

Liikunta on lempiaineeni koulussa

Olen 16-vuotias Emmi Valtonen. Asun Turussa ja käyn Luostari-vuoren koulua. Harrastan koripalloa, yleisurheilua ja tanssia. Koulussa tykkään osallistua kaikkiin lajeihin ja pelata aina täysillä. Parhaita ovat koulujenväliset kilpailut ja Beat of dance -tanssikatselmus. Liikunta on lempiaineeni koulussa. Liikunta on yksi elämäni tärkeimmistä asioista. Teen omien harrastusteni ulkopuolella myös muita lajeja omatoimisesti perheen tai ystävien kanssa.

Olen harrastanut urheilua ihan pienestä pitäen. Olen käynyt uimakoulut, muskarit, äiti-vauva -jumpat ja monipuolisesti tutustunut eri lajeihin. Tanssi/voimistelu oli ensimmäinen oikea harrastukseni ja pidin siitä kovasti. Seuraavaksi minut vietiin jäähallille kolme vuotiaana luistelemaan. En tosin itse muista siitä ajasta mitään, mutta jotenkin rakastuin luisteluun ja siitä tuli uusi harrastukseni. Harrastin taitoluistelua seitsemän vuotta ja parasta oli käydä kisoissa, leireillä ja myös ensimmäisellä ulkomaan kisamatkalla. Vaikka harrastin taitoluistelua viisi kertaa viikossa ja siihen lisäksi kisat, mukaan

mahtui kuitenkin vielä tanssia. Kävin aluksi vain balettitunneilla, mutta myöhemmin mukaan tuli jazz- ja nykytanssi.

Lopetin taitoluistelun 10-vuotiaana ja aloitin koripallon. Koripallon aloittamiseen auttoi hieman isoveljen koripalloharrastus, ja ei tullut muutakaan lajia siinä vaiheessa mieleen. Siihen aikaan kun aloitin koripallon, harrastin samalla tanssia ja soitin kitaraa. Tanssin balettia, jazzia ja nykyä kahdeksan vuotta ja lopetin, koska aika ei riittänyt kahteen niin aikaa vievään lajiin. Vaihdoin tanssipaikkaa, jossa sitten tanssin show-tanssia kerran viikossa. Koripallon ja tanssin lisäksi ajauduin vielä yleisurheiluharjoituksiin. Huomasin, että lajit tukivat monella tapaa toisiaan ja nopeasti innostuin taas yksilöurheilusta.

Tällä hetkellä olen harrastanut tanssia 12 vuotta, koripalloa viisi vuotta ja yleisurheilua kolme vuotta. Tykkään todella paljon kaikista lajeistani, mutta tiedän, että lukioon mentäessä ja kouluhommien lisääntyessä, minun on pakko valita, minä lajin parissa haluan jatkaa. Sen voin sanoa varmaksi, että tanssi ei tule ikinä loppumaan, koska siitä saan eniten virtaa



ja hyvää mieltä.

Koripallo on päälajini ja panostan siihen täysillä, koska tavoittelen pelipaikkaa 16-vuotiaiden tyttöjen koripallomaajoukkueessa ja sen mukana mahdollisuutta päästä pelaamaan PM- ja EM-kisoja tulevana kesänä.

Yleisurheilussa tavoitteeni on treenata lajeja ja pärjätä mahdollisimman hyvin kisoissa.

Tanssin kanssa minulla ei ole suuria tavoitteita. Haluan vain tanssia ja jatkaa omien koreografioiden tekemistä.

Urheilu antaa minulle voimaa ja iloa arkeen sekä lomaan.

Emmi Valtonen