

# **MATLEENA PALONEN**

18 vuotta

KOTIPAIKKA: Metsäkylä, Ylöjärvi

MITÄ TEET ARKISIN?

Opiskelen Ylöjärven lukiossa 3. vuosikurssilla.

MUUT HARRASTUKSET JA KIINNOSTUKSENKOhteet

Satunnaisesti käyn ratsastamassa.

MILLOIN ALOITIT HIIHDON?

noin 6-vuotiaana

MIKÄ SAI SINUT AIKANAAN VALITSEMAAN JUURI HIIHDON?

Kavereiden kanssa lähdettiin katsomaan, millainen harrastus hiihto olisi, ja sille tielle jäin.

MITÄ HIIHTOSEUROJA OLET EDUSTANUT?

Ainoastaan Ylöjärven Ryhtiä

PARHAAT SAAVUTUKSESI HIIHTÄJÄNÄ

Toivottavasti vielä edessäpäin

MIKÄ HIIHDOSSA KIEHTOO?

Lajin monipuolisuus, joka näkyy sekä itse hiihdossa että harjoittelussa ympäri vuoden. Hiihdossa kiehtoo myös se, kuinka voi kokeilla omia rajojaan.

LEMPIHARJOITUS JA HARJOITUSPAIKKA

Nopeus- ja vk-harjoitukset harjun lenkkipoluilla.

MUKAVA LEIRIMUISTO

Ylipäätään Ryhdin järjestämät leirit ovat olleet mukavia ja niistä on kertynyt hyviä muistoja.

MIELUISIN KISAMUOTO

Vapaan 10 km

MIELEENPAINUNUT KISA / VIESTI

Hopeasommat ja nuorten SM-kisat ovat jääneet opettavaisina kisakokemuksina mieleen.

TAVOITTEESI HIIHDOSSA TAI ELÄMÄSSÄ YLIPÄÄTÄÄN:

Hiihdossa tavoitteena on kehittyä mahdollisimman pitkälle ja kehittää omaa tulostasoa.

Elämässä ylipäätään tällä hetkellä tavoitteena on urheilun ohella valmistua ensi keväänä ylioppilaaksi ja sen jälkeen päästä jatko-opiskelemaan.

NEUVOSI HIIHTOHARRASTUSTA ALOITTAVALLE:

Nauti monipuolisesta urheilusta ja raittiista ulkoilmasta äläkä lannistu vastoinkäymisistä.