

1905



PUSU 1/2022

Kevät 2022/ 22. vuosikerta

Suunnistuksen SM-pitkänmatka 2021
Vuoden Keski-Suomen suunnistustapahtuman palkinto seuralle



PUSU eli Pullistuksen Suunnistus Suunnistajien jäsenlehti

Julkaisija: SaPu, suunnistusjaosto

Toimitus: Arja Niskakangas ja jaoston jäsenet

Ilmestyminen: Huhtikuu (1. kuntorastit)
Marras-/joulukuu (Tossunpesu)

Katseltavissa nettilehtenä: www.pullistus.fi
suunnistus/Pusu-lehdet

SaPu:n toimisto sijaitsee kauppakeskuksessa

Katuosoite: Kauppakatu 7 (2.kerros)

Postiosoite: PL 90, 43101 Saarijärvi



JÄSENMAKSU 2022, vuonna 2021 jäsenmaksunsa maksaneille lähetetään jäsenmaksupankkisiirto kotiin tai sähköpostitse alkuvuodesta 2022.

Jäsenmaksun maksettuasi

- voit edustaa seuraa
- voit hankkia seuran asuja
- voit osallistua yhteiskuljetuksiin jäsenhinnalla
- voit saada jaostokohtaisia et
-





Kevät kuulumiset

Kesä suunnistus kausi on jo alkanut ja torstainarasti kausi on alkamassa. Ahkerimmat kilpasuunnistajat ovat käyneet jo kilpailemassa eteläsuomen avokallio maastoissa ja hyvin sijoituksin.

Tuleva kesä on taas suunnistuksen kannalta aktiivista toimintaa; rastipäivät, kompassikuppia, torstairasteja, Hippo- suunnistuskoulua, sekä talkoovuorot Kukonhiekassa. Suunnistusjaosto hakee taas perinteiseen tapaan kesätyöntekijöitä Saarijärven kaupungin kesätyön tuella ja OP:n kesätyöntuki olisi myös käytettävissä.

Jukolan viestiin on ilmoittautunut 3 mies joukkuetta ja 5 naisjoukkuetta. Vapaita paikkoja on vielä molemmissa viestijoukkueissa. Vielä on aikaa harjoitella, jotta selvittää Jukolan ja Venlan radat. Maakunta suunnistus järjestetään Jämsässä 9.5. ja tarkoitus olisi Saarijärveltä saada yksi tai kaksi joukkuetta kilpailuun.

Puheenjohtaja toivottaa mukavia ja antoisia suunnistus hetkiä tulevana kesänä. juttua tehdessä ikkunasta näkyy sininen taivas ja lämpötila taitaa olla yli 15 astetta plussan puolella, tästä on hyvä jatkaa.

Timo Kulmala
puheenjohtaja



Olemme mukana Koulu kartalla 2022 -teemaviikolla!

Suunnistusjaosto on mukana toteuttamassa valtakunnallista Suunnistusliiton Koulu kartalla -teemaviikkoa huhtikuussa. Pullistuksen viikko on vko19 (9.-13.5.).

Teemaviikon aikana päiväkodeissa, esikouluissa ja eka- ja tokaluokkalaisilla on käytettävissään erilaisia tulostettavia suunnistustehtäviä lasten kanssa toteutettaviksi. Koulut ja varhaiskasvattajat saavat linkin teemaviikon materiaalipankkiin sähköpostilla viikon 18 aikana ja ajatuksena olisi, että tehtäviä voisi toteuttaa teemaviikolla 19.

Lauantaina 14.5. toteutamme Perheseikkailun Mannilan Kartanolla. Tapahtuma on omatoiminen, eli perheet voivat tulla suunnistamaan oman aikataulunsa mukaan klo 11:00-13:00. Paikalla on seuramme ohjaaja auttamassa alkuun.

Koulu kartalla SSL:n

sivuilla: <https://www.suunnistusliitto.fi/2021/04/koulu-kartalla-teemaviikot-liikuttavat-ympari-suomea-mukana-30-suunnistusseuraa/>



Saarijärven Pullistuksen Torstairastit 2022

Radat: A: haastava 5-6km, B: helpompi 3.5-4km, C: helpompi 2-3km ja D: helppo 1-1,5km.

Aika: Torstaisin. Lähtö aukeaa klo 17.00 ja sulkeutuu klo 18.30. Maali sulkeutuu klo 20.00.

Maksut: Karttamaksu 6€, SaPu:n ja Rasti E4 alle 20-vuotiaat maksutta! Kausikortti SaPu:n jäsen 80€, muille 100€. Myös Smartum- tai TYKY-liikuntaseteli, Eazybreak ja MobilePay käyvät. Emit-vuokra 2€.

Tiedotus: Rastilippu-palvelussa on rastien paikka. Lisäksi keskiviikkoisin ilmestyvän Sampo-lehden seuratoimintapalstalta löytyvä tarkempi opastus torstairastipaikalle, tarkista myös mahdolliset muutokset.

Omatoimisuunnistus: Mahdollista Torstairastien jälkeen seuraavaan keskiviikkoon asti. Rasteilla ovat liput tai kreppinauhat. Kartat ovat saatavilla Säästökeskuksessa toimiston postilaatikossa perjantaina klo 16 alkaen (Kauppakatu 7 A 12 2.kerros, käynti lukion puoleisesta ovesta arkisin klo 8-20). Postilaatikossa on vihko johon kirjaat nimesi. Maksu 6 € tai kausikortti, maksetaan suunnistusjaoston tilille

FI58 5408 0420 0298 34. KÄYTÄ viitenumeroa 20200.

Eazybreak ja MobilePay käyvät myös.

Tulokset ja ajantasainen kalenteri www.rastilippu.fi ja Pullistuksen internet-sivuilla: www.pullistus.fi



Kerta	PVM	Paikka/Kartta	Ratamestari	Erityishuomiot
1	21.4.	Keskusta/Pyyhkälä	Jaana Tissari	
2	28.4.	Kukonhiekkan P- paikka	Kulmalat	Pullautuskartta
3	5.5.	Summassaari	Risto Oksanen	
4	12.5.	Roikola/Kallioniemi	Sirkka Ketola, Vappu Hyvärinen	
5*	19.5.	Suolikko	Petri Moisio	Iltarastiviikko
6	2.6.	Lannevesi	Timo Älgars	
7	9.6.	Lannevesi	Arja Niskakangas ja Sinikka Ikonen	
8	15.6.	Lannevesi	Ari Pekka ja Anna Pasanen	Huom. Keskiviikko! KompassiCup samassa
9	30.6.	Ahvenlampi Camping	Olli Rosti, Mari Turtinen	
10	7.7.	Kulha, Pirttipuron mylly/Kissaneva	Marjatta Suomäki, Anu Rajala, Marja Somppi	
11	14.7.	Lannevesi, Tunturikangas	Eero Vartiainen	
12	21.7.	Kusiaismäki, Juhola	Juho Pirttiniemi	
13	28.7.	Tarvaala, Vattukallio	Juho Pirttiniemi	
14	4.8.	Kulha, Pirttijärvenkalliot	Häkkiset	
15	11.8.	Heramäki	Jorma Hirvensalo	
16	18.8.	Pyhä-Häkki	Markku Helle	ja Juhani Penttilä

17	25.8. Kolkanlahti, konehalli	Eija Laukka, Hanna Aho	
18	1.9. Julmat Lammit	Kulmalat	
19	8.9. Kulha, P-paikka	Maija ja Antti Vilkkilä	
20**	15.9. Kusiaismäki	Minna ja Mikko Truhponen, Katja Pöyhönen	Hämärä-Kuppi
21**	22.9. Lannevesi	Raine Kivelä	Hämärä-Kuppi
22**	29.9. Suolikko	Petri Moisio	Hämärä-Kuppi

* Iltarastiviikko 3 osakilpailua

ma 16.5. Rasti E4 (Saarikas)

ti 17.5. ViPa (Hietasyrjä)

to 20.5. SaPu (Suolikko)

** Hämärä-Kuppi

Perinteinen V. Hämärä-Kuppi yösuunnistus järjestetään yhteistyössä Rasti E4:n kanssa.

-Hämärä-kupissa rasteilla myös normaalit iltarastit

-6 osakilpailua joista 5. parhaan kisan pisteet lasketaan yhteispisteisiin

- A-sarja 5-6 km , B-sarja 3,5-4 km, C-sarja Helppo 2-2,5 km

- Yhteislähdöin

1. osak. 13.9 Rasti E4

2. osak. 15.9. Sapu

3.osak. 20.9. Rasti E4

4.osak. 22.9 SaPu

5. osak. 27.9. Rasti E4

6. osak. 29.9. SaPu

Ratamestari: Tutustu ohjeisiin linkin kautta ja kysy tarvittaessa lisäapuja ja ohjeita (Juho 0404128350). Intoa ratojen ja rastien suunnitteluun!

- Ratamestarin ohjeet 2022.pdf

HIPPO-SUUNNISTUSKOULU

Hipposuunnistuskoulu alkaa klo 18:00 alla olevina päivinä.



To 9.6 alkaen torstairastien yhteydessä.

pv. paikka	ratamestari
16.5.Tarvaalan koulu, Vattukallio	Risto O
23.5.Hiihtokeskus	Pirita L
30.5.Puuhapuisto	Jaana T, Eija L
6.6. Herämäki	Juho P
9.6. Lannevesi	Arja N , Sinikka I
15.6.Lannevesi	Pasaset, Jaana T, Eija L
30.6.Ahvenlampi	Olli R, Mari T
7.7. Kulha, Pirttipuronmylly	Marjatta S, Marja S
14.7.Lannevesi, Tunturikangas	Eero V
21.7.Kusiaismäki, Juhola	Juho P
28.7.Tarvaalan koulu, Vattukallio	Juho P
4.8. Kulha, Pirttijärven kalliot	Häkkiset

Saarijärven Pullistuksen Hipposuunnistuskoulu on tarkoitettu aloitteleville ja jo lajia harrastaneille 2-14 -vuotiaille lapsille ja nuorille. Suunnistuskoulussa opetellaan luonnossa liikkumista ja suunnistuksen perustaitoja, kuten karttamerkkejä, kartan suuntaamista, kompassin käyttöä sekä helppoja reitinvalintoja.

Hippo-suunnistuskoulu kokoontuu vaihtelevissa paikoissa lähellä Saarijärven keskustaa. Maastot ovat lapsille sopivia, helppokulkuisia ja paljon polkuja sisältäviä. Suunnistusharjoitukset ovat ikäryhmälle sopivia ja suunnistuksen perustaitojen oppimista tukevia.

Kuinka mukaan?

Ilmoittaudu Hipposuunnistuskouluun Saarijärven Pullistuksen nettisivujen kautta. Jos ilmoittautuminen pääsee unohtumaan, voit ilmoittautua myös paikan päällä harjoituksessa.

Hippo-suunnistuskoulun kalenteri löytyy jaoston nettisivulta sen valmistuttua.

Mitä maksaa?

Hippo-suunnistuskoulun hinta on 55 euroa, ja se sisältää Hippo-passin, Hippo-suunnistuskoulun materiaalin, karttamuovin, ahkeruuspalkinnot viiden ja kymmenen käyntikerran jälkeen, harjoitukset, kesätauolla osallistumisen Torstairasteille sekä vakuutuksen lapselle.

Mitä varusteita tarvitaan?

Hippo-suunnistuskouluun tarvitaan sähkään sopivat vaatteet, lenkkarit sekä oma juomapullo. Suunnistettaessa metsässä kannattaa käsivarret ja jalat suojata oksilta ja risuilta pitkähihaisilla ja -lahkeisilla vaatteilla. Lämpimällä säällä päähine suojaa auringolta. Ota myös Hippo-passi ja oma karttamuovi mukaan.

Miten toimin Hippo-suunnistuskoulussa?

Tule paikalle vähän ennen ilmoitettua alkamisaikaa ja käy ilmoittautumassa ohjaajalle. Kun olet suunnistanut, ilmoita tullesi pois radalta ja valitse paras tarra Hippo-passiin.

Katso koronaohjeet tämä sivun alareunasta.

Entä kun Hippo-suunnistuskoulu päättyy?

Kouluikäiset, 7-13 -vuotiaat voivat jatkaa syksyllä suunnistuksen harrasteryhmässä Vilskeessä. Vilskeessä harjoitellaan liikunnan perustaitoja, leikitään ja pelataan sekä tehdään helppoja suunnistuksen taitoharjoituksia. Alkusyksy ollaan pihalla, talvella sisällä liikuntasalissa.

Loppusyksyllä järjestetään vielä kauden päätöstilaisuus, johon kaikki Hippo-suunnistuskoululaiset ovat tervetulleita. Päätöstilaisuudessa palkitaan ahkerimmat suunnistajat.



SM-tilastot 2021/ Ryhmät R1 ja R2

Tilastot SM- menestyksistä vuodelta 2021, ryhmien R1 ja R2 osalta. Seurana Saarijärven Pullistus oli sijalla 63/194 huomioituna suunnistus, hiihtosuunnistus, pyöräsuunnistus, pisteitä kertyi yhteensä 57.

Lajeittain tarkasteltuna Pullistus oli sijalla 43/133 ja suunnistuspisteitä 36, hiihtosuunnistuksen sija oli 82/118 ja pisteet 6, pyöräsuunnistuksen sija oli 47/85 ja pisteet 15. Tilastoitaviin lajeihin kuuluisi vielä tarkkuussuunnistus, mutta seuralla ei ollut siihen osallistujia.

Lisäksi tilastoista on valittavana myös tiedot henkilöittäin, henkilöselaus ja joukkueselaus. Tiedot löytyvät osoitteesta, **<https://www.o-skills.fi/sm-tilasto/vuosi/2021>**.

O-Skills tarjoaa digitaalisen työvälineen suunnistajien avuksi. Työväline on tehty urheilijoille, harrastajille, valmentajille ja seuroille.

Käy tarkemmin tutustumassa sivuilla, jos vaikka niistä materiaaleista on hyötyä suunnistuksen oppimiseen, analysointiin ja esimerkiksi harjoitusten suunnitteluun. Paljon hyvää tietoa löydät suunnistustaidon kehittämiseksi.

Kirjaudu tai rekisteröidy, esim. voit kerätä kaikki kauden kisasi omaan profiiliin ja analysoida ne.

Lisää osoitteesta, **<https://www.o-skills.fi/events/home>**.

Arja Niskakangas

Suunnistajien tossunpesijäiset 1.4.2022 Paavontuvalla

Vuoden 2021 tossunpesijäisiä vietettiin poikkeuksellisesti vasta vuoden 2022 puolella koko maata vallinneen Korona viruksen vuoksi. Pienen purtavan ja kahvin jälkeen oli se tärkein, vuoden 2021 eri saavutusten palkintojen jako.

Ahkerat juniorit kesän Hippon suunnistuskoulu eniten käyneet
Saimi Mäntymaa 12 kerta, Jalo ja Tyyne Sahinaho 10 kertaa, Etti Anttila 9 kertaa.

Poikaurheilija / Tyttöurheilija 14-17 v Nuoret kilpailijat:
Ohto Mäkelä 1, Konsta Rosti 3, Ella Kivelä.

Nais- ja miesurheilija:

Mies: Risto Oksanen

Nainen: Vappu Hyvärinen

Vuoden ohjaaja:

Venla Mäkelä

Vuoden talkoolaiset:

Eero Vartiainen

Raine Kivelä

SM- pitkän 2021 ratamestarit

Merkkipäivät 2021:

Rastipassit vuodelle 2022

Petri Moisio

Olli-Pekka Häkkinen

Vappu Hyvärinen

Aaro Oksanen



Seuranmestarit 2021

H21 Petri Moisio

H 40 Raine Kivelä

H 60 Juhani Penttilä

H 70 Risto Oksanen

H 80 Eino Rantala

D 40 Jaana Tissari

D 60 Päivi Raatikainen

**Hippomestarit 2021**

H 10 Konsta Rosti

D 10 Ella Kivelä

D 4 Saimi Mäntymaa

SM-mitalistit 2021**pääseuran palkinnot**

Sirkka Ketola

Vappu Hyvärinen

Päivi Raatikainen

Risto Oksanen



Kesän 2022 isot suunnistustapahtumat

Tämän vuoden Lukkari-Jukola järjestetään Mynämäessä 18.-19.6.2022.

54. Kainuun Rastiviikko on 3.-8.7.2022 Puolangalla.



Fin5 -2021 Suunnistusviikko käydään 12.-17.7.2022 Orimattilassa, Lahdessa ja Hollolassa.



Kotkassa järjestetään Nuorten Jukola 20.-21.8.2022.

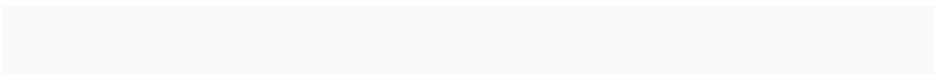
Viikonlopun täydentää sunnuntaina kilpailtava 13-14-vuotiaiden Kultainen kompassi-cupin finaali sekä 16-20-vuotiaiden INOV-8-liigan finaali.

Seuran omat kisat

55. Sisä-Suomen Rastipäivät 28.-29.5.2022 Lannevedellä, SM-2021 pitkän matkan kartalla.

Kompassi-cup 3.osakilpailu ke 15.6. Lannevedellä, klo 18:00-20:00.

Arja Niskakangas



Menneiltä vuosilta..kirjasta Kusiamäestä Kolkanlahteen Pullistuksen suunnistus vuoteen 2008/ Erkki ja Eero Vartiainen

Kura-Jukola Kytäjällä 1981

Vuoden 1981 Kura-Jukolan muistavat kaikki. Sää oli kuitenkin alusta alkaen sateisen harmaa ja kilpailukeskuksen pelto muuttui asteittain kuravelliksi. Pullistuksen kannalta alku sujui joukkueen kannalta hyvin, sillä Kuokkasen Ari saapui avausosuudelta vaihtoon kärkeletkassa 41:senä. Jatko ei sujunutkaan yhtä hyvin, sillä Pollarin Ville viipyi osuudellaan yli kaksi ja puoli tuntia jouduttuaan kylmyyden uhriksi. Markku Helle muistelee. ***”Kylmä vesi oli kangistanut Villen ja krampannut jalan. Maalissa oli hirveä selitys päällä. Ville vaihtoi vain vaatetta päälle ja lähti nahkasandaaleissa jonottamaan kahvia kuravellissä.”***

Maaliviitoituksella oli liejua polveen asti ja lopulta autotkin jouduttiin hinaamaan pois pelloilta traktoreilla. Viimeinen järkytys tuli sitten vielä kotona kisan jälkeen: Pullistuksen suoritus oli hylätty väärän leimauksen takia jo kolmannella osuudella. Jos sen olisi tiennyt, seuraavat viestinviejät olisivat takuulla harkinneet tarkkaan, lähtevätkö rämpimään Kytäjän korpeen tuossa säässä.

Venlat 1975 Kankaanpäässä

Sirkka Ketola oli 7. Vappu Ketola 9. ja Sinikka Viinikainen 17. Vappu Ketola muistaa: ***”Niin oli kylmä, että jaloista meni tunto tykkänään. Mitään ei enää maalisuoralla jaloista aistunut, moista ei ole koskaan muulloin tapahtunut. Onneksi oli armeijan sauna, jossa lämmiteltiin kauan. Hyvä ettei ukkoja jo alkanut tulla sinne reiteiltään.”***

Ensimmäinen Venlojen juoksu järjestettiin vuonna 1951 Lahdessa. Pullistuksen tyttäret olivat mukana ensimmäistä kertaa vuonna 1965 Petäjävedellä; Irja Ketola 23., Annikki Tarvainen 51. ja Airi Ahonen 72. kaikkiaan Venloja oli 89.

Vuonna 1978 Kuorevedellä Venlat siirtyivät viestimutoon.

PuSun pähkinät – tunnistatko suunnistajat?

Pusussa 2/2021 oli pähkinät purtavana osio ja henkilökuvauksen perusteella annettiin henkilöistä vihjetiedot ja tässä ovat niihin vastaukset.



1. Suunnistaja A

Tämä suunnistaja on lukuisten SM-mitalien nainen. Mitaleja on kertynyt 15 kultaa, 20 hopeaa ja 23 pronssia

Vappu Hyvärinen.



2. Suunnistaja B

Hän on viime vuoden toukokuussa 80-vuotta täyttänyt SM-mitalisti myös **Aaro Oksanen.**



VIHDY ELOKUVIEN PARISSA



TANSSIN TAIKAA.....



Seuraava **PUSU** ilmestyy marraskuussa 2022.
Lähetätkää tekstejä, valokuvia ja ym. seuraavaa lehteä varten
sähköpostilla osoitteeseen
arja.niskakangas@hotmail.com