedot. Kylä toi Jukolan Liisa niille varmaan antais palstatilaa-kin – eihän mun tarvii aina olla äänessä, vaikka tiettyä kokemusta jo omaankin.

Ranta näytti siis oikein keväiseltä ja hyvältä. Lintuja mä vähän jäin kaipaamaan, mutta ne melskas vastapäisellä rannalla eivätkä tulleet, vaikka miten yritin. Matka jatkui pois rannalta metsään ja kuinka ollakaan, vastaan käveli yks mamskun tuttu kylmäuimari Arja ja sillä oli pieni Gorgi –jannu mukana, jonka pään taisin pistää aika pyörälle. Sen nimi on Karo ja se on vasta vuoden ikäinen ja niiin sulkuu.



Kyllä pahanteko vaan on niin mukavaa, harmi että se tuppaa jäämään kahteen kertaan vuodessa. Mutta ainahan mulle jää kylppäriin roskis. Sitä voi tyhjennellä, kun tulee semmonen pahanteko-olo.

Parsonrussel Susa



Ystävämme Löylynappi pohtii kysymystä Mistä saunassa saa puhua?



Minä olen tässä seinällä nököttäessäni miettiny näitä ihmisten juttuja täällä saunassa.

Meinaan vaan esimerkiksi siltä kannalta, että kun jotain saunoppaita lukee, niin niissä sanotaan usein, että saunassa ei saa kiroilla. No mikä nyt on kiroilu? Onko himputti tai pirskatti kiroilu? Pelastuvatko ruotsalaiset lölytontun pahalta silmältä, kun niiden onnettomassa kielessä hurjin kirous on 'voi sun seitsemätoista'? Jos potkaisee varpaansa lauteen tolppaan niin että oikein vetää selän köyryyn ja siinä hötäkässä samalla tuuppaa takapuolensa kiukaaseen, niin saako sitten vähän päästellä ärräpäitä? Löytyykö saunatontulta ymmärrystä semmoisessa tilanteessa? Tai jos huulta purren saa oltua ääneen sanomatta yhtäkään vanhan vihtahousun monista nimityksistä, mutta mielessänsä laskettelee kuitenkin kaikki tietämänsä ja keksii muutaman uuden päälle, niin lasketaanko

se? Meneekö lölylonni pelkää rumien ja pahojen ajattelemisesta? Ja miksi muuten vanha vihtahousu on nimenomaan vihtahousu? Miksei vastahousu? Onko tämä murrealuekysymys?

Toinen juttu on tämä, että kovin vakavia ei kuulemma jonkun etiketin mukaan saisi saunassa puhua. Että uskonto ja politiikka olisivat vähän niin kuin kiellettyjä aiheita. Riidelä ei ainakaan pitäisi. Keskustelu pitäisi rajoittaa kuulemma kevyempiin aiheisiin, joita voisivat olla esimerkiksi säätila tai urheilu. Mutta ei tämäkään niin yksinkertaista ole. Säistä puhuttaessa nykymaailman aikaan helposti tulee puheeksi tämä ilmastonmuutos. Siinä vaan on semmoinen ongelma, että siinä ollaan aika lähellä politiikkaa. Jokainen puolue kerää irtopisteitä jonkinlaisella ympäristöohjelmalla, eikä toinen ole toistaan kummempi. Eikä siitä uskontoakaan kaukana ole. Kaikenlaisia

enemmän ja vähemmän väriä profeettoja ja tuomiopäivänjulistajia hyörii niissä porukoissa, jotka ilmastonmuutoksesta vahvoin rintaäänin puhuvat. Päälle tulevat vielä rahanvaihtajat ja muut fariseukset, jotka yrittävät hyötyä ihmisten hämmennyksestä myymällä mitä vaan, mitä voi vihreäksi sanoa vaikka pikimustaa olisi.

Sama juttu urheilun kanssa. Ennen vanhaan, silloin kun presidentit oli kekkosia, talvela lunta, kesällä lämmin ja naapurimaan nimi Neuvostoliitto, niin ei ollut olemassa urheilua ilman politiikkaa. Oli työväen seurat ja porvariseurat, eikä niiden aitojen yli hypitty, paitsi ehkä saunassa. Poliittinen jaottelu on ehkä urheilusta hälvennyt, mutta tilalle on tullut joidenkin ihmisten uskonnollisuutta lähentelevä hurmos. Palvontamenoissa huudetaan ja mesotaan kuin herätyskokouksessa, kun apupapit tuuppivat kumilätkää kaukalossa tai potkivat sianrakkoa nurmikolla.

Ero kirkonmenoihin on siinä, että ehtoollisuusjuomaa nautitaan usein reilummalla kädellä ja läikytetään vielä vieruskaverinkin päälle.

Eli jos nyt oikein viimeiseen saakka väännetään ja käännetään, niin oikeastaan mistään ei saisi puhua, kun mikä vaan voidaan johtaa uskontoon tai politiikkaan. Jos ei voida, niin sitten se on varmaankin kiroilu. Jonkun sanonnan mukaan makuasioista ei kannata kiistellä, mutta toisaalta, makuasiat on ainoita, joista voi kiistellä, jos ajatellaan niin, että se, mikä ei ole makuasia, on fakta eli tosiasia ja niissä taas ei kiistelyn varaa pitäisi olla.

Huh huh. Onneksi minun hommani on vaan ohjailla veden annostelua kiukaalle. Ei tarvitse näitä tämän enempiä miettiä. Löylyilemisiin.

Löylynappi



Kesä tulee, vesi lämpenee...

Laita veri kiertämään

Ryhdy verenluovuttajaksi!

Aino Saarinen toivottaa entiset ja uudet verenluovuttajat tervetulleiksi. Kesälläkin tarvitaan verta ja monet vakioaluovuttajat

ovat lomalla. Ota mukaan kullinen henkilötodistus ja suunnista SPR:n veripalveluun Yliopistonkadulle. Samalla saat selville veriryhmäsi ja hemoglobiiniarvosii.

Kuva: Heikki Turakainen on vakituinen verenluovuttaja, Veripalvelun Anna-Maarit Päärni laittaa veren kiertämään.



Jos Sinua askarruttaa, voitko luovuttaa verta, tee testi netissä osoitteessa: <http://www.sovinkoluovuttajaksi.fi/>

Asahi-voimistelu jatkuu kesällä terassilla ja rannalla

Keskiviikkoisin 3. kesäkuuta alkaen saamme viime kesän malliin harrastaa Asahi-terveysvoimistelua terassilla ja rannalla. **Vuokko Alvari** ohjaa viime kesän malliin klo 18:15 alkaen. Voimistelun jälkeen ehtii vielä saunomaan.

Voimistelun kertahinta aikuisilta on kolme - neljä euroa, harrastus huomioiden hinta on tosi edullinen.

"Asahi on monitasoinen terveysliikuntajärjestelmä, jossa yhdistyvät sekä itämaisen että länsimaisen terveysliikunnan

parhaat perinteet. Liikkeissä koko keho avataan systemaattisesti niskasta nilkkoihin. Liikkeet ovat pehmeitä ja ne tehdään hengityksen kannattelemana. Asahi on fysioterapian kaltainen liikuntamuoto, jossa on myös liikunnallisia element-

tejä. Liikkeet on suunniteltu tarkoituksella yksinkertaisiksi, jotta jokainen voisi alkaa harjoittaa niitä heti. Asahiin ei ole osallistumiskynnystä."

Melonta - monipuolinen harrastus

Melontaharrastuksen aloittamiseksi et välttämättä tarvitse suurta rahallista satsausta. Kajakin varusteineen voit vuokrata ja melonta-asuksi käy mikä tahansa säänmukainen ulkoiluasu.

Kajakkeja on sekä yksikköjä että kaksikkoja. Vuokratessasi kajakin mukana tulevat lisäksi mela, kelluntaliivit ja aukkoite. Aukkoiteen puut maissa rintasi ympärille ja istuttuasi kajakiin pingotat aukkoiteen helman kajakin istuinaukon ympärille. Näin estät veden tippumisen syliisi.

Melontakurssin käyminen kannattaa. Saat heti alusta alkaen

käsityksen oikeasta melontatekniikasta. Oikea melontatekniikka varmistaa, että et saa turhia rasitusvammoja. Alussa tietenkin lihakset saattava kipeytyä, koska käytät lihaksia, joita et aikaisemmin ehkä ole joutunut rasittamaan.

Kajakissa meloessasi pääset lähelle luontoa. Kajakki vaatii vain vähän vettä alleen, joten voit mela paikoissa joihin veneellä ei pääse. Melontavauhdissa ehdit huomioida hyvin luonnon erilaiset ilmiöt. Lipuessasi hiljaa meren pinnan tasolla linnut päästävät sinut todella lähelle. Parasta aikaa luonnosta nauttimiselle on kevät ja syksy, jol-

loin muu vesiliikenne on vähäistä.

Jos haluat enemmän jännitystä elämääsi, voit harrastaa melontaa talvella. Hyvillä varusteilla melonta onnistuu niin kauan kuin meri on avoin. Turun seudulla tämä tarkoittaa lähes ympärivuotista melontakautta. Eskimothan keksivät kajakkimelonnan.

Lisätietoja kajakin vuokrauksesta ja melontakursseista löydät nettisivuilta www.melajat.net.

**Saaristomeren Melojat ry
Maarit Suomi**





...ei hätää, kesälläkin voi harrastaa

Nauti luonnon rauhasta Katariinan luontopolulla

Jo sata vuotta sitten runoilija P. Mustapää (Martti Haavio) harrasti sitä. Hän kirjoittaa muistelmissaan:

”Kävin lukuisia kertoja keväisinä ja syksyisinä lupa- ja pyhäpäivinä Kaarinan eli Nummen pitäjän Ispoisten kartanon mailla Katarinan laaksossa. Söin evääni samankaisen ääressä, jota Katarina Jagellonica oli käyttänyt ruokapäytänään ratsastettuaan

tänne Turun linnasta. Kouluaikani tämä idyllinen laakso oli rehevä lehto, jossa kasvoi vuorijalavia ja villiomenapuita. Yritin syödä piskuisia villiomenoita, mutta ne maistuivat samalta kuin pihlajanmarjat ketun suussa.”

Katarina Jagellonica ratsasti täällä jo 1560-luvulla.



Kokeile kalliokiipeilyä

Turun Seikkailupalvelu on ohjelmapalveluja tarjoava yritys, joka järjestää mm. kalliolaskeutumisia, korikiipeilyjä ja tikaskiipeilyjä muutaman kilometrin säteellä saunasta.



Laskeutumiset ja köysiaktiiviteetit eivät vaadi supermiehen voimia tai taitoja vaan sopivat tavallisille ihmisille, jotka haluavat kokeilla jotain vähän erilaisempaa ja jännittävämpää tekemistä. Meillä on muutamia valmiita ohjelmapaikkoja Turussa ja lähiympäristössä köysitoimintaa varten, mutta erilaisia liikunta ja peliaktiviteettejä pystytään tarpeen mukaan järjestämään muuallakin. Jos sinulla on tarvetta mielenkiintoiselle ja jännittävälle tekemiselle, niin olemme käytettävissä!

Lisätietoja löytyy Turun Seikkailupalvelun verkkosivuilta www.seikkailupalvelu.com

Souda kirkkoveneellä

Turun Soutajien kirkkoveneajaosto omistaa kaksi kirkkovenettä, Ruustinnan ja Katariinan. Uudet jäsenet toivotetaan tervetulleiksi, klo 18-20. osakkuusmaksu on 150 euroa. Ilman jäsenyyttäkin voi

Anna-Maija Laukka



Uintia voit jatkaa Ispoisissa kesälläkin, sauna on lämmin talviajan mukaisesti (ma, ke, pe, la, su klo 15-20). Sauna maksaa aikuisilta 3 €, 7-15 vuotiailta 1.5 €, nuoremmat lapset saavat saunoa ilmaiseksi. Pukuhuoneen vuokra on 2 €/1 € Kioski on auki hyvän sään aikana klo 13-20.

Saaronniemen Saukkojen vieraana maaliskuussa

Maaliskuuisena iltana puheenjohtaja ja päätoimittaja lähtivät tutustumaan Saaronniemen Saukkojen saunaan Ruissalossa. Vierailukutsu oli esitetty Saukkojen 10-vuotisjuhlassa viikkoa aikaisemmin. Jo pihalla tuntui puulämmitteisen saunan tuoksu, ja vastaan tuli punaposkisia saunoja.

Puheenjohtaja Arvo Ahlfors ja sihteeri Arja Laine ottavat meidät vastaan vanhan huvilan eteisessä ja esittelevät meille tiloja ja seuran toimintaa. Rakennus on kauppias Axel Wiklundin rakennuttama huvila 1910-luvulta, ja seura osti sen Turun kaupungilta vuonna 2003. Toiminta aloitettiin kymmenen vuotta sitten Saaronniemen kärjessä, ja sieltä seura on monien vaiheiden jälkeen päätenyt Outorin rantaan. Vanhaa huvilaa kunnostetaan vähitellen, ja siinä toimii seuran toimisto ja kahvila.

Naisten pukuhuone on tilava ja terassilla istuu saunoja nauttimassa virvokkeitaan. Tulijoita tervehditään ystävällisesti. Sauna on melko täynnä, löylyä heitetään ja puita lisätään tarpeen mukaan. Saunassa on muutamia tuttuja, he käyvät vuorotelle Ispoisten ja Saaronniemen saunassa.

Nuorin saunoja on kahdeksanvuotias Veera, joka on isän kertoman mukaan harrastanut talviuintia kolmivuotiaasta asti. Laskeudumme lyhyen matkan metalliportaita pitkin uimaan ja kauhomme muutaman vedon. Palaamme saunaan vielä pari kertaa nauttimaan puulämmitteisen saunan löylyistä ja tunnelmasta. Keskustelu puheenjohtajan kanssa jatkuu vielä tovin lämpimän teekupin ääressä. (LJ)



Puheenjohtajat Sirkka Perho ja Arvo Ahlfors Outorin laiturilla Saaronniemen Saukkojen sihteerin Arja Laineen kanssa.



Kevät Katariinanlaaksossa



Oikeastaan kadehdin teitä, joilla on vielä edessä tutustumisen Katariinanlaaksossa kevääseen. Luontopolku on todellinen aarreaitta niille, jotka haluavat nähdä luonnon heräämisen ja seurata sitä päivä päivältä.

Luontopolulle voit lähteä joko bussin 13 päätepysäkiltä tai Haritusta. Voit valita erilaisia reittejä: kävellä ruovikon halki pitkospuita pitkin Rauvolanlahden lintutornille kiikaroimaan lintuja, vaeltaa rantaa pitkin ja ihailla maisemia Ruskeakallion huipulta tai kiivetä vaativampaa reittiä kallion yli. Luontopolun varrella näet monia harvinaisia kasveja. Sata-



Polku on hyväkuntoinen ja rantakivikon yli on viime syksynä rakennettu viereisessä kuvassa näkyvä puusilta.

Vastaan tulee innokkaita luonnonystäviä kameroineen. Näin huhtikuun lopussa sinivuokot ovat kukkineet jo hyvän aikaa, ja valkovuokot ja keltavuokot ovat juuri aukeamassa.

Jos haluat korkeampia lukemia sykemittariin, jatka matkaa Ispoisten pururadalle, jossa maasto tarjoaa todellisia haas-

teita kuntoilijalle. Hyvin hoidettu kuntorata kulkee ylös ja alas hiihtomajan ympäristössä ja korkeimmilta kohdilta aukeaa huikea maisema merelle. (LJ)



Kuutamouinteja jatketaan todennäköisesti läpi kesän.

Seuraavan kerran sauna on lämmin klo 22 asti perjantaina 8.5.

Violetta jäi itsekin koukkuun avantouintiin

Violetta (Viola) Waara on kioskin uusi työntekijä. Viola on koulutukseltaan laborantti ja hänellä on kaksi lasta, 15-vuotias Nikita ja yhdeksänvuotias Alisia.

Violetta Waara on syntynyt Kazakstanissa, jonne perhe muutti Venäjältä sodan alkaessa. Kazakstanissa talvet ovat kylmiä ja kesät lämpimiä, helle voi olla jopa 40 astetta. Hän muistelee, kuinka hyviä ja mehukkaita hedelmät siellä olivat, viinirypäleet ja melonit. Lapsena hän kävi joka kesä isoäidin luona Kazakstanissa niin kauan kuin isoäiti eli.

Vanhemmat muuttivat Pietariin, kun Viola oli viisivuotias. Hän käy kesäisin Pietarissa, jossa nauttii suurkaupungin menosta. Vastapainona ovat

Lapin matkat. Turku on siltä väliltä, sopivan pieni, ja palvelut ovat lähellä.

Aluksi länsisuomalaiset vaikuttivat Violasta kovin hiljaisilta venäläisiin verrattuina, mutta kymmenessä vuodessa siihen on ehtinyt tottua.

Viola pitää työstään, asiakkaat ovat mukavia ja jo valmiiksi hyvällä tuulella saunaan tullessaan. Hän piti velvollisuutenaan kokeilla avantouintia, mutta ihastui sen vaikutuksiin ja käy nyt säännöllisesti avannossa. Muita harrastuksia ei juuri ole, ellei ruoanlaittoa lasketa. Hän laittaa mielellään venäläistä ruokaa. (LJ)



Opiskelijoiden tutustumisilta maaliskuussa

Torstaina 5.3. kutsuttiin turkulaisia korkeakouluopiskelijoita tutustumaan Ispoisten saunaan ja avantouintiin. Vaikka opiskelijoita käy saunassa aika paljon, tuona iltana näytti useimmilla olleen muita kiireitä.

Saksalaiset fysioterapeuttiopiskelijat **Eva Schmitz** ja **Simone Friedrich** opiskelevat Suomessa kolme kuukautta ja ovat jo ehtineet käydä kokeilemassa avantouintia Ruissalossa. Nyt he halusivat tutustua Ispoisten saunaan ja viihtyivät pitkään



Eva ja Simone tutustumassa saunaan.

lauteilla ja avannossa. Heille maistuivat myös makkarat, talkoolaiset paistoivat terassilla.

Iranilaiset **Reza Zahiri** ja **Mehdi Farshchian** opiskelevat lääketiedettä Turussa. He opettelevat innokkaasti suomen

kieltä ja tutustuvat suomalaisen kulttuuriin. Nyt oli vuoroja avannossa, jota he halusivat myös itse kokeilla. Kokeilu ei taida jäädä yhteen kertaan, niin innostuneita opiskelijat olivat kokemuksestaan. (LJ)



Outi Ruohola odotteli Rezan ja Mehdin kanssa makkaroiden kypsymistä.

Pipopakko avantouinnin SM-kisoissa Imatralla!

Suomen Latu uusi avantouintikilpailujen sääntöjä siten, että pipoa piti pitää kilpaillessa. Pipopakkoa perusteltiin sillä, että pään kautta haihtuu eniten lämpöä. Kiellettyjä olivat hanskat ja tossut. Uimapuku oli pakollinen.

Avantouinnin SM-kisat uitiin helmikuun ensimmäisenä viikonloppuna Imatralla. Turun Avantouimareista kilpailemaan lähti 37 hengen ryhmä. Kilpailut käytiin Vuoksijoen rannalla kauniilla paikalla. Lauantaina kilpailtiin henkilökohtaisissa sarjoissa, ja sunnuntaina olivat vuorossa viestiuinnit ja ryhmäuintinäytös. Osallistujia oli yhteensä 1016, joista kilpasarjoihin osallistui 705 avantouimaria. Harrastesarjojen 135 Norppaa ui 25 metriä ilman ajanottoa. Kuutte-



Kuvassa keskellä uimassa Soili Sainio.

Meidän seuramme uimarit eivät kilpailussa sijoittuneet niin hyvin kuin aiemmin, mutta osallistuminen on tärkeintä. Viereisellä palstalla kilpailun tuloksia:

ja pulahti uimaan 176. Norppasarjaan osallistui Matti Maljanen, Riitta Puranen ja Risto Pääkkö. Kuutteina pulahtivat Anneli Virta, Silja Kerttula, Ulla Lindeqvist, Kristiina Leikas, Lauri Leikas, Anna-Maija Laukka, Jaakko Lehtonen, Kirsi Ikävalko, Maija Lehtiö, Matti Lehtiö, Arja Vuoristo ja Pirjo Salminen.

Viestit uitiin sunnuntaina. Sarjajako on seuraavanlainen: kilpailijoiden yhteisikä määrää sarjan ja molempia sukupuolia on oltava ryhmässä. TAU-ryhmä osallistui O-sarjaan yli 200v. ja ryhmässä uivat Sirpa Kivekäs, Jari Hartikainen, Kalevi Peltola ja Markku Lindholm. Sijoitus oli 11.

Suomen Latu valitsi ja palkitsi ”Vuoden avanto 2009”-palkinnolla HKK-Talviuimarit ry:n Helsingistä. Seuraavat Avantouinnin SM-kisat 2010 järjestetään Kokkolassa 26.2.-28.2.2010. (Huom! Muuttunut ajankohta.)

Kuvat: Janne Gröhn

Pirjo Salminen



25-metrinen kilpauintiallas.

Naiset: I-sarja yli 60 v.: 14. Soili Sainio ajalla 33,7 ja 17. Sirpa Roima ajalla 36,1.

H-sarja 60 – 64 v.: 7. Sirpa Kivekäs 28,7 ja 35. Annika Salonen 37,5 sekä 44. Kaija Männistö 43,9.

G-sarja 61. Kaija Lehti-Visuri 42,1.

E-sarja 45-49v.: 29. Mila Häkkinen 29,6 ja 45. Päivi Huoponen 36,0.

D-sarja 40-44v. 11. Mia Rautio 27,0.

Miehet I-sarja yli 60v.: 10. Ari Henriksson 28,4.

H-sarja 60-64v. 38. Markku Lindholm 33,8.

G-sarja 22. Veijo Virtanen 26,3.

F-sarja 50-54v.: 41. Kalevi Peltola 27,8.

E-sarja 45-49v.: 31. Timo Koskinen 21,4 ja 36. Ilari Kulmala 30,0.

D-sarja 40-44v. 18. Jari Hartikainen 23,7.

B-sarja 20-29v.: 10. Timo-Ilkka Leikas 21,3.

”Elvistellään” Samppalinnan kesäteatterissa 17.6.

Pirjo on varannut lippuja ennakonäytökseen keskiviikkona 17.6.2009 klo 19.

Tule lunastamaan omasi kioskilta, lipun hinta on 20 euroa.

”Elvistellään” (All Shook Up) -musikaali perustuu paitsi Elvis Presleyn kuolemattomaan musiikkiin, myös Shakespearen näytelmään Loppiaisaatto. Elvistelevänä Jamina nähdään Sami Hint-

sanen ja poikatyttö Nataliana Eeva Vilkkumaa. Musikaalin ohjaa Heikki Sankari, kapellimestarina toimii Jussi Vahvaselkä ja koreografina Tiina Peltonen. Musikaalin käsikirjoitus on Joe Dipietron käsialaa.

Esiintyjäkaartiin kuuluu niin konkareita kuin uusia lupauksiakin – kaikki kuitenkin lujia ammattilaisia; mm. legendaarinen Ossi Ahlhapuro; pitkänlinjan komedienne

Kaija Kiiski sekä eri musikaaleista ja Radio Novasta tuttu Rina Paatso.

Mukana on myös tanssiva ja laulava 15 hengen ensemble sekä kahdeksan miehen orkesteri.

Kuva Henrik Schüdt

