



LEPPÄVAARAN PALLO

LePan kausijulkaisu 2011. Jakelu Leppävaaran alueella 25000 kpl



Krista
Lähteenmäki
pitää Lepuskin
maastoista
Sivu 14



FC Espoo:
Tavoitteena
säilyttää
sarjapaikka

Sivu 11

LePan
valmennuslinja
päiväkodista
huipulle

Sivu 16

LePa
joukkuekuvissa.
Oletko sinä mukana
ensi vuonna?

Sivut 33 - 39

Isän tunnustus:
"Näin minut
juonittiin LePan
touhuihin"

Takasivu

Meitä on jo melkein 800

Jalkapallokausi 2010, Leppävaaran Pallon 53. toimintakausi, oli vilkkaimpia seuramme historiassa. Pelaajamäärämme kasvoi yli 130 pelaajalla ja oli vuoden 2010 lopussa lähes kahdeksansataa. Kasvu itsessään on positiivinen asia ja sen arvoa lisää se, että olimme Suomen Palloliiton suurimman yksikön, Uudenmaan piirin, eniten pelaajamääräänsä kasvattanut seura.

Olemme reilussa kymmenessä vuodessa kasvaneet piirin kymmenenneksi suurimmaksi seuraksi. Kasvu on tärkeää, jotta pystymme parantamaan toimintamme laatua palkkaamalla lisää valmennuksen ammattilaisia suunnittelemaan ja johtamaan valmennusta. Uskon, että kasvuvauhtimme vaikuttaa positiivisesti myös kun Suomen Liikunta ja Urheilu päättää seuratuksen jaosta. Olemme anoneet tukea kokopäivätoimisen nappulapäällikön palkkaamiseen valmennus-päällikkömme työpariksi ja uskomme näyttömme riittävän tuen saamiseen.

Toimintamme perusta voidaan kiteyttää kahteen tavoitteeseen. Tehtävämme on tarjota jokaiselle leppävaaralaiselle lapselle ja nuorelle mahdollisuus harrastaa koko ikänsä jalkapalloa, juniorista

ikämiessarjoihin saakka, samassa seurassa; pelaajana, pelinohjaajana, valmentajana tai seuratoimijana. Tavoitteemme on myös olla alueemme vetovoimaisin pelaajien kehittäjä ja huolehtia, että lahjakkaat ja motivoituneet pelaajat tunnustetaan ja että heitä pystytään auttamaan tiellä huipupelaajaksi.

Näitä tavoitteita tukee LePan huhtikuussa julkaistu uusi valmennuslinjaus, joka on ensisijaisesti työväline seuran valmentajille. Valmennuslinjan keskiössä on pelaaja ja hänen kehittymisensä hyvin suunnitellun, tuloksellisen ja palkitsevan harjoittelun kautta.

Valmennuslinjaus on kokonaissuunnitelma, joka auttaa valmentajia, toimihenkilöitä, pelaajia ja vanhempia ymmärtämään seuran valmennuksen keskeiset toimintamallit. LePan valmennuslinjaus on luetavissa seuran kotisivuilla ja sitä esitellään myös tässä lehdessä.

Vaikka se on ensisijaisesti tarkoitettu valmentajien ja valmennusjohdon työkaluksi, kannattaa pelaajien ja myös vanhempien tutustua siihen. LePan pelaajan pelaajapolulla keskeisiä elementtejä omassa seurassa ovat jalkapallokoulu, ikäluokkatoiminta, taitokoulu, kykykoulu ja ikäluo-



MIKKO RÄSÄNEN
Leppävaaran Pallon
puheenjohtaja

kan tavoitejoukkueet. Cn14-iässä kilpailullinen toiminta jatkuu FC Espoossa.

Lahjakkaimpien pelaajien kehittymisen varmistamiseksi toimimme edelleen FC Espoon kasvattajaseurana yhdessä FC Kasiysin ja uutena mukaan tulleen perinteikkään Kauklahden Py-

rinnön kanssa. FC Espoon joukkueiden perustamisikää nuorennettiin alkavalle kaudelle yhdellä vuodella. Nyt Cn14-ikäluokasta alkaen kilpajoukkueet toimivat FC Espoossa ja haaste- ja harrastejoukkueet kasvattajaseuroissa.

Tavoitteemme pelaajan mahdollisuudesta pelata vaikka koko ikänsä LePassa ei tällä hetkellä kaikilta osin vielä täyty. Meiltä puuttuu muutamia ikäluokkia. Pyrimme parantamaan ikäluokkien toimintamahdollisuuksia C- ja B- iässä, missä suurimmat ongelmat ovat.

Tavoitteemme on olla yli tuhannen pelaajan seura, mikä on riittävä perusta kahden kokopäivätoimisen valmennuksen ammattilaisen palkkaamiseen. Lisäämällä päätoimisten työntekijöiden panosta valmennuksessa ja toiminnan ohjauksessa pystymme vahvistamaan ikäluokkia niin, että meillä on jatkossa katkeamaton sarja sekä tyttöjen että poikien ikäluokkia.

Seuramme toiminta nojaa edelleen vahvasti vapaaehtoistyöhön. Se auttaa pitämään kustannukset kohtuullisina ja tätä kautta mahdollistaa yhä useampien jalkapalloharrastuksen. Vapaaehtoistyö tarjoaa myös perheille mahdollisuuden olla

mukana lastensa harrastuksessa. Annamme toki ammattiosaimista vaativat tehtävät, kuten taloushallinnon ja valmennuksen johtamisen, ammattilaisten tehtäväksi, mutta ilman vanhempien panosta seura ei toimisi.

Tarvitsemme jatkuvasti nykyisten ja tulevien LePan pelaajien ennakkoluulottomien vanhempien panosta lastensa harrastuksen hyväksi. Kiitämme kaikkia LePan toiminnassa mukana olevia arvokkaasta työstänne paikkakunnan nuorison hyväksi.



Leppävaaran Pallon
kausijulkaisu 2011

Toimitus:

Marja Hawas
Katja Lahtinen
Mikko Taivasasalo
Mika Numminen
Tapio Kari

Kuvat: Anton Sinelnikov
Patrik Seppälä

Joukkuekuvat: Kuvaverkko

Layout ja taitto: Sami Koskinen

Painopaikka:

Sanomapaino Oy, Sanomala



Aaro pelaa
mieluiten
puolustajana



Aaro Turunen
6 vuotta
LePa Pojat 2004

Milloin aloitit jalkapallon?
Keväällä 2010.

Missä olet hyvä?
Puolustajana.

Millä paikalla pelaat mieluiten?
Puolustajana.

Mitä pitäisi harjoitella enemmän?

Kikkailua ja pomputtelua.

Kuinka usein harjoittelet joukkueesi kanssa?

1-2 kertaa viikossa.

Mikä on hausinta jalkapallossa?

Pelaaminen kavereiden kanssa.

Mieluisin jalkapallomuistosi?

Eka pelimme HPS:ää vastaan, peli päättyi 4-4.

Montako kertaa pystyt pomputtamaan palloa niin ettei se putoa?

2-4 kertaa.

Mikä on suosikkijoukkueesi?

Chelsea

Suosikkipelaajasi?

Fernando Torres

Mikä on joukkueesi mieluisin vastustaja ja miksi?

FC Kasiysi, voitimme heidät.

Mikä on toiveammattisi?

Jalkapalloilija.

Mitä muuta harrastat?

Pidän uimisesta ja sählyn pelaamisesta sekä kerään jalkapallokortteja.

Mikä on mieliruokasi?

Perunamuusi ja kalapuihot.

Mitä haluaisit sanoa aloittavalle futaaajalle?

Harjoitteleminen ja pelaaminen on mukavaa!

LePa on Leppävaaran alueen oma jalkapalloseura

Leppävaaran Pallo on kasvanut 1980- ja 1990-luvun kyläseurasta yhdeksi merkittävimmäksi espoolaiseksi kasvattajaseuraksi. Kauden 2010 lopussa pelaajia seurassa oli lähes 800 alkaen jalkapallokoululaisista (5 ja 6 vuotta) päättyen ikämiehiin (35 vuotta ja vanhemmat). LePassa harrastavat tasapuolisesti sekä pojat että tytöt.

LePa on alueen oma jalkapalloseura!

LePan toiminta on profiloitunut viime vuosina yhä nuorempiin. Seura panostaa voimakkaasti alle 14-vuotiaiden toimintaan. Valmennusta johtavat seuran kokopäivätoiminen valmennuspäällikkö yhdessä nappulapäällikön ja Fortum tutorin kanssa. Seuran johtokunta vastaa toiminnan ohjauksesta.

Harrastus lähellä kotia! Leppävaaran Urheilupuisto ja lähialueen kentät tarjoavat toiminnalle hyvät olosuhteet ja LePa on mukana kehittämässä niitä edelleen paremmiksi.

Vihreä väri valloittaa Leppävaaran! Leppävaaran Pallo näkyy vahvasti alueen katukuvassa: tytöt ja pojat kulkemassa harjoituksiin,



jalkapallokoulut alueen kentillä, tunnelman edelleen tiivistyessä lähestyttäessä urheilupuiston tekonurmia.

Kaikki pääsevät mukaan! Ikäluokkamalli on LePan toiminta

malli. E m m e muodosta perinteisiä korttelijoukkueita ("seuroja seuraan"), vaan jokainen ikäluokka toimii yhtenäisenä isona jalkapalloperheenä.

Tervetuloa LePaan!

Jalkapallo ei ole vain pelaamista

Enni ja Juho ovat tutustuneet jalkapalloon monelta kantilta

MATTI HANNULA

Leppävaaralainen sisaruspari Enni ja Juho Vähätalo on saanut jalkapallosta irti keskimääräistä enemmän. Pitkälti sen ansiosta, että he ovat laajentaneet harrastustaan pelaamisen ulkopuolelle.

Juho aloitti jalkapalloilun Leppävaaran Pallon jalkapallokoulussa vuonna 1997, isosisko Enni pari vuotta myöhemmin. Enni on LePan ensimmäistä tyttöjuniori-ikäluokkaa

Jalkapallokoulun jälkeen Juho liittyi LePan 1992-syntyneiden joukkueeseen.

- Mutta ei meillä pelejä ollut, ennen kuin vuoden 1999 alussa. Siitä kaikki joka tapauksessa lähti, Juho kertoo.

- Matkalla on ollut sekä ylä- että alamäkiä. Kun olin 15-vuotias, pääsin FC Espoon joukkueeseen, mutta ehdin olla siellä vain kolme kuu-kautta, kunnes lopetin. Menin takaisin LePaan ”pelailemaan”. En ollut vielä siinä vaiheessa valmis niin aktiiviseen kilpatoimintaan, mitä FC Espoo edusti, Juho myöntää. Hän pelasi sitten LePan B-junio-reissa Erkki Innasen alaisuudessa pari kautta.

- Sen jälkeen meidän ikäluokas-tamme perustettiin LePan miesten kakkosjoukkue, ja olemme pelanneet miesten VI divisioonassa. Muutaman kerran olen päässyt pelaamaan LePan ykkösjoukkueessa IV divisioonaa. Nyt ykkönen pelaa sarjaporraasta alempana.

Hauskaa ja palkitsevaa

15-vuotiaana Juho Vähätalo meni yhdessä vuotta vanhemman isosiskonsa Ennin mukana erotuomarikursseille.

- Piti kokeilla vähän muutakin kuin pelaamista, sanoo Enni, joka tuomaroi pelejä vuoteen 2010 asti.

- Jotain harjoituspelejä voin vielä tuomita, mutta en enää virallisia oteluita. Toisaalta syynä lopettamiseen oli aikapula ja toisaalta se, etten ihan kokenut sitä omaksi jutukseni.

Juho toimi vielä viime kesänä erotuomarina, mutta ei aio jatkaa.

- Pitkälti samoista syistä kuin Ennikin, Juho sanoo.

- Erotuomarina toimiminen oli kyllä hauskaa ja palkitsevaa, mutta haluan mieluummin pelata vielä.

Sopivan rentoa

Enni Vähätalo on löytänyt myös valmentamisesta lisää futistäytettä elämäänsä. Hän on jo käynyt D-valmennuskurssin.

- Hyvin sinne näköjään sopii mennä, on minkä ikäinen tahansa, Enni toteaa.

- Ja sitäkin kautta tuli tuttuja, joita voi nyt kenttien laidoilla morjesta.

Enni toimii apuvalmentajana LePan 1999 syntyneissä tytöissä. Hänen valmennettavansa ovat siis syntyneet samana vuonna kuin Enni itse aloitti jalkapalloharrastuksensa.

- Valmentaminen tuo mukanaan vastuuta. Mutta missään vaiheessa en koe olevani yksin, vaan saan tarvittaessa apua muilta valmentajilta,



Juho ja Enni Vähätalot Leppävaaran urheilupuistossa. Molemmille jalkapallo on tuonut paljon hyviä kokemuksia.

Enni kertoo.

- Peleissä on hieno olla kannustajan ja ohjaajan roolissa. Eikä mikään voita sitä fiilistä, kun voi nostaa kädet ilmaan tyttöjen onnistuessa.

Omaa peliuraansa Enni jatkaa Ari Suomisen jo pitkään luotsaamassa Leppävaaran Pallon naisten edustusjoukkueessa IV divisioonassa.

- Se on sopivan rentoa meininkiä; ei mennä niin hampaat irvessä kuin ylempillä tasoilla. Myös kivat joukkuekaverit ovat minulle tärkeitä.

Ennin tontti on keskikentän keskustassa tai puolustuksessa.

- Mutta olen kokeillut jokaista pelipaikkaa.

Juho pelaa joukkueessaan keskikentän keskellä.

Tuplalakkiaiset

Vähätalon sisarukset kehuvat Leppävaaran Pallon kokonaisvaltaisesti myönteistä vaikutusta.

- LePan rooli elämässäni on ollut

todella merkittävä. Seuran jalkapallokoulusta kaikki alkoi, ja pääsin sieltä sitten LePan junioreihin, sanoo Juho Vähätalo, 19.

- LePa on nimenomaan junioriseur, mutta on hienoa, että saman seuran riveissä voi jatkaa vielä aikuisenakin, korostaa 20-vuotias Enni Vähätalo, joka on käynyt parissa harjoitusottelussa kokeilemasa FC Espoon riveissäkin.

Sekä Enni että Juho ovat tämän kevään abiturientteja. Perheen kol-

mas sisarus, pikkuveli Lauri, pelasi niin ikään LePassa joitakin vuosia, lopetti sittemmin pelaamisen, mutta toimii nyt erotuomarina.

Juho menee ensi talvena armeijaan.

- Opiskelut voivat sen jälkeen viedä minut johonkin muuhun kaupunkiin. Sitten LePassa jatkaminen ei kenties ole enää mahdollista. Jonkun jalkapalloseuran aion joka tapauksessa itselleni löytää.



Eemeli Korhonen pelaa, valmentaa ja toimii junioreiden peleissä tuomarina, kuten tässä Leppävaara cupissa.

”Lasten kanssa on kiva touhuta”

Eemeli Korhonen, 16, on Enni Vähätalon tavoin löytänyt valmentamisesta lisämaustetta jalkapalloharrastukseensa. Leppävaaran Pallon B-junio-reissa pelaava Ruusutorpan koulun ysiluokkalainen valmentaa LePan 2005 ja 2006 syntyneitä junioreja.

- Aloitin valmentamisen viime kesänä, kun koko joukkueemme oli pakko mennä valmentamaan. Se oli niin hauskaa, ja kun siitä saa vähän rahaakin, ajattelin jatkaa. Lasten kanssa on kiva touhuta, toteaa Eemeli, mutta myöntää, että oma pelaaminen menee kuitenkin valmentamisen edelle – ainakin vielä.

- Homma on pikkujunnujen treeneissä kuitenkin aina hoidossa. Jos en pysty itse olemaan paikalla, joku muu on, Eemeli korostaa.

Joukkueessaan yleensä laitapuolustajana pelaava Eemeli on kantanut LePan värejä 5-vuotiaasta alkaen.

- LePa on hieno seura, kun sen toimin-

ta painottuu junioreihin, ja kaikki raha, mikä kerätään, menee nimenomaan junioritoimintaan ja juniorien olosuhteiden parantamiseen.

Karsinnat ikäluokan edustusjoukkueeseen, FC Espooseen, ovat tulleet Eemeli Korhosellekin tutuiksi.

- En ehkä viitsi ottaa tätä ihan niin vakavasti. Pelaa mielelläni LePassa, sanoo Eemeli, jolle siis valmentaminenkin on mieluista.

- On kiva, kun saa jakaa eteenpäin neuvoja, joita on itse aikanaan saanut. On hienoa nähdä ne lapset sitten myöhemmin pelaamassa ja todeta, kuinka he ovat kehittyneet.

Eemeli Korhonen on käynyt valmennuksen peruskurssin.

- Sillä pärjää toistaiseksi, hän sanoo.

Kaverien kanssa hengailu jää ”Empun” asteikossa usein toiseksi.

- Joskus se saattaa hetken harmittaa, mutta kun pääsee kentälle, futiksesta nauttii joka kerta. Kyllä kavereille silti jää ihan riittävästi aikaa. (MH)



Haahtela-rakennuttaminen Oy

Tinasepäntie 45
00620 Helsinki
Puh. (09) 777 1820
www.haahtela.fi



Tervetuloa tavallista parempaan ruokakauppaan!



Herkkutorimme on hyvän ruoan ostospaikka, josta saat laadukkaat raaka-aineet ruoanvalmistukseen ja valmista ruokaa nopeasti mukaasi.

Tarjolla on raikkaita ruokasalatteja, maukasta kotiruokaa ja herkullisia pikkulämpimiä.

Ammattitaitoisilta ruokamestareilta saat vinkit ja ohjeet ruoanlaittoon.

Tervetuloa!



SUPERMARKET
KONALA

Ajomiehentie 1, Helsinki, p. 020 770 5520
Palvelemme: ark. 7-21, la 7-18, su 12-18

Monipuolista saneerausta
jo vuodesta 1983



www.parmatic.fi
Otakaari 13, 02150 ESPOO



Arpajaiset kuuluvat turnausten vakiotarjontaan. Niillä kootaan varoja junnujen toimintaan.

Lämpö suosii Leppävaara cupia

Leppävaaran urheilupuistossa oli kuhinaa 16.-17. huhtikuuta. Perinteinen Leppävaara cup järjestettiin jo kahdennentoista kerran ja se kokosi stadionin maisemiin tuhansittain junnu-pelaajia ja heidän huoltajiaan.

Turnauksen osallistui yhteensä 84 poikien ja tyttöjen joukkuetta lähinnä pääkaupunkiseudulta ja muualta Uudeltamaalta. Ikäluokat olivat pojille 9, 10 ja 11 vuotta ja tytöille 10 ja 11 vuotta.

”Kaiken kaikkiaan olemme hyvin tyytyväisiä”, sanoi Leppävaaran cupin järjestelyistä vastannut Harri Nummela siinä vaiheessa, kun lop-

puotteluita jo pelattiin.

Nummelan mielestä olennaista onnistumisen kannalta oli myös se, että sää oli lämmin ja aurinkoinen.

”Jos olisimme täällä sateessa, tulessa ja kylmässä, tunnelma olisi toisenlainen.”

Kun kussakin joukkueessa on alun toistakymmentä pelaajaa, se tarkoittaa, että yksin junnuja liikkui Leppävaaran urheilupuiston ja Veräjävahdin kentän tienoilla kahtena päivänä yli tuhat. Jokaisella on yksi tai kaksi huoltajaa, ja lisäksi tulevat valmentajat ja joukkueiden muut toimihenkilöt.

Nummela laskeskelee, että turnaus toi urheilupuistoon kaikkiaan kolmisentuhatta ihmistä kumpana-

kin turnauspäivänä.

Kiitos kaupungille

Järjestelyjen onnistumisesta Nummela antaa kiitosta myös Espoon kaupungille. Kentiltä oli saatu lumet poistettua, molemmat tekonurmet olivat hyvässä kunnossa ja stadionin pukukopit ja muitakin tiloja oli turnauksen käytössä.

Suuren kiitoksen Nummela antaa myös LePan turnausikäluokkien vanhemmille, joiden talkootyöllä turnaus toteutettiin.

Ydinryhmään kuului noin 25 leppalaisten vanhempaa, ja kaikkiaan järjestelyissä oli mukana noin 150 vanhempaa.

”Valtavasti tässä on ollut työtä, mutta se kasvattaa yhteishenkeä. Näin syntyy LePa-perhe.”

Turnauksesta on ikäluokille ja joukkueille myös välitöntä hyötyä, sillä puffettien ja arpajaisten tuotto kasvattaa mukavasti ikäluokkien kassaa.

Nummela muistuttaa, että LePan pelaajamäärän kasvu on ollut hyvin nopeaa. ”Tyttöfutiksen nousu on

ollut iso asia. Junnuikäluokat ovat jo melkein yhtä isoja kuin pojilla.”

Ensi keväänä järjestetään taas Leppävaara cup, mutta tämänvuotisesta se ei enää kykene kasvamaan. Urheilupuiston lähetyillä ollaan kentissä jo kapasiteetin ylärajoilla, eikä päiviä voi pidentää. Nyt aloitettiin klo 8.30 ja lopetettiin kauden maissa iltapäivällä.

Mikä on parasta futiksessa?



Abdirisaq, 10:
Hyökkääminen.



Aino, 9:
Maalien tekeminen.



Joonas, 15:
Hauskan pitäminen.



Lauri, 8:
Hyökkääminen Messin tyyliin.



Nea, 11:
Kavereiden kanssa oleminen.



Robin, 15:
Joukkuekaverit.



Diplomit on jaettu, turnaus on päättynyt.

FUTISJUNIORI VOITTAA AINA.

Veikkauksen tuotosta jaetaan vuosittain lähes 129 miljoonaa euroa suomalaiselle liikunnalle. Varojen avulla taataan, että valmentajat osaavat opettaa niin paitsioansan kuin Cruyff-käännöksenkin, ja että tarjolla on puitteet, joissa oppia voi jakaa innokkaille. Voidaan epäilemättä sanoa, että yksi niistä suomalaisista, joka voittaa aina, on futisjuniori.

SUOMALAINEN VOITTAA AINA.





Toomas Kotkas ja Mika Numminen valmentavat LePan 11-vuotiaita.

Junnut harrastavat, valmentajat valmentavat, vanhemmat kannustavat

Kilpailu- ja seuratoiminnassa on mukana aikuisia monessa eri roolissa: valmentajat, joukkueenjohtajat, huoltajat ja muut kannustusjoukot kentän laidalla.

Hyvien kilpailukokemusten kannalta on tärkeää, että he kaikki osaavat suhtautua kilpailuun tavalla, joka tukee lapsen kehitystä. Aikuinen on aina omalla käyttäytymisellään esimerkki sekä nuoremmilleen että toisille aikuisille.

Aikuisen on hyvä kannustaa lapsia ja nuoria harrastuksessaan. Kannustuksella on vaikutusta motivaatioon ja itsetuntoon. Myös aikuisten keskinäisen (koskee myös vastustajien toimihenkilöitä ja vanhempia) viestinnän ilmapiiri on parhaimmillaan kannustava.

Vanhempien rooli ei ole puuttua valmennuksen yksityiskohtiin. Valmentajien on hyvä huomioida perheiden tarpeet toimintaa suunnitellessa. LePan kokoiseen seuraan mahtuu monta erilaista tavoitetta perheen yhteiselle jalkapalloharrastukselle.

Kaikkien mukana olevien aikuisten vastuulla on suhteuttaa kilpailutoiminnan laajuus ja kustannukset

lasten ja nuorten ikätasolle sopiviksi. Vaikka perustyö tehdäänkin aika pitkälle alle 12-vuotiaiden kanssa, kehitys jatkuu siitä eteenpäin vielä monta vuotta. Nälkää ja tavoitteita on siis syytä jättää myöhemmällekin iälle.

Seuratoiminnassa suositeltavia ovat pelisääntökeskustelut yhteisen linjan löytymiseksi. LePassa on kaikkien ikäluokkien käytävä pelisääntökeskustelut sekä vanhempien että pelaajien kanssa.

”Aina roiskuu, kun rapataan”, kuuluu vanha sanonta. LePan johtokuntakin saa käsiteltäväkseen vuoden aikana useita palautteita vanhemmilta, kun he kokevat, että valmentaja tai joku muu joukkueen toimihenkilö on kohdellut lasta väärin.

”Ylilyöntejä tulee valitettavasti puolin ja toisin aina silloin tällöin pelin ja harjoitusten tuoksinassa. Hyvä yleisohje on, että annetaan tunteiden tasaantua ainakin yhden yön yli”, sanoo LePan junioripäällikkö Mika Numminen.

”Erimielisyyksiä ei missään nimessä pidä puida ainakaan muiden pelaajien kuullen. Keskustelemalla asiat yleensä ratkeavat. Seuran johdon on aika vaikea ryhtyä tuomariksi näissä tapauksissa. Jos tapaukset liittyvät usein samojen henkilöiden kohdalle, pitää ryhtyä toimenpiteisiin”, Numminen sanoo.

Vanhempien ohjeet:

- Annamme valmentajille työrauhan. Emme puutu treeneihin emmekä pelinohjaukseen. Eriäviä mielipiteitä ei ilmaista lasten kuullen.
- Olemme peleissä eri puolella kenttää kuin valmentajat ja pelaajat. Kaikki huutomme ovat kannustavia.
- Emme arvostele tuomareita, pelaajiamme tai vastustajia. Hoidamme pelaajat harjoituksiin ja peleihin ajoissa.
- Motivoimme pelaajia harrastamaan liikuntaa myös vapaa-ajalla ja pyrimme järjestämään toiminnan niin, että vapaa aikaa jää muillekin harrastuksille.
- Olemme aidosti kiinnostuneita lapsemme harrastuksesta, kuuntelemme ja kyselemme.

Onni on asua tiilitalossa



- TERCA-julkisivutiilet**
- Energiatehokas ja huoltovapaa julkisivuratkaisu
 - Hyvä ääneneristävyys
- TERCA-tiilitalo**
- Matala- ja passiivienegiaratkaisu
 - Yksilöllinen arkkitehdin suunnittelema koti
 - Ekologinen, energiatehokas ja huoltovapaa
- KORAMIC-kattotiilet**
- Aito luonnonmateriaali, jonka väri ei haalistu
 - Säänkestotakuu 30 v.

Tiili. Luotu ihmiselle.
Wienerberger Oy Ab | www.wienerberger.fi



Yli 700 työkonetta ja tehokkaat ammattilaiset yhden soiton päässä. Soita (09) 887 4440.

Rakentajalle Konerinki on vaivaton, turvallinen ja edullinen kumppani maarakennustöissä.

- Rakentaja saa yhdellä yhteydenotolla sopimuskumppanin, jolla kapasiteettia riittää
- Konerinki Oy on yli 100 maarakennusyrittäjän/-yrityksen omistama yhtiö, jolla on sopimuskoneita/-autoja lähes 100 yksikköä – Koneringin omistajilla yhteensä yli 700 yksikköä - eli helpompi sanoa mitä koneita tai varusteita ei ole kuin mitä on !
- Teemme kaikki maarakennustyöt, mitä rakentamisessa tarvitaan, myös kiviaines- ja tarviketoimitukset, louhinnat, tuennat, paalutukset, jne. Ja lisäksi edullisesti.



VAHVUUKSIAMME

- Rakentajalla vain yksi kumppani kaikissa maarakentamisissa
- Koneringiltä valittavissa oikean kokoiset ja varusteiset koneet sekä autot kohteeseen – ei liian isoja tai liian pieniä
- Palvelun varmuus – konemäärämme mahdollistaa esim. rikkoontumistilanteissa varakoneen samoilla ehdoilla
- Koneringin MAARINKI-lisäpalvelun avulla asiakkaillamme on mahdollisuus toimittaa tai saada maa-aineksia ilman vastaanottomaksuja tai muuten edullisesti, jopa ilman kustannuksia.
- Koneringin toiminnan vastuuvakuutus (1.000.000), varmistaa mahdollisissa vahinkotapauksissa asiakkaan korvaussaimiset.

TOIMINNANKUVAUS HANKKEESSA

Asiakkaan yhteydenotosta yhdessä asiakkaan edustajan kanssa

- 1) tutustumme kohteeseen yleensä sovitulla käynnillä
- 2) määrittelemme kone- ja tarviketarpeet eri vaiheisiin sekä nimeämme kohdevastaavan, joka vastaa työn operatiivisista toimista Koneringin alaisuudessa rakentajalle
- 3) teemme tarjouksen
- 4) tilauksen jälkeen teemme aina kirjallisen sopimuksen, missä sovitut asiat ovat kirjattuina
- 5) aloitamme ja teemme työn sovitun mukaisesti



Konerinki Oy, Sinikalliontie 9 D, 02630 Espoo, puhelin (09) 8874 4440



Kaverit ja turnaukset parasta futiksessa



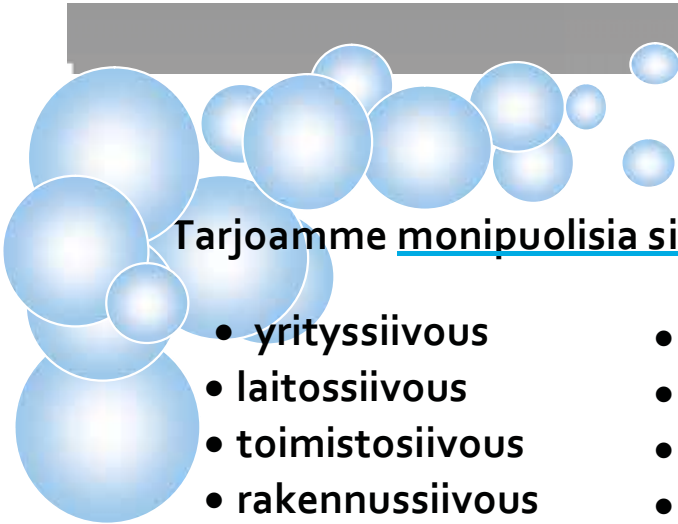
Mona Kuvaja
12 vuotta
LePa Tytöt 98

Milloin aloitit jalkapallon?
5- vuotiaana.
Missä olet hyvä?
Vedoissa, puolustamisessa.
Millä paikalla pelaat mieluiten?
Kärki, vasen laitapakki.
Mitä pitäisi harjoitella enemmän?
Pomputtelua, kikkoja.
Kuinka usein harjoittelet joukkueesi kanssa?
4-5 kertaa viikossa.
Mikä on hausinta jalkapallossa?
Leirit, turnaukset ja kaverit.
Mieluisin jalkapallomuistosi?
Helsinki Cup 2010, koska voitimme sen.
Montako kertaa pystyt pomputtamaan palloa niin ettei se putoa?
51 kertaa.
Mikä on suosikkijoukkueesi?
FC Barcelona ja LePa.
Suosikkipelaajasi?
Lionel Messi ja David Villa.

Mikä on joukkueesi mieluisin vastustaja ja miksi?
FC Kasiysi, koska pelit ovat tasaisia.
Mitä koulua käyt?
Rastaalan koulua.
Mitkä ovat mieluisimmat aineet koulussa?
Tekninen ja englanti.
Mikä on toiveammattisi?
Jalkapallon pelaaja.
Mitä muuta harrastat?
Sirkuskoulua.
Mikä on mieliruokasi?
Spaghetti bolognese.
Mitä haluaisit sanoa aloittavalle futaa-jalle?
Jos et onnistu ensimmäisellä kerralla, älä lannistu, vaan yritä yhä uudelleen ja uudelleen! Onnistut kyllä!

Monipuolisia siivous- ja rakentamispalveluita ammattitaidolla
20 vuoden kokemuksella !

Yrityksemme on vastuuvakuutettu!



Tarjoamme monipuolisia siivouspalveluja:

- yrityssiivous
- laitossiivous
- toimistosiivous
- rakennussiivous
- suursiivous
- ylläpitosiivous
- peruspesu
- vahaus
- ikkunanpesu
- loppusiivous

Hoidamme laadukkaasti ja luotettavasti:

- ammattirakennustyöt
- rakennusaputyöt
- korjaustyöt
- remonttityöt
- hometyöt

Tärkein tavoite on laadukas työ ja asiakkaan tyytyväisyys!
Malgon OY YT: 0828045-7 Rörstrandinkatu, 4 00560 Helsinki
E:mail: a.belhouchet @malgongroup.com



Saat parhaat edut.
Ja jotain vieläkin arvokkaampaa.

Etuohjelman avainasiakkuudesta on sinulle paljon hyötyä. Paras etusi on henkilökohtainen pankkineuvoja, joka tuntee sinut ja on perillä tavoitteistasi. Avainasiakkuus tuo sinulle myös muita kullannarvoisia etuja tuotteista ja palveluista.

Tule konttoriimme keskustelemaan Etuohjelmaan liittymisestä.

Soita 0200 3000 (pvm/mpm) ma–pe 8–20 ja varaa aika.

Teemme sen mahdolliseksi

Leppävaarankatu 7
Espoo-Leppävaara
0200 3000
nordea.fi



Mukavin tapa levätä.

Treenien tai pelin jälkeen keho ja mieli tarvitsevat lepoa. Maailmankuulun Fatboy® -säkkituolin iso koko ja jäykkä rakenne takaavat täydellisen lepo hetken. Tule tutustumaan monipuoliseen värivalikoimaan Vepsäläisen myymälään.
www.vepsalainen.com

fatboy.



VEPSÄLÄINEN

ELÄMÄNKUMPPANEITA TOSITARKOITUKSELLA

ESPOO, KEHÄ III Juvankartanontie 11. Ma-pe 10–20, la 10–17. Puh. 020 7801 470
Puhelun hinta lankapuhelimesta 8,28 snt + 1,49 snt/min tai matkapuhelimesta 8,28 snt + 16,56 snt/min



- Datacard – muovikorttitulostimet
- Kuvalliset henkilökortit
- Erilaiset korttiratkaisut
- Muovikorttien- ja tulostimien oheistarvikkeet
- Kuvauspalvelu

Hinnat alkaen
750 €



Oberthur Technologies Finland Oy
Vallikallionkatu 7
02650 Espoo
puh. 09 5915 900
fax 09 5915 9090

www.oberthur.com
www.oberthur.composer.fi/eshop
asiakaspalvelu@oberthur.com

FC Espoossa mennään nyt Nuorelan nuoteilla

MATTI HANNULA

Miesten Ykkösessä toista kautta pelaava FC Espoo sai päävalmentajakseen ammatimiehen Turusta. Jussi Nuorelalla, 36, on takanaan pitkä ja kunniakas pelaajaura.

Suomen mestaruutta Nuorela on juhlinut 1995 FC Hakassa ja 2008 FC Interissä. Hollannissa, Saksassa, Tanskassa ja Turkissakin pelanneelle topparille kertyi Suomi-paidassa 20 A-maaottelua.

- Paljon hienoja pelejä mahtuu mukaan, hän sanoo urastaan.

- Mutta kokonaisuus, kymmenen pelivuotta ulkomailla, on asia, jota itse eniten arvostan.

Nuorela lopetti aktiiviuransa kauden 2008 jälkeen.

- Jo sillä kaudella ykköshommani oli Interin A-juniorien valmentaminen, vaikka vielä pelasinkin muuttaman liigaottelun, kertoo Nuorela, joka viime kaudella valmensi turkulaisen Interin A-juniorien lisäksi seuran akatemiaa ja Kakkosessa pelaavia FC Sinimustia. Valkeakoske-laissyntyinen Nuorela asuu yhä Turussa, mistä autoilee viitisen kertaa viikossa Espooseen ja takaisin.

- Puolitoista tuntia aikaa rauhoittua, mietiskellä ja hoitaa puheilmella asioita. Eipä tarvitse hukata kotonaoloaikaa niihin, kahden pojan (7 vuotta ja 5 vuotta) isä sanoo.

- Ainahan arjessa on sovittelamista, mutta yllättävän hyvin on mennyt.

FC Espoo -tarjous tuli Nuorelalle marraskuussa puskista.

- Neuvotteluprosessi oli nopea, kertoo Nuorela, jolla on kolmivuot-



Fidan Seferi, tässä FC Espoon keltaisessa vieraspaidassa, oli viime kaudella joukkueensa maalitykki. Hänen uransa jatkuu Veikkausliigassa MyPassa.

tinen kontrahti.

- Innostuin heti kokonaispaketista ja olen tyytyväinen tähänastiseen.

FC Espoon kasvattajaseurat Leppävaaran Pallo ja FC Kasiysi ovat oleellinen osa Nuorelan työarkkaa.

- Olen jatkuvasti tekemisissä kasvattajaseurojen valmennuspäälliköiden kanssa.

Omaa pelaajamassaa on tarpeeksi, mutta sieltä on saatava laatuakin esiin. Junioritoiminnan kehittäminen on minulle henkilökohtaisesti yhtä tärkeä osa-alue kuin edustusjoukkueen päävalmentajana toimiminen.

Nuorela on paitsi FC Espoon edustusjoukkueen päävalmentaja myös seuran valmennusjohtaja.

- Käyn silloin tällöin seuran juniorijoukkueiden harjoituksissa. Koulujen kesälomien alettua muodostamme sekä pojille että tytöille talenttirymät, joiden harjoituksista vastaan.

Raaka systeemi

Edelliset viisi kautta FC Espoon edustusjoukkuetta valmensi Rami Luomanpää. Hän nosti syksyllä 2009 joukkueen Kakkosesta historiallisesti Ykköseen ja luotsasi FC

Espoon Ykkösen debyyttikaudella kunniakkaalle kuudennelle sijalle. Mainio alku lupasi sitäkin parempaa. Kelpo startti olisi nytkin paikallaan. Tavoitteiden suhteen Jussi Nuorela on joka tapauksessa maltillinen ja realistinen.

- Ykkösessä on todella raaka sarjasysteemi: viisi joukkuetta putoaa suoraan. Tämän kokoisella seurala ei voi olla muuta tavoitetta kuin sarjassa pysyminen, hän toteaa.

- Ei minua silti pelota. Ihan luotavaisin mielin lähdemme kauden. Pyrimme tekemään juttuja omalla tavallamme ja hakemaan koko ajan maksimaalista tulosta.

Vasse jokerina

Hyökkääjä Faton Seferiltä valmentaja Nuorela odottaa lopulista läpimurtoa. Viime kaudella Faton teki Ykkösessä neljä maalia. Velipoika Fidan Seferi osui peräti 13 kertaa, oli jaetulla kakkostilalla koko Ykkösen tilastossa ja pelaa tällä kaudella liigaa MYPAssa.

- Faton Seferin kohdalla kysymys ei ole siitä, tuleeko hänestä liigapelaaja vai ei. Kysymys on vain siitä, milloin, Nuorela toteaa.

- Myös Claudio Matronelta on lupa odottaa paljon, Nuorela jatkaa.

- Hyökkäyspään jokerina meillä on lisäksi Kalle Vasse, joukkueen ylivoimaisesti kokenein ja ainoa yli kolmekymppinen pelaaja.

Keskuspuolustus huolestuttaa

FC Espoon keskikentän dynaamona on Lassi Luoto, jolta Nuorela puolestaan odottaa määrätynlaista johtajuutta. Puolustuksen pitkäaikainen isähahmo Pauli Kuusijärvi taistelee nyt peliminuuteista FC Hongan liigajoukkueessa.

- Hänen jättämänsä lovi on tietysti iso, kuten myös se, että Niko Perera on ollut loukkaantuneena koko talven. Keskuspuolustuksemme onkin elänyt paljon, kun melkein kaikki loukkaantumiset ovat kohdistuneet siihen osastoon. Keskuspuolustus on oikeastaan joukkueen tärkein palikka, ja on tietysti huolestuttavaa, että se ei ole stabiilisoitunut. Nimilista on hyvä, muttei käytettävissä, Nuorela hymähtää.

Maalivahtiosastolla vanha tuttu Timo Aaltonen tekee onneksi päävalmentajan oloa turvallisemmaksi.

Kasper Liikonen kärkkyy jo miesten peleihin

LePa-kasvatti Kasper Liikonen, 16, harjoitteli menneen talven FC Espoon miesten edustusjoukkueen mukana.

- Ihan hyvältä on maistunut. Hienoa, että sain tällaisen mahdollisuuden.

Leppävaaralainen Liikonen on hyökkääjä.

- Ahne maalintekijä, Kasper itse määrittelee.

Viime kaudella hän pelasi FC Espoon B-junioreissa ikäluokan I divisioonassa.

- Valmentajamme Jari Niini oli varmaan suositellut, Kasper Liikonen uskoo syyksi miesten edustusjoukkueen harjoitusrinkiin päässynsä.

Liikonen aloitti jalkapallon Leppävaaran Pallossa 6-vuotiaana.

- LePassa pelasin C-junioreihin asti ja sen jälkeen FC Espoossa, hän kertoo.

- Vastuuta ainakin tuli, ja sain tehdä paljon maaleja, Kasper kiteyttää jo taakse jääneen LePa-taipaleensa, jonka alkuaikoina hän kokeili myös puolustajan ja maalivahdin tonttien sopivuutta itselleen.

- Hyökkääjän rooli tuntui luontevimmalta.

”Oikeassa paikassa oikeaan aikaan”

Kasper Liikosella on jo tulevalle kaudella tavoitteenaan päästä kokeilemaan miesten Ykkösen pelissä.

- Ainakin kerran.

Harjoituskauden otteluissa hän pääsi kolmesti kentälle.

- Kiffeniä vastaan pelasimme yhden puolijalan, PK-35:tä vastaan vartin

ja FC Lahtea vastaan kymmenisen minuuttia. Ihan hyvin omasta mielestäni meni. Kehujakin tuli, ainakin kavereilta, mutta kyllähän fyysisyyttä ja nopeutta pitää vielä kehittää ja taitoakin saada lisää.

- Oikeassa paikassa oikeaan aikaan, toteaa Leppävaaran urheilulukiossa opiskeleva Kasper parhaaksi valtikseen.

- Koulussa meillä on kolme kertaa viikossa jalkapallotreenit, kahdesti kentällä ja kerran salilla.

Viikossa näin ollen kaiken kaikkiaan 7-9 kertaa harjoitteleva Kasper Liikonen haluaa tietysti isona ensisijaisesti ammattijalkapalloilijaksi, mutta vaihtoehtokin on jo vähän mietittynä:

- Liikunnanopettajan ammattikin voisi olla ihan kiva.



Kasper Liikonen toivoo pääsevänsä jo alkavalla kaudella kokeilemaan Ykkösen vauhtia.

VÄLILLÄ ON HYVÄ LEVÄTÄ



HELLSTEN HOTEL APARTMENTS

Helsinki Parliament • Helsinki Senate • Espoo
reservations@hellstenhotels.fi • puh. 09 511 051

www.hellstenhotels.fi
ole kuin kotonasi

LePa mukana Palloliiton FootPass-arvioinnissa

Ensimmäinen seura-auditointi LePassa tehtiin talvella 2006. Seura arvioitiin FootPass-arviointityökalun avulla, jonka jälkeen Suomen Palloliitto antoi LePalle tulosten lisäksi kirjallisen toiminnan kehitysehdotuksen.

Seuraava auditointi sovittiin tuolloin tehtäväksi 2-4 vuoden sisällä, jolloin tarkistettaisiin, miten tuolloin kehityslistalle päässeitä alueita on saatu viedyksi eteenpäin.

Mitä osapuolet (seura ja liitto) hyötyvät arvioinnista?

Seuralle työkalu valmisteluineen, arviointineen ja palautetilaisuuksineen antaa

- 1) kattavan nykytilannearvion
- 2) johtamisen välineen
- 3) luotettavan perustan toiminnan suunnittelulle ja kehittämiselle
- 4) tukea toiminnan ohjeistukseen seuran sisällä.

Palloliitolle työkalu vastaavasti antaa

- 1) todennettua ja yksityiskohtaista tietoa seurojen toiminnasta
- 2) eväitä liiton ja piirien toimintaohjeistuksen kehittämiseen
- 3) seuratoiminnan kehittymisen seurantavälineen
- 4) seuratoiminnan tulosten yhteenvetojen ja analysoimisen kautta luotettavan pohjan eri toimintojen suunnittelemis- ja kehitystyöhön valtakunnallisella, alueellisella ja paikallisella tasolla.

Uusin auditointi LePassa tehtiin keväällä 2010. Seuran toimistolla kokoontuivat Pallo-

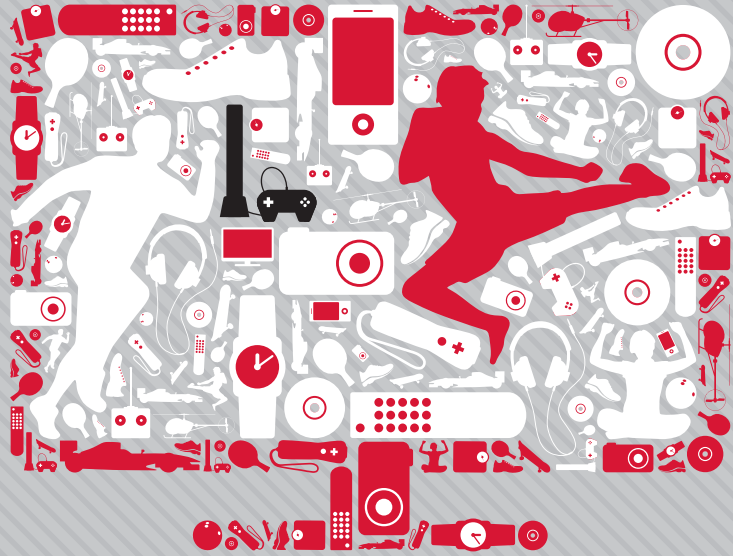
liiton edustajat, seuran johtokunta ja valmennuspäällikkö. Auditoinnin tuloksena valittiin kolme osa-aluetta, joihin seuran tulee panostaa:

- 1) Strategia - lyhyen ja pitkän aikavälin tavoitteiden selkeä määrittely sekä strategian kiteyttäminen ja selkeyttäminen seuran omien toimihenkilöiden ja jäsenien keskuudessa, sekä viestintä ulospäin.
- 2) Lajikoulutus - valmennuslinjauksen luominen, sen jalkauttaminen sekä valmentajavalinnat, koulutus ja toiminnan tukeminen.
- 3) Viestintä: sisäisen ja ulkoisen viestinnän kehittäminen, nettisivujen selkeä rakennusudistus ja uuden strategian mukaiset viestit oikeisiin paikkoihin oikeaan aikaan.

”LePa oli mukana FootPass –pilottiryhmässä jo vuonna 2005. Auditointien välillä on tapahtunut paljon hyvää. Erityisesti päätoimisen valmennuspäällikön palkkaaminen ja onnistunut rekrytointi on kasvattanut seuran vaikutusvaltaa toimintaympäristössään”, kommentoi kehityspäällikkö ja LePan ”footpass tutor” Taneli Haara Palloliiton Uudenmaan piiristä.

”Toivon mukaan tätä kautta myös arvokasta työtä tekevät vapaaehtoiset saavat lisää virtaa. Oli myös hienoa huomata, että Leppävaaran Pallon pelaajamäärän kasvu oli yksi suurimmista Uudenmaan piirin alueella.”

”Toki parannettavaakin on aina ja palautteessamme yritimme löytää näistä olennaiset asiat seuran kehittämisen tueksi. Uskon vahvasti, että LePa tulee olemaan tulevaisuudessa entistäkin vahvempi toimija suomalaisessa jalkapallossa”, Taneli Haara sanoo.



SMALL SIZE *BIG* FUN

KIIHTYVYYS- JA KULMANOPEUSANTURIT LIIKKEEN MITTAUKSEEN.

VTI TECHNOLOGIES

WWW.VTITECHNOLOGIES.COM



Together we can do it.



Täällä ollaan.

Kun lapsi sairastaa, Mehiläinen on lähellä.

Tarjoamme lapsellesi parhaan mahdollisen hoidon nopeasti ja sinua läheltä. Tutkimukset ja yleisimmät toimenpiteet hoituvat asiantuntevasti ja joustavasti.

Tutustu palveluihimme tarkemmin:
www.mehilainen.fi

MEHILÄINEN LEPPÄVAARA, HEVOSENKENKÄ 3, PANORAMA TOWER

MEHILÄINEN
Lastenlääkäriasema

Krista Lähteenmäki, Leppävaaran tuore tähti

MATTI HANNULA

Leppävaaran maisemissa on alkuvuodesta suksineen sujutellut tuore espoolainen huippu-urheilija. Viimeistään helmikuisissa Oslon MM-hiihdoissa kansainväliselle huipulle murtautunut 20-vuotias Krista Lähteenmäki on kerännyt katseita.

Vuodenvaihteessa Espooseen ja Leppävaaraan muuttanut Lähteenmäki ei tosin ole toistaiseksi ollut kovin tuttu näky uusilla kotikukulmiltaan.

- Olen ehtinyt olla kämpillä vain 22 päivänä, Krista laskeskeli tätä haastattelua maaliskuun viimeisenä päivänä tehtäessä.

- Mutta sen verran kuin olen Leppävaaran kulmilla ehtinyt olemaan, niin olen kyllä tykännyt paikasta.

- Kesällä on onneksi enemmän aikaa olla kotona, ja täällä pystyy myös harjoittelemaan aivan yhtä hyvin kuin missä tahansa muualla kuin Suomessa, Krista kehuu.

- Kesäleirejä on tietenkin harjoitusohjelmassa muutamia, ja silloin on taas oltava poissa kotoa.

Mäkiäkin riittää

Krista Lähteenmäen kesäharjoitteluun kuuluu muun muassa rullahiihtoa, juoksua, sauvakävelyä, punttia ja pyöräilyä.

- Suoharjoitteluakin tulee täällä varmasti aiempaa enemmän ohjelmaan, hän suunnittelee.

Lähteenmäen toi Sotkamosta pääkaupunkiseudulle ja Espooseen mukanaan kihlattu avomies, joka tuli etelään töiden perässä.

- Samalla tulee säästettyä matkustuspäivissä, kun täältä pääsee suoraan lentämään minne hyvänsä. Myös se oli painava syy muuttooni, Krista toteaa.

- Kajaanista oli niin paljon huonommat lentoyhteydet, että reissujen kokonaiskestoon sai aina lisätä pari päivää.

Lähteenmäki on tietysti tyytyväinen Espoon tarjoamiin olosuhteisiin.

- Mietimme eri vaihtoehtoja pääkaupunkiseudulta. Tykästyimme Leppävaaraan nopeasti. Täällä olen pyrkinyt käymään hiihtämässä sen verran kuin olen Suomessa ehtinyt olla. Nyt kun on muutenkin ollut hyvä talvi, ladut ovat olleet jopa yllättävän hyvässä kunnossa. Mäkiäkin täällä riittää tarpeisiini.

Upeasti Oslossa

Lähteenmäki voitti alle 20-vuotiaiden MM-kultaa viiden kilometrin perinteisen tyylin kisassa ja hopeaa viestissä. Matkalippu Vancouverin olympialaisiin irtosi, mutta siellä Krista oli ikään kuin opintomatalla. Tämän vuoden nuorten MM-kilpailuissa Otepäessä Lähteenmäki voitti alle 23-vuotiaiden sarjassa minuutin marginaalilla 10 kilometrin vapaan tyylin kilpailun. Helmikuussa Krista Lähteenmäki



Krista Lähteenmäki ehti vielä kiivaimman kisakauden jälkeen nauttia Leppävaaran urheilupuiston upeista olosuhteista.

hiihti Oslon MM-kisoissa Aino-Kaisa Saarisen kanssa perinteisen tyylin parisprintin hopeaa ja viestikisassa Suomen ankkurina pronssia. Henkilökohtaisilla matkoilla hänen paras sijoituksensa oli viides (perinteinen 10 km).

- Tavoitteena oli päästä 10-15 sakkii. Jäin mitalista vain 14 sekuntia, Lähteenmäki toteaa.

- Näin jälkikäteen se hieman harmittaa, vaikken missään vaiheessa edes ajatellut tulevani sieltä henkilökohtainen mitali kaulassa.

Uusi ykkönen

Virpi Kuitunen (nyk. Sarasvuo) on viime vuosina kantanut Espoon parhaan ja tunnetuimman hiihtäjän titteliä. Tuo arvonimi on nyt luontevasti siirtynyt Krista Lähteenmäelle.

- Toki haluan täyttää Virpin saappaita, mutta Virpi on Virpi, yksi maailman parhaista hiihtäjistä, korostaa Lähteenmäki, joka on syntynyt Ikaalisissa ja aloittanut siellä hiihtoharrastuksensa.

- Myös suunnistusta ja yleisurheilua olen enemmänkin harrastanut ja toki monesta muustakin lajista tykännyt. Hiihto on kuitenkin aina ollut selkeä ykkönen, koska siinä on hyvissä ajoin alkanut tulla eniten menestystä. Suunnistus oli hyvin mukana kuvioissa vielä lukioon mennessä, mutta sekin jäi. Venlojen viesti on silti yhä jokakesäinen tavoitteeni.

Ikaalisten Urheilijoita yhä edustava Lähteenmäki sai henkilökohtaisen valmentajan jo 13-vuotiaana,

kun Matti Haavisto otti superlupauksen suojiinsa.

- Matti on aina suunnitellut minulle harjoitusrunгон, ja koen, että hänellä on edelleen minulle paljon annettavaa, ja olenhan hänen opeiltaan vuosi vuodelta kehittynyt.

”Monipuolisesti mahdollisimman pitkään”

Huhtikuun alussa Lähteenmäki vielä kävi läpi neljän kisan Tour de Barentsin ennen kilpailukauden päättymistä.

- Enemmän lähdin sinne nauttimaan hyvistä lumista ja auringonpaisteesta; rennosti mutta kuitenkin täysillä.

Sen jälkeen Lähteenmäen kalenterissa oli kolmisen viikkoa huiolia, ennen kuin kesäharjoitusjakso oli varsinaisesti toukokuun alussa käynnistymässä.

- Huiliviikkojen aikanakin saan käydä lenkillä, jos huvittaa, Krista tulkitsi valmentajansa ohjeita. Hänellä on puolestaan selkeät ohjeet 10 ikävuoden tietämissä oleville junioreille, jotka pähkäilevät lajivalintaansa:

- Mahdollisimman pitkään kannattaa pitää useampi laji mukana. Monipuolisuus palvelee loppujen lopuksi jokaista lajia, eikä lajiratkaisua kannata tehdä kovin nuorena, Krista painottaa.

Parempi rauhassa katsoa kaikkiin suuntiin, ettei tarvitse sitten myöhemmin katua.

Lajistaan mustasukkaisille valmentajillekin Lähteenmäellä on terveisiä:

- Kaikkein tärkeintä on, että nuori liikkuu, eikä se, mitä hän tekee. Valmentajan pitää ymmärtää, että muillekin lajeille on annettava tilaa. Itsekin olen käynyt kaikenlaisissa liikuntakerhoissa. Eri lajit kehittävät urheilijaa eri osa-alueilla.

Kahden viime vuoden aikana Lähteenmäki on huomannut oman lajivalintansa onnistuneen.

- Ennen Vancouverin olympialaisia minulla oli äärettömän vaikea syksy, mutta kun sitten edellistalven aikana sain onnistuneita hiihtoja, tiesin, että tämä on minun juttuni.

Sotši siintää jo silmissä

Ensi kaudella ei hiihtäjien ohjelmassa ole arvokisoja.

- Tavoitteet ovat maailmancupissa. Kokonaiskisassa on tavoitteena sijoittua kymmenen parhaan sakkii, sanoo menneellä kaudella oman nimensä vastaavalta listalta sijalta 12 löytänyt Lähteenmäki.

- Jos nuorten MM-kisat sopivat kalenteriin, niin niissä on sitten lisätavoitteita. Pidän arvokisoissa hiihtämisestä, vaikka 23-vuotiaiden kisoissa ei niin kova taso olekaan.

Vuonna 2013 ovatkin sitten ohjelmassa taas MM-kisat ja vuotta myöhemmin talviolympialaiset Sotšissa.

Lopuksi maastohiihtohuippu Krista Lähteenmäki lähettää terveisiä kaikille LePa-futaajille:

- Nauttikaa kesällä auringosta, mutta muistakaa haastaa kunnolla vastustajanne!



Lisää
kikkoja
pitää
treenata



Iini Enlund
8 vuotta
LePa Tytöt 01-02

Milloin aloitit jalkapallon?
6-vuotiaana.
Missä olet hyvä?
Puolustajana ja hyökkääjänä.
Millä paikalla pelaat mieluiten?
Hyökkääjänä.
Mitä pitäisi harjoitella enemmän?
Kikkoja.
Kuinka usein harjoittelet joukkueesi kanssa?
Kolme kertaa viikossa.
Mikä on hauskinda jalkapallossa?
Kaverit ja pelaaminen.
Mieluisin jalkapallomuistosi?
Satoi vettä hirmuisesti ja sain pelin jälkeen viirin.
Montako kertaa pystyt pomputtamaan palloa niin ettei se putoa?
Välipompulla 49 kertaa.

Mikä on suosikkijoukkueesi?
LePa tietysti.
Suosikkipelaajasi?
Laura Kalmari.
Mikä on joukkueesi mieluisin vastustaja ja miksi?
Ei ainakaan FC Kasiysi.
Mitä koulua käyt?
Kilon koulua.
Mitkä ovat mieluisimmat aineet koulussa?
Käsityö sekä ympäristö- ja luonnontieto.
Mikä on toiveammattisi?
Maalari.
Mitä muuta harrastat?
Painia.
Mikä on mieliruokasi?
Makaronilaatikko.

A Member of The Linde Group

AGA



MAUKASTA PORINAA
JO VUODESTA 1939

PITÄJÄNMÄEN OSUUSRUOKALA

Oman taloutensa isäntä
& vakuutukset



**Oman taloutensa isäntä
tietää mistä vakuutukset
kannattaa ottaa.**

OP-bonuksia kertyy nimittäin ihan tavallisesta pankkiasioinnista ja nyt myös Pohjolan vakuutuksista.

**Tule juttelemaan konttoriimme
tai klikkaa op.fi**

Leppävaaran konttori
Läkkisepänkuja 4.

Sellon palvelupiste
Kauppakeskus Sello,
Leppävaarankatu 3-9.

Yhdessä hyvä tulee.

Helsingin OP 



Menevätkö valmentajan ohjeet perille? LePan E11 poikien Musta-joukkue erätauolla.

LePan valmennuslinja vie seuraavaa ja pelaajia eteenpäin



MIKKO TAIVASSALO
VALMENNUSPÄÄLLIKKÖ

Alkavan pelikauden lähestyessä ja lumien sulaessa huhutikuun auringossa on Leppävaaran Pallo saanut toimintansa tueksi uuden valmennuksen linjauksen.

Linjaus on tehty seuran valmennuspäällikön Mikko ”Rölli” Taivassalon johdolla, mutta linjan valmistumiseen on ollut vaikuttamassa useita henkilöitä.

Tärkeitä palasia linjaan on syntynyt keskusteluissa seuran Fortum Tutor Hessu Salorannan kanssa. Myös nappulapäällikkö Anton Väliheikki on ollut merkittävässä roolissa.

Valmennuslinjassa esiintyviä asioita on käyty läpi myös puheenjohtaja Mikko Räsäsen, tyttö- ja naisfutisvastaava Ari Suomisen sekä junioripäällikkö Mika Nummisen kanssa LePan palavereissa.

Koko linjan perustana on ollut naapuriseura FC Kasiysin viime vuonna päivitetty valmennuslinja. Lisäksi merkittäviä henkilöitä linjan luomisessa ovat olleet Kasiysin palkkalistoilla työskentelevät valmennuspäällikkö Markus Lahtinen sekä seuratoimenjohtaja Mika Soinen.

Mitä tarkoittaa valmennuslinja?

Valmennuslinja määrittelee seuran toimintatavat valmennuksellisisissa asioissa. Se on koko toiminnan punainen - tai tässä tapauksessa tarkemminkin vihreä lanka

- toiminnalle suunnan määrittävä suunnitelma. Lainaus valmennuslinjasta: ”Valmennuslinjaus on kokonaissuunnitelma, joka on tarkoitettu selvitykseksi ja ohjeeksi seuran tuleville valmentajille, joukkueenjohtajille, huoltajille ja muille joukkueen toimihenkilöille. Sen päätarkoitus on auttaa valmentajia, toimihenkilöitä, pelaajia ja vanhempia ymmärtämään seuran valmennuksen päälinjaukset ja keskeiset toimintamallit.”

Valmennuslinja on visio tulevasta

Valmennuslinjan tarkoituksena on luoda seurassa ja sen ympärillä toimivien henkilöiden tekemiselle yhteinen suunta. Kun kaikki soudamme yhteen ja samaan suuntaan, on varmaa että veneemme etenee haluttua kohdetta lähemmäksi nopeammin ja varmemmin.

Kun seuran keskiöön on entistä vahvemmin nostettu pelaaja, pelaajakehitys ja jokaisen omalle huijulle kehittyminen, on yhteisellä suunnalla yhä enemmän merkitystä. LePan valmennuslinja on syntynyt rauhallisesti työstenä. Sitä ei ole tehty hetken hurmioon, vaan pitkäaikaiseen seuran ja ennen kaikkea

pelaajan kehittämiseen. Tällaista toiminnan linjausta päivitetään käytännössä aina - se ei koskaan ole valmis.

LePan valmennuslinja

LePan valmennuslinjasta löytyvät ohjeet joukkueiden muodostamiseen ja toimintaan eri ikäluokissa sekä ennen kaikkea valmennuksen painopistealueet ikäluokittain. Lisäksi linjassa huomioidaan valmentajien koulutustasovaatimukset, ikäluokan harjoitusmäärät, osamistavoitteet sekä pelaajatyypittavoite.

Lopulta tärkeänä osana ovat myös LePan pelimuodot ja pelitavat eri ikäluokkien peleissä. Jatkossa LePan joukkueet tulee tunnistaa paitsi vihreistä paidoistaan, myös tietyistä pelillisistä merkeistä kentällä.

Millä pelijärjestelmällä joukkueet pelaavat, ja millainen on joukkueen pelillinen ilme? LePa avaa aina peliä alhaalta omille, pyrkii pallonhallintaan ja syöttöpeliiin, sekä aktiiviseen prääsiin vastustajan saadessa pallon.

Nämä ovat kuitenkin paljon pidemmän ajan tavoitteita, jotka eivät vielä heti tässä laajudessaan näy. Tekeminen on nyt kuitenkin aloitettu.

Jokaisen panosta tarvitaan

Nyt todellinen työ alkaa. Valmennuslinja on vasta raami sille mitä seurassa ollaan tekemässä. Se on kuin hyvä ja osaava kokoonpano valmentajan papereissa tai fläppitaululla. Se ei ole vielä yhtä kuin toimiva koko joukkueen pelisuoritus kentällä.

Varsinainen täyte raameihin tehdään siis tulevien kuukausien ja vuosien aikana.

Jokainen harjoitus, jokainen harjoituksen alkulämmittely, jokainen pelaajalle annettu kotitehtävä, jokainen valmentajakoulutus, jokainen pelattu harjoituspeli, peliin valmistautuminen ja jokainen virallinen ottelu on se tärkein. Näissä tehdään varsinainen työ, joka tekee lopulta valmennuslinjasta koko seuran linjan.

Lopulta valmennuslinja todella syntyy vasta jokaisen valmentajan, pelaajan ja seuratoimijan oman tekemisen kautta. Ja kaiken lähtökohtana LePassa on lopulta aina pelaaja sekä pelaajakehitys. LePan valmennuslinja löytyy seuran verkkosivuilta netistä osoitteesta www.leppavaaranpallo.com

Tällainen on LePan pelaajapolku

MIKKO TAIVASSALO
VALMENNUSPÄÄLLIKÖ

Viime vuonna kirjoitin lehdessämme LePan junioreille tarjoamista mahdollisuuksista. Nyt vuotta myöhemmin lukuisia pelejä, harjoituksia ja tapahtumia kokeempana on ehkä hieman mahdollisuus tarkentaa, mitä seuramme toiminta junioreille käytännössä on. Kaikki pelaajapolun osa-alueet pohjautuvat uuteen valmennuslinjaan.

Jalkapallokoulu

Pelaajapolun ensimmäinen askel. Lapset tutustutetaan erilaisiin leikein, kisoin ja pelein jalkapallon maailmaan. Nappulapäällikkö Anton Väliheikki vastaa jo toista vuotta kokonaisuudesta, joka tämän kauden osalta alkoi jo tammikuun pakkasilla Perkkaanpuiston salissa. Yhtenä osana jalkapallokoulua on voimakas päiväkotiyhteistyö, jonka LePa on viime vuoden puolella aloittanut. Päiväkoteihin viedään LePan jalkapallokoulun leikkejä ja pelejä, joihin lapset pääsevät näin tutustumaan hieman jo etuajassa.

Ikäluokkatoiminta 5–8 -vuotiaille
Syksyisin seurassa perustetaan

uudet harjoittelevat ikäluokat 5-8-vuotiaille. Ikäluokat saavat valmiin vuosisuunnitelman, jonka mukaan harjoituksia ryhdytään tekemään. Harjoitussuunnitelmat tulevat Palloliiton tuottamien F5-F8 (Football 5-8) materiaalien pohjalta. Pelimuotona ikäluokissa on 5 vastaan 5. Ikäluokkien osaamistavoitteita ovat henkilökohtainen pallonhallinta, perusteknisten suoritusten oppiminen sekä liikunnallisen yleistaitavuuden kehittäminen monipuolisesti.

Ikäluokkatoiminta 9–11 -vuotiaille, taitokouluvuodet

Tässä vaiheessa innostuneimmille annetaan mahdollisuuksia toteuttaa itseään lajiharjoituksissa yhä useammin. Mukaan tulevat ikäluokissa tasoharjoitteluryhmät, ja pelaajat oppivat toimimaan erilaisissa harjoitteluympäristöissä sekä muuttuvissa valmennusryhmissä. Harjoitussuunnitelmat muodostuvat yhdessä taitokouluharjoittelun, Palloliiton F9-materiaalien sekä ikäluokan oman vastuuvallmentajan johdolla. Pelimuotona ikäluokissa on pääosin 7 vastaan 7. Osaamistavoitteisiin tulee yhä enemmän henkilökohtaista pallonhallintaa erilaisin kotitehtävin sekä taitokilpailulajien kautta. Maalivahtivalmennus alkaa tässä

ikäryhmässä halukkaille ja tiettyjä ominaisuuksia omaaville pelaajille viikoittain. Pelikäsityksen opettamisessa painopiste on edelleen henkilökohtaisen pelikäsityksen oppimisessa, mutta myös kahden pelaajan yhteistyötä aletaan vaatia, sillä jalkapallo on lopultakin jatkuvaa yhteistyötä. **Tavoite- ja haastejoukkutoiminta 12–13 -vuotiaille**

Motivoituneimmat ja osaavimmat voivat jatkaa ylimääräisissä harjoituksissa viikoittain FC Espoon kykykoulutoiminnassa. Oman seuran sisällä muodostetaan selkeästi kilpailullinen tavoitejoukkue sekä tälle haastejoukkue tai joukkueet. Kaikessa harjoittelussa aletaan yhä voimakkaammin siirtyä perustaidoista kohti pelitaitoa, pelin ja pelikäsityksen vaatimukset kasvavat jatkuvasti. Harjoittelussa tähdätään jo asioihin joita tulee eteen FC Espoon kilpajoukkueiden lähestyessä – tempo tekemisessä ja suunnanmuutoksen ymmärtäminen ovat tärkeä osa päivittäistä harjoittelua. Pelimuotoina ikäluokissa ovat 9 vastaan 9. Tässä vaiheessa pelaajat alkavat selvästi asettaa itselleen tavoitteita ja niiden täyttymistä ja suuntaa seurataan jatkuvasti.

Kilpajoukkutoiminta, harrastetoiminta 14–15 -vuotiaille
Ikäluokissa muodostetaan FC Espoon kilpajoukkueet (syksyllä 2011 vuonna -98 syntyneissä pojissa ja tytöissä) avointen katsastusten kautta. Nämä joukkueet jatkavat pelaajakehitystä FC Espoon toimintasuunnitelman ja valmennusjohtajan linjausten mukaan. LePa puolestaan tarjoaa mahdollisuuden jäädä vielä haaste- tai harrasteryhmään jalkapalloa harrastamaan. Toiminnassa ydinkohdista alkaa olla pelipaikkakohtaisuus harjoittelussa, sekä yhtenäisen pelitavan ja peliajatuksen omaksuminen. Myös urheilullisuus ja terveelliset elämäntavat alkavat olla yhä isommassa roolissa kokonaisvaltaisen harjoittelun kautta.

B-juniorit ja siitä eteenpäin
Näissä ikäluokissa FC Espoon joukkueissa alkaa tapahtua lopulta kasvua pelaajaksi, harjoittelumäärät kasvavat muun muassa aamuharjoitteluryhmien myötä. Koko ikäryhmässä fyysisen valmennuksen huomioiminen alkaa olla yhä merkittävämpää. Pelipaikkakohtainen harjoittelu, erilaisten pelitapojen syvällisempi tunnistaminen ja omaksuminen ja omien vahvuuksien kautta erikoistuminen harjoittelussa korostuu.

Ikäryhmässä alkaa olla monia muitakin mahdollisuuksia suuntautua futiksen parissa: pelinohjaajan ja apuvallmentajan rooleihin on mahdollista hypätä seuran järjestämien koulutusten kautta. LePan joukkueissa on mahdollisuus jatkaa pelaamista aina ikämiehiin asti, ja tulevaisuudessa varmasti ikänaisiinkin asti. FC Espoon puolella pelaajapolulla väliportaana ennen edustusjoukkueita on vielä oma akatemiatoiminta. Siinä ollaan jo ajatuksellisesti hyvin lähellä edustusjoukkueita.

Rajattomat mahdollisuudet

FC Espoon edustusjoukkueiden tavoitteena on seuran strategian mukaisesti pelata vähintään 1. divisioonan tasolla, jotta pelaajakehityksen polulla on myös ansaitsemansa loppupää. Edustusjoukkue toiminnan tarkoituksena on yhä tukea pelaajakehitystä, aina kulloinkin valitun edustusjoukkuevallmentajan tai valmennusjohtajan linjausten mukaisesti. Pelaajapolun tärkein anti on osoittaa LePaan tulevalle juniorille, että mahdollisuudet ovat käytännössä rajattomat. Kukin löytää varmasti omalle motivaatiolleen sopivimman tason pelivuosien karttussa, ja tässä seurassa tullaan aina arvostamaan niin kilpapelajia kuin huippuluokan harrastajiakin.

TAPIOLA

Parhaat edut, parasta palvelua!

Näin asiakkaamme arvostavat Tapiolan pankki- ja vakuutuspalveluja:

- Tapiola Pankista yleispankkien parhaat edut*
- Tapiolasta vakuutusyhtiöiden parhaat asiakkuusedut*
- Vahinkovakuutusyhtiöiden parasta korvauspalvelua yksityisasiakkaille**

* Finanssialan asiakkuusetu- ja uskollisuusranking/ Kanta-asiakasbarometri 10/2010
** EPSI Rating -tutkimus 2010

Palveluntarjoajat: Keskinäinen Vakuutusyhtiö Tapiola, Keskinäinen Henkivakuutusyhtiö Tapiola, Tapiola Pankki Oy, Tapiola Varainhoito Oy

ALKUPERÄISLAATUA AMMATTITAITIDOLLA



Kun juniorin pallo löytyy naapurin auton tuulilasista ..

*
www.autolasi.fi



PILKINGTON
NSG Group Flat Glass Business

Jalkapallo vei LePan tytöt Italiaan



Kuvassa tytöt ylärivissä vasemmalta: Kaisa-Maria Salminen, Anahita Manoocheri, Essi Hannula, Eveliina Liljasto, Miia Uusimaa, Pauliina Hiltunen, Alina Turunen ja Urwashi Dhomeja. Alarivissä vasemmalta: Jenni Herrala, Emilia Partanen, Linda Maria Kipinoinen, Oona Summanen, Roosa Bäck, Janette Nöthen ja Ayaan Koivisto. Valmentaja Tommi Heinimo.

Jokaisella on unelmia. Nuori jalkapalloilija voi unelmoida pelaamisesta Messin seurana Barcelonassa tai Rooney'n kaverina Manussa.

MARJA HAWAS

Unelmat ovat tärkeitä ja niitä pitää olla. Niiden saavuttamiseksi kannattaa tehdä työtä.

LePan vuonna 96 syntyneiden

tyttöjen joukkue toteutti viime kesänä yhden unelmansa. He matkustivat Italian San Marino Cupiin pelaamaan, oppimaan ja hakemaan uusia jalkapallokokemuksia.

Aivan kuten Helsinki Cup on Suomen suurin joukkueurheilu-

tapahtuma, on tänä vuonna jo 11. kertaa järjestettävä San Marino Cup Italian suurin tyttöjen ja poikien jalkapalloturnaus. Turnaukseen osallistuu vuosittain lähes 1500 pelaajaa noin 15 maasta. Tapahtuma on ainutlaatuinen kokemus nuorille pelaajille ja turnauksen oikea World Cup -tunnelma, pelaamisen ilo ja kulttuuri jäävät varmasti kaikkien mieleen.

LePan tytöt kertovat, että ilmassa oli suuren urheilujuhlan tuntua kun tytöt saapuivat ensimmäistä kertaa 5. heinäkuuta 2010 San Marinon urheilustadionille. Tapahtuma alkoi hienolla avajaisseremonialla, jonka olympiatyylisessä ohjelmassa oli musiikki- ja tanssiesityksiä, cheerleadereita, jalkapallotaitureita, joukkueiden paraatit sekä lopuksi mahtava ilotulitus.

Tytöt kertovat myös, että pelaaminen Italiassa oli erilaista kuin Suomessa. Jo erittäin helteinen heinäkuun sää oli haasteellinen. Vettä piti muistaa juoda paljon ja parasta oli pysytellä pois auringon paisteesta, jotta jaksoi pelata. Tytöille selvisi konkreettisesti miksi Serie A:ta ei pelata kesällä.

Suurimman vaikutuksen tyttöihin teki kuitenkin italialainen jalkapallokulttuuri. Pelaaminen oli paljon totisempaa ja kaikki suhtautuivat pelaamiseen vakavammin kuin Suomessa. Jokaisesta pelaajasta löytyi sisäinen taistelija.

Turnauksen peliareenoita oli

kymmenkunta. Tyttöjen sarjassa kilpailivat Suomen lisäksi USA:n, Kanadan, Romanian ja Italian joukkueet. Tyttöjen mukana matkalle lähtivät joukkueen valmentaja ja muita joukkueen avainhenkilöitä sekä pelaajien vanhempia ja sisaruksia. Monille matka oli ensimmäinen kerta ilman vanhempiaan, joten sekin toi oman jännityksensä reissulle.

Vaaleat LePan suomalaistyöt saivat tietenkin peräänsä italialaisia ihailijoita. Tyttöjen sarjan voitti USA ja Suomi sijoittui viidenneksi. Vaikka tytöt jäivätkin sarjansa viimeiseksi, ei se heitä harmittanut.

Joukkueen ryhmähenki parani matkan aikana ja peleistä ja matkasta jäi kaikille hyvät muistot. Kotiin palattiin hiukan väsyneinä, mutta ylpeinä ja onnellisena.

"Ulkomaiden turnausmatkojen hyötyjä on monia: futiskulttuurin kokeminen muualla, kontaktien sopimismahdollisuus sekä oman ikäryhmän huippujengien kanssa pelaaminen – nähdään missä kansainvälisesti mennään", kertoo LePan valmennuspäällikkö Rölli Taivassalo.

LePan joukkueet voivat osallistua eri turnauksiin Suomessa ja ulkomailla joukkueen oman aktiivisuuden ja varojen mukaisesti. Tänäkin vuonna lukuisten kotimaan turnausten lisäksi joukkueita matkaa ainakin Ruotsiin ja Tanskaan.

DUOSPORT.FI



Nike Glide Jr

- junioreiden peli-/harjoituskenkä
- erikoiskevyt
- koot 32-39

"veskarin kauhu"

80€



F30 adiZero Jr

- ultrakevyt peli- ja treenikenkä junioreille
- kenkä on suunniteltu huikeaan lähtönopeuteen ja räjähtävyyteen
- koot 28-39

"suut makiaksi"

80€



Adidas X Predator Jr

- huippupelikenkä junnuille
- nahkaa
- koot 36-39
- sh.140,-

"fire starter"

109€



TREENIKASSI PALLOPÄÄDYLLÄ

Tähän "tila-ihmeeseen" saat mahdutettua niin treenitextiiliä sekä pallon ja kengät. Päädyssä helposti puhdistettava, likaa ja kosteutta pitävä päätytasku pallolle tai likavaatteille. Väri musta ja tummansininen Koko 52x29x30cm Sh. 29,-

KYSY
SEURATARJOUSTA

14,90



Nike Libretto 2 Turf

- erittäin hyvin istuva turfkenkä
- suunniteltu kovalle alustalle
- hiekalle ja keinoalustalle
- koot 32,5-38,5

"fabregasin lellikki"

60€



Nike Vapor Jr

- legendaarinen ultrakevyt pelikenkä
- erinomainen pelikenkä junnuille
- erittäin pitävä FG nappulasto
- koot 32,5-38,5
- sh. 119,-

"tähtien tekijä"

95€

Nike Luma

- ylimääräiset kimmo-kerrokset tekevät pallosta miellyttävän käsitellä.
- erinomainen treeni- ja pelipallo junioreille
- koko 3-4-5
- Sh 35,-

29,90



Palloreppu

- turvallinen vaihtoesto esim.pyörällä liikuttaessa
- treenikassin tilalle
- heijastimella,
- juomapullotasku
- värit musta ja sininen
- sh 35,-

19,90



Nike Protegga Shield

- irroitettavalla kenkäosalla
- ilmastoitu
- koot S-M-L
- erinomainen suojaavuus

25,00

AVAAMME UUDEN MYYMÄLÄN
KAUPPAKESKUS ENTRESSEEN
AVAIAISET 2.5.2011
TERVETULOA !

Tilaa ilmainen futislehti
www.fc11.fi



Espoo Kauppakeskus Entresse, puh. 0207 439 621 Ark. 10-20, La 10-18, Su 12-16
Arkadia Arkadiankatu 4-00100 Hki, puh. 0207 439620 Ark 10-20, La 10-16
Vantaa Kauppakeskus Jumbo puh. 0207 439 628 Ark 9-21, La 9-18 Su 12-18
Turku Kauppakeskus Skanssi puh. 0207 439 622 Ark. 10-20 La 10-18 Su 12-18
Verkkokaupamme **DUOSPORT.FI** AINA AUKI!

■ Luotettavaa palvelua nopeasti, sovitusti, asianmukaisella ja laadukkaalla kalustolla.



Eerola-Yhtiöt Oy, Keskus (09) 855 30 40
Läntinen teollisuuskatu 30, 02920 Espoo

VIEMÄRI- JA EROTINHUOLTO- SEKÄ SUURTEHOIMUROINTIPALVELUT

PÄÄKAUPUNKISEUTU

- Keskus (09) 855 30 40
- Tilaukset (09) 855 30 450 Espoo

LÄNSI-UUSIMAA

- Tilaukset (019) 331 002 Lohja
- Tilaukset (019) 248 67 13 Hanko

ITÄ-UUSIMAA

- Tilaukset (019) 575 2777 Porvoo-Loviisa

KESKI-UUSIMAA

- Tilaukset (019) 643 408 Mäntsälä

HÄME

- Tilaukset (019) 766 622 Tervakoski
- Tilaukset (03) 875 72 15 Lahti

VARSINAIS-SUOMI

- Tilaukset (02) 24 33 666 Kaarina

PIRKANMAA

- Tilaukset (03) 314 25 900 Ylöjärvi

KESKI-SUOMI

- Tilaukset (014) 675 888 Jyväskylä

POHJANMAA

- Tilaukset (06) 414 40 88 Hylykallio (Seinäjoki)
- Tilaukset (06) 317 80 90 Vaasa

HAJUTTA-PALVELU

Tilaukset (09) 855 30 468 Espoo

KULJETUS- JA VAIHTOLAVAPALVELUT

Pääkaupunkiseutu ja
Länsi-Uusimaa

Tilaukset (09) 855 30 460 Espoo

Itä- ja Keski-Uusimaa

Tilaukset (019) 643 408 Mäntsälä

PUHDASVESIPALVELUT

Tilaukset (09) 855 30 466 Espoo

Tilaukset (03) 875 72 60 Lahti

NORSU WC:t

Tilaukset (09) 855 30 460 Espoo

PUTKISTOSANEERAUKSET

Puh. (09) 855 30 470

MÄRKÄJÄTTEEN KÄSITTELY

Lehile Oy

Tilaukset (09) 855 30 433 Espoo



www.eerolayhtiöt.fi

Helsinki Cupin kuvasatoa





Helsinki Cup 10.-16.7.2011 Kaikki mukaan!

Helsinki Cup on kansainvälinen juniorijalkapallon suurturnaus, johon osallistuu lähes 800 joukkuetta eri puolilta maailmaa. Turnaus on samalla koko Suomen suurin ja kansainvälinen turnaus. Helsinki Cup järjestetään jo 36. kerran.

Leppävaaran Pallon joukkueet ovat olleet mukana aktiivisesti ja tänäkin vuonna turnaukseen osallistuu paljon LePan tyttö- ja poikajoukkueita. Tällä aukeamalla Patrik Seppälän kuvia viime kesältä.



Milla Saaresto
8 vuotta
Lepa Tytöt 03

Hauskinta on maalinteko

Milloin aloitit jalkapallon?
Keväällä 2010.
Missä olet hyvä?
Maalinteossa.
Millä paikalla pelaat mieluiten?
Hyökkääjänä.
Mitä pitäisi harjoitella enemmän?
Pomputtelua.
Kuinka usein harjoittelet joukkueesi kanssa?
2 kertaa viikossa.
Mikä on hauskinta jalkapallossa?
Harkat ja maalin teko.
Mieluisin jalkapallomuistosi?
Eka turnaus Kultakenkä cup elokuussa 2010.
Montako kertaa pystyt pomputtamaan palloa niin ettei se putoa?
Yhdeksän kertaa.

Mikä on joukkueesi mieluisin vastustaja ja miksi?
ACK, koska siinä on haastetta.
Mitä koulua käyt?
Lintuvaaran koulua.
Mitkä ovat mieluisimmat aineet koulussa?
Äidinkieli, liikunta.
Mikä on toiveammattisi?
En ole vielä päättänyt.
Mitä muuta harrastat?
Ei muita harrastuksia.
Mikä on mieliruokasi?
Tortillat.
Mitä haluaisit sanoa aloittavalle futaajalle?
Jalkapallo on kivaa, kannattaa tulla mukaan.



LePan Viima talvisarjan Fair Play -joukkue

LePan vuonna 02 syntyneet pojat ottivat vastaan talvisarjan Fair Play -mitalit viimeisen sarjapelin jälkeen. Palkinto jaettiin joukkueelle, joka oli valittu äänestyksessä sarjan joukkueiden kesken. Fair Play -menettely on osa Palloliiton Kaikki Pelaa -toimintaa, jolla pyritään kasvatukseen ja kouluttamiseen kautta vaikuttamaan jalkapalloperheen arvoihin ja asenteisiin.

Fair Play -käsite on alunperin Kansainvälisen jalkapalloliiton (FIFA) määrittelemä ja pyrkii olemaan ohjeistuksena kaikelle jalkapallotoiminnalle junnuista ammattilaisiin. Ohjeistus pitää sisällään kymmenen ohjetta, joista varmasti tärkeimmät ovat: ”pelaa reilusti”, ”muiden kunnioittaminen”, ”rasismin vastustaminen” ja ”auta parantamaan maailmaa”.

LePan -02 pojat ja Leppävaaran Pallo pyrkii kaikessa toiminnassaan noudattamaan juuri näitä periaatteita. Ensisijaisena tavoitteena pienten tyttöjen ja poikien ja isompienkin viihtyminen harrastuksen parissa ja ajatuksena antaa jalkapallosta elinikäinen harrastus, josta koko perhe voisi nauttia.

LePan -02 poikien joukkueessa hyörii parhaillaan lähes kuusikymmentä poikaa, mutta mukaan mahtuu uusia!



Tilda Turunen pelaa isänsä valmentamassa joukkueessa, mutta ei saa erikoiskohtelua.

Tilda Turunen, maalintekijä

MATTI HANNULA

Rastaalassa asuva Tilda Turunen pelaa Leppävaaran Pallon D12-tyttöissä hyökkääjän tai hyökkäävän keskikenttäpelaajan tontilla.

- Muitakin pelipaikkoja olen kokeillut, kertoo jo kuudetta kauttaan jalkapalloileva Tilda. Hän on aloittanut harrastuksen Kasiysin jalkapallokoulussa ja liittynyt heti sen jälkeen LePaan.

Rastaalan ala-astetta käyvä Tilda näkee jalkapalloilussa monia hyviä puolia.

- Kehittyy koko ajan pelaajana ja saa uusia kavereita.

Turnauskokemusta Tildalle on jo kertynyt muun muassa Stadi Cupista.

- Mitaleille ei olla päästy, mutta ihan hyvin on pärjätty, Tilda luonnehtii menestystä suuressa tyttöfutisturnauksessa.

Esikuvia ja mallia etsiäkseen Tilda, 11, seuraa enemmän miesten kuin naisten pelejä. Kaksi hyvää kotimaista naispelaajaa hän osaa silti oitis mainita:

- Laura (Österberg) Kalmari ja (Linda) Sällström.

Miestenkään puolella Tildan suosikeissa ei ole yllätyksiä:

- Joukkueista Barcelona ja pelaaja

jista Messi.

LePan D12-tyttöillä on neljät harjoitukset viikossa.

- Se on ihan sopiva määrä, Tilda Turunen toteaa.

- Varsinkin kesällä käyn muutenkin pelaamassa kavereiden kanssa.

- Aika paljon, vastaa Tilda kysymykseen, kuinka paljon maaleja on tullut tehtyä.

- Ainakin viime vuonna olin meidän paras maalintekijä, Tilda kertoo.

LePan D12-tyttöissä on kaikkiaan kolmisenkymmentä pelaajaa.

- Meillä on kaksi joukkuetta, toisessa pelaavat vähemmän ja toisessa kauemmin pelanneet.

Kaksiippiuinen juttu

Tilda harrastaa myös pianonsoittoa.

- Kerran viikossa käyn pianotunneilla.

Tildan joukkuetta valmentaa hänen isänsä, Tero Turunen. Se on Tildan mielestä vähän kaksiippiuinen juttu.

- Isä on sitten aina joka paikassa mukana, mutta onhan se ihan kiva, että isä valmentaa, sanoo Tilda ja painottaa, että valmentajan tyttarelle ei ole joukkueessa erikoiskohtelua eikä -oikeuksia.



TUORETTA TIETOA, UUTISIA JA IDEOITA
SÄHKÖISESTÄ TALOTEKNIIKASTA

Sähköala.fi



“Tervetuloa Aktiaan”

ENTISTÄ MONIPUOLISEMPI AKTIA PALVELUKSESSASI

- pankkipalvelut
- omaisuudenhoito
- vakuutukset
- kiinteistönvälitys

Tervetuloa!

Aktia Leppävaara
Hevosenkentä 3 (Panoraamatornin katutaso)
puh. 010 2476080*

*Kiinteästä linjasta 8,28 snt/puhelu + 5,95 snt/min., matkapuhelimesta 8,28 snt/puhelu + 17,04 snt/min.

Aktia

Näkee jokaisessa asiakkaassaan ihmisen.

Markus Kanninen, maalivahti

MATTI HANNULA

Tuorein talviharjoittelukausi meni LePan D13-pojissa maalivahtina pelaavan Markus Kannisen osalta osittain sivu suun, kun hänen etureitensä lihas repesi yläkiinnityksestään.

Kuusivuotiaasta asti Leppävaaran Pallon väreissä viihtynyt Markus uskoi kuitenkin olevansa iskussa, kun varsinainen pelikausi alkaa. Markus on aloittanut jalkapalloharrastuksensa kenttäpelaajana. - Jossain vaiheessa minusta tuli maalivahti. Itse halusin, muistelee 165-senttinen torjupalupaus. LePassa useammankin ikäluokan maalivahtivalmennuksesta vastaa Juha-Pekka Tammi. - Laadukasta, monipuolista ja hauskaa, Markus luonnehtii. - Keskitytään aina yhteen asiaan kerrallaan.

Tavoitteena FC Espoo

Markuksen joukkueessa pelaa rei-

lulla vuorottelusysteemillä kaksi maalivahtia, ja kolmaskin löytyy tarvittaessa kenttäpelaajien joukosta. - Vaihdetaan yleensä puoliajalla. On ihan kiva, ettei tarvitse katsoa koko peliä sivusta, Markus tuumii. - Peter Schmeichel ja Antti Niemi, hän vastaa kysymykseen maalivahtiesikuvistaan. Molemmat ovat jo ”eläkkeellä”. - Iker Casillas, jatkaa Markus, jota suosikkilistalle saadaan mukaan yksi aktiivitorjujakin. LePan D13-pojilla on ollut kolmet harjoitukset viikossa. Lisäksi kerran viikossa on kyky-koulu. Kun Markus harrastaa myös taekwondoa kahdesti viikossa, riittää melkein jokaiselle päivälle liikuntaa. Jatkossa Markuksen tavoitteena on saada vetää päälleen FC Espoon maalivahtipaita. Eikä siihen vaiheeseen ole enää aikaa kuin yksi pelikausi. Ensi syksynä Markuksen ikäluokasta (KaPy, LePasta ja FC Kasiysistä) jo muodostetaan FC Espoon nimeä kantava edustusjoukkue, jonka

karsintoihin voi toki osallistua pelaajia muistakin junioriseuroista. ”Hyvä kaikessa” Perkkäänpuiston kuudetta luokkaa käyvä Markus aloittaa syksyllä Ruusutorpan yläasteen. Jalkapallon saralla hänen pidemmän tähtäimen tavoitteensa ei yllätä: - FC Barcelona. Pääsiäisenä Markus jo kävi Camp Noun katsomossa haistelemassa mahdollisen tulevan kotistadioninsa ilmapiiriä ottelussa Barcelona-Osasuna. Jalkapallo on Markus Kannisen mielestä hauska laji, jota kaikkien kannattaa ainakin kokeilla. Hän ei oikein osaa eritellä parhaita puoliaan. - Olen hyvä kaikessa. Eteenpäin heittäytymisessä on eniten parannettavaa. Sitä olen yrittänyt harjoitella. - Hyvin ampuvat ja nopeat, vastaa maalivahti-Markus kysymykseen viheliäisimmistä vastustajista.



Markus Kanninen ottaa palloja kiinni ja tähtää FC Espoon joukkueeseen, joka muodostetaan ensi syksynä.

www.mitsubishi.fi

Mitsubishi ASX

Delta Auto Espoo myy ja huoltaa nyt myös mitsubishit.



uusi	
Mitsubishi ASX	Nissan Qashqai
1.6 Inform	1.6 Visia
20 995	22 590
5/150000	3/100000
5,9	6,0
CO ₂ g/km	135
Pituus, mm	4295
Akseliväli, mm	2670
Tavaratila, l, min/max	416/1193
	410/ 860

"Mitsubishi kuluttaa vähiten sekä kaupungissa että maantiellä"
Tuulilasi 01/2011 bensini crossover-vertailu.

EURO NCAP
www.euroncap.com
TEST 2010

TAKUU 5 VUOTTA

Tiedot maahantuojien internet-sivut, 4.3.2011

Nyt löydät kaikki uudet **Mitsubishit** monikäyttöisestä Coltista edustavaan Outlander-maasturiin meiltä Delta Autosta. Mitsubishiin henkilöautoihin saat japanilaismerkkien pisimmän, peräti viisi (5) vuotta tai 150 000 km kattavan takuun, jota täydentää vielä kolmen vuoden ilmainen MAP-ajoturvapalvelu. Ja Deltan osaavassa huollossa sinunkin Mitsubishiistä huolehditaan varmalla ammattitaidolla, oikeilla osilla ja tehtaan kehittämällä testereillä; laadulla, johon vain maahantuojan oma merkkihuolto-organisaatio kykenee. Me Deltassa haluamme tarjota parasta mahdollista palvelua jokaiselle Mitsubishi-asiakkaalle. Tervetuloa toteamaan se itse!

Mitsubishi ASX autoveroton hinta alk. 16 752,85 + arvioitu autovero 4 242,15 = kokonaishinta 20 995 + tk 600 = 21595 e. Vapaa autoetu alk. 510 e/kk. EU-yhd. 5,5–5,9 l/100 km, CO₂-päästöt 135–150 g/km. Takuu 5 vuotta tai 150 000 km. 24 h MAP-ajoturvapalvelu 3 vuodeksi veloituksetta. Kuvan auto erikoisvarustein. Kaikki oikeudet muutoksiin varataan.

0% STRESSIÄ.

Kian ainutlaatuinen 7 vuoden takuu, kattava 24 h tiepalvelu ja edullinen Delta Huoltoturva takaavat yhdessä poikkeuksellisen huolettomat kilometrit. Lisäksi Kian moderni, kulutuksen ja päästöt minimoiva teknologia merkitsee puhdasta säästöä sekä sinulle että ympäristölle. Myös turvallisuus on huippuluokkaa ja mukavuuden viimeistelee todella kattava varustelu. Unohda siis stressi ja tule kokemaan Kian sataprosenttinen ajonautinto – lähimmässä Delta Autossa!

7 VUODEN TAKUU. 24h TIEPALVELU. 100 % AJONAUTINTO.



ACTIVE Kia cee'd Active-mallisto. Kattavan EX-varustelun* lisäksi:

- 16" kevytmetallivanteet
- Vakionopeuden säädin
- Automaatti-ilmastointi
- Sähköisesti koria vasten kääntyvät peilit
- Peileissä integroidut vilkut
- Erikoisverhoilu
- Tummennetut takalasit (SW)
- Poikkeuksellinen hinta alk. 19.990 €

7 KIA TAKUU VUOTTA **24h TIEPALVELU**

www.kia.fi

cee'd 1.6 Active Sporty Wagon autoverot. hinta alk. 16.588,35 € + arvioitu autovero 4.401,47 € = kokointa 20.990 € + tk 600 € = 21.590 €
cee'd 1.6 Active 5D autoverot. hinta alk. 16.114,55 € + arvioitu autovero 4.175,45 € = kokointa 20.290 € + tk 600 € = 20.890 € **pro_ cee'd 1.6 Active 3D** autoverot. hinta alk. 15.877,25 € + arvioitu autovero 4.113,00 € = kokointa 19.990 € + tk 600 € = 20.590 € Active-malliston EU-yhd. 4,4–6,0 l/100 km, CO₂-päästöt 115–142 g/km. Kaikki oikeudet muutoksiin varataan.

ESPOO, NIITYKUMPU
Kotitontuntie 2, **Automyynti:** 0207 408 801
Huolto: 0207 408 803

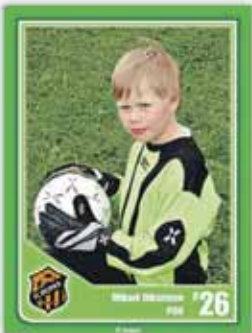
Delta

Automyynti: ark 9-18, la 10-15.
Huolto: ma-pe 7-16.45.
Alfa Romeo, Fiat, Kia, Lada, Lancia, Mitsubishi

Soittajahinta 0207-alkuisiin numeroihimme on lankapuhelimesta 3,2 snt/min + 8,28 snt/puhelu (alv 23 %) ja matkapuhelimesta 19,2 snt/min (alv 23 %).



#26 Mikael Oikarinen
FC REPPAS, POO




**LAADUKKAAT
PELAAJAKORTIT**
Vaihda ystäväsi kanssa,
kerää koko joukkue!

kuvaverkko
www.kuvaverkko.fi

Maali 73 metristä

Jalkapallossa tehdään huipputasollakin joskus maaleja tosi kaukaa, vaikkapa puolesta kentästä. Saksan Bundesliigan ennätys syntyi vuoden 2011 maaliskuussa Schalken ja Frankfurtin välisessä ottelussa. Frankfurtin kreikkalainen maajoukkuepelaaja **Georgios Tzavellas** teki maalin 73 metrin etäisyydeltä eli suunnilleen oman kenttäpuoliskonsa puolivälistä. Eikä vastustajan maalilla seissyt kuka tahansa tumpelo vaan Saksan maajoukkueen maalivahti **Manuel Neuer**.

Itse asiassa Tzavellas ei yrittänyt am-

pua palloa maaliin vaan se oli pitkä syötö Frankfurtin kärkipelaajalle **Theofanis Gekasille**, joka tavoitteli palloa Schalken rangaistusalueen rajan tienoilla. Gekas ei kuitenkaan osunut palloon mutta hänen pallontavoittelunsa hämäsi vastaan tulleen Neuerin niin, että pallo pomppasi Neuerin ohi suoraan Schalken maaliin.

Frankfurtille Tzavellasin erikoisuus oli ensimmäinen maali yhdeksään otteluun, ja sillä hän tasoitti pelin numeroihin 1 – 1. Schalke voitti loppulta 2 – 1.



JÄÄMESTARIT OY
Sähkötie 4, 17500 Padasjoki
Puh. (03) 557 4235
Fax (03) 557 4040

URHEILURAKENTAMINEN • Jäärataputkistot • Lämmitettävät jalkapallokentät • Tekonurmikentät • Yleisurheilupinnoitteet	MAANRAKENNUS UUTUUTENA SIIRRETTÄVÄ TEKOJÄÄRATA • Putkistomattojärjestelmän ominaisuuudet suunniteltu erityisesti jäädytystä varten
---	---

VESISTÖRAKENTAMINEN

- Mertsä ponttonilaiturit
- Putkistoasennukset vesistöön

www.jaamestarit.fi

BASE
RAVINTOLA

**Ravintola Basen
Aurinkoterassi
avattu!**

Kauppakeskus Sellon kainaloon,
Ratsutorille.

Houkutteleva keidas
hyvien kulkuyhteyksien varrella.

Apu on lähellä kun janottaa,
on nälkä tai kaipaavat hyvää seuraa!

Ota Base Omaksesi!

Lisätietoja:
www.ravintolabase.fi
base@ravintolabase.fi

Sopivasti liikuntaa ja käyttörahaa



Sanni Rämö pitää työstään jakajana ja suosittelee sitä muillekin nuorille ja vanhemmille.

"Moi! Mun nimi on Sanni ja lehtien sekä mainosten jakelutyö tuo mulle hyvät käyttörahat joka kuukausi! Opiskelukin maistuu paremmalta kun rahat riittää ja kunto kohenee!

Palkka aina voisi olla suurempikin, mutta se on mun mielestä ihan sopiva verrattuna aikaan mikä kuluu jakolenkkiin kun sen tekee ripeästi.

Kyllä mä suosittelen tämmöstä työtä muillekin, on ihan mukavaa, käy kuntoilusta ja saa samalla käyttörahaa."

Käy netissä lukemassa muidenkin jakajien kokemuksia jakelutyöstä Suoramainonta-ketjuun kuuluvissa jakeluyrityksissä.

Samalla voit ilmoittautua työnhakijaksi, palkkaamme jakajia niin vakituksiksi kuin varajakajiksikin sekä kaupunkiin että maaseutualueille.

www.lisaduuni.fi tai soita (09) 5615 6400

JAKELUPALVELUT
HJEX
Hankasuontie 3, 00390 HKI HELSINGIN JAKELU-EXPERT OY **www.hjex.fi**

Tavoita tarkasti.

Valmentaja on aina tulilinjalla

Joskus lopputili tuo toivotun tuloksen, joskus ei

KAARLO SUNDELL

Kun jalkapallojoukkue ajautuu vaikeuksiin, eikä peli kulje, syyttävä sormi osoittaa melkein aina valmentajaan. Ainakin huipputasolla valmentajan lähtöpässit ovat herkässä, sillä hän on se kapellimestari, jonka vastuulla kaikki on.

Joskus uusi valmentaja tuo joukkueeseen tarvittavaa puhtia, mutta esimerkkejä epäonnistuneista vaihdoksista on myös runsaasti.

Leppävaaran Pallon harvinainen valmentajanvaihdos tapahtui syyskaudella 1997. Se on esimerkki onnistuneesta ratkaisusta.

Edustusjoukkuetta valmentanut **Kimmo Makkonen** sanoi itsensä irti, kun menestystä ei tullut. LePan silloinen puheenjohtaja **Ari Nieminen** otti kontolleen myös valmentajan hommat. Joukkue piristyi, säilytti paikkansa Kolmosessa ja voitti kauden päätteeksi vielä Uusimaa cupin.

Seuraavalla kaudella LePa nousi **Ari Asukan** johdolla Kakkoseen, jossa pelasi aina vuoteen 2001.

Hieman ylemmältä tasolta löytyy hyviä esimerkkejä epäonnistuneista ratkaisuista. **Antti Muurisen** potkut maajoukkueen peräsimestä kesällä 2005 eivät tuoneet toivottua tulosta.

Muurinen oli luotsannut maajoukkuetta vuodesta 2000. Matkan varrelle mahtui monta hyvää tulosta, mutta se tärkein, paikka arvokisojen lopputurnauksessa puuttui. Ja puuttuu edelleen.

Antti Muurisen kolmas MM-karsinta alkoi elokuussa 2004. Karsinta sujui rimaa hipoen, kunnes viime hetken tappio Tšekille (3-4) keväällä 2005 ajoi Suomen pakotilanteeseen. Hollanti oli pakko kaataa seuraavassa kotiottelussa, jos mieli säilyttää mahdollisuudet.

Kritiikki Muurista kohtaan voimistui. Ennen ratkaisevaa ottelua Muurista vastaan järjestettiin oikein mielenosoitus. Hollanti voitti Olympiastadionilla 4-0. Se oli Muurisen tarun loppu maajoukkueessa.

”Joo, elämäni ensimmäiset potkut valmentajana. Ei siinä mitään, jos sellaiseen ratkaisuun on päädytty. Ei siinä ole valmentajalla muuta mahdollisuutta kuin marssia ovesta ulos ja hakea jota uutta”, sanoi Muurinen **Iina Airion** ja **Timo**

Waldenin kirjoittamassa kirjassa Huuhkajat.

Mediakohu Muurisen ympärillä oli valtava, sillä edellisen kerran maajoukkueen valmentaja vaihtui kesken kauden 1990-luvun alussa, kun Tommy Lindholm vetäytyi oma-aloitteisesti syrjään.

Muurisella oli toki puolestapuhujiakin, sillä hänen voittoprosenttinsa pitkällä maajoukkueuralla oli peräti 47,2.

Muurisen seuraajaksi ns. tilapäiseksi valmentajaksi maajoukkueeseen tuli **Jyrki Heliskoski**. Tahti ei kuitenkaan isommin muuttunut. Heliskosken aikana Suomi jäi esimerkiksi maalittomaan tasapeliin kääpiövaltio Andorraa vastaan.

Turbulenssi Suomen maajoukkueessa jatkuu edelleen. Menestyspaineet kasvavat vuosi vuodelta.

Skotti **Stuart Baxter** sai viime syksynä lähtöpässit, kun mahdollisuudet EM-karsinnassa romuttuivat. Alkava kesä näyttää löytäväkö maajoukkue voittovireen uudessa komennossa. Rahaa Palloliitto ainakin menetti, sillä Baxterin sopimus piti maksaa loppuun asti.

Seuratasolla valmentajan vaihtaminen on arkipäiväisempää. Veikkausliigassa valmentajat ovat pää

pölkylä kaiken aikaa.

Kaudella kaudella 2009 Rovaniemen Palloseura vaihtoi kahdesti valmentajaa. Ensin lähti **Valeri Bondarenko**, sitten **Mika Lumijärvi**. Mikään ei auttanut. Kauden lopuksi lähti RoPS Ykköseen.

Italiassa nähtiin kuluvalle kaudella varsin erikoinen valmentajakuvio, kun **Perparim Hetemajn** edustama Brescia antoi joulukuussa potkut **Giuseppe Iachinille**, joka viime keväänä nosti seuran Serie A:han. Kuukauden kuluttua Brescian johto ymmärsi tehneensä virheen, erotti **Mario Berettan** ja palkkasi Iachinin takaisin.

Tottakai valmentajan vaihtaminen tuo joskus myös tulosta. Kuopion Palloseura vaihtoi **Kai Nyysösen Esa Pekoseen** kaudella 2009. Sitä ratkaisua Kuopiossa tuskin kadutaan, sillä viime kaudella KuPS rynnähti Pekosen johdolla jo SM-hopealle.

Valmentajan työtä pidetään tuulisena ja epävarmana, mutta voi siitä olla ihan porvarilliseksi ammatiksin ilman että yhtenä on oltava pakkaamassa muuttolaatikoita.

Ari Hjelm oli kymmenen kautta Tampere Unitedin valmentajana ennen kuin viime syksynä päätti,

että nyt riittää.

Maarianhaminan IFK:n Pekka Lyyski on virkaiältään vanhin nykyisistä Veikkausliigan luotseista. Lyyski on valmentanut ahvenanmaalaisia vuodesta 2002.

Jopa aivan maailman huipulla voi pysyä pitkään, jos osaa pelata korttinsa oikein. **Sir Alex Ferguson** on valmentanut Manchester Unitedia neljällä eri vuosikymmenellä (aloitti 1986). Se on ainutlaatuinen saavutus.

Toisaalta huippuvalmentajille löytyy aina töitä, vaikka sukset joskus menisivät ristiin työnantajan kanssa.

Menestyksekkäin italialainen valmentaja **Giovanni Trapattoni** on ollut alalla vuodesta 1974. Matkan varrelle mahtuu seitsemän Italian mestaruutta, Saksan mestaruus, Portugalin mestaruus, Itävallan mestaruus, mutta myös potkut esimerkiksi Italian maajoukkueesta ja Stuttgartista. Nykyään Trapattoni valmentaa Irlannin maajoukkuetta.

Kirjoittaja on eläkkeellä oleva urheilutoimittaja, joka pelasi LePassa jääkiekkoa.



Futis, matikka ja kuvataide kiinnostavat



Simo Tuomi
10 vuotta
LePa Pojat 01 / musta

Milloin aloitit jalkapallon?
Olin muistaakseni 5 -vuotias.

Missä olet hyvä?
Olen jalkapalloilijana sitkeä ja yritän loppuunasti. Pelikenttien ulkopuolella osaan mielenkiintoisia taikatemppuja.

Millä paikalla pelaat mieluiten?
Pelaan mieluiten puolustajana.

Mitä pitäisi harjoitella enemmän?
Pomputtelua tulisi harjoitella enemmän.

Kuinka usein harjoittelet joukkueesi kanssa?
Talvella pystyin harjoittelemaan jääkiekon lisäksi jalkapalloa taitokoulussa 1 kertaa viikko sekä joukkueharjoituksissa 2-3 kertaa viikossa.

Mikä on hausinta jalkapallossa?
Hyvät kaverit ja jalkapallotaitojen oppiminen.

Mieluisin jalkapallomuistosi?
Hyviä muistoja on paljon. Yksi mukava muisto on viime kesältä Käpylä Cup:ssa saamani tsempparipalkinto.

Montako kertaa pystyt pomputtamaan palloa niin ettei se putoa?
Ei ole tullut pitkään aikaan laskettua, mutta turhan vähän pomppuja tulee.

Mikä on suosikkijoukkueesi?
F.C. Internazionale (Inter).

Suosikkipelaajasi?
Lionel Messi (FC Barcelona).

Mikä on joukkueesi mieluisin vastustaja ja miksi?
Honka ja HJK, koska ne ovat kovia joukkueita.

Mitä koulua käyt?
Olen Lintulaakson koulun 3C -luokalla.

Mitkä ovat mieluisimmat aineet koulussa?
Pidän eniten matematiikasta, kuvataiteesta ja liikunnasta.

Mikä on toiveammattisi?
En tiedä, arkkitehti ehkä.

Mitä muuta harrastat?
Jalkapallon lisäksi harrastan jääkiekkoa EKS:ssa ja kuvataiteita Espoon kuvataidekoulussa.

Mikä on mieliruokasi?
Urheilijoille tuttu spagetti ja jauhelihakastike.

Mitä haluaisit sanoa aloittavalle futisajalle?
Kovaa yritystä ja tsemppiä! Jalkapallo on kivaa!

Maalaus-Cederberg Oy

040 547 6940



Potentiel on
pääkaupunkiseudulla toimiva
yhden toimeliaan naisen,
Sinikka Kauppinen, yritys.
Sinikka Kauppinen on noin
10 vuoden kokemus vaativista
viherrakennustöistä
pääkaupunkiseudulla sekä
suorana että aliurakoitsijana.
Suomalaista laatutyötä.

puh. 040 539 4841

sinikka@potentiel.fi

www.potentiel.fi

LePa etsii pelaajia

2001 / 2002

syntyneiden tyttöjen
joukkueeseen.



Ota yhteyttä:

lisäksi Huotari, valmentaja
Puhelin 040 560 4479
sähköposti: family.huotari@kolumbus.fi

Tapsan Kaivin ja Kuljetus Oy

Kunnarlantie 5, 02740 ESPOO, puh.0400 479 035
tapsan.kaivin@pp.inet.fi



**Keilailuelämyksiä joka päivä klo 10-24
BowlCircus-keilaviihdekeskuksissa**

**Tutustu tarjontaamme:
www.bowlcircus.com**
Flamingo • Sello • Vuokatti • Saimaa



Kun muut sanovat ei, me sanomme kyllä.

Kyllä edellyttää sanojaltaan rehellistä, avointa ja suoraa puhetta.
Se vaatii rohkeutta kyseenalaistaa ja halua muuttaa maailmaa kohti parempaa. Se tarkoittaa,
että välittää ja yrittää enemmän. Maailma ei muutu, jos kukaan ei uskalla sanoa kyllä.
Me haluamme olla ensimmäisiä. Toivottavasti muut seuraavat perässä.

kiinteistomaailma.fi/kyllä

 **Kiinteistömaailma**

Kiinteistömaailma Confidence m² Oy LKV • Puh. (09) 2310 1200 • Leppävaarankatu 3-9, 02600 Espoo
sello@kiinteistomaailma.fi



Useita LePan joukkueita on osallistunut Maarianhaminassa järjestettävään Alandia Cupiin, joka on perinteinen ja suuri turnaus. Tässä lepalaisia viime kesän Cupin avajaisissa.

Alandia Cup oli upea kokemus

JAANA HAGELIN,
LEPA POJAT 99

Olimme kuulleet isommilta pojilta ja heidän vanhemmiltaan, kuinka kivaa Alandia Cupissa oli ollut.

Vihdoinkin koitti meidän vuoromme osallistua tuohon melkein ulkomaan turnaukseen. Meiltä osallistui kaksi joukkuetta: LePa Mustat ja LePa Vihreät. Pelaajia oli yhteensä 25, lisäksi sisarukset ja vanhemmat – yhteensä reissuun lähtijöitä oli 59. Keräsimme varoja parin vuoden ajan myymällä vessapaperia, pesuaineita, suklaata, joulukortteja ja itse tehtyjä kalentereita. Leppävaaran Pallo ry tuki myös poikia 15 euroa / poika. Loput kulut keräsimme

vanhemmilta. Vihdoin koitti se päivä, jolloin laiva lähti Turun satamasta kohti Ahvenanmaata. Ilmassa oli jännitystä. Saavuimme Ahvenanmaalle myöhään perjantai-iltana. Olimme valinneet majoitukseksi Savoy-hotellin, joka sijaitsi Ahvenanmaan keskustassa. Onneksi, sillä kaikki olivat melko väsyneitä ja aamulla oli molemmilla joukkueilla ottelut heti aamusta. Runsaan ja maittavan aamupalan jälkeen pojat olivat valmiita viikon kestävään turnaukseen. Iloksenne sateinen kesän alku muuttui auringonpaisteeksi ensimmäisenä pelipäivänä ja sitä jatkui koko turnauksen ajan. LePa Vihreät joukkueella ei ollut pelionni myötä, mutta LePa Mustat joukkue pelasi itsensä loppumetreille, sijoittuen koko turnauksen neljänneksi!

Viikko Ahvenanmaalla oli mahtava. Pelien lomassa oli runsaasti vapaa-aikaa. Pojat kävivät mm. kylpylässä ja minigolfissa. Kaikki olivat kavereita keskenään, ketään ei jätetty yksin. Vanhemmat tutustuivat toisiinsa – olimme kuin yhtä suurta perhettä. LePa Vihreitten pelien päätyttyä joukkue teki yhdessä maaseutukierroksen. Kävimme Kastelhofan linnassa, Bomarsundin linnoituksella ja leiriydyimme kalliolle meren rannalle. Paistoimme makkaraa, söimme eväitä ja taisi joku uskaltautua jopa uimaankin – ainakin dalmatiankoira Nikke. Suosittelen lämpimästi Alandia Cupia. Leppävaaran Pallo ry tukee E-11 tyttöjä ja poikia 15 euroa henkilö heidän osallistuessaan Alandia Cupiin tai Vaasa Cupiin.



Helsinki Cup mieluisin jalkapallomuisto

Ville Makkonen
8 vuotta
Lepa Pojat 02

Milloin aloitit jalkapallon?
5-vuotiaana.
Missä olet hyvä?
Kuljettamisessa ja vedoissa.
Millä paikalla pelaat mieluiten?
Hyökkääjänä.
Mitä pitäisi harjoitella enemmän?
Puolustamista.
Kuinka usein harjoittelet joukkueesi kanssa?
2-3 kertaa viikossa.
Mikä on hausinta jalkapallossa?
Kikkailu
Mieluisin jalkapallomuistosi?
Helsinki Cup viime kesänä.
Montako kertaa pystyt pomputtamaan palloa niin ettei se putoa?
16 kertaa.
Mikä on suosikkijoukkueesi?

FC Barcelona.
Suosikkipelaajasi?
Iker Casillas, Xavi ja Messi.
Mikä on joukkueesi mieluisin vastustaja ja miksi?
HJK, se on tasaväkinen vastustaja.
Mitä koulua käyt?
Veräjätien koulu.
Mitkä ovat mieluisimmat aineet koulussa?
Liikunta ja matematiikka.
Mikä on toiveammattisi?
Jalkapallon pelaaja ja valmentaja.
Mitä muuta harrastat?
Luistelua ja pesäpalloa.
Mikä on mieliruokasi?
Kanakeitto, pizza ja hampurilainen.
Mitä haluaisit sanoa aloittavalle futaajalle?
Älä koskaan luovuta. Pelaa aina täysillä!

TÖITÄ KESÄKSI

KESÄDUUNI.FI

www.kesaduuni.fi
09 5615 6400
HJEX
HELSINKI JÄRKEVÄ EXPERT OY



Pähkinärinteeseen avattu uusi tilaus-sauna kokous- ja virkistyskäyttöön

Takka- ja kokoushuone, keittiö uima-allas ja sauna, yhteensä n 100 m2

osoite: Lammastie 13 Vantaa
yhteystiedot, varaukset ja hinnat
www.pahkinasauna.com



Sauna 10:lle henkilölle



Iso allas



Caterin palvelu Kim's Tapas

pahkinasauna.com

New Pipe Line KY

Kiinteistöjen salaojitukset – kosteuseristystyöt

Maanrakennustyöt ja viherrakentaminen

ym. kiinteistöhoitotyöt

New Pipe Line KY

Pajalahdentie 31 D 50, 00200 Helsinki
Seppo Karhunen
040 50 80 476

OY KIINTEISTÖPALVELU ETS FASTIGHETSSERVICE AB

Huoneistoremontit

Kylpyhuoneremontit

Julkiset tilat

E-mail: kiinteistopalvelu.ets@dlc.fi



Sampo Pankki Oyj, www.sampopankki.fi

Ovathan asuntolainasi ja taloutesi ajan tasalla?

Tule Sampo Pankin asiantuntijan luokse tarkistamaan asia.



Petra Koistinen
rahoituspäällikkö
050 422 6855
[petra.koistinen@
sampopankki.fi](mailto:petra.koistinen@sampopankki.fi)



Aki Hellstedt
rahoituspäällikkö
050 422 6543
[aki.hellstedt@
sampopankki.fi](mailto:aki.hellstedt@sampopankki.fi)

Rahoituspäällikömme palvelevat Sinua rahoitus ja laina-asioissa. Ota yhteyttä ja varaa oma neuvottelu-aikasi. Tervetuloa Sellon konttoriimme.

Espoo – Leppävaaran konttori
Leppävaarankatu 7, Kauppakeskus Sello
Puh. 010 546 1170 (Puhelun hinta 8,28 snt/puhelu + 12 snt/min.)

Sampo Pankki



www.boysilli.fi

Tämän kylän poikii

Leppävaaralaiset ravintolayrittäjät Vuokko ja Keijo Kiverä ovat tukeneet LePaa yli 20 vuotta

JARI-PEKKA RÄTTYÄ

Keijon side LePaan syntyi jo 60-luvulla, jolloin hän pelasi seurassa itsekin.

”Ja kummipoika”, Keijo mainitsee. ”Usutin hänet LePan jalkapallokouluun, ja nyt futisharrastus on jatkunut jo 15 vuotta.”

Juuri seuran aktiivinen juniorityö on syy, miksi Kiverät ovat pysyneet niin uskollisesti mukana tukijoukoissa.

”Alkuaikoina meillä oli Leppävaaran stadionilla aitamainoksetkin, mutta nyt ollaan keskitytty nimenomaan juniorien tukemiseen. LePan toiminnassa on mukana iso joukko nuoria, ja se on valtavan arvokasta työtä.”

”Kesäaikana jalkapallokoulut pyörii meidän lenkipolkujen vieressä, ja niitä tulee usein pysähdyttyä seuraamaan. On ihanan näköistä, kun pienet pojat ja tytöt juoksee pallon perässä yhtenä vihreänä merenä”, Vuokko tunnelmoi.

FC Espoon kannattajat pelaavat otteluiden jälkipelit Albergan terasilla. Myös edustusjoukkue tapaa pitää kauden päätöspalaverinsa Albergassa.

”Ja on täällä pidetty nousujuhliakin”, Keijo mainitsee.



Vuokko ja Keijo Kiverä valittiin vuonna 2005 vuoden yrittäjiksi Espoossa.

LePan 50-vuotista taivalta juhliittiin vuonna 2007 täpötäydessä Basessa.

Perinteet kunniaissa

Ravintolayrittäjiä Kiverät ovat ol-

leet vuodesta 1982 lähtien, ja Alberga Leppävaarassa he ovat pitäneet vuodesta 1988 lähtien.

”Albergan kartano oli silloin niin huonossa kunnossa, että se piti lanata pois, ja me halusimme jättää nimen elämään”, pariskunta

muistelee alkuaikoja. ”Sitten kartano kuitenkin kunnostettiin, mutta ravintolatiloihin ei enää tullut, ja Albergan nimi jäi myös ravintolalle.”

Vuonna 1991 alkuperäisen ravintolan oheen perustettiin Ha-

rakanpesä, ja vuotta myöhemmin puhkaistiin takaseinä ja tehtiin laajennusosa Peräharakka.

”Sekä Harakka että Peräharakka olivat 50-luvulla Leppävaaran-Lintuvaaran osia. Myös niiden nimet ovat lähtöisin tältä alueelta”, Kiverät huomauttavat.

Teatteria ravintolassa

Kun he Sellon aloitettua vuonna 2005 avasivat sinne vielä ravintola Basen, tarjonta on sanalla sanoen monipuolista. Suomen toiseksi vanhin teatteriravintola Alberga tarjoaa sekä perinteistä ravintolateatteria että stand up komiikkaa ja toimii tilausravintolana sekä nykyään myös klassikkolounasravintolana. Harakanpesä ja Base ovat ruokaravintoloita, ja Basessa on myös elävää musiikkia. Molemmilla on kesäisin terassit.

”Ravintolateatterin tarjoaminen on haastavaa, sillä tukia tai apurahoja siihen ei saa” ei vaikka tuottaisi esitykset itse”, Kiverät pahoittelevat. ”Onneksi yleisöä on riittänyt.”

”Meillä on kaksi näytäntökautta vuodessa kuten ”oikeillakin” teattereilla, ja jokaisella kaudella tarjotaan jotain uutta. Sopivia tekstejä ei ole helppo löytää muuten kuin tilaustyönä. Meillä on useampi hovikirjoittaja”, Vuokko mainitsee.

Pidä itsestäsi huolta

Pidä itsestäsi ja läheisistäsi huolta. ORTON on lähellä Sinua ja tarjoaa luotettavan avun kaikkiin tuki- ja liikuntaelinten sairauksiin ja vammoihin, myös yksityisesti. Meillä on koko hoitoketju samassa talossa: tutkimus, hoito ja kuntoutus.

- Sairaala ORTON 6 ortopedista hoitolinjaa: selkä, lonkat, polvet, urheiluvammat, kädet ja olkapää, reuma- ja yleisortopedia
- Kuntoutus ORTON: fysiatriin vastaanotto, kipuklinikka, fysio- ja toimintaterapia, liikuntaryhmät, kuntouttavat geriatriset ja neurologiset hoitojaksot

Sairaala ORTON palveluneuvonta

ma-to 8-16, pe 9-15, puh. (09) 4748 2705

Kuntoutus ORTON kuntoutusneuvonta

ma-to 8-15.30, pe 9-15 puh. (09) 4748 6627

ORTON Invalidisäätiö

Tenholantie 10, 00280 Helsinki

Puh. (09) 47481, www.orton.fi



ORTON

Ihminen on luotu liikkumaan



**Rakenna koko talosi,
uusista Leca-harkkoista!**



u-arvo on 0,12 W/m²K

vetonit

www.e-weber.fi

weber
SAINT-GOBAIN



Teemme
rakennusurakointia
kaikissa
muodoissaan

» Rakennus- ja korjaustyöt » Kosteus- ja
homesaneeraustyöt (koulut, sairaalat, viras-
tot, päiväkodit, hirsirakenteiden korjaustyöt,
entisöinti) » Peltisepäntyöt » Metallityöt »
Maanrakennus » Kurottajapalvelu » Teräsrä-
kenteiden palosuojaamaalaukset sekä palo-
katkot » Väestönsuojien tarkastukset ja lait-
teistojen huollot » Saaristorakentaminen »
Kiinteistöhuolto » LVI-työt » Ilmanvaihtotyöt



Kylänportti 12 F, 02940 Espoo

www.mijorak.fi

p. 010 778 1000, f. 010 778 1001

HK SÄÄTÖ

- Perustettu vuonna 1991 - Alan kokemusta 20 vuoden takaa - Asiakkaita niin pientalot kuin isotkin julkiset kiinteistöt -

HK-Säätö on kiinteistöautomaatiojärjestelmien ammattilainen

Tarjoamme asiakkaillemme monipuolisia ratkaisuja huolto, korjaus, saneeraus
ja uudispuolen tarpeisiin.

Energiankulutus saadaan kuriin nykyaikaisilla langattomilla lähettimillä yhdistettynä
selainpohjaiseen automaattioratkaisuumme.

24h huolto- ja korjauspalvelumme kattaa mm. vesikiertoisten lämmitysjärjestelmien,
käyttövesijärjestelmien ja ilmanvaihtokoneiden toimivuuden, sekä niihin liittyvien
kiertovesipumppujen korjaukset vuorokauden ympäri.





Leppävaaran Pallo ry.
Perustettu 1957

Yhteystiedot:

Pähkinätie 5 A 8, 01710 Vantaa
www.leppavaaranpallo.com

Toimisto:

Leppävaaran stadion 2. krs
Kotikenttä:
Leppävaaran urheilupuisto, Espoo
Peliasu:
paita, housut, sukat = vihreä

Johtokunta:

Puheenjohtaja:

Mikko Räsänen, 040 569 7377
mikko.rasanen@leppavaaranpallo.com

Varapuheenjohtaja:

Katja Lahtinen, 040 548 3383
katja.lahtinen@gmail.com

Sihteerit:

Mika Numminen, 040 5753737
mika.numminen@leppavaaranpallo.com

Rahastonhoitaja:

Virpi Orda, 0400 948696
rahastonhoitaja@leppavaaranpallo.com

Jäsen, viestintävastaava

Marja Hawas
puh 050 3326765
marja.hawas@gmail.com

Jäsen

Harri Nummela
puh 0102522389
harri.nummela@op.fi
Veli-Pekka Mattila, 050 423 3985
vpmattila@gmail.com
Antti Rågback
puh 050 3323153
antti.ragback@kolumbus.fi
Petteri Kleemola
puh 050 61061
petteri.kleemola@kolumbus.fi

Joukkueiden yhteystiedot

Naiset	Joukkueenjohtaja puh. 0500-408 969 Valmentaja puh. 050554 1635	Antti Pyykönen, antti.pyykonen@netsonic.fi. Ari Suominen, ari.suominen@leppavaaranpallo.com
B-tytöt	Joukkueenjohtaja 040-837 5999 Valmentaja puh. 040-507 4955	Paula Kerttula, paula.kerttula@luukku.com Markku Salminen, make.salminen@hotmail.com
Bn-tytöt	Joukkueenjohtaja puh. 045-130 9900 Valmentaja puh. 0500-389 670	Harri Tammi, harri.tammi@qaimgroup.fi Jari Manner, jari.manner@kolumbus.fi
Tytöt -97	Joukkueenjohtaja puh. 050-386 1600 Valmentaja puh 040-1599153	Tomi Mahlamäki, tomi.mahlamaki@saranen.fi Jari Silvennoinen, jari.silvennoinen@iki.fi
Tytöt -98	Ikäluokkavastaava puh. 040-5646 822 Valmentaja puh 040-5729746	Tarja Uotila, jojo.lepat98@gmail.com Jonna Kuvaja, jonna.kuvaja1@luukku.com
Tytöt -99	Ikäluokkavastaava puh. 045-631 6165 Valmentaja puh. 040-590 8428	Mervi Pasanen, mervi.pasanen@pp.nic.fi Tero Turunen, tero.turunen@dlc.fi
Tytöt -00	Ikäluokkavastaava puh. 050-332 3153 Valmentaja puh. 050-5578980	Antti Rågback, antti.ragback@kolumbus.fi Timo Villberg, timo.villberg@pp.inet.fi
T -01-02	Ikäluokkavastaava puh. 044-533 3848	Sirkku Ohvo, lepat0102@hotmail.com
Tytöt -03	Ikäluokkavastaava puh. 040-569 3031 Valmentaja puh. 0400-885 136	Minna Ojalehto, minna.ojalehto@welho.com Petri Ojalehto, petri.ojalehto@welho.com
Tytöt -04	Ikäluokkavastaava puh 040-7552488 Valmentaja puh. 040-1599153	Minna Silvennoinen, lepa.t04.t05@gmail.com Jari Silvennoinen, jari.silvennoinen@iki.fi

A P/M2	Joukkueenjohtaja puh 050-3046693 Valmentaja puh 040-5383242	Esa Sihvonen, e.sihvonen@koulmbus.fi Karri Karsi, karri.karsi@welho.com
B-Pojat	Joukkueenjohtaja puh 040-5483383 Valmentaja puh 044-5458433	Katja Lahtinen, katja.lahtinen@leppavaaranpallo.com Juho Suuperko, jsuuperko@gmail.com
Pojat -98	Ikäluokkavastaava puh 0400-948696 Valmentaja puh 0400-955262	Virpi Orda, vipi.orda@pp.inet.fi Ilpo Salmu, salmut@leppavaaranpallo.com
Pojat -99	Ikäluokkavastaava puh 050-3247682 Valmentaja puh 040-8360737	Jaana Hagelin, jaana.hagelin@kolumbus.fi Pekka Kanerva, pjakanerva@gmail.com
P -00	Ikäluokkavastaava puh 044-0852300 Vastuuvallmentaja puh 040-5195676	Tarmo Herlevi, tarmo.herlevi@gmail.com Matti Sarikkola, matti.sarikkola@kolumbus.fi
Pojat -01	Ikäluokkavastaava puh 040-5460077 Vastuuvallmentaja puh 0400-201505	Merja Hemmi, merja.hemmi@nsn.fi Markus Petman, mpetman@gmail.com
Pojat -02	Ikäluokkavastaava puh 040-7323959 Vastuuvallmentaja puh 040-5206710	Satu Lehtonen, slehtonen@leppavaaranpallo.com Ville Lehmuskoski, ville.lehmuskoski@hsl.fi
Pojat -03	Ikäluokkavastaava puh 040 8422 758 Vastuuvallmentaja puh 050-4697699	Andreas Asuja, lepa.p03.ikaluokkavastaava@gmail.com Pekko Luumi, pekko.luumi@gmail.com
Pojat -04	Ikäluokkavastaava puh 040 502 9790 Vastuuvallmentaja puh 050 494 4446	Sari Salminen, sml67@welho.com Tomi Hänninen, tomppahanninen@gmail.com
Pojat -05	Ikäluokkavastaava puh 050 480 3152 Vastuuvallmentaja puh 040-5133779	Olli Ramula, olli.ramula@nsn.com Jani Kaarnalehto, jani@kaarnalehto.fi
M V div	Joukkueenjohtaja puh 044-5411499 Valmentaja puh 040-5383242	Antti Oksa, antti.oksa@iki.fi Karri Karsi, karri.karsi@welho.com
Ikämieh	Joukkueenjohtaja puh 050-5909571 Valmentaja puh 0500-811741	Kristian Stenmark, kristian.stenmark@hepacon.fi Mika Ruotsalainen, mika.ruotsalainen@pelco.com

P. HELIN OY
Anterra Oy

Maanrakennus
Tienrakennus
Kunnallistekniikka
Louhinta
Perustukset/betonityöt
Purkutyöt
Vesieristyssaneeraukset
Kuivatussaneeraukset

Jokipellontie 16 A, 00720 HELSINKI
Puh. (09) 350 7160 0400 421 068
Fax (09) 345 5465

Maanrakennuksen ammattilainen



Pusulan Kaivuu ja Sora Oy
p. (09) 2238 000

www.pusulankaivuujasora.fi

tilaajavastuu.fi jäsen

Miehet Kunnossa kaiken ikää 35



Miehet



Naiset



LePan kotisivut uudessa kuosissa

LePan kotisivujen uudistaminen käynnistyi pienen pakon aikaansaamana, mutta tulos on siitä huolimatta tai ehkä juuri siksi yllättänyt positiivisesti.

Sivuja on selkiytetty ja sinne on tullut paljon lisää tietoa. Jatkuvasti päivittyvinä sivut ovat todiste seuran ja joukkueiden aktiivisesta toiminnasta. Myös sivujen ulkoasua on parannettu runsaalla kuvamateriaalilla ja LePalle ominaisin värein. Sporttisaitti tarjoaa sivuillemme helpon ja käytettävyydeltään loistavan tavan ylläpitää sivuja. Varsinkin joukkueiden tapahtumakalenterit



LePan nettisivuilla mukaantulo on tehty helpoksi. Paina tätä nappia osoitteessa www.leppavaaranpallo.com.



Markus pelaa myös shakkia

Markus Ostamo
10 vuotta
LePa Pojat 00

Milloin aloitit jalkapallon?
9-vuotiaana, kesällä 2009.
Missä olet hyvä?
Torjumaan rankkareja.
Millä paikalla pelaat mieluiten?
Maalivahtina.
Mitä pitäisi harjoitella enemmän?
Vetoja.
Kuinka usein harjoittelet joukkueesi kanssa?
3 kertaa viikossa.
Mikä on hausinta jalkapallossa?
Turnaukset ja pelit.
Mieluisin jalkapallomuistosi?
Hesa Cup 2010.
Miksi se jäi mieleen?
Koska se oli niin iso tapahtuma.
Montako kertaa pystyt pomputamaan palloa niin ettei se putoa?
20 kertaa.
Mikä on suosikkijoukkueesi?
Liverpool FC

Suosikkipelaajasi?
Iker Casillas
Mikä on joukkueesi mieluisin vastustaja ja miksi?
Ei mitään väliä, kaikkia vastaan on hauskaa pelata.
Mitä koulua käyt?
Kilon koulua.
Mitkä ovat mieluisimmat aineet koulussa?
Matikka ja liikunta.
Mikä on toiveammattisi?
Jalkapalloilija.
Mitä muuta harrastat?
Näyttelemistä ja pienoismallien kokoamista. Uutena harrastuksena kiinnostaisi shakki.
Mikä on mieliruokasi?
Tortillat.
Mitä haluaisit sanoa aloittavalle futaajalle?
Tule aina harjoituksiin ja tee kaikki 110-prosenttisesti.



FC Espoon ensimmäinen kausi Ykkösessä oli hyvä ja toi joukkueella kannattajia. Kalle Vasse taistelee tässä pääpallosta.

Uutta fanikulttuuria Leppävaaran stadionilla

Suomessa valitetaan jalkapallon fanikulttuurin puutumista. Monessa Veikkausliigan ottelussa saamme seurata ikääntyvien katsojien seuraavan vakavana pelaajien suoritusta kentällä. Kateelisinä katsomme televisiosta Espanjan tai Italian liigan otteluita, joissa värikäs äänekäs yleisö kannustaa omiaan liput hulmuten.

Varsinkaan Miesten Ykkösessä ei ole totuttu faneihin katsomossa. Tähän asiaan toivat muutoksen viime kaudella FC Espoon osalta LePan vuonna 1998 syntyneet tytöt, jotka päättivät tuoda uutta ilmettä FC Espoon peleihin katsomon puolelta ja samalla oppia peleistä jalkapallon saloja. Joukkueen hyvän hengen ja aktiivisen valmentajan Jonna Kuvajan ansiosta joukkue kokoontui kannustamaan säännöllisesti isomalla tai pienemmällä porukalla FC Espoota sen kotiotteluissa.

Tytöt erottuivat katsomosta vihreänä väriläikkänä kannustuslakanoinen. Ääntä fanijoukosta lähti enemmän kuin muusta katsomosta yhteensä. Kannustuslauluja löytyi useampia eri tilanteisiin. Pirteällä olemuksellaan tytöt saivat myös muun katsomon mukaan ja ensimmäistä kertaa FC Espoon miesten joukkueelle oli aitoa fanikulttuuria.

Koko FC Espoon joukkue sai tietenkin tasapuolisesti kannustusta kaikilta LePan tytöiltä, mutta muutama pelaaja sai erityishuomiota osalta tyttöjä. Ehdottomaksi ykkösosueikiksi nousi numero kahdeksan ”Norsu”. Miksi ”Norsu” oli ykkösosueikiksi, sitä ei pysty järjellä selit-

tämään, ainakaan vanhempi, mutta on hyvä esimerkki fanikulttuurista ja sen ihmeellisyyksistä.

FC Espoon pelaajat huomasivat nopeasti uudet innokkaat ja äänekäät faninsa. Aidon fanikulttuurin mukaisesti pelaajat ottivat huomioon nuoret kannattajansa ja kiittivät otteluiden jälkeen kannustuksesta ja jakoivat innokkaasti nimimareita. Taisi olla osalle pelaajista ensimmäinen kerta, kun pyydettiin nimimareita.

Paras kiitos tytöille oli, kun FC Espoon pelaajat kutsuivat tytöt mukaan harjoituksiinsa. Ensin tytöt seurasivat katsomosta oppien samalla ja sen jälkeen tytöt pääsivät mukaan harjoituksiin ja harjoituspeleihin sekajoukkuein.

Lisäksi tytöt testasivat maalivahdientien refleksit rankkarikisassa. Rie mu oli katossa niillä tytöillä, jotka onnistuivat ohittamaan kokeneet maalivahdit. Tilaisuus jäi kaikkien tyttöjen mieleen ja varmaan osaltaan lisäsi mielenkiintoa jalkapalloon.

LePan T98 -tytöille viime kesä merkitsi kehittymistä pelaajina, mutta myös laajempaa näkemystä jalkapallosta pelien kuninkaan sekä joukkuehengen tiivistymistä. Toivottavasti myös FC Espoon pelaajat saivat jotakin tyttöjen kannustuksesta ja ihailusta.

Ainakin Leppävaaran stadionin katsomon ilmapiiri muuttui kesän aikana ja toivottavasti pikkuhiljaa alkaa muodostua paikallista espoolaista jalkapallokulttuuria. Toivottavasti sama linja jatkuu tulevana kautena, sillä jalkapallo ei ole pelkkää harjoittelemista ja pelaamista vaan paljon muutakin – muun muassa paikallisia faneja.

Tytöt B



Pojat 1995



Tytöt 1995-1996



Tytöt 1997



Tytöt 1998



Pojat 1998



Hessu Saloranta (edessä oikealla) ja LePan 05 syntyneiden ikäluokan taustavoimia.

Tutortoiminta tukee Lekan valmennusta

MARJA HAWAS

Palloliitto ja Fortum käynnistivät vuonna 2009 valtakunnallisen yhteishankkeen, jonka tavoitteena on kehittää juniorijalkapallovalmennusta Suomessa.

Hankkeen myötä Palloliitto on valinnut ja kouluttanut jo yli 70 Fortum-tutoria, jotka toimivat eri jalkapalloseuroissa valmennuksen tukena. LePan oma tutor on **Heikki ”Hessu” Saloranta**, joka on siviilissä Leppävaaran lukion liikunnanopettaja.

LePan tutortoiminta kohdistuu pääasiassa aloittaviin joukkueisiin. Tällä hetkellä kohteena ovat -03, -04 ja -05 syntyneiden joukkueet. Jalkapallokoulun jälkeen muodostetaan ikäluokka ja valmentajat haetaan pienten pelaajien vanhempien joukosta.

Vanhemmilla ei välttämättä ole taustaa tai aikaisempaa kokemusta jalkapallosta tai valmentamisesta – eikä sitä tarvitakaan. Tärkeintä on halua olla mukana, aluksi LePa kouluttaa vanhemmat.

Peruskoulutuksen jälkeen ja käytännön työn alkaessa tutortoiminta tulee mukaan valmennustyöhön. Viime kesänä jalkapallokoulussa aloittanut P05-ikäluokka on saanut tutortukea ensimmäisellä kaudellaan.

”Tutortoiminta on erinomainen apu nuorten pelaajien valmennukseen ja ohjaamiseen jalkapallon pariin”, kertoo ikäluokkavastava **Olli Ramula**.

”Koen että joukkueemme on etuoikeutetussa asemassa, kun saamme tukea valmennukseen jo näin varhaisessa vaiheessa. On myös hyvä, että valmennus perustuu jo alussa oikealle pohjalle, josta on hyvä jatkaa tulevina vuosina.”

LePan tutor Hessu kertoo, että tutortoi-

mintaa ei ole määräaikainen projekti, vaan jatkuva ohjelma, jonka avulla parannetaan määrätietoisesti jalkapallon valmennustyötä. LePan uuden valmennuslinjauksen mukaisesti seurassa huolehditaan siitä, että joukkue saa heti alkuun osaavat valmentajat.

Esimerkiksi P05 -joukkueen valmentajat osallistuivat heti jalkapallokoulun jälkeen Hessun vetämään D-tason valmennukseen ja Hessu on ollut useasti mukana seuraamassa joukkueen harjoituksia.

Tutorina Hessu ei varsinaisesti osallistu valmennukseen, vaan valmentaa valmentajia. Hän seuraa valmennusta sekä antaa palautetta ja kehitysehdotuksia.

”Hessulta voi myös aina kysyä miten asioita voisi tehdä paremmin ja viedä eteenpäin. Kasvatuksen asiantuntijana Hessu on antanut meille tärkeitä vinkkejä siitä miten pienille jalkapalloilijain alueille opetetaan ja miten heitä motivoidaan ja kannustetaan”, kertoo P05 -joukkueen vastuuvaimentaja **Jani Kaarnalehto**.

Hessu pitää tutortoimintaa erittäin tärkeänä. ”Se on kuin laittaisi rahaa pankkiin. Lapset saavat hyvää ohjattua toimintaa ja positiivisia kokemuksia liikunnasta.”



ESITTEET | KUTSUT | LOGOT
SUORAMARKKINOINTIKAMPANJAT
BANNERIT | WEBSIVUT | FLASHIT
MITÄ IKINÄ KEKSITKIN
AMMATTITÄIDOLLA | EDULLISESTI | NOPEASTI

jaana.hagelin@kolumbus.fi | 050-324 7682



SELLO

PALVELEE

ma-pe 6.00 - 22.00, la 8.00 - 21.00, su 9.00 - 21.00



BrandFactory

Protecting your brand

www.brandfactory.fi

Remonttisi hoitaa :
HAVU & BOMAN
www.puuhapojat.com
0453247524 tai 0453247525

Sanalogia

Tytöt 1999



Pojat 1999



Tytöt 2000



Pojat 2000



Tytöt 2001- 2002



Pojat 2001



good sign

Finflo
Computational Fluid Dynamics Engineering



**LEPPÄVAARAN
UUSI APTEEKKI
ALBERGA NYA APOTEK**

SELLO LEPPÄVAARA - ALBERGA
Leppävaarankatu 3-9 Albergagatan
02600 ESPOO - ESBO
www.sellonapteekki.fi

Asiakkaat	8492 550	Kundtjänst	Ma-Pe 08.30-21.00	Må-fr
Lääkärit	8492 5510	För läkaren	La 09.00-18.00	Lö
Fax	5127 984		Su 12.00-18.00	Sö

(Sello Leppävaaran ollessa auki - när Sello är Öppet)



*Autokoulu
Aulis Oy*

**on toiminut
Leppävaarassa
vuodesta 1967**

Toimisto on avoinna:
Ma-To 12.00-17.00
Puh. (09) 541 6407
tai (09) 541 6850

Postipuuntie 1, 02600
Espoo, Leppävaara
www.aulis.net

- **Vaativat pohjarakennus- ja perustustyöt**
- **Kunnallistekniikka**
- **Tienrakennus**

Maanrakennusliike

E.M. PEKKINEN OY

Juvan teollisuuskatu 17, 02920 Espoo
Puh. (09) 849 4070, fax (09) 852 1890



AVARA
Isännöinti

Me Vastaamme.

avara.fi

puh. 0201 774 654



apteekki
ELIXIR
JOKA PÄIVÄ
www.apteekkielixir.fi
Leppävaaran asemalla



Pojat 2002



Tytöt 2003



Pojat 2003



Tytöt 2004



Pojat 2004



Pojat 2005





80-luvun ruokaa uusin maustein

Ravintola Retro
Viihdekeskus Sello Rex,
Ratsukatu 3, 02600 Espoo
Puh. 010 839 4000
ravintolaretro@ravintolaretro.fi
www.ravintolaretro.fi



AUTOASI
KORJAAMO

Huollot kaikille
autoille. Takuulla!
autoasi.fi





SENAATIN
NOTARIAATTI

www.senaatinnotariaatti.fi



The economist
of the built
environment.



Parturi-Kampaamo Koskinen
Lintuvaarantie 46-48, 02660 Espoo
P. 09-5414334



Antti Rågback vahvisti itseään makkaralla Leppävaara cupissa, jonka järjestäjiin hän kuului.

Opettavainen tarina

Kuinka Antti houkuteltiin seuratoimintaan

JARI-PEKKA RÄTTYÄ

Antti Rågback lähti pahaa aavistamattomana tyttären jalkapallojoukkueen perustamiskokoukseen, ja kuinkas kävikään?

Rågbackin vanhempi tytär alkoi pelata jalkapalloa kolmannella luokalla, eikä siinä vielä mitään. Mutta kun nuorempikin, vuonna 2000 syntynyt tytär aloitti saman harrastuksen, alkoi tapahtua.

Vuonna 2000 syntyneiden tyttöjen joukkue erosi syksyllä 2007 vuonna 99 syntyneistä tytöistä, ja Antti lähti vaimonsa kanssa uuden joukkueen perustavaan kokoukseen.

”Siellä ei tainnut olla juuri muita kuin me ja tyttöjen nykyinen vastuuvallmentaja Timo Villberg. Hänellä oli jalkapallotaustaa, mutta

minä en ollut sitä koskaan itse tosi mielellä pelannut”, Antti muistelee.

”LePan tyttöfutisvastaava Ari Suominen tuli kyselemään, että olisiko kenelläkään kiinnostusta ruveta joukkueenjohtajaksi. Vaimo vastasi siihen että etkös sinä Antti voisit.”

Näin alkoi joukkueenjohtajuus, josta ensimmäiset kuukaudet olivat mielenkiintoista aikaa. Vuodenvaihteen rutiinit ja tarvittavien dokumenttien teko oli opeteltava kantapään kautta. Siitä lautupäällikkönä ABB:llä työskentelevä ja työnsä puolesta tietokantojen kanssa tekemisissä oleva Antti sai kimmokkeen ryhtyä kehittämään apuvälineitä.

”Olen sen verran laiska, että halusin kehittää rutiinit mahdollisimman automaattisiksi. Otettiin käyttöön Googlen dokumentit ja muuta sellaista.”

Luonnollisena osana joukkueenjohtajan tehtävää Antille lankesi

myös joukkueen kotisivujen ylläpito. Eikä siinä vielä kaikki:

”Viime syksynä Nummisen Mika soitti ja kysyi, lähtisinkö mukaan seuran johtokuntaan, ja nyt mentiin siihenkin”, Antti huokaa. ”Ihan rivijäseneksi vielä, mutta silti.”

Jo kahtena vuonna Antille on langennut iso vastuu Leppävaara Cupin järjestelyistä, erityisesti turnauksen kotisivuista ja tuloslaskennasta.

Miltä tuntuu olla tällaisessa harastusuraputkessa?

”Joskus tuntuu että voisihan sitä olla enemmän vapaa-aikaakin, mutta katunut en ole päivääkään”, Antti vakuuttaa. ”On tämä niin antoisaa hommaa.”

Mikä on tarinan opetus?

Älä ota vaimoa mukaan, jos lähdet jalkapallojoukkueen perustavaan kokoukseen!



Jalkapallokoulu 2006 syntyneille tytöille ja pojille

Ruusutorpan koulun kentällä tiistaisin klo 18-19
Veräjapellon koulun kentällä keskiviikkoisin klo 18-19

Mukaan oma pallo (koko 3), juomapullo, pitkät housut ja aluksi myös pitkähihainen paita. Harjoitukset pidetään siis hiekkakentillä.

Jalkapallokoulu alkaa huhtikuussa, mutta mukaan voi tulla myöhemminkin. Heinäkuu lomaillaan ja elokuussa järjestäytytään uudestaan. Sen jälkeen ikäluokat alkavat toimia itsenäisinä joukkueina LePassa.

Tervetuloa mukaan!

Ilmoittaudu jalkapallokouluun osoitteesta:
www.ilmari.fi/lepa

Yhteyshenkilömme ja lisätiedot:
Anton Väliheikki
puh 040-5029790

[anton\(@\)leppavaaranpallo.com](mailto:anton(@)leppavaaranpallo.com)

LePan jalkapalloleiri 6.6.-10.6.

LePan jalkapalloleiri 6 – 13-vuotiaalle Leppävaaran uudella tekonurmella kesäloman ensimmäisellä viikolla.
Leirin ohjelma joka päivä klo 9.00-15.00.

Vetäjinä FC Espoon ja LePan valmentajia sekä pelaajia. Leirin hintaan (koko päivä 90 ja puoli päivää 50 euroa) sisältyy mm. lämmin ateria ja laadukas leiripaita.

Ilmoittautumiset: www.ilmari.fi/lepa