

OUNASVAARAN ATLEETTI KLUBIN TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2016

Yleistä

Ounasvaaran Atleetti Klubin osalta vuosi 2016 oli erittäin aktiivista aikaa. Seuran jäsenmäärä oli vuoden 2016 lopussa 131 (v. 2015: 139), joista alle 20-vuotiaita jäseniä on 55 (v. 2015: 54). Naispuolisia jäsenistä oli 42 ja miespuolisia 89. Jäsenmaksun suuruus on ollut 30 euroa sekä kannatusjäsenmaksu 15 euroa. Toiminta on keskittynyt erityisesti junioreiden ikäluokkiin. Ounasvaaran Atleetti Klubi oli Suomen painonnostoliiton järjestämässä toimintakilpailussa Suomen toiseksi aktiivisin painonnostoseura.

Seura järjesti säännöllistä painonnoston ohjaus- ja valmennustoimintaa Lapin Urheiluopistolla. Ohjaukseen osallistui aktiivisesti lähes 30 alle 20-vuotiaasta urheilijaa. Lisäksi seuran valmentajat vetivät harjoituksia myös eri lajien urheilijoille (mm. golf) sekä esittelivät lajia tapahtumien yhteydessä (mm. Säpinää syksyyn ja Sportisti Roi -koululaistapahtumissa). Ounasvaaran Atleetti Klubi on Valo ry:n Sinettiseura. Seura jatkoi edelleen yhteistyötä Santasportin lasten ja nuorten painonnostoakatemia kumppanuusseurana. Lasten ja nuorten ohjaustoiminnan lisäksi seuran valmentajat ohjasivat säännöllisesti myös aikuisten harrasteryhmää, jonka toiminta on entisestään aktivoitunut. OAK aloitti yhteistyön myös CrossFit Santasportin kanssa.

Valmennustoiminnasta vastasivat Ari Moilanen, Mikko Raudasoja, Jan Tornberg, Saija Määttä, Veikko Oja, Eero Oja, Harri Norberg, Mika Ollonen, Erkki Ollonen, Jussi Syväniemi, Kimmo Ulvas, Hannes Keskitalo, Heikki Keskitalo, Pekka Mölläri, Samu-Matti Karppinen, Kalevi Mäkitalo ja Sami Wasenius. Valmentajaresurssia on jaettu vastuualueittain siten, että junioriryhmistä, aikuisten harrasteryhmistä ja kilpailuryhmistä kustakin on vastannut omat ryhmäkohtaiset tai henkilökohtaiset valmentajat. Lisäksi seuran junioreiden ja aikuisnostajat ovat osallistuneet eri ryhmien harjoitusten ohjaukseen omalla panoksellaan. Saija Määttä toimi Suomen painonnostoliiton alle 15- ja 17-vuotiaiden vastuupalmentajana, SPNL:n ohjaajakouluttajana sekä Suomen painonnostoliiton nuoris- ja koulutuspäällikkönä. Seuran valmentajat ovat osallistuneet myös muiden seurojen ja jopa eri maiden nostajien valmennukseen. Myös valmentaja- ja ohjaajakoulutukseen panostettiin vuonna 2016: seuran jäseniä osallistui toukokuussa Tampereella järjestettyyn SPNL:n Voiman Polku -seminaariin (5 hlöä) ja syyskuussa SPNL:n järjestämään PNOK1 -painonnoston ohjaajakoulutukseen (5 hlöä).

Tuomaritoiminnan osalta seuran tuomarit toimivat aktiivisesti niin kotilavalla kuin muidenkin seurojen järjestämissä kilpailuissa SM-tasoa myöten. Yhteensä 10 seuran tuomaria sai toimintapisteitä Suomen painonnostoliiton järjestämässä tuomarien aktiivisuuskilpailussa. Aktiivisuuskilpailussa Harri Norberg oli 61 pisteellä ja Eero Oja 27 pisteellä Suomen aktiivisimpien tuomareiden joukossa.

Rovaniemen kaupunki on tukenut seuran harjoittelua Lapin Urheiluopiston painonnostotiloissa. Rovaniemen kaupunki tuki seuran harjoitusvuoroja myöntämällä seuralle harjoitusvuorotukea, jonka käytöstä sovittiin Lapin Urheiluopiston kanssa käydyissä neuvotteluissa. Toiminta-avustusta seura sai kaupungilta 1500 euroa.

Seuran harjoittelu- ja kilpailupaikka on Santasport Lapin Urheiluopiston Voimapaja, jossa seura on harjoitellut toukokuusta 2014 alkaen. Lapin Urheiluopiston ja Ounasvaaran Atleetti Klubin yhteistyö on sujunut hyvin jo yli kymmenen vuoden ajan ja OAK kuuluu Lapin Urheiluopiston valmennuskeskusseuroihin tehden myös aktiivista yhteistyötä muiden lajien ja seurojen kanssa. OAK on osallistunut omalta osaltaan Lapin Urheiluopiston painonnostosali Voimapajan kehittämiseen.

Ounasvaaran Atleetti Klubi kuuluu jäsenenä Suomen Painonnostoliittoon ja seuraa edusti SPNL:n kevätkokouksessa valtakirjalla Taisto Kuoppala ja syyskokouksessa Saija Määttä. OAK on Lapin Liikunta ry:n jäsenseura.

Kilpailutoiminta

Omat kilpailut

Seura järjesti vuoden 2016 aikana 14 painonnostokilpailua, joista yksi kansainvälisen ja 13 kansallisen tason kilpailua. Kansallisten kilpailujen yhteydessä sai kisata myös jäsentenvälisenä. Tärkeimmät seuran järjestämät kilpailut olivat Lapin Urheiluopistolla lokakuussa järjestetyt kaksipäiväiset (1.-2.10.2016) aikuisten sekä seurajoukkueiden Pohjoismaiden mestaruuskilpailut.

SM-kilpailut

Seuran nostajat osallistuivat 13.–14.2. Parkanossa järjestettyihin peruskoululaisten mestaruuskilpailuihin, Porissa järjestettyihin yleisen sarjan SM-kilpailuihin 27.–28.2., alle 17-vuotiaiden SM-kilpailuihin Kalajoella 21.5., Tempauksen ja työnnon SM-kilpailuihin Eräjärven Rönillä 3.7. sekä alle 20- ja 23-vuotiaiden SM-kilpailuihin Kurikassa 13.–14.8. Masters SM-kilpailuihin Tampereelle 16.-17.4. ei v. 2016 saatu osallistujia.

Parkanossa käydyissä peruskoululaisten mestaruuskisoissa OAK:sta Rovaniemeä edustivat ansiokkaasti tytöissä Viivi Raudasoja, joka voitti tyttöjen 32 kg sarjassa kultaa. Pojissa Valteri Raudasoja voitti poikien 35 kg sarjassa kultaa. Aapo Karppinen sijoittui samassa 35 kg:n sarjassa kuudenneksi. Hopealle kilpailuissa ylsi Jaro Haapakoski P85 kg sarjassa. Pronssia nostivat Aaron Wasenius P40 kg sarjassa sekä Hanno Keskitalo P85 kg sarjassa. Rovaniemi sijoittui kuntienvälisessä pistekilpailussa hienosti kolmannelle sijalle Kalajoen ja Porin jälkeen.

Porissa käydyissä yleisen sarjan SM-kilpailuissa naisten sarjoissa Kira Selvenius sijoittui sarjassa 69 kg yhdeksänneksi. Miesten sarjassa 69 kg Erkkä Ollonen sijoittui viidenneksi.

Alle 17-vuotiaiden SM-kisoissa Kalajoella Jaro Haapakoski sai pronssia sarjassa P-94 kg. Hanno Keskitalo sijoittui sarjassaan P-85 kg viidenneksi.

Tempauksen ja työnnon SM-kilpailuissa Eräjärven Rönillä 3.7.2016 Nuorten alle 20-vuotiaiden miesten sarjassa Hannes Keskitalo nosti kultaa sekä tempauksessa, että työnnessä. Kira Selvenius sijoittui nuorten naisten sarjassa tempauksen seitsemänneksi ja työnnessä kahdeksanneksi. Kilpailu käytiin Sinclair-pistekilpailuna.

Alle 20- ja 23-vuotiaiden SM-kilpailuissa Kurikassa 13.–14.8.2016 Kira Selvenius, voitti kultaa 20-v ja hopeaa alle 23-v sarjassa 69 kg. Miehistä Hannes Keskitalo nosti kultaa 20-v ja hopeaa 23-v sarjassa 105 kg. Erkkä Ollonen nosti neljänneksi alle 23-v sarjassa 69 kg. Myös Alekski Karjalainen sijoittui neljänneksi 23-v sarjassa 94 kg. Ounasvaaran Atleetti Klubi sijoittui seurakohtaisessa pistekilpailussa 20-vuotiaiden ikäluokassa neljänneksi ja 23-vuotiaiden ikäluokassa kuudenneksi.

Maaottelut ja muut kansainväliset kilpailut

OAK:n nostajat pääsivät myös vuoden 2016 aikana edustamaan Suomea myös kansainvälisiin kisoihin.

Ari Moilanen ja Mikko Raudasoja toimivat huhtikuussa Turkissa Konyassa järjestetyissä kansainvälisissä juniorikisoissa (Rumi Children Games) Suomen joukkueen valmentajina. OAK:sta kilpailuun osallistuivat Viivi Raudasoja (sarjansa 8.), Valteri Raudasoja (7.) ja Jaro Haapakoski (4.).

Hannes Keskitalo edusti Suomea lokakuun alussa (2.10.2016) Rovaniemellä OAK:n itse järjestämissä aikuisten Pohjoismaiden mestaruuskilpailuissa. Hannes joutui valitettavasti jättämään kilpailun työntöosuuden suorittamatta ja jäi ilman tulosta, mutta pääsi kuitenkin aistimaan jo aikuistenkin sarjojen arvokisatunnelmaa. Kira Selvenius ja Hannes Keskitalo edustivat lokakuun lopulla Suomea alle 20-vuotiaiden Pohjoismaiden mestaruuskilpailuissa Reykjavikissa Islannissa. Kira sijoittui 75 kg sarjassa hopealle ja Hannes nosti kultaa 105 kilon sarjassa.

Juniori Cup

Suomen painonnostoliiton vuonna 2016 käynnistämän Juniori Cupin osakilpailuihin ja loppuhuipeennukseen osallistuttiin useiden junioreiden voimin ja hyvällä menestyksellä. Porissa lokakuussa käydyssä Juniori Cupin loppuhuipeennuksessa Viivi Raudasoja voitti tyttöjen alle 12-vuotiaiden sarjan, samoin Valteri Raudasoja otti kultaa alle 12-vuotiaissa pojissa. Samassa ikäluokassa Aaron Wasenius sijoittui pronssille ja Aapo Karppinen kuudenneksi. Pojat 13-15 –vuotiaissa Väinö Suoniemi sijoittui pronssille, Hanno Keskitalo viidenneksi ja Jaro Haapakoski kahdeksanneksi.

Leiritointinta

Suuri joukko seuran lapsia ja heidän vanhempiaan osallistui SPNL:n punttikarnevaalileirille, joka pidettiin heinäkuussa Kalajoella. Samassa yhteydessä kisailtiin myös Punttikarnevaalikelkilpailut.

Ari Moilanen kävi elokuussa Latviassa EWF:n harjoitteluleirillä ja seminaarissa toimien Suomen joukkueen johtajana.

Koulutus

Koulutuksen ja valmennuksen osa-alueilla Ari Moilanen toimi yhteistyössä Lapin ammattikorkeakoulun ja Lapin Urheiluopiston kanssa ammattivalmentajatutkinnon voimavalmennukseen liittyvien osioiden kouluttajana. OAK:sta Lapin urheiluakatemiaan kuului vuonna 2016 useita seuran nuoria nostajia: Kira Selvenius, Erkki Ollonen, Jesse Hintsala ja Hannes Keskitalo.

Saija Määttä toimi Suomen Painonnostoliiton ohjaajakouluttajana ja veti kursseja Lapin Urheiluopistolla sekä eri puolilla Suomea. Jan Tornberg kouluttautui seuran tukemana Valmentajan ammattitutkintoon.

Muut aktiviteetit

Seuraväki kokoontui runsaslukuisena Lapin Urheiluopistolle jouluruokailun merkeissä.

Varainhankinta

Varainhankinta ja seuran talous pohjautui kolmeen pääosioon: tuotot yhteistyökumppaneilta, salivuoron käyttömaksut ja jäsenmaksut. Lokakuussa järjestettyyn aikuisten sekä seurajoukkueiden Pohjoismaiden mestaruuskilpailuiden käsiohjelmalehtiseen myytiin mainoksia, lisäksi järjestettyjen kilpailuiden kahvio tuotti mukavasti varoja seuran kuluja kattamaan. Yhteistyökumppaneilta saatiin avustuksia mm. arvokisamatkojen kuluihin.

Palkitsemiset

Vuoden 2016 parhaina urheilijoina palkittiin seuraavat urheilijat ja toimihenkilöt: Parhaana naisurheilijana palkittiin Kira Selvenius, Parhaana miesurheilijana Erkki Ollonen. Paras alle 20-v. urheilija oli Hannes Keskitalo. Alle 17-v. urheilijaksi valittiin Väinö Suoniemi. Veteraaniurheilijana palkittiin Harri Norberg ja tsemppiurheilijana Jaro Haapakoski. Vuoden juniorityöksi valittiin Viivi Raudasoja sekä junioripojaksi Valtteri Raudasoja. Vuoden juniorivalmentajaksi valittiin edellisvuoden tapaan Ari Moilanen ja toimihenkilöinä palkittiin aktiivisesta toiminnasta Miia ja Jari Haapakoski. Palkinnot jaettiin seuran mestaruuskilpailuiden yhteydessä 10.12.2016.