

Urheilu

"Olen vaativa mutta en ilkeä!"

Muodostelmaluistelu: Vahvan yksinluistelutaustan omaava lina Potaseff tulossa Katajan päävalmentajaksi.

JOENSUU
Heikki Arppi

Joensuun Katajan muodostelmaluistelijat saavat uudenta, mutta samalla tutun päävalmentajan. Vahvan yksinluistelutaustan omaava joensuulainen **lina Potaseff** aloittaa tehtävässään 1. kesäkuuta.

Sopimus on päätoiminen, joten hän jättäytyy nykyisestä työstään Pohjois-Karjalan osuuskunnan Terveyspalveluissa viimeistään ensi syksynä.

Potaseff kilpaili vuosittain vaihteessa neljässä SM-kisoissa ja sijoittui naisten yksinluistelussa kahdesti yhdeksänneksi ja kahdesti kymmenneksi. Tätä ennen hän osallistui kokeilujen ja nuorten SM-kisoihin.

lina Potaseff tuli lajin pariin vuotta vanhemman siskonsa **Annan** esikuvan mukaan. Hän jäi parhainakin vuosinaan Katajassa valovoimaisen **Miia Marttisen** varjon, mutta oli yhtä selvästi seuran toiseksi paras kilpailija ja rutinoitu SM-kisakävijä.

– Muodostelmaluistelusta mi-

nulla on kokemusta yhden kisan ja näytöksen verran, mutta pääsin hyvin lajin pariin ollessani Les Miracles-ryhmän vastuuvälmentajana, lina Potaseff kertoo.

Les Miraclesin Suomen juniorikärkeen luotsannut **Merja Laakkonen** lähti päävalmentajan pestistä vuonna 2008 ja sen jälkeen Katajan muodostelmaluistelulla ei ole ollut päävalmentajaa.

Tänä keväänä muodostelmaluistelu erosi Katajassa omaksi jaostokseen.

– Meillä on eri ikäluokissa ja joukkueissa seitsemän valmentajaa, joiden työn koordinoimiseen tarvitsimme linnan kaltaisen päävalmentajan, vakuuttaa jaoston puheenjohtaja **Kari Mononen**.

Ensi kaudella muodostelmaluistelijoina on mukana satakunta luistelija neljä kilpailevaa joukkuetta tulokkaissa, minoreissa, SM-noviiseissa ja SM-junioreissa.

32-vuotias Potaseff on koulutukseltaan paitsi tradenomi, myös viime talvena valmistunut liikunnanohjaaja (amk).

– Hänen laaja ja monipuoli-

nen liikunta-alan koulutuksensa antaa hänelle valmiudet lähete kehittämään joensuulaista muodostelmaluistelua niin laji- ja yksilötaitoharjoittelussa kuin fysiikkavalmennuksessaakin, sanoo Mononen.

Kataja yritti saada myös Merja Laakkosta palaamaan päävalmentajaksi, mutta tämä jatkaa Espoon Taitoluisteluklubissa.

lina Potaseff kuuluu yksinluistelijana kehuun **Nuria Pirogovan** valmennusryhmään, mutta ei nosta tätä tai Merja Laakkosta esikuvakseen.

– Olen omaksunut taitoja jokaiselta valmentajaltani. Itse painotan lasten ja nuorten kanssa kasvatuksellista vastuuta. On tehtävä töitä, joista on sovittu.

Laji vaatii jokaiselta sosiaalisuutta, toisten huomioimista ja ryhmässä toimimista.

lina Potaseff

Olen vaativa, mutta en ilkeällä tavalla, Potaseff hymyilee.

Hän aikoo kehittää muodostelmaluistelijoiden yksinluistelutaitoja pienestä pitäen. Myös fysiikkavalmennukseen tullaan panostamaan.

– Nuorten ja lasten monipuolinen liikkuminen tuo lajin perustaitojen kanssa hyvän perustan ryhmässä toimimiselle.

Äskettäin Ottawassa suomalaismenestykseen päätyneissä muodostelmaluistelun MM-kisoissa nähtiin varsinkin Venäjän joukkueessa vahva suuntaus siihen, että hyvistä yksinluistelijoista valmennetaan muodostelmaluistelujoukkuetta.

– Tiettyyn pisteeseen asti se toimii. Muodostelmaluistelu vaatii kuitenkin jokaiselta joukkueen jäseneltä sosiaalisuutta, toisten huomioimista ja ryhmässä toimimista. Tekniset suoritukset pitää pystyä tekemään tahdissa yhtä aikaa eikä sooloilua sallita. Siinä on usein kynnyks hyvällekin yksinluistelijalle.

Potaseff hyväksyykin lapselle monta erilaista polkua kohti menestystä.



Jää on sulatettu jäähallista ja Joensuun kadut ovat täynnä pölyä ja likaisia lumikasvoja. Uuteen kauden valmistautuminen väikkyä kuitenkin jo Katajan uuden päävalmentajan lina Potaseffin mielessä.

– Joitakin kannustetaan vaihtamaan lajia, kun SM-junioritasolla nähdään, että kyvyt eivät riitä yksinluistelussa maailman huipulle. Jotkut taas kasvavat alle kouluikäisistä mielessään vain muodostelmaluistelu.

Yksin Potaseff ei Katajan tasoa aio nostaa, vaan luottaa nykyisen valmentajakunnan osaamiseen. – Ja ehkä saan houkutteltua siskoni Annankin mukaan. Hänen ammattitaitonsa tanssissa ja ko-

reografioiden suunnittelussa olisi tarpeen.

Suomen taso on niin kivikova, että aikuisten MM-kisoista joudutaan jättämään jopa mitaliehdokkaita pois kahden jouk-

kueen kiintiömme vuoksi.

– En silti näe mahdollistamana, että Joensuusta päästäisiin tulevaisuudessa junioreiden MM-kisoihin. Siinä meillä on tulevien vuosien pitkäjänteinen tavoite, Potaseff linjaa.

Jippo matkustaa Suomen cupissa FC Jazzin vieraaksi

JALKAPALLO
Heikki Arppi

Jippo pelaa jalkapallon miesten Suomen cupin 6. kierroksella Porissa takavuosien Suomen mestareita, FC Jazzia vastaan. Nykyisin Jazz pelaa Kakkosessa. Myös Jipon edelliset cupin vastustajat, Iisalmen PK-37 ja Laajasalon Palloseura olivat Kakkosen tasoa.

Cupissa on mukana enää 16 joukkuetta. Kahtena edellisessä vuotena Jippo on selviytynyt kahdeksan parhaan joukkoon ja on näin cupissa viime vuosien menestyksekkäin Ykkösen seura.

– Jazz on äärettömän hyvä Kakkosen seuraksi. Sanoisin jopa, että ovat täysin Ykkösen tasoa, luonnehtii Jipon päävalmentaja **Jarmo Korhonen**.

– Kyllä meiltä jämääkkä suoritus tarvitaan, mikäli aiomme jatkoon mennä. Toisaalta tämä käy todella hyvänä valmistava-

na otteluna ennen huhtikuun lopussa alkavaa Ykköstä, sanoo Korhonen.

Jipon kevät on mennyt talviharjoittelussa loukkaantuneita miehiä parannellessa. Nyt joukkueen mieli on korkealla, kun lopultakin on päästy ulos Utran kentälle.

– Potilaat toipuvat ajallaan ja olemme päässeet katsastamaan omia B-junioreitammekin miesten ringissä, näkee Korhonen hyväinkin vammakierteessä.

Kuudennella kierroksella myös kotiutu arvottiin sillä poikkeuksella, että toisen joukkueen

ollessa liigaseura alempiarjalainen sai edelleen automaattisesti kotiedun.

Aivan vettäpitävä arvonta ei kaikilta osin ole. Jipon peliin ei voi tulla muutoksia, mutta cupin erillisjärjelysten mukaan farmisopimuksen keskenään tehneiden seurojen joukkueet tulee asettaa vastakkain ilman arvontaa.

Kun osa viidennen kierroksen peleistä on yhä pelaamatta, saattaa farmipykälä muuttaa joitakin kuudennen kierroksen ottelupareja.

Cupin 6. kierros pelataan pääsääntöisesti 25. huhtikuuta.

TIETOKULMA

6. kierroksen otteluparit

■ PS Kemi tai GBK–VPS, FC Lahti–KuPS, TPS–IFK Mariehamn, FC Jazz–Jippo, FC KooTeePee tai

Pallohonka–FC Honka, TP-47 tai TPV–FC Haka tai KäPa, Klubi04 tai BK-46–JJK, RoPS–HJK.

LYHYESTI

PESÄPALLO Joensuun Mailalta pesäpallovälineet koululaisille Turkkiin

Pesäpallolla harrastetaan muualla maailmassa lähinnä ulko-suomalaisen keskuudessa. Lajiharrastusta aloitellaan myös Turkissa suomalaiskoululaisien keskuudessa.

Turkissa toimii Istanbulin kansainvälisessä koulussa pieni Suomi-luokka, jossa suomen kieltä ja kulttuuria opiskelee kolmetoista 6–13-vuotiaasta suomalaista tai puolisuomalaisista oppilasta.

Joensuun Maila lahjoittaa kyseiselle luokalle lasten pesisräpylöitä, pari mailaa ja palloja. Välineet ovat uusia, joskin esitelykäytössä olleita.

Suomi-luokan opettaja **Heli Nokelainen** on ollut huolestunut siitä, miten "pihalla" nämä lapset tulevat olemaan liikuntatunneilla, kun he joskus mah-

dollisesti Suomeen peruskouluun tai lukioon palaavat.

– Haluaisin perehdyttää heitä edes pintapuolisesti lajiin. Tällä hetkellä palloa on kopiteltu koulun pienellä pihalla ja koripallokentällä "kahden räpylän takkiikalla". Enempään välineitä ei ole ollut, kertoo Nokelainen.

JoMasta lahjoitusidean isät ovat G-poikien valmentaja **Harri Mäkelä** ja seuran hallituksessa toimiva **Ari Mononen**.

RAVIT Valtioneuvosto myönsi Hippokselle televisiotoimiluvan

Valtioneuvosto myönsi Suomen Hippos ry:lle ohjelmistotoimiluvan, joka on voimassa vuoden 2016 loppuun saakka.

Hippos aikoo esittää etupäässä hevostenhoitoon liittyviä tapahtumalähetyksiä sekä ohjelmia,

joita edistävät hevosiin liittyvä harrastustoimintaa.

Ohjelmiston rungon muodostavat suomalaisilta raviraadoilta tehtävät päivittäiset lähetykset. Toimiluvan mukainen ohjelmiston lähetyksaika on kello 18–06.

Lupaa olivat hakeneet myös Sanoma Entertainment Finland oy ja Brilliance Communications oy.

JALKAPALLO Jussi Väisästä Jipon junioreiden puheenjohtaja

Joensuulaisen Jipon junioreiden puheenjohtaja vaihtuu. **Jarkko Linervo** jättäytyi tehtävästä ja hänen tilalleen valittiin keskiviikkoisessa seuran kevätkokouksessa **Jussi Väisänen**.

Jippo-junioreiden varapuheenjohtaja on **Jouni Turunen** ja sihteeri **Kirsi Minkkinen**.

Supplier and partner: **HELSINKI CITY RUN** **HELSINKI CITY MARATHON**





TESTAA ASKELEESI JA VARUSTAUDU JUOKSUKAUTEEN.

Fysioterapeutin ILMAINEN askel-analyysi lauantaina 13.4. klo 10-15!

Henkilökuntamme, ASICS-asiantuntija ja fysioterapeutti opastavat sinua valitsemaan ominaisuuksiesi mukaiset juoksukengät ja -tekstiilit.



ASICS GEL-Phoenix
Kanta ja päkiä Gel-vaimennettu, Duomax pronaatio tuettu jalkine harrastajalle. Soveltuu neutraalille ja ylipronatoivalle askeltyypille. Rullaava ja vaimentava SpEva välipohja.





8990
(139,-)

<p>ASICS GT-2000 m/w Monipuolinen treenikenkä.</p>  <p>169,- (185,-)</p>	<p>ASICS GEL-Nimbus 14 m/w Huippuosittu neutraali juoksukenkä.</p>  <p>189,- (209,-)</p>	<p>ASICS GEL-Kayano 19 m/w Tuettu ja vaimennettu juoksukenkä harjoitus- ja naisten malli.</p>  <p>199,- (219,-)</p>	<p>ASICS GEL-DS Trainer 18 m/w Kevyt ja nopea kenkä harjoitus- ja suorituskäyttöön.</p>  <p>179,- (199,-)</p>
--	---	--	--

Footbalance the custom made FIT

Ilmainen Footbalance jalka-analyysi
- edustaja paikalla
- lämpömuotoiltavat pohjalliset

Alk. 59,90 pr

KPLUSSA www.intersport.fi

SPORT TO THE PEOPLE

Intersport Joensuu
Kauppakatu 23 B, 80100 Joensuu
puh. 010 322 8310
Palvelemme ma-pe 9.30-18, la 9-15

