



**Lauttasaari  
1985**

# PHILIPS



## Sanelimet ja järjestelmät



Maahantuoja: **Oy Konttorityö**

Pohjoisesplanadi 25 A  
00100 Helsinki 10  
Puh. 661 321



# ToPoLa

Lauttasaari  
1985

SEURAN VIRALLINEN OSOITE:

LUOTEISVÄYLÄ 9 C  
00200 HELSINKI  
Tom Hynninen

HARJOITUSSALIT:

MYLLYKALLION PERUSKOULU  
LAUTTASAAREN YHTEISKOULU  
H:GIN MERENKULKUOPPILAITOS  
L:SAAREN SEURAKUNTAKESKUS

11 JOUKKUETTA SVUL:N H:GIN  
PIIRIN SARJOISSA:

MIKRO	II	MIKRO	I
MINI	II	MINI	I
C	II	C	I
B	II	B	I
A	II		

ALUESARJA  
PERUSSARJA

SUOMEN KORIPALLOLIITON  
JÄSENSEURA, PERUSTETTU 11.4.78

VUOSIKIRJAN TOIMITTAJAT:

OLAVI MUSTONEN  
TOM HYNNINEN

PAINOPAIKKA:

REPROTALO OY  
ITÄLAHDENKATU 21  
00210 HKI PUH. 6922 544

Kansikuva: ToPoLa on lyöttänyt mitalin. Sen on suunnitellut tunnettu taiteilijatar.  
Onnellinen on se, joka saa mitalin haltuunsa – tavalla tai toisella.

# Hyvät lukijat

Kun melko tarkkaan kuusi vuotta sitten kirjoitin eräänlaista pääkirjoitusta tai ohjelmanjulistusta ToPoLa:n ensimmäiseen esitteeseen, sittemmin vuosikirjaksi kutsuttuun A vitosen vihkoseen, valitsin otsikoksi kaiken kattavan ja tyhjentävän lauseen "Hyvät lukijat". Seuraaviin viiteen julkaisuun laadin mielestäni fiksuja mielekkäitä otsikoita toinen toisensa perään kuten "Koripallo tuli saarelle jäädäkseen", "ToPoLa:n neljäs..." ja "Kevyesti vakavasta". Nyt aloittaessani saman työn seitsemännen kerran palaan alkuun ja käytän sitä ensimmäistä otsikkoa. Näiden vuosien varrella olen tullut kovin varovaiseksi ja vakavaksi. Mitä olemmekaan tehneet, kuinka vastuullisen taakan olemme ottaneet harteillemme, löytyykö riittävä määrä taakan edelleen kantajia siitä joukosta, jonka olemme keränneet ympärillemme?

ToPoLa:n vuosikirja n:o 2 1980 povasi koripallon tulleen saarelle jäädäkseen. Tämä on saavutuksemme ydin. Vaikka koko nykyinen valmentajakaarti, johtokunta ja muut mahdolliset asian ymmärtäjät yht'äkkisesti lopettaisivat toimintansa seuran hyväksi, koripallo ei enää Lauttasaaresta kuole. Niin monet peräkkäiset ikäluokat ovat saaneet pysyvän kipinän ja pitänevät sitä elossa tulevina vuosina, että laji elää. Saavutuksemme aikaansaamiseksi mielteliäisyyttä ja pohdiskelua. On aihetta tutkiskella hie-man niitä ajatuksia ja tekstejä, jotka löytyvät aikaisempien julkaisujen sivuilta. Mukaan on vuosien varrella tarttunut jo niin paljon asioita, joiden selvittäminen al-

kaa muistuttaa menneen muistelua. Ensimmäisellä pelikaudella 1978-79 seuralla oli kaksi joukkuetta, mikrot ja minit, jotka kai hävisivät kaikki piirin viralliset ottelut lukuunottamatta paria luovutusvoittoa. ToPoLa:n ensimmäinen onnistunut koriinheitto tapahtui LYK:n piha-asfaltilla ystävyysottelussa Leppävaaran Pyrintöä vastaan syyskuun 16 p:nä 1978. Tuonaikaisista mikroista ja mineistä on seuran eri joukkueissa edelleen kaikkiaan 15 pelaajaa. Tällä kaudella joukkueita on yksitoista ja pelaajia pitkälti toistasataa. V. 1977 Lauttasaareissa ei ollut yhtään ainoata minikoripallotelinettä. Tänäpäni niitä on yksitoista eri puolilla saarta ulkona ja sisällä. ToPoLa sisäharjoittelee neljässä eri salissa – ulkona pojat eivät sitävastoin pelaile kesäisin, ainakaan vielä – mikä on melkoinen vahinko. Ns. Myllykallio-projekti, Lauttasaaren Kulttuuri- ja Liikuntatilat ry on eräin osin ToPoLa:n aikaansaannos, mitään konkreettistahan ei vielä silti olekaan näkyvässä, mutta kuitenkin. Seura aloitti jo v. 1978 jatkuvan kirjoittelun ja keskustelun riittävän suuren sisäliikuntatilan tarpeellisuudesta Lauttasaareissa. Kun yhteiskoulu ja muut Lauttasaaren kulttuuripiirit olivat lähes samanaikaisesti havittelemassa omia tilojaan, kävi aatteiden ja hankkeiden yhdistäminen vauvattomasti. Hankkeesta sinänsä on muodostumassa saarelle yhteinen nimittäjä ennenpitkää. Lauttasaarella on kaupungin eräiden päättäjien keskuudessa maine jonkinlaisena "paratiisisaarena", jolla on jo kaikkea ja jolle an-





*Keväällä -84 seuran johtokunta päätti vaatettaa kaikki joukkueet yhtenäisillä verrytelyasuilla. "Mentiin merta edemmäs kalaan" ja hankittiin asut maaseudulta edullisemmin. Ensimmäinen erä käsitti 111 asua ja jälktilaus 17. Myös johtokunta in corpore halusi kääriytyä uuteen urheiluasuun.*

*Syyskuun 14 p:nä 1984 klo 10.00 oli koko seuran määrä kokoontua yhteiskoulun portaille pukeutuneena uuteen verrytelyasuun. Kuten arvata saattoikin, oli kaunis viikonloppu verottanut osallistumisprosenttia, vain puolet saapui paikalle. Lähes kaikki osallistuivat heti kuvanoton jälkeen Lauttasaari hölkän järjestelyihin joko juoksijoina tai toimitsijoina. Ylärivissä kolmantena vasemmalta seisoskelee ToPo-La:n amerikkalaisvalmentaja Luke Howard, joka sai aikaan ennennäkemättömän ssähinän harjoituksissaan. Kaikkimuut kasvot lienevät tuttuja jokaiselle lauttasaarelaiselle.*

nettu lisä olisi joltain muulta poissa. Tuonaikainen tunteenomainen käsitys, johon saattaa sisältyä melkoista paikallisten olojen tuntemattomuutta voi pitkänkin aikaa vaikeuttaa erilaatuisten hankkeiden toteuttamista. Olen joutunut vuosien mittaan kiertelemään maata eri joukkueiden mukana ja todennut vallan loistavia saleja nousseen lähes kaikkialle. Itse pääkaupunki, josta tämäkin palloilulaji on lähtenyt leviämään, on jäänyt tavattoman heikkoon asemaan.

Suomen Koripalloliitto on, kuten kaikki erikoisliitot, jakaantunut moniin valiokuntiin ja jaostoihin, jotka pyörittävät toimintaa käytännössä päivästä päivään. Eräs niistä on nimeltään "Kehittämisasiokunta", joka on mielestäni kaikkein tärkein. Syvälinen pohdiskelu vaila hetkellisiä kiireitä on luonteenomaista tälle ryhmälle. Työn tulokset havaitaan kaukana tulevaisuudessa. Aktiivi koripalloilija ei jouda eikä osakkaan kiinnittää huomiotaan tämänkaltaiseen työhön, siitä vastaavat pitkän kokemuksen



en ja laajan näkemyksen omaavat lajin erikoistuneet henkilöt, joiden ei enää tarvitse samanaikaisesti kamppailla menossa olevan sarjakauden ja seuraintressien parissaa. Koripallo on tietenkin vain yksi urheilulaji monien joukossa. Kuitenkin pidän sitä monessa mielessä tärkeänä – ehkäpä jopa tärkeämpänä useita muita. Olemme havainneet, että tämän lajin painavuus sosiaaliseen hyvään käyttäytymiseen on suuri. Meidän on muistettava, että monin tavoin kiristynyt kilpailu, taidon ja tiedon tavaton kasvu, antavat vain harvoille lahjakkaille yksilöille mahdollisuuden kivuta oman erikoislajinsa ehdottomalle huipulle. Sitävastoin laajat joukot voivat saada mukaan elämän varrelle oikeata suhtautumista ja asennoitumista runsaasti – anti, joka on jossain tapauksissa kymmeniä kertoja arvokkaampi kuin mestaruusmitalit. Julkaisemme toisaalla tässä kirjassa erään kehittämisvaliokunnan jäsenen mietteitä koripallosta. Artikkelisi sisältää asioita ja näkökohtia, joita ei voi vain sivuuttaa, niitä on jäätävä miettimään, niiden antamia herätteitä pohdiskelemaan.

Koripallo ei kasvata nuoria ainoastaan pelaamaan ko. peliä. Eräänlaisena sivutuotteena syntyy järjestöllisiä taitoja. Jo varsin aikaisessa vaiheessa joku pojista osittaa ilmeisiä haluja toimia kirjuriina tai ajanottajana – toiset taas kaivahtavat tuonkaltaista toimintaa perin juurin. Jollekin voi huoleta antaa tehtävän esim. ilmoittaa joukkueen muille pelaajille seuraavasta ottelusta ja sanoa monea varmasti perille. Muutamat tahtovat välttämättä suorittaa erotuomarikortin ja eräät suunnittelevat ryhtyvän valmentamaan uutta ikäluokkaa. Voi useinkin olla niin, että mainituista tyypeistä ei koskaan tule parhaita taitoniekkoja itse kentälle. Pelialueen laidoilla ja muualla käydään kuitenkin kaikkein ratkaisevimmat ottelut – suoritetaan sitä arkista ja henkistä työtä lajin

hyväksi, jotta pallo itse kentällä menisi helpommin koriin. Koripallo kasvattaa myös toista suurta jo aikuista ihmisryhmää – pelaajien vanhempia. Taannoin erään yhdistyksen pikkujouluiloihteluun kuului tiukkailmainen kävely lusikka suussa ja kananmuna lusikassa. Aikaa otettiin tutunnäköisellä pelikellolla, jonka illan isäntä oli lainannut ko. tarkoitukseen ja palautti sen ilmoittaen, ettei hän uskalla viedä sitä kotiin, koska vaimo saa ”punaisen näyn” – mieltää sen yhteyden ikuisen taakkaan perheessä, koripalloon. Tämä hieman karrikoitusti kerrottuna. Kuitenkin monet vanhemmat ovat löytäneet lapsensa ikäänkuin uudelleen tultuaan osallisiksi kaiken vapaa-ajan vievästä pallopelistä. Jatkuva kuljettaminen sinne sun tänne pitää virkeänä ja ajoittain ärtyneenä, tarkoitus tekoineen on hyvä ja kaunis. Ihailtavalla täsmällisyydellä pelaajien vanhemmat ilmestyvät LYK:n ja Myllykallion pihalle autoineen jopa 06.30 sunnuntaiaamuna. Kirpputorin ja buffettin loihminen esiin tyhjistä aina silloin tällöin kuuluu myös vanhempien suuriin saavutuksiin. ToPoLa:n johtokunnan jäsenistä valtaosa seuraa myös perillisensä edesottamuksia jossain joukkueessa. Vierailin kerran minien ottelun aikana pelaajien pukusuojassa. Vallan häviävän pieni miehenalku pomppi suojassa yksinään peilin edessä harjoitellen hyppyheittoa. Hänen isoveljensä suoritti samanaikaisesti ihan oikeita hypäreitä pelikentällä. ”Häviävän pieni” ilmoitti haluavansa tulla melkein yhtä hyväksi kuin vanhempi veljensä – hän ei uskaltanut kertoa haluun tulla vieläkin paremmaksi – vielä.

Kun edelleen selasin aikaisempia vuosikirjoja, pisti silmiini toteenkäymässä oleva ennuste. Tasan vuosi sitten vanha kunnon ToPo oli saanut ver-raten vähän sarjapisteitä kasaan. Munkkiniemen sillankorvassa ”noutaja” nosteli kähisevää ja rumaa päätänsä. ”Tätä kirjoitettaessa ennustetaan, että





*ToPoLa:n pyttykerhon jäsenten määrä lisääntyy joka vuosi – samoin lisääntyy vuosikokouksen osanottajien luku. Keväällä 1984 heitä oli 157. Joukkueurheilulajeissa liian harva palkitaan. ToPoLa:n perinteinen kuparipytty on suosittu ja arvostettu. Tulevina vuosina seuran logosta lyötetty mitali astuu kuvaan palkintona pytyrinnalle.*

ToPo kaikesta huolimatta säilyttää sarjapaikkansa ja aloittaa uuden elämän." Tämä lause näyttää käyvän toteen. Miten elämä sitten jatkuu ToPoLa:n osalta? Me olemme keväällä –85 pelanneet seitsemän sarjakautta ja seuran kymmenvuotisjuhlat lähestyvät vinhaa vauhtia. ToPoLa on yksikkönä lunastanut paikkansa pääkaupungin seurojen joukossa. Meillä on jokavuotinen edustus kaikissa juniorisarjoissa, pelaajien määrä kasvaa tasaisesti ja hallinnolliset asiat ovat kunnossa. Vuosi sitten saavutettu perussarjanpaikka on säilytetty (?) ja suunnitelmia luodaan noususta maakuntasarjaan. Tulevaisuus tuo mukaan taloudellisia ongelmia. Matkustelu ylemmissä sarjoissa on kallista ja aikaa vievää puuhaa. Tästä eteenpäin joka vuosi astuu useita pelaajia suorittamaan asevelvollisuuttaan. Monet joutuvat muuttamaan muualle opiskelemaan. ToPoLa:n historiassa kirjoitetaan vaihetta kaksi – muuttumisen aikaa. Kaiken ratkaisuna tulee olemaan sen ydinjoukon panos, jonka seura on itse vuosien mittaan kasvattanut – omat val-

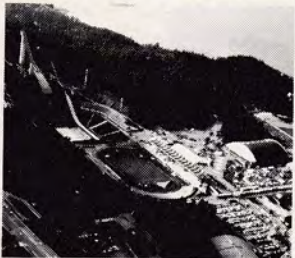
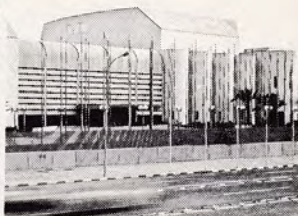
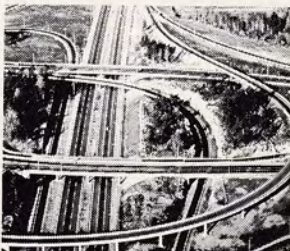
mentajat, erotuomarit, sihteerit ja pelaajat. Kaiken alkuun saattanut "vanhempi" väki voinee huoleti katsella sivusta aikaa myöten.

ToPoLa:n eloon ja oloon vaikuttavat tällä saarella monet ystävälliset voimat ja yhdistykset. Me olemme jatkuvasti ja todella kiitollisia paikalliselle leijonaklubille, säätiöille, rotareille, liikeyrityksille ja kouluille, jotka kaikki ovat alusta pitäen suhtautuneet myönteisesti toimintaamme. Saaren rahalaitokset vielä erikseen ovat ymmärtäneet akuutin hädän ja pitkäaikaisen suhteen tärkeyden. Seurakunta on erikoisen suosiollisesti antanut saliaan käyttöömme. Yhteiskoulun ulkopuolisista vuokraajista ToPoLa on listaykkönen ja Myllykallio on jo käsite. Merenkulkuoppilaitoksen perjantain yövuoron jälkeän pelaajat ovat päässeet pulahtamaan altaaseen. Osaksemme tullut kohtelu on ollut hyvää kaikkialla.

Tom Hynninen  
puheenjohtaja

# Lemminkäinen. Monessa mukana.

Maan päällä ja alla. Moottoritiet, asfaltit, tunnelit, viemärit, satamat, sillat, urheilukentät, virastotalot. Suomessa ja ulkomailla. Tehtaat, vesihuoltoprojektit, kodit, konferenssipalatsi. Neuvostoliitto, Lähi-itä, Afrikka. Rakennusaineita. Pinnoitteita, kateaineita, eristysmateriaaleja.

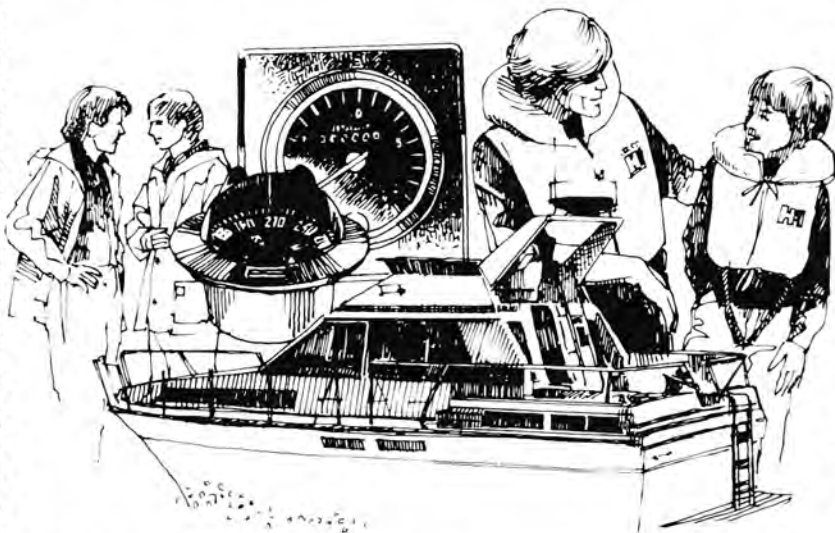


## LEMMINKÄINEN OY

Asemapäällikönkatu 12 B 00520 Helsinki 52  
Puh. 90-140911, tlx 12715 lieto sf



# Ota kurssiksi **MARITIM**



MARITIM on ollut veneilijän asialla vuodesta 1912. Myymme alan johtavia merkkituotteita, esim. STOREBRO-veneitä, HELLY-HANSEN veneilyliivejä ja -asuja, MARINER-perämoottoreita, YAZAKI-lokeja sekä -mittareita – ja paljon, paljon muuta. Meillä on kolme omaa myymälää Helsingissä ja yli 800 luotettavaa jälleenmyyjää eri puolilla Suomea. Turvallista varmuutta vesillä liikkujille jo seitsemän vuosikymmenen ajan.



## **MARITIM**

Veneentekijäntie 1, Lauttasaari, puh. (90) 673 331  
Eteläranta 18, Kauppatori, puh. (90) 635 858  
Hitsajankatu 14, Herttoniemi, puh. (90) 781 800



1912 – 1982

# Helge Nygrén muistelee

## Kun isoisa koripallon osti

Aina ei koripalloilun harrastaminen ole sujunut Suomessa yhtä onnellisten tähtien alla kuin teillä tänään, pojat.

Monet niistä pelaajista, joilla on kokemuksia tämän hienon palloilun orastuksen ajoilta vuosikymmenien takaa, eivät oikeastaan osaa nyt ratkaista, pitäisikö noille sinänsä kultaisille päville itkeä vai nauraa.

Omakohtaiset koripallomuiston ulottuvat pisimmillään 1930–1940-lukujen vaihteeseen; niistä muutama sana.

Minun kohdallani koripalloilun pelaaminen alkoi Kallion Yhteiskoulussa, ”Sörkän yliopistossa”, 1939. Ensimmäisenä pelivälineenä oli soikeutunut ja pehmeäpintaiseksi jo potkittu jalkapallon loppu. Myhäilevä voimistelunopettajani Hannes Torpo (1901–1980), olympiakisojen kuulantyyön nelonen 1924, ajatteli kai, että kyllä se vielä koripalloksi kelpaa, vaikkei sillä enää ”futata” voikaan. Ja tietysti se kelpasi, kun parempaakaan ei ollut.

Koreina toimivat korkeushyppytelien pään sijoitetut rautalankarenkaat; korilevyistä ja rengassukista tuskin uskallettiin katsella edes unia. Kun hyökkäävä joukkue pääsi sinkautamaan leijuvan pallon kohti koriam, aina oli paikalla ainakin yksi puolustavan joukkueen pelaaja tönäisemässä sen verran koritolppaa, ettei pallo varmasti mennyt renkaan läpi – mihin sillä muo-



dottomaksi ”turvonneena” ei juuri muutakaan ollut edellytyksiä. Koritolppien siirtelyn ehkäisemiseksi keksittiin pian piirtää tolppien ympärille liidulla lattiaan ympyrä, jonka sisäpuolelle pelaajat eivät saaneet jalallaan astua. Silti useat ottelut päättyivät tasatulokseen 0–0!

Tietysti joissakin palloiluhalleissa ja voimistelusalaisissa oli jo tällöin oikein seiniinkin kiinnitetyt vanerilevyiset korit, mutta pelipallot eivät kyllä olleet juuri



selostettuja kummempia. Veikkauksenkin kohteina olleissa Tennispalatsin sarjapeleissäkin aluksi isokokoisimpia jalkapalloja. Samoin tossupula oli sota- vuosiin ehdittäessä huutava; useat parhaimmistonkin kuuluneet miehet pelasivat paljain jaloin, pikkupojista puhumattakaan.

Mutta eräästä asiasta ei ollut, noin vuosina 1941–1944, pulaa; yleisöä oli otteluja seuraamassa saman verran kuin keskimääräisesti nykyisinkin.

Joskus myöhemmin on kummasteltu sitä, että nykyisiin mestaruussarjan peleihin verrattavat ns. sotasarjan kireimmät ottelut saattoivat päättyä lopputuloksiin, joissa joukkueiden yhteensä saavuttama pistemäärä kohosi vain noin 30–40 pintaan, kun se suurimmillaan ylittää nykyisin joskus reilustikin 200 pisteen rajan. Tämä ei kuitenkaan johtunut ratkaisevasti nykyistä heikomasta heittotaidosta eikä enää sodan jälkeen kehnosta pelivälineistäkään,

vaan ensisijaisesti puolustuspeliä suosivista säännöistä, joita rikkomatta hyökkääjien pääsy korin alle oli eräinä aikoina melkein mahdotonta.

Ottaen huomioon kaiken edellä esitetyn lisäksi myös sen, että useat joukkueet saattoivat huutavan salipulan vuoksi käyttää tekniikkaharjoitteluun jopa vain yhden tunnin viikossa, ottelujen taso oli suhteellisesti aika korkea. Nykyiseen verrattuna vajavainen tekniikka tasottui lujilla lenkeillä hankitulla peruskunnolla, jolla varmistettiin kovan pelivauhdin säilyminen alusta loppuun asti.

Aivan yht'äkkisestä nykyaikaistumisesta suomalaisessa koripalloilussa tuskin voidaan puhua, mutta maahamme saapuneiden amerikkalaisten mormoonien vaikutus alkoi kuitenkin aivan 1950-luvun alussa antaa koripalloilullemme aikaisempaa kansainvälisempiä piirteitä.





# **IVO**

## **pitää pyörät pyörimässä.**

IVO pyrkii turvaamaan luotettavan ja häiriöttömän sähkön tuotannon ja jakelun kaikissa olosuhteissa.

Mahdollisimman korkeatasoisilla tuotantolaitoksilla ja hyvällä ammattitaidolla edistämme näiden tavoitteiden toteuttamista. Turvautumalla mm.

ydinenergiaan pyrimme myös tasapainottamaan ulkomaankauppaa ja antamaan rakentavan panoksen kansantalouden hyväksi.

IVO pitää pyörät pyörimässä.

## **IMATRAN VOIMA OY**



EI NIIN PITKÄÄ PELAAJAA EIKÄ NIIN  
ISOA VALMENTAJAA, ETTEI

# FOTONIPA

SAA NIITÄ MAHTUMAAN SAMAAAN  
KUVAAN.



**FOTONIPA OY**

Lauttasaarentie 11  
00200 HELSINKI 20  
Puh. 692 51 65

# Tekstin- ja tietojenkäsittelyn ammattilaisille

## Pikkumusta

Olivetti ETV 300, paljon kirjoittavan henkilön tehokas apulainen. Sisältää näyttölaitteen, muistiyksikön ja kirjoituskoneen. Kirjoitettu teksti on luettavissa ja korjailtavissa näyttöruudussa. Tallettaa vakiotekstit mukavasti vastaista käyttöä varten.

## Iso Vaalea

Olivetti ETS 2000 on sekä tekstinkäsittelylaite että henkilökohtainen mikrotietokone. Pystyy kasvamaan tarpeen mukaan monitoimiseksi pääteratkaisuksi, jopa tähtiverkosta Omninet-paikallisverkoksi.

## Jokeri

Olivetti M24 on tulevaisuuteen suuntautuva mikrotietokone. Se pystyy hyödyntämään yli 2000 markkinoilla jo olevaa valmisohjelmistoa kautta maailman. Näytössä 16 värin tai harmaan sävyä. Henkilökohtainen työväline, jossa ovat jo valmiina sellaiset ominaisuudet, jotka on erikseen hankittava muihin tietokoneisiin.

Olivetin toimistoautomaation apuvälineet ovat ergonomisesti oikein mitoitetuja. Näyttöpäätteiden ja näppäimistöjen mukautuvuus on mahdollisimman suuri. Ja italialaisen muotoilun helmiä ne ovat jokainen.

# olivetti

Shop Center: Fabianinkatu 18, 00100 Helsinki, puh. 90-171788.  
Pääkonttori: Luoteisrinne 4, 02270 Espoo, puh. 90-8037322.



## ToPoLa:n johtokunta

### PUHEENJOHTAJA

Tom Hynninen Luoteisväylä 9 C, 00200 Hki, puh. 677 204 k.  
661 321 t.

### VARAPUHEENJOHTAJA

Pauli Leimio Tähtikalliontie 4, 00240 Espoo, puh. 883 029 k.  
601 466 t.

### TALOUDENHOITAJA

Jouko Tuominen Särkiniementie 2, 00210 Hki, puh. 676 021 k.  
481 647 t.

### JÄSENET

Kari Harjula	Otavantie 5 A 30, 00200 Hki	puh. 676 021
Tage Henriksson	Holmanmäentie 8, 0024 Espoo	puh. 883 026
Leila Hämäläinen	Puistokaari 12 B 23, 00200 Hki	puh. 674 199
Ossi Koivunen	Tiirasaarentie 11, 00200 Hki	puh. 692 3112
Jorma Laine	Rantakartanontie 1 B 9, 00910 Hki	puh. 332 351
Olavi Mustonen	Haukilahdenranta 13 A 3, 02170 Espoo	puh. 425 350
Jussi Nieminen	Tiirasaarentie 26, 00200 Hki	puh. 678 423
Esa Seppänen	Vaskiniementie 6 D, 00200 Hki	puh. 670 706
Paavo Suhonen	Puistokaari 21 B 15, 00200 Hki	puh. 675 961
Railli Onnela	Tiirasaarentie 10 B 5, 00200 Hki	puh. 676 834
Riitta Valtonen	Itälahdenkatu 1 A 15, 00210 Hki	puh. 674 402

### JOHTOKUNNAN SIHTEERI

Yrjö Munukka Isokaari 6 A, 00200 Hki puh. 678 389

TOPOLAN PANKKI KOP, Gyldenintie SHK 102030–21301

TOPOLAN LEHTI LAUTTASAARI LEHTI

TOPOLAN KAUPPA LAUTTASAAREN PYÖRÄ JA URHEILU

### VALMENTAJAT 1984–1985

Mikro II	Juha Harjula	puh. 651 253
Mikro I	Arttu Nieminen	„ 678 423
Mini II	Tero Vauraste	„ 692 4464
Mini I	Perttu Hynninen	„ 677 204
C II	Lauri Sipponen	„ 677 991
C II	Yrjö Munukka	„ 678 389
C I	Karri Haaparinne	„ 675 040
B II	Tom Hynninen	„ 677 204
B I	Markku Hynninen	„ 677 204
A II	Paavo Suhonen	„ 675 961

Aluesarja ToPoLa II Tom Hynninen puh. 677 204

Perussarja ToPoLa I Kari Harjula puh. 676 021

"Tavoitteet  
korkealle  
ToPoLa!"



suuri suomalainen kirjakerho oy

*Suomen ylivoimaisesti suurin kirjakerho jo vuodesta 1969!*



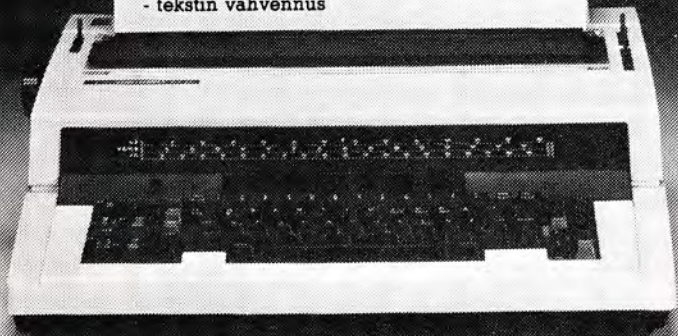
# ELEKTRONIIKAN HUIPPUÄLYMYSTÖÄ

## SILVER-REED

### EX 77

Silver Reed EX 77 kuuluu elektronisten kirjoituskoneiden älymystöön. Ja samalla se on ammatikseen kirjoittavan monipuolinen työskentelyväline. Sen muistikapasiteetti on mahtava. EX 77 voidaan liittää linjaliitännällä kirjoitinpäätteeksi.

- 16 000 merkin tekstimuisti ja 8000 merkin lausekemuisti
- kirjoitusnopeus 30 merkkiä/sek. molempiin suuntiin
- kalvovleyaseman avulla jopa 2 x 80 000 merkin muisti
- 240 merkin korjaus
- saatavana 12 erilaista kirjasinkiekkoa
- kahden rivin näyttö
- tekstin vahvennus



**Yhdistä järki ja tekniikka. Valitse Silver Reed.**

1890  
  
WULFF

OY WULFF DATA AB  
ITÄLAHDENKATU 11  
SF-00210 HELSINKI 21  
TEL. 358-0-6924122

# Eräitä ajatuksia koripallon perustavotteista

Urheilun tarkoituksena on inhimillisten kykyjen vahvistaminen ja kehittäminen. Urheilun merkityksestä tässä suhteessa ollaan tuskin eri mieltä. Liikunta on välttämätöntä jokaiselle ihmiselle suorituskyvyn ja kunnan säilymisen takia ja sille on varattava samalla tavalla kuin työlle, muille harrastuksille ja levolle oma aikansa. Järjestelmällisellä urheilutoiminnalla oikein toteutettuna on nuorison kehittämisessä sellainen merkitys, että sitä on vaikea millään muulla toiminnalla korvata. Urheilua markkinoidaan kunnan, voiman, nopeuden, hallinnan ja kestävyuden kehittäjänä. Urheilujärjestöjen tärkeänä tehtävänä on toimia myös harrastajansa luonteen ja sopeutumiskyvyn kehittämiseksi, jotta vältytään urheiluun liittyvistä varjopuolista, ja annetaan valmiuksia sovellettavaksi elämän jokapäiväisissä toiminnoissa. Urheilun tulee luonnollisesti olla harrastajalleen nautinto ja iloinen asia.

Miten edellä esitetyt urheilua koskevat yleiset, konkreettiset periaatteet ovat sovellettavissa koripallon kehittämiseen ja siihen kuvaan, mikä lajista halutaan antaa maassamme? Koripallon kehittäminen laatuksiteerien perusteella on täysin mahdollista. Yleensä hän on niin, että kun kansakunnalla on jossain lajissa perinteitä ja kulttuuria, se pysyy jatkuvasti omaleimaisena, kehittyä ja nauttii lajin harrastamisesta.

Olympiakisojen kultamitalin voittanut joukkue on oivallinen esimerkki tästä asiasta. Joukkue valittiin varsin myöhäisessä vaiheessa keväällä yliopistosarjojen ja kansallisten lopputurnausten jälkeen. Joukkueeseen valittuja voidaan pitää koripallon harrastajina, joilla kaikilla oli puhtaat paperit koulumenes-tyksen suhteen. Joukkueen huoltajan valinta tehtiin kahden täysin vastakkaisen koripallosuunnan edustajan välillä, ottaen ja ottamatta huomioon sen, että molempien huoltajien pelaajia oli valittu joukkueeseen. Amerikkalaiset luottivat tällä kertaa perinteisiinsä ja koripallokulttuuriinsa, palasivat epäonnistuneilta harharetkiltään ja se tuotti sivutuotteenä myös urheilullisen tuloksen. Kaiken tämän teki mahdolliseksi se, että peruskoulutus suoritetaan lajin perinteitä ja kulttuuria noudattaen, mikä takaa lajin suuren suosion. Lajin kehittyminen ja kehittäminen tämän vankan perustan varaan antaa sitten muita edellä olevan etevymmyyden.

Meillä Suomessa koripallon perinteet ovat nuoria, mutta koripallokulttuuria meillä on aikaisemmin ollut nykyistä enemmän. Kiri-Veikot-HOK-Veikot-Pantterit tekivät tätä kulttuuria 40-luvun lopussa ja 50-luvulla kansallisesti ja kansainvälisesti. Kansallisella tasolla TMP, SNMKY, NMKY:t kautta linjan, Tampereen Pyrintö, Eiran KV ja Karhun



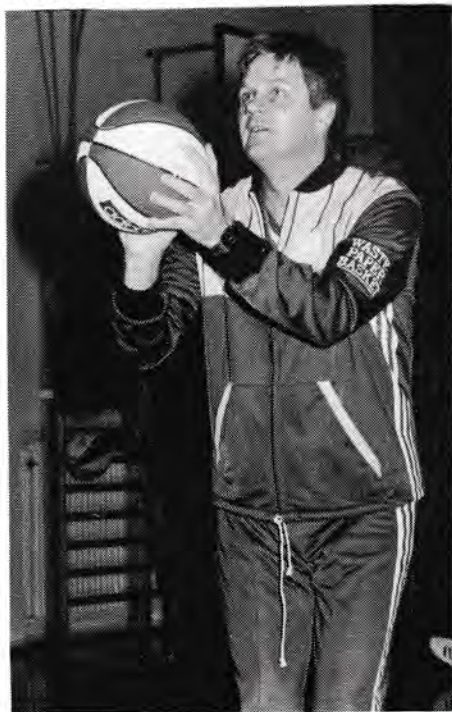
Pojat täydensivät tätä kehitystä ansiokkaasti. Koripalloseuralle luotiin hyvä imago harrastajien ja vanhempien keskuudessa. Kehitys kulki eteenpäin nopeasti ja uutta rakennettiin soveltaen se aikaisemman lyhytaikaisen kokemuksen pohjalta. Maajoukkue täydensi tärkeällä tavalla tätä kehitystä erityisesti siinä suhteessa, että se osoitti viiteajankohdana olevansa aina Ruotsin maajoukkuetta parempi. Tällä asialla on ollut suurempi merkitys kuin nyt halutaan tunnustaa. Se antoi uskoa tulevaisuuteen ja osoitti, että toiminta oli rakennettu oikealle perustalle.

Ajat ovat suuresti muuttuneet, mutta meille suomalaisille omintakeisen linjan rakentaminen keskeytyi monilta osin 60-luvun loppuvuosista alkaen. Perinteitä, kokemuksia ja uutta ei ole kumuloitu vaan kehitystä on viety tai luultu vietyvän eteenpäin sysäyksittäin. Tästä on ollut osoitettavissa varsin selkeitä myönteisiä ja vähemmän myönteisiä tuloksia. Lajina eksponentiaalisen kasvun aika ja vaihe on luonnollisesti päättynyt. Laji on kiitettävästi levinnyt eri puolille maata, mutta alueelliset erot ovat suuret harrastajien määrän ja laadun suhteen. Lajia voi tarjota lasten vanhemmille laajempaan kuin pelkkänä harrasteena. Turvallisuus, kehittyminen, kasvaminen, sopeutuminen ja oppiminen ovat osa niistä asioista, jotka koripalloa harrastavien vanhemmat kokevat ja yhdistävät lastensa harrastukseen liikunnan lisäksi. Kun asia on myös käytän-

*Suomen Koripalloliiton puheenjohtaja Keijo K. Kulha valittiin joulukuussa -84 Suomen Olympiakomitean hallitukseen. Kuvassa hän sihtaillee koriin minipallolla pari vuotta sitten Myllykallion koulun salissa. Olympiakomitea on vuosien varrella suhtautunut varsin nihkeästi uusiin palloilulajeihin. Toivokaamme, että liiton puheenjohtaja saa aikaan suunnanmuutosta samalla kun ToPoLa esittää parhaimmat onnitelunsa.*



*"Milloinkahan opin kunnolla "donkkaamaan"? – tuo pallo pakanahan ei taida mennä koriin. Saankohan nyt teknisen kun roikun renkaassa?"*



nössä näin sitä pitää pitkäjännitteisesti ylläpitää ja vaalia ja kurssia pitää pystyä muuttamaan jo silloin kun asiat ovat näennäisesti kunnossa. Tähän tarvitaan pitkällä aikavälillä suunnitelmallisesti kehitetty systeemi ja operatiivisesti toimiva mekanismi.

Miten sitten on toimittava ja mitä tavoitteita tulee asettaa? On tärkeää selvittää koripallon harrastajalleen asettamat vaatimukset. Lajin piiriin ei pidä houkutella harrastajia kertomalla pelkästään mitä laji tulee heille **antamaan**. Vasta sen jälkeen, kun harrastaja itse on antanut koripalloharrastukselleen oman panoksensa hän voi odottaa siltä palautetta, mikä eri yksilöiden kohdalla on varsin erilainen. Tämähän on tilanne kaikkien harrastusten kohdalla, jostain syystä se on vain usein hämärtynyt urheilun piirissä ja näin on käynyt valitettavasti myös koripallon osalta.

Kehityssysteemeissä tiedollisten ja taidollisten asioiden korostaminen on ensiarvoisen tärkeää. Tämä koskee materiaalin käsittelyä, lajin perusteiden opettamista, kilpailu- ja järjestötoimintaa. Jos painopistettä siirretään yksipuolisesti fyysisten resurssien kehittämisen puolelle laji ei kehity. Vastuuseen liittyvä tärkeä asia on myös se, että lajin parissa oleville tehdään selväksi sen asettamat vaatimukset siinä vaiheessa kun harrastus muuttuu kilpaurheiluksi. Lajin tärkeänä tehtävänä on kasvat-  
taa tasapainoisia omat tehtävänsä hyvin suorittavia ihmisiä. Mikäli harrastajan kyvyt ja taidot sekä muut tekijät edellyttävät suurempia haasteita, niihin voidaan vastata panostamalla harrastukseen oleellisesti enemmän.

Koripallon "yrityskuvaan" Suomessa kuuluu eräitä keskeisiä asioita, joiden merkitystä tulee korostaa osoittaessamme omaa linjaamme.

- koripallo on haastava, kehittävä ja vaativa harrastus jokaiselle pojalle ja tytölle ja tarjoaa miellyttävää yhdessäoloa ohjatuissa harjoituksissa

- ja rakentavassa seuratoiminnassa
- sarjatoiminta piirinsarjoissa on se kulmakivi, jolle rakennetaan massojen pelaaminen ja peillinen kehittyminen
  - liiton vastuu koko toiminnan kehittämistä ja koordinoinnista edellyttää tavoitteellisuutta, johon kuuluu
  - lajin arvostuksen ylläpitäminen kansallisesti vähintään perinteisten urheilulajien tasolla
  - lajin kehittäminen tasolle, jossa Suomi on kansainvälisesti noteerattavissa Skandinavian ykkösmaaksi koripallossa
  - kansallisen sarjatoiminnan ylläpitäminen tarkoituksenmukaisella tavalla lajin kehitystä ja tuloksellisuutta ajatellen
  - kansainvälisen lajin kehityksen soveltaminen Suomen olosuhteisiin
  - koripallo ei ole harrastus vain sitä pelaavalle, vaan koripallossa tulee korostetusti esiin se, että se edellyttää ja tarjoaa monipuolista toimintaa kaikille sen piirissä oleville; katsojille, pelaajille, järjestäjille ja toimitsijoille, valmentajille ja huoltajille sekä taustavoimille
  - koripalloperhe on ajaton, aktiivisen toiminnan alkaessa kouluikäisenä ja jatkuessa siitä eteenpäin eri tehtävissä koko elinajan.

### Kommentti edelliseen:

Kirjoittaja on perusteellisesti ja pitkään harkinnut sanottavaansa. "Yrityskuva" on selvennetty käsitteenä ja todettu aivan oikein lopuksi, että sen toteuttaminen ei ole osoittautunut helpoksi. Tämä on valitettavasti totta. Kun jostain pitää lähteä "yrityskuvan kehittämiseksi", saattaisi ajatella huomion kiinnittämisen piirinsarjatoiminnan kehittämisen olevan ehkä kaikkein tärkeintä. Se on sittenkin se kulmakivi, jolle rakennetaan... Piirinsarjojen arvostus on kohotettava korkeammalle. Liiton on kiinnitettävä asiaan vakavaa huomiota.





*Minien SM-joukkueen valmentajat Perttu Hynninen (vas.) ja Tero Vauraste kertovat viisikolle, mitä nyt pitäisi tehdä. Kaudella 84–85 ToPoLa:n mineissä pelasi kolme kohtalaisen kookasta poikaa, Arno Sipponen, Petri Burman ja Jukka Rönkkö. Koko joukkue oli tähänastisista kehittynein.*



*Minut ovat voittaneet lohkonsa SM-turnauksessa Orimattilassa. Kapteeni Arno Sipponen huudattaa joukkuettaan.*



# YAMAHA

## Voittajia varten!

YAMAHA on markkinoiden eniten myyty moottoripyörä Suomessa. Tämä jo kertoo YAMAHAAN ylivoimaisuudesta niin kilparadoilla kuin katullikenteessäkin. Yamaha . . . jo pienestä pitäen.



YZ125



Luota mestareiden esimerkkiin,  
valitse YAMAHA

**Oy Arwidson & Co Ab**

Katuosoite: Portti 7, Yli-Suomenoja.  
Postiosoite: PL 30, 02271 Espoo 27.  
Vaihde 90-88711.



# YAMAHA





# Säästöobligaatio

Skipin Säästöobligaatio on sijoitusobligaatio.

Varma ja tuottoisa tulevaisuuden turva.

Tee harkittu päätös ja sijoita tuottavasti.

Samalla edistät työtä ja turvallisuutta.

Henkilökohtaisesti ja yhteiskunnallisesti.



Suomen Kiinteistöpankki Oy

# Nuoren koripalloilijan ravinto

*Ko. artikkeli on julkaistu KORILEHDESSÄ n:o 3/1979. Asia ei liene vanhentunut, joten rohkenemme saattaa sisällön uudelleen julki-suuteen. Mm. ToPoLa:n B-juniorien SM-turnausjoukkue sotkeutui tällä kaudella hieman liian raskaan ravinnon nauttimiseen oteluiden välillä ja seuraukset olivat huonot. Valmentaja ottaa syyn niskoilleen.*

Päivittäinen ravinto jakautuu kahteen pääryhmään:

- a) energiaravintoaineisiin ja
- b) suojaravinteisiin

Energia- ja ravintoaineet ja niiden tärkeimmät tehtävät ovat:

1. Hiilihydraatit eli erilaiset sokeriyhdisteet – ruumiillisten suoritus-ten tärkein ja aivojen ainoa energia- lähde
2. rasvat – kehon lämmön tuotto ja hiili- hydraattien rinnalla energian tuotto
3. valkuaisaineet – lihasten ja kudosten rakennusaine

Suojaravinteet muodostuvat vitamiineista, joista tärkeimmät A, B<sup>1</sup>, B<sup>6</sup>, C, D, ja E hivenaineista, mm. rauta, mangaani, kalsium, magnesium, kupari ja sinkki. Suojaravinteet toimivat kehon ruuansulatustoiminnassa ja niillä on keskeinen merkitys energiaravintoaineiden imeytymisessä ja hyväksikäytössä. Yllämainittujen aineiden lisäksi päivittäiseen ravintoon kuuluu riittävä määrä nestettä kehon nestetasapainon säilyttämiseksi.

Ravinnon valinnassa on huomattava, että se sisältää kaikkia energiara- vintoaineita oikeassa suhteessa ja et- tä valittujen ravintoaineiden vitamiini- ja hivenainepitoisuudet ovat mahdolli- simman runsaat. Liikkuva ja urheileva ihminen tarvitsee runsaasti nestettä (2–5 l/päivä).

Liikkuvan ja urheilevan ihmisen päi- vittäisen kokonaisravinnon suositelta- vin jakautuminen on 50–60% hiilihydraatteja, 20–25% rasvoja ja 15–20% valkuaisaineita.

## **Paljonko syöt**

Ravinnon tarve on lähinnä riippuvai- nen seuraavista tekijöistä: ikä, suku- puoli, kehon paino, energian kulutus (työ, liikunta, harjoittelu). Kevyttä ruu- miillista työtä tekevän täysi-ikäisen naisen energiatarve on 7,5–8,5 MJ (1 800–2 000 kcal) ja miehen 10,5–11,5 MJ (2 500–2 800 kcal). Kasvuiässä päi- vittäinen ravinnon tarve kasvatapahtu- masta johtuen on verrattain korkea. 13– 15 vuotiailla tytöillä se on 9,6–10,5 MJ (2 300–2 500 kcal) ja 16–19 vuotiailla 9,2–9,6 MJ (2 200–2 300 kcal). 13–15 vuotiailla pojilla se on 11,3–11,7 MJ (2 700–2 800 kcal) ja 16–19 vuotiailla 11,7–12,1 MJ (2 800–3 000 kcal).

Tunnin kestävä voimaperäinen lii- kunta- ja urheiluharjoitus lisää energi- an tarvetta 1,5–2,5 MJ (400–600 kcal).

## **Koripalloilijan päiväohjelma**

Nuoren 12–20 vuotiaan koripalloilijan, joka harjoittelee tai ottee säännöllii- sesti kerran päivässä, energian kulu-



# I VIIKKO

	AAMUPALA 7-9	LOUNAS 11-13	VALIPALA 14-15	PAIVALLINEN 18-20.30	ILTAPALA 21.30-22.30
Ma	Tuoremehu, murot, hillo, maito, leipä, tee	Nakit, perunasose, kasvisraaste, leipä, maito, luumukisseli	Tee 1. mehu, rahkapiirakka	Munuaispata, perunat kaali-puolukka-salaatti, leipä, maito	Ruusunmarjatee, sekaleipä
Ti	Tuoremehu, ohrapuuro, maito, leipä, maksapasteija, tee	Silakkalaatikko, purjosalaatti, leipä, maito	Maito, sekaleipä	Currykana, riisi, mustaherukkahillo, maito, ruusunmarjakeitto	Hedelmäjugurtti
Ke	Tuoremehu, minuttivelli, leipä, maito, tee	Kuorrutettu kala, perunat, porkkana-raaste, leipä, maito, mustikkagrahampuuuro	Tee 1. mehu, hillosarvi	Lihakeitto, leipä, maito	Kaakao, sekaleipä
To	Tuoremehu, grahamevelli, leipä, muna, tee	Lihamakaroonilaat, porkkanaraaste, leipä, maito	Marjajugurtti	Juustomonakas, lehtisalaatti, leipä, maito, omena	Kaakao, sämpylä, kinkkua
Pe	Tuoremehu, murot, hiutaleet, hillo, leipä, maito	Broileri, riisi, kastike, vihreä salaatti, leipä, maito, hedelmäsalaaatti	Tee 1. mehu, rahkapiirakka	Janssonin kiusaus, punajuurisalaatti, leipä, maito, hedelmiä	Murot, hillo
La	Tuoremehu, velli, leipä, tee	Kaaliikäryleet, puolukkahillo, salaatti, leipä, maito, hedelmiä	Hedelmä jugurtti	Karjalanpiirakka, munavo, kesäkeitto, leipä, maito, appelsiini	Ruusunmarjatee, sekaleipä
Su	Tuoremehu, murot, hillo, maito, leipä, muna, tee	Maksalaatikko, puolukka-juures-salaatti, leipä, maito, mustikkakeitto	Jäätelö, hillo, hedelmiä	Kasvis-makkara-pata, tomaatti, leipä, maito	Kaakao, paahtoleipä, minora juusto

# II VIIKKO

	AAMUPALA 7-9	LOUNAS 11-13	VALIPALA 14-15	PAIVALLINEN 18-20.30	ILTAPALA 21.30-22.30
Ma	Tuoremehu, sämpylät, kinkku, maito, tee	Venohukkaat, puolukkahillo, leipä, maito, lunionemat	Tee 1. mehu, puolukkapirakka	Lihamureke, perunat, sekavihannokset, leipä, maito, raparperikisseli	Hedelmäjugurtti
Ti	Tuoremehu, kaurapuuro, maito, leipä, livesjuusto, tee	Uunimakkarat, perunat, lanturaaste, leipä, maito	Tee 1. mehu, omenapiirakka	Mermiespiivi, kaali-appelsiini-salaatti, leipä, maito, marjoja	Kaakao, sekaleipä
Ke	Tuoremehu, sekaleipä, muna, maito	Maksapiivi, puolukka, perunasose, lehti-salaatti, leipä, maito, kaaretorttu	Tee 1. mehu, omenapiirakka, maito, vanukas	Lammaskaali, puolukka, punajuuri, leipä, mehukastike	Tee 1. mehu, lämmin juustoleipä
To	Tuoremehu, ruishiutalepuuro, maito, leipä, tee	Porsaanstroganoff, perunat, kurkku, leipä, maito	Hedelmäjugurtti	Pinaattikeitto, muna, leipä, maito, puolukkapirakka	Kaakao, edamsämpylä
Pe	Tuoremehu, grahamsämpylät, maito, tee	Lihapyörökät, punakaaliraaste, leipä, maito	Tee 1. mehu, mustikkapiirakka	Kalakeitto, tumma leipä, maito, pannukakku, hillo	Tee, grahamsämpylä, marmelaatti
La	Tuoremehu, hedelmäjugurtti, leipä, tee	Maksalaatikko, puolukka, juures-salaatti, leipä, maito, mustikkakeitto	Jäätelö, hillo, hedelmiä	Piparjuuriliha, perunat, kiinankaali-salaatti, leipä, maito	Ruusunmarjatee, paahtoleipä
Su	Tuoremehu, ruishiutalepuuro, maito, leipä, tee	Hemakeitto, tumma leipä, maito, ohukkaat, hillo	Tee 1. mehu, raparperipiirakka	Jauhelihakastike, spaghetti, juures-raaste, leipä, maito	Kaakao, paahtoleipä, marmelaatti

tus on 14,2–15,0 MJ (3 600–3 800 kcal). Jäljempänä seuraava 14 päivän ravinto-ohjelma on laadittu tälle kulutukselle huomioon ottaen edellä esitetyt ravinto-opilliset periaatteet. Ohjelmassa on päähuomio asetettu tutuille, helposti valmistettaville ja korkealaatuisille ravintoaineille. Pääosa päivittäisistä harjoituksista ja otteluista sijoittuu koulun tai työn jälkeiselle ajalle 16–20 välille, joten ohjelman suositeltavin aikataulu on seuraava: aamiainen 7–9, lounas 11–13, välipala 14–15, illallinen 18–20.30 ja iltapala 21.30–22.30.

Harjoituksen tai otteluiden sijoituksessa ajalle 18–21 on tähän ohjelmaan tehtävä muutoksia seuraavasti: aamiainen ja lounas kuten edellä, iltapäivän välipala ja illallisen pääruoka yhdistetään yhteiseksi ateriaksi ajalle 15–17 ja illallisen jälkiruoka sekä iltapala syödään yhdessä 21–23.

### Turnaus

Edelläesitetystä ohjelmasta tekee poikkeuksen turnaustilanne, jossa perättäisinä päivinä pelataan ottelu tai jopa kaksi päivittäin. Tällöin ravinnon laadun merkitys kasvaa ratkaisevasti ja tärkeimpiä seikkoja ovat:

1. ravinnon on oltava nopeasti sulavaa ja normaalia enemmän hiilihydraatteja sisältävää
2. nesteen määrää on lisättävä ja sen on oltava runsaasti energiaa sisältävää.

Kohdan 1 vaatimusten täyttäminen onnistuu parhaiten valitsemalla ottelun jälkeiselle illalliselle pääruuaksi perunaruoka tai keitto sekä käyttämällä jälkiruokana runsaasti hiilihydraatteja sisältäviä ruokia kuten kiisseleitä, vanukkaita, leivonnaisia, vohveleita, jäätelöä, suklaata, puuroja, pikkunamupaloja jne. Kohdan 2 täyttämiseksi on illallisella hyvä vaihtaa juomaksi glukoosi- tai fruktoosipitoisia urheilujuomia, sokeoituja mehuja jne.

Ottelupäivänä tulee muistaa se, että runsaasti rasvaa sisältävät ruuat ovat hitaasti sulavia, minkä takia niitä pitäisi pyrkiä silloin välttämään.

Koripalloturnauksissa ottelut saattavat jakautua hyvin eri aikoihin ja tämä asettaa omat vaatimuksensa ravinto-ohjelmien aikataulujen suhteen. Usein ottelut sijoittuvat aamupäivälle 9–12 välille. Tällöin on ensinnäkin muistettava, että pelaaja on herätettävä vähintään kolme tuntia ennen ottelun alkua, jotta elimistölle jää riittävästi valmistautumisaikaa edessä olevaan rasitukseen. Aamiainen syödään välittömästi herätyksen jälkeen, lounas 12–14, välipala 15–16, illallinen 18–19 ja iltapala 21–22.

Mikäli ottelu suoritetaan iltapäivällä 14–17 välillä on ravinto-ohjelma: aamiainen 7–8, lounas 10–12, illallinen 18–21 ja iltapala 21–22. Jos ottelu suoritetaan illalla 18–21 on ohjelma: aamiainen 8–9, lounas 11–13, välipala 15–16 ja illallinen 21–23.

Sellaisina päivinä, jolloin otteluita on kaksi päivässä on syytä erityisesti keventää niiden väliin jäävän pääaterian kokoonpanoa hiilihydraattipitoisilla ja helposti sulavilla ravintoaineilla (puurot, vellit, jugurtti, piirakat, jäätelö, suklaa, hillot, vanukkaat jne.) sekä siirtää voimakkaampi ruoka otteluiden jälkeiselle aterialle.

Turnauksen jälkeen palataan taas normaaliin ohjelmaan.







# HUIPULLA KULKEE.

Audin uusi 2-litrainen suihkukone sporttivaihteistolla  
kiihtyy 0-100 km/h 10,7 sekunnissa.

Siitä se ilo alkaa. Ja jatkuu meillä.  
Soita ja sovita koeajoaika allakkaasi.

Puh. 821 066



**VV-Auto Oy**  
Vantaa, Tuusulantie

# TUOMARIN KIELI

*Erotuomarit ovat kautta aikojen olleet sekä pelaajien että yleisön hampaissa. Olemme sitä mieltä, että tuomarit ovat kaiken aikaa olleet yhtä hyviä tai huonoja, se mikä on muuttanut tilannetta nykyisin pahempaan, on yleisön ja pelaajien aikaisempaa "vapautuneempi" mielenilmaisuus. Vielä 50-luvulla lyöminen kentällä aiheutti vähintään 6 kk. pelikiellon. Viime aikoina on mahdollisiin rangaistuksiin vaikuttanut suuressi mm. se, onko hiiltynyt pelaaja esim. kallis ulkomaalainen. Kunnioittavampi asenne tuomariin on tarpeen.*

## VIRALLISET KÄSIMERKIT

1



**PELI ALKAA**  
Heilauta kättä  
tai sormea

2



**EROTUMARIN  
MÄÄRÄÄMÄ  
PELIKATKO**  
Kämmen avoimena

3



**AIKALISÄ**  
Etusormi osoittaa  
avokämmeneen

4



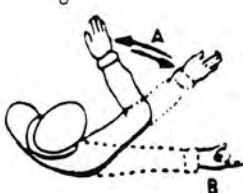
**VAIHTO**  
Käsivarret edessä  
ristiin

5



**KIISTAPALLO,  
YLÖSHEITTO**  
Peukalot ylös

6



**RAJARIKKOMUS**  
Suorana oleva käsi  
A. Heilauta rajalle  
B. Osoita pelisuunta

7



**ASKELEITA**  
Pyöritä nyrkkejä

8



**SÄÄNTÖJEN VAS-  
TAINEN KULJETUS**  
Kämmenen kuljetus  
pystysuoraan

9



**3 SEKUNNIN  
RIKKOMUS**  
Kolme sormea  
sivulla

10



**KORIN HYLKÄÄ-  
MINEN tai KUOLLUT  
PALLO**  
Heiluta käsiä ristiin  
vartalon edessä

11



**PELIKATKO  
VIRHEESTÄ**

12



**HENKILÖKOH-  
TAINEN VIRHE**  
Ei vapaahetjtoja,  
osoita sivurajaa



13



VAPAAHEITTO-  
RANGAISTUS  
Kaksi sormea kohti  
vapaahieitoviivaa

14



TEKNILLINEN  
VIRHE  
Muodosta T  
avokämmenin

15



KAKSOISVIRHE  
Heiluta nyrkkejä

16



TAHALLINEN  
VIRHE  
Tartu ranteeseen  
virhemerkissä

17



KIINNIPITÄMINEN  
Tartu ranteesta

18



PAINAMINEN,  
TÖRMÄILY  
Iske nyrkki  
avokämmeneen

19



TYÖNTÄMINEN  
Jäljittele työntä-  
mistä

20



SÄÄNTÖJEN-  
VASTAINEN  
KÄSIEN KÄYTTÖ  
Lyö ranteeseen

21



ESTÄMINEN  
Kädet lanteille

22

Asiaan kuuluvaa  
virhemerkkiä seuraa  
estämisen merkki

VIRHE PALLON  
OLLESA JOUK-  
KUEELLA

23



NÄYTÄ RIKKOJA  
Pelaajan numero

24



KORIN HYVÄK-  
SYMINEN  
(Yksi sormi on  
1 piste)

25



VAPAAHEIT-  
TOJEN LUKU-  
MÄÄRÄ

26



VAPAAHEIT-  
TOJEN LUKU  
MÄÄRÄ

27



VAPAAHEITOISTA  
VIIMEINEN  
Etusormi pystyssä

# PPAAVO SUHONEN:

## Koripallonäkemyksiä

Tarjoan ajatuksia koripallosta subjektiiviseen ja tietenkin hieman opettajamaiseen tapaan. Vanhemmaksi kun olen tullut – liekö sitten viisaammaksi? Vanhanakin voi muuten olla pätevä peluri, vai mitä mieltä olette seuraavasta tämän kauden mestaruussarjan yli 30 vuotiaitten listasta?

Anssi Rauramo ToPo  
Leon Huff ToPo  
V-P Sirola ToPo  
Heikki Kasko ToPo  
Mikko Koskinen TP  
Hannu Paananen KTP  
Erwin Latimer Pantterit  
Gerald Lee UU  
Larry Pounds KTP

"Voisi olla tuon joukkueen lyömisessä tekemistä nuoremmilla", on joukkoon kuuluva Rauramo tokaissut hiljattain.

### Terveisiä liittovaltuustosta.

Koripalloliiton liittovaltuuston kokous pidettiin joulukuussa -84 Seinäjoella. Valtuutettuja eniten puhuttaneet asiat toimintasuunnitelman lisäksi olivat ulkomaalaisten pelaaminen sarjoissa ja kasvattajarahat. Poimin tähän suunnitelmasta erikseen Suomen Koripalloliiton "toiminta-ajatuksen".

"Toimia koripalloa harrastavien ihmisten ja seurojen yhdyssiteenä ja etujärjestönä; määritellä lajin kasvatukselliset, urheilulliset ja kilpailulliset tavoitteet sekä luoda koripalloilusta ihmistä monipuolisesti kehittävä joukkuepeli, jonka harrastaminen on mahdollisim-

man monen ulottuvilla"

Hienosti muotoiltu toiminta-ajatus, jossa minä kuitenkin vierastin lausetta "luoda jne...", koska mielestäni koripalloilu on tälläkin hetkellä monipuolisesti kehittävä joukkuepeli.

Ulkomaalaiskysymys monine eri





mielipiteineen ja kannanottoineen jäi seuraavan liittovaltuuston kokouksen asialistalle. Eräät valtuutetut halusivat uudelleen laajentaa ulkomaalaisten reiviä lähes kaikkiin sarjoihin, jotkut halusivat kokeilla muutaman kauden tootalisesti ilman heitä ja monet eivät oikein lopultakaan tiedä mitä haluaisivat. Muutaman kauden kuluttua mestaruussarjassa saattaa olla niin useita kansallisuuden saaneita, että ulkomaalaisista pelaaminen jää utopiaksi. Tuntuu myös siltä, että mielipiteet muuttuvat SM-basket ringin sisälläkin useaan otteeseen liittovaltuuston kokousten välisenä aikana.

Hiljattain esiin herätetty ajatus ns. kasvattajarahasta -20% karanteenimaksusta tuloutettaisiin pelaajan kasvattajaseuralle aina kun tämä hyppäisi vieraaseen seuraan, havaittiin vielä kaikin osin hieman raakileeksi ja päätettiin palata asiaan. Tapa, jota usein käytetään kun koetetaan selvittää lähes puhtain paperein arvokkaasta kokouksesta.

### **Koripallopelin mielekkyyden**

Mielekkyyden on siinä, että koripallo tuottaa harrastajalleen tyydytystä. Harrastajalla tarkoitetaan ensisijaisesti pelaajaa, mutta mukaanhan mahtuu myös tuomari, valmentaja, toimitsija ja penkkiurheilija. Unohtuiko seuran johtokunta? Lienee siten, että yleensä kaikki johtokunnan jäsenet kuuluvat johonkin tai kaikkiin edellä mainituista luokista, jos ei, niin pelaajan äitinä tai isänä olemisenkin tuottaneen tyydytystä.

Mielekkyyden on siinä, että peli kulkee tai siinä ettei se kulje millään ilveellä ja kaikkea siltä väliä. Minun oli määrä tässä kohdassa tuoda esiin ne huippuhetket, jotka olen kokenut. Varmaankin ne tuntuisivat nykylukijasta vähintään haalistuneilta, jos yrittäisi sitoa niitä aikaan ja paikkaan. Niinpä vain pari seikkaa ja pelkästään yleisesti.

Parhaat hetket ovat ehdottomasti olleet silloin, kun koko joukkueen voimalla on saatu pallo koriin. Eli koko joukkueen voimalla on vastustaja juoksutettu "hulluksi". Toisaalta tuntuu myös hyvältä se, kun puolustus pitää. Ja tässäkin nimenomaan koko joukkueen panos on tärkeä. Yrittäminen tarttuu. Lyhyesti sanoen hyvin pelattu peli omiin voimavaroihin varattuna on koripallon kohokohta. Pelin lopputuloksen ei edes tarvitse olla voitollinen – usein voi jäädä hyvä maku suuhun jo siitä, että jokainen pelaaja ja koko joukkue yhdessä tietävät tehneensä parhaansa.

Mielekkyyden on myös siinä, että palloa aikansa pompoteltuaan pääsee jäseneksi tähän suureen koripallopöyhäntään. Ystävä- ja tuttavapiiri karttuu laajaksi. Ei todellakaan tarvitse olla yksin. Tunnettu tosiasia – harrastus yhdistää – pitää paikkaansa myös koripallossa. Leirit ja ottelumatkat ovat tässä suhteessa tärkeitä ja ne ovat jääneet lähtemättömästi mieleeni kaikkine kummeluksineen.

### **"Akilles"**

1950-luvulla ToPo:n ns. vaihtomiestistöä kutsuttiin nimellä Akilles. Ykkösviisikon ja vaihtomiesten välinen taitoro oli mukamas niin suuri, että puhuttiin vaihtomiesten muodostavan joukkueen Akilleksen kantapäänä. Yritän seuraavassa luonnehtia ToPoLa:n akillesta toisin sanoen, missä ovatkaan mielestäni suurimmat puutteemme.

1. Henkilökohtainen tekniikka.
2. Syöttötaito, joka ei pelkästään ole riippuvainen tekniikasta.
3. Liikkuminen pallottomana (kentätasapaino, screen, vastustajasta irtoaminen jne.)
4. Asennoituminen puolustuspeliin.
5. Voiman puute.

Jäikö jotain pois listasta? Varmasti joo ja kuitenkin mainitsen vain niistä tärkeimmän. Se on joukkuehenki, joka on

ToPoLa:ssa erittäin hyvä. Mainittuja puutteita voisi tietenkin myös perustella, mutta se tuskin on tarpeen. Toivoisin itsekunkin mieltävän ovatko nämä suurimmat ongelma-alueet.

## 12 Perusasiaa

Mikäli koripallon harrastaja ei pelata jatkuvasti noudatta seuraavia kahdetoista ohjetta, koripallon perusteet eivät ole riittävästi syöpyneet mieleen.

1. Puolustuksessa on oltava miehen ja korin välissä. Poikkeuksiakin on, mutta silloin on kysymyksessä erikoistilanne.
2. Pelaajaa on vartioitava siten, että tämä ei pääse livahtamaan laidan eikä päädyn kautta korille.
3. Oman vartioitavan pelaajan sulkeminen – blocking out – silloin kun vastustajan heitto on lähtenyt.
4. Vastustajan saadessa puolustuslevypallon on lähinnä olevan pelaajan heti peitettävä tämä nopean hyökkäyksen eliminoimiseksi.
5. Kenttätasapainon tulee aina säilyä.
6. Pelaajan on aina oltava selvillä siitä, missä on pallo ja puolustuksessa lisäksi eritoten vaistottava oman miehensä sijainti joka hetki.

7. Palloa ei saa "hautoa".
8. Älä mene vastustajan harhautuksiin mukaan, n. 80 % niistä on sinulle erinomaisen tuttuja.
9. Hyvästä heittopaikasta on aina suoritettava heitto – huonosta ei koskaan.
10. Palloa ei saa pyytää huutamalla. Kansapelaajien tulee näkyä muutenkin.
11. Screeniä on aina käytettävä, vaikka siitä ei näyttäisi olevan välitöntä hyötyä. Se voi kuitenkin olla alkuna uudelle tilanteelle. Mahdollisuudet kasvavat.
12. Kun saat puolustuslevypallon, syötä se niin nopeasti lähimmälle kuin taidat. Älä jää jahkaamaan, tempomaan tai käyttämään kyynärpäitä osoittamaan, että minä sen sain ja kukaan ei ota sitä minulta pois. Lähetä peli käyntiin salamanopeasti.

Näitä ohjeita oli tällä kertaa kaksitoista. Toisella ja kolmannella kerralla niitä voi olla kaksikymmentäneljä jne. Lopussa pelaaja toiminee vaistomaisesti kaiken opittuaan – toivottavasti. Kuitenkin vielä kerran pojat, miksi ihmeessä ette pitäisi niitä käsiä ylhäällä puolustuksessa.





# PVK

tekee hyvää mainontaa



PVK  
PEKKA VAINIO JA KUMPPANIT OY  
MAINOSTOIMISTO  
MANNERHEIMINTIE 6 A. 00100 HELSINKI 10  
PUH. 640 922  
TELEX 121997 PVK SF

# ToPoLa, MIKRO II 1985



Takarivi vasemmalta: Kimmo Wires, Tommi Laanti, Ilkka Seppälä, Samuli Ajo Matti Tanner, Mikko Sipiläinen, Robert Bonsdorf, Lauri Harjula

Eturivi vasemmalta: Tuomas Turkama, Martti Näsäkkälä, Lari Litmanen, Mikko Gerdt, Erkkä Näsäkkälä, Tuomas Särmälä, Robert Johansson

Kuvasta puuttuu: Valmentaja Juha Harjula



# ToPoLa, Mikro I 1985



Ylärivi vasemmalta: Henri Kulvik, Boris Giurov, Christer Usenius, Pauli Niskanen  
Alarivi vasemmalta: Mika Koljonen, Jarmo Sohlman, Janosh Mihailoff, Ivo Mäkelä-Cond-  
ra, Arttu Nieminen valmentaja

Kuvasta puuttuvat: Petteri Laurikainen, Valtteri Roininen, Ville Pirilä, Gili Haggai

# ToPoLa, MINI II 1985



Takaa vasemmalta: Valmentaja Tero Vauraste, Aki Fahler, Rami Lehmuskoski, Jani Heikkala, Juha Kettunen, Antti Pikkarainen, Aleksis Pillai, Ville Särmälä  
Edestä vasemmalta: Mikko Pulliainen, Mika Pulliainen, Jyrki Tahko, Florian Hugger, Tapio Sippu, Veli-Matti Riihimäki, Petteri Pajari  
Kuvasta puuttuvat: Antti Lappalainen, Jarmo Raivio



# ToPoLa, MINI I 1985



**Takarivi vasemmalta: Perttu Hynninen, valmentaja, Mikko Terho, Ville Niiranen, Mikko Salomaa, Janne Kulvik, Jussi-Pekka Vainio**

**Istumassa: Timo Sampo, Jukka Rönkkö, Petri Burman, Tomas Kallström, Taras Klimenko**

**Kuvasta puuttuvat: Janne Saarme, Marcus Lemberg, Jari Aho**

# ToPoLa, C II 1985



Yläriivi vasemmalta: Yrjö Munukka valmentaja, Putte Onnela, Tero Saraste, Kari Hausen, Mikko Seppälä, Jusa Timgren, valmentaja Lauri Sipponen

Alhaalla vasemmalta: Sami-Pekka Timonen, Marko Syrjäsoo, Saku Sahra, Arno Sipponen, Timo Kettunen

Kuvasta puuttuvat: Juha Hölttä ja Veikko Hynninen



# ToPoLa, C I 1985



Yläriivi vasemmalta: Iko Rein, Mikko Pitkänen, Mikko Ihalainen, Ilari Harjula Juha-Pekka Sipponen, Karri Haaparinne, valmentaja

Alhaalla vasemmalta: Tomi Torri, Mikko Kajaani, Timo Palm, Ari-Pekka Hellgren Sami Simula, Markus Terho

# ToPoLa, B II 1985



Alarivi vasemmalta: Kim Tuovinen, Kimmo Laakso, Valtteri Koivunen, Mario Pogojevic  
Harri Wihuri, Lauri Sipponen, Jan Erola, Tom Hynninen valmentaja

Yläriivi vasemmalta: Jan Lausea, Patrik Thiel, Jyri Saraste, Mika Honkaranta, Mikko Rikala, Timo Hynninen

Kuvasta puuttuu: Teemu Konttinen



# ToPoLa, B I 1985



Alarivi vasemmalta: Peter Barkman, Jussi Leimio, Arttu Nieminen, Harri Cronström, Jyrki Virtanen

Yläriivi vasemmalta: Heikki Ollanketo, Timo Nieminen, Simo Tuomi, Janne Laakso, Kim Kaisti, Tom Hynninen valmentaja, sijainen

Kuvasta puuttuu: valmentaja Markku Hynninen

# ToPoLa A II juniorit:



Yläriivi vasemmalta: Paavo Suhonen valmentaja, Tero Hänninen, Karri Haaparinne, Luke Howard amerikkalaisvalmentaja

Alarivi vasemmalta: Tero Vauraste, Tapani Vartiainen, Jaakko Rikkonen, Srdjan Kovacëvic

Kuvasta puuttuvat: Jaakko Erkinheimo, Mikko Miettinen, Tuukka Kupiainen, Perttu Hynninen

Vaihto-oppilaina USA:ssa Timo Kivi, Tuomas Suhonen



# ToPoLa I perussarja



Yläriivi vasemmalta: Tapio Savolainen, Perttu Hynninen, Tero Vauraste, Kimmo Enä-  
vuo, Yrjö Munukka

Eturivi vasemmalta: Markku Hynninen, Jussi Kojamo, Kari Ant-Wuorinen, Ville Jaak-  
kola, Jori Fabricius

Kuvasta puuttuvat: Panu Harjula, Tero Harjula, Matti Juvonen, Markku Antikainen

# FAZERIN MUSIIKKIKERHO

- Fazerin Musiikkikerho
- Finlandia Taidemusiikkikerho
- Listaklubi
- Seitsentähdet Kirjakerho

Takomotie 1 B  
00380 HELSINKI 38  
Puhelin: (90) 5601 811

LINTAS



**Laji kuin laji, siitä kertoo Seura! Tilaa! SEURA**

Suomen penkkiurheiluliiton luvalla

Hyvä Aikakauslehti



# Turvallisempi huomina

Teollisuusvakuutus on erikoistunut suurten ja keskisuurten yritysten vahinkovakuutuksiin. Erikoistuminen näkyy omissa ehdoissa ja maksuissa, tehokkaassa vahingontorjunnassa ja suojele- tekniikassa sekä muissa riskien hallintapalveluissa. Tämä antaa yritykselle hyvän vakuutusturvan - turvallisemman huomina.



## TEOLLISUUSVAKUUTUS

Vattuniemenkuja 8, PL 12, 00211 Hki 21, puh. 90-69 611

Tie huipulle avautuu mää- rätietoisena, kovan työn tulok- sena. Menestyksen myötä karttavat kokemukset ja kas- vaa tunne varmuudesta. Luot- tamus omiin kykyihin on sitä tärkeämpää mitä suurempi haaste on edessä. Urheilussa tai rakentamisessa.

*Oy Alfred A. Palmberg Ab on Suomen vanhin rakennusalan yritys. Vuosikym- menten aikana hankkimamme kokemus on tuonut mukanaan monipuolista ammattitaitoa ja kehittänyt mahdolli- suuksiamme palvella asiakkaitamme kaikilla rakennustoiminnan aloilla Suomessa ja ulkomailla.*

**AAP**

PALMBERG RAKENTAA LAATUA



**OY ALFRED A. PALMBERG AB**

make oy



**LIIKUNTA ON SJOITTAMISTA  
KUNNON TILILLE!**

** KANSALLIS-OSAKE-PANKKI**

Gyldenintie 6, Lauttasaarentie 3, Itälahdenkatu 22

Yhteinen puhelinvaihe 6924 031





ESSELTE SERVIFON, palveleva  
puhelinvastaaja Sinulle, jolle  
puhelin on työväline. Alk.  
1960:-. Myös osamaksulla!



**ESSELTE SYSTEM**

Itälahdenkatu 23 B, 00210 HELSINKI 21  
puh. 90-692 4200

**Kun C-vitamiinin ja kalsiumin  
tarve on kohonnut...**

**Porevit C 1000<sup>®</sup>**  
poretabletit

**Makuvaihtoehdot:** appelsiini ja sitruuna.

**Pakkaus:** 10 poretablettia.

**Ilman reseptiä apteekeista.**

**SANDOZ OY**

Vattuniemenkatu 8, 00210 Helsinki 21



# TULE JA TILAA SYP-PANKKIKORTTI



**Konttorissamme on  
ilmainen valokuvaus  
SYP-pankkikortin tilaajille**

**Tervetuloa  
YHDYSPANKKI**

Lauttasaari – Keskusta



meidän pankki



LASKETTELUVÄLINEET VUOKRAUS HUOLTO

## LAUTTASAAREN PYÖRÄ JA URHEILU

Lauttasaarentie 45  
☎ 672 798

POLKUPYÖRÄT

VARAOSAT

HUOLTO

**Näin menettelevät tuhannet suomalaiset joka päivä:**



istuutuvat jääkylmään autoon.

Se vaikuttaa selkään, munuaisiin ja niveliin.

On olemassa Webasto-autolämmitin, joka hetkessä lämmittää moottorisi, sisätilan ja kirkastaa lasit.

On helppo asentaa tai siirtää. Automatiikka kytkee lämmittimen määrättyinä ajankohtana.

Maahantuojat:

**atou** 



Myynti:

**Terveyden vuoksi-  
Webasto-autolämmitin**

# AUTONTUNTIJAN TAVARATALO Ky

LAUTTASAARENTIE 54, 00200 HELSINKI 20, PUH. 675 825

# **KANSALLISPANKKI**

## **VAHVA ASUNTOPANKKI**

### **ASUNTO OY HELSINGIN ITÄLAHTI**

os. Itälahdenkatu 6

- 6-kerroksinen kerrostalo
- rakentaminen aloitetaan syksyllä 1987
- valmistuu syksyllä 1988
- eri suuruisia huoneistoja  
1 h + kk + s = 35 m<sup>2</sup> - 5 h + k + s = 100 m<sup>2</sup>

### **ASUNTO OY POHJOISKAARI 30**

- pienkerrostalo
- rakentaminen aloitetaan 1985
- valmistuu 1986
- eri suuruisia huoneistoja

**Tule nyt keskustelemaan näistä kohteista Kansallis-Osake-Pankkiin, samalla saat tietoja muistakin yli sadasta pääkaupunkiseudulla olevasta asuntosäästökohteestamme.**

**Lähemmin Helsingin asuntosäästökeskus  
os. Kluuvikatu 2, puh. 638 612**



# Rakennusliike **LAURI SALO Oy**

Albertinkatu 23 A 15  
00120 Helsinki 12

# YIT

## Elinympäristöä ihmiselle



Mikkelin jäähalli

Olemme olleet rakentamassa mm.  
seuraavia kohteita:

- Jalasjärven palloilu- ja urheiluhalli
- Juankosken palloiluhalli
- Espoon Laaksolahden tekojääradan kattaminen
- Mikkelin jäähalli
- Seinäjoen vapaa-ajantalo/uimahalli sekä lukuisa joukko uimahalleja eri puolille Suomea.

### YIT OY YLEINEN INSINÖÖRITOIMISTO

Pääkonttori:	Pori, puh. 939-411 675	Lahti, puh. 918-511 220
Helsinki, puh. 90-15 051	Tampere, puh. 931-30 551	Peräseinäjoki, puh. 964-64 025
Aluekonttorit ja toimipisteet:	Kuopio, puh. 971-125 273	Kotka, puh. 952-183 244
Oulu, puh. 981-344 412	Kokkola, puh. 968-14 335	Sköldvik, puh. 915-23 208

Tässä Teille Tärkeät Numerot!

607 349  
607 394  
607 493  
607 943  
607 528  
607 582



**MeValittäjät**

täyden palvelun  
kiinteistötoimisto

(A) LKV

Bernhardinkatu 7 A HKI 13

# Oy Merso Ab

Näyttely ja myynti

P. Espl. 33  
00100 Helsinki 10  
Puh. 660 663

# TOYOTA

## HUOLTO

Valtuutettu merkkikorjaamo ja  
alkuperäisten varaosien myyjä

### Autorep Oy

Lauttasaarentie 52  
00200 Helsinki 20  
Puh. 673 283

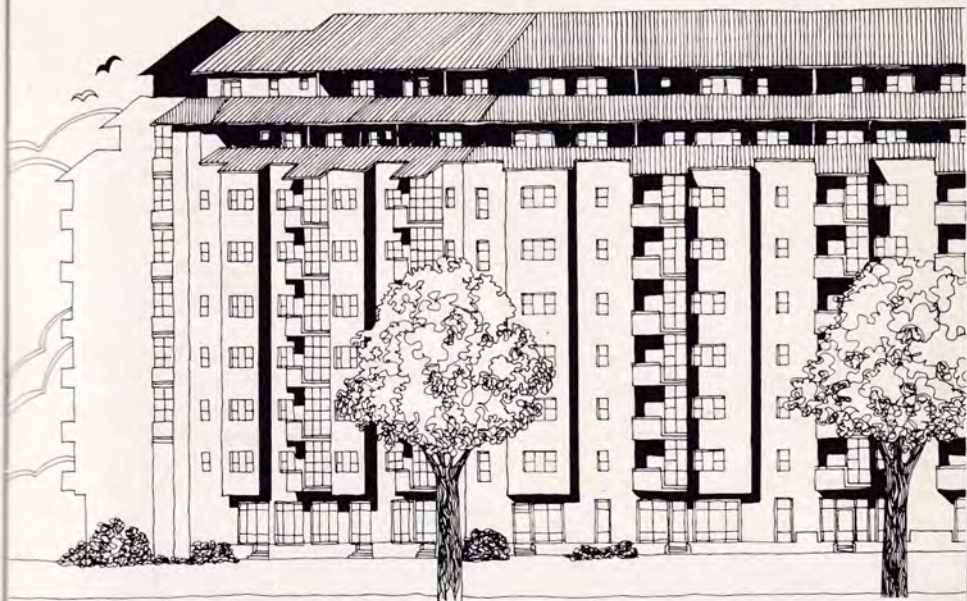
# OY KONTTORI- KESKUS

## ADLER- KIRJOITUSKONEET

Myyntinäyttely  
Aleksanterinkatu 19 A 3. krs.  
00100 Helsinki 10  
Puh. 661 431



# PUOLIMATKA RAKENTAA – SYP RAHOITTA



## As. Oy Hietalahdenranta Hietalahdenranta 17-19

As. Oy Hietalahdenranta käsittää kolme kerrostaloa, jotka rakennetaan kolmessa vaiheessa. I vaihe aloitetaan syksyllä -86, II vaihe keväällä -87 ja III vaihe syksyllä -87. I vaihe valmistuu syksyllä -87. Taloissa on 8 asuinkerrosta ja laaja valikoima eri kokoisia huoneistoja, sekä myös toimisto- ja liiketiloja. Sisäpihalle tulee viihtyisä yhteinen oleskelu- ja leikkialue.

### Alustavat huoneistosuunnitelmat:

1 h + kk + s	33 m <sup>2</sup>	3 h + k + s	70 m <sup>2</sup>	4 h + k + s	92 m <sup>2</sup>
2 h + k + s	53 m <sup>2</sup>	3 h + k + s	75 m <sup>2</sup>	5 h + k + s	116 m <sup>2</sup>
2 h + k + s	55 m <sup>2</sup>	3 h + k + s	85 m <sup>2</sup>	5 h + k + s	126 m <sup>2</sup>

### Asuntosäästäntä ja rahoitus:

## YHDYSPANKKI



Tervetuloa keskustelemaan tulevan huoneistosi rahoituksesta ja asuntosäästäntästä Yhdyspankin konttoreihin. Lisätietoja: **YHDYSPANKIN ASUNTOSÄÄSTÖKESKUS**, Fabianinkatu 29, 00100 HKI, puh. 165 2114 ja 165 2115.

Lisätietoja myös:

**Rakennustoimisto**  
**A. PUOLIMATKA Oy**

Asuntomyynti, puh. 658 122, Mikonkatu 8 A



# Edellisen kauden tilastot

SVUL:n H:gin piirin koripallosarjat kaudella 1983–1984 päättyivät ToPoLa:n osalta menestyksellisesti. Lauttasaari-lehti julkaisi sarjatilanteet hieman ennen kauden vuosikokousta, jossa seura sai ensimmäiset piirin mitalinsa. Vuosikirjassa esitetään nyt nuo tilastot jälkipolvien ihailtavaksi – siltäkin varalta, että samanlaista menestystä voi joutua hieman odottelemaan. Meneillään oleva kausi jäänee tasaisemmaksi, seuran mitalijoukkueet ovat tällä kaudella uuden ikäryhmänsä nuorempia, joten vasta kausi 1985–86 saattaa tuoda tuloksia.

Merkillä voi panna sen sijaan, että ToPoLa:lla on tähän asti ollut joka vuosi asettaa sarjoihin uusi täydellinen ikäryhmä, joka takaa tulevaisuuden. Mikro II joukkuetta synnyttämään saatiin syksyllä 1984 Juha Harjula, joka keräsi ympärilleen 17 pelaajan joukon.

Vanhemmissa ikäluokissa syntyy paineita tulevina vuosina. Syksyllä –84 ToPoLa ilmoittautui aluesarjaan ja joukkue koostui kauden aikana kolmen eri ikäryhmän pelaajista, joita oli yhteensä 29. Peluuta siinä sitten tasaisesti kaikkia ja lupaille yhtä paljon minuutteja. Kaudella 1985–86 on perustettava jäl-



Arno Sipposen tyylikäs "hypäri" Orimattilassa syksyllä –84.



leen uusi alue-sarjan joukkue. Saman-  
aikaisesti kun pelaajien määrä kasvaa  
B:ssä ja A:ssa, piirin sarjoissa joukkuei-  
den määrä vähenee. Parhaat syötetään  
vähitellen perus- maakunta- ja suomi-  
sarjoihin ja normaalit piirin sarjat me-  
nettävät tasaisesti merkitystään. Se on  
kehitystä, joka ei ole hyvää - pakollista  
kylläkin. Koko maassa eri piirien sarjat  
ja koko sana "piiri" ovat vuosikymmen-  
ten mittaan menettäneet arvostustaan.  
Tavalla tai toisella liiton olisi tehtävä  
asialle jotain.

Minikoripalloilu on jälleen kokemas-  
sa ties kuinka monetta muodonmuutos-  
taan. Pelisäännöt ovat olleet kokeiltava-  
na jo toistakymmentä vuotta, mutta mi-  
hinkään johtopäätökseen pitkään jat-  
kuneen kokeilun perusteella ei ole  
päästy. Tietävästi missään maassa ei  
minikoripalloilussa käytetä samanlais-  
ta tulkintaa kuin Suomessa. Ajoittain  
kokeilu on ulotettu myös C-junioireihin  
- tälläkin kaudella vielä. Uutuutena he-  
räsi syksyllä -84 aloite lopettaa minien  
SM-kilpailu kokonaan ja sijoittaa tilalle  
"Kultapossu-turnaus". Minivalmenta-  
jien keskuudessa suoritettu kysely  
tuotti tuloksen, jonka mukaan valtava  
enemmistö halusi säilyttää SM-sarjan.  
Tätä kirjoittaessa ei ole vielä selvillä  
käyttäytyivätkö valtaa pitävät vastoin  
"kansan" tahtoa.

## A-POJAT

SCO-TE	8	8	0	760-	543	16
Panterit	7	7	0	594-	348	14
ToPo	9	6	3	701-	686	12
WB	9	5	4	520-	557	10
NKL	9	5	4	611-	584	10
PuHu	9	3	6	701-	784	6
HNMKY	7	3	4	480-	447	6
LePy	8	2	6	559-	728	4
HaNMKY	9	2	7	620-	718	4
RU	7	0	7	385-	536	0

## B-POJAT A-LOHKO

NKL	12	11	1	1108-	813	12
PuHu	11	7	4	893-	789	14
HNMKY	10	7	3	808-	712	14
WB	11	4	7	698-	899	8
SCO-TE	10	3	7	592-	691	6
Sykki	7	2	5	474-	556	4
ToPo	11	2	9	801-	914	4

## B-POJAT B-LOHKO

Sykki II	11	9	2	775-	600	18
TaNMKY	10	9	1	841-	539	18
ToPo I	12	9	3	801-	630	18
HaNMKY	12	8	4	961-	733	16
ToPo II	10	7	3	764-	713	14
PuHu II	12	7	5	960-	764	14
Panterit	12	6	6	897-	804	12
SCO-TE II	8	4	4	586-	533	8
NKL II	11	4	7	689-	872	8
EPS	12	4	8	834-	954	8
ToPoLa II	11	2	9	700-	919	4
LePy	11	2	9	666-	813	4
PaNMKY	10	0	10	567-	1167	0

## C-POJAT A-LOHKO RUNKOSARJA

HNMKY	12	11	1	966-	636	22
NKL I	12	10	2	1155-	702	20
PuHu I	11	8	3	731-	609	16
WB	12	6	6	857-	833	12
Sykki	11	3	8	659-	1022	6
Scote I	12	2	10	750-	1067	4
ToPo I	12	1	11	656-	905	2

Play-off

1-4 HNMKY - WB	80-56
2-3 NKL - PuHu	75-55

Pronssiottelu

WB - PuHu	51-77
-----------	-------

Loppuottelu

NKL - HNMKY	67-59
-------------	-------

Kulta NKL, hopea HNMKY, pronssi Pu-  
Hu.

## C-POJAT B-LOHKO

ToPoLa I	15	14	1	1220-	867	28
PuHu II	15	13	2	1101-	816	26
NKL Kings	14	12	2	1007-	841	24
TaNMKY	13	11	2	965-	647	22
ToPo II	14	10	4	1001-	826	20
NKL Stars	15	10	5	1174-	1027	20
SCO-TE II	14	9	5	884-	798	18

EPS II	15	8	7	1056-	966	16
NKL Heroes	15	6	9	953-	985	12
ToPoLa II	15	5	10	929-	1019	10
LePy	13	5	8	716-	749	10
RU	15	4	11	1013-	1077	8
PaNMKY	14	4	10	988-	1194	8
EPS I	15	2	13	635-	1142	4
Pantterit	15	2	13	827-	1216	4
HNMKY II	15	1	14	797-	1096	2

### MINIT -71 A-LOHKO

NKL	16	15	1	1481-	572	30
HNMKY	15	14	1	1430-	545	28
ToPo	15	9	6	852-	774	18
Sykki	12	8	4	852-	616	16
LePy	12	6	6	648-	755	12
PuHu	14	4	10	854-	940	8
WB	11	2	9	415-	725	4
SCO-TE	10	0	10	236-	905	0
Pantt. Kallio	11	0	11	226-	1162	0

### MINIT -71 B-LOHKO

ToPoLa	13	12	1	998-	433	24
PaNMKY	12	10	2	780-	487	20
Pantt. Pelim.	13	7	6	727-	612	14
EPS	13	7	6	542-	539	14
PuHu II	12	6	6	637-	540	12
TaNMYK	12	3	9	415-	697	6
HNMKY II	13	2	11	479-	972	4
RU	10	2	8	331-	629	4

### MINIT -71

NKL II	16	16	0	1289-	553	32
PaNMKY II	16	13	3	1251-	644	26
SCO-TE II	16	9	7	798-	599	18
EPS	16	9	7	786-	723	18
NKL III	16	8	8	797-	732	16
ToPoLa II	16	6	10	574-	928	12
ToPo II	15	4	11	589-	728	8
LePy	15	3	12	540-	853	6
PaNMKY III	16	3	13	257-	1121	6

Play-off

1-4 NKL II - EPS	76-57
2-3 PaNMKY II - SCO-TE II	

Pronssiottelu

EPS - SCO-TE II	56-61
-----------------	-------

Loppuottelu

PaNMKY II - NKL II	54-50
--------------------	-------

Kulta PaNMKY II, hopea NKL II, pronssi SCO-TE II.

### MIKROT -73 A-LOHKO

NKL	10	10	0	716-	366	20
Sykki I	10	8	2	663-	307	16
ToPo I	10	7	3	632-	271	14
HNMKY	10	7	3	423-	318	14
PaNMKY	10	7	3	668-	410	14
SCO-TE	10	5	5	534-	405	10
PuHu I	10	4	6	374-	510	8
RU I	10	4	6	324-	449	8
Pantt. Pelim.	10	2	8	277-	553	4
Pantt. Kärp.	10	1	9	247-	785	2
PanKa I	10	0	10	164-	648	0

### MIKROT -73 B-LOHKO

ToPoLa	8	8	0	619-	172	16
EPS	8	6	2	308-	312	12
RU II	8	3	5	229-	399	6
PanKa II	8	2	6	148-	327	4
LePy	8	1	7	230-	324	2

Ylempään loppusarjaan A-lohkon kuusi ja B-lohkon kolme parasta.

Alempaan loppusarjaan loput.

Alkusarjojen keskinäiset ottelutulokset voimassa loppusarjassa.

### MIKROT -74

PaNMKY I	16	15	1	1217-	386	30
NKL	16	15	1	694-	210	30
ToPo II	16	12	4	863-	456	24
HNMKY	16	10	6	709-	617	20
Sykki II	16	8	8	399-	532	16
SCO-TE	16	5	11	439-	741	10
ToPoLa	16	4	12	344-	680	8
PaNMKY II	16	2	14	136-	631	4
HaNMKY	16	2	14	267-	815	4

PaNMKY I - NKL voitot tasan.

Ylimääräinen loppuottelu PaNMKY I - NKL 32-39.

NKL kulta, PaNMKY I hopea, ToPo pronssi.



**LAUTTASAAREN,  
LAUTTASAARELAISTEN  
JA KOTISEUTUTYÖN  
ASIALLA JO VUODESTA  
1968 LÄHTIEN**



**Lauttasaaren Kustannus Oy**

Pohjoiskaari 12 – Puh. 677 359



**kultaseppä  
railo k. säde**

arkadiankatu 15

puhelin 445 769 kotiin 677 627

**ESSO HUOLTO  
S. YLILUOMA**

Lauttasaarentie 25  
Puh. 671 285

**HANGON  
RUOSTE-ESTO OY**

Särkiniementie 17  
00210 Helsinki 21  
Puh. 90-673073

**KORIS ON ADIDAS**

Kaikki Suomen koripallomaajoukkueet  
pelaavat adidas-kengillä!



**adidas®**   
Kotime kuuluisaa raitaa.

**brother**®

**CE-70**

**Muistillinen konttorikone  
huippuedullisesti**

**8000 merkin muokattava muisti**

**Kone 5800,- Levyasema vain 3450,-  
vain Tietokoneliitäntä IF-50 vain 1750,-**



Jälleenmyyjät kautta maan

Myymäla:

Malminrinne 3, 00100 Helsinki 10  
puh. 6940 322

MAAHANTUOJA:



**Enestam**

VALIMOTIE 23 00380 HELSINKI 38 PUHELIN 90-558 458

**20**  
vuotta

**LUOTETTAVAA  
VALTAKUNNALLISTA  
RAKENNUTTAMISEN  
AMMATTITAITOA**

*Asuntoja  
Liike- ja toimistotiloja  
Teollisuustiloja*

**Salpa Oy**

Pajuniityntie 3, 00320 Helsinki 32, puh. 90-578 522,  
Kirkkokatu 5 B, 90100 Oulu 10, puh. 981-12 633, 220 030

**VALINTA  
RINTALA**

Isokaari 42  
Lauttasaari  
Puh. 670 600

**Tervetuloa  
hyvän laadun ja  
palvelun kauppaan!**



AIKALA

on kelloja

AIKALA

on koruja

AIKALA

on kultaa

AIKALA

on hopeaa

AIKALA

on asiantuntija

ja

AIKALA

on käsite

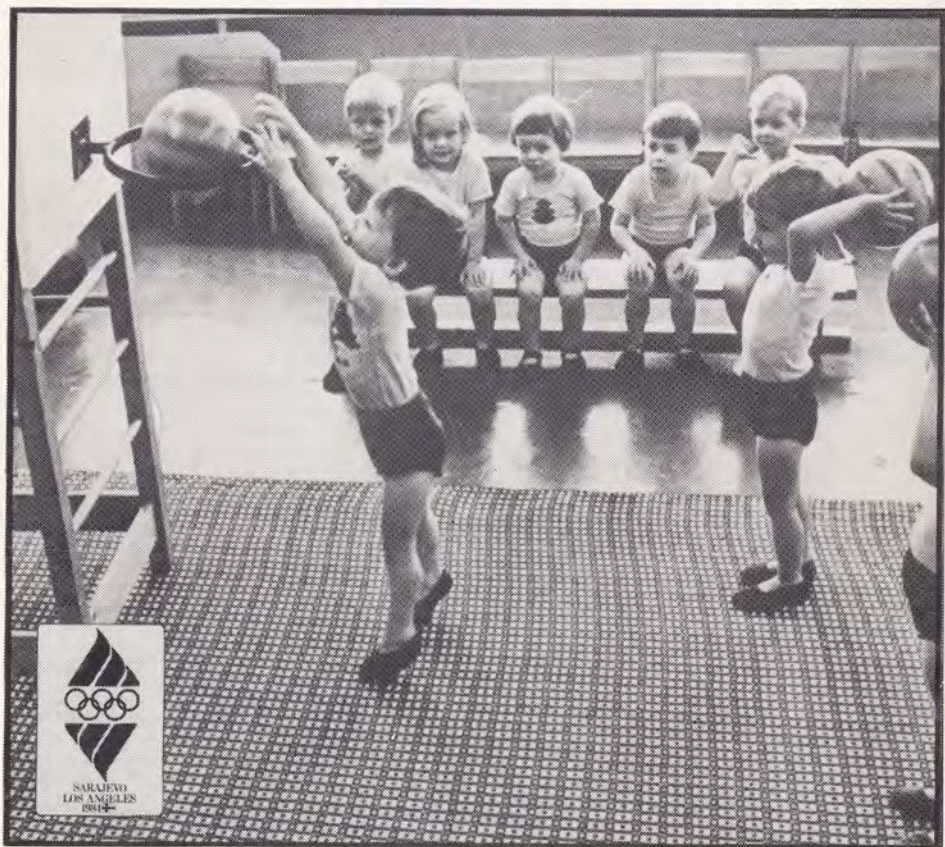
sekä korkeata laatua

AIKALA

KELLO JA KULTA

Mikonkatu 8 puh. 625 096

# TAPIOLA-YHTIÖT, VAHVA JA ELINVOIMAINEN VAKUUTUSTALO ALUSTA ALKAEN



Aurayhtiöiden ja Pohja-yhtymän järkevän yhteistyön tuloksena syntyi Tapiola-yhtiöt.

Tule lähimpään Tapiola-yhtiöihin kuuluvaan Auran tai Pohjan palvelutoimistoon. Saat vakuutuksesi kuntoon kertakäynnillä.

**TAPIOLA-YHTIÖT**  
AURAYHTIÖT POHJA-YHTYMÄ