



50 VUOTTA

Turun Avantouimarit r.y. 1957—2007

Kylmääki

Jäsenlehti 1/2007
maaliskuu



Avantouimareiden monet kasvot

Tuhannella jäsenellä on monet kasvot. Yksi arvostetuimmista seikoista tämänkin lehden kirjoituksissa on, että olemme monin tavoin erilaisia. Hannu Nurmi totesi eräässä keskustelussa, että tällainen harrastus todennäköisesti houkuttaa puoleensa vahvoja, itsenäisiä ja halujaan toteuttavia kokeilunhaluisia ihmisiä. Kun näin on, on valtava haaste järjestää asiat niin, että tullaan toimeen, ja enemmänkin, viihdytään.

Yhden jäsenen kasvot ovat aamuisen uimarin kasvot. Hän haluaa kylmän kylvyn riemun, pikaisen hein jonkun toisen samanmoisen kanssa. Tämän tarpeen toteuttamisesta kertoo tässä lehdessä Guy.

Toisen jäsenen kasvot ovat Eelin ja Liljan, jotka nauttimalla nauttivat saunan lämmöstä ja kylmän veden virkistyksestä. Muttei siinä kaikki, nämä kasvot tuntevat kymmeniä, satoja uimaritovereita ja nauttivat toistensa seurasta. Nämä kasvot tuovat esille mm. vankan perinteen yhteisölliseen toimintaan, yhdistyksen merkitykseen henkilökohtaisessa elämässä.

Kolmannet kasvot voisivat olla Annen, joka rentoutuu saunassa keran, ehkä pari viikossa, päästää itsensä vapaalle ja antaa tajunnanvirran viedä. Taustalla kuuluu kylpijöiden porina.

Neljännet kasvot ovat Ristojen, parhaassa iässä olevien miesten, jotka voivat jahnata kiukaan lämmitysveden viemästä energiasta tai jostain muusta enemmän tai vähemmän kiinnostavasta aiheesta pelkän keskustelun tai väittelyn ilosta.

Viidennet kasvot voisivat olla Eetun, Antin tai Timon. Meillä vielä uusia miehiä, jotka toivotamme tervetulleiksi vain nauttimaan harrastuksesta tai tulemaan mukaan yhteisöllisempään toimintaan.

On vielä muitakin kasvoja. Kansainvälisiä kasvoja, nuorten naisten kasvoja, polttariporukoiden kasvoja, jotka eivät tässä lehdessä päässeet esittäytymään, mutta tulevat saunaan ja uimaan porukalla, pitämään keskenään hauskaa.

Tässä lehdessä on paljon vanhoista, hyvistä ajoista kertovaa. Näin siksi, että vanhoissa hyvissä ajoissa ja touhuissa on runsaasti nuorempia-kin kiehtovaa, hurmaavaa, huumavaa. Eeli Kaunela kertoo hienosti anekdoteja, humoristisia juttuja, jotka ovat totta. Huumori on ihana asia, mutta valitettavan vaikea, koska huumorimme on kovin erilaista. Silti sitä kannattaa viljellä, silläkin uhalla, että menee pieleen.

Erilaisuuden kirjo on rikkaus. Kun sitä katsoo avoimella mielellä, kuuntelee ahneudella, kiinnittää siihen silmänsä, niin se ravistelee mukavasti. Joskus jopa niin, että miettii, kannattaako koko avantoon mennä. Vesi on kuitenkin niin kylmää.

Sirkka Perho, päätoimittaja

Puheenjohtajan tervehdys



Mikä tekee avantouinnista suositun? Uinti kylmässä vedessä on itsensä voittamista. Toisilla taas on uinnin jälkeen keventynyt olo. Kolmansien mielestä stressi, erilaiset kolotukset esim. reuma ja flunssakin jäävät avantoon. Uiminen kylmässä vedessä vaatii rohkeutta, itsensä voittamista.

Avantouintiharrastuksesta on tullut muoti-ilmiö. Harrastajamäärä on koko ajan kasvussa. Nykyisin uintiharrastus on tuonut paljon nuorempaa väkeä uimaan.

Useimmat kaipaavat saunaa avannon seuraksi, mutta on niitäkin, jotka pulahtavat aamuisin ennen töihin menoa kylmässä ”kylvyssä”.

Turun Avantouimarit r.y. on kasvanut vuosien mittaan muutaman jäsenen seurasta yli 1000 jäsenen yhdistykseksi. Avantouinti Turussa alkoi Uittamon uimalaitoksen tiloissa, mistä muutettiin Ispoisten rannalle. Täällä olemme toimineet vuodesta 1970.

Meitä on kaikkiin ikäluokkiin kuuluvia, kouluikäisestä vaariin. Saunan lauteilla puheen sorina on mahtavaa kuunneltavaa. Lau-teilla voi kuulla espanjaa, ranskaa, englantia, venäjää. Koululaiset, opiskelijat, maahanmuuttajat sekä ulkomaalaiset työntekijät tulevat kokemaan avannon huumaa, extreamiä.

Uutta rakennusta suunniteltiin moneen otteeseen. Saunan rakentamiseen on käytetty monta työtuntia ja hikipisaroita. Rakennustyössä talkoolaisten panos oli suurena apuna. Talkoovihkoon tuli yli sadan jäsenen nimi. Heistä jokaisen työpanos on ollut arvokasta. Suurkiitos heille kaikille yhteisesti sekä jokaiselle erikseen.

Lopuksi lausun kiitokseni kaikille niille yhdistyksen jäsenille ja yrityksille, jotka taloudellisesti tai muutoin ovat mahdollistaneet yhdistyksemme saunarakennuksen toteuttamisen.

Pirjo Salminen, puheenjohtaja

Lehden sisältö

2	Pääkirjoitus	12	Pallakselta Ispoisten vesiin
2	Puheenjohtajan tervehdys	15	Anne, itsensä kanssa sinut
3	Kaupungin tervehdykset	16	Eetu , Iskän kanssa uimariksi
4-5	Jäsentilastoa	16	Kylmäuimareiden via dolorosa
6	Mielessä viideltä vuosikymmeneltä	17	Kouluttajakoulutuksessa
7	Avannon autuutta 150 vuotta	18	Palvelumme rannalla
8—11	Kylmettämistä viisi vuosikymmentä, historiaa	19	Viiden sekunnin mies

19	Vannoutunut saunoja
20	Huurrepähkinöitä,
20	Ohjeita uintiin
21	Kioski- ja talkkaripalvelut talkoilla
22	Löylyveden sihinää, pihinää ja pulinaa
23	Kronikka, Sirpa Roima
23	SM-kisat
24	Peter, talkoolainen tahdostaan



Turun Avantouimarit 50-vuotta 10.3.2007



Avantouinti, jos mikä, on harrastus, jossa liikutaan suomalaisuuden ytimessä. Sen rinnalle voisi nostaa esimerkiksi pilkkimisen, pitkän mat-

kan murtomaahiihdon ja lumessa kieriskelyn saunatauolla. Nämä kaikki muiden kuin suomalaisten silmissä erikoisilta näyttävät lajit ovat ilmastomme meille suomia iloja, ja suomalaiset ovat mahdollisuutensa käyttäneet tehokkaasti hyväkseen.

Avantouintia harrastaa säännöllisesti 120 000 suomalaista. Heistä Turun alueen seuroissa on noin 5000 henkilöä. Kyse on siis laajalle levinneestä toiminnasta, avantouintipaikkojakin on rekisterissä yli 200 kappaletta ympäri maata.

Avantouinnilla on seuramuotoisena harrastuksena pitkät perinteet, sillä

toiminta alkoi Helsingissä jo 1920-luvun alussa. Toiminta yleistyi 1950-luvulla, jolloin järjestäytynyt toiminta alkoi myös Turussa. Uittamon uimalaitoksella avantouintia harrastettiin vuoteen 1970 asti eli laitoksen purkamiseen saakka. Tämän jälkeen toiminnan pääpaikaksi muodostui Ispoisten uimaranta.

Turun Avantouimarit on 50-vuotisen taipaleensa aikana osoittanut, että yhteistyöllä ja talkoohengellä voi saada paljon aikaan. Muutaman tusinan uimararin seurasta yhdistys on monien vaiheiden jälkeen kasvanut runsaan 1000 jäsenen avantouintiyhdistykseksi. Vastikään käyttöön otettu uusi saunarakennus on yhdistyksen omistuksessa ja paikalle on rakennettu myös nykyaikaiset kerho- ja kioskitilat palvelemaan niin avantouimareita kuin uimarannan kesäkäyttäjiäkin. Yhdistyksen aktiivisuudesta hyötyvät kaikki turkulaiset parantuneina palveluina.

50 vuotta kylmää uhmata ja siitä nauttien on kunnioitettava saavutus. Minulla on ilo toivottaa Turun Avantouimareille menestyksekkästä tulevaisuutta.

*Kaupunginjohtaja
Mikko Pukkinen*



Kuvassa seuran hallitus. Takarivissä vasemmalta: Jussi Koskinen, Eija Hallenberg, Jukka Leikas, Anneli Virta (vj), Anna-Maija Laukka (vj), Silja Kerttula ja Marja-Leena Suikkonen. Eturivissä Hanna Aflecht, Pirjo Salminen ja Sirpa Koskinen.

Loistavaa työtä

Turun Avantouimarit ry on tehnyt sen mitä kaupunki vuosikausia vain suunnitteli, eli toteutti turkulaisten avantouimarien haaveen ja rakensi modernin avantouintikeskuksen Ispoisten uimarannalle. Hanke oli osoitus siitä, mihin turkulainen yhdistys parhaimmillaan kykenee ja osoitus myös siitä, että taloon elää sittenkin.

Puhtaasti kunnallisen liikuntapaikkarakentamisen aika näyttää juuri tällä hetkellä olevan ohitse ja kaupunki tarvitsee niin rohkeita yhdistyksiä kuin yrityksiäkin kumppanuuteen, jotta uusia palveluja saadaan aikaiseksi.

Uusi huoltorakennus saunoineen ja kahvioineen merkitsi samalla huomattavaa parannusta Ispoisten uimarannan tuhansille hiekkarannan kesäaikaisille kävijöille.

Kaupungin liikuntatoimen puolesta minulla on ilo onnitella ansiokasta seuranne sekä sen aktiivisia toimihenkilöitä 50-juhlavuotenanne sekä samalla kiittää merkittävästä asukkaidemme terveyden edistämiseksi tekemästänne pitkäaikaisesta työstä.

*Turun kaupungin liikuntajohtaja
Arto Sinkkonen*

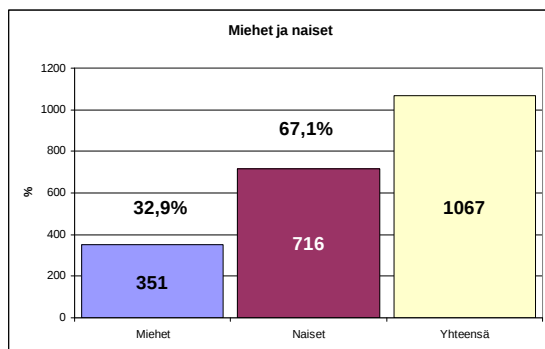
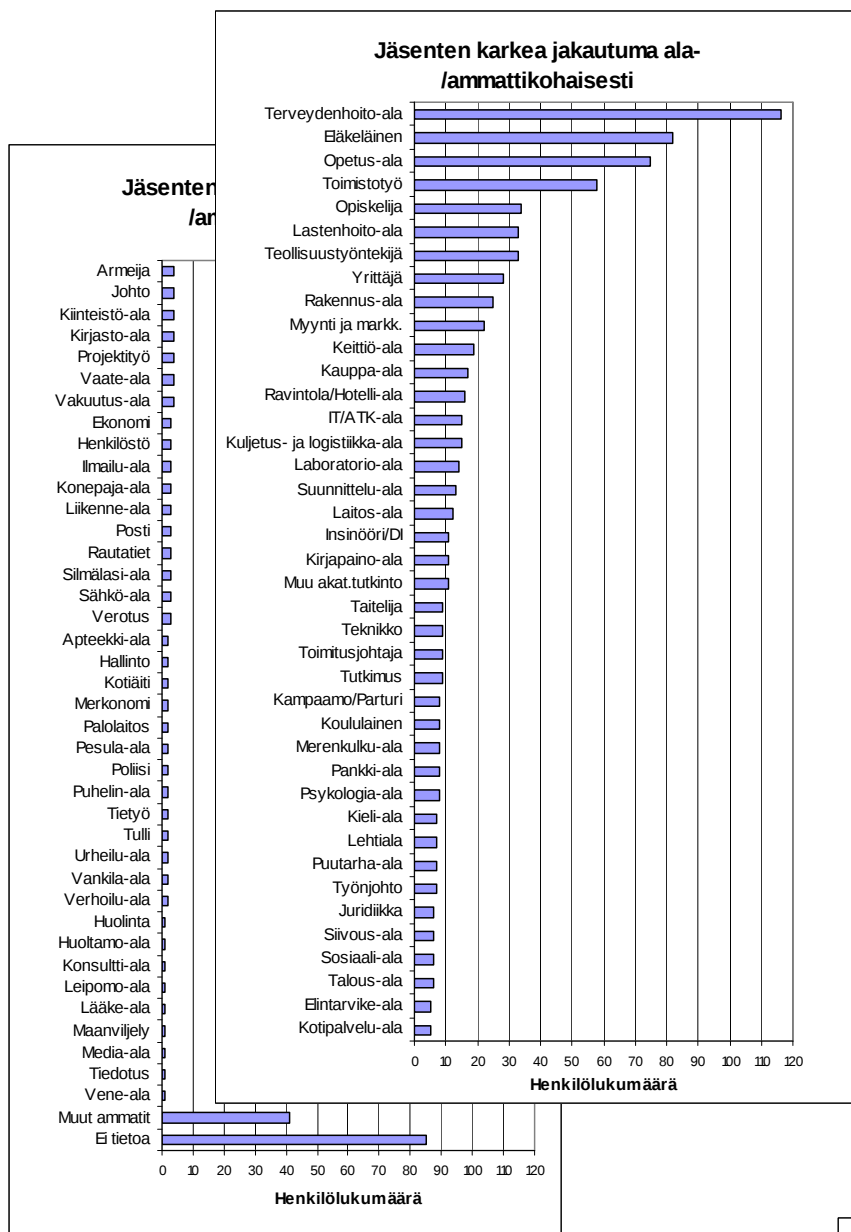




Saunassa ja uimassa tittelittöminä ja iättöminä

Terveydenhuollon ammatteihin kuuluvia eniten, naisia 67 %

Yhdistyksemme jäsenistö on aina ollut eri aloja ja ammatteja edustava. Jäsenistö kattaa koko Turun alueen. Tällä hetkellä yhdistyksessä on 1067 jäsentä.



Naisten osuus kasvanut

Muutama vuosi sitten oli jäsenistä miehiä 40 % ja naisia 60 %. Nyt ovat naiset parantaneet osuuttaan ja suhde on nyt 33 % (351) ja 67 % (716). Ainoa lohtu miehille oli aikaisemmin se, että miehet kävivät useammin uimassa kuin naiset. Miten mahtaa tilanne olla nyt?

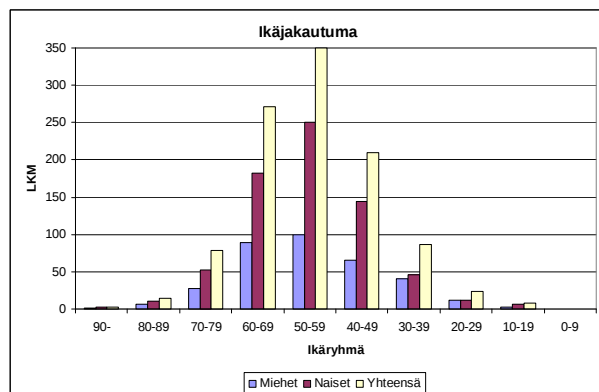
Parhaassa iässä olevat naiset enemmistönä

Jäsenistömme ikäjakauma on pysynyt vuosien aikana melko samanlaisena. Suurin ryhmä ovat 50–59 -vuotiaat ja seuraava ryhmä 60–69 -vuotiaat. Naisten osuus on näissä ikäryhmissä, kuten myös 40–49 -vuotiaiden ryhmässä yli kaksinkertainen verrattuna miehiin.

Nuorten kohdalla on enemmän tasapainoa sukupuolten välillä. Meillä on kolme yli 90 -vuotiaasta jäsentä ja ryhmässä 80–89 -vuotiaat 15 jäsentä. Vastapainoksi on tullut nuoria jäseniä ja viimeaikoina on uimassa näkynyt kiitettävästi nuoria, jotka ehkä eivät vielä ole jäseniä, mutta toivottavasti jatkossa liittyvät.

Jäsenten ammattikohtainen jakauma kertoo karkeasti, millä aloilla tai missä ammateissa jäsenistömme toimii. Suurin yksittäinen ryhmä ovat terveydenhuollon ammattilaiset, lääkärit, hoitajat ym., joita jäsenistöstä on 11 %. Seuraavat suuremmat ryhmät ovat eläkeläiset 8 %, opetustoimen työntekijät 7 %, toimistotyöntekijät 5 % sekä opiskelijat, lastenhoito ja teollisuustyöntekijät sekä yrittäjät.

Kaiken kaikkiaan jäsenistössä on edustettuna noin 400 eri ammattia.





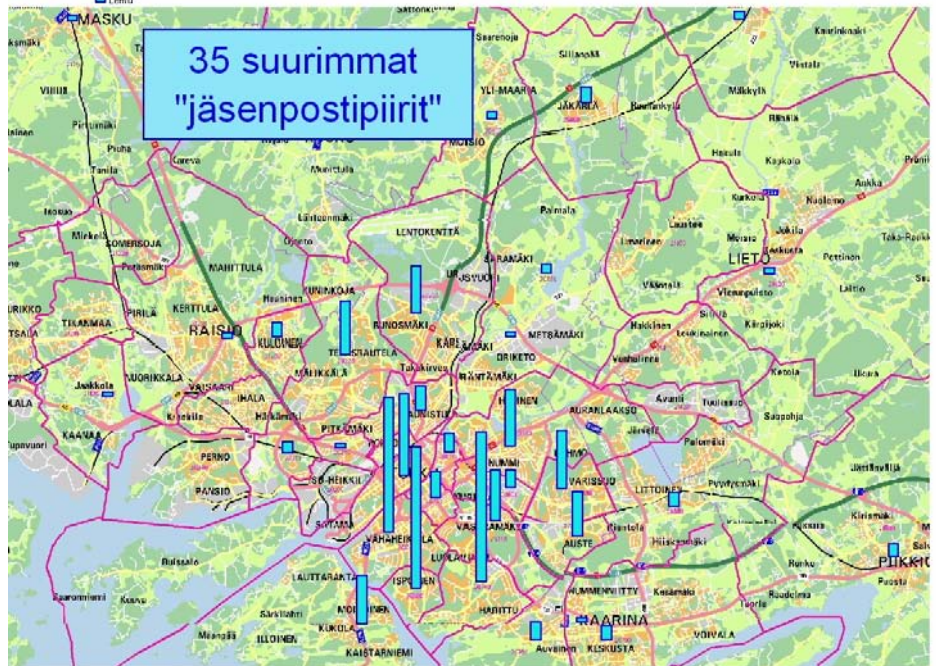
Postipiirin 20740 edustus vahva

Kiinnostavaa on myös, mistä saakka tullaan avantoon ja saunaan. Jäsenet asuvat pääasiassa Turun keskustassa niin, että lähimpänä sauna olevat postipiirit ovat myös jäsenmäärältään suurimmat eli 20740 = 13%, 20880=12%, 20810=11%, 20100=7% ja 20610=5%. Näiltä alueilta on hieman vajaa puolet jäsenkunnasta. Ympäristökunnat ovat myös edustettuna kuten Parainen, Lemu, Lieto, Piikkiö ja Aura.

Juuri ennen saunan rakentamista liittyneet säilyttäneet jäsenyytensä

Jäsenistön jäsenikä, eli se aika kun on ollut jäsen, on keskimäärin lähes 8 vuotta, joten voi kai sanoa että olemme uskollista porukkaa. Jäseniältään vanhimmat henkilöt ovat olleet jäseniä 51 vuotta eli ovat olleet kauemmin jäseniä kuin yhdistyksellä on ikää. Tämä selittyy sillä, että toiminta alkoi jo 1955 mutta yhdistys on virallisesti hyväksytty yhdistysrekisteriin vasta 1957.

Yli 30 vuotta jäseninä olleet kutsutaan vapaajäseniksi. Kunniajäseniä on tällä



hetkellä seitsemän ja yksi kunniapuheenjohtaja Ragnar Rantanen. Kunniajäseniä ovat Eeli Kaunela, Helge Korpela, Margit Laakso, Ester Laakso, Mirjam Leivo, Reino Suominen, Peter Smith, Tuovi Koivula. Vapaajäseniä on 14. Sen lisäksi on yksi kannatusjäsen.

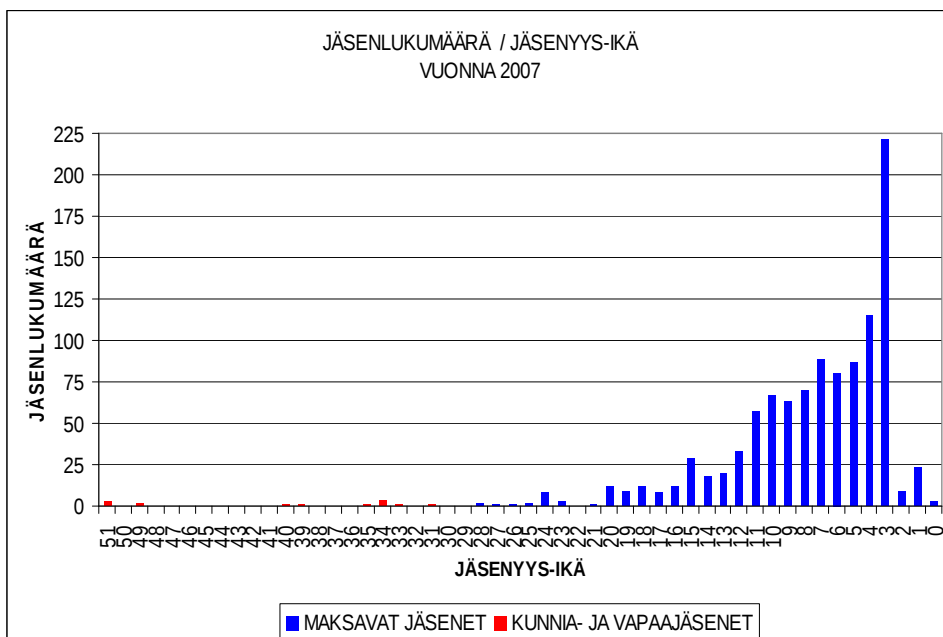
Kasvusyökäykset 90-luvulla ja 2000-luvun alussa

Jäsenmäärä lähti voimakkaasti nousuun 1990-luvulla ja 2000-luvun alus-

sa. Vuosittain tuli uusia jäseniä suuret määrät, mutta usein vain 50 prosenttia jäi pysyväisjäseniksi. Jopa puolet saattoi seuraavina vuosina jättää jäsenmaksunsa maksamatta, jolloin heidät poistettiin rekisteristä. Kolme vuotta jäseninä olleitten pilari on korkeampi kuin edelliset ja johtuu seuraavana vuonna voimaan tulleen liittymismaksun korotuksesta. Nyt todella maksettiin ja jäätin jäseniksi kun tiedossa oli, että uusi liittyminen tietää 100 euron kulua (ks. sivu 19).

Saunalla näkyvä aktiivisuus lupaa hyvää jäsenmäärän suhteen jatkossakin, kun sana pukeutumisen, saunomisen ja kaiken kaikkiaan tilojen hyvistä puitteista leviää tietoisuuteen.

Göran Wikstedt





Eeli Kaunela

Mielessä viideltä vuosikymmeneltä



Senni Nieminen oli aikoinaan Uittamolla avantouintinäytöksessä ja sanoi, että mun tekee taas mieli avantoon. Joku kysyi, että oletko ollut avannossa, niin Senni vastasi: En mutta minun on ennenki tehnyt mieli avantoon.

Uittamolla oli muistaakseni Jalmariniminen mies, jolla oli tekojalka. Jalmar sanoi, että jos heittäis ton puujalan pois ennen kuin menen avantoon, ettei joku luule, etten osaa uida.

Uimanäytöksessä oli Valleniusniminen kaupungin kirvesmies, jonka ohjelmanumero oli, että hän makasi jäällä selällään uikkareissa ja oli peitetty lumella, ettei näkynyt kuin naama. Turunsanomainen kysyi, että eikö tuollaisesta tule kipeäksi, niin

Vallenius vastas, että

- ”Kylmar siit tulee, ko niit on semmosii järjettömii, ko palelluttavat ites”.

Sikiöasennossa neljä ja puoli minuuttia

Kyllä sitä oli Eelikin sen verran nulikkamainen silloin 50-luvulla, että otin osaa pussitappeluun. Avannon yli oli laitettu lankku ja siitä yritettiin pudottaa toinen säkillä. - Molemmat sinne avantoon sitten mentiin.

Ispoisten avantopaikassa olin kerran tyhmyyttäni 4 ja puoli minuuttia avannossa kaulaa myöten. - Ei siinä kuinkaan käynyt, kun olin ihan hiljaa rappusilla sikiöasennossa. Vesi lämpenee kehon ympärillä, kun ei liiku.

Tästä tuli mieleeni 3 sellaista urheilulajia, joita ei milloinkaan pitäisi järjestää. Ne ovat: kuinka kauan avannossa pystyy olemaan, saunan lölykilpailut ja viinan juonti. Kaikki ovat kohtuudella erittäin hieno juttu. Joku kyllä sanoi, että kyl liikaa on, mutta kohtuus on liian vähän.

Lillistä

Edesmennyt Lilja Pirttimäki, meidän Lilli, oli kanssa oma persoona. Hän kävi vielä 88-vuotiaana Ispoissa avannossa. Kun oli oikein liukas, niin

Lilli sanoi, että hän ei uskaltanut tulla jalkaisin niin tuli polkupyörällä.

Naantalin kylpylässä kun käytiin, niin Lilli oli aina mukana. Kylpylässä on sellainen laite,

Eeli ja Helge kannustavat avantouimareita verenluovutukseen

Eeli ja Helge ovat tehneet arvokkaan työn myös luovuttamalla vertaan SPR:n veripankkiin. Helge on yltänyt yli 200 ja Eeli 164 kertaan.

- Avantouinnilla ja verenluovutuksella on sen verran samoja piirteitä, että molempiin jää helposti koukkuun ja molemmista tulee sanomattoman hyvä olo, kertoo Eeli ja kehottaa myös uusia uimareita hyvään työhön.

SPR:n luovutuspaikalla on Eelin aikaansaama avantouimareiden oma vihko, jonne Eeli toivoo uimariluovuttajia nimensä kirjoittamaan.



kun tulee jalkapohjiin voimakas vesisuihku. Lillin meno näytti siihen vähän vaikealta. Minä sanoin, että voin-ko vähän auttaa. Lilli siihen, että - Kyllä hän siihen pääsee, mutta kun tukka meinaa kastua ja kohta alkaa tanssit.

Lillin lausumat oli todistus siitä, kuinka tervellistä avantouinti on. Hän sanoi kerran 90-luvulla, että - Mulla on vähän flunssaa. Silloin talvisodan aikana mulla oli kans, sen väliajan onkin sitte ollut terveenä.

Ja vielä: -Kyllä silloin nuorempa-na, kun meni polkupyörästä ketjut pois päältä, niin ne laitettiin päälle. Mutta nyt vanhemmiten on saanut laittaa itse.

Eeli Kaunela

Mann Lines
www.mannlines.com





Bertil Lund: Avannon autuutta 150 vuotta



Eeli Kaunela, Helge Korpela ja Bertil Lund ovat pitkäaikaisimpia seuran uintiharrastajia ja saaneet seuran viirin tunnustuksena pitkäaikaisesta seuran jäsenyydestä. Helgellä on viiri nro 1, Eelillä nro 3 ja Bertillä nro 16. Kaikki kolme harrastavat saunaa ja uimista edelleen.

Liityin Turun Avantouimareihin 1960-luvun alussa. Uimapaikka oli jo silloin Uittamolla, mutta eri paikassa kuin nykyisin. Saunaa ei ollut, ainoastaan pukuhuone, jossa oli pyöreä pelitiuuni nurkassa. Joku sitä lämmitti, mutta yleensä vaatteiden vaihto tapahtui kylmässä tilassa.

Ensimmäinen hakkasi avannon auki

Pukuhuoneesta johti pitkät, jyrkät rappuset, joissa oli yli kymmenen askelmaa, avannolle, jonka yleensä kukin uimari itse avasi avannon reunalla olevalla tuuralla. Pakkasilla avanto peitettiin eristelevyllä. Silloin oli kylmät ja runsaslumiset talvet, joten lumi- ja jäätöitä sai aina tehdä ennen avannon autuuteen pääsemistä. Uimareita oli aika vähän. Nykyisistä muistan tavanneeni vain Korpelan Helgen ja Kaunelan Eelin.

Kun ajattelen nykypäivän avantouimareita, tulee mieleen, että mahdollisikohan monikaan aloittaa avantouinnin sellaisissa olosuhteissa kuin silloin oli. Riisuuntuessani eräänä päivänä uudessa pukuhuoneessa ja tuntiessani lämpöiset lattiaalat jalkojeni alla, muistelin entisiä aikoja, jolloin

jalkoja paleli jo riisuuntumisvaiheessa!

Kun sitten avannon oli saanut auki, oli taiteiltava pystysuoria portaita veteen. Uintihan ei tullut kysymykseen, sillä avannon läpimitta oli vain ehkä metrin luokkaa. Näin jälkikäteen ajatellen uinti oli ehkä vaarallistakin, koska yleensä oltiin yksin. Mutta mukavaa oli. Kyllä nyt kelpaa uudessa saunassa.

Kunniakirja ja viiri arvossa

Kunniakirjan pitkäaikaisesta jäsenyydestä sekä viirin numero 16 sain Turun Avantouimareiden pikkujoulussa 20.11.1998 Hansa talossa. Tilaisuudessa kiitin kunniasta runonmuodossa. Siitä seuraavassa muutama säkeistö:

"Nyt kun olen uinut avannossa yli kolmekymmentä vuotta huomaan, etten ole tehnyt sitä aivan suotta.

Viirikin minulle annettiin numero 16 sen jalkahan painettiin. Näillä värssyn sanoilla kaikkia kiitän terveiset, halaukset mukahan liitän."

Kylmärinki on tarvittu

Huomasin, etten saanut tarpeekseni pelkästään avannon kylmyydestä. Sen vuoksi rupesin kulkemaan autosta saunalle kymmenkunta vuotta sitten yläruumis paljaana. Ja tietysti saunalta taas takaisin autolle. Siitä syttyi innostus joidenkin uimareiden kesken, että ruvetaampa juoksemaan Uittamon maisemissa ilman paitaa ja ennen avantoa ja saunaa.

Näin syntyi "Kylmärinki", joka vielä tänä päivänä ilahduttaa uittamolaisia kovillakin pakkasilla. Liedon Uuden Vuoden juoksuun olemme osallistuneet joukolla useita kertoja. Parhaimmillaan pakkasta oli miinus 20 astetta, mutta hyvin kaikki "kylmärinkiläiset" selvisivät yli viiden kilometrin lenkistään.



*Kuvassa kylmärinkiläisistä Teuvo Tal-
lari Hietämäki, Risto Piepponen, Ber-
til Lund ja Ari Leino.*

Lopuksi oheistan vielä värssyn mainitun pikkujoulun kiitossanoistani:

*"Hulluiksi joku meitä avantouimareita sanoo
mutta osa edes paitaansa päälle pa-
noo.*

*Varmaan ihan tuplahullu itsekin oon
kun turvaudun vain shortseihin ja pi-
ppoon."*

Toivotan vasta-alkajille ja muillekin avantouimareille hyisiä uintiretkiä. Aikansa ottaa ennen kuin nuoret pääsevät samoihin lukemiin kuin Helge, Eeli ja minä, joilla on pitkälti yli sata vuotta yhteisiä autuuden hetkiä avannosta.

Bertil Lund



Kylmettämistä viisi vuosikymmentä

Historiaa koonnut Hannu Nurmi

Kuten asiaan kuuluu, menneitä muistellaan ikääntyessä, mitäpä me siitä tavasta erottautumaan.

Turunkin seudulla esiteltiin 1950-luvulla suurelle yleisölle hämmästyttäviä sirkustemppuja Aurajoen jäähän sahatus avannon reunalla ja hylkeiden lailla avantoon sukeltamalla. Kenellekään ei jäänyt epäselväksi, että moinen jääkylmässä vedessä temppuilu vaati esiintyjältä rohkeutta ja melkoista rämäpäisyyttä. Mieliin tuli kauhu-kuva heikoilla jäillä sattuvasta sulaan putoamisesta ja armottoman jääkylmän veden kuolettavasta syleilystä.

Tänä päivänä me jo tiedämme, jo pa tieteellisen tutkimuksen kautta, että avannon kylmyyteen meno aiheuttaa ihmiselle suurimman mahdollisen stressin. Toisin ilmaisten, säännöllisesti avantouintia harjoittamalla vähäpätöisempien tunnekuohujen kesto paranee ja mielihyvää tuottavat hormonit valtaavat mielen.

Uittamon kausi 1955 - 1970

Vanhaan hyvään aikaan moisesta vaikutuksesta ei tiedetty jäähileen vertaa, mutta syksyisin kylmissä vesissä uintiaan jatkaneet uskalikot pyrkivätkin karaisemaan kehoa talven kylmyyttä ja nuhatauteja vastaan. Avantouintiesitysten hurja meno antoi lisää intoa silloisille Uittamon uimalan kylmäuinnin pioneereille. Uintihurjastelu lopetettiin, kun jää peitti Pitkänsalmen ja keväällä pulahdettiin taas avoimeen veteen, naapurien kauhistellessa ja tiukkapipoisimpien jopa paheksuessa moista kurittomuutta.

Mutta miksi lopettaa vesien jäätyessä, avantouintihaan kaipaa vain puitteeseen jäähän hakatus avannon.



Niinpä kylmäuimarien yhteisessä tilaisuudessa vuonna 1955 ryhdyttiin tuumasta toimeen ja perustettiin seura, jonka puitteissa voitiin jatkaa kylmäuintia koko talvikauden.

Valaistuksen puuttuminen kulkuteiltä ja pukukopeista ei haitannut innokasta uimarijoukkoa. Aamuisin ensimmäisenä rantaan tullut hakkasi avantoon kastautumiseen sopivan aukon ja jos jäätä kertyi päivän mittaan uudelleen, oli se jälleen aukaistava rautakangella ja kirveellä. Kirvestä repussa kantava uimari olikin tuttu näky Uittamon raitilla.

Uimarijoukon kasvaessa päätettiin hankkia virallinen lupa Uittamon uimalaitoksen tilojen käytölle. Lupaehdoissa edellytettiin seuran rekisteröimistä yhdistysrekisteriin ja niinpä tammikuun 13. päivänä vuonna 1957 Turun talviuimarit pitivät Uittamon uimalassa 26 henkilön voimin kokouksen, jossa he perustivat Turun Avantouimarit nimisen yhdistyksen. Ensimmäiseksi puheenjohtajaksi valittiin Lauri Verho. Tieto yhdistyksen virallisesta rekisteröimisestä tuli vuoden aikana. Talvinen käyttöoikeus Uittamon uimalaitoksen tiloihin myönnettiin kaupunginhallituksen kokouksessa jo tammikuun lopulla.

Suurella tyytyväisyydellä todettiin, että ensiaskeleitaan ottava yhdistyksen hallitus oli hankkinut yhteiseen käyttöön jääsahan, rautakangen ja talikon. Jokainen uudistus tuntui parannukselta entisiin oloihin verrattuna.



Syystäkin oltiin hyvillä mielin ja toimintaan tarvittavia rahavaroja kerättiin järjestämällä julkisia avantouintinäytöksiä, arpajaisia ja myyjäisiä. Samalla pyrittiin tuomaan esiin avantouinnin terveydellekin myönteisiä vaikutuksia ja houkuteltiin uusia uimareita mukaan yhdistyksen toimintaan.

Vaikka uimalaitoksen tiloissa oli kaksikin saunaa, avantouintiin ei liitetty saunomiskulttuuria. Pukuhuoneita lämmitettiin kamiinoilla juuri sen verran, että pukeutuminen onnistui suuremmitta vaikeuksista. Yhdessä vaiheessa toinen saunoista oli miesten ja naisten yhteisenä pukuhuoneena, toki verholla eroteltuna.

Kaupungin kulttuuri- ja urheilupiirit olivat uimarijoukossa hyvin edustettuina. Kylmäaltistuksen myönteiset vaikutukset kiinnostivat niin turkulaisia näyttelijöitä kuin huippu-urheilijoitakin.

Avanto houkutteli kylmyydellään kaikkia väestönosia ja innokkaimpia karaisijoita jo alkuvuosina olivat nuorekkuudestaan ja elinvoimastaan huolta pitävät avantouintiyhdistyksen naiset.

Uimarijoukon ikäjakama oli pelkistetyksi ilmaistuna, koululaisesta vaariin. Varsinaiseksi nuorisosaostoksi ei ryhmää missään vaiheessa ole voinut mainostaa, sen verran runsaampaa aikuisväestön osuus oli ja on ollut koko toiminnan ajan.



Alkuhuumasta toivuttuaan jätti moni kokeilija kuitenkin karaisut sikseen ja ehkä Uittamon uimalan huono kunto-kin aiheutti jäsenmäärässä suuria muutoksia vuosien varrella.

Pukuhuoneiden korjauksia jouduttiin suorittamaan talkootöinä ja vähäisillä rahavaroilla. Kovalevyllä saatiin uutta pintaa seiniin ja uimarien mielialaa kohennettua. Kun kaupunkikin vuonna 1961 otti osaa talkoisiin ja kunnosti naisten pukuhuoneen uunia, oltiin jo vallan hurmiossa. Johtokuntakin innostui kehumään, että suojat ovat lämpimät ja viihtyisät. Ei haitannut, vaikka uimapuvusta tippuva vesi jäättyi pukuhuoneen lattialla.

Avannon aukaisu ja kulkuteiden puhdistus sekä pukusuojiin lämmitys olivat aikaa vievää puuhastelua. Jo silloin oivallettiin määräaikaistyöläis-työjärjestelmän mahdollisuus ja yhdistys palkkasi talviajaksi uimalaitokselle vahtimestarin. Siitä huolimatta aamu-ja iltauimarien oli aukaistava jäätyneet avanto uimaan ryhtyessään, sillä työ-aikalaki määritteli myös vahtimestarin päivittäisen työajan pituuden. Hyvin työnsä hoitanutta vahtimestaria kyllä sitten muistettiin jouluna kovalla tai pehmeällä lahjapakettilla ja muutoinkin vuolailla kiitossanoilla.



Juhlintaan ei yleensä tarvita kovin-kaan erikoista syytä ja uimarijoukon vireyshän oli tietysti erinomaisella mallilla, kun kukin sai piristysruiskeensa avannossa käymällä. Oli uintikauden alkajais- ja päättäjaisjuhlia, yhteisiä joulujuhlahetkiä ja laskiais- karnevaaleja. Illanistujaisiin eli kerhoiltoihin riitti kokoontumistilaksi vaatimattomampikin paikka, mutta

suuremmat juhlat järjestettiin joko jossain paikallisessa ravintolassa tai erityisessä juhlasalissa. Yhteisen aterian lisäksi ohjelmaan kuului tavallisesti seuraleikkejä, laulelua ja lopuksi tietysti illan kohokohta, tanssit.

Yhteisiä hetkiä vietettäessä sai alkunsa myös ajatus seuramerkin suunnittelusta. Vuonna 1957 jäsenistölle julistettiin oikein luonnoskilpailu. Graafinen suunnittelu osoittautui kuitenkin oletettua kovemmaksi pähkinäksi ja vasta viiden vuoden kuluttua hyväksyttiin Pauli Mellasen ehdotus. Merkkiä ei kuitenkaan koskaan saatu teetetyksi Uittamon kaudella.

Ispoisten kausi 1970 - 2007

Uittamon uimala rapistui vuosi vuodelta ja kaupunki päätti purkaa huonokuntoiset rakennukset.

Avantouimareille tarjottiin uutta uintipaikkaa läheiseltä Ispoisten uimarannalta. Kun parempaakaan paikkaa ei ollut tiedossa, oli esitettyyn vaihtoehtoon suostuttava. Yhdistyksen omaisuus kuljetettiin uuteen uimapaikkaan vesikelkalla Pitkäsalmen jäätä pitkin.

Saunarakennus oli jo parhaat päivänsä nähnyt, mutta suursiivouksella siitä saatiin melko hyvät tilat.

Muuton myötä avantouimareille puhalsivat uudet tuulet, kun kylmäuinnin lisäksi oli mahdollisuus myös saunaan ja päätettiin jopa ostaa sähkömoottori pitämään avantoa auki. Vuosia myöhemmin avannon sulana pitoon hankittiin ilmakompressori, joka toimi tehokkaammin kuin portaalla pielessä virtausta synnyttänyt sähkömoottori.

Kertalämmitteinen kiuas henkäisi maittavat löylyt suurellekin joukolle. Saunan käyttöä varten perustettiin erityinen ”markan toimikunta”, joka myöhemmin nimettiin saunatoimikunnaksi.

Ispoisissa innokkaita saunoja ei ensimmäisinä vuosina pahemmin hemmoteltu lukuisilla saunapäivillä, löylyn lämmöstä pääsi nauttimaan

vain lauantaisin.

Tarve avantouintiin liittyvään saunomiseen oli kuitenkin sitä luokkaa, että vuosi vuodelta viikon saunapäiviä lisättiin yksi kerrallaan.

Reippaita saunoja ei häirinnyt suuremmin niin sanottujen mukavuuksien puute. Löylyvesi saatiin läheisestä kaivosta, mutta juomavesi piti kantaa jo kauempaa. Käymälätiloja ei ollut, eikä kaupunki pyynnöistä huolimatta suostunut niitä hankkimaan. Mutta omatoimisuutta löytyi sitä enemmän.



Herkullisimmat muistot liittyvät saunalla tarjottuihin uunituoreisiin voilla siveltyihin pulliin ja niin houkuttelevana tuoksuvaan kahvikupposeen. Ne hetket olivat juhlaakin suurempia elämyksiä saunomisen ja uimisen lomassa.

Talkootyöllä on ollut suuri merkitys koko toimintaakin ajatellen, mutta erityisesti saunan lämmityksessä. Saunapuiden pilkkomiset olivat riemukkaita talkoohetkiä.

Muonitus pelasi naisten toimesta, miehille yleensä kuului kirves- ja sahatyöt. Moottorisahan pärinäkään ei ollut outo ääni rannan talkoissa. Puutarpeita saatiin purkutyömailta ja muutoinkin lahjoituksina.

Harvoin jouduttiin ostamaan polttopuuta. Yleisen ilmastonpuhtauden vaalimisen myötä saunallakin lopetettiin vuonna 1995 niin sanotun käsittelyn puun poltto, ihan aiheesta kyllä.



Luonnollisesti pukeutumis- ja saunatiloja pyrittiin korjailemaan mukavuustasoltaan viihtyisämmiksi, mutta uudistusten toteuttaminen kaupungin omistamassa kiinteistössä vei aikaa aina vuosia. Uintipaikan vaihtoakin harkittiin ja kaupungin taholta esitettiin useamman kerran yhdistyksen toiminnan siirtämistä johonkin Ruissalossa sijaitsevaan kiinteistöön. Kaikki vaihtoehdot olivat niin hankalan kulkuyhteyden päässä, että ne eivät sopineet päivittäistä avantokylpyä kaipaaville.

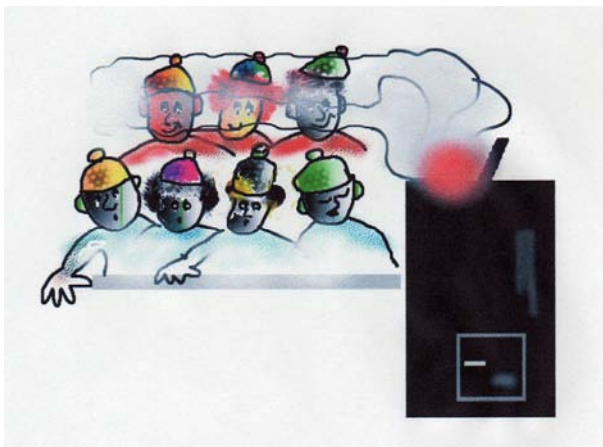
Mutta joskus onni hymyili avantorannallekin. Muun muassa silloin, kun vuonna 1991 rakennuksen löylyhuoneeseen tehtiin pieniä kohennuksia. Puutelistalle jäivät vielä vesijohto, suihkut ja WC-tilat. Nekin toteutettiin vihdoin vuonna 1994 tehdyn suuremman laajennustyön yhteydessä.

Varjopuolena huomattiin, että kaupunki ryhtyi perimään uudistetusta saunasta myös vuokraa.

Remontti oli suuri kehitysaskel mukavuuksien suhteen, mutta uuden kiukaan mitoitus saunatiloihin ei tyydyttänyt saunojia. Muhkea 700 kilon kivimäärä antoi lämpöä kiitettävästi, mutta kiukaan korkea muoto johti kuumuuden vain ylälauteelle ja suorastaan hiillosti välikaton rakenteita. Kaikenlaisia virityksiä rakenneltiin, jotta lämpöä olisi saatu myös alempien lauteiden tasolle. Saunalla alkoi virkattujen löylypiipojen aikakausi. Ahkeran lämmittämisen seurauksena kiukaan valurautainen kansi mureni ja niinpä kiuas oli uusittava jo kuuden vuoden käytön jälkeen. Samalla luovuttiin ristiriitaisten tunteiden vallassa puulämmityksestä ja syyskaudella vuonna 2000 saatiin ensituntumaa öljylämmityksen helppoudesta.

Niin kesä- kuin talviuimarien kauhistukseksi uimarannan massiivinen laiturijoutui ajan hengen mu-

kaisesti purettavaksi vuonna 1999. Saman kohtalon koki saunan laiturijouturi ja tilalle hinattiin kelluva ponttonilaituri. Talkoojoukko paranteli heti uuden laiturin rakenteita nikkaroimalla portaisiin lisäaskelmat ja päällystys betonipinnan lautaritilällä. Turvallisuutta lisäämään laiturin sivustoille asennettiin myös kulkuvälit. Lyhyt joutuivat väli-



koi oman saunan aikakausi.

Tässä yhteydessä ei puututa sen enempää uuden saunan rakennusvaiheeseen. Se jätetään seuraavan historianjulkinnan kohteeksi.

Tulevaisuus

Lopuksi voimme todeta, että jo 50 vuoden ajan yhdistyksen jäsenistöstä on löytynyt asiansa osaavia uuraajia, jotka kukin omalla aikakaudellaan ovat pyrkineet toteuttamaan yhdessä asetettuja tavoitteita. Tulevat vuodet eivät sitä yhdistyksen sisäistä voimavaraa muuta.

Talvinen liukkaus oli jatkuva ongelma ja laiturille vievälle kulkutielle suunniteltiin hankittavan lämpömatto, mutta kustannukset olivat niin suuret, että hankkeesta luovuttiin. Päätökseen vaikutti olennaisesti myös mahdollinen mattoon kohdistuva ilkeä.

Oma sauna

Kaukaisimmatkin toiveet toteutuvat, kunhan uskoa riittää.

Kun kaupunki rahapulatuskissaan vuosituhatien vaihtuessa aloitti kiinteistöjensä myynnin ja vuonna 2004 yhdistyksenkin vuokraama sauna päättyi myyntilistalle, tarjoutui avantouimareille, kuin vahingossa, tilaisuus ostaa saunarakennus.

Myyntiasiaa hoitavat virkamiehet tiesivät vuosien tavoitteestamme ja yhteisessä palaverissa esitettiin saunaa ensisijaisesti myytäväksi Turun Avantouimarit ry:lle. Yhdistyksen vuosikokous hyväksyi hallituksen neuvottelemalla sopimuksen ja niin al-

**Onnea 50-vuotiaalle
yhdistykselle ja kylmiä kylpyjä
tuleville vuosille !**



**Turun Soutajat r.y.
Åbo Roddare r.f.**

www.turunsoutajat.com

AUTO-CENTER

**Turun seudun
Reumayhdistys ry**

Humalistonkatu 17 A
20100 TURKU

puh. 277 7240, 040 777 1990

yhdistys@turunreumayhdistys.net





Perinteistä kiinni

Perinteitä vaalien järjestettiin edelleenkin yhteisiä uintikauden avajais- ja päätösjuhlia. Kun omalla saunalla ei ollut kerhohuonetta, pidettiin juhlat kulloinkin sopivaksi katsotuissa vuokratiloissa, niinhän toimittiin jo Uittamonkin kaudella.

Saunalla pidettiin monen moisia grillaus- ja kahvittelu tuokioita. Vuosituhannen vaihteessa hankittiin rantakekkereitä varten koottava juhlatelta johonka nikkaroitiin puulattia.

Vuosijuhlat

20-vutisjuhlaa vietettiin vuonna 1975 Ispoisten saunan lauteilla muistelemalla seuran alkuaikojia.

Samoin 30-vuotisjuhlat ajoitettiin toiminnan aloittamisen mukaisesti vuodelle 1985. Ohjelmassa oli oikein ulkomaanmatkailu, risteily Tukholmaan.

Yhdistyksen täyttäessä 40 vuotta, järjestettiin Turun VPK:n talolla, asiaan kuuluvasti, komeat juhlat. Juhlapäivä oli valittu, muista vuosijuhlista poiketen, yhdistyksen rekisteröitymiseen liittyvän perustamisajankohdan mukaan eli 13. tammikuuta 1997. Jäsenistöä ja kutsuvieraita oli koko upean salin täydeltä, noin 300 henkeä.

Logosta rintamerkkiin

Yhdistyksen tunnuksenkin kohdalla tapahtui vihdoinkin vuonna 1979 edistystä ja Jukka Elosen suunnittelema ehdotus hyväksyttiin. Kolmikulmaisessa avantoa kuvaavassa logossa oli avantouintiseuran perustamisvuosiluku 1955 ja yhdistyksen nimi.

Viirin hankintaa suunniteltiin vuonna 1985 ja parin vuoden kuluttua teetettiin 50 kpl valkopohjaisia pöytästandaareja.

Ihmeellisen nuorennusleikkauksen merkki ja viiri kokivat vuonna 1990, kun kumpaankin muutettiin vuosiluvuksi 1957. Yhdistys näyttääkin nyt nuoremmalta kuin todellisuudessa onkaan.

Yhdistyksen logon pohjalta suunniteltiin 90-luvun lopulla rintamerkki eli pinssi. Saman aiheen pohjalta kehiteltiin myös jäsenyyksiä mukaan jaettava harrastemitali. Ensimmäiset mitalit kunniakirjoineen luovutettiin vuonna 2000.

Kilpailuja ja retkiä



Suomalainen tekee kaikista mahdollisista ja joskus mahdottomistakin aiheista kilpailun. Eikä rauhassa saanut olla kylmäuintikaan. Tampereella järjestettiin ensimmäiset SM-uinnit vuonna 1989 ja MM-uinnit kisailtiin ensimmäistä kertaa vuosikymmentä myöhemmin. Totta kai Turustakin löytyi kilpailijoita niin SM- kuin MM-koitoksiinkin. Kilpailullista menestystäkin on ollut sekä yksilölajeissa että viestiuinteissa. Kahteen otteeseen yhdistys on voittanut osanottajamäärän ja kilpailusijoitusten mukaan laskettavan Laurin-maljankin.

Jäsenmäärän kasvaessa virisi myös retkeilyinto ja yhteiset hiihto- ja patikkavaellukset ovat nykyäänkin olennainen osa toimintaa. Matkakohdeksi valitaan yleensä paikka jossa voi myös käydä avantokylvyssä.

*Piirroksat ja teksti
Hannu Nurmi*

Toiminnan merkkipaaluja

- | | |
|------|--|
| 1955 | Avantouimarien kesken perustettiin Uittamolla seura. |
| 1957 | Seura rekisteröitiin nimellä Turun Avantouimarit r.y. Seuramerkinluonnoskilpailun julistaminen. |
| 1970 | Uittamon uimalaitos puretaan ja avantouimarit muuttavat Ispoiisiin. Kylmäuinnin lisäksi aloitetaan myös saunatoiminta. |
| 1975 | 20-vuotismuistelot Ispoisten saunalla. |
| 1979 | Hyväksyttiin Jukka Elosen suunnittelema yhdistyksen logo. |
| 1985 | 30-vuotisjuhla laivaristeilynä Tukholmaan. |
| 1987 | Teetettiin 50 kappaletta yhdistyksen logon pohjalta suunniteltuja pöytäviirejä eli standaareja. |
| 1989 | SM-uinnit alkavat |
| 1990 | Yhdistyksen merkkiin ja pöytäviiriin muutettiin seuran perustamisvuosiluvun (1955) tilalle yhdistyksen perustamista ja rekisteröitymistä vastaava vuosiluku. (1957). |
| 1991 | Löylyhuonetta laajennettiin puuvajasta saadulla tilamäärällä. |
| 1994 | Kaupunki toteutti koko saunarakennuksen laajennuksen. Kiukaan ansiosta saunalla alkoi pipovillitys. |
| 1997 | 40-vuotisjuhlat Turun VPK-talolla. Julkaistaan historiikki avantoon! Avantoon! ja yhdistyksen tunnuslaulu. Laulun sanat ja sävellys V-P Lehto. |
| 1999 | Saunan laiturit puretaan, tilalle uitetaan ponttonilaituri. Logon pohjalta suunnitellaan ja toteutetaan rintamerkki eli pinssi. MM-uinnit alkavat. |
| 2000 | Luovutaan puulämmitteisestä kiukaasta ja siirrytään kiukaan öljylämmitykseen. Jaetaan ensimmäiset harrastemitalit kunniakirjoineen. |
| 2004 | Yhdistys ostaa saunarakennuksen 2. elokuuta ja vuokraa maa-pohjan. |
| 2005 | Vanha sauna puretaan ja uuden rakennuksen perustustyöt alkavat. |
| 2006 | Saunan koekäyttö huhtikuussa ja kokonaisuudessaan jäsenistön käyttöön kesällä. |



Pallakselta Ispoisten kylmiin vesiin

Paula ensin kylmäuinnille mutta Lilja Turun Avantouimareihin



- Kyllä se Luoja varmaan taas asian niin järjestää, että se avanto tulee, toteaa Lilja, joka ei vielä tullessaan ollut huomannut, että avanto oli jo järjestetty. Talven ensimmäinen, 21.1.2007.

Tytär Paula oli Lapin kävijä ennen äiti-Liljaa. Paulalla oli tapana käydä vuodenajasta riippumatta purossa tai joessa uimassa. Lilja oli kauan haaveillut pääsevänsä Lappiin ja kun vihdoin matka tyttären kanssa toteutui Pallakselle, sai yhteinen kylmäuintiharrastus alkunsa. Ruskisrovan kämpällä Paula poti flunssaa ja oli harmissaan ensimmäisen matkan pilalle menosta.

Kuumeessa ensimmäiselle hyliselle kylvylle!

”Olin kovassa kuumeessa. Ensimmäisen päivän olin maannut ja oltiin toisessa matkapäivässä. Nyt ei autakaan, sanoin, näin ei voi jatkua. Näin kun kantoivat joesta vettä saunaan. Ajattelin, että tonne...tonne menen. En tiedä tuliko viesti ylhäältä vai Ahdin valtakunnasta, mutta sinne minä menin ja sinne kuume jäi!”

Seuraavana päivänä alkoivat Liljan vaellushiihdot Lapissa. Tauti oli pois ja niinpä hiihtäminen ja pulikointi puroissa jatkui.

Lilja kertoo, että koko linja-autoporukka, pienet tiitiäisetkin, tuli-

vat avantoon sillä viikolla. Kukaan ei jäänyt pois. ”Miehet katto ikkunasta kun naiset siellä meni kinoksissa, varo rintojansa ja pelkäsi kylmää. Miehet sano sitten illalla, että kyllä me nähtiin kun naiset kanto kissanpoikia avantoon.”

”Äidillä alkoi siitä aktiiviuinti. Muistan, että äiti haaveili avantouinnista jo kun olin pieni mutta minä ehdin ensin”, muistelee Paula, joka harrastusten ja ystävien kanssa kävi jo nuoruudessa vaeltamassa ja sitä mukaa kylmäuinnilla. ”Ispoisissa äiti aloitti ennen minua. Hän hiihteli Pitkäsalmee pitkin ja kävi uimassa”.

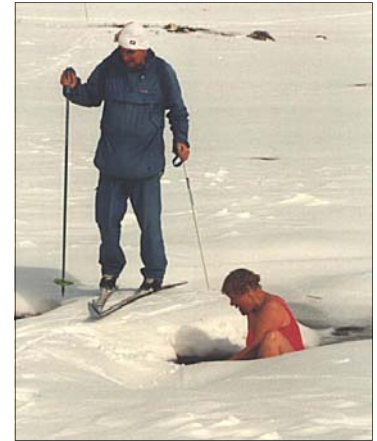
Kunniapuheenjohtaja Rangnar Rantanen kutsui saunaan

Liljasta tuli sitten Lapin hullu ja ”joka tavalla hullu, minusta tuli!”

”Olin kuullut avantouintipaikasta mutta en millään aiemmin ollut ehtinyt, sillä töistä tultua alkoivat koti-työt, eikä siinä muita harrastuksia voinut toteuttaa. Olin juuri jäänyt eläkkeelle ja nyt minulla oli aikaa”.

Tammikuun talvi -87 oli kova. Lilja hiihteli pitkin Pitkäsalmee ja näki saunasta nousevan savun. Ragnar Rantanen lämmitti sauna ja kehotti Liljaa hakemaan hakemaan pyyhe-
linansa, jos kerran mieltä avantoon. ”Siitä se minun kohdallani täällä alkoi. Useamman vuoden kävin kylmäuinnilla mutta nyt käyn vain saunapäivinä.”

Paula tuli Ispoisten kuvioihin 80 – luvun lopulla. Paula asuu sen verran kauempana, ettei hänellä ollut mahdollisuuksia käydä säännöllisesti kylmäuinnilla. Pohjoisen hiihtoretkillä on selvä, että uimassa käydään. Nykyisin Paula käy meillä harvakseltaan saunapäivinä.



Puronkin vesi kaivettava esille, ”Varpunen plutii”

Lilja muistelee kuinka hauskaa ja jännittävää oli pohjoisessa hiihdellä ja kuulostella suksien alta veden solinaa. Tytär nauraa ja kuva kertoo, että todella Lilja kerran houkutteli erään helsinkiläismiehen kaapimaan lumen ja jään solisevan puron päältä, jotta pääsisi pulahtamaan.

Lumen ja jään alla hiekka oli sellaista kellanpunertavaa (kultaa?), kuten sinappia. ”Liukusin sitten tunturin rinnettä, jotta sain housuni puhtaaksi. Ne tuli ihan kamalan näköisiksi, kun hankasin itseäni puron pohjassa”.

Niinhan se on, että avantouimari kun on tottunut kylmään veteen, niin ei se reissussakaan kumma juttu ole mennä kesken hiihdon vilvoittelemaan. Kerrottu tapahtui äitienpäiväviikolla, jolloin oli kaunista ja ilmakin aika lämmin.

Saunapuiden teon kaihoa

Parhaimpana entisiltä ajoilta mieleen muistuvat lämmityspuutalkoot. - Olin jonkin verran emännän tehtävissä ja saunapuitakin tekemässä. Se oli kivaa yhteistyön aikaa. Tiloja siivottiin ”aika epäsäännöllisesti” ja kun alkoi näyttää, että rupeaa tulemaan pukuhuoneessa ahdasta, niin siivottiin.

Työ syntyi tarpeesta, ei määrärajoista. Joku aina otti homman, kun tuntui siltä, että nyt täytyy siivota. Näin tehtiin kunnes Peter astui kuvi-
oihin mukaan.



Sukua laajalti mukana

Paulan miniä on aktiivinen kylmäuimari Lahdessa. Hän aloitti uinnin meillä ja pulahtaa joka päivä ennen töihin menoa. Paulan tytär kävi uinnilla pienempänä ja varmaan aloittaa uudelleen. Puoliso aloitti viime syksynä ihan vapaaehtoisesti rouvan hyvien viestien kannustamana.

Liljan vanhin tytär on myös käynyt uimassa ja nuorimmainenkin on aloittanut. Paula pohtii, että nykyään kun harrastus on lisääntynyt, ei enää hulluna pidetä. Lilja naurahtaa saaneensa kerran soimaukset kotona kun mies ihmetteli, että mistä sitä puoli kymmenen aikaan vasta tullaan. Mies uskoi lopulta, vaikkei ihan terveenä touhua pitänyt. ”Ne oli niitä aikoja kun viisikin tuntia uitiin ja saunottiin, ja meitä oli monta samanlaista”.

Harrastuksen suurin ilo on porukassa. ”Sitä tuntee itsensä samanarvoiseksi toisten keskuudessa. Täällä on se puoli ollut tosi hienoa, ettei tarvitse keskustella, jos ei halua, ei ole merkitystä onko herra vai narri, on helppo tulla eikä keneltäkään tarvitse kysellä kuka olet ja mitä teet. Ei tarvitse tehdä tiliä itsestä ja ollaan tasa-arvoisia. Jokainen hakee hyvän olon tunteen omalla tavallaan”.

Monen seuran loukussa mutta kotipesä Liljalle selvä

Molemmat ovat Turun Avantouimareiden jäseniä. Lilja on kolmen seuran loukussa ja Paula kahden. Lilja kertoo, että kun Arvo-ystävä perusti Saukkojen saunan Ruissaloon ja tämä tytär Maskuun, niin mukaan oli men-

tävä. Maskussa Lilja käy vähän mutta Saukoissa viikoittain. ”On niin hyvä harrastus, että voi maksaa kolmen seuran jäsenyyden. Kotipesä on kuitenkin tämä. Tänne on lyhyt matka erityisesti jääkannon aikaan salmen toiselta puolelta ja Pitkäsalmi on minun oma veteni”.

Paula on säilyttänyt äiti-seuran jäsenyyden, koska ystävien ja tuttujen kanssa kuljetaan Lapissa ja tavataan muutoinkin. Maskun seura perustettiin kolme vuotta sitten pitkien ponnistelujen jälkeen. Sauna on pieni ja lämpiyä kolme kertaa viikossa. Paula

on Maskun Jää-Karhujen sihteeri.

Uuden saunan rakennuspuuhat Liljan unissa

Lilja kertoilee, kuinka hän on uutta saunaa unissaan rakentanut. ”Kun vanhaa korjattiin, niin suunnittelin, miten uutta tehdään”.

Paula kehuu saunaa estottomasti. ”On tämä niin hyvä, tuli nopeasti ja hyvään aikaan. Ponnistus on ollut kova ja annan täyden sylillisen kiitoksia hankkeelle ja tekijöille”.

SP

	SPEEDO PACIFIC UIMALASIT	9,90	SOKOS WIKLUND
	DEEP SEA AVANTOTOSSUT	24,90	
	PRO DIVER AVANTOKÄSINEET	19,90	
Asiakasomistajuus kannattaa! S-Etukortilla Bonusta jopa 5% ostoksistasi!			



Kylmästi Onnitellen
50 -vuotiasta
Turun Avantouimarit



Koti valitaan tunteella ja välittäjä järjellä!



Pekka Raudaskoski
040 9000 780



Ulla Koskenvaara
040 9000 793



Matti Silander
040 9000 794



Nikolai Harju
040 9000 792

Välityspalkkio 3,3% + 975 € sis. alv



Asuntokaarina Oy LKV

Pyhän Katariinan tie 7, Kaarina
puh. 02-469 3500
asunto.kaarina@kiinteistomaailma.fi

www.kiinteistomaailma.fi

Jalo bus

Edullista tilausajoa
Turun talousalueella
Puh. 0400-525 008





Itsensä kanssa sinut oleva ihminen on kauris ja valoisa

Avantouimari Anne Heikkinen on ikuinen opiskelija. – Paitsi, että on mukava oppia uutta, opiskelu on minulle työkykyä yllä pitävää toimintaa, kertoo Anne.



Annella on tarkoitus ennen kesää väitellä terveys-tieteiden tohtoriksi. Työterveyttä käsittelevän väitöskirjan teko on ollut työläs ja mielen-

kiintoinen prosessi. Avantouinti antaa mukavaa rentoutusta ja irtipääsyä puurtamisesta.

Anne työskentelee projektipäällikkönä Pulssin ja yritysten kesken toteutettavassa työhyvinvoinnin edistämiseen tähtäävässä kumppanuushankkeessa ja tekee työterveyshoitajan työtä. Itsenäisenä ammatinharjoittajana Anne on yli 10 vuotta auttanut ihmisiä parisuhdeasioissa, vetänyt mm. parikymmentä eroryhmää. ”Työnä parisuhdetyö on ollut valtavan palkitsevaa ja sille on kysyntää”.

Uusi sauna oli hyvä ratkaisu

Anne on suhteellisen säännöllisesti harrastanut avantouintia kuusi vuotta. Liikkeelle oli helppo lähteä yhdessä Pulssin työporukan kanssa. Ryhmä on osin omille teilleen hajaantunut ja nyt jokainen käy oman aikataulunsa mukaan. ”Olen saunauimari ja varaan aina riittävästi aikaa päästäkseni nauttimaan niistä kaikkein tärkeimmistä iloista: Äärettömän rentouttavasta uinnista ja saunasta, tunnelmasta ja ihmisistä”.

Keskusteltaessa uusista ja vanhoista tiloista nousee kaksi näkökulmaa kisailemaan toistensa kanssa. Anne toteaa, että totta kai vaatimustaso nousee, eikä turhia riskejä hygienian osalta kannata ottaa. Terveystieteiden ääni kuitenkin vakuuttaa, että jollei ole mitään perussairauksia, ei infektioriski sinällään ole suuri. Aina ei näin ole ja silloin infektio voi olla hyvinkin kohtalokas. Siinäkin mielessä tämä oli hyvä ratkaisu.

Ihmiset tunnelman tekevät

”Ensin ajattelin, että häviääköhän täältä jotain tunnelmasta, mutta kun ihmiset löysivät taas oman paikkansa, niin kyllä sieltä se sama tunnelma löytyi. Ihmisethän eivät ole muuttuneet ja väkeä on näemmä tullut lisääkin.”

”Siihen pieneen jalasmökkisaunaan melkein rakastuin. Ensin ajattelin, että hyvä tavaton, ja se pukuhuone oli mitä sattui. Se oli sitä aikaa. Ihmisethän sen tunnelman tekevät ja on ihanaa kun on lattialämmitys ja lukollinen kaappi. – Tosin olisin minä jatkanut jäsenenä vanhassakin saunassa. Näin terveydenhuollon ammattilaisena katson, että tilanne on nyt erinomainen”.

Itsensä näköinen elämä arvokasta ja tuo onnea

Työterveyshuollossa Anne on työskennellyt reilut 15 vuotta. Anne toteaa, että selvästi näkee, kuinka vauhti työpaikoilla on kasvanut. Kaikesta pitää olla valmiina tänään, huomina ei riitä. ”On surullista, ettei enää tule sellaista kiireisen työjakson jälkeistä helpompaa aikaa, jolloin voisi ladata akkujaan”. Tietotekniikka, joka on tullut jokaiseen ammattiin, on monelle räsistekijä. Toiset ovat näissä asioissa osaavampia, eikä se heitä rasita, mutta suurimmalla osalla ei ole sellaisia perusvalmiuksia tai koulutusta. Ihmiset usein turhan myöhäisessä vaiheessa istahtavat pohtimaan, mikä on minun näköistäni elämää. Usein vasta kun ongelmia on ilmennyt ja yrityksissä vasta kun tulee sairauksia tai eläkkeelle jäämisiä.

Onnelliseksi tulemisen pohdiskelu kannattaa

”Haluaisin peräänkuuluttaa oman jaksamisen kannalta pohtimista: *Miten minä tulen onnelliseksi?* Sellaista itsetuntoa voisi kasvattaa, ettei tarvitse esitellä täyttä kalenteria, että voisi sanoa: Tässä on nyt kolme iltaa vapaata. Kyllä mulle sopii lähteä Itse on tästä huoli pidettävä.

Nuku hyvin Korkokaton alla

Voit nukkua yösi rauhassa, kun valitset asuntolainamme, jossa on korkokatto. Sinun lainasi viitekorko ei korkokaton voimassaoloaikana nouse yli sovitun tason, vaikka korot muuten nousisivatkin. Korkokaton laskiessa saat kuitenkin siitä täyden hyödyn.

Soita ja varaa aika keskusteluun 0200 3000 (pvm/mpm) ma-pe 8-20.

Teemme sen mahdolliseksi

Nordea

Martinkatu 5
Turku-Matti
02-334 5541
nordea.fi



Olisi hienoa jos esimies tuntisi alaisensa niin hyvin, että voisi kohdentaa tehtäviä osaamisen ja motivaation mukaan. Jos työ on räätälöity osaamisen mukaan, niin sitä tekee enemmän kuin pyydetäänkään. Mutta jos kuormitusta on liikaa tai liian vähän voi uupua. - Sillä tavoin työelämä on raadollistunut, etteivät ihmiset välttämättä uskalla puhua töissä huonosta voinnistaan. Tuntuu kuin pitäisi olla energisempi, jaksavampi, osaavampi. Avun hakeminen usein viivästyy. Tuntuu, että 20-30 -vuotiaiden ajattelussa elämän pitäisi olla valmis ennen 30 ikävuotta.

Aikaa spontaanille elämälle ja ystäville

Anne painottaa keskusteluissaan työssä, että ihmisellä pitäisi olla monta korttia. Jos elää yhden kortin varassa, esim. työn, ja siellä tapahtuu jotain, niin ei jää mitään millä sen kompensoi. Voi olla että työ vaatii esim. puoli vuotta täyttä omistautumista, mutta sen jälkeen on otettava uusia kortteja esille.

Elämän kaikki osa-alueet tulisi pitää mukana. ”Kyllä on sanottava, että naiset ovat tässä parempia ja elävät useammalla kortilla. Miehillä työ on keskeisempi, osa identiteettiä. Tämä tuli selvästi ilmi gradukseni, jonka tein aiheesta: Mies, työkyky ja avioero. Kävi jopa ilmi, että jos mieheltä otettaisiin työ, niin se olisi kuin leipä lapsen suusta. Aikaa ystäville ja spontaanille elämälle tulisi myös olla”.

Nuoruus, valoisuus ja vastaanottavaisuus

Anne selittää valoisuutensa ja hyvän olonsa salaisuuksia ennakkoluulottomuudella, uuden kokeilemisella, nöyryydellä oppimisen edessä ja vuorovaikutuksella. ”Mitä enemmän oppii ja saavuttaa sitä nöyryydeksi tulee sen edessä, kuinka vähän tietää”. Aina ollaan matkalla, muilta ihmisiltä oppii valtavasti, kun osaa kuunnella. Anne

Iskän kanssa Eetusta kasvaa avantouimari



Koululainen Eetu Jokela aloitti syksyllä 2006 avantouinnin Ispoisissa isä Arton kanssa. Joulun alla Eetu täytti kahdeksan ja juhlisti sitä Jouluaattona mökin avannolla – ilman sauna. Nyt uintiseurana oli äiti, sillä isän kipsikäsi ei tykkää avannosta. – Iskän kanssa normaalisti käyn täällä, toteaa Eetu.

- No on vaan kivaa käydä vedessä, ei paljon muuta, ... tulee pirteä olo. Pojan posket ovat kuumaa kaakaon ja kylmän kylvyn seurauksena punaisena. – Täytyy hieman tankata ennen seuraavaa lajia, joka Eetulla on karate.
- Kerran uisin metrin, tai hieman

enemmän. Yleensä Eetu vain pulahattaa veteen. Kavereita ei tässä touhussa ole mukana eivätkä kummia tuumaa. Hieman ihmettelevät käyntejä.

Vesi tuntuu kylmältä. Sauna on kiva ja Eetu on kova saunoja muutoinkin. Isosisko puistatti itseään ja totesi, ettei häntä saisi veteen millään hinnalla. – Ei saakaan, toteaa Eetu.

Eetu on päässyt hyvään alkuun ja iskä tulee vielä mukaan kun saa kätensä kuntoon. Kysymykseen, tuleeko Eetusta avantouimari, saan suoran



vastauksen: Varmaan ja ajatuksia jäseneksi liittymisestäkin on.

SP

on uudelle vastaanottavainen. Vastoinikäymisiä pitää pohtia ja ne selvittää, kunnossa olevia asioita on syytä arvostaa ja nöyryys elämän edessä on tärkeä asia.

” Kai se on se, mikä siellä avannon tunnelmassa viehättää, kun ihmiset tulevat uimapuuvissaan, olemme samalla viivalla, joukko ihmisiä, joilla ei ole nimikylttejä eikä titteleitä. Elämä on!

Media ja maailma ruokkivat ajatusta ainaisesta nuoruudesta. ”Mun mielestä ihminen, joka on sinut itsensä kanssa, on aina kaunis. Kun estro-

geeni vähenee, vähenee kollageeni. Jos ajatellaan ulkonäköä, niin couperosa-iho pahenee harrastuksessamme, pienet verisuonet katkeilevat ja posket punoittavat, miehillä ja naisilla. Mutta, jos muuten jää plussan puolelle, niin saadaahan me couperosa peitettyksi vaikka meikkivoiteella.

Kun hymyilee oikein kauniisti, ei pieniä katkenneita verisuonia edes huomaa. Eiköhän me tällä porukalla pidetä huolta siitä, ettei kauneus ole ulkoisesta asusta kiinni”.

(couperosainen SP)



Kylmäuimareiden "VIA DOLOROSA" 2005 – 2006

Vannoutunut aamu-uimari Guy Söderholm

Kesä 2005 sujui aamu-uimareiden osalta rauhallisissa ja odottavissa merkeissä. Uusi rakennus nousi hyvää vauhtia. Sen piti valmistua syksyllä, mutta arvioitiin, että myöhästymistä tulee ainakin vuoden vaihteeseen asti, joten vastassa olisi melko ankea syksy taivasalla. Rannalle oli varustauduttava pitkävartisilla kumisaappailla, koska suoja-aita oli pystytetty aivan vesirajaan. Tässä vaiheessa suhtauduttiin odotettavissa oleviin vaikeuksiin huumorilla. Muistan sanoneeni useaan otteeseen ympärilläni parveilleille naisille: "Talvella sitten nähdään, ku- ka on todellinen talviuimari".

Säiden kylmetessä siirryimme pukeutumaan laiturilta pikkusaunan altaalle kuistille. Melko pian valmistui onneksi väliaikainen pukukoppi vanhaan puuvajaan ja rupesin heti käyttämään sitä. Useat rohkeat naiset jatkoivat ulkona pukeutumista. Alkusyksyllä 2005 ilmestyi aidalle yhdistyksen lahjoituspyyntö ja syntyi pieni kansanliike lahjoitusten antamiseksi.

Turhautumista aamu-uinnin menettämisestä

Sitten alkoivat ikävyydet ja turhautumiset v. 2006 kevätkokoukseen asti kylmäuimarit olivat olleet turvallisissa mielin, kun edellisen kevätkokouksen aikana ilman vastalauseita puhuttiin läpyskälukosta, joka mm. poistaisi seiniltä "kruksauslistat", koska käyntikerrat saataisiin tietokoneesta. Nyt pudotettiin pommi ja kerrottiin, että läpyskälukko on liian kallis ja on sen vuoksi päätetty, että kylmäuimarit saavat käyttää pukukoppeja saunan aukioloaikana. Aamu-uinti olisi mahdollonta.

Tästä ilmoituksesta syntyi vastalauseiden myrsky ja hallitus sai tehtäväksi ratkaista asian. Katkeruus oli

suurta.

Kylmäuimareiden osalta hieno kesä sujui hallituksen ehdotusta odotellessa. Tosiasia kai oli, että rakentamis-stressi vei hallituksen aikaa niin, että kylmäuimareiden ongelmia ei paljoakaan jaksettu ajatella kesän aikana.

Ratkaisujen etsimistä kovallakin väännöllä

Syksyllä ilmestyi sitten seinälle kauan odotettu ilmoitus kylmäuimareiden kokouksesta. Heti kokouksen alussa tehtiin kelvollinen ehdotus kivijalassa olevan tilan sisustamiseksi ja varustettavaksi lattialämmityksellä, jolloin ilmeisesti olisi voitu käyttää vanhaa koetettua avainsysteemiä. Valitettavasti tämä ehdotus tyrmättiin oitis ilman lähempää keskustelua, mikä oli omiaan kiristämään kokouksen ilmapiiriä molemmin puolin.

Olen jälkeenpäin miettinyt olisiko yhdistys rakentanut tämän tilan ilman lisämaksuvaatimuksia kylmäuimareille ja olisiko se tullut paljonkaan halvemmaksi kuin nykyinen läpyskälukko. Hallituksen vaihtoehtoehdotus oli pikkutarkka suunnitelma kylmäuimareiden päivystyksestä ja jopa myynnin hoitamisesta. Tämä ehdotus ei saanut lainkaan kannatusta osittain kai siksi, että joukossamme on melko paljon työssä käyviä, jotka uivat ennen työpäivän alkua.

Uhrauksiin aina valmis Anneli Virta ilmoittautui hoitamaan puolestamme päivystyksen. Näin suurta urakkaa ei millään voitu sysätä yhden hengen harteille ja ehdotus hylättiin mahdottomana. Käytiin sekavaa ja riidanhaluista keskustelua, kunnes aivan loppupuolella tuli esille mahdollisuus läpyskälukon laittamisesta yhteen

Kiitämme alla mainittuja yrityksiä kylmäuimareita varten tehdyn kulunvalvonnan tukemisesta.

**Securitas Direct Oy,
Hartela Oy,
NCC Rakennus Oy,
YIT Oyj,
Fenestra Oy KY,
Emretson
Bryggprodukter,
Satumaa**

Tukea on tälle hankkeelle antanut myös Nordea, jonka ilmoitus on lehdessä toisaalla.

**Turun Avantouimarit r.y.
Kylmäuimarit**



S SEPIMA OY



oveen. Päätökseksi tuli, että tutkitaan asiaa ja pidetään uusi kokous parin viikon kuluttua.

Tunteet kuumina, vesi jäähdytti

Väliaikana kävivät tunteet kuumina, vaikka tarpeellinen hyvä jäähdytys saatiinkin kylmenevästä vedestä. Jos jokin muista avantouintiyhdistyksistä olisi ollut lähempänä, epäilen, että se tässä vaiheessa olisi saanut uusia jäseniä.



Halukkuus lisämaksuihin lukosta oli minimaalinen. Tämä oli hyvin ymmärrettävä, koska kylmäuintimaksu oli noussut 13 eurosta 80 euroon (jm 30, kylmäuinnin vuosimaksu 50. Toim. huom). On toki myönnettävä, että 13 euroa oli erittäin halpaa ja yhdistyksen talous oli jatkuvasti ollut saunojen varassa. Itse olin jo viitisentoista vuotta uinut halvalla, joten pidin korotusta kohtuullisena

Sponsorit apuun

Kokouksessa tiedusteltiin valmiutta lukkojärjestelmän vaatimiin lisämaksuihin tarkkojen laskelmien mukaan. Minusta tämä oli täysin turhaa, koska yhtälön tärkein tekijä, maksajien määrä, oli täysin tuntematon. Ajattelin itsekseni, että tästä ei tule mitään! Silloin kuului kovalla äänellä taikasana: Sponsoriraha. Se oli Outi Ruohola, joka kertoi, että hänellä on jo ensimmäinen sponsori ja lisää on luultavasti saatavissa.



Saamalla suurimman osan tarvittavista sponsorirahoista hän osoitti osaavansa käyttää ”suuvärkkiään” muuallakin kuin kokouksissamme. Meidän kylmäuimareiden on syytä olla hänelle hyvin kiitollisia. Itse ajattelen Outia lämmöllä joka kerta kun vilautan läpyskäni ovirobotille.

Parin viikon kuluttua saimme tietoja saaduista lahjoituksista ja tarpeellinen summa tuntui olevan koossa. Samanaikaisesti alkoi liikkua tietoja, että hallitus olisi tehnyt päätöksen läpyskälukon hankinnasta ja odotimme pian pääsevämme pukuhuoneeseen.

Toimitusajan piti alkusyksyn keskustelujen mukaan olla lyhyt, kolme päivää. Pitkään aikaan ei tapahtunut mitään. Lopulta ilmestyi valaistu koodikotelo oven viereen, mikä taas loi hiukan toivoa. Lopultakin levitettiin puskaradion kautta tieto, että läpyskät jaetaan rannalla 18.-19.11. Niin kuin kaikissa suurissa projekteissa, oli toimitusaika venynyt.

Loppu hyvin, kaikki hyvin

Hanna Afleht jakoi tarkat käyttäytymisohjeet ja opastusten kera ”Sesam aukene” –läpyskät ja portin avaimet. Pitkä taistelu oli lopulta sponsoreiden ansiosta päättynyt onnellisesti.

Lopuksi täytyy todeta, että tämä ratkaisu on huomattavasti parempi kuin ”kivijalkavaihtoehto”.

Loppu hyvin, kaikki hyvin.

*Vannoutunut aamu-uimari
Guy Söderholm*

Avantouimareiden kouluttajakoulutusta Ispoisissa



Onpa oikea sanahirviö tuo avantouinnin kouluttajakoulutus! Sellainen järjestettiin Suomen Ladun toimesta kotisaunallamme tammiin lopussa. Koulutuksesta valmistuneena on valmiudet järjestää tiedotustilaisuuksia ja neuvontaa esim. yrityksille ja muuten avantouinnista kiinnostuneille. Eri

asia sitten, miten pitkään avantouintia on tarjolla, näinä muuttuvan ilmaston aikoina.

Kyllä sai jäitä odottaa tänä vuonna! Toki vesi on ollut kylmää siitä huolimatta.

Koulutuksen aikana opimme, mitä erilaisia muutoksia elimistössä tapahtuu kylmäuinnin aikana, ennen ja jälkeen. (Seuran nettisivuilta löytyy hyvää tutkija Huttusen tietoa.) Saimme mustaa valkoisella avantouinnin eduista ja -

haitoista (?), paneuduimme harrastuksen turvallisuusnäkökohtiin ja kertasimme ensiavun antamista hypotermiapotilaalle.

Parhaiten mieleen jäivät keskustelut avantouinnin hulleudesta. Mikä saa lämmin- tai kylmäverisen, mutta tasalämpöisen ihmisen koettelemaan sietokykyä ja sulautumaan yhdeksi jääkylmän veden kanssa? Mieleltöntä, että aktiivinen avantouimari saavuttaa niin monia elimistön etuja kylmästä vedestä. Avantouinnissa tärkeintä on aina omat tuntemukset. Kannattaa kokeilla uintia eri tavoin ja sitä kautta löytää juuri itselle sopiva kylmäuintitapa. Yhtä ainoaa oikeaa ei ole, vaan jokaiselle sopii joku oma tapa.

Kannattaa kokeilla: saunaan, ei saunaan, kolmesti puhtahtaminen, välillä pieni seisoskelu laiturilla, yhden kerran uinti, uintipituuksien (=kylmässä oloajan) vaihtelu, entäpä uinti/paikalla seisominen tai sikiöasennon ottaminen? Uimieluiten rannan suuntaisesti, jonkun valvovan silmän alla ja max 60 sekuntia, niin olet turvallisissa käsissä. Kokeile vielä erilaisia varusteita ja eri vuorokauden aikoja. Muista juoda paljon vettä!

Palvelut avantosaunan luentosalissa toimivat mainiosti. Tekniikka pelasi, tilatut ruoat olivat maukkaita ja henkilökunta ystävällistä. Ilmatkin suosivat, oli hyvä katsaus Suomen talveen. Välillä mahtava auringonpaiste, kova pakkanen ja sitten taas lumituiskua.

Terveisin Tanja Kortet-Suominen



Ispoisten uimarannan palvelut ja harrastusmahdollisuudet

Hanna Afleht ja
Jukka Leikas

Turun varmasti suosituin uimaranta kesäisin on keskeisellä paikalla sijaitseva Ispoisten Uimaranta, jonne voi tulla kävellen, bussilla ja miksei omalla autollakin. Turun Avantouimaraiden uuden saunan valmistuttua käyttökuntoon on mukavuustaso rannalla noussut huomattavasti.



Vuodenaikojen rytmiä noudattaen Ispoisissa voi aloitella harrastamisen vaikka kesän alkaessa. Monet aamu-uimarit aloittavat kesäpäivänsä pulahattamalla alkukesällä vielä viileään, mutta pikkuhiljaa lämpenevään veteen. Uimamatkat heillä vaihtelevat muutamasta sadasta metristä kilometrejä uiviin "ammattilaisiin". Rannan suuntaisesti uimalla ei myöskään joudu veneliikenteen aiheuttamaan vaaratilanteeseen.

Kioski avaa luukkunsa aamupäivällä, tarjolla on virvokkeita, kahvia, tuoretta pullaa sekä ennen kaikkea kesähittiä, jäätelöä. Auringonotto, uiminen tai varjossa löhöily lukien tai vaikka pelaaminen ovat suosittuja. Lapsilla on käytössään turvallinen, matala ranta, jossa kelpaa polskutella. Pukuhuoneesta voi vuokrata lukollisen kaapin päiväksi ja siistit WC -tilat ovat kaikkien uimareiden käytössä, kaapin vuokranneilla on myös suihku-mahdollisuus. Sauna lämpiää muuttaman kerran viikossa, kioskilta saa taas kesän tullen lisätietoja hinnoista yms.

Syksyllä avantouimarit ottavat taas saunan ja pukuhuoneet haltuunsa, mikä ei suinkaan tarkoita, etteivät ei-jäsenet voisi yhtä hyvin saunoa ja uida siellä. Itse asiassa, syksy on mukava tapa aloittaa kylmäuinti. Hitaasti

jäähtyvään veteen tottuu pikkuhiljaa, kunnes huomaa, että onkin jo riippuvainen upeasta, uinninjälkeisestä tunteesta. Kaunis ympäristö houkuttelee myös kävelyretkille lähistölle.

Talven tullen tunnelma rannalla on ainutlaatuinen; avanto pysyy sulana, iltapäivisin voi harrastaa saunomista ja mukavaa jutustelua samanmielisten kanssa ja juoda läksiäisiksi vielä kahvit tai kaakaot viihtyisissä kerhotiloissa, joita voi myös vuokrata yksityistilaisuuksiin. Jäätilanteen salliessa voi Pitkäsalmen jäällä hiihdellä tai vaikka vain kävellä.

Kevätauringon alkaessa lämmittää, on uimaranta kioskeineen lyömätön retkikohde, vaikkapa koko perheelle pienen lämmittelytuokion muodossa. Saunomattakin voi piipahtaa mehulle tai kahville ja lämmitellä sisätiloissa. Ja, mihinkä me nyt päädyimmekään? Niin, totta kai kesäiselle aamu-uinnille ja olemmekin lähtöpisteessä.

Ympäri vuotista palvelua on siis tarjolla kaikille turkulaisille, se on meidän kaikkien ranta. Muistakaamme kuitenkin, että roskikset ovat roskaa varten, pulloja tai korkkeja ei jätetä hiekan sekaan, vaan jäljet korjataan poistuttaessa. Näin pidämme yllä paikan viihtyvyyttä jatkossakin.



50 VUOTTA

**Kiitämme kaikkia
yksityishenkilöitä
ja
yrityksiä,**

**jotka ovat tukeneet uusien
tilojemme rakentamisessa
raha-, talkootyö tai
materiaalilahjoituksin.**

Arkkitehtitoimisto Sigge Oy
Insinööritoimisto Maanpää Sauli Ky
LVI suunnittelu J. Autio
Computec Oy
Aurains Penguins
Aker Yards
Aker Yards Cabins
Ensto Electric Oy
Finnlines Oyj
Finnsteve Oy Ab
Helkama Bica
Idoka Oy
Ido Kylpyhuone Oy
Karhukopio
Marine-Systems Oy Ab
Laitehuolto Pertti Härkönen Oy
Oras Oy
Paroc Oy
Pohjola
Psykologipalvelu FOKKA Oy
Pukkila Oy Ab
Puukeskus Oy
Seppälän Tiili Oy
SKS Mechatronics Oy
Teknoteam Oy
Turun satama
UPM Puutuotteet

**Turun
Avantouimarit r.y.**



Viiden sekunnin mies Munkkiniemen talviuimalassa. Kolme havaintoa talviuinnista



Eliittiturheilua

Ensimmäisenä talvena Helsingin Munkkiniemen uimarannassa huomasi saaneeni katsojan.

-- Viisi sekuntia, kainalosauvoihin nojaava mies huusi, kun pyristelin laiturille jäiden seasta.

- Naiset uivat kaksikymmentä sekuntia, uivat semmoisen lenkin, mies jatkoi.

Ymmärsin, että minua halveksittiin. Sitä paitsi olin varma, että olin vedessä ainakin 15 sekuntia, ainakin laskin viiteentoista. No, myönnetään. Ehkä laskutoimitus nopeutui loppuvaiheessa ja viisi sekuntia oli lopulta lähellä totuutta.

Viiden sekunnin perusteella käsitin harrastavani eliittiturheilua. Munkkiniemen talviuintioikeus maksoi 85 euron liittymismaksun lisäksi 80 euron kausimaksun. Ensimmäisen talvena kävin siellä 26 kertaa. Viiden sekunnin systeemillä hyistä hurmiota kertyi koko talven aikana kokonaista 130 sekuntia eli yhteensä kaksi minuuttia ja 10 sekuntia eli 0,036 tuntia. Tällä perusteella tunti avannossa olisi maksanut 4569 euroa ja 23 senttiä.

Tällaisia lukuja on hieno heitellä varsinkin niin sanotussa "hienossa seurassa": eipä pane kukaan paremmaksi. Mitä ovatkaan moottorilento, maailmanympärimatkailu tai muskeli-veneily tähän verrattuna: pelkkää köyhäilyä!

Tänä talvena siirsin arvokkaan harastukseni suorituspaikan kotikaupunkiin, eli Turkuun. Todellinen uutuus

on sauna. Munkkiniemessä ei ollut saunaa, lämmin pukukoppi ja suihku kylläkin. Saunan kanssa talviuinti on melkein kuin eri laji. On taivaallista, että veteen voi mennä saunasta monta kertaa, uimaan sen 20 sekuntia – kuten ne naisetkin tekevät.

Nyt kyse ei ole enää rahamielessä eliittilajista, mutta muuten kylläkin. Uinnin välissä Turun löylyissä istuessani mieleen hiipii varmuus: kylläpä on elitistinen olo.

Taudit lähtee

Ei siis olla köyhiä eikä kipeitä. Ja jos ollaankin, niin ei ainakaan kipeitä. Koin muutama viikko sitten ihmeparannuksen. Sulkapallon rasittamat polvet olivat vihoitelleet. Oikea polvi oli niin turrana, etten saanut jalkaa taipumaan.

Pahaa aavistamatta menin avantoon. Saunassa uinnin jälkeen en uskonut jalkojani: polvi taipui kuin mitään ei olisi ollut. Olen kyllä tiennyt, että kylmä auttaa, mutta en ole kokenut koskaan tätä niin äkillisesti.

Kuulemma muutkin taudit paranevat. Minäkin uskon, että avannosta saa vastustuskykyä talven vilustumisiin. Vaikkei niitä pysty kaikkia torjumaan, niin yksikin torjuntavoitto parantaa elämänlaatua.

Saa virtaa

Suosittelen talviuintia työn jälkeen. Rankan hektisen ja pimeän talvisen työpäivän jälkeen ollaan usein niin sanotusti lopen uupuneita. Siinä tilassa on vaikea käsittää, että oma aika alkaakin vasta nyt. Vielä on päivää jäljellä.

Niillä hetkillä olen usein hakenut virtaa avannosta. Jännitettä saa moneksi tunniksi moneen antoisaan puuhaan – ja vielä hyvät unet päälle.

Antti Vuorenrinne
Kirjoittaja on Uutispäivä Demarin
Uutispäätoimittaja



Timo Koski on vannoutunut saunoja, uintia ohessa

Timo Koski on Göranin tässä lehdessä esittelemän jäsentilaston korkeaan piikkiin kuuluva mies: jäsenyyttä kolme vuotta. Timo sai vanhassa pukuhuoneessa kuulla, että seuraavan vuoden alussa liittymismaksu nousee 100 euroon, joten vuoden viimeisinä päivinä oli liityttävä Turun Avantouimareiden jäseneksi. Tässä lehdessä on vannoutuneiden kylmäuimareiden puheenvuoroja. Timo käy saunomassa hyvän saunan vuoksi ja siinä ohessa uimassa.

Avannon yhdistäminen saunaan alkoi jokunen vuosi sitten kavereiden kanssa uuden vuoden juhlinnan yhteydessä. "Mökillä, missä juhlimme, oli avanto ja siellä käytiin. Seuraavan uuden vuodenvaihteen juhlapaikassa ei ollut avantoa, mutta sellainen tehtiin ja kolmannella kerralla sovittiin, että otetaan mukaan moottorisaha, jotta päästään oikein uimaan", kertoo Heidekenillä turkulaiseksi syntynyt Timo Koski.

Timo on koneinsinööri Stick Tech Ltd -nimisessä yrityksessä, joka tekee lasikuitulujitteita hammaslääketieteen käyttöön. Sillanrakentajainsinööri, arvelin haastattelijana? Timo ei ihan yhtynyt kantaani, vaan totesi, että suuvarinkin siltoihin käytetään heidän materiaaliaan, mutta sillat tekee hammasmeknikko.

Timon tunnistaa rastoista. Erityiseksi Karibian faniksi hän ei tunnustaudu, vaikka reggaesta pitääkin. Ras-tapää on sopivasti muusta väestä erot-tuva ja helppo hoitaa.

SP



Huurrepähkinöitä purtavaksemme

Seuraavien tehtävien avulla voitte testata omaa suhtautumistanne leikkimielellä huurteeseen eli härmään. Osa lehden toimitusta on testannut tietonsa vastaamalla näihin kysymyksiin ja sai pisteitä.

Pullakahvia palkinnoksi

Täyspotti on yhteensä viisi (5) pistettä. Oikein vastanneiden kesken arvotaan kolmet pullakahvit tms. huurrepähkinöiden laatijan ja toimituksen kanssa. Toimita tavalla tai toisella vastauksesi lehden toimitukseen tai palautelaatikkoon kioskille/kerhohuoneelle. Odotamme innolla vastauksia.

1. Reino-poika oli laittanut 10 litran astian täyteen vettä. Vedessä kellui myös litran kokoinen jäälohkare. Äiti huomasi jääkimpaleen astiassa ja huusi pojalleen " Ota heti pois jääkikara, sillä ämpäri tulvii kohta lattiamatolla."

Kysymys kuuluu: Oliko äiti oikeassa eli tulviko vesi yli äyräitten piripinnassa olevasta astiasta, kun jääkimpale alkoi sulaa?

Vastaus perusteluineen: _____

2. Avantouimari, miten kirjoitit käsitteen VESI a) kolmella, b) kahdella

kirjaimella?

Vastaus a) _____ b) _____

3. Kun pulahdat Pitkäsalmen veteen, niin nouseeko vesi Tukholmassa Siljalaivojen satamassa Värtanissa?

Vastaus perusteluineen: _____

4. Reino-poika jatkoi kokeilujaan. Reino heitti kiinteän hiilidioksidijään vesitynnöriin. Mitä alkoi tapahtua?

Vastaus: _____

5. Seuraavana päivänä Reino meni äidin pakastekaapille ja poimi sieltä desilitran verran jääpaloja. Tämän jälkeen hän otti lasipulloon kuumaa vettä ja sulki sen tiiviisti kumikorkilla. Äiti oli ihmeissään, kun Reino hieroi jäätä lasipullon kylkeen ja vesi alkoi kiehua hiljalleen. Mihin tämä ilmiö perustuu?

Vastaus: _____

Kerromme vastaukset ja palkintojen saajat seuraavassa numerossa. Seuraavan numeron valmisteluun saakka saa vastailla. Kannattaa kuitenkin toimittaa vastaukset heti, koska seuraavan lehden teon ajankohta on hieman avoin.

Risto Härmävaara ja Kylmäki-toimitus

Turun Avantouimarit r.y:n
50 –vuotisjuhla pidetään

La 10.3.2007 klo 18.00—01.00
Turun Pyrkivän urheilutalolla
Tuureporinkatu 2

Tilaisuuden juontaa toimittaja Turkka Talonen
Ohjelmassa:

Tervehdyssanat, Illallinen, Juhlapuhe
Musiikkia, Valokuvanäyttely
Tanssia ja seurustelua

Timo Rautala & Atlas –orkesterin tahdittamana
Illalliskortin hinta a´ 30 euroa

Juhlaan ovat tervetulleita myös seuralaiset sekä uimarit, jotka eivät ole seuran jäseniä. Osanottomaksun voi maksaa kioskillä ja myös tilille
TOP 571345-460901.



Esko Väisänen - muna-mankelilla kesät talvet

- Mitä nyt joskus mopolla

Esko Väisänen 5 muistisääntöä aloittelevalle talviuimarille

1. Männöö vuan vetteen ja aloittaa uimaan
2. ja ottaa kunnon löylyt
3. Silmät, korvat ja suu auki tarpeen vaatiessa - niin se on tehtävä
4. Muista juua
5. Pidä ittes lämpimänä saunomisen ja uinnin jälkeen.

Risto Hevonoja



Joulun 2006 tunnelmassa oli sauna lämmin –ilmakin. Aurinko paistoi ja Viktor Tinnis ilahdutti uimareita perinteen mukaan.



Kioskipalvelut tehdään monen naisen talkootyönä - talkkarihommissa touhuua miehiä. - On hauskaa oppia tuntemaan ihmisiä, käydä keskusteluja ja oppia uutta.



Risto Poskiparta jututtamassa Pirjoa.



Kirsi Ikävalko, **Marja-Leena** Suikkanen, **Liisa** Purho, **Hanna** Aflecht, **Ritva** Reponen, **Auli** Turunen, **Sirkka** Perho, **Riitta** Puranen, **Ritva** Ojanen, **Anneli** Virta, **Terttu** Vanonen ja ... muutama muukin naisihminen on tehnyt Pirjon apuna talkootunteja kioskillä. **Minttu** jatkaa edelleen palkallisena työntekijänä.

Työhön kuuluu uinti- ja saunamaksujen vastaanottoa, avainten jakoa, kahvin, teen ja mehun valmistamista, pullien leipomista, siivoamista ja monenmoista muuta puuhailua.

Tärkeä osa työtä on palvella jäseniä ja vieraita kävijöitä ystävällisesti ja paluuseen kutsuen. Seuran toiminnasta ja uusista tiloista kertominen on hauskaa työtä.

Talkoilu on kuitenkin työtä. Kiireisen tovin jälkeen on ihanaa saunaa tai uida, rentouttaa itsensä. Iltavuorolaisella ei tosin tähän ole mahdollisuutta.

Pirjolla on, ja on ollut, suuri urakka kioskitöiminnan järjestämisessä ja talkoovuoroista sopimisessa. Otamme mielellämme joukkoomme lisää naisia, mutta **miehiäkään emme pane pahaksemme.**

Tervetuloa. Palveluksessanne koko Pirjon tiimi (sp)



Pöntinen, Juhani Suhonen, **Ari** Henrikson ja **Matti** Maljanen. **Eija** sulostuttaa ryhmää olemuksellaan ja ohjeiltaan. Vieressä **Josua** Gierens ohjelmoi tietokoneella saunan lämpötilaa ja lämmitysaikoja (sp).



Jussi Koskinen vetää saunan ja rannan talkkariporukkaa, jonka tehtävänä on huolehtia, että laiturilla ja saunaan liikkuminen voi tapahtua turvallisesti. Porukkaan kuuluvat **Seppo** Kaunela, **Jussi** Koskinen, **Osmo**



25.1. 2007

Löylyveden suihinää, pihinää ja pulinaa

Kaksi kaverusta Esko ja Matti alkoivat rupertella Uittamon avannon ympärillä niitä ja näitä. Tällä erää ei suinkaan avantouinnista ts. onko rasvan tai lihasmassan ominaislämpökapasiteetit kohdallaan avannon hyisessä aukossa, vaan saunakiukaan löylyheittovedestä. Saunapaneelissa oli myös mukana Pirjo, Viktor ja Tom.



Energiakulutuksesta Esko tokaisi, että ”kun heitetään litra 4 asteista vettä kiukaalle, siis suoraan kylmävesihanasta kylmimmillään, niin paljonko kuluu energiaa?”

Tällä tavoin lähdettiin pähkäilemään asiaa saunapaneelissa oikein kunolla.

Esko sanoo tomerana: ”Ensinnä vesimäärä lämpiää sata-asteiseksi. Tähän kuluu energiaa 4,2 kertaa 96 kilojoulea eli yhteensä 403,2 kilojoulea. Kun tämä vesimäärä vielä höyrystyy 100-asteisena kaasuksi, kuluu vielä 2260 kilojoulea energiaa. Toisin sanoen yhtensä kuluu 2663,2 kilojoulea energiaa.”

Matti ottaa kantaa: ”Eskoseni, tuumasi on kyllä Kallion laskuopin mukaan oikein”. Samalla Matti antaa muillekin jalansijaa pähkäilyyn. Matti jatkaa omaa esitystään kaakelin päällä istuen otsa märkänä: ”Jos löylyveden lämpötila on 50 asteista, tällöin kokonaisenergian kulutus on 2470 kilojoulea. Silloin siis kuluu energiaa löylyveden lämmittämiseen ja höyrystämiseen 193,2 kilojoulea vähemmän.”

Pirjo haastaa: ”Mitä tämä tarkoittaa prosenteissa? Siis, kuinka monta

Yllä olevassa paneelissa ei ole otettu huomioon kiuaskiviä eikä meren oikeutta olla kylmä! Tämäkin alkaa vaikuttaa. Toisaalta sillä ei ole merkitystä, kunhan avantouimarin kehon lämpötila pysyy normaaliarvossa, verrattuna ulkolämpötilaan -20 C.

prosenttia vähemmän 50-asteinen vesi kuluttaa energiaa kuin 4 asteinen vesi?” Pirjo pohtii ja arvelee edelleen: ”7,3 % teoriassa.” Tom ottaa osaa paneeliin: ”Toisaalta, onko sillä niin väliä? Voidaanhan leikkiä vielä seuraavalla kysymyksellä: Montako prosenttia enemmän kuluttaa energiaa 4-asteinen vesi verrattuna 50-asteiseen veteen?”

Ulkopuolelta huudetaan kuorossa ja Viktor antaa siinä näytteen taidostaan: ”Se on 7,8 %.”

”Voimme vielä pohtia tietty sitäkin, että jos löylyheittoveden lämpötila on 36 asteista.

Joka tapauksessa aina on niin, että mitä kylmempää vesi on, sitä enem-

män kuluu energiaa veden lämmittämiseen”, sanoo Esko päättäväisesti. Paneeli raukeaa. Kaikki kipaisivat avannon kylmään kitaan.

Summa summarum Eskon, Matin, Pirjon, Viktorin ja Tomin saunapaneelista: 2663,2 kJ vastaa 0,74 kilowattituntia. Ts. kun kiukaalle on paiskottu ämpärillinen vettä eli n. 10 litraa, energiaa on kulunut 7,4 kilowattituntia. Tämän taas voimme muuttaa sähkötariffihintojen mukaan euroiksi. TEORIASSA!!! Yhdistyksellämme on öljypolttimet energianlähteenä, ei sähkökiuasta eikä puulämmitystä.

Saunakaakelin lämmönjohtavuus 2?

Erästä fysiikan kirjasta löytyi mielenkiintoista luettavaa. Kirjassa oli lämmönjohtavuus eräille tunnetuille aineille.

Taulukossa lähdetään siitä, että betonin lämmönjohtavuus on 1.

HOPEA	430
KUPARI	240
RAUTA	80
GRANIITTI	3,5
JÄÄ	2,1
BETONI	1
IKKUNALASI	0,8
TIILI	0,7
VESI	0,6
PUU	0,1
MINERAALIVILLA	0,04
ILMA	0,026

Mielenkiintoisimmat ovat jään ja puun arvot. Saunakaakelin arvo tässä seurassa voisi olla kaksi yksikköä. Ottakaa kantaa, jos huvittaa. Juttupaneelit ovat mukavaa ajankulua uintipaikalla. Siis pientä pohdiskelua.

Sauna on tosi tyylikäs kaikilta osin ja tarkoituksenmukainen!

Avantouinti – ja kylmäuintitunte-
muksin

Risto Härmävaara



Kronikka

Niin monta vaihetta on nää
avanto ja saunavuorot näh-
neet.

Avanto auki hakattiin,
sinne mennä pulskahdettiin,
sauna kuumaks lämmitettiin.
Oltiin saunassa, päätä poltti,
silmät punaisena hohti,
niin kuin saunan kivet ikään.

Saatiin pumppu veteen.
Mikäs siellä kelliessä,
onnellisna polsutella kylmäs
hyises vedes
niin kuin rannan linnut ikään
kilvan saunaan mentiin, juostiin
Välil jalkapohjist nahka lähti
niin jäinen oli laitur.

Kun löylyä me lyötiin,
oli kiuas pyöreä,
mutta nurkka sieltä aina löytyi
”Heitä nurkkaan, neuvoi joku”
Koska nurkkia on pyöreässä ollut?
Siinäpä miettimistä.
Mutta meille avantouimareille
mahdollista lienee kaikki.

Ollaan täällä niin kuin kylässä ikään
voi hauskaa rupatella ystävien kera.
Välillä uidaan kilpaa
toisten avantouimareitten kera.
Ihan mitaleille asti päästy ollaan
silloin kaikki, me avantouimarit,
onnellisia ollaan.

Yhdes silloin huudetaan
”Niin, meil täält Turust mitalia tu-
li”.

Sitten koitti uusia aika,
rakentamahan ruvettiin.
Tuotiin pikkusauna romanttinen
meille.

Siellä oltiin kuin silakat tynnyrissä
ikään,
sitten loisti meille tämä ihana aika:
Niin meil tääl Turus.

Sauna puhdas, iso meillä
tähdet tuikkii katos



niin kuin taivahalla ikään.
Siellä kelliä voi niin kuin norpat
kalliolla,
kääntää kylkeä, hautoa väsyneitä
jäseniä,
onnea ja siunausta omalle vartalolle
suoden,
nuoruutta, notkeutta, niin kuin pajun
varpu ikään.

Titteleitä emme tunne.
Olemme alastomia,
kuin lapset kapaloissa ikään,
uimapuku päällä meillä vain.
Synnymme saunassa,
kylmään veteen menemme,
siellä puhdas, virkeä olo tulee,
niin kuin lapsel ennen kylvyys ikään.
Sinne haihtuu ressit.
Hapan mieli unohtuu,
kylmä vesi huuhtoo kaikki
mieli iloiseksi muuttuu.

Tavattiin kaupungilla
”Kas kun en tuntenut sua
vaatteet päällä”.
Vieras katsoo, oudon silmäyksen
luo.
”Ystävä tule mukaan myöskin si-
nä”.
Ei ikää, ei ammattia, kuntoasi liikaa
kysellä
Katso harrastus tää,
uimapuku vapaa
Tervetullut olet meidän joukkoon.
Niin meil tääl Turus.

Sirpa Roima

Timo-Ilkka hopealle SM- kisoissa

- Sirpa Kivekäs kuudes ja viestijouk-
kue seitsemäs

Avantouinnin SM-kisat käytiin 9.-
11.2.2007 Ellivuoressa. Viralliset kil-
pailut aloitettiin lauantai-aiamuna klo
9.00. Pakkasta oli tuolloin 31 astetta.

Ensimmäisinä olivat vuorossa yli
60-vuotiaat naiset. Kovasta pakkases-
ta huolimatta uimarimme Sirpa Kive-
käs sijoittui kuudenneksi. Iltapäivällä
pakkanen laski 24 asteeseen. Silloin
olivat vuorossa kisan nuorimmat ui-
marit.

Miesten sarjassa 20-29 vuotta
meitä edusti Timo-Ilkka Leikas ja hy-
vin edustikin, sillä hän sijoittui toi-
seksi. Onnittelut hopeamitalistille!
Sunnuntaina olivat vuorossa viestikil-
pailut. Joukkueeseemme kuuluivat
Sirpa Kivekäs, Kalevi Peltola, Ari
Henriksson ja Jari Hartikainen. Jouk-
kue sijoittui seitsemänneksi, mikä oli
hyvä tulos kuudentoista ryhmässä.

Pakkasesta huolimatta kisat sujui-
vat aikataulujen mukaisesti. Norppa-
ja kuuttiuimarit olivat kannustamassa
kilpauimareita omien suoritustensa
ohessa. Fiilis oli hyvä ja kotiin palat-
tiin iloisella mielellä. Toivottavasti
ensi vuonna saamme osallistujia joka
sarjaan ja pystymme siten kilpaile-
maan myös Laurin-maljasta. Tähän
asiaan palaamme syyskauden alkaes-
sa.

Kisaterveisin Marja-Leena Suikkanen



A. ELO OY

Rengaskauppiasi Raisiossa
Allastie 3, puh. 02-8571560



Peter - talkoolainen vapaasta tahdostaan

Peter Smith on vapaasta tahdostaan kova talkoolainen. Meistä useimmat pitävät itsestään selvänä, että sauna on lämmin ja siivottu, pukuhuoneet kunnossa ja palvelu kioskillä pelaa. Ilman Peteriä ja Pirjoa, ilman monta muuta talkoolaista, ei palvelu pelaa. Peter on tehnyt saunalla ja pukuhuoneissa 13 vuoden ajan iltasiivouksen ja laittanut paikat seuraavaa päivää varten kuntoon. Usein rannalla käyvänä Peter hoitaa muitakin talonmiestyyppejä tehtäviä.

- Minulla on pakko olla jotain tekemistä illoiksi ja viikonloppuisin. Tämä on elämäntapa, vakuuttaa Peter ja muistelee talkootyön alkua seuraavasti: Vanhan saunan pukuhuoneiden siivous kuului naisille ja sauna miehille. Erään kerran sanoin Liljalle (joka esiintyy toisaalla tässä lehdessä, toim. huom.), että voisin ottaa koko iltasiivouksen hoitaakseni. Lilja kertoi ehdotukseni Arvolle (Arvo Ahlfors), joka oli silloin puheenjohtajana ja hyväksyi ehdotukseni. - Siitä alkaen olen tehtävän hoitanut.

Peterin elämäntapaan kuuluu meidän lisäksemme Saaristomeren Melolajat, naapurimme, missä urakkaa riittää mm. kajakkien ja kanoottien korjaamisessa. - Pitkäsalmi on ollut minulle aina tärkeä, sillä perheen kanssa veneiltiin Aurajoesta Pitkäsälmen kautta mökille Paraisille. Pienestä pojasta saakka olen melonut. Peter on myös opettanut melomista. Ainakin Anna-Maija Laukka kertoi saaneensa melontataidot Peterin opastuksessa.

Arvelun, että uuden saunan aikana olisi työ lisääntynyt neliöiden lisääntymisen myötä, naurahtaa Peter vääräksi. - Kyllä se on niin, että työ

on nyt sekä helpompaa että joutuisampaa, kun ei tarvitse kantaa puupenkkejä ulos eikä raahata limaisia muovimattoja pukuhuoneista pestäväksi ja tuuletumaan. Sekin hyvä puoli on, että kiuas menee pimeäksi hieman ennen kahdeksaa, eikä myöhäisille norkoilijoille ole enää ole lämpöä. - Tilojen kuntoon laittaminen vei vanhan saunan aikaan parikin tuntia, mutta nyt selviän reilulla tunnilla, josta iloitsen.

Pelottaako yksin pimentyvässä syksyssä ja talvella? - Ei, talvella ei pelota. Silloin ei ketään liiku. Keväällä, kun nuoret alkavat kokoontua rannalle, on joskus ikäviäkin tilanteita, samoin syksyllä iltojen pimetessä. - Olen hieman huono komentamaan, mutta se saattaa usein olla myös eduksi. Yleensä olen selvinnyt puhumalla hyvin.

Entä millainen avantouimari Peter on? - Ei avantouinnista tule riippuvaiseksi. En minä ainakaan ole tullut! Ensimmäiset neljä avantovuottaani uin joka päivä, pahimmillaan oli pakkasta 32 astetta ja pukuhuoneessa 17. Sitten tulin ajatukseen, ettei tässä mitään järkeä ole, ja uinti vain jäi. Käyn vieläkin joskus pulahtamassa, muttei veteen mitään vimmaa ole. - Minä pidän täällä tekemisestä ja ihmisistä, seurasta ja juttuhetkistä. Ne ovat tärkeitä.



Kylmäki-lehden toimitustyö

Käsillä olevan lehden valmisteluun ovat toimituskunnassa osallistuneet päätoimittajana Sirkka Perho ja muina toimituskunnan jäseninä Hanna Aflecht, Eija Hallenberg, Hannu Nurmi ja Pirjo Salminen. Ilmoitushankinnasta on vastannut Jussi Koskinen.

Viimekädessä jutut ja lehden ulkoasu ovat päätoimittajan valintoja.

Palaute ja ehdotuksia seuraaviin lehtiin

Lehden kehittämisen kannalta on tärkeää saada palautetta. Sitä voi antaa kertomalla saunan lauteilla tai jättämällä kirjallista palautetta kioskille, jonne pyrimme saamaan palautelaatikon. Otan mielelläni palautteen myös sähköpostilla sirkka.perho@netsonic.fi tai puhelimitse 045 1325 224.

Varmaa on, että seuraava lehti ilmestyy joko keväällä toimintakauden päättyessä tai syksyllä toimintakauden alkaessa. Toennäköisesti keväällä.

Lehden teko on ollut ilo. Kiitos kaikille kymmenille ihmisille, jotka olette myötävaikuttaneet tämän lehden muotoon. Toivon kaikille lukijoille mukavia lukuhetkiä Kylmäki-lehden parissa.

Päätoimittaja, Sirkka Perho

Lehden kuvat: Etukansi Jukka Leikas. Muut kuvat Varpu Vuorenrinne, kaupungin kuvaarkisto, Pekka Leikas, Pulssi, Sirkka Perho