

OUNASVAARAN ATLEETTI KLUBIN TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2012

Yleistä

Ounasvaaran Atleetti Klubin osalta vuosi 2012 oli erittäin aktiivista aikaa. Seuran jäsenmäärä oli vuoden 2012 lopussa 106 (v. 2011: 120), joista alle 20-vuotiaita jäseniä on 38 (v. 2011: 43). Jäsenmaksun suuruus on ollut 25 euroa yli 18-vuotiailta ja alle 18-vuotiailta 22 euroa. Toiminta on keskittynyt erityisesti punttikoulu- ja junioreiden ikäluokkiin. Ounasvaaran Atleetti Klubi oli Suomen painonnostoliiton järjestämässä toimintakilpailussa Suomen kolmanneksi aktiivisin painonnostoseura.

Seuran järjestämiin painonnostokouluihin osallistui yli 20 alle 16-vuotiasta urheilijaa. Lisäksi seuran ohjaajat vetivät yksittäisiä harjoituksia myös eri lajien junioreille (mm. jääkiekko ja koripallo). Varsinaiseen seuran omaan punttikouluun on sisällytetty ohjattujen harjoitusten lisäksi T-paita, punttikouluvakuutus, seuran jäsenyys ja avainkortti Lapin Urheiluopistolle. Ounasvaaran Atleetti Klubi on Nuoren Suomen Sinettiseura.

Seura sai vuoden 2011 haussa Nuoren Suomen, SLU:n ja opetusministeriön myöntämää Seuratukea aikuisten terveyttä edistävän liikunnan järjestämiseen. Hankkeen tarkoituksena oli mm. kehittää seuran ohjaajaresursseja. Hanke ”PAPU – Potkua seuratyöhön Aikuisten Punttikoulusta” toteutettiin pääosin syksyllä 2011 jatkuen vuoden 2012 puolelle. Hankeraportti toimitettiin rahoittajalle syksyllä 2012.

Valmennustoiminnasta ovat vastanneet Ari Moilanen, Kimmo Ulvas, Veikko Oja, Harri Norberg, Mika Ollonen, Rauno Tapio, Reijo Tapio ja Mikko Lantto. Valmentajaresurssia on jaettu vastuualueittain siten, punttikoulusta, harrasteryhmistä ja kilpailuryhmistä kustakin on vastannut näiden ryhmien vetovastuuseen nimetyt valmentajat. Kaikki ovat tarvittaessa osallistuneet eri ryhmien vetämiseen. Lisäksi myös seuran junioreiden ja aikuisnostajat ovat osallistuneet harjoitusten ohjaukseen.

Tuomaritoiminnan osalta seuran tuomarit toimivat aktiivisesti niin kotilavalla kuin muidenkin seurojen järjestämissä kilpailuissa SM-tasoa myöten. Yhteensä kolmetoista seuran tuomaria sai toimintapisteitä Suomen painonnostoliiton järjestämässä tuomarien aktiivisuuskilpailussa. Aktiivisuuskilpailussa Harri Norberg oli 57 pisteellä ja Rauno Tapio 45 pisteellä Suomen aktiivisimpien tuomareiden joukossa. OAK:n toukokuussa järjestämien alle 17-vuotiaiden tyttöjen ja poikien SM-kisojen yhteydessä järjestetyssä tuomarikokeessa Eero Oja ja Rauno Tapio korottivat tuomarikorttiluokkaa kansallisesta 2-luokasta kansalliseen 1-luokkaan.

Rovaniemen kaupunki on tukenut seuran harjoittelua Lapin Urheiluopiston painonnostoalueella. Rovaniemen kaupunki tuki seuran harjoitusvuoroja myöntämällä seuralle harjoitusvuorotukea, jonka käytöstä sovittiin Lapin Urheiluopiston kanssa käydyissä neuvotteluissa. Tiistain ja torstain vakiovuorojen yhteydessä on varattu tunti lasten ja nuorten punttikoulua varten. Toiminta-avustusta seura sai kaupungilta 1500 euroa.

Seuran harjoittelu- ja kilpailupaikka on Lapin Urheiluopisto. Lapin Urheiluopiston ja Ounasvaaran Atleetti Klubin yhteistyö on sujunut hyvin jo yhdeksän vuoden ajan ja OAK kuuluu Lapin Urheiluopiston valmennuskeskuseuroihin tehden myös aktiivista yhteistyötä muiden lajien ja seurojen kanssa. Kesäkuun alussa 2012 solmittiin uusi sopimus seuran jäsenille tarkoitetuista harjoittelukorteista. OAK on osallistunut Lapin Urheiluopiston painonnostoalueen kehittämiseen ja ylläpitämiseen vapaaehtoisella työpanoksella.

Ounasvaaran Atleetti Klubi kuuluu jäsenenä Suomen Painonnostoliittoon ja seuraa edusti SPNL:n kevätkokouksessa Veikko Oja ja Harri Norberg. OAK on Lapin Liikunta ry:n jäsen seura.

Kilpailutoiminta

Omat kilpailut

Seura järjesti vuoden aikana 14 painonnostokilpailua, joista 11 oli tasoltaan kansallisia ja kaksi pelkästään jäsentenvälisiä tai piirikunnallista tasoa. Kansallisten kilpailujen yhteydessä sai kisata myös jäsentenvälisenä. Tärkein seuran järjestämä kilpailu oli Lapin Urheiluopistolla toukokuussa järjestetyt alle 17-vuotiaiden tyttöjen ja poikien Suomenmestaruuskilpailut.

SM-kilpailut

Seuran nostajat osallistuivat 3.-4.3. järjestettyihin yleisen sarjan SM-kilpailuihin Porissa. Veteraanien SM-kilpailuihin Tampereella 21.-22.4., OAK:n itse järjestämiin alle 17-vuotiaiden SM-kilpailuihin Rovaniemellä 26.-27.5., tempauksen ja työnnön SM-kilpailuihin Eräjärven Rönillä 1.7., alle 20- ja 23-vuotiaiden SM-kilpailuihin Rovaniemellä 11.-12.8., sekä opiskelijoiden SM-kilpailuihin Tampereella 23.11. Peruskoulu- laisten mestaruuskisoihin ei vuonna 2012 osallistuttu.

Porissa käydyissä yleisen sarjojen SM-kilpailuissa Pirita Suoraniemi otti tempauksen, työnnön ja yhteistuloksen pronssia sarjassa 53 kg. Tiia Ronkainen sai sarjassa 75 kg kaikissa nostomuodoissa hopeaa. Miesten sarjoissa Juhana Leppiaho saavutti kaikissa nostomuodoissa pronssia sarjassa 69 kg. Eero Oja nosti +105 kg sarjassa tempauksen hopeaa sekä työnnössä, että yhteistuloksessa hienosti kultaa. Seurapisteissä OAK sijoittui neljänneksi 63 pisteellä.

Veteraanien (Masters) SM-kisoissa Tampereella voitti SM-kultaa Harri Norberg 40-44 -vuotiaiden 69 kg sarjassa. 50-54 -vuotiaiden 77 kg sarjassa Juhani Suominen nosti hopeaa. Lisäksi 60-64 -vuotiaiden 105 kg sarjassa Ilpo Kylmäluoma nosti hienosti kultaa.

OAK:n itse järjestämissä alle 17-vuotiaiden SM-kisoista kotilavalta kultaa toivat Pirita Suoraniemi sarjassa T-58 kg sekä Tiia Ronkainen sarjassa T-69 kg. Pojissa seuran nostajat eivät yltäneet mitaleille, mutta Mikael Koski sekä Santeri Sillman nostivat molemmat sarjoissaan neljänneksi.

Tempauksen ja työnnön SM-kilpailuissa Eräjärven Rönillä Eero Oja sijoittui miesten sarjassa kaikissa nostomuodoissa kuudenneksi.

Alle 20- ja 23 -vuotiaiden SM-kilpailuissa Rovaniemellä mitaleille ylsivät naisista Marika Lämsä (kultaa 23-vuotiaiden sarja 48 kg) sekä Tiia Ronkainen (kultaa 20-v. ja hopeaa 23-v. sarja 69 kg). Miehistä kultaa nosti Eero Oja (23-v. sarja +105 kg). Ounasvaaran Atleetti Klubi sijoittui seurakohtaisen pistekilpailun alle 23-v. ikäluokassa kolmanneksi.

Opiskelijoiden kamppailu- ja voimailupäivien yhteydessä Tampereella järjestettyihin opiskelijoiden SM-kilpailuihin osallistui kolme seuran nostajaa. Ville Aro sijoittui korkea asteen sarjassa seitsemänneksi, Hannes Keskitalo 2. asteen sarjassa hienosti neljänneksi sekä Santeri Sillman kahdeksanneksi.

Maaottelut ja muut kansainväliset kilpailut

Eero Oja osallistui huhtikuussa yleisen sarjan EM-kilpailuihin Turkin Antalyassa sijoittuen +105 kg:n sarjassa yhdeksänneksitoista.

Eero Oja osallistui joulukuussa alle 23-v. EM-kilpailuihin Israelin Eilatissa sijoittuen sarjassaan +105 kg kahdenneksitoista.

Matias Koski, Mikael Koski, Hannes Keskitalo ja Ville Aro osallistuivat joulukuussa Teneriffalla La Lagunan kaupungissa järjestettyihin Kanariansaarten mestaruuskilpailuihin. Matias ja Mikael Koski sekä Ville Aro ottivat omista sarjoistaan pronssia. Hannes Keskitalo pökkasi komeasti Kanariansaarten mestaruuden alle 17-vuotiaiden sarjassa 77 kg koko ikäluokkansa parhailla sinclairpisteillä.

Leiritoiminta

Seura järjesti kesäkuussa 2012 painonnostoleirin Oulussa. Leirillä harjoiteltiin, käytiin ulkoilemassa, pelattiin pelejä, uitiin ja laitettiin ruokaa yhdessä. Majoituspaikkana toimi Nallikarin leirintäalue ja harjoituspaikkana Oulun kaupungin painonnostoharjoittelutila Värtössä. Leirille osallistui kymmenkunta nostajaa valmentajien (Kimmo Ulvas ja Veikko Oja) lisäksi.

Ari Moilanen kävi yhdessä Ville Aron, Mikael Kosken ja Hannes Keskitalon kanssa leirillä Ruotsin Olofströmissä heinäkuussa. Leirimatkan aikana jatkettiin hyvien suhteiden ylläpitoa sekä ruotsalais- että tanskalaisseurojen, heidän nostajiensa ja valmentajiensa kanssa. Ja tietenkin harjoiteltiin kovaa. Samalla sovittiin seuraavasta yhteispohjoismaisesta seuraleiristä, joka järjestetään Rovaniemellä kesällä 2013.

Ari ja Raija Moilanen järjestivät kolmen viikon leirimatkan Teneriffalle joulukuussa. Nostajina mukana leirillä olivat Hannes Keskitalo, Mikael ja Matias Koski sekä Ville Aro. Nostajat osallistuivat myös Kanariansaarten mestaruuskisoihin, joissa Hannes Keskitalo otti alle 17-vuotiaiden mestaruuden.

Koulutus

Koulutuksen ja valmennuksen osa-alueilla Ari Moilanen toimi yhteistyössä Rovaniemen ammattikorkeakoulun ja Lapin urheiluopiston kanssa ammattivalmentajatutkinnon voimavalmennukseen liittyvien osioiden kouluttajana. Kimmo Ulvas puolestaan toimi Lapin urheiluakatemiassa aamuharjoitusten voimaharjoittelun ja painonnostotekniikoiden kouluttajana.

Eero Oja osallistui Suomen urheiluopiston ja Suomen Painonnostoliiton yhdessä muiden lajiliittojen kanssa järjestämään Urheilijana Kasvu ja Kehitys eli UKK-koulutukseen.

Muut aktiviteetit

Ounasvaaran Atleetti Klubi järjesti punttikoululaisilleen sekä keväällä että syksyllä kaupungin uimahallissa uinti- ja saunaillat, joihin molempiin osallistui runsaslukuisesti seuramme punttikoululaisia. Lisäksi seura järjesti kaupungin uimahallilla pikkujoulut.

Varainhankinta

Varainhankinta ja seuran talous pohjautui kahteen pääosiin, jäsenmaksuihin ja muuhun varainhankintaan. Toukokuussa järjestettyyn alle 17-vuotiaiden Suomenmestaruuskilpailun käsiohjelmalehtiseen myytiin mainoksia, lisäksi kilpailun kahvio tuotti mukavasti varoja seuran kuluja kattamaan. Yhteistyökumppaneilta saatiin avustuksia mm. arvokisamatkojen kuluihin.

Palkitsemiset

Vuoden 2012 parhaina urheilijoina palkittiin seuraavat urheilijat ja toimihenkilöt: Parhaana urheilijana palkittiin Eero Oja. Paras alle 20-v. urheilija oli Tiia Ronkainen. Alle 17-v. urheilijaksi valittiin Pirita Suoraniemi. Veteraaniurheilijana palkittiin Pasi Lambacka ja tsemppieurheilijana Santeri Sillman. Vuoden punttikoululaiseksi valittiin Jaro Haapakoski. Lisäksi kannustestipendeillä palkittiin Alekski Karjalainen, Aarni Karjalainen, Ville Aro, Matias Alatörmänen, Juha-Matti Leivo, Hannes Keskitalo, Marika Lämsä, Riikka Kivistö, Juho Seipäjärvi ja Joonas Horsma. Vuoden juniorivalmentajaksi valittiin Mika Ollonen ja toimihenkilöksi Raija Moilanen. Seura huomioi myös Ari Moilasan ja Kimmo Ulvaksen ansiokkaan toiminnan seuran valmennustehtävissä. ”Vuoden teko” OAK:n toiminnassa vuonna 2012 oli Ari Moilasan tekemä nuorten nostajien rekrytointi. Palkinnot jaettiin seuran mestaruuskilpailuiden yhteydessä 15.12.2012.