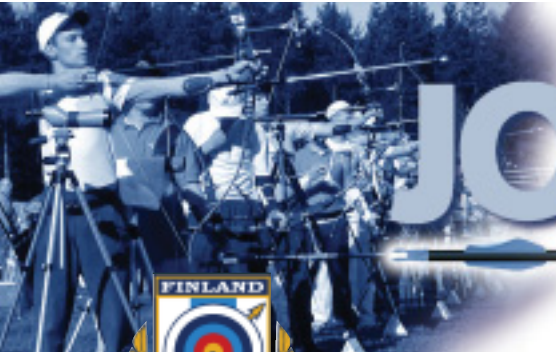




JOUSIAMPUJA

Suomen Jousiampujain Liiton jäsenlehti

3/2006



**Hyvää
jousiammunta-
vuotta**

2007

kaikille!

**Usko pois,
kaikki
vaikuttaa
kaikkeen**

| sivut 4-6 |

**FiberBow
puolet
kevyempi
vaihtoehto**

| sivut 7-8 |

**Nyt kaikki
kehittämään
uutta ammunta-
taustaa**

| sivut 10-11 |

**Malesiassa
jousiammunta-
valmennus on
hoidossa**

| sivut 13-15 |

**Eestiläisessä
jousiammunta-
kilpailuissa
on otetta**

| sivut 16-18 |



Uutta ajattelua välineisiin!

*P*edi Archery on palveleva jousiammuntavälikauppa Suomen Oulussa! Valikoimissamme on kaikkea jousiammuntaan liittyviä tuotteita. Koetamme pitää valikoimamme aina alan viimeisimmässä kehityksessä mukana ja nytkin meillä on muutamia mielenkiintoisia uutuusia sinulle:

Sova-sormiläpät ovat herättäneet paljon kiinnostusta maailmalla. Siinä on monta pikku parannusta, joista saattaa olla sinullekin iso apu ankkurointiin.

Jos olet sitä mieltä, että nykyinen keskiösi painaa liikaa, kannattaa miettiä kokonaan hiilikuituisen FiberBow-keskiön hankkimista. Se on tosi kevyt ja antaa sinulle lisää mahdollisuuksia painottaa joustasi uudella tavalla. Ilman, että kokonaismassa kasvaa liikaa.

FiberBow

italialainen alle 600 grammaa
painava täyshiilikuitukeskiö

550€

Soma

-sormiläppä, jossa
peukalo- ja pikkusormituki,
sekä uudentyyppinen runko

49€

Sininen L, punainen M ja
keltainen S



Valtuutettu



-kauppias

Internet-sivut SJAL:n viralliseksi tiedotuskanavaksi!

Puheenjohtajalta

SJAL:n syksyn sääntömääräinen liittokokous, joka pidettiin SLU-talossa Radiokadulla 15.10. päätti, että Liiton päätiedotuskanava on ensi vuodesta alkaen sen verkkosivut. Samalle se päätti myös vähentää JA-lehden ilmestymiskertoja siten, että vuonna 2007 vain kaksi numeroa tulee jäsenille postitse kotiin ja kaksi numeroa ilmestyy ainoastaan sähköisenä verkkolehdenä.

Henkilökohtaisesti olen yhä sitä mieltä, että tämä päätös oli huono ja harkitsematon, sillä jäsenlehti on ollut kautta vuosien parasta ja usein ainoa asia mitä yksittäinen jäsen on Liitoltaan on saanut.

Liittohallitus keskusteli vuoden 2007 budjettia laatiessaan pitkään siitä onko lehden kustannukset järkeviä, vaiko kannattaako meidän satsata lehden painatukseen ja postittamiseen jäsenistölle kuluvat rahat mieluummin johonkin muuhun toimintaan, esimerkiksi Liiton valmennustyöhön. Liittohallitus päätyi esittämään syksyn Liittokokoukselle, joka hyväksyy tulevan kauden budjetin, että säästäisimme kahden numeron painatuskustannukset jo vuoden 2007 budjetissa. Liittokokous hyväksyi tämän muutoksen kokouksessaan ja niinpä jo vuonna 2007 Jousiampuja-lehti ilmestyy vain kaksi kertaa painettuna postiluukusta ja lisäksi sen voi lukea kaksi kertaa sähköisenä nettisivuilta.

Tämä juuri parhaillasi lukemasi Jousiampuja-lehtikin on vasta kolmas tämän vuoden numero ja tämäkin lehti ilmestyy nyt ainoastaan sähköisesti nettisivujemme kautta. Syitä tähän on kaksi. Ensinnäkin kuluvan vuoden tulo-budjettimme oli pienempi kuin alunperin suunniteltu, sillä valtion avustukset eivät kasvaneetkaan toivomaamme summaan, vaan ne pysyivät lähes samana kuin edellisenäkin



vuonna. Tämä aiheutti noin 7000 euron vajeen rahoitukseemme. Toiseksi, muiden kuin minun kirjoittamien juttujen osuus yhä entisestäänkin vain vähentynyt ja minulla ei ole ollut työkiireitteni vuoksi kerta kaikkiaan aikaa lehti-juttujen kirjoittamiseen alkusyksystä.

Vaikka tämä Liittokokouksen päätös päättääkin mitä ilmeisimmin yhden vaiheen Jousiampuja-lehden historiassa, olen kuitenkin varsin levollinen tiedottamisen suhteen. Tarvittava tieto kulkee tulevina vuosina kaikille yhä vain tehokkaammin Internetin kautta. Jo nyt on Jousiampuja-lehden roolina on ollut olla enemmän jousiammuntaa harrastavien lukulehti, kuin varsinainen Liiton tiedonvälittäjä. Itse asiassa Jousiampuja-lehti ei ole ollutkaan varsinainen tiedonvälittäjä enää moniini vuosiin. Neljä kertaa vuodessa postiluukusta kopsahtava Jousiampuja-lehti on aivan liian hidas tähän työhön. Internet-sivumme on tehokas ja nopea

tiedotusväylä, josta löytyy aina ajantasaisin tieto. Toiminnanjohtaja Timo Rantanen päivittää sivuston uutisosiota lähes päivittäin ja pitää myös sivujen tulospalvelua hienosti hanskassaan.

Käy SJAL:n nettisivuilla mahdollisimman usein. Silloin tiedät mitä milloinkin suomalaisessa jousiammunnassa tapahtuu tai millaisia huipputuloksia kansallisissa kilpailuissa on ammuttu. Sivujemme Ennätys-linkistä löytyvät kaikki voimassa olevat Suomen ennätykset ja Maksetut kilpailulisenssi-linkistä löytää kilpailujen järjestäjä luettelot maksetuista kilpailulisensseistä samoin etusivulla on myös tuomarikortin haltijoista oma linkkinsä.

Nettisivujemme Foorumissa käytävien chatti-keskustelujen eri aihealueet ovat mielestäni suomalaisen jousiammunnan kehityksen kannalta todella tärkeitä. Toivoisin kuitenkin Foorumin keskusteluun lisää asiallisuutta ja että jokainen keskustelija miettiisi ensin hetken mitä sinne kirjoittaa tai vastaa. Foorumissa ei mielestäni pidä vinoilla, ei vihjailla, ei tuomita, eikä lannistaa. Jos sinulla on kysyttävää, pistä uusi chatti-aihe rohkeasti alulle. Foorumissa saat monipuolista apua niin ammunta-tekniikkaan, välinevirityksiin kuin tietenkin myös valmennusasioihin vähän yleisemminkin.

Kaiken kaikkiaan olen varma, että nettisivumme ovat tehokas tietoväylä menestyksekkääseen jousiammuntaan.

**Hyvää Uutta
Jousiammuntavuotta!**

Pirkka Elovirta ■ SJAL:n puheenjohtaja



JOUSIAMPUJA

Suomen Jousiampujain Liitto,
Radiokatu 20, SLU-talo, 00240 Helsinki,
puhelin 040-593 5658, fax 09-224402
e-mail: office@jousiampujaliitto.fi/sjal@kolumbus.fi
www.jousiampujainliitto.fi

Suomen Jousiampujain liiton jäsenlehti

Ilmestyminen: Vuonna 2006 3 kertaa; 1. huhtikuussa,
2. syyskuussa, 3. joulukuussa (vain sähköisenä
nettilehtenä).
Painopaikka: Kirjapaino Saastamoinen, Helsinki
Tilaushinta: 20 euroa

Toimitus: SJAL, Radiokatu 20, 00240 Helsinki,
puhelin 040-593 5658
Päätoimittaja: Pirkka Elovirta
Ulkoasu: Pirkka Elovirta

Ilmoitushinnat: 1/1-sivua 200 euroa 4-väri 150 euroa mv
1/2-sivua 150 euroa 4-väri 75 euroa mv
1/4-sivua 75 euroa 4-väri 50 euroa mv
Kilpailuilmotukset seuroille:
Pikkailmoitukset (1/4-sivua) veloituksetta
muut kuten ilmoitushinnastossa

Kaikki vaikuttaa kaikkeen

100%

HENKINEN
OSUUS

60%

VÄLINEET

TEKNIikka
30%

10%

Jousiammunta-asiaa

Tämä juttuni ei ole tarkoitettu lajin osaajille, vaan niille lukuisille uusille, jotka ovat aloittaneet juuri hiljattain. Jousiammunta sisältää todella uskomattoman monia variaabeleita eli muuttuvia osatekijöitä, jotka ampujan tulee oppia ymmärtämään ja hyväksymään. Jousiammunnassa kaikki vaikuttaa kaikkeen.

Ampuja itsessään on varsin erilainen eri kertoina, hänen suorituksissaan moni asia vaihtelee rajusti, myöskään jousi ei teknisesti ole mitenkään yksinkertainen väline hallita tai virittää hyvään ammuntakuntoon. Yritän tässä jutussani kertoa yksinkertaistetusti niistä tavallisimmista variaabeleista, joita jokaisen tulisi oppia analysoimaan ja ymmärtämään voidakseen kehittyä hyväksi jousiampujaksi. Muuttujia on todella paljon, mutta tarkoitukseni ei suinkaan ole masentaa tai lannistaa sinua, vaan antaa miettimisen aihetta ja uusia eväitä tulevaan kehitykseen.

Ampujan mieliala ja fyysinen tila vaihtelee

Jokainen ammuntakerta on erilainen. Tänään olet intoa täynnä ja voimia riittää

vaikka mihin, osut lähes jokaisella nuolella hyvin ja jousiammunta hymyilee sinulle. Huomenna olet väsynyt, eikä fiilis ole muutenkaan ihan parhaimmillaan. Olet nukkunut huonosti, syönyt sopimatonta, töissä tai koulussa on ollut kurjaa, flunssa on vienyt voimat ja edellisestä ammunnasta on jo kulunut varsin pitkä aika. Teetpä mitä tahansa, et yksinkertaisesti osu tippaakaan!

Tee harjoittelukerroistasi mahdollisimman säännöllisiä ja rutiineiltaan mahdollisimman samankaltaisia. Hyväksy kuitenkin, ettet ole mikään ikiliikkuva tunteeton robotti, vaan inhimillinen ihminen. Pyri kaikessa positiivisuuteen. Jos olet jo ampumaan tullessa väsynyt, on turha koettaa ampua harjoituksissa paljon nuolia. Jousiammuntasuoritus väsyttää takuulla sinua lisää ja mitä väsyneempi olet, sitä huonompia suorituksia teet ja osumat ovat tietenkin myös sen mukaisia.

Opettele huolellisen suorituksen lisäksi keskittymään sataprosenttisesti suoritukseen ja hyväksy että voimasi vaihtelee. Harjoituksen alussa jaksat mainiosti, mutta väsymys vie mukanaan hyvät osumat. Kun olet väsynyt,

huonot osumat vaikuttavat myös itseluottamukseesi. Jousiammunnassa ampujan henkinen tila on yksi vaikeimmin hallittavista muuttujista.

Moni jousiampuja osuu harjoituksissa loistavasti, mutta kilpailuissa surkeasti! Ampujan hermostuminen ja epäonnistumisen pelko ovat ehkä jousiammunnan haastavimmat ja vaikeimmin hallittavimmat variaabelit. Kilpailuhermojen hallinnan oppii parhaiten kilpailemalla! Epäonnistumisen pelkoa voi lievittää katsomalla eteisen peiliin. En ole mikään psykologi, mutta väitän kuitenkin, että ihminen voi kehittää omia henkisiä kykyjään helposti itse analysoimalla omia ajatuksiaan ja tuntojaan.

Oikea ammutekniikka on kaiken A ja O

Vahvasti yksinkertaistettuna jousiammunnan juu on osata tehdä suoritukset samantyyppisiksi kerta kerran jälkeen. Millainen on optimaalinen jousiammuntasuoritus on ollut jatkuvan keskustelun aiheena. Vasta viime vuosina tieteellisen tarkkojen biomekaanisten tutkimusten ja supernopeiden videokamerataltiointien avulla on alettu vähitellen ymmärtämään mitä jousiammuntasuorituksessa todellisuudessa tapahtuu tai pikemminkin mitä pitäisi tapahtua! Nämä tutkimukset osoittavat ja todistavat, ettei ole aivan sama miten jousiammuntasuorituksen teet, vaikkakin kerta kerralta kuinka samantyyppisiksi tahansa, vaan se täytyy tehdä biomekaanisesti oikein! Oikein? No sinun on helpompaa ymmärtää tässä sana tehokkaasti. Opettele heti alkuun oikea tekniikka, sillä tekniikkavirheitä on todella vaikea saada kitkettyä pois myöhemmin. Mitä huolellisemmin kuuntelet opettajiasi ja mitä enemmän uskallat heiltä myös kysyä, sitä varmemmin alkuopit sisäistät. Moni kiirehtii harrastuksen alussa aivan liian nopeaa tahtia tuloksissa eteenpäin! Alussa paljon tärkeämpää olisi opetella hyvä ja oikeaoppinen tekniikka kuin yrittää osua joka nuolella keskelle taulua. Opi myös ymmärtämään, ettei nuoli koskaan mene itsellään minnekään, vaan ammut sen sinne minne se osuu! Jos et osu, teet mitä ilmeisimmin jonkin virheen, johon on olemassa selvä syy. Unohda siis "oho kuinka se tonne meni"-ajattelu ja analysoi tarkkaan omia suorituksiasi. Kysele mahdollisimman paljon ja lue kaikki mahdollinen mitä jousiam-

munasta on kirjoitettu, niin opit pianikin ymmärtämään, että kaikki virheet suoritusessasi vaikuttavat moneen muuhun asiaan.

Tässä kappaleessa annan muutamia esimerkkejä tavallisimmista suoritusvirheistä ja yritän selvittää sinulle myös mihin ne vaikuttavat. Mahdollisia suoritusvirheitä on lähes lukematon määrä, eikä tässä artikkelissani esittämäni luettelo suinkaan ole täydellinen. Tarkoitukseni on että alat itsepikkuhiljaa ymmärtämään jousiammunnan lainalaisuuksia.

Asentovirheet: Jos asentosi muuttuu sarjokesi välillä, muuttuu myös nuoliesi osumakohta. Jos käännyt esimerkiksi enemmän taululle päin (avoimempaan asentoon) osumasi siirtyy vasemmalle ja päin vastoin. Jos nojaat enemmän taaksepäin, muuttuu samalla tähtäyspisteesi korkeus, sillä samalla muuttuu myös tähtäyssilmäsi kulma suhteessa tähtäinpisteeseen. Myös vetopituutesi muuttuu, varsinkin jos jousikätesi olkapää nojattessasi enemmän taaksepäin samanaikaisesti nousee ylös kohti korvaa ja vetokäden olkapää roikahtaa alas. **Ankkurointivirheet:** Nämä virheet ovat varsin yleisiä, mutta miten ne vaikuttavat osumiin, ei pidempäänkään harrastaneet jousiampujat useinkaan tule ajatelleeksi. Jos amkkurointisi lähtee nousemaan leuan alta ylös kohti poskea, putoaa osumapisteesi varmasti. Samalla myös janteen sivusuunnan linjaus yleensä myös muuttuu ja osumapiste siirtyy takuuvarmasti vasemmalle sivusuunnassa.

Laukaisuvirheet: Jos laukaisusormesi eivät ole laukaisussa rennot, vaan olet jännittänyt sormesi lihakset äärimmilleen, riuhtaiset janteen laukaisussa rajuun sivuttaiseen heiluriliikkeeseen. Osumapiste melkoisen varmasti löytyy nyt vasemmalta alhaalta, sillä jähkä laukaisu vaikuttaa nuolen taipumaan ja lähtökulmaan ja yleensä myöskään lavat eivät työskentele täydellä tehollaan. Jos samanaikaisesti et pitänyt myöskään jousikättäsi täysin paikoillaan, voi osuma piste olla nyt missä tahansa, mihin suuntaan kätesi liikkui. Jos lähdet saattamaan jännettä eteenpäin ennen laukaisua, teet niin sanotun myötälaukaisun, osuma pisteesi laskee. Lavat kun taipuvat vähemmän ja antavat nuolelle vähemmän vauhtia. Jos taas vedät jännettä lisää taaksepäin ennen laukaisua on tuloksena yläosuma. Lavat kun taipuivat enemmän ja nuoli sai lisää tehoa. Pyri aina tekemään teknisesti mahdollisimman samankaltaisia, helposti toistettavia suorituksia. Vasta kun ammutasi on teknisesti

kunnossa alat vähitellen myös ymmärtämään mikä osuus välineillä ja niiden virityksillä on osumiisi.

Välineissäkin kaikki vaikuttaa kaikkeen

Viime numerossa jo käsittelin tätä variaabeliaihetta, mutta kertaus on opintojen äiti, joten tässä lisää ajattelemisen aihetta. Valitettavasti jousikaupasta et saa suoraan hyllyltä valmiita maailmanennätysvälineitä. Jousen viritykseen vaikuttaa sadat muuttujat, joista tässä vain muutamia. Nuoli valitaan ja valmistetaan ammutakuntoon jousesi ja sinun itsesi fyysisten ominaisuuksien mukaan. Esimerkiksi mitä pidemmät kädet sinulla, mitä optimaalisempi suoritukseksi on ja mitä vahvemmat lavat sinulla jousessasi on, sitä enemmän suorituksestasi ja jousestasi lähtee tehoa ja oikea nuolen kaliiberi ja viritys löytyvät vasta testaamalla, testaamalla ja testaamalla. Et voi ottaa ensimmäisiä kivan näköisiä nuolia seuran välinekaapista ja osua niillä. Tai oikeastaan voit kyllä, mutta vain vahingossa! Nuolen notkeuteen tai jäykkyyteen vaikuttaa todella moni asia. Millainen jousi sinulla on, millainen tekniikka sinulla on, millaiset hermot tai lihakset sinulla on. Laukaisu epäonnistuu usein liiallisista lihas- ja korvienvälijännityksistä. Yhdenkään aloittelijan ei kannata himoita jouseen paljon paunoja, nuoliin valtavasti pituutta tai lisää hiilikuitua, ilman että ymmärtää mistä on kysymys.

Nuolesi lento-ominaisuuksiin vaikuttavat esimerkiksi:

- malli ja materiaali; alumiini-, hiilikuitu- vaiko molempien yhdistelmä
- kaliiberi (puken halkaisija/seinämän paksuus)
- pituus
- kärkipaino
- sulan pituus, muoto, paino ja materiaali
- nokin paino
- jousesi teho eli lapojen heittokyky (paunat ja energiatehokkuus)

Jousesi työskentelyyn vaikuttavat esimerkiksi:

- lapatyypit eli lapojen heittokyky
- keskiosan paino
- tähtäimien paino
- vakaimien paino ja jäykkyys
- kaikki jousessasi tai vakaimissa käyttämäsi doinkerit ja saverit

- nuolesi ominaisuudet
- jännemateriaali ja sen säijemäärä
- lapojen kulmat eli tilleri (tämän säädön avulla pyritään optimoimaan lapojen yhtäikainen työskentely)
- millaista sormiläppää käytät

Yllättävän moni jousiampuja ei tiedä höyksen pölähdystäkään, miten kaikki nuo edellä mainitut vaikuttavat välineittesi virityksiin. Tiesitkö esimerkiksi, että lisäämällä painoa etuvakaimen päähän, samalla notkistat myös nuoltasi tai että vähentämällä janteesi säijemäärää, saat jouseesi lisää heittotehoa ja nuolesi käyttäytymään notkeammin. Huomioi, että kaikki viritysmuutokset mitä teet jousessasi, vaikuttavat aina myös nuoleesi ja ammunta-tekniikkaasi. Jos ammut suoralla ranteella tai korkealla kädensijalla laskee nokinpaikkasi korkeus ja jos taas ammut ranne koukistettuna, se nousee.

Oma oivaltaminen on oivallinen apu omaan kehitykseen

Kaikki jousiammunnassa todella vaikuttaa kaikkeen! Oikean ammutatekniikan opiskelu, ymmärtäminen ja omaksuminen on ehdoton edellytys, mikäli todella haluat osua. Hyväksy kuitenkin se tosiasia, että "kaiken" oppiminen tekniikassa vie oman aikansa. Toiset oppivat nopeammin kuin toiset, mutta oppimista nopeuttaa ja auttaa todellinen oppimisen halu. Katsele muiden ampujien työskentelyä, lue kaikki mitä saat käsiisi, kysele mahdollisimman paljon, analysoi tietoja ja oppeja kriittisesti, mutta ennen kaikkea kokeile eri tekniikoita itse!

Hyväksy myös se, että mahdollisimman hyvin ja huolellisesti tehdyt välineviritykset vievät sinua omalta osaltaan jousiammuntaurallasi nopeammin eteenpäin. Aivan liian usein ja aivan liian pitkään aloittelija ampuu niillä ensivirityksillä, mitkä sattuvat syntyään joko itse tehtyinä tai jonkun seurakaverin avustuksella ensikertaa jousi ammunta-kuntoon laitettaessa. Jousivalmistajat toki antavat joitakin vihjeitä hyvästä tillerisäädöistä, oikeasta jännevälistä tai nokinpaikan korkeudesta, mutta ne ovat aina vain varsin viitteellisiä. Niiden avulla voit aloittaa jousesi virityksen. Testaa tarpeeksi, tutki eri vaihtoehdot huolella, mutta muista ettei jousiammunta kuitenkaan ole pelkkää välineitten virittämistä! Välineitten osuus on paljon pienempi hyvässä osumassa, kuin kunnollisen suoritustekniikan.

Jousiammunta on tekniikan hallintaa, mutta ennen kaikkea

Mikä jousiammunnan osa-alueista vaikuttaa eniten osumiin on jatkuvan keskustelun kohteena maailmalla. Tämän juttuni alussa olevassa kuvassa olen varsin rohkeasti väittänyt, että 100%:nen osuma sisältää 30% tekniikan hallitsemista, 10% välineitten viritystä, mutta jopa 60% kokonaisuudesta on oman korvien välin hallintaa. Luvut ovat varsin provokatiivisia, mutta uskon kuitenkin, että tekniikan ja välinevityksen jousiampuja oppii suhteellisen nopeastikin, mutta omien hermojen ja ajatusten hallinnan oppiminen vie eniten aikaa.

Jousiammunta on vaikea tarkkuuslaji, jonka taitaminen on eniten sinusta itsestäsi kiinni. Mitä enemmän olet valmis panostamaan aikaasi harjoitteluun ja mitä innostuneempi ja kiinnostuneempi olet itse ottamaan asioista selvää, sitä parempi ampuja sinusta kehittyy.

Joku on joskus vähän iroonisesti väittänyt minulle, että jos et opi ampumaan jousella kymmenessä vuodessa, voit miettiä jotain toista, vähän helpompaa urheiluharrastusta itsellesi. Olen nyt ampunut 23 vuotta, enkä ole vielä oppinut! Teen yhä käsittämättömiä virheitä suorituksissani, laiminlyön monia tärkeitä asioista välineviritämisessä ja hermoilen aivan liikaa kilpailutilanteessa. En aio kuitenkaan koskaan vaihtaa lajia, sillä ehkä jousiammunnassa siitenkin hienointa onkin se, että siitä oppii joka päivä jotakin uutta!

Jousiampujalehti ■ Pirkka Elovirta

Maire Lindholmille ProUrheilu-palkinto!



Henkilökuvassa

Maire Lindholm ja kulttuuriministeri Tanja Saarela

Opetusministeriö jakaa vuosittain Pro-Urheilu-tunnustuspalkintoja menestyneille urheilijoille. Tänä vuonna kulttuuriministeri Tanja Saarela myönsi tämän 20 000 euron suuruisen tunnustuspalkinnon kymmenelle vähän iäkkäämmälle urheilijalle, viidelle naiselle ja viidelle miehelle, jotka ovat aktiivi-iäkanaan tuoneet lajeissaan Suomelle ennen kaikkea tunnettuutta ja tietenkin menestyksen myötä myös kunniaa.

Maire Lindholm, joka kilpaili aktiivisesti, edustusti Suomea monissa arvokisoissa 50-70-luvuilla ja oli ennen kaikkea ensimmäinen huippunaisjousiampuja sai tämän hienon tunnustuksen.

Kun kävin onnittelemassa jakotilaisuuden jälkeen Maire Lindholmia SJAL:n puheenjohtajana, hän kertoi minulle ettei millään aluksi uskonut palkintoa todeksi! Maire oli kertomansa mukaan monta kertaa joutunut lukemaan läpi ministerin hänelle lähettämän kutsun saapua vastaanottamaan tunnustuspalkintoa Opetusministeriön tiloihin 18.12. 2006. Nyt kun hänellä oli Saarelan luovuttama kunniakirja kädessään ja kahvikuppi nenänsä alla oli Mairens uskottava palkinto todeksi. " Sokeritehtaan miehet vain päättivät aloittaa kesäisin jousiammunnan

ja talviharrastuksenaan keilailun ja minä menin mukaan. Siitä se lähti minun jousiammuntaharrastukseni. Vähän ajan kuluttua aloin myös kilpailla ja pikku hiljaa huomasin olevani mukana edustustehtävissä. Mitaleita minulle on kertynyt vaikka kuinka paljon.

Palkinnon Mairens lisäksi saivat painija Tauno Jaskari, ampumahiihtäjä Heikki Ikola, hiihtäjä Kalevi Oikarainen, nyrkkeilijä Reima Virtanen, keilaaja Maire Rautakoski, vammaisurheilija Timo Solmari, hiihtäjä Marja-Liisa Kirvesniemi, suunnistaja Liisa Veijalainen ja suunnistaja Outi Borgenström.

Lisäksi kulttuuriministeri Saarela myönsi Pro Urheilu-mitalit kolmelle suomalaiselle urheilussa keskeisesti vaikuttaneelle henkilölle.

Kävin kiittämässä kulttuuriministeriä tilaisuuden päätteeksi tästä hienosta tunnustuksesta lajillemme ja kerroin samalla, että jousiammunta on yksi harvoista lajeista, jossa sukupuolten tasa-arvo on edistynyt viime vuosina. Ministeri Saarela tiesi yleisestä sarjastamme ja oli tyytyväinen tähän monessa mielessä rohkeaan muutokseen. "On hienoa, että nainen voi jousiammunnassa voittaa Suomen mestaruuden miesten kanssa kilpaillessa tasavertaisena", ministeri kommentoi ja lähti kiireesti seuraavaan tilaisuuteen!

Jousiampujalehti ■ Pirkka Elovirta

Hiilikuitukeskiosa, joka painaa vain 599 grammaa!



mutta jotenkin sen alaosa oli niin kummallisen näköinen, etten kuitenkaan lähtenyt sitä tlaamaan. Yllättävää oli huomata, että Hoytin vanha painevalettu Gold Medalist oli yhä markkinoitten yksi keveimmistä eli vain 11300 grammaa. No, en halunnut palata ajassa 15 vuotta takaisin, joten se GM:sta! Tätä kirjoittaessaessani huhut uudesta Win&Winin Inno-hiilikuitujousesta muuttuivat todeksi. Hieno jousi, mutta painoa yllättävän paljon hiilikuitukeskiöksi. Uusi Inno painaa valmistajan mukaan 1190 grammaa!

Keskiosa, joka painaa vain 600 grammaa

Olin lukenut Jousiampuja-lehdestä Pentti Vikströmin kirjoittaman jutun FiberBowsta ja se alkoi todella kiinnostamaan minua. FiberBow painaa vain noin 600 grammaa! Saisinko sen keveydestä valtavasti liikkumatilaa jouseni muuhun tasapainottamiseen ja massoitamiseen? Olen vakuuttunut, että jousen pitää olla etupainoinen, jotta se lähtee kädestä oikein ja kaatuu tehokkaasti alaseteenpäin. Katsokaa videoita, niin huomaatte miten huippuampujien jouset maailmalla toimivat! Ylälapa lähtee kiertämään alas todella voimakkaasti ja jousi tekee lähes 180 asteen kierron laukaisun jälkeen. Meikäläisillä ampujilla pääsääntöisesti jousi jää lähes samaan asentoon, mutta putoaa kylläkin alaspäin maan vetovoimasta rajusti heti laukaisun tapahduttua. Jälkipidosta ei itse asiassa ole jälkeäkään.

Tilasin ennakkoluulottomasti italialaisen täyshiilikuituisen FiberBown, joka on ollut markkinoilla vasta vain reilun vuoden. Moni asia jäi kuitenkin askarruttamaan mieltäni. Saanko hiilikuitukeskiosalla jouseeni toivomani keveyden ja lisääntyneet viritysmahdollisuudet? Miten kevyt jousi käyttäytyisi kädessäni? Pääsenkö kokonaisuudessaan kevyemmäksi, vai joudunko lisäämään painoja niin paljon, että jousi painaa lopulta yhtä paljon kuin vanhatkin jouseni. Kärsiikö jousen työskentely suurista painomääristä? Kestääkö ohut FiberBow tällaista viritystä yleensäkin? Eräs asia mikä myös epäilytti minua on se, ettei FiberBowssa ole laisinkaan paikkoja ylä- tai alastabeille. Olen aina ampunut ylästabin kanssa, mutta nyt sitä mahdollisuutta ei minulla enää olisi.

Välinetietoa

Harjoitteluni on ollut viime aikoina aivan liian vähäistä ja se näkyy ja tuntuu! Viime kesänä ammuin ehkä 60 nuolta, nyt syksyllä sentään jo vähän enemmän. En tunnu jaksavan oikein millään ampua koko kilpailua. 30 nuolta menee vielä ihan hyvin, mutta sitten alkaa kunto pettämään ja väsymys iskee suorituksiin pahasti! Jousikäden olkapää lähtee nousemaan kohti korjaa, takanoja syvenee ja vetokäden kyynärpää lähtee roikkumaan. Tuttuja tunteita?

Aloin jo viime kesän alussa riisumaan joustani kaikesta ylimääräisestä painosta. Poistin painoja stabeista niin paljon kuin mahdollista ja hankin jopa kevyemmät stabit jaksakseni pitää jousikäden ryhdissä ja olkapään alhaalla. Jousi tuntui kaikista toimenpiteistäni huolimatta yhä turkasen painavalta. Vakaimet eivät enää olleet vakaita, vaan jousi vaappui sivusuunnassa ja jousikäsi lähti laukaisussa liikkumaan hallitsemattomasti minne sattui. Etupainoisuuskin oli kadonnut ja etustabin kärki pungersi ylös. Ei hyvä!

Olin päättänyt hankkia itselleni mahdollisimman keveän rungon, jotta saisin jouseni stabeihin kuitenkin riittävästi massaa, mutta jaksaisin ampua. Tsekkasin Internetin avulla mitä tavallisimmin käytössä olevat jyrityt metallikeskiosat painavat, löytäkseni

mahdollisimman keveän rungon. Tässä muutamia painolukuja eri valmistajien 25 tuuman keskiosista:

Mizar 1028g (Samick)
 Agulla 1090g (Samick)
 Winact 1100g (Win&Win)
 Eclipse painaa 1130g (Hoyt)
 Gold Medalist 1130g (Hoyt)
 X-factor 1160g (PSE)
 Inno 1190g (Win&Win)
 Zenit 1190g (Best)
 Winstar II 1195g (KAP)
 Cobra 1200g (Bernadini)
 Nilo 1220g (Bernadini)
 Tuareg 1220g (Bernadini)
 Forged 1240g (Sebastian Flute)
 Expert 1240g (Win&Win)
 Revolution 1270g (Spigarelli)
 Nexus 1292g (Hoyt)
 Aladin 1300g (Bernadini)
 Masters 1300g (Samick)
 Moon 1300g (Best)
 Helix 1351g (Hoyt)
 Mercury painaa 1360g (Best)
 2001 V.B.S. 1390g (Spigarelli)

Agulla ja X-factor kiinnostivat minua keveydessään, mutta en jotenkin syttynyt kumpaankaan. X-factoria harkitsin pitkään,

Jo vuonna 1990 Vladimir Esheev ampui Oulun sisäMM:ssä kokonaan hiilikuituisella venäläisellä hiilikuitujousiprototyypillä. Miksi siitä ei tullut tuotetta? Vladimir kertoi minulle Turkin FITA:n Think Thankissa, että sen kehitystyö oli vain jäänyt kesken venäjän valtiollisissa myllerryksissä. Oliko se totta, vai oliko se vain tekosyy? Onko kevyt runko sittenkin jotenkin susi ajatuksena?

Italian paketti tuli ja jo sitä kotiin kantaessani se tuntui aivan höyhenen kevyeltä. Kului muutamia tunteja sen alkuvirittämiseen, ennen kuin pääsin kokeilemaan sitä ensimmäistä kertaa. Jousen keskiosa ja lavat eivät yksistään todellakaan painaneet juuri yhtään mitään, kun pistin jouseni telineeseen. Ensimmäiseksi kiinnitin jouseen hiilikuituvartisen Angel-tähtäimeni ja Cartelin X-pert hiilikuitustabisatsini ja vaaka näytti kokonaispainoksi tasan 2000 grammaa. Ammuin ensimmäiset laukaukseni. Vouh! FibeBow ei pitänyt oikeastaan minkäänlaista ääntä. Uskomatonta, mutta totta! Vanha Win&Winin Infiniteni, joka sekin oli osaksi hiilikuituinen, rämähti kaikilla jänneväleillä vaikka kuinka pienensin tai suurensin jänneväliä. FiberBow tuntui ekalaukauksessa kummallisen säyseältä, mutta helpolta hallita. Minulla on vain 32 paunan lavat, joten mitään räjähtävää laukausta en oikeastaan osannut odottaakaan. Ensimmäinen FiberBow-harjoituskerta oli ohi ja seuraavana päivänä päätin pistää muut säädöt viimeisen päälle kohdilleen.

Toisena päivänäni vaihdoin ensimmäiseksi FiberBowhuni Cartelin nelipuikkostabit ja ammuin lisää. Jousi käyttäytyi todella hienosti ja pehmeästi. Etupaino oli nyt minun makuuni ja kokonaispainoa yhä vain 2200 grammaa. Lisäsin vielä pienen painonipun jousen alalavan kiinnitysmekanismin päähän ja sen ansiosta FiberBow käyttäytyi entistä miellyttävämmiin. Paino oli nyt 2220 grammaa, Testasin nokinpaikan korkeuden sulattomilla nuolilla ja kun sain plungerin säädönkin pikku hiljaa kohdilleen, saatoinkin alkaa jo tosissani otamaan selvää FiberBown osumatarkuudesta. Pienen alkuverryttelyn jälkeen astuin tosissani viivalle ja ensimmäiset kolme nuolta tuottivat 27 pistettä! Taulusta löytyi kymppi, ysi ja kasi. Kolmenkymmenen nuolen jälkeen minulla oli taulussa 278 pistettä. Tein vielä muutamia

hienovirityksiä ja ammuin kahvitaun jälkeen 272 pistettä. Olin ensimmäisellä 60 nuolella saanut kasaan jo toisena FiberBow-päivänäni 540 pistettä! Minulle tyypillisiä alaosumia ei sarjoissa juurikaan ollut, yksi yläkutoten ja muutama hajakasi ja yksi alaseiska. Muuten Naputin tasaisesti keltaista. Seuraavana keskiviikkona ammuin seuran jäsenten välisessä kisassa 539 pistettä! Sunnuntaina pidin FB:täni viidettä kertaa kädessäni ja ammuin muutaman seurakaverini kanssa 60 nuolen kisan ja tulos oli jo minulle huikeat 559 pistettä!

Trimmit ovat nyt kohdallaan ja alan harjoittelun FB:llä nyt tosissani. Olen aivan vakuuttunut, että keveä keskiosa antaa minulle aivan uusia mahdollisuuksia painottaa jousi juuri ammuntaani sopivaksi. Mikä hienointa kevyemmällä välineistöllä on hyvän jälkipidon tekeminen paljon helpompaa kuin raskaalla jousella. Tietenkin jos olisin hyvässä fyysisessä kunnossa eli lihakseni jaksaisivat kannattaa millaista massaa tahansa, ei FiberBown keveys olisi niinkään merkityksellistä.

FiberBow ei ole tarkoitettu mitenkään vahojen tai nuorten jouseksi, vaan se on täysiverinen kilpajousi, jonka huikea keveys antaa monta uutta mahdollisuutta virittää jousi toimivaksi tasapainoltaan ilman, että jousivarustuksen kokonaismassasta tulee liian suuri. Olen vakuuttunut, siitä että jälkipito FiberBowlla on paljon helpompaa, kuin vanhalla painavalla jousellani.

Jousiampujalehti ■ Pirkka Elovirta



Vuoden 2006 jousiampujat valittu!

Menestyjiä 2006

Suomen urheilutoimittajat valitsivat 20.12.2006. Anne Laurilan (Hood) Vuoden 2006 Parhaaksi Jousiampujaksi. Samaan tulokseen päätyi myös SJAL:n liittohallitus jo vähän aiemmin eli kokouksessaan 14.12.



Vuoden 2006 Jousiampuja Anne Laurila

Annen kilpailuvuoden kohokohta oli varmasti Syyskuun puolivälissä ammuttujen Ateenan tauluammunnan EM-kilpailujen naisten taljajousen hopeamitali! Onnittelut Annelle hienosta menestyksestä! Toivottavasti toivot olkapääleikkauksestasi hyvin ja jatkat samaan huikeaan tahtiin kilpailu-urallasi alkavana vuotenaikin.



Vuoden 2006 Juniorijousiampuja Juuso Huhtala

Samassa kokouksessa SJAL:n liittohallitus valitsi vuoden parhaaksi junioriampujaksi Juuso Huhtalan (Arcus), joka sijoittui Rankingissä hienosti kolmanneksi ja voitti Ruotsissa Syyskuun alussa ammutuissa Maastoammunnan MM-kilpailuissa omassa sarjassaan pronssia! Onnittelut myös Juusolle upeasta menestyksestä!

Soma-sormiläppä, jossa on uutta ajattelua!



Välinetietoa

Korealainen uusi jousiammuntavälineitä valmistava ja markkinoiva yritys Soma on tuonut markkinoille sormiläppäuutuuden, josta puhutaan paljon hyvää maailmalla.

Soma-läppä muistuttaa monessa mielessä suosittua amerikkalaista Cavalierein alumiinirunkoista sormiläppää, mutta siinä on useita lisäominaisuuksia, jotka saattavat auttaa sinua parempaan ankkuroinnin hallittavuuteen ja toistettavuuteen.

Soman runko on muotoiltu niin, että se antaa läpälle paremman pitokontrollin. Soman runko nojaa takaosastaan peukalon hankaan ja pitää läpän tiukasti kämmenessäsi. Soman yläosassa on peukalohylly, jolle peukalo asetetaan ja alaosassa liipaisinta muistuttava uloke, joka on tarkoitettu pikkusormen kontrollia varten. Peukalo ei enää pukkaakaan ylös, vaan se on rauhallisesti ja tasan samassa kohtaa hyllyllään ilman, että ankkurointi korkeus vaihtelee vedon eri vaiheissa peukalon jännitystiloista johtuen. Enää ei pikkusormikaan hakeudu kaulalle tai sojota kauhusta jäykkänä epämääräisessä ilmatilassa, vaan se on aina samassa paikassa! Soman sormierottaja on tehty pehmeästä muovista, joten sen hiominen juuri sopivan paksuksi on varsin vaivatonta.

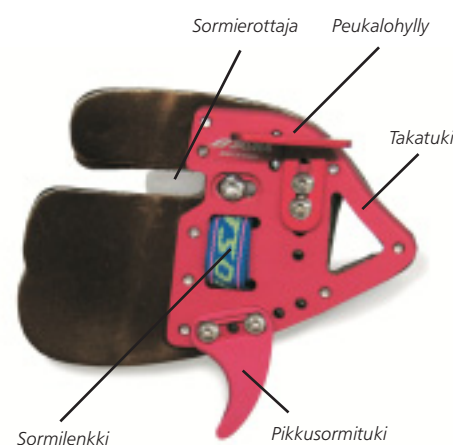
Olen ampunut Soma-läpällä nyt muutaman viikon ja täytyy myöntää, että se tuntuu loistavalta. Vetokäden ranne on



suorempi kuin ennen, pikkusormen ja peukalon paikat ovat hallinnassa, vain kurkunleikkaaja, jota olen käyttänyt vuosia puuttuu! Olen etsinyt Somalleni oikeata, helposti toistettavaa ja tunnistettavaa paikkaa leuan alta, mutta sen löytymiseen minulla menee vielä hetkin ja sitten alkaa sivuttaishajontakin varmasti vähetä. Peukalon kanssakin on minun vielä vähän työskenneltävää lisää. Se kun ei millään meinaa uskoa, että voisi olla rentona peukalotuen päällä, vaan pyrin jännittämään sitä vedon aikana vähän koukkuun. Soma-läppä on hieno

keksintö, kunhan vain ensin opin hallitsemaan sormeni.

Läpässä käytetty nahka on hyvän tuntuista ja mitä ilmeisimmin myös korkealuokkaista ja läppä on muutenkin varsin huolellisesti harkittu ja tehty. Niin peukalohyllyä, kuin "pikkusormiliipaisinta" voi säätää kätevästi eri korkeudelle ja eri kohtiin kuusiokoloruuvien avulla. Kaikkia tarvittavia varaosia on läppään kuulemani mukaan saatavana. Soma-läppiä myy ainakin PediArchery Oulussa, mutta pian varmaan muutkin. Läpän ainoa todellinen negatiivinen puoli on sen huikean korkea hinta (n. 50 euroa) ja henkilökohtaisesti minua harmittaa se, että korealaiset ovat päättäneet värikoodata eri kokoiset Soma-läpät. Iso (L) on sininen, keskikokoinen (M) punainen ja pienin (S) on kullankeltainen. Hiukan minua ahdistaa kun joudun ampumaan punaiseksi eloksoidulla läpällä, mustan sijaan. Jos jossakin on Soma-läpän käyttämisessä kuitenkin tingittävä, olkoon se sitten väreissä!

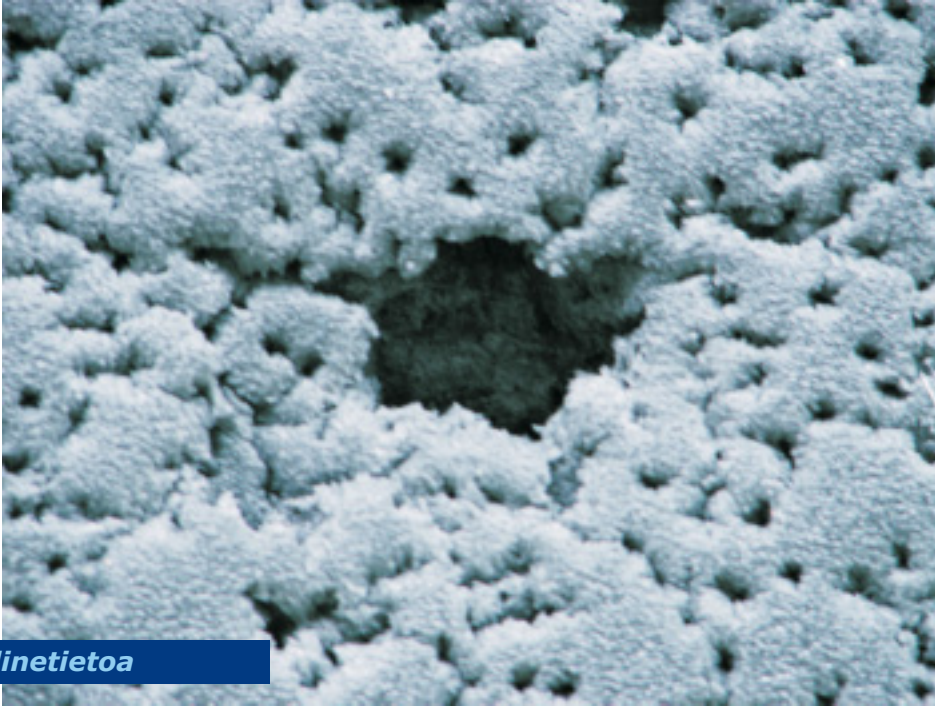


Iso (L) on sininen

Keskikokoinen (M) on punainen

Pieni (S) on keltainen

Nyt tarvitaan taustainnovaatioita!



Välinetietoa

Osa jousiammuntaseuroistamme käyttää kuitulevyluiskista koottuja taustoja, osa solumuovisia. Tietääkseni yksikään seura Suomessa ei käytä muualla maailmassa yleisesti käytössä olevia pyöreitä olkitaustoja. Kun kymmen kunta vuotta sitten otin selvää Englannista, mitä tällaiset olkitaustat maksavat, osoittautui, että niiden rahti ja huolinta Suomeen tuplasi taustan silloisen lähtöhinnan (n. 300mk => n. 600mk).

Perinteiset kuitulevytaustat ovat todella raskaita siirrellä varastosta ja varastoon, ulkona ne mädäntyvät ja vandaalit polttavat ne talvipakkasilla lämmikkeiksi ja sisäoloissa ne myös pölyttävät. Niiden hankkiminen ja käyttäminenkin on siis melkoisen tuskallista, sillä ilmaiseksi eivät puutavaraliikkeet levyjä enää myy, eivätkä varsinkaan sahaile suikaleiksi. "Nykyaikaiset" solumuoviset taustat ovat käymässä niin kalliiksi (120 euroa kpl) ja laadultaan lyhytkestoiseksi, ettei niitä yksikään seura kohta pysty enää hankkimaan. Solumuoviset taustat ovat kallistuneet viime vuosina hurjaa vauhtia, sillä niiden raaka-aineen valmistukseen käytetään öljyä, jonka hinta nousee pörseissä joka päivä. Olemme Turussa käyttäneet

solumuovitaustoja jo toistakymmentä vuotta ja kokemuksemme mukaan niiden kestävyys on vuosien saatossa vain laskenut. Vuonna 1994 hankitut ensimmäiset solumuovitaustamme kestivät normaalia ammuntaa hyvin, sillä materiaali oli tuolloin vielä varsin kimmoisaa ja osumista syntyneet reiät painuivat kuin itsestään kiinni. Nykyinen materiaali ei valitettavasti ole enää samalla tavalla kimmoisaa kuin ennen. Toki ampujämäärämmeekin ovat nousseet, mutta solumuovitausta ei kestä seuramme käytössä enää kuin puoli vuotta, kun ensimmäiset kestivät varmaankin 4-5 vuotta.



Tanskassa suomalaisesta materiaalista tehty Domino-tausta, jossa on keksipalojen vaihtomahdollisuus

Ratkaisuna tähän solumuovitaustojen kesto-ongelmaan on nyt toki tarjolla ns. Domino-tausta (www.danake.de), joka on samaa suomalaista materiaalia, mutta taustassa on vaihdettavat palat. Domino-taustojen hankkiminen on seurallemme hinnallisesti vielä mahdollisempaa, sillä yksi Domino-tausta maksaa Tanskasta Suomeen tuotettuna noin 400 euroa kappale. Arcuksessa on käytössä ulkoradalla 30 taustaa ja sisäradalla 10, joten koko taustakerran uusiminen maksaa seurallemme 16 000 euroa! Olemme päätyneet toistaiseksi rakentaamaan itsellemme hitaasti pyörivän momenttiporan, jossa on teflon-terä ja jolla saamme porattua solumuovitaustaan noin 15 sentin halkaisijaltaan olevan siistin reiän, johon sijoitetaan samalla poralla saatava paikkapala. Pora on juuri valmistumassa, joten kerron siitä saaduista kokemuksista seuraavissa JA-lehdissä lisää.

Keksikää uusi taustasysteemi



Rehuheinät paketoituaan pellon laitaan nykyään jousiammuntataustoja muistuttaviin myövisäkkeihin

Nyt todella tarvittaisiin hyviä ideoita uudenlaiseen keveään ja kestävään, mutta ennen kaikkea edulliseen taustasysteemiin! Maailmassa on varmaankin jossain sellaisia valettavia, pursotettavia, solmittavia, ommeltavia tai pinottavia materiaaleja, joista saa hyvän jousiammuntataustan. Sellaisenaan tai erilaisina yhdistelminä. Olen useasti yrittänyt mielessäni kehittää tällaista ihmetaustaa. Paras kuulemani taustakehitysidea on ollut toistaiseksi



Verkonomaisista kankaista on maailmalla tehty useita taustasysteemejä. Olisiko tässä ideaa jatkokehittelyyn



No varmaahan on, että tämä kirjoitukseni suututtaa erästä etelä-suomalaista solumuovituotteita valmistavaa yritystä, mutta suututtakoon! Vaikken ole ennen kovikaan paljon osannut arvostaa teollisuusministeri Mauri Pekkarista, sai hän kuitenkin tiukoilla kannanotoillaan Fortumin perääntymään käsittämättömästä sähkön hinnan korotuksestaan. Jos tämä kirjoitukseni saa nykyisten solumuovitaustojen valmistajan miettimään hinnoitteluaan uudelleen ja jopa laskemaan hintojaan, olen saavuttanut Liiton puheenjohtajana edes jotakin mainittavaa.

Eniten maailmassa käytetty taustamateriaali on olki. Yllä Vermontin yliopiston olkitaustarivä ja alla olkitaustoja säkkikankaaseen paketoituina.



Vakuutusyhtiökään ei hyväksy solumuovitaustojen huimaa hintaa

Tuhopolttaja iski Ruskeasuon kentälle viime kesänä tuhoten koko varastorakennuksen irtaimiston! Onneksi Helsingin jousiampuntapiiri oli vakuuttanut radan rakennuksen ja ratalaitteet, joten vakuutuksen pitäisi korvata ko. vandaaliteosta aiheutuneet menetykset. Piiri pyysi tarjouksen solumuovitaustoista valmistajalta, mutta vakuutusyhtiö ei hyväksynyt sitä, pitäen taustaelementtien hintoja aivan liian korkeina.

Myöskin rakennusalan ammattilaiset kummastelevat taustojen hintaa

Samaa solumuovia, mistä jousi-ammuntataustat on tehty, käytetään myös rakennusteollisuudessa eristeenä. Sillä eristetään vesiputkia ja erilaisia viemäri- ja saoskaivoja. Saoskaivon kannen alle laitettava solumuovieriste ei kuitenkaan maksa lähellekään niitä hintoja mitä jousiampuntataustat, vaikka niissäkin on lämpöhitsattuna useita päällekkäisiä kerroksia.

Tunnetummeko esimerkiksi kaikki eristysmateriaalit?

Mistä materiaalista voisimme kehittää uudenlaisia ja halvempia taustoja? Tämän ongelman ratkaisemiseksi täytyy tuntea materiaaleja. Kuka tuntee? Rakennus- ja eristysmateriaaleissa on varmastikin vielä sellaisia puukuitulevyjä tai muovilevyjä, joita emme ole vielä älynneet kokeilla. Hyvä ratkaisu voi syntyä tietenkin erilaisten materiaalien yhdistelmästäkin, joten ei kannata ajatella liian yksioikoisesti.

Jos sinulla on idea edulliseksi ja kevyeksi jousiampuntataustaksi, vaikka kuinka mahdollottomalta tuntuva, pistä siitä tietoa Liiton nettisivujen chattiin, niin pohditaan yhteistuumin ratkaisua.

Jousiampujalehti ■ Pirkka Elovirta



Maailmalla käytetään myös Ethafoam-nimistä vaahtomuovia taustoihin. Sadekeli on osoittautunut niissä ongelmaksi, koska oljyisestä myovista häipyä kitka.





SM-metsästyskisan 17.9.06 tuntemuksia vaistoampujan näkökantilta

Metsästysammuntaa

Aamu valkeni loistavassa säässä. Wilhelm Tell`n kisatalkooporukkaa oli jo paikalla Sipoon Talosaareen saapuessani. Pari edellistä viikkoa oli porukat tehnyt talkoita kisojen onnistumiseksi ja se näkyi. Kaikki näytti olevan hyvin hallinnassa. Joppe ja Kari olivat juuri lähdössä eläinkuvien kiinnitykseen. Seija ja Anna-Liisa häärsi kisatoimistossa täyttä häkää. Kristiina oli kanttiinin kimpussa Haijen ja Seijan kanssa. Pikku hiljaa viritettiin myös sähkö-agregaatti jauhaamaan energiaa Anna-Liisan koneille. Melua tuntui vehkeestä lähtevän yli sallitun rajan, joten se vuorattiin ammunta-taustoilla.

Kilpailijoita saapui paikalle pikkuhiljaa, ensimmäiset olivat saapuneet jo edellisenä iltana Porista asuntovaunulla. Kaikilla tuntui olevan hyvä fiilis ja kisaan lähdettiin ryhminä sopivin rastivälein, joten jonottaa ei rasteilla tarvinnut. Itse olin mukana Porin Jousen, Kari Pyykösen ja Ari Grönbergin ja Sipoon Jousen Oskar Mattssonin kanssa. Kisa alkoi äänimerkin töräyksestä klo 11.00. Aloitimme rastista numero kuusi ja ensimmäiset seitsemän rastia selvitettiin tunnissa ja ruvettiin laskeskelemaan, että taitaa mennä kuusi tuntia selvitä kaikista 40:stä rastista läpi. Kaikilla oli mukanaan juotavaa ja syötävää energiatason säilyttämiseksi. Maasto oli mukavan vaihtelevaa

ja hirvikärpäsiäkään ei näkynyt. Kaikki nuoletkin olivat vielä tallessa ja ammunta ryhmän sisällä aika tasaista. Kisan puoliväliin saavuttiin kanttiinin kohdalle ja olihan mukava pitää kahvitauko, aikaa oli kisaan kulutettu kolme tuntia. Kanttiinipalvelut toimivat loistavasti ja hinnatkin oli edullisia.

Ryhmässämme oli hyvä henki ja porilaiset puhuivat paljon Eero Vesalasta, joka selvästi oli heidän ”oppi-isänsä” vaistoammunnassa. Kahvitauon jälkeen siirryttiin rastille 29, josta alkoi aika haastava maasto-osuus. Villisika tapettiin heti alkuun pumppulaukauksella 50 metrin matkalta. Sen jälkeen mentiin kalliota ylös ja alas, välillä ampuenkin. Jyrkästi alas ampumisessa oli melkein kaikilla ongelmia. Lähellä olevat taulut osoittautuivat ainakin allekirjoittaneelle varsin hankaliksi. Aurinko paistoi koko ajan täydeltä terältä ja hankaloitti paikka paikoin ampumista. Välillä ammuttiin valosta varjoon, välillä päinvastoin. Kentällä jouduttiin ampumaan hirveä suoraan vasta-aurinkoon ja pummihan siitä tuli. Ennen viittä viimeistä rastia juotiin kanttiinilla kahvit ja samalla odotettiin, että edellä menevä ryhmä ehtii rauhassa matkaan. Kahvi piristi kummasti viimeisten rastien rypistykseen. Ryhmämme paras oli sen nuorin jäsen, joka ampui n. 450 pistettä muiden ollessa vähän 400:n

alapuolella. Pummeilta ei tainnut ryhmässämme kukaan välttyä kisan aikana. Kilpailukortit luovutettiin n. kuusi tuntia lähtötöräyksestä Anna-Liisalle ja taas juotiin kahvia ja syötiin maittavia lohivoileipiä ja makkaraa tietty ja aurinkokin jaksoi vielä paistaa.

Ryhmän jäsenten mielestä mahtava kisa, vaikka jäsenissä vähän painoikin ainakin allekirjoittaneella.

Voittajat palkittiin Sjal:n mitalein ja keramiikkalasein, jotka Seija oli paikalle rahdannut. Onneksi olkoon kaikille mitalisteille ja muillekin! Toivottavasti tavataan ensivuonna samoissa merkeissä!

Jousiampujalehti ■ Jukka - Pekka Öhman ■ Tell

TULOSPALVELU
TOIMII NETISSÄ
käy tsekkaamassa
päivittäin



Malesiassa on valmennus (tupla)huippua

Valmennusasiaa

Minulla oli syyskuun alussa todella ilo ja kunnia käydä Malesian Olympiakomitean kutsumana pitämässä sikäläisille jousiammuntavalmentajille viikon mittaisen valmennusseminaarin. Matkani Kuala Lumpurin maksoi FITA ja oleskeluni Kansainvälisen Olympialiikkeen Solidaarisuussäätiö, joten omaa rahaa minulta kului matkaan vain bussiyhteyksissä Turusta Vantaan lentokentälle ja takaisin. Sain tietää vain vajaa viikko ennen seminaaria, että FITA:n valmennuksesta vastaava Pascal Colmaire oli valinnut minut kouluttajaksi tälle seminaarille.

Niinpä tuosta hetkestä alkoi tosi hektinen matkavalmistelu. Lomaa työstä piti saada juuri keskellä syksyn kiireisintä messujen valmisteluaikaa, joten viikon poissaolon sovittaminen työkiireisiin vaati aikamoista suostuttelua työnantajani kanssa. Kun kerroin tämän olevan aйнutkertainen mahdollisuus, joka ei toistu useasti elämässä sain luvan ylimääräiseen palkattomaan lomaviikkoon. Lähtötiedot olivat varsin puutteelliset. Tiesin oikeastaan vain seminaarin ajankohdan ja että paikallinen jousiammuntaliitto oli kutsunut seminaariin noin kolmisenkymmentä jousiammuntavalmentajaa.

Millaisella tasolla Malesiassa valmennetaan ja mitä nämä seminaariin kutsutut tietävät jousiammuntavalmennuksesta, olivat täysin auki olevia kysymyksiä?

Lensin Kuala Lumpurin Kööpenhaminan ja Bankokin kautta ja saavuin iltamyöhällä Kuala Lumpurin silloin vasta kaksi päivää vanhalla todella mahtavan hienolle kansainväliselle lentokentälle, joka on muuten

Petronas öljyfirman kaksoistorni Kuala Lumpurin yössä



aivan Sepangin formularadan vieressä. Kävellessäni tulliselvityksestä kohti ulko-ovea nousi hienoinen huoli, sillä en tiennyt minne olisin menossa, jos minua ei jostain syystä oltaisikaan vastassa. Ei hätää, sillä seminaarin isännät olivat minua ulko-ovella vastassa jousiammuntaviikko Kauko-Idässä.

Yllä: Virallinen seminaarikuva. Alla: Olympia-hotelli



Lumpurin ydinkeskustassa olevaan Olympia-hotelliin, jossa sijaitsee myös Malesian Olympiakomitean toimistot.

Seuraava päivä - sunnuntai - oli seminaarilaisten kokoontumispäivä, jolloin eri puolilta maata paikalle kutsutut valmentajat saapuivat paikalle. Isännät pitivät minusta koko ajan hyvää huolta tarjoten minulle auliisti ruokaa ja (ei-alkoholipitoisia) virvokkeita. Kieltäydyin kui-tenkin tarjoilusta, sillä olin päättänyt olla saamatta vatsatautia ainakaan ennen ensimmäisiä seminaaripäiviä.

Maanantaiaamuna aamiaisen jälkeen kokoonnuimme Olympiahotellin yhteen monista koulutustiloista seminaarin avajaisia varten. Kaikille osallistujille oli jaettu tulopäivänä kahdet hienot paidat ja materiaalilaukut, myös minulle, joten seminaariväki oli varsin ammatimaisen näköinen joukko jousiammuntaväkeä. Luokkahuonekin oli todella toimiva ja vain

muutaman askeleen päässä hotellimme pääovesta. Minulla oli koko seminaarin ajan äänentoistolaitteet, videotykki ja valkotaulu käytössäni, joten se puoli oli hanskassa. Seminaarin avasi Malesian Olympiakomitean sihteeri (vasemmalla puolellani ryhmäkuvassa), jonka monimutkainen nimi ei minulle koskaan selvinnyt. Hän joka tapauksessa toivotti seminaarille menestystä ja minut tervetulleeksi Kuala

Lumpurin.

Luentoja maanantaista keskiviikkoon

Ensimmäisen päivän aiheena olin valinnut oikeaoppisen ammuntatekniikan ja etenkin ammunta-asennon opettamisen ja sen merkityksen ymmärtämisen tuloksellisessa valmennuksessa. Esitykseni pohjautui pääosin Kisik Leen oppeihin, joissa malesialaisille valmentajille oli paljon uutta opittavaa, sillä kuten meilläkin nämä korealaiset ajatukset ovat osittain vielä hakusessa.

Toisena päivänä aiheena oli välineviritys. Kerrattiin perusviritykset, käytiin läpi nuolitestit ja opeteltiin opettamaan valmennettaville myös vähän hienommat virityksiksi.

Kolmas luentopäivä eli torstai oli kokonaan pyhitetty valmennustaitojen opiskeluun eli kävin läpi valmentajaoppilaitteni kanssa kaikki hyvän jousiammuntavalmentajan ominaisuudet. Eli millaisen omasta ja Leen mielestä jousiammuntavalmentajan tulee olla.



Seminaari vähän ennen lounastaukoa

Iltapäivällä yritin istuttaa malesialaisiin mahdollisimman positiivisen asenteen valmennukseen. Homma ei tuottanut vaikeuksia, sillä malesialaiset ovat ylipäänsä varsin leppoisia ja alati hymyileviä ihmisiä.

Tostain aamupäivän harjoiteltiin valmennusta kentällä

Torstai aamuna haki bussi meidät hotellilta paikalliselle jousiamentakentälle. Kuvittelin meneväni jollekin alkeelliselle kenttäpahaselle, jossa saattaisi olla jopa jonkinlainen pikkurakennus. Vau! Kuola Lumpurin kenttä on hienoin jousiamentakenttä, missä olen ikinä käynyt! Upouudessa 6 miljoonaa dollaria maksaneessa klubirakennuksessa oli hienot ja toimivat toimisto-, koulutus-, lehdistö-, tulospalvelu-, pukuhuonetilat. Kentän puoleisella seinustalla oli 500 hengen katsomo, jossa erikoisuutena oli viilentävää ilmaa ulkokatsomoon suihkuttavat isot potkurituuletin!



Kuola Lumpurin jousiamentakeskus



En ole koskaan nähnyt niin tasaista ja hyvää nurmikkoa millään jousiamentakentällä missään maailmassa kuin siellä. Kun ihmettelin kentän pinnan huikeaa laatua, minulle kerrottiin nurmikon olevan austraaliaista rugby-nurmikkoa, joka kestää todella kovaa kulutusta.

Kentälle pystytettiin tilaisuutta varten 5 olkitaustaa ja opetettavana porukalla oli ryhmä poliisien juuri poliisiakatemiassa opiskelevia nuoria jousiampujia. Heidän kanssaan osa

valmentajista sai kokeilla käytännössä valmennusoppejani. Minä vain tarkkailin heidän työskentelyään ja annoin lisävihjeitä.

Kun ihmettelin, miksi he käyttivät olkitaustoja, eikä solumuovitaustoja, joita Suomessa käytetään, vietiin minut talon taakse (ei onneksi ammuttavaksi) vaan toteamaan, että siellä odotti 60 solumuovitaustaa seuraavia kansallisia kilpailuja. Olkitaustoja käytetään vain harjoittelussa. Että sillä lailla Malesiassa.

Iltapäivällä kävin tutustumassa Malesian jousiamentamaajoukkueeseen

Malesian Olympiakomitean alainen maajoukkue harjoittelee Kuola Lumpurin Urheilukeskuksessa kaupungin ulkopuolella. Alueelle on sijoitettu eri lajien urheiluareenat, urheiluhallinto ja eri lajien urheilukoulu. Viimeisenä kenttänä alueella oli jousiamentakenttä, jolla Malesian maajoukkue, johon kuuluu ymmärtääkseni 12 virallista ja neljä potentiaalia uutta tulokasta, harjoittelee. Joukkueen jäsenet on valittu osavaltioiden parhaista nuorista jousiampujista ja heitä valmentaa täyspäiväisesti kolme korealaista ammattivalmentajaa. Että, sillä lailla Malesiassa (jo toisen kerran)! Maajoukkueen kaikki jäsenet saavat opiskelija-asunnon ja ruoan, yliopistotasaisen opiskelupaikan kampuksen kouluissa, 700 US dollaria taskurahaa kuukaudessa ja korealaisten valmentajien jokapäiväisen opastuksen! Jos ja kun sataa joukkueella on käytössä myös pieni 18 metrin sisäämentahalli.



Maajoukkueen korealainen valmentaja

No todettakoon tässä nyt kuitenkin, että vaikka olosuhteet maajoukkueella ovatkin aivan käsittämättömän hyvät, eivät siinä olevat nuoret jousiampujat millään lailla ihmeitä minulle esittäneet. Samanlaisia asento- ja

suoritusvirheitä heillä oli, kuin meikäläisilläkin ampujilla.

Iltaisin minua vietiin huvittelemaan

Tiistai-iltana olin paikallispoliisien valmentaryhmän kanssa Kuola Lumpurin ydinkeskustan pilvenpiirtäjän ensimmäisessä, toisessa, kolmannessa, neljännessä ja viidennessä kerroksessa sijaitsevan karaokeravintolan ykköskerroksen sviitissä laulamassa niin englannin kuin malesian kielisiä lauluja. Kaikilla oli hauskaa, vaikkei alkoholia illan kuluessa nautittu pisaraakaan (Malesia kun on osittain muslimivaltio). Isännilläni oli varmaankin tosi hauskaa kun Coach Pika lauleli paikallisia lauluja soolona ilman, että ymmärsi flatscreenruudulla juoksevista sanoista tavuaakaan. Hieno karaokeiltakokemus, todella hienossa seurassa ja hienossa ravintolassa.



Yllä: karaokestara. Alla: morsiuksensa

Seuraavana iltana olin saman porukan kanssa yökerhossa, jossa sielläkin jouduin parrasvaloihin muutaman kerran. Ensimmäisen kerran minut haettiin ravintolassa esiintyneen tyttötrion toimesta laulamaan lavalle I did it my wayn ja toisen kerran tanssilattialle kun juuri häämatkallaan kaupungissa olevan nuori englantilainen nainen haki minut tanssimaan. Hänen tuore aviomiehensä ei kuulemma suostunut mistään hinnasta tanssimaan nuorikkonsa kanssa.



Perjantaina iltapäivällä alkoi kotimatka

Kuola Lumpurissa alkoi satamaan aamupäivällä aivan yhtäkkiä kuin kaatamalla. Vesi lainehti kaupungin jokaisella kadulla ja liikenne ruuhkaantui keskustassa aivan totaalisesti. Minua oltiin tulossa hakemaan kentälle kello 12.00, sillä koneeni lähtisi Bankokiin kello 15.30. Hakijoita vain ei kuulunut! Kello 13.30 hermostuksissani tilasin hotellilta taksin viemään minut noin 50 kilometrin päässä pääkaupungista sijaitsevalle lentokentälle. Taksia ei onnekseni tullut sateesta johtuen heti, sillä isäntäni saapuivat sittenkin! Hyppäsin autoon ja sitten minua vietiin läpi sateen ja ruiskujen läpi miljoonakaupungin. Ulosmeno-moottoritiellä liikenne mateli ruuhkassa kuin etana. Tie aukeni vihdoinkin ja sadekin lakkasi ja sitten mentiin todella vauhdilla. Ehdin kaikesta hässäköinnistä huolimatta ajoissa lennolleni ja hieno valmentajaseminaariviikko Malesiassa oli takana päin.



Malesian jousiammuntapäällikkö vaimoineen jousiammuntakeskuksensa toimistossa

Hienosti ovat jousiammunta-asiat Malesiassa! Paikallinen Olympiakomitea antaa kaiken tarvittavan tuen lajille, eikä ampujien tarvitse kuin vain harjoitella ja kilpailla. Välineet, jotka olivat kaikilla näkemilläni malesialaisilla jousiampujilla täysin samalla tasolla kuin meillä Suomessakin kustantaa valtio - kaikille. Jousina oli uusia Hoyteja ja Win&Winnejä, mutta suurin ero välineissä näytti olevan meihin nähden, että kaikki ampuivat X10-nuolilla. Jousiammuntaa harrastetaan Malesiassa mitä erilaisimmissa kouluissa, kuten lukiossa, poliisiopistossa, armeijan, sekä laivaston opinahjoissa ja tietenkin myös eri puolilla valtiota olevissa seuroissa. Olosuhteet ovat siis mitä loistavimmat, joten on syytä odottaa malesialaisten jousiampujien menestyvän arvokilpailuissa jo aivan lähivuosina. Varsinkin kun siellä on nyt 32 koulutettua ja valtion

palkkaamaa ammattivalmentajaa, jotka saivat valmentajaseminaarista uusia virikkeitä ja varmasti myös uutta intoa ja uskallusta työhönsä.

No, miksei meillä ole samanlaisia olosuhteita? Siksi, että Malesiassa kaikki kesäolympialajit ovat sikäläisen komitean hoidossa! He satsaavat myös jousiammuntaan selvästikin enemmän kuin me täällä Suomessa! SJAL toki sai vuonna 2006 noin 45 000 euroa lajin valtionavustusta, mutta Suomen Olympiakomitea ei anna liitolle, eikä sen jousiammuntaurheilijoille euroakaan!

Jousiampujalehti ■ Pirkka Elovirta

Mainio tokaisu



Tunnetusti jousiampujilla on hyviä selityksiä, kun jokin menee pieleen. Olen joissakin yhteyksissä sanonut leikkisästi, että jousiampujan selitystenkirja onkin paksumpi kuin raamattu, painettu pienemmällä prännillä ja paljon ohuemmalle paperille. Olen myös luvannut maksaa 10 euroa, jokaisesta uudesta, ennenkuulemattomasta selityksestä sen esittäjälle.

Muutama ilta sitten kuulin aivan ratkierimukseen uuden selityksen seurakaveriltani harjoituksissa. Selite oli vielä kaiken lisäksi varsin positiivinenkin. Se kuului jotakuinkin näin:

”Mäen tykkää ollenkaan ampua 10-renkaiseen tauluun, kun se on niin sekava. Siinä on aivan liikaa värejä ja renkaita. Ammun paljon mieluummin spottitauluun. Se on jotenkin rauhallisempi.”

Ajattelisipa kaikki näin!

Jousiampujalehti ■ Pirkka Elovirta

Paunamuunnin

Leikkaa irti ja hyödynnä.

#	=	pauna	
1 #	=	0,454	kg
2 #	=	0,918	kg
3 #	=	1,372	kg
4 #	=	1,826	kg
5 #	=	2,280	kg
6 #	=	2,734	kg
7 #	=	3,188	kg
8 #	=	3,642	kg
9 #	=	4,096	kg
10 #	=	4,550	kg
11 #	=	5,004	kg
12 #	=	5,458	kg
13 #	=	5,912	kg
14 #	=	6,366	kg
15 #	=	6,820	kg
16 #	=	7,274	kg
17 #	=	7,728	kg
18 #	=	8,182	kg
19 #	=	8,636	kg
20 #	=	9,090	kg
21 #	=	9,544	kg
22 #	=	9,998	kg
23 #	=	10,452	kg
24 #	=	10,906	kg
25 #	=	11,360	kg
26 #	=	11,814	kg
27 #	=	12,268	kg
28 #	=	12,722	kg
29 #	=	13,176	kg
30 #	=	13,630	kg
31 #	=	14,084	kg
32 #	=	14,538	kg
33 #	=	14,992	kg
34 #	=	15,446	kg
35 #	=	15,900	kg
36 #	=	16,354	kg
37 #	=	16,808	kg
38 #	=	17,262	kg
39 #	=	17,716	kg
40 #	=	18,170	kg
41 #	=	18,624	kg
42 #	=	19,078	kg
43 #	=	19,532	kg
44 #	=	19,986	kg
45 #	=	20,440	kg
46 #	=	20,894	kg
47 #	=	21,348	kg
48 #	=	21,802	kg
49 #	=	22,256	kg
50 #	=	22,710	kg
51 #	=	23,164	kg
52 #	=	23,618	kg
53 #	=	24,072	kg
54 #	=	24,526	kg
55 #	=	24,980	kg
56 #	=	25,434	kg
57 #	=	25,888	kg
58 #	=	26,342	kg
59 #	=	26,796	kg
60 #	=	27,250	kg
SÄÄNTÖJEN MUKAINEN YLÄPAUNARAJA JOUSESSA			
61 #	=	27,704	kg
62 #	=	28,158	kg
63 #	=	28,612	kg
65 #	=	29,066	kg
66 #	=	29,520	kg
67 #	=	29,974	kg
68 #	=	30,428	kg
69 #	=	30,882	kg
70 #	=	31,336	kg

Järvakandi Open XXXVII



Kilpailumatkalta

Pitkät perinteet omaava jousiammuntakilpailu Järvakandi Open XXXVII kilpailtiin Eestissä 25.8.-27.8.2006. Kilpailuun oli kerääntynyt jousiampuja 5 eri maasta eli Virosta, Latviasta, Liettuasta, Venäjältä ja nyt myös pitkästä aikaa Suomesta. Suomen joukkueeseen kuuluivat Risto Ylätalo, Tero Pullinen, Vesa Tarhala, Arto Laakso (KyJo), Marko Järvenpää, Erja Järvenpää (RJA), Juha Viitaoja (Diana-57) sekä allekirjoittanut eli Antti Tekoniemi (TeJA). Kilpailuluokkina olivat ainoastaan tähtäimen ja taljan yleiset miesten ja naisten luokat ja kaiken kaikkiaan kilpailuun osallistui 76 kilpailijaa. Suurin yksittäinen luokka oli miesten tähtäinjousi, jossa osallistujia oli 40.

Koko viikonloppu päästiin ampumaan erittäin hyvissä olosuhteissa. Perjantain harjoituksissa tuuli oli normaalia ja hiukan puuskaista, mutta lauantaina ja sunnuntaina ei tuullut käytännössä juuri ollenkaan. Molempina kisapäivinä tuli yksi pieni sadekuuro, mutta kumpanakin päivänä sade ajoittui tauolle, joten sillä ei ollut ammuntaan mitään vaikutuksia.

Lauantaina ammuttiin FITA:n pitkät matkat ja joukkuekisa. Vesa kunnostautui ensimmäisellä matkalla ja otti kärkipaikan miesten tähtäinluokassa hyvällä tuloksella 293. Taljassa Marko vei matkamestaruuden ja

naisten taljassa Erja oli toisena. Toisella matkalla allekirjoittanut paranteli asemiaan tähtäinluokassa nousten kolmanneksi, kun kilpailun kärkeen siirtyi järjestävän seuran Raul Kivilo. Vesa oli 70m jälkeen neljäntenä. Taljassa Marko vei myös toisen matkan ja Erjan sijoitus muuttui neljänneksi.

Pitkien matkojen jälkeen ammuttiin joukkuekisa, joka periaatteessa oli seurojen välinen, mutta Eestiläiset olivat reilua porukkaa ja joukkueet koottiin siten, että kaikki pääsivät ampumaan. Tähtäin puolelle kokosimme kaksi joukkuetta. KyJo I nimeä kantavaan joukkueeseen kuului allekirjoittaneen lisäksi Vesa ja Arto ja KyJo II:ssa ampuivat Tero, Risto ja Juha. Myös taljaan saatiin kasattua kulttuurirajoja rikkova joukkue, kun Markon ja Erjan RJA joukkueeseen liittyi Järvakandi Ilveksen Priit Sohkin.

Alkukisan pistelaskun jälkeen KyJo I oli tähtäinkisan kärki ja KyJo II oli kahdeksantena, kun joukkueita oli yhteensä 11. Taljassa joukkueita oli 5 ja RJA pääsi starttaamaan kakkosruudusta. Koska kaikki joukkueet sijoitettiin kaavioon, niin KyJo I sai ensimmäiselle kierrokselle vapaavuoron ja kun KyJo II hoiti oman matsinsa, niin ¼ ottelu muodostui suomalaisten keskinäiseksi kamppailuksi, joka päättyi lopulta pisteisiin

200/162 KyJo I eduksi. Myös RJA meni taljassa semifinaaliin. Semifinaalissa KyJo I vastaan asettui Eestin Vana Võidu VK:n nuori joukkue, joka ampui erittäin tasaisesti ja kun me hiukan epäonnistuimme, niin kultahaaveet muuttuivat pronssiotteluksi pistein 202/187. Taljassa semifinaali oli huomattavasti tiukempi, mutta lopulta RJA joutui tunnustamaan VK Vibuvaimin paremmaksi pistein 216/214. Pronssiottelu eteni tähtäinjousen osalta erittäin tasaisesti ja ennen viimeistä sarjaa tilanne oli tasan. Liettuan Vilniuksen joukkue ampui kuitenkin viimeisellä sarjallaan 56 pistettä, meidän ampuessa 51, joten pronssia Vilniukselle pistein 204/199. Kultaa tähtäimessä otti Eestin Vana Võidu VK ja hopeaa Latvian Amazonas Riga. Taljassa pronssiottelu oli yhtä tiukka kuin semifinaalikin, mutta niin ikään Liettuan Vilnius taivutti siinäkin pronssin itselleen loppupistein 217/214. Taljan kulta meni Venäjän SPb Archery Club:lle ja hopea Eestin VK Vibuvaimille.

Sunnuntaina jatkettiin kilpailua lyhyillä matkoilla. Oma ammuntani pelasi heti aamusta alkaen ja ammuinkin 50m oman ennätykseni 316 jolla nousin jaetulle kakkossijalle ja ero Kivilon Rauliin kutistui 13 pisteeseen. Taljassa Marko ampui 349 eli pistettä vaille SE:n, joka oli samalla myös hänen oma ennätys. Naisten taljassa Erja nosti sijoituksensa 50m:llä nelosesta kolmoseksi.

Viimeinen matka tarjosi suomalaisesta näkökulmasta melkoisen yllätyksen, kun selvisi, että 30m ammutaan tähtäinjousen osalta 10 renkaiseen ja suurimmassa osassa taustoista oli neljä ampujaa. Tilanteeseen oli kuitenkin vain mukauduttava ja matka saatiin ammuttua läpi ilman suurempia välinerikkoja. Toki tulokset tippuivat varmasti jokaisella hiukan peräohjureiden vuoksi. Oma ammuntani kulki myös tällä matkalla ja tulokseksi minulle kirjattiin 344. Lopputulokseni oli 1238, joka oli niin ikään oma ennätykseni ja se oikeutti hopea-sijoitukseen. Ero Kilpailun voittajaan Järvakandi Ilveksen Raul Kiviloon jäi ainoastaan 5 pisteeseen Raulin ammuttua 1243. Vesa ampui molemmat sunnuntain matkat myös erittäin hyvin ja piti neljännen sijan tuloksella 1222. Pronssille sijoittui Liettuan Harmonijan Vidmantas Vaicekauskis. Taljassa Marko viimeisteli voittonsa tuloksella 357 ja ampui

Järvakandi Open

samalla jo kolmatta kertaa tänä kesänä tuloksen 1371. Myös Erja varmisti pronssinsa ja kokonaistulokseksi kertyi 1292. Muista suomalaisista Arto Laakso sijoittui 16. tuloksella 1130. Arto nosti sijoitustaan huimasti ampuessaan 30m 337. Pullisen Tero sijoittui heti Arton jälkeen 17. tuloksella 1125. Ylätalon Risto sijoitus oli 23 tuloksella 1076. ja Viitaojan Juhan 28 tuloksella 1013.

Palkintojen jaossa olivat paikalla lähes kaikki kilpailuun osallistuneet ampujat muutamaa poikkeusta lukuun ottamatta. Palkintojen jakoa varten kilpailijat asettuivat yhteen riviin ja ennen varsinaista palkintojen jakoa pyydettiin niitä ampujia astumaan askel eteenpäin, jotka olivat tehneet kilpailussa oman ennätysensä, kenttäennätyksen tai maansa ennätyksen. Pisimmälle eli kahden askeleen päähän meistä pääsi Marko, joka ampui kolme Järvakandin kenttäennätystä, sekä henkilökohtaisiksi ennätyksikseen 70m 347, 50m 349 ja kokonaistuloksen 1371. Koko kentän kuningattareksi nousi Latvian Zane Berzina, joka teki kilpailussa maansa naisten tähtäinluokan ennätyksen ampumalla 1286 ja pääsi astumaan näin ollen kolme askelta. Kaikille ennätyksiä tehneille annettiin raikuvat ablodit ja ainakin omasta mielestäni tämä oli erittäin juhlallinen rituaali. Tähtäinluokkien voittajat saivat 37 vuotta kiertäneet puukirjat vuodeksi palkintokaappiinsa (kirjan sisälle oli kaiverrettuna joka vuoden voittajan nimi, maa sekä tulos). Kaikille mitalisteille oli mukavat pokaalit ja Marko ja Zane saivat myös erityispalkinnot eli prameat maljakot kenttäennätysiensä johdosta!

Jousiampujalehti || Antti Tekoniemi | Teuvan Jousiampujat

Starttasimme kisamatkalle Tekoniemen Antin kanssa Vaasasta perjantai- aamuna kuuden aikoihin. Ajoimme autolla Seinäjoelle, josta matkaisimme luotijunalla Helsinkiin mistä meidän oli tarkoitus jatkaa matkaa Järvenpään kyydissä Tallinnaan ja sieltä edelleen Järvakandiin.

Helsinkiin saavuttuamme kävimme vaihtamassa osan euroista krooneiksi ja löysimme valokuvauksioskista suomenliput hengenluojiksi. Sitten Antin kännykkä soi ja Erja ilmoitti, että he tulevat hakemaan meidät pääoven edestä. "Mikähän näistä kolmesta nyt on sitten se pääovi?!" – Pohjanmaanpojat olivat saapuneet maalta suurkaupunkiin...

Laivamatka sujui muutta mutkitta ja Tallinnasta köröttelimme Järvakandiin yhden pysäyksen taktiikalla. Järvakandiin päästyämme, ajoimme suoraan kentälle, sillä perjantain virallisia harjoituksia oli perille päästyämme vielä tunti jäljellä, jonka tietenkin hyödynsimme tarkalleen. Kentällä tapasimme myös päivää aiemmin paikalle saapuneen Kouvolan porukan eli Riston, Teron, Arton ja Vesan. Kenttä oli kaunis ruohokenttä jolla ammunta suoritettiin asfalttikaistaleelta – taustoja vain siirrettiin matkojen välillä. Järvakandissa meidät suomalaiset oli majoitettu paikallisen lasitehtaan edustustiloihin. Alakerrassa oli keittiö, olohuone ja saunatilat ja yläkerrassa oli yhden tai kahden hengen huoneita. Majoitus todella ylitti odotuksemme, sillä paikka oli mukavampi kuin Suomalaiset hotellit, joihin kisareissuilla on tottunut. Jääkaapista sai syödä, mitä siellä oli ja tilaa oli yllin kyllin taktiikkapalaverille, joita iltaisin pyrittiin pitämäänkin - tiedä sitten hyötykö kenenkään ammunta niistä.

Kisojen aikana koimme ja havaitsimme monia mielenkiintoisia tapoja, jotka poikkesivat kovasti Suomalaisista kisoista. Kilpailujen alkuseremoniat ja puheet pidettiin hieman erilailla kuin mitä Suomessa ollaan totuttu. Kun koto-Suomessa ampujat tuskin alkupuheita kuuntelevat vaan hölisevät omiaan niin Virossa kaikki ampujat kutsuttiin kahteen riviin ampumaviivalle ja tämän jälkeen seurasi puheita ja tiedotteita kisan kulusta joita kaikki satakunta ampujaa kuuntelivat hiljaa. Kisan kuluessa useilla taustoilla vaihdettiin merkkajaa: toisilla taustoilla vaihdettiin jokaisen matkan välissä merkkajaa ja toisilla

taustoilla yksi merkkasi lauaintaina pitkät matkat ja sunnuntaina toinen merkkasi lyhyet matkat.

Lauantain harjoitusammunta aloitettiin mielenkiintoisesti ilman vuoroja niin että ensimmäisten ammuttua toisen vuoron ampujat ottivat heidän paikkansa; aikaa oli tietysti hieman venytetty normaalista neljästä minuutista... Alussa oli tietysti hieman sähellystä ja epäselvyyttä meidän suomalaisten kohdalla, mutta kilpailut lähtivät sujumaan kun "tulkimme" Aleksanteri Kiskonen kertoi meille mitä tuleman pitää ja käänsi järjestäjien ilmoitukset.

Ennen harjoitusammunnan alkua Järvakandin ampujat kokoontuivat yhteen verryttelemään jonka lopuksi he kerääntyivät rinkiin ja hiljentyivät käsikädessä psyykkaamaan toisiaan alkavaan kisaan. Samankaltaista toimintaa on Suomessa nähtävissä Oulaisten Sulan junnuilla Vikströmin Marjon vetämänä.

Tulospalvelun kisojen aikana hoiti suurimaltaosin seuran juniorit: Yllätykseksemme kisojen aikana käytettiin yksinkertaista merkkausta ja jokaisen sarjan jälkeen lauma junnuja juoksi hakemaan tulokortin taustalta ja vei sen konttoriin missä tulokset tarkistettiin ja kuitattiin oikeiksi ja kun ampujat sarjan jälkeen kävelivät tauluille juoksuttivat junnut tulokortit takaisin. Muutenkin suurimman osan kilpailun järjestelystä hoiti seuran junnut, joita paikalla oli paljon. He siirtelivät taustat oikeille paikoilleen matkojen välillä ja hoitivat tulospalvelua ja olivat kaikinpuolin innolla toiminnassa mukana.

Ampujien asenne tauoilla oli myös hieman "poikkeavaa" – nopeasti syötyään, Järvakandin junnujen syöksyessä auttamaan taustojen siirrossa ja taulujen vaihdossa, useat ampujat riensivät ampumaan harjoitteluun varattuihin taustoihin.

Lauantai-illaksi Järvakandi Ilves oli järjestänyt klubirakennukselleen grillijuhlat. Isoon grilliin oli kasattu makkaroita, pihvejä ja lihavartaita, pihalle oli pystytetty telttakatos, jossa oli penkkejä ja pöytiä. Takapihalle oli sytytetty iso nuotio, joka oli penkkien ympäröimänä. Niin nuoret kuin vanhemmatkin söivät hyvin ja seurustelivat ja tanssivat ja railakas meno jatkui myöhään sunnuntain puolelle. Barbeque-tilaisuus todella yhdisti kilpailijoita ja siellä tuli paljon uusia tutta-



vuuksia. Tästä intoutuneena suostuttelimmekin kouvolaalaisia järjestämään ensikesän SM-kisojen yhteydessä myös kunnon barbequen, nähtäväksi jää toteutuuko se.

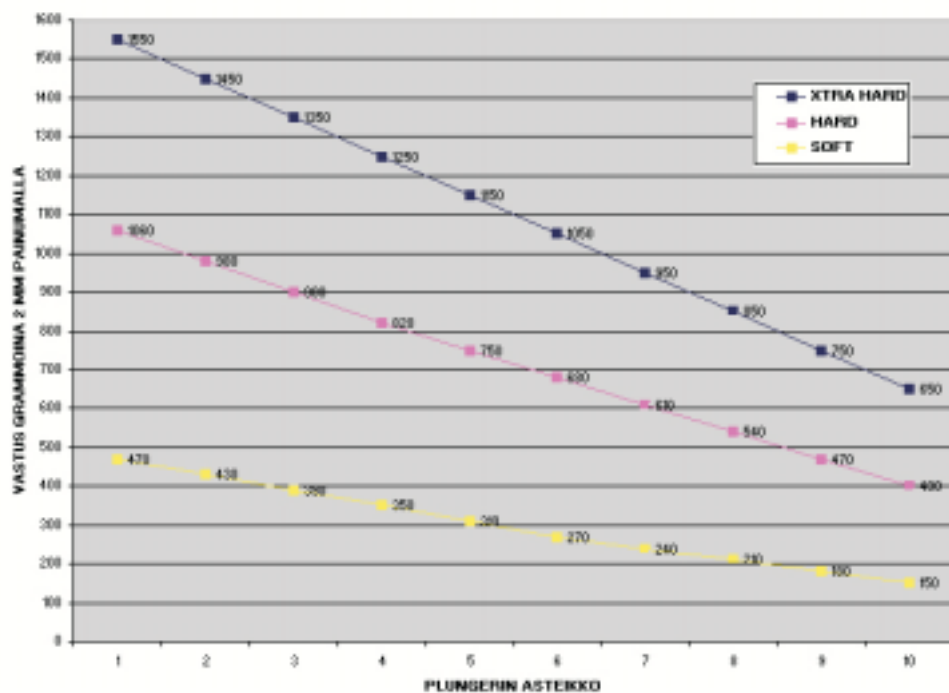
Palkintojen jaossa kaikki ampujat asettuivat yhteen riviin ja lähes kaikki ampujat olivat paikalla seuraamassa palkintojen jakoa. Ennen varsinaisten palkintojen jakoa, jokainen ampuja sai astua askeleen eteenpäin, mikäli oli tehnyt henkilökohtaisen, Järvakandin kentän tai maansa ennätyksen. Maksimissaan askelia oli mahdollista ottaa kolme. Kun kaikki ennätyksiä tehneet olivat astuneet eteen annettiin heile raikuvat ablodit. Tämä oli erittäin mukava ja kunnioittava tapa, josta voisi hyvinkin ammentaa oppia.

Kotimatka ei meidän autokunnalta sujunutkaan sitten yhtä vaivattomasti kuin tulomatka: Tallinnan satamaan päästyämme saimme tietää että pikalaiva makasi hajonneena Helsingissä ja seuraava laiva menisi vasta puoliltaöin. Pienen kiroilun jälkeen soiteltiin kotiväelle ja lähdettiin shoppailemaan. Loppuilta kuluihin rattoisasti toistemme mielenterveyttä testaillen. Tästä lähtien jousiammuntapiireissä onkin kaikki pika-sanan sisältävät pannassa eli ei pikajunia, pikalaivoja, pikaruokaa, pikaliimaa tms. Päästyämme vihdoinkin turvallisesti ja kohtuullisissa ruumiin- ja sielunvoimissa takaisin kotimaan kamaralle saimmekin kokea itsemme lämpimästi tervetulleiksi kärttyisen VR:n lipunmyyjän toimesta. Onnistuimme vaihtamaan sunnuntain junaliput aamuiseen Pendoliinon ja pojat pohjanmaalta pääsivät vihdoinkin pois suurkaupungin humusta.

Kaikista kummelluksista huolimatta kokonaisuudessa reissusta jäi hyvä kuva. Kilpailut oli hyvin järjestetty, majoitus mahtava, kenttä kaunis ja ilma kuin morsian koko viikonlopun, grillijuhlat loistavat ja ihmiset mukavia. Järvakandiin matkataan varmasti toistekin.

Jousiampujalehti ■ Juha Viitaaja ■ Vaasan Diana-57

Beiter-plungerin jousien vertailua



Välinetekniikkaa

Archery Focus-lehdessä oli aikoinaan Don Rabskan artikkeli nuolien virittämisestä. Artikkelissa mm. todettiin että "normaali" plungerin jäykkyys, perustuen maailman huippujen antamiin käsityksiin, on välillä 200 – 700 grammaa. Plungerillahan ei voi sopimatonta nuolta, ainakaan hiilikuitunolta, saada millään toimimaan, joten nuolen pituus (jätä lyhennysvaraa...) ja kärkipaino tulisivat olla sellaiset, että plungeria "medium"-asetuksesta (400 – 500 g) kiristämällä tai löysäämällä pystyy siirtämään sulattoman nuolen osumapistettä sulitettuihin nähden puolelta toiselle 18 – 30 metristä. Mitenkä kukin sitten haluaa

virittää; jäykällekö vai notkean puolelle...

Teinpä sitten testin talousvaa'an avulla; O -rengas plungerin nupin ympärille, jotta vajoama olisi aina n. 2 mm. Kullakin jousella, jokaisen täyden säätöluvun kohdalla, tein useita painalluksia vaakaa vasten, jotta sain keskiarvon lukemista. Oheisesta taulukosta voi sitten katsoa, millä asetuksella esim. tuo "medium" löytyy. Eri jousia voi myös vertailla keskenään; jos löysemmällä jousella säätöalue loppuu kesken, voit taulukosta katsoa, mihin alkulukemaan asetat jäykemmän jousen.

Jousiampujalehti ■ Mika Savola ■ Arcus

Hyvillä välineillä alkuun!

Jousiammunta mielenkiintoinen ja haastava harrastus. Sherwood Shop on jousiammuntavälineitten erikoisliike, josta saat kunnon välineiden lisäksi myös hyvät neuvot harrastuksesi alkuun. Tervetuloa paikanpäälle myymäläämme tutustumaan laajaan valikoimaamme ja valitsemaan juuri sinulle sopivat välineet. Jos helsinki on liian kaukana sinusta, voit tutustua valikoimiimme myös netissä osoitteessa: www.sherwoodshop.fi ja soittaa tilauksesi. Kuvassa olevaan aloituspakettiin kuuluu kaikki tarvittava ja todella erikoishintaan; jousi, tähtäin, jänne, 4 kpl hiilikuitunuolia, nuolihyilly, nuoliviini, sormiläppä ja rannesuoja, viritysnaru sekä taulu.



**ALOITTELIJAN
JOUSIPAKETTI**

158€

Valinnan mukaan joko Roland-, KAP- polymeeri/komposiittikeskiosa tai puinen Samick Solaris-keskiosa. Muovisten keskiosien värit: sininen tai punainen (Roland) ja musta (KAP)

Lapojen pituudet: 62, 66, 68 tai 70 tuumaa

Lapojen jäykkyys: 12 - 32 paunaa (2 paunan välein)



Välinekauppiasi
SHERWOOD SHOP



Maneesikatu 2, Helsinki, puhelin 09-1356508, www.sherwoodshop.fi