



Turun Avantouimarit ry

Kylmääki

Lokakuu 3/2009



Katsokaapa kansikuvaa! Vesi näyttää paljon kirkaamalta ja puhtaammalta kuin ennen. Se voi olla osaksi valon vaikutusta, mutta veden laatu on puhuttanut avantouimareita koko kesän. Vesi näyttää ja tuntuu paljon puhtaammalta, rantavedessä näkyy kaloja, uimapuvut ja -tossut eivät enää haise pahalta ja nyt voi uudessa nähdä jo omat kädetkin.

Toisaalla lehdessä asiantuntijat kertovat uimavesien valvonnasta ja jäteveden puhdistamisen toimenpiteistä, joiden vaikutus veden laatuun näkyy jo testituloksissa. Veden hygieeninen laatu on parantunut, ja näytteet ovat olleet viime talvena puhtaampia kuin edellisinä kausina.



Kerhuhuoneen hyllyköissä on runsaasti tilaa, ja olemme päättäneet perustaa sinne lainakirjaston, jota kahvittelijat ja muut odottelijat voivat käyttää. Jos lukemista ei malta keskeyttää, kirjan voi lainata kotiin. Tuokaa hyllyyn kiinnostavia kirjoja luettaviksi ja lainattaviksi! Kirjan väliin voi jättää viestin omista lukukokemuksistaan ja siten innostaa muita tarttumaan kirjaan.

Kioskin kesätyöntekijöinä ovat ahkeroineet **Ada Ahlgren** ja **Tuuli Gierens**. Tuulin ajatuksia kesäduunista voit lukea lehden sivuilta. Aurinkoiset kesäpäivät olivat hyvin kiireisiä, ja silloin talkoolaiset autoivat kahvinkeitossa, sämpylöiden teossa ja muissa askareissa. Kioskissa jatkaa ainakin vuoden loppuun asti

Jenny Mäkinen, joka myös esittäytyy lehdessä.

Näyttää siltä, että lehden tekoon jää yhtä lailla koukkuun kuin avantouintiin. On hienoa, kun lukijat kertovat kokemuksistaan tai lähettävät tekstejä ja kuvia. Omien haastattelujen ja juttujen kirjoittaminen oikein syyhyttää sormia. Uusi sarja unohtumattomista saunareissuista saa toivottavasti avantouimarit tarttumaan puhelimeen tai näppäimistöön ja jakamaan kokemuksensa muiden lukijoiden kanssa.

Seuraava lehti ilmestyy tammiukuussa. Kiitos taas kaikille, jotka autoivat tämän lehden teossa. Lähettäkää kuvia, juttuja, jutunaiheita ja palautetta, niistä saamme kokoon kaikkia kiinnostavan lehden.

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



On ihanaa saada toimia harastuksessaan hyvällä mielellä. Kesä täytti odotukset sekä sään että taloudellisen ja toiminnallisen tuloksen osalta. Myös talvikauden saimme aloittaa suotuisissa merkeissä. On siis syytä odottaa menestyksekkästä ja antoisaa avantouintikautta. Toivon, että se on meille kaikille rentouttavaa sekä hauskaa ja voimme pienehköt epäonnekättä murehtimatta. Valtimme ovat puhdistuva vesi, hyvä laiturit sekä kosteat lep-poisat löylyt ja iloinen saunahenki.



Kesä alkoi upeilla koulujen päättäjäissäillä, lämpö kohosi hellelukumisiin ja teetti meillä armottomasti töitä. Olimme puolipyöryksissä pari päivää kunnes kesäkuun koleat ottivat rannan haltuunsa. Juhannuksen jälkeen alkoi uusi kesä ja jatkui syyskuun loppuun saakka. Hyvän taloudellisen tuloksen takasivat hienot työntekijät ja talkoolaiset. Kioskilla ja saunatiloissa tehtiin huikeat 500 ja huollossa ja rannan siivouksissa noin 200 talkootuntia. Suurkiitos onnistumisesta kuuluu totta kai myös palvelujen käyttäjille.

Talkoolaisuuden ymmärrämme helposti kioskilla tai huollossa toimimisena. Talkoolaisuuden ”kunnian” voi saada myös monella muulla tavalla: joku harjaa laituria, toinen vaihtaa jalkojen huuhteluveden, kolmas kirjoittaa Kylmäki-lehteen, neljäs sopii yhteyksiensä kautta edullisesta lehti-ilmoittelusta, viides generoi toimintaideoita, tai syyttää lyhtyjä, tai kuivaa pukuhuoneen lattiaa, tai korjaa hiuksia lattiakaivoista, tai tuo kioskii

pullia, tai grillaa makkaroita, tai levittää saunassa iloista mieltä, ... On niin monta tapaa olla mukana yhteisessä tekemisessä.

Teimme jäsenkokouksessa yhdistyksen sääntöihin muutoksia. Merkittävin oli hallituksen jäsenten toimikauden lyhentäminen ajatuksena, että se kannustaisi yhdistyksen uudempiakin jäseniä hallitustyöhön, joka muuttuu yhä enemmän toiminnan kautta tekemiseen ja itse kokoustaminen vähenee. Yhdistyksen talous on hyvällä pohjalla ja ympäristö antaa mainioita toiminnan mahdollisuuksia. Hallituksen jäsenyyttä ei kannata pelätä; työtä jäsenyydestä tulee, mutta myös suuresti iloa. Kaikin puolin hyvästä vuodesta kertoo hallituksen kiitoksena esittämä kutsu TAU:n uimareille ja ystäville saapua edullisiin, mutta silti täysipainoisiin pikujouluihin. Täyttäkäämme Puutarhakadun Hansasali.

Sirkka Perho, puheenjohtaja

Kylmäki, Lokakuu 3/2009, Turun Avantouimarit r.y:n jäsenlehti.

Päätoimittaja: Liisa Jukola, puh. 050 547 2246, liisa.jukola@kaarina.fi **Lehden kuvitus:** Arto Jokela, Liisa Jukola, Kari Moilanen, Sirkka Perho. ISSN 1797-0555 (painettu), ISSN 1797-0563 (verkkojulkaisu),

www.turunavantouimarit.fi

Sauna on mahtava juhlapaikka

Vietin viisikymppisiä saunalla syyskuun puolivälissä. Vieraita oli parhaimmillaan viitisenkymmentä. Nuorin oli kaksivuotias, iäkkäimmät jo kahdeksankymppiä täyttäneitä. Kaikki tuntuivat viihtyvän. Aika moni kävi saunassa ja pulahti meressäkin.

Yksi nuorimman polven juhlijoista oli purskahtanut itkuun kun kuuli että joutuu viisikymmenvuotispäiville. Saunassa oli myöhemmin isälleen todennut, ettei tämän takia olisi kannattanut itkeä.

Puitteiltaan sauna sopii hyvin juhlien järjestämisen. Tilaa on sisällä ja ulkona, niin että isompikin porukka sopii kerralla. Sauna ja uintimahdollisuus

tuovat kekkereihin myös tiettyä ekstrapia ja luksustakin – ainakin näin meikäläisen mittapuulla.

Käytännön järjestelyjen kannalta tärkeätä on keittiön toimivuus. Ja sehän toimi. Hyvin olennaista on myös hinta. Mielestäni arki-illan hinta 330 euroa on kohtuullinen. Edullisemminkin juhlapaikan olisi saanut, mutta epäilen, ettei yhtä mahtavaa.

Me jäsenet saamme alennusta vielä 20 prosenttia. Se on kiva asia.

Mikäli juhlia järjestämistä miehit, niin harkitse saunaa ainakin yhtenä vaihtoehtona. Itse yllätyin iloisesti.

Arto Jokela



Juhlien nuorimmainen Aapo isoisan kanssa uimassa.

Tilaussauna ja kerhohuone vuokrattavissa ympäri vuoden Ispoisten uimarannalla. Lisätietoja osoitteesta www.turunavantouimarit.fi

Katariina-Pitkäsalmi-Ispoisten uimaranta: ylellisyyttä työporukan kehy-päivään

Vietimme työyhteisöni Varsinais-Suomen TE-keskuksen erään ryhmän kanssa kehittämisen- ja virkistyspäivän näillä omilla nurkillamme eteläisessä Turussa.

Olin jo aiemmin kokenut Epiti-hian hyvän olon keskuksen

mainiona kokous- ja koulutuspaikkana, eikä se nytkään pettänyt.

Koulutuksen ja lounaan jälkeen jatkoimme matkaa saunallemme, jonne jätimme ylimääräiset tavarat ja marssimme soutu- ja melontastadionille kirkko-venesoutua kokeilemaan. Hen-

rikssonin Ari ja Aaltosen Keijo opastivat meidät soudun saloihin. Hyvin siitä selvisimme ja pääsimme lopuksi pehmitelmään istumalihaksia saunamme lämpöön. Ja me ihailimme maiemia ja nautimme olostamme, myös Jennyn tarjolle tuomasta makoisassa pullakahvista.

Suosittelen, esittele sinäkin omille porukoillesi!

Sirkka



Tapauksia keväästä syksyyn



Aamiaisbrunnilla herkuteltiin 17.5.2009. Ulla Lindeqvist, Silja Perttula, Anna-Maija Laukka ja Kirsi Ikävalko kattoivat maukkaan ja monipuolisen tarjoilupöydän.

Viereinen kuva: Avajaisiin saapui myös Maura Tiuraniemi Kaarinasta. Tänä vuonna ovat mukana tyttäret Inna 9 v. ja Veena 6 v. Inna (oikealla) kokeili jo avantouintia, mutta Veena seurasi vielä rannalta.

Uintikauden avajaiset järjestettiin 2.10.2009 täyden kuun aikaan. Tarjolla oli saunomisen lisäksi herkullista paellaa ja rytmikästä musiikkia.

Avajaisvieraiden joukossa oli viereisen kuvan Kaija Lehti-Visuri, joka on oppinut uimaan Ispoisissa ja harrastanut avantouintia 15 vuotta.



”Koskas se aurinko oikein alkaa paistaa?”

Tähän ja moniin muihin kysymyksiin sai kioskin kesätyöntekijä yrittää vastata. Silti kesä saunan kioskillä oli Tuuli Gierensille mukava ja hyödyllinen kokemus. Paras ta kesässä olivat hyväntuuliset asiakkaat, mukavat työtoverit kioskillä ja monenlais-

ten uusien taitojen oppimisen. Tuuli innostui heti, kun kuuli mahdollisuudesta päästä töihin saunan kioskille. Hän oli käynyt saunalla ja tiesi suunnilleen, millaista työ olisi. Muita töitä ei ollut tiedossa, ja jäätelönmyynti



kioskilla tuntui sopivalta kesätyöltä.

Työ oli paljon muutakin kuin jäätelönmyyntiä. Aurinkoiset päivät olivat järjettömän kiireisiä, mutta sadepäivinä ei ollut juuri ollenkaan asiakkaita, ja silloin ehti siivota ja järjestellä paikkoja. Uusia asioita oli opeteltava, kassakone oli uusi tuttavuus, mutta senkin käyttö alkoi pian sujua. Työtoverit ja talkoolaiset auttoivat ja yhteistyö oli mutkatonta.

Asiakkaat olivat lähes poikkeuksetta hyvällä tuulella ja jaksivat odottaa vuoroaan kärsivällisesti. Hankalia asiakkaita oli silloin tällöin, mutta heidänkin kanssaan tuli toimeen. Kummallisiin kysymyksiin kioskilla sai usein vastata. Miksei meillä ole heseruokaa,

miksi aukioloajat ovat näin omituiset? Kyllästymiseen asti sai selitellä, miksei pankkikortti käy, missä WC-avain on, miten bussipysäkillä pääsee, missä se melontakeskus on ja missä on lähin pankkiautomaatti.

Ajatustenluvun taito olisi joskus ollut tarpeen. Asiakas halusi hyvää jäätelöä, mutta ei osannut tarkemmin sanoa, millainen hyvä jäätelö olisi. ”Se sama jäde, mikä eilenki” oli haaste kioskimyyjälle. Säättä olisi pitänyt osata ennustaa, kun asiakkaat kysyivät, milloin aurinko alkaa paistaa.

Elokuussa Tuuli matkusti Saksaan ja muistelee siellä kesätyötään hyödyllisenä ja opettavaisena kokemuksena. (LJ)

Yleiskokous uudisti sääntöjä – hallituksen jäsenten kausi lyheni kahdeksi vuodeksi.

Yhdistyksen ylimääräisessä kokouksessa 24.8.2009 uudistettiin sääntöjä. Hallitukseen valitaan seitsemän jäsentä kahdeksi vuodeksi. Hallitus perusteli esitystä dynaamisuuden lisääntymisellä, näin saadaan mukaan lisää uusia aktiiveja ja talkoolaisia.

Sääntöjen uudistus tuli tarpeelliseksi, koska uusi sauna ja kuntosali tuovat uusia toimintamuotoja. Sääntöihin lisättiin kahvilatoiminta ja tilojen vuokraus sekä maksujen periminen niin saunasta ja uinnista kuin kuntosalin käytöstä. Maksujen

suuruudesta päättää edelleen yhdistyksen syyskokous.

Muutenkin sääntöjä ajanmuokattiin ja tarkennettiin: rahastonhoitajasta tuli taloudenhoitaja, jäsenkirjurista jäsenasianhoitaja ja taloussuunnitelmasta tulo- ja menoarvio. Yhdistyksen korkeimpana palkitsemisen tunnustuksena käytetään edelleen lippustandardia, muut palkitsemiset hallitus myöntää vahvistamansa ohjesäännön mukaisesti. (LJ)



Kilpailukausi alkaa tammikuussa

Uintikausi on alkamassa vaikka vedet ovat vielä lämpimiä. Olemme jo keväällä suunnitelleet matkoja avantouintikilpailuihin vuonna 2010. Tammikuussa MM – ja SM kilpailut maaliskuussa.

MM-avantokilpailut järjestetään Slovenian Bledissä, joka on lomapaikka Alppien juurella ja jonka majesteettilliset vuoret heijastuvat järven pintaan. Bled-järvi on tammikuussa jäänyt ja veden lämpötila on 1 – 5 astetta. Kilpailut pidetään 22. – 24. tammikuuta 2010. Lähdemme torstaina 21.1. Helsingistä ja lennämme Wienin kautta Ljublijanaan ja sieltä on vielä



Lake Bled MM-kisojen nettisivuilla.

automatka Blediin. Turun Avantouimareista lähtee 24 uimarin joukkue tavoittelemaan maailmanmestaruutta tai ainakin mitalia. Matkaa on suunniteltu kevästä alkaen ja kaikki olemme innostuneita ja odotamme matkaa.

Maaliskuun 5.- 7. 2010 välisenä aikana kilpaillaan SM tasolla Kokkolassa. Ilmoittautuminen alkaa 15.10.2009. Pukuhuoneitten ilmoitustauluille laitetaan marras – joulukuun vaihteessa ilmoittautumislomakkeet. Viime vuodesta on tullut kilpasarjaan muutos: rintauinti, jossa päälaki ei saa käydä veden alla. Päähineen käyttö on pakollista kilpasarjoissa.

Majoitus on varattu jo Kokkolasta, Sokos Hotel Kaarlesta, jossa pidetään iltajuhla. Kokkolassa uidaan meressä, GSF Purseura Mustakarin venelaitureiden välissä on 25 m allas. Tapahtumaan odotetaan noin 2000 vierasta.

Toivottavasti meidänkin seurasta lähtee joko kilpailemaan tai harrastesarjoihin uimareita. Norpassa uidaan 25 m. ilman ajanottoa ja Kuutit pulahtavat kastautumaan. Kilpasarjoissa uidaan ikäryhmittäin aikaa vastaan 25 m. kilpa – aika on n. 17 sekunnista 45 sekuntiin. Näissä tapahtumissa näkee ympäri

Suomea avantouintia harrastavia uimareita.

Näissä merkeissä toivotan antoisaa uintikautta ja mukaan vaan uintireissuihin.

Pirjo



Kokkolan SM-kisojen kilpailupaikalle venelaitureiden väliin tehdään 25 metrin allas kahdeksaa rataa varten. Kuva: Kari Moilanen

Veden laatu Pitkäsalmessa on parantunut

Turun ympäristönsuojelusuunnittelija Olli-Pekka Mäki kertoo, että elokuussa 2009 tehdyt tarkkailututkimukset osoittivat veden laadun olleen kokonaisfosfori- ja ammoniumtyypipitoisuuksien sekä hygieenisen tilan eli bakteerien määrän osalta jopa lievästi parempaa kuin muulla ympäröivällä vesialueella.

Rauvolan jätevedenpuhdistamossa käsiteltiin Kaarinan jätevesien lisäksi Liedon ja Hirvensalon alueiden jätevedet. Se oli toiminnassa vuodesta 1975 alkaen. Puhdistamo lopetti toimintansa tammikuun alkuuololla 2009, kun siirtoviemäri puhdistamolta Kakolanmäen jätevedenpuhdistamolle valmistui. Siirtoviemäri rakennettiin pääosin vuoden 2008 aikana. Rauvolan jätevedenpuhdistamo tuli tarpeettomaksi, kun Turun seudulla siirryttiin seudulliseen jätevedenkäsittelyyn Kakolanmäen kallioon rakennetussa puhdistamossa.

Kakolanmäen puhdistamo

Kakolanmäen jätevedenpuhdistamon rakentaminen on talou-

dellisesti mitattuna suurin yksittäinen ympäristöinvestointi Turussa. Tällä hetkellä sinne johdetaan jätevesiä Kaarinan, Liedon ja Ruskon lisäksi entisen Piikkiön alueelta sekä Paimiosta. Lokakuussa 2009 puhdistamolle tullaan johtamaan myös Raision, Naantalın, Maskun, Nousiaisten ja Mynämäen jätevedet.

Vaikutukset veden laatuun

Vaikka Rauvolan puhdistamon toiminta loppui vasta runsas puoli vuotta sitten, on Pitkäsalmen veden laadussa jäteveden purkupaikan läheisyydessä havaittu lieviä positiivisia muutoksia. Osa muutoksista voitaneen selittää jätevedenpuhdistamon toiminnan loppumisella. Erityisesti meriveden tyyppipitoisuudet sekä hygieeninen laatu ovat olleet tänä vuonna hieman parempia kuin viime vuonna, Olli-Pekka Mäki kertoo.

Kaupungineläinlääkäri **Liisa Palmu** on myös huomannut veden laadun paranemisen. Uimavesinäytetulokset ovat olleet hyviä koko viime talvi-

kauden, mikä poikkeaa edellisistä kausista, hän toteaa.

Uimavesiä testataan säännöllisesti

Terveystarkastaja **Satu Ylhäinen** kertoo, että Ispoinen on luokiteltu EU-rannaksi, joita testataan EU:n sääntöjen mukaan. Uimakaudella kesäkuun puolivälistä elokuun loppuun näytteitä haetaan joka toinen viikko. Talvella vesi tutkitaan noin kerran kuukaudessa. Veedestä testataan suolistoperäiset

enterokokit ja Escherichia coli. Lisäksi katsotaan silmämääräisesti vedennäköisyvyyden muutoksia, sinilevättilannetta ja otetaan senhetkinen lämpötila.

Satu Ylhäisen mukaan kesäaikana vesi Ispoisissa on täyttänyt uimakelpoisen veden rajat. Talvisin tilanne on jääpeitteen takia ollut huonompi, mutta viime talvena saatiin ensimmäistä kertaa myös talviolaisissa hyviä tuloksia. (LJ)



Veden laatua tarkkaillaan säännöllisesti. Näytettä ottamassa Satu Ylhäinen.

"Nyt näkyvät uudessa omat kädetkin"



Vuokko Vahekari harrastaa kylmäuintia ja hän on huomannut, että vesi on paljon puhtaampaa kuin ennen, nyt voi pestä kasvatkin.



Raili Nieminen on myös kylmäuimari ja ihastelee veden puhtautta, jonka aamulla huomaa erityisen hyvin.



Risto Pääkkö on uinut Ispoisissa 30 vuotta ja kertoo, että vesi on parantunut huomattavasti. Nyt täällä on ilo uida.



Pertti Perko on työnsä puolesta seurannut uimarannan kehittämistä. Viime vuonna on ollut mukava lukea tutkimustuloksia.

Laiturin portaat uusittu

Keneltäkään uuden avanto-uintikauden aloittaneelta ei ole jäänyt huomaamatta, että laiturin portaat ovat saaneet kesän aikana perusteellisen muodonmuutoksen. Kestopuukaudesta on siirrytty hapon kestäväään teräskauteen. Toki parilla ylimmällä askelmalla on puupinnoite, jotta hyytävillä keleillä räpylät eivät jäädy kiinni veden yläpuolisella osuudella.

Ainakin talkoolaisten muistissa on, että portaiden vuosittainen puhdistus sai aikaan harmaita haivenia jo ennestään haalenneille ja harvenneille ohimoille. Raskas ja jopa vaarallinen niljakkaiden puuportaiden nosto laiturille jäikin monena vuotena tekemättä. Laituri on Turun kaupungin omaisuutta ja niinpä portaiden uudistamisen toivottiinkin tapahtuvan myös asianomaisen viraston toimesta. Keväällä tuotiin saunalle portaiden mallikappale, joka hienosta ulkomuodostaan huolimatta ei mielestämme sopinut lainkaan meidän talvikäyttöömme.

Olin jo aikaisemmin mielessäni suunnitellut porrasmallia, jonka huolto olisi helppoa ja joka ei vaatisi suurta talkoojoukkoa liukastelemaan talviselle laiturille. Liikuntavirasto hyväksyi ehdotuksemme, jossa lupauduimme talkootyönä sekä suunnittelemaan että rakentamaan avantouintikäyttöön sopivat portaat, työhön tarvittavat materiaalit kustantaisi kaupunki.

Materiaalin toimittajana kunnostautui kaupungin viheryksikkö ja niinpä vanhat vettyneet ja paksun levärihmaston peittämät puuportaat siirrettiin alka-jaisiksi kaatopaikalle. Meillähän ammattilaisia löytyy joka lähtöön ja niinpä suunnitelmieni pohjalta portaiden työstämisen ja hitsaamisen aloittivat **Teuvo ”Tallari” Hietämäki** ja **Rauno Laukka**.

Portaissa on kaksi erillistä kokonaisuutta, laituriin kiinnittyvä runko/kaideosa ja erillinen 8-askelmainen portaikko, joka voidaan kevyesti nostaa laiturille puhdistettavaksi, jopa saunaan sulamaan. Puuosat ovat

kestopuuta ja kaikki muu materiaali hapon kestävä terästä.

Liikuntaviraston asettaman aikarajan mukaisesti neljä por-rasta valmistuivat juuri kesä-kauden alkaessa.

Nyt on kesästä vain muistot ja avantoimarit aloittavat oman rallinsa avannolle joko saunan kera tai ilman saunaa, kukin

tyylilleen uskollisena. Talven aikana näemme käytännössä miten uudet portaat toimivat tuiskuissa ja hyytävissä vii-moissa, mitäpä sitä muutakaan ”Kylmäkki”-joukko saattaisi toivoa.

Hannu Nurmi



Viimeistä irrotetaan. Vasemmalla Seppo Kaunela ja takana Tuovi Koivula. Köyttä pitelee kaupungin työntekijä. Kuva on otettu vähän ennen kuin Seppo putosi mereen.

Yli 200 verenluovutusta ja 15 maratonia

Martti Laakso on luovuttanut verta 203 kertaa, ja lokakuussa veteraanit palkitaan Park Hotelin juhlatilaisuudessa. Mitalin hän sai 100 kerrasta ja viirin 150 verenluovutuksesta. 200 keran raja täyttyi keväällä ja Punainen Risti palkitsee saavutuksen pienoisveistoksella.



Paidan väri, teksti ja pukukopin avain kertovat Martin harrastuksista.

Ensimmäisen kerran hän luovutti verta Ruotsissa 1970-luvun alussa ja jatkoi harrastusta joka toinen kuukausi Suomessa. Verenluovutus yhdistää monia avantoimareita, ja Turun Avantoimareiden vihossa Veripalvelussa näkyy usein tuttuja nimiä.

Avantouintiharrastus alkoi 20 vuotta sitten, kun vaimo houkutteli hänet mukaan. Se oli helppoa, koska hänellä ei ole mitään extreme-lajeja vastaan. Tärkeintä on silti sosiaalinen kanssakäyminen saunassa, kavereita on ehtinyt kertyä jo melkoisesti. Vanhan saunan ajoilta tuttujen saunojien kanssa on mukava jutella. Tunnelma uudessa saunassa on erilai-

nen, koska uusia saunoja on tullut paljon mukaan. Kylmäuinnistakin hänellä on kokemuksia. Siitä saa yhtä hyvän olon, ja sauna ei siis ole välttämätön. Avantosauna onkin vain lämmittelyä varten, kunnon saunomispaikat ovat erikseen.

Martti on osallistunut talkoisiin, kilpailumatkoihin ja yhdistyksen retkiin. Erityisesti on mieleen jäänyt matka MM-kisoihin Muonioon, jossa pakasta oli 34 astetta ja avantoa oli vaikea pitää sulana. Vaikutuksen teki myös tutustuminen 110-asteiseen kylmäkammiin, jossa extreme-miesten oli tietysti vietettävä kaksinkertainen aika eli kaksi minuuttia.

53-vuotiaana hän aloitti maratoneit. Työnantaja teki tarjouksen, josta ei voinut kieltäytyä, kun lupasi maksaa Tukholman maratonin kaikki kulut. Maratoneja on kertynyt 15, viisi kertaa hän on osallistunut siihen Tukholmassa ja sen lisäksi mm. Helsingissä, Wienissä, Hampurissa, Lanzarotella ja Dublinissa. Maratonille vetäytyä uudelleen moni asia: uusien kokemusten hankkiminen, oman ajan seuraaminen, uusiin ihmisiin tutustuminen ja liikuntamotivaation ylläpitäminen. (LJ)

Tee-se-itse -juhannussauna

Tekstiviesti Ugandasta huhtikuussa: rakennetaanko telttasauna juhannuksena? Mikä ihmien telttasauna? Eikös se ole nuorten miesten ja partiolaisten harrastus? Se joka on uutisten loppukevennyksen aiheena? No mikä ettei, rakennetaan vaan.

Juhannuksena neljän humanistinaisen jengi kokoontui loimaalaiseen omakotitaloon tekemään tuumasta totta. Tontilla oli rakennusjätettä, ja emäntä

oli hankkinut muovia ja lainapeitteen. Kiuas oli tarpeettomaksi jäänyt jatkuvalämmittimenä.

Sääennuste juhannukseksi oli masentava, jatkuvaa sadetta. Se ei rakentajia häirinyt, päinvastoin, maastopalovaroituksesta ei ollut tietoaakaan. Vettä tosiaan satoi koko ajan, mutta rakentajat pukeutuivat sään mukaan. Saunan piirustukset muuttuivat koko ajan, luova ratkaisu keksittiin jokaiseen ongelmaan. Rakennusjätteet muuttuivat lattiaksi, seiniksi ja

lauteiksi. Muovi ja lainapeite teipattiin yhteen ja niistä tuli tiivis katto ja ulkoseinä.

Saunan lämmitys oli juhlallinen rituaali. Löylyt olivat makeat ja saunominen jatkui pitkälle juhannusyöhön. Telttasauna on ollut ahkerassa käytössä koko kesän ja kuulemma ainakin jouluna siellä vielä saunotaan.

Nimimerkki "Katariina"



Onko Sinulla joskus ollut unohtumaton sauna-/uintireissu? Ota yhteyttä ja kerro kokemuksistasi! Kuva mukaan.

Uimaan? Katsotaan sitten, kun meri jäätyy...



Olen 19-vuotias Jenny Mäkinen, uusi kioskimyyjä täällä Turun Avantouimareiden saunalla.

Minut on otettu hyvin vastaan ja ihmiset täällä ovat hyvin kilttejä. Työolosuhteeni ovat aivan erinomaiset, varsinkin paikan kannalta. Kun katson ulos, näen meren. Kun katson vähän tarkemmin, niin näen ihmisiä meressä jotka nauttivat harrastuksestaan täysin rinnoin.

Osa ihmisistä käy täällä joka päivä, toiset käyvät kerran vii-

kossa. Silti kaikki nauttivat saunasta ja uimisesta ja se tekee työstäni antoisaa.

Itse en mereen uskalla koska vesi on minulle jo liian kylmää. Asia saattaa muuttua meren mennessä jäähän, jos vaikka sitten uskaltaisinkin käydä kokeilemassa.

Jenny Mäkinen

Avantouimareiden joulujuhla perjantaina 20.11.2009 klo 19-24 Hansasalissa (Puutarhakatu 45)

Ohjelmassa mm. perinteinen joulupöytä, Mopeda Girls Show ja tanssia Blue Moonin tahdittamana.

Pääsylippu/illalliskortti maksaa 5 € jäseniltä, 10 € muilta.

Lippuja kioskilta. (Lipuista on jo noin puolet myyty, kiirehdi, jotta saat omasi.)

