

LUISTINKIITÄJÄ



Helsingin Luistinkiitäjät ry:n jäsenjulkaisu Marraskuu 2013

LUISTELUKAUSI 2013 – 2014 ON ALKAMASSA

Tervetuloa luistelemaan Oulunkylään. Pikaluistelukausi on taas alkamassa. Tarkemmin seuran vuoroista, poikkeuksista ja kursseista seuran sivuilla www.luistinkiitajat.fi.

LUISTELUVUOROT

Oulunkylän luisteluvuorot ovat entiset eli:

Maanantai	16:00 – 17:30
Tiistai	19:00 – 22:00
Keskiviikko	16:00 – 17:30
Torstai	20:00 – 22:00
Perjantai	20:00 – 22:00
Lauantai	08:00 – 10:00 20:30 – 22:00
Sunnuntai	16:00 – 18:00

Vuorojen ensimmäinen tunti on varattu yksinomaan kilpaluistelijoille. Matka- ja kuntoluistelijoille on tarkoitettu erityisesti iltavuorot klo 21-22. Turvallisuuden takaamiseksi matka- ja kuntoluistelu tapahtuu aina radan ulkoreunalla.

KAUDEN 2013-14 PÄÄTAPAHTUMAT OULUNKYLÄSSÄ

Clas Thunbergin muistokisat	18.1.2014
Mastereiden SM-luistelut	18.1.2014
Kalevan Kierroksen luistelu	8.2.2014
Matkakohdaiset SM-kilpailut	21.-23.2.2014
Tiistaisat klo 19:15	19.11., 3.12., 17.12. 14.1., 28.1., 4.2., 25.2., 4.3.

JÄSENMAKSU

Tämän jäsenkirjeen liitteenä on vuoden 2013-2014 jäsenmaksulasku.

Jäsenmaksu oikeuttaa luistelemaan Oulunkylän tekojääradalla. Jäsenenä saat myös mm. 15% alennusta Intersport Puhoksen normaalihinnoista.

Ilmoita muutoksista jäsentietoihin sähköpostitse jaana.rahasto@kolumbus.fi tai seuran sivuilla olevalla sähköisellä jäsentietolomakkeella.



TRANSPONDERIT KAUDEN SUURI UUDISTUS

Luistinkiitäjät on yhdessä Luisteluiliiton kanssa hankkinut Oulunkylään uuden ajanottojärjestelmän, joka otetaan käyttöön kauden alkaessa. Luistelijan luistimeen kiinnitetään MyLaps-transponderi, jota käytetään kaikissa kilpailuissa. Uutta on se, että transponderia voi käyttää myös harjoituksissa, jolloin kaikki kierrosajat tallentuvat nettiin. Transponderin voi vuokrata tai ostaa. Lisätietoja seuran verkkosivuilta www.luistinkiitajat.fi

KURSSEJA JA VALMENNUSTA

Luistinkiitäjät järjestää koulutusta ja valmennusta kaikille ikäryhmille. Lisätietoja www.luistinkiitajat.fi. Luistinkiitäjät on ollut keväästä 2012 alkaen Nuori Suomi –sinettiseura.

Pikaluistelun ensikurssi

Pikaluistelu on helpointa aloittaa 7 - 11 -vuotiaiden tyttöjen ja poikien ryhmässä, joka on tarkoitettu pikaluistelua aloitteleville. Ryhmä kokoontuu kerran viikossa.

8 – 13 -vuotiaiden pikaluistelu

Seuran 8-13 -vuotiaiden kilpaluisteluryhmään otetaan uusia luistelijoina. Ryhmällä on harjoituksia 5 - 6 kertaa viikossa.

Yli 13 -vuotiaiden pikaluistelu

Yli 13-vuotiaat kilpaluistelijat harjoittelevat omassa ryhmässään.

Aikuisten tekniikkakurssi

Torstaisin klo 21 – 22 järjestetään aikuisten tekniikkakurssi. Se on tarkoitettu harrastajille, jotka tähtäävät esimerkiksi Kalevan Kierroksen luisteluun.

Jos olet harjoittelemassa Kalevan Kierroksen luisteluun, voit harjoitella seuran harjoitusvuoroilla (jälkimmäisellä tunnilla) maksamalla seuran jäsenmaksun. Harjoittelu Oulunkylässä edellyttää joko Luistinkiitäjien tai HTL:n jäsenyyttä.

RULLALUISTELU VAUHDITTI KESÄKAUTTA

Pirkkolan 200 m rullaluistelurata oli taas kesän luisteluseurojen käytössä. Seuran pikaluistelijoille rullaluistelu oli hyvä lisä tekniikka- ja lajiharjoitteluun. Radan pinnoite oli kesällä erinomaisessa kunnossa ja luistelutuntuma hyvä. Seura toimii Powerslide-jälleenmyyjänä ja hankki keväällä junioreiden käyttöön lisää pikarullaluistimia.



LUISTINKIITÄJÄT KASVAA

Luistinkiitäjien jäsenmaksun maksoi viime talvena 265 jäsentä, ja määrä tekee seurasta keski-suuren helsinkiläisen urheiluseuran. Pääosa jäsenistä käy itse säännöllisesti luistelemassa.

Seuran budjetin loppusumma on noin 40.000 euroa, josta 90% käytetään nuorten valmennusolosuhteiden kehittämiseen. Viime kaudella seura teki merkittäviä investointeja mm. luistinvaraston hankintaan ja valmentajien palkkaukseen.

OULUNKYLÄN TEKOJÄÄRADAN VALOREMONTTI

Oulunkylän tekojääradan valaistus on uusittu, ja työ viivästyí syksyllä niin, että tekojääradan avausajankohta voi vähän viivästyä. Uudistuksessa vanhat hehkulamput korvataan uusilla valaisimilla.

PIKALUISTELUA TELEVISIOSTA

YLE TV2 näyttää pikaluistelun maailmancupin kisat: 7.-8.11.2013
14.-15.11.2013.

Mukana on myös olympialaisiin tähtäävä seuran ykkösluistelija Markus Puolakka, joka hakee kovaa tulosta heti kauden alussa

JUHANI JA RAILI PALKO KOKENEITA INZELLISSÄ KÄVIJÖITÄ

Inzell on meille hyvin rakas loman viettopaikka, kertovat monikymmenvuotiset Luistinkiittäjien jäsenet Raili ja Juhani Palko, olemme olleet siellä 40 kertaa, yhteensä 857 vuorokautta, ensimmäisen kerran v. 1982. Vuodesta 1996 alkaen majapaikkamme on ollut Maiermühle, yksi kylän kolmesta sahasta. Näiden vuosien aikana olemme tutustuneet ja ystävystyneet koko Maierin perheeseen kolmessa sukupolvessa. Siinä on ollut loistava tilaisuus tutustua myös baijerilaiseen elämänmenoon.

Ensimmäisinä vuosina pikaluistelu oli tietysti se ainoa tärkeä asia. Vähitellen näkemys laajeni ja huomasimme, että Inzell on hyvä paikka loman viettoon muutenkin. Muutaman joulun olemme siellä olleet, hiihtämisestä olemme nauttineet, kesät ovat kauniita jne. Alppimaisemat sinänsä, ystävälliset ihmiset ja kylän ”henki” saavat aikaan miellyttävän olotilan. Ja tietenkin Inzell on ennen kaikkea pikaluistelun keskus.

Loma Inzellissä matkoineen on kohtuullisen edullista, jos sen ajoissa suunnittelee ja etsii edullisia lentoja. Suosittelemme lämpimästi!

SYYSLEIRI BERLIINISSÄ

Luistinkiittäjien nuoret viettivät perheineen jo kuudetta kertaa syyslomaleirin Saksassa. Berliinin hallissa oli mukana n. 35 henkeä. Leiriläiset asuivat Hotel Kolumbuksessa ja harjoittelivat SportForum-hallissa. Kauden avauskisassa kaikki pääsivät kokeilemaan hallijään liukkaita, ja jo nyt voidaan ennustaa menestyksestä luistelukautta nuorille luistelijaille.



LUISTINKIITÄJÄT VEIKKAUKSEN ASIAMIEHENÄ

Luistinkiittäjien verkkosivuilla on linkki Veikkauksen pelisivulle. Linkin kautta pelaamalla tuet samalla seuran toimintaa.

SEURAN KUNTOSALIVUORO JÄSENTEN KÄYTETTÄVISSÄ

Seuralla on kuntosalivuoro Oulunkylän tekojääradalla maanantaisin klo 20-21. Vuoro on jäsenten käytössä ilman eri korvausta.

SEURAN SYYSKOKOUS

Seuran syyskokous pidetään Oulunkylän tekojääradan kokoustilassa ma 25.11.2013 klo 18:30. Tervetuloa!



SYYSLEIRILLÄ PAJULAHDESSA

Luistinkiittäjien nuoret luistelijat leireilivät syksillä kahtena viikonloppuna seuraleirillä Pajulahden urheiluopistolla. Viikonloppuun mahtui tiivis paketti harjoituksia ja ohjelmaa.

JASON ANDBERGISTA NUORTEN OLYMPIA-VALMENTAJA

Luistinkiittäjien valmentaja Jason Andberg nimettiin kesällä nuorten olympiavalmentajaksi. Nimitys toi mukanaan myös olympiakomitean taloudellisen tuen Jasonin palkkaukseen. Nimityksen myötä Jason pääsee mukaan OK:n valmentaja-ohjelmaan. Jasonin valmennettavilla kausi on alkanut hyvissä merkeissä.

NUORISOCUP LUO RUNGON JUNIOREIDEN KILPAILUKAUTEEN

Luisteluliiton Nuorisocup pyörähtää taas käyntiin luistelukauden alkaessa. Alle 15-vuotiaille suunnatussa kilpailusarjassa omien ennätysten tekemisestä saa yhtä paljon pisteitä (max 10) kuin sijoituksesta (max 10). Kauden lopussa kaikki osanottajat palkitaan.

- Juhani Järvisen muistokilpailut, Helsinki, 23.11.2013
- Pingu Race, Seinäjoki, 30.11.2013
- Porin kansalliset, Pori, 14.12.2013
- Clas Thunbergin muistokilpailut, Helsinki, 18.1.2014
- Oulun kansalliset, Oulu, 25.1.2014
- Valkeakosken kansalliset, Valkeakoski, 8.2.2013
- Season Closing Race, Seinäjoki, 15.3.2013 (Vain ensimmäinen päivä, vain oman sarjan kilpailumatkat)



Pikaluisteluleirien oheisohjelman uusia ulottuvuuksia kokeilivat Antero Eskola, Tuomas Rahnasto ja Seinäjoen Juho-Jaakko Yli-Ilkka viettämällä Saksan kesäleirin vapaapäivän Gardajärvellä Italiassa. Samalla leirillä oli mukana myös Miina Peltonen.

OULUNKYLÄN HARJOITUSTILA KOVASSA KÄYTÖSSÄ

Seuran nuorten valmennusryhmillä on Oulunkylässä ollut käytössä oma harjoitustila, johon seura on hankkinut spinning-pyöriä ja luistelulautoja. Varastotilana normaalisti oleva tila on palvellut koko kesän hyvin nuorten harjoituksia.

HOPEALUISTINFINAALI TÄNÄ VUONNA SEINÄJOELLA

Nuorten valtakunnallinen pikaluisteluhuipentuma Hopealuistinfinaali kisataan tänä vuonna Seinäjoella 1.-2.2.2014. Luistinkiitäjät tähtäävät kisaan isolla joukkueella.

TULOSTAVOITTEET JULKAISTU

Luistinkiitäjät on jo useita vuosia asettanut seuran luisteliijoille henkilökohtaiset tulostavoitteet, joiden saavuttamisesta seura antaa pienen palkinnon. Tulevan kauden tulostavoitteet on julkaistu seuran internet-sivuilla.

LISÄVOIMIA VALMENNUKSEEN

Luistinkiitäjät on saanut tällä kaudella lisävoimia valmennustyöhön, kun Hollannista Suomeen kotiutunut Carolien Hunneman ja entinen Suomen ykkösyleisluistelija Niko Räsänen ovat tulleet mukaan nuorten valmennustyöhön.

ISU-LEIRITYS JATKUU

Suomen nuoret pikaluistelijat osallistuvat Tanskan ja Ruotsin junioreiden kanssa yhteiseen kansainvälisen luisteluliiton leiritysohjelmaan. Leirityksen rungon muodostaa kaksi viikon jääleiriä ja yksi viikon kesäleiri. Mukana on myös useita Luistinkiitäjien nuoria. Leiritys laajeni tällä kaudella myös 19-23 -vuotiaisiin nuoriin aikuisiin.