



Tero Väänänen on ponkaisnut pituutta 450 senttiä. -Isän ennätyskseen 792 on vielä matkaa, nauruskelee Peka:n D-junnujalkapalloilija.

**Pituushyppääjänä
isä-Arin jäljillä**

Tero on D-junnujen laitainkiki

12-vuotias Tero Väänänen on varsin monipuolisesti liikunnallinen nuori. Hän on varsin hyvä pituushyppääjä - isänsä Ari Väänäsen perintönä. Ennätyks on 450.

Peli-Karhujen jalkapalloilun D-juniorijoukkueessa Tero pelaa laitainkikiä vasemmalla sivustalla.

-Aika sanoo. Ehkä yleisurheilua on kuitenkin pääajini mutta olen tiivistä mukana myös Peli-Karhuissa, puntaroi Tero.

Peka:n D-juniorit ovat menestyneet varsin mukavasti kauden peleissä. Pihinsarjassa joukkue ei löytänyt aivan käikeen, sijoitus kolmas voitti kylläkin mestaruuden vieneen Jäntevän komeasti kertaalleen.

-Meillä on erittäin hyvähenki-

nen joukkue, jossa kaikki pelaajat saavat sopivasti peliaikaa. Arto Kolamo on lisäksi osaava ja hyvin opettava valmentaja, sanoo Tero.

Arto Kolamo, Peka:n edustusjoukkueen ruorissa vuosia ja vuosia ollut jalkapallomies läksi viime syksynä luomaan nahkaansa juniortasolle. Arto otti haltunsa Peka:n D-juniorit. Syksyllä alkanut harjoittelu tiivistyi keväaseen ja joukkue on mennyt valtavasti eteenpäin.

-Materiaalimme ei kenties ollut paras mahdollinen kun aloitimme. Pojat ovat kuitenkin kehittyneet valtavasti kauden aikana. Tässä todella näkee, miten innostunut joukkue voi nopeasti kehittyä niin joukkueena kuin pelaajat myös yksilöinä, sanoo Kolamo.



Valmentajat ja pojat yhteiskuivassa.

ULATAKSI 041

Tilataksi 1-8:ille
Ajovaraukset 949 258 990
Tapani Lempiäinen

MOOTTORIKONEISTAMO

- Kaikki moottorikoneistukset
 - Taso- ja pyöröihonnat
 - Hienopuhdistukset
 - Kaikki ajoneuvoasennukset (henkkiö- ja kuorma-autot, kuormaajat ym.)
 - Sorvaukset
 - Jyrsinnät
 - Hitsaukset
 - Metalliruiskutukset
- Puh. 64 100 Marttilankatu 8 Karhula
Meillä tehdään myös raskaan kaluston lava- ja konttihuollot, sekä korjaukset, hitsaukset, koneremontit, kauhojen hitsaukset



Peka D-80 juniorit Keskuskentällä ennen syksyn Jäntevä ottelua.

**Nappuloiden
E-junnu!
Älä lopeta!
jatka
harrastustasi
Peli-Karhuissa!**

Jos olet aiemmin kunnunut Koi-vulan, Kyminkartanon, Korkeakosken, Osojan, Rauhalan tai Metsäkulman joukkueeseen (Kartanon Pallo, Osojan Palloseura, Rauhalan Karhut tai Pallo-Karhut...), luon- tevin ja helpoin tapa jatkaa on Peli-Karhut Karhulassa. Koulusi kundesluokkalisissa on varmaan mon- takin pekalaista, jotka tunnet.

Myös muualla aiemmin pelanneet ovat tuki tervetulleita mukaan Peli-Karhujen reippaaseen joukkoon! PEKASSA ON HYVÄ HENKILÄ ILO PELATA.

Maaraskuussa alkavat harjoitukset Ruonalan hallissa. Kesän harjoitukset ja kotiottelut pelataan Karhulassa joko Keskuskentällä tai Katajainten kentällä. ÄLÄ ARKALLE, TULE MUKAANI Mukavassa porukassa on kiva harrastaa. Vain harjoittelemalla taitosi karttuvat. Sota ja kysy lisää puh. 31049 Hovilla tai puh. 82095 Metsämurronen.

MINIT JA MIKROT - OIKEA IKÄ ALOITTA A KORIPALLO

Iän mukaan voidaan liikunnallisesti erottaa kausia, jolloin on parhaimmat edellytykset oppia uusia taitoja. Monimuotoisten taitojen oppiminen edellyttää hermoston kypsyntä riittävän korkealle tasolle. Uusia liikesuorituksia opitaan herkimmin ja nopeammin 9 - 12 vuoden iässä. Koripallossa mikrot 9 - 10 vuotiaat ovat riittävän kypsiä aloittamaan ja minit eli viides- ja kuudesluokkalaaiset pääsevät vielä hyvin mukaan.

Oppimista nuorimmilla parantaa pieni minipallo ja matala kori, jota yritettiin Ruotsin mallin mukaan viedä pois.

Valmennuksen pääpaino nuorim-

milla on henkilökohtaisessa taidoissa, jolloin korostuu valmentajien henkilökohtainen osaaminen (pallokin pysyy kädessä). Peli-Karhujen nuorimpien ikäluokkien valmentajilla on pallo hallussa.

Kuvat: mikropojat, Henry & Heikki, Loukku, Hese, Esa, minipojat, minityöt, mikrotyöt.

MIKÄ ON OIKEA IKÄ ALOITTA A KORIPALLO:

Reijo Seppänen: Kolmasluokkalaiset ovat yleensä nuorimpia, joi-

den kanssa voi aloittaa harjoittelun. Mini-ikäisenä pääsee hyvin mukaan. Monipuolinen urheilija voi tulla mukaan myöhemminkin. Liian yksipuolista yhden lajin harrastamista on syytä välttää.

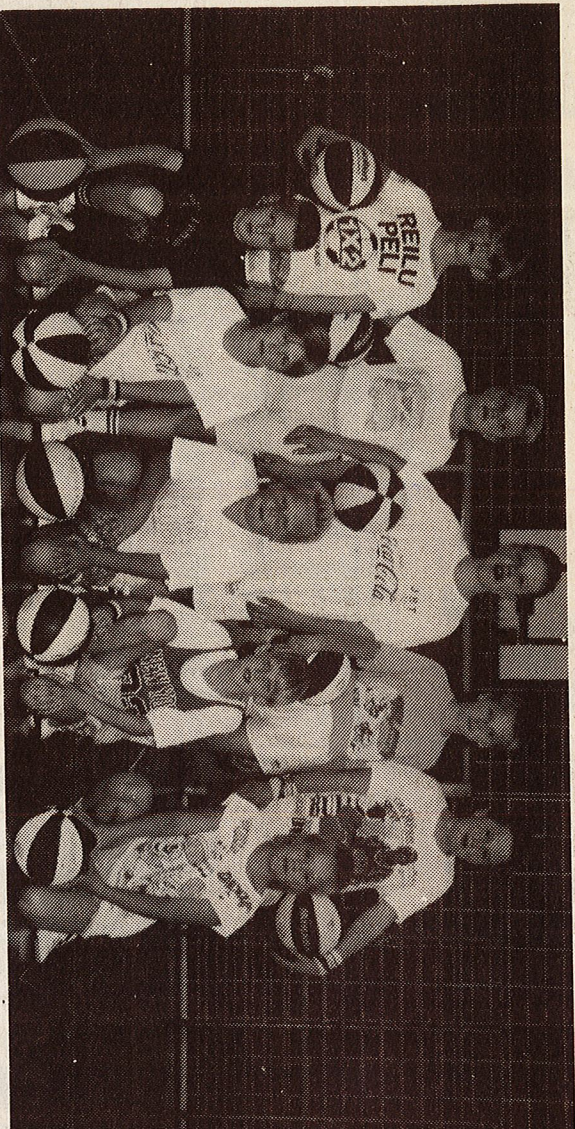
Pekka Hakkarainen: Ryhmissä toimimiseen 7 - 8 vuotiaat ovat liian nuoria. Koripallo on liian vaativa laji pienille. Monipuolisuus on tärkeintä. Käytännössä olen yhden lajin yksinomaisen harrastamisen aiheuttavan rasitusvammoja ja ennen pitkää kyllästyksen koko urheilun. Ei kai kyseisissä tapauksissa vain ole kysymys vanhempien kunnianhmosta?

alle 10 vuotiaat	halu osallistua	mikrot 9-10
alle 13 vuotiaat	halu oppia	minit 11-12

Koripalloliiton nuorimmat ikäryhmät



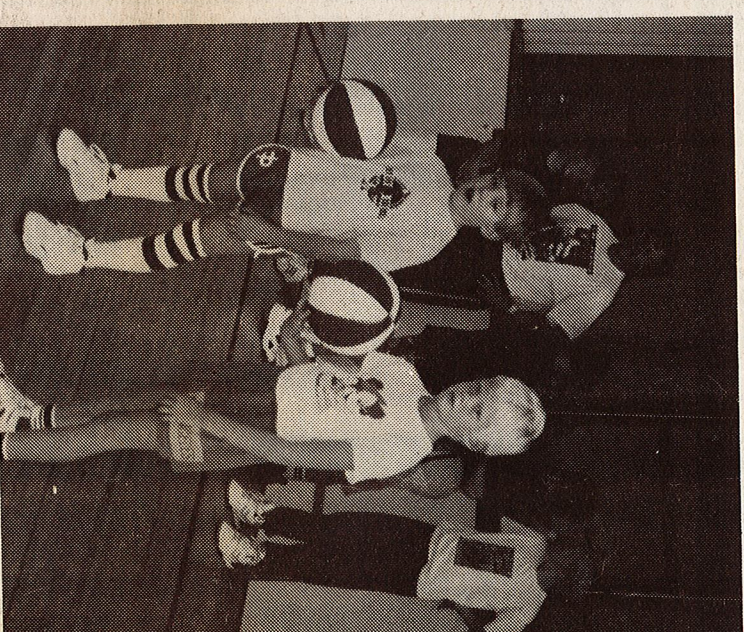
Mikropojat.



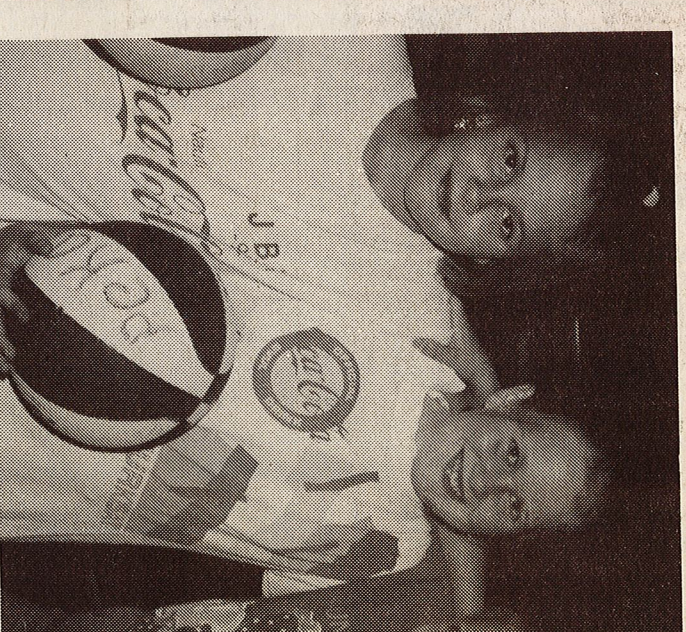
Minipojat.



Loukku, Hese ja Esa.



Henry ja Heikki.



Loisia tyttöjä.



Atlase tyttöjä.