

VALKEAKOSKEN HAKA

Toimintakertomus 2023



Eeva Niskavaara (Kuva Eila Saukkonen / Valkeakosken Sanomat)

Sisällys

Valkeakosken Hakan toimintakertomus 2023	2
Puheenjohtajan katsaus	3
Toimintamme ja organisaatio	4
Villen Plaketti 2023 Nro 66	6
Vuoden Nuoriurheilija	7
Kunniapuheenjohtaja – Eeva Niskavaara.....	8
Muistokirjoitus – Kari Helenius.....	10
Yleisurheilu	11
Suunnistus	15
Hiihto	24
Mäkihyppy	26
Koripallo	28
Luistelu	31
Nyrkkeily	34

VALKEAKOSKEN HAKAN TOIMINTAKERTOMUS 2023

Valkeakosken Haka ry (hyväksytty kevätkokouksessa 21.03.2024) JULKAISUVUOSI 2023

TEKSTIT

Mikko Hatakka, Juha Karjalainen, Mikko Huoviala, Pirjo Nieminen, Timo Salonen, Rene Järvinen
Outi Pinomäki, Ville Virkki, Petri Närvä ja Matti Nurmi

PUHEENJOHTAJAN KATSAUS

Paluu arkeen

Aktiivinen juhluvuosi monine tapahtumineen jäi taakse ja paluu normaaliin tapahtui vuonna 2023. Toki juhlat kaupungissa edelleen jatkuivat, kun Valkeakosken kaupunki vietti 100-vuotis juhliaan.

Puheenjohtajan näkökulmasta vuosi 2023 sujui odotetusti: hiihtojaoston järjestämät nuorten SM-hiihdot vuoden kohokohtana. Saamiemme palautteiden perusteella järjestelyt sujuivat erinomaisesti. Tapahtumassa jaostojen yhteistyökin toimi hienosti. Kolmipäiväisen tapahtuman aikana sää oli hiihdolle suosiollinen, lunta riitti ja aurinko paistoi. Tunnelma itse kilpailutapahtumassa oli hyvin positiivinen, eikä sitä ainakaan yhtään haitannut se, että tapahtuman selostajat Kekkonen ja Pajunoja viihdyttivät paikalla olleita ihmisiä letkeällä huumorillaan.

Valkeakosken kaupungin panos kisojen onnistumisessa oli tärkeää, ladut olivat erinomaisessa kunnossa koko talven, joten kaupunkilaisetkin pääsivät nauttimaan hyvistä hiihdon olosuhteista.

Vuoden 2023 surullinen uutinen yllätti: nyrkkeilyjaoston pitkäaikainen puheenjohtaja ja puuhamies Kari Helenius menehtyi keväällä meille seuratoimijoille hieman yllättäen.

Puheenjohtaja, sekä varapuheenjohtaja osallistuivat Suomen urheiluopiston ja Hämeen kauppakamarin yhdessä järjestettyyn Osaava Seuran Hallitus (OSH) pilotti koulutukseen. Sisältö oli erittäin ajankohtainen ja mielenkiintoinen sisältäen hallituksen vastuuasioita, tulevaisuuden trendejä, tekoälyn hyödyntämistä ja tietenkin talouden ennakkoinnin ja seurannan merkityksellisyttä toiminnan mahdollistajana.

Hakan entinen puheenjohtaja ja pitkäaikainen aktiivinen, liikunnallinen jäsen, Eeva Niskavaara valittiin seuramme kunniapuheenjohtajaksi. Eeva on Hakan kolmas kunniapuheenjohtaja Ville Suihkon ja Pekka Lehmusvirran jälkeen kautta Hakan 90-vuotis historian.

Hakan johtokunta päätti luopua pitkäaikaisesta Seurahuoneenkadun toimistostaan, koska jäsenistö koki toimiston tarpeettomaksi. Kokoukset pidetään usein etänä ja toisinaan erikseen vuokratuissa tiloissa.

Hakan jaostot ja johtokunta työllistivät useita valkeakoskelaisia nuoria kesätöihin erilaisin tukitoimin. Tukijoina olivat Etelä-Pirkanmaan Osuuspankki, Hämeen Liikunta ja Urheilu ja Hotelli Waltikka. Töissään nämä n. 15-vuotiaat nuoret olivat erittäin ahkeria ja aikaansaavia.

Hakan eri jaostojen talkoolaisille ja urheilijoille, sekä kaikille liikuntaa harrastaville kiitos menneestä 2023 vuodesta ja hyvää liikunnallista vuotta 2024.

Mikko Hatakka / Haka ry puheenjohtaja

TOIMINTAMME JA ORGANISAATIO

”Valkeakosken Haka on yksi tunnetuimmista ja menestyneimmistä urheiluseuroista koko Suomessa”



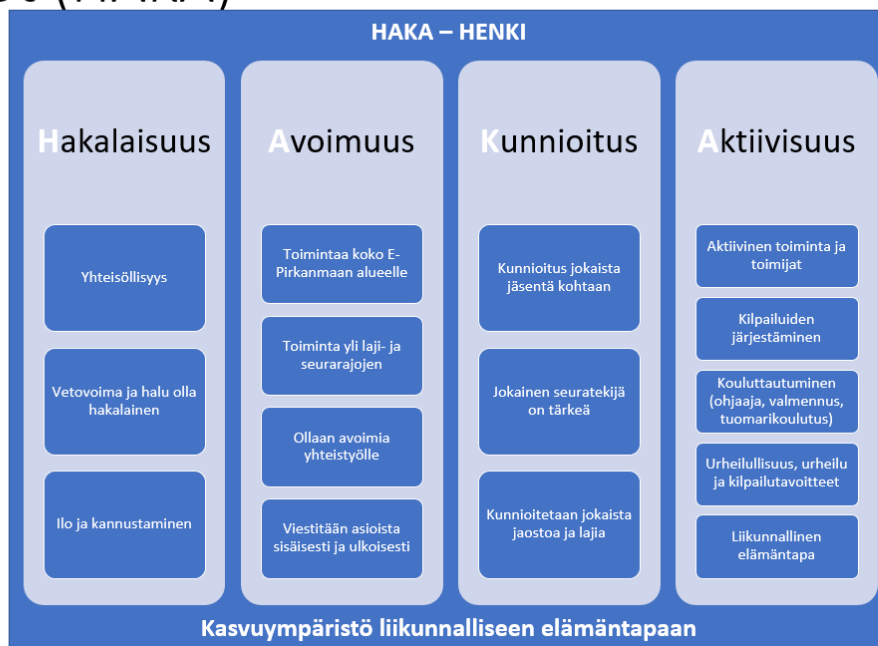
Haka Ry organisaatio 2023

Pj: Mikko Hatakka Vpj: Juha Karjalainen	
Jäsenet: Outi Pinomäki, Ahti Vuorinen, Jussi Nurminen, Matti Nurmi (Kari Helenius), Petteri Oksanen, Mikko Huoviala	

Yleisurheilujaosto	Koripallo	Luistelu	Hiihto	Suunnistus	Nyrkkeily	Mäkihyppy ja yhdistetty
Petri Närvä pj Juha Karjalainen Sami Koskinen Hanna Kinnari-Korpela Marko Erola Merja Huotari Minna Karppi Veera Younes Minna Kotilainen Marjaana Haverinen	Ville Virkki pj Mika Salokangas Petteri Oksanen Kari Kekkonen Juha Härkönen Emil Rautia	Outi Pinomäki pj Jyrki Hietanen Jori Silén Kimmo Rantanen Mika Siren Veli Valtinen Mika Stenman	Ahti Vuorinen pj Petteri Kekkonen Akseli Vuorinen Sami Pietilä Johanna Rautakorpi	Jussi Nurminen pj Pirjo Nieminen Ari Nurminen Minna Aaltio Jarmo Aonala Helkki Hiltio Ulla Ruotsalainen Timo Salonen Timo Huoponen	Matti Nurmi (pj) (Kari Helenius (pj)) Rene Järvinen Ari Jauhainen Riikka Niemi Joni Paalijärvi Outi Sakko	Mikko Huoviala, pj Timo Kääpä Hannu Nyström Olli-Petteri Nyström Tuomasmäkinen Toni Paukkunen Arttu Huoviala

9

Arvot (HAKA)





Liikunnasta virta läpi elämän

Seuramme toiminnan tarkoitus on tarjota kattavasti kaikille laadukas urheilijan / liikkuajan polku

Urheilukoulu (6 – 9 vuotiaat)

- Harjoitukset kerran viikossa
- Leikin varjolla tutustuttaa liikunnalliseen elämään
- Omaehtoinen liikunta
- SUL pohja urheilukulutoimintaan
- [Hippo-](#) / seuran omat kilpailut

Nuorisovalmennus (10 – 13 vuotiaat)

- Harjoitukset 3-5 kertaa viikossa
- Tavoite opettaa urheilulliseen elämään sekä totuttautua kilpailemiseen
- Omaehtoinen liikunta
- Ottelupohjainen harjoittelu opetellen monipuolisesti lajitekniikat
- Seuran omat kilpailut sekä piirin kilpailut

Valmennusryhmät

- Harjoitukset 5-7 kertaa viikossa
- Yleis- sekä lajispesifiset harjoitukset
- Urheilullinen elämä tukien opiskelua ja ensimmäistä työpaikkaa
- Erikoistutaan omaan lajiin
- Pyrkimys erinomaisuuteen
- SM sekä kansainväliset kilpailut

Seuratoimija

- Urheilijasta ohjaajaksi
- Ohjaajasta Valmentajaksi
- Vanhemmasta ohjaajaksi
- Vanhemmasta tuomariksi
- Johtokuntatyö
- Seuran, piirin ja lajiliiton järjestämät koulutukset
- Tekemällä oppii

Kasvu ympäristö liikunnalliseen elämäntapaan

VILLEN PLAKETTI 2023 NRO 66

Kiitollisuuden osoituksena seuran perustajajäsenelle, ensimmäiselle puheenjohtajalle ja kunniapuheenjohtajalle Vilho Petteri Suihkolle on Valkeakosken Haka lyöttänyt "Villen Plaketin" hänen 60-vuotispäivänsä kunniaksi 8.12.1958.

Villen Plaketti myönnetään vuosittain ansioituneelle hakalaiselle tunnustukseksi pitkäaikaisesta, uhrautuvasta työstä seuran hyväksi.

Plaketin tarkoituksena on palkita ennen kaikkea niitä hiljaisia uurastajia, jotka vuodesta toiseen suorittavat epäitsestä työtään vaativissa toimitsija- ja ohjaajatehtävissä.

Vuoden 2023 Villen Plaketi Nro 66 on myönnetty Ulla Ruotsalaiselle

Ulla Ruotsalainen on jo kahden vuosikymmenen ajan antanut vahvan panoksen Hakan suunnistusjaoston nuorisotoimintaan. Viimeiset 17 vuotta Ulla on toiminut suunnistusjaoston johtokunnassa vastuualueenaan nuoriso ja erityisesti suunnistuskoulu. Lasten ohjaaminen suunnistuksen saloihin on juurikin Villen Plaketin yhteydessä usein todettua pitkäaikaista, huomaamatonta ja uhrautuvaa työtä seuran hyväksi.

Jokakesäinen suunnistuskoulu on vaatinut vuosien varrella lukemattomia Ullan vetämiä suunnittelupalavereja, joista useimmat on pidetty Ullan kotona maittavan kahvitarjoilun kera. Harjoitusten aiheet ja sopivat maastot löytyvät helposti Ullan muistista uusia ideoita unohtamatta. Keväiset harjoitusmateriaalien ja –varusteiden tilaukset sekä kalentereiden laatiminen on sujunut Ullalta vankalla rutiinilla. Tärkeä ohjaajien rekrytointi ja opastus on ollut yksi Ullan erityisistä vahvuusalueista.



Kuva 1 Ulla Ruotsalainen (kuva Timo Salonen)

Suunnistuskoulun maastoharjoituksissa Ulla on saanut opettajan kuuluvalla äänellä ja ammattitaidolla lapset hetkessä keskittymään tulevaan suunnistustehtävään. Toimivien ryhmien muodostaminen, sopivien ohjaajien sijoittaminen ryhmiin sekä toiminnan sujuva aloitus vaatii tilanteen haltuunottamista, missä Ulla on ollut suvereeni. Jokaiselle lapselle sopivan haasteen sekä ryhmän valitseminen vaatii harjaantunutta ohjaajan silmää ja ymmärrystä lapsen taitotasosta.

Lapsille tärkeän kannustavan palautteen antaminen harjoituksen aikana ja rastiretken jälkeen sujuu Ullalta luontaisesti. Myös harjoitusten purkaminen eli rastien poishaku tai sen koordinointi ohjaajien kesken sujuu Ullalta vaivattomasti.

Ulla on näyttänyt hienoa esimerkkiä sekä lapsille että muille ohjaajille saapumalla maastoharjoituksiin pyörällä aina kun se on mahdollista. Esimerkillistä on ollut myös Ullan

pitkään jatkunut ohjaustalkoilu, vaikka omat lapset ovatkin jo aikoja sitten kasvaneet ulos suunnistuskoulusta. Tämä rakkaus lajiin syntyi Ullalla verenperintönä Kalevan Rastin väreissä.

Maastoharjoitusten rastien vienti on ollut yksi Ullan lempihommista, jossa voi käyttää omaa suunnistustaitoaan ja nauttia luonnossa liikkumisesta. Myös Hakan Venla-joukkueet ovat saaneet vuosien varrella nauttia näistä Ullan suunnistustaidoista. Hakan järjestämien kilpailujen toimitsijalistoilta Ullan löytää yleensä tulospalvelun, infon tai lähdön tehtävistä. Ehtymättömät akkunsa Ulla lataa ulkoilulla Ylläksen ja Pälkäneen mökeillä.

VUODEN NUORIURHEILIJA



Kuva 2 Eemil Koskinen (kuva Joonas Salminen)

Pokaali on saatu Valkeakosken kaupungilta Hakan täyttäessä 50 vuotta 1982. Se jaetaan vuodeksi kerrallaan nuoren hakalaisen urheilijan haltuun. Jakoperusteena mm. hyvä menestyminen urheilussa, koulussa ja esimerkiksi kelpaava käytös kilpakehtien ulkopuolella.

Vuoden 2023 Nuoreksi Urheilijaksi valittiin Valkeakosken Hakan suunnistusjaoston Eemil Koskinen.

Eemil liittyi Hakan suunnistusjaostoon 2023 ja on tuonut saavutuksillaan ja asenteellaan hyvän panoksen nuorten toimintaan. Hän on esimerkillinen nuori suunnistusjaoston toiminnassa ja opiskelussa.

Emil Koskinen sijoittui suunnistuksen 2023 SM kisoissa seuraavasti:

- 2. SM sprintti suunnistus H17
- 3. SM viesti suunnistus H18
- 1. SM yö suunnistus H18
- 4. SM pitkämatka suunnistus H18
- 8. SM erikoispitkä matka suunnistus H18
- 2. SM keskimatka suunnistus H18

Eemil Koskinen kilpailee suunnistuksen lisäksi myös hiihto- ja pyöräsuunnistuksessa, maasto- ja ampumahiihdossa ollen näissä lajeissa myös kansainvälisen tason kärkiurheilijoita. Edellä mainituissa lajeissa Emil ei edusta Hakaa.

KUNNIAPUHEENJOHTAJA – Eeva NISKAVAARA



Kuva 3 Eeva Niskavaara (kuva Eila Saukkonen / Valkeakosken Sanomat)

Valkeakosken Hakan kevätkokous 15.3.2023 valitsi Eeva Niskavaaran kunniapuheenjohtajakseen. Niskavaara on järjestyksessään kolmas kunniapuheenjohtaja, häntä ennen arvostetusta nimikkeestä ovat nauttineet Vilho Petteri Suihko sekä Pekka Lehmusvirta. Niskavaara toimi Hakan puheenjohtajana vuosina 2005 - 2009. Puheenjohtajakauden päätteeksi Suomen liikunta ja urheilu SLU valitsi Niskavaaran vuoden 2009 seurajohtajaksi.

- Tällainen kunnianosoitus merkitsee valtavasti, Niskavaara toteaa ääni liikutuksesta väristen.
- Nöyräksi vetää, kun ajattelee, minkälaiset merkkihenkilöt ovat aiemmin olleet kunniapuheenjohtajia. Hakalla on hieno historia. On hienoa olla osa sitä.

Niskavaaran viiden puheenjohtajavuoden aikana Valkeakosken Hakaa ravistelivat suuret muutokset. Takana oli kymmenen vuoden ajanjakso Pekka Waldenin johtamana ja UPM:n taloudellisesti tukemana, mutta Niskavaaran hypätessä puheenjohtajan pallille rahantulo loppui.

- Aiempien puheenjohtajien aikana seurassa oli työskennellyt toiminnanjohtaja, jonka ensin Yhtyneet ja sitten UPM olivat rahoittaneet. Minun oli lähdettävä liikkeelle siitä, että toimistoon tarvittaisiin työntekijä, ja raha siihen on itse hankittava.

Rahaa irtosi erilaisilla projekteilla ja hankkeilla, joiden pääpaino oli lasten ja nuorten liikuttamisessa. Seura sai yhdessä kaupungin kanssa innostettua eri lajien pariin jopa 80 lasta.

- o Pidimme muun muassa koulujen iltapäiväkerhoja, joissa myös eri jaostot tekivät yhteistyötä. Yhdellä viikolla kerhossa suunnistettiin, toisella nyrkkeiltiin.

Jaostojen välinen yhteistyö oli toinen suuri asia, jota Niskavaara oli osaltaan viemässä eteenpäin. Onnistuneen yhteistyön tuloksena Valkeakosken Haka talkoili vuoden 2009 asuntomessuilla 300 vapaaehtoisen voimin, ja vielä 2012 Vuoreksen asuntomessuilla.

- o Juuri ennen minun puheenjohtajakautta seurassa oli keskusteltu siitä, haluavatko jaostot olla omia itsenäisiä seurojaan vai jatketaanko yleisseurana. Jaostojen välinen yhteistyö oli lopahtanut, eikä sitä nytkään riittävästi ole. Viime vuonna Haka täytti 90 vuotta ja juhlavuoden järjestelyt olivat toki kaikkien jaostojen yhteinen ponnistus.

Niskavaara toimi juhlavuoden työryhmän puheenjohtajana.

Kun rahantulo seuralle loppui, oli luovuttava Kirjaskadulla sijaitsevasta Haka-kerhosta.

Vaihtoehtoisia tiloja tarjottiin, mutta niiden ylläpitoon ei ollut mahdollisuuksia. Nyt seuralla on pieni toimisto Seurahuoneenkadulla, mutta sieltäkään ei löydy työntekijää.

- o Yhteinen toiminta ei kehity, kun resursseja ei ole, Niskavaara harmittelee.

Niskavaara on Hakan yleisjäsen - yhtäkään seuran tarjoamaa lajia hän ei ole koskaan kilpailumielessä harrastanut. Niskavaaran oma laji on voimistelu, jota hän on 1970-luvulta lähtien harrastanut ensin Hakan Naisvoimistelijoiden ja myöhemmin Valkeakosken Voimistelijoiden riveissä. Hakan Naisvoimistelijoiden puheenjohtajana hän toimi vuosina 1992 - 1994.

- o Olin itse johtamassa niitä kahta kokousta, joissa Haka Gym ry (entinen Hakan Naisvoimistelijat ry) päätettiin lopettaa. Se oli tunteellinen hetki, mutta eteenpäin on mentävä.

Jalkapallo oli eriytynyt Valkeakosken Hakasta FC Hakaksi jo vuonna 1991. Seurassa ei kuitenkaan olla näkyvyydestä mustasukkaisia.

- o Koskilaiset eivät ehkä itse sitä tiedä, mutta Haka tunnetaan maailmalla. Puhutaan sitten jalkapallosta tai hiihdosta. Olen iloinen meidän tämänhetkisistä yleisurheilu- ja suunnistusnuorista, jotka tuovat näkyvyyttä, mutta me emme ole vain huippu-urheiluseura. Haluamme liikuttaa kaikkia ja olemmekin yksi kaupungin suurimmista liikuttajista, Niskavaara muistuttaa.

Kunniapuheenjohtajalle ei ole seurassa määrättyjä tehtäviä, vaan jokainen rakentaa roolista omanlaisensa.

- o Olen sanonut olevani käytettävissä, mutta kaikissa kissanristiäisissä en voi kääntyä kanssa esiintyä, sillä inflaatio syö sen arvoa. Konkreettisesti olen valmis auttamaan seuraa talousasioissa ja katsomaan, miten rahat saadaan riittämään jatkossakin.

Hakalaisuus - vaikka ei ole sitä äidinmaidossa saanutkaan - merkitsee Niskavaaralle paljon ja sitä hän kunniapuheenjohtajanakin haluaa jakaa.

- o Se on perinteitä, mutta myös eteenpäin katsomista. Yhteistä unelmaa siitä, että ihmisillä on kivaa yhdessä.

MUISTOKIRJOITUS – KARI HELENIUS



Kuva 4 Kari Helenius (kuva Rene Järvinen)

Muistokirjoitus / Kari (Kapa) Helenius oli pitkään Hakan nyrkkeilyn kantavia voimia. Hän oli pidetty / luotettava ja ystävällinen.

Kari tuli kirjaskadun nyrkkeily salille 14-vuotiaana isänsä Jukan innoittamana. Harrastus laantui muutaman vuoden jälkeen kun muut toiminnot tuli kuvioihin työn ohella. Kapa palasi uudelle liikuntahallin nyrkkeilysalille -90 luvun puolella välissä ja aika pian alkoi valmennus kiinnostamaan. Reilun vuoden päästä lähti Pajulahden urheiluopistolle kakkostason nyrkkeily koulutukseen joka suoritettiin kahdessa osassa. Sen jälkeen kävi Helsingissä ykköstason koulutuksen ja lisäksi kolmostason kehä- ja arvostelutuomarikurssin, Siitä alkoi Karin pesti yhtenä Hakan nyrkkeily valmentajana jota teki juniorinyrkkeilijöiden kanssa kuolemaansa asti. Pitkään toimi myös kuntonyrkkeilijöiden ohjaajana.

Kapa korotti kehä- ja arvostelutuomari kortin Suomen ykköstasoon asti ja toimien paljon niissä tehtävässä mm. SM-kisoissa niin yleisensarjan ja junioreiden. Allekirjoittanut teki Karin kanssa kymmeniä seminaari- ja kilpailumatkoja vielä silloinkin kun Hänellä alkoi terveys näkyvästi huononemaan. Siksi on pakko sanoa että Kari ei antanut periksi koska jatkoi vielä kolme viikkoa ennen kuolemaa käyntiä salilla toimien nuorten ja kuntonyrkkeilijöiden ohjaajana.

Kaiken näitten lisäksi Kari oli Hakan nyrkkeilyjaoston pitkäaikainen puheenjohtajana, jossa toimi kuolemaansa asti. Myös Hänellä oli paljon kunnallisia ja ammattiin liittyviä luottamustehtäviä toimien mm. pääluottamusmiehenä.

Lämpimät kiitokset Kari niistä yli kolmestakymmenestä vuodesta mitä toimit yhteisen hyvän harrastuksen parissa. Muistosi elää nyrkkeily piireissä niin täällä Valkeakoskella kuin koko Suomessa.

Hakan nyrkkeilyjaoston puolesta: Valmentaja / Tuomari kaveri

René Järvinen

YLEISURHEILU

Puheenjohtaja Petri Närvä

Jaoston organisaatiossa tapahtui muutoksia vuodelle 2023. Pitkäaikainen puheenjohtaja Juha Karjalainen siirtyi kilpailuvastaavaksi ja Petri Närvä otti vetovastuun. Jaostojohtokuntaan saatiin myös uusia jäseniä. Johtokunnassa toimivat: Petri Närvä, Juha Karjalainen, Sami Koskinen, Hanna Kinnari, Merja Huotarinen, Veera Yunes, Minna Karppi, Jarno Mattila, Minna Kotilainen, Marjaana Haverinen ja Marko Erola.

Johtokunnassa oli tarkoitus jakaa vastuita ja kierrättää tehtäviä. Tässä onnistuttiin nuorisotoiminnan osalta, mutta etenkin hallinnon uudistukset jäivät seuraaville vuosille.

Talous

Suuria menoja aiheuttavia hankkeita ei toteutettu eikä myöskään onnistuttu luomaan uusia tuloja merkittävästi. Talous pyöri siis perustoiminnalla, jossa eri toiminnot suurimmaksi osaksi rahoittivat oman toimintansa varsinaisen toiminnan tuotoilla.

Toiminta

Valkeakoski 100v hengessä toteutettu Valkeakoski Juoksee-juoksukisa, järjestettiin yhdessä VaVon kanssa. Tapahtuma oli onnistunut järjestelyjen osalta, mutta uuden tapahtuman luominen oli varsin työlästä ja tapahtuman osanottaja määrä jäi hieman tavoitteesta. Yleisurheilukisoja järjestettiin 6 kpl. Järjestelyt onnistuivat ja uusia toimitsijoita saatiin hyvin mukaan.



Kuva 5 Valkeakoski Juoksee (kuva Minna Kotilainen)

Urheilukoulussa, 7-10v lapset, oli n. 20 lasta ympärivuoden ja kesäurheilukoulussa lisäksi n. 20 lasta. Urheilukoulu harjoituksia oli n.70 kpl vuodessa. Ohjaus toteutettiin omien urheilijoiden vetämänä.

Nuorisoryhmässä, 11-13v nuoret, oli 12 urheilijaa ympärivuotisesti ja kesäksi tuli muutama lisää. Harjoituksia oli n. 100 vuodessa ja ryhmän jäsenet myös kilpailivat aktiivisesti.

Valmennustoiminnassa, 14-18v ja vanhemmat, urheilijoita oli 10. Urheilijat harjoittelivat pääasiassa henkilökohtaisilla harjoitusohjelmilla omien lajiensa vaatimusten mukaisesti. Osa harjoitteli yhteisharjoituksissa Hakan valmentajien johdolla, osa harjoitteli omilla järjestelyillään. Kaikki osallistuivat hyvällä menestyksellä kisoihin.

Aikuisurheiluryhmä harjoitteli keskimäärin kaksi kertaa viikossa vuoden ympäri. Ryhmässä kävi noin 15 aikuista ja osa osallistui myös kisoihin.

Kilpailumenestys

Elisabet Kujanpää edusti Suomea nuorten Ruotsiottelussa ja oli kisan toinen Suomen kaksoisvoittoon päättyneessä kisassa.

2023 Hakan urheilijat saavuttivat kolme SM mitalia: Elisabet Kujanpää voitti Kultaa N17 Moukarissa, Viivi Närvä hopeaa N19 Seiväshypyssä ja Martta Laine pronssia N17 Kiekossa. Pistesijoille ylsivät lisäksi: Juho Valkama P15 seiväshyppy ja pituushyppy, molemmissa 6. sija. Martta Laine oli kiekkomitalin lisäksi myös N17 kuulassa kuudes. Muita SM kisa sijoituksia: Helmi Haverinen 16. T15 300m, Ida Kotilainen 10. T15 seiväs, Martta Laine 9. N17 keihäs, Aamu Huhtala 16. N16 200m ja 19. N16 pituus.



Kuva 6 Viivi Närvä (kuva Petri Närvä)



Kuva 7 Elisabet Kujanpää (kuva Eijä Päiväniemi)



Kuva 8 Martta Laine (kuva Esa Laine)

Piirinmestaruuskisoissa Hakalaiset keräsivät reilun saaliin: Sulo Elliot Saarinen 4 kultaa ja 2 pronssia, Eelis Huotarinen 2 kultaa ja hopea, samoin Touko Korpela 2 kultaa ja hopea, Helmi Haverinen kulta, Ida Kotilainen kulta, Juho Valkama hopea ja pronssi, Mimma Karppi hopea ja pronssi, Sylvia Saarinen hopea, Venla Kulmala pronssi ja Aina Laine pronssi.

Kalevan malja kilpailussa Haka oli 73. ja Nuorisotoimintakilpailussa 95. Hämeen piirin sisulisäkilpailussa Haka nousi 9. sijalle.

Hakan ennätykset 2023

Elisabet Kujanpää N19 Moukari 4kg 55,13m

Elisabet Kujanpää N17 Moukari 3kg 67,54m

Martta Laine N17 Kiekko 1kg 45,03m

Martta Laine N17 Keihäs 39,96m

Viivi Närvä N19 Seiväs 365cm

Sulo-Elliot Saarinen P11 Seiväs 206cm

Palkitut 2023

sisulisätyttö-Mimma Karppi

sisulisäpoika-Sulo-Elliot Saarinen

Vuoden Nuorisoyleisurheilija 2023 – Martta Laine

Vuoden Menestyjä 2023 – Viivi Närvä

Vuoden Tsemppari 2023 – Aamu Huhtala

Vuoden Kehittynein 2023 – Juho Valkama

Vuoden Toimitsija 2023 – Veera Karjalainen

Vuoden Aikuisurheilija 2023 – Ari Perälä

Vuoden Ohjaaja 2023 – Helmi Haverinen

Vuoden Valmentaja 2023 - Hannu Kujanpää ja Eija Päiväniemi

Vuoden Urheilija 2023 – Elisabet Kujanpää

Vuoden Tulokas 2023 – Ida Kotilainen

Sisulistäpiste-palkitut: Vilja Leveelahti, Kerttu Mattila, Selma Virjula, Elli Raikko, Veikko Kulmala, Aino Laine, Venla Kulmala, Eelis Huotarinen, Jare Saarinen, Emma Peuraniemi, Sylvia Saarinen, Venla Scharin, Alisa Kekäläinen, Touko Korpela, Juuso Lahti, Toivo Leveelahti, Helmi Haverinen, Ida Kotilainen, Juho Valkama.

SUUNNISTUS

Puheenjohtaja Jussi Nurminen

JOHTOKUNTA

Hakan suunnistusjaoston johtokuntaan kuuluivat v. 2023 Jussi Nurminen puheenjohtaja, Pirjo Nieminen sihteeri, Timo Salonen varapuheenjohtaja, Jarmo Annala rahastonhoitaja sekä Minna Aaltio, Heikki Hillo, Timo Huoponen ja Ulla Ruotsalainen.

PUHEENJOHTAJAN KATSAUS

Hakan suunnistusvuosi 2023 oli jälleen erittäin toiminnantäyteinen. Hakan suunnistusjaosto jatkoi aktiivista kilpailuiden järjestämistä, vaikka hiihtosuunnistukset jouduttiinkin olosuhteiden vuoksi jättämään väliin. Kesäsuunnistuksessa kilpailtiin aluemestaruuksista Rantoon Tornimäellä, Kompassi-cupin merkeissä Kerhomajalla ja syyskuussa järjestettiin vielä sotilaiden SM-kilpailut Murronmäessä. Kaikki kolme kisaviikonloppua osoittivat jaoston kyvyn järjestää tasokkaita tapahtumia, jotka eivät olisi mahdollisia ilman osaavaa talkooporukkaa.

Vuoden mittaan järjestettiin kilpailuiden lisäksi runsaasti tasokkaita harjoituksia sekä leirejä. Iltarasteja järjestettiin ohjelman mukaisesti läpi kesän. Lapsille ja nuorille suunnattua toimintaa kehitettiin merkittävästi vuodelle 2023 ja koronavuosien jälkeen onkin hienoa huomata, että tasokkaaseen toimintaan hakeutui paljon uusia innokkaita suunnistajia. Lasten ja nuorten liikuntaan panostaminen on elinehto sekä seuralle että hienolle lajillemme, mutta ennen kaikkea sen kansanterveydellinen vaikutus on mittaamattoman arvokasta.

Kilpaileville nuorille ja aikuisille Haka järjesti leirejä sekä niin omia kuin alueen seurojen yhteisiä taitoharjoituksia. Valmennusryhmän toiminta kehittyi jälleen edellisestä vuodesta ja mukaan tulivat muun muassa Korkeakankaan testijuoksut. Jaoston suunnistajat osallistuivat vuoden 2023 aikana aktiivisesti kilpailuihin ja menestystä saatiin niin nuorten, aikuisten kuin veteraanienkin sarjoissa. Haka osallistui seurana kaikkiin merkittäviin viestisuunnistuksiin, Jukolaan, Tiomilaan, SM-viestiin, Halikko-viestiin sekä Viestiliigaan. Kotimaan menestyksen lisäksi Haka näkyi myös maajoukkue-edustuksissa Aaro Ahon edustaessa Suomea sprinttimatkojen EM-kisoissa sekä Rauli Ahon edustaessa Suomea Nuorten MM-kilpailuissa.



Kuva 9 Aaro Aho SM-erikoispitkällä hopeavauhdissa (SSL / Anu Uhtoinen)

KILPAILUJÄRJESTELYT

Hakan suunnistusjaosto järjesti vuoden aikana kolmet kilpailut. Valitettavasti olosuhteet eivät mahdollistaneet kansallisten hiihtosuunnistuskilpailujen järjestämistä.

Toukokuussa järjestimme keskimatkan avoimet aluemestaruuskilpailut Torninmäen kartalla, jonka oli tehnyt Reijo Haaja. Kilpailijoita oli 473 ja kuntosarjalaiset mukaan lukien osallistujia yhteensä 525. Ratamestareina toimivat Rauli Aho sekä Timo Salonen. Kilpailunjohtajana toimi Ari Nurminen ja tulospalvelusta vastasi Jarmo Annala. Maasto ja radat saivat runsaasti kiitosta.

Elokuussa järjestimme Hämeen Kompassi-cupin 3. osakilpailun Kerhomajan maastossa kilpailukeskuksena Kirjaslammen alue. Aku Virjula oli ratamestari ja Timo Salonen kilpailunjohtaja. Tuloksista vastasi Jarmo Annala. Kisailemassa oli 136 lasta. Tapahtumamme sai kisapaikalla hyvää palautetta ja kiitosta myös somessa.

Syyskuun lopussa kilpailtiin Panssariprikaatin vastuulla olleet suunnistuksen sotilaiden henkilökohtaiset SM-kilpailut Murronmäen kartalla Hakan isännöiminä. Maaston lisäksi kilpailukeskus Kemmon pelloilla oli sama kuin edellisvuoden AM-kilpailuissa. Seeti Salonen toimi ratamestarina ja Timo Salonen kilpailunjohtajana. Tulospalvelusta vastasi Jarmo Annala. Sekä Panssariprikaati että kilpailijat kiittivät hyvistä järjestelyistä. Kilpailijoita oli ilmoitettu kisaan 121.

NUORISOTOIMINTA

Kehitimme lasten ja nuorten toimintaamme vuonna 2023 tavoitteena lisätä harrastajamäärää eri tasoryhmissä ja aloittaa ympärivuotinen lasten harrastustoiminta.

Toimintaa oli kesäkaudella kolmessa tasoryhmässä ja kesäkauden aikana harjoiteltiin säännöllisesti maanantaisin lähialueiden suunnistuskartoilla. Osallistujia ryhmiin ilmoittautui yhteensä 49. Maanantain harjoitukset, joita pidettiin yhteensä 16 kertaa, muodostivat yhdessä Etelä-Pirkanmaan Osuuspankin kanssa toteutetun Hippo-suunnistuskoulun. Osallistujia harjoituksissa oli keskimäärin 29.

Suunnistuskoulun lisäksi järjestimme erillisiä taitoharjoituksia ja osallistuimme Hämeen alueen Kompassi-tapahtumiin sekä kansallisiin suunnistuskilpailuihin. Uusia nuoria innostui kilpailemisesta useita. Järjestimme myös itse yhden Kompassi-tapahtuman Kirjaslammen uimalan ympäristössä elokuussa.

Nuorten Jukolaan nuoriamme osallistui yhdistelmäjoukkueessa. Pitkän tauon jälkeen syysleiriä vietettiin Turun seudulla syyskuussa, jolloin osallistuttiin Turun Nuorisoviestiin. Suunnistuskauden päättäjaiset pidettiin perinteisesti Pappilanniemen laavulla, jossa palkitsimme aktiivisimmat osallistujat kesäkaudelta ja pidimme vanhempainillan.

Syksyn tullessa toiminta on jatkunut aktiivisesti Naakan koulun salissa maanantaisin noin 20 nuoren osallistuessa toimintaan. Ennen joulua järjestettiin vielä nuorille suunnattu joulu-rogaining.

Harjoitusten toteuttamisessa pyrimme hyödyntämään Suunnistusliiton laadukasta materiaalia ja yksi henkilö suoritti lasten- ja nuorten seuravalmentaja koulutuksen.

Vuoden tyttöjuniorina palkittiin Selma Virjula ja poikajuniorina jo valmennusryhmään kuuluva Eemil Koskinen.

VALMENNUS

Vuoden 2023 aikana käytettävissä olivat viikoittaiset alueen yhteiset taitoharjoitukset sisältäen yöcupin. Haka oli yksi viidestä järjestäjäseurasta. Lisäksi alueen tarjonnassa oli Suunta Huipulle harjoituksia ja Pyynikin testijuoksut. Näiden lisäksi suunnistusjaosto järjesti 11 yhteistä taitoharjoitusta tai leiripäivää sekä kaksi kertaa Hakan hiihtäjien perinteisen Korkeakankaan juoksutestin. Päivittäisharjoittelussa hyödynnettiin myös Hakan taitopankin harjoituksia.

Tärkeimmät leirit olivat Porvoon Jukola-leiripäivä ja Tiomila-leiri huhtikuussa. Kevätleiri Tammisaaressa supistui lumitilanteen takia kaksipäiväiseksi. Myös lukuisat kotileiripäivät palvelivat valmistautumista arvokilpailuihin. Valmennusryhmäläiset harjoittivat taitojaan myös maajoukkueleireillä sekä Suunta Huipulle leireillä ja harjoituksissa. Ennen SM-sprinttiä toteutettiin kaksi VST-sprinttiharjoitusta. Arvokilpailuihin valmistautumista tuettiin perusteellisin maastoanalyysien ja valmistautumisohjien.

Lokakuussa samana viikonloppuna oli Pikkulamppuyö ja testijuoksu valmennusryhmälle sekä Oktobertuska Ansavuoren maastossa 17 vaeltajan voimin. Loppuvuodesta oli vielä hallitreenejä valmennusryhmälle. Tiedotuskanavia olivat jaoston verkkosivut, sähköpostitiedotteet, toimintakalenteri ja WhatsApp-ryhmät.

Kaudella 2023 Aaro Aho kuului Suomen Suunnistusliiton haastajaryhmään ja Rauli Aho nuorten maajoukkueeseen. Molemmat kuuluivat myös Tampereen Urheiluakatemian huippuryhmään. Kaudelle 2024 Aaro ja Rauli Aho valittiin edelleen Tampereen Urheiluakatemian huippuryhmään ja Rauli myös nuorten maajoukkueeseen.

Aaro Aho edusti Suomea sprinttisuunnistuksen EM-kilpailuissa Italian Veneton alueella ja Rauli Aho suunnistuksen nuorten MM-kilpailuissa Romaniassa.



Kuva 10 H18 SM-viestin pronssimitalistit suunnistusjärjestyksessä vasemmalta Miro Sivonen, Eemil Koskinen ja Akseli Pesu.

KUNTOSUUNNISTUS

Valkeakosken Iltarastit ovat kaikille avoin kuntosuunnistustapahtuma, jossa on eritasoisia ja -pituisia suunnistusratoja sekä tarvittaessa ohjausta saatavilla.

Suunnistusjaoston iltarastitoiminta alkoi huhtikuussa viikoittaisilla tiistain iltarasteilla jatkuen syyskuun loppuun. Iltarastitapahtumia oli 25 kpl, joissa yhteensä 1050 suunnistussuoritusta. Korona-aikana aloitettuja omatoimirasteja jatkettiin viikoittain keskiviikosta sunnuntaihin ja niillä kertyikin satoja suorituksia. Kauden suosituimmat iltarastitapahtumat olivat Torninmäki 16.5. ja Kukkovuori 23.5. jotka houkuttelivat maastoon 69 osallistujaa. Mainittakoon, että ennen koronaa osallistujia oli n. 80-90/tapahtuma, mutta silloin ei toki järjestetty omatoimirasteja.

Iltarastikalenteri oli nähtävillä seuran omilla verkkosivuilla sekä Suunnistusliiton Rastilippu.fi -palvelussa. Tulokset julkaistiin Rastilipussa, jonne oli linkitys seuran verkkosivuilta. Iltarastipäällikkönä toimi Timo Huoponen.

KARTOITUS

Toukokuussa järjestimme Hämeen ja Päijät-Hämeen aluemestaruuskilpailut keskimatkalla Rantoossa. Alueen ensikartoituksesta vastasi Reijo Haaja ja kartoitetun alueen koko oli 6,1 km². Kartan nimi on Torninmäki. Kilpailussa oli käytössä mittakaavat 1:10000 ja 1:7500. Karttoja tulostettiin n. 550 kpl usealla eri rajauksella.

Elokuussa järjestimme Suunnistuksen Sotilaiden SM-kilpailut Pälkäneen Murronmäen-Kaitamon alueella. Käytössä oli n. 8,5 km² suuruinen alue, jonka ajantasaistuksesta vastasivat Seeti Salonen ja Heikki Hillo.

Karttojen piirtäminen tapahtuu Ocad Orienteering ohjelmalla ja seuralla on käytössä 6 kpl lisenssejä. Karttojen tulostus on tehty itse omin laitteilla.

Kaikkia omatoimi- ja iltarastien käytössä olevia karttoja ajantasaistettiin.

Valkeakosken kaupunki tukee tuntuvasti suunnistuskarttojen tekemistä ja SSL:lta saatiin pienehkö tuki.

TALOUS

Jaoston taloudellinen tilanne oli vuoden aikana kohtuullinen, kiitos edellisten vuosien hyvien tulosten. Hiihtosuunnistuskilpailut jouduttiin perumaan lumen puutteessa ja sillä oli merkittävä negatiivinen vaikutus talouteen. Jaoston suurimmat tulolähteet olivat Hämeen ja Päijät-Hämeen AM-keskimatkan kilpailu, Kompassi-cupin osakilpailu sekä sotilaiden SM-kilpailut. Kesäkauden tiistaisten iltarastien osanottomaksuilla oli myös merkittävä vaikutus jaoston talouteen. Muita tuloeriä olivat kaupungin liikuntamäärärahoista saatava kartoitusavustus sekä kilpailuravintolan tuotot.

Menopuolen suurimmat erät olivat kilpailujen osanottomaksut, kilpailujen järjestelykulut, valmennus- ja kartoituskulut sekä karttojen tulostuskulut. Rahastonhoitaja Jarmo Annala on hoitanut jaoston talousseurantaa. Kirjanpito on tilitoimiston hoidettavana.

KILPAILUMENESTYS

Kilpailumenestys oli edelleen erinomainen, josta osoituksena 14. sija seurojen SM-pisteissä. Henkilökohtaisesti hakalaiset saavuttivat SM-kilpailuissa viisi kultaa, kahdeksan hopeaa ja kaksi pronssia sekä 5 viestimitalia, joista miesten hiihtosuunnistusviestin SM-hopea oli Hakan paras sijoitus yleisen sarjan viesteissä.

Aaro Aho sijoittui kaikissa henkilökohtaisissa SM-kilpailuissaan seitsemän joukkoon SM-erikoispitkän hopeamitalin ollessa paras sijoitus. Eemil Koskisen vastaava SM-kilpailujen saldo H18-sarjassa oli myös huikea: kultaa, kaksi hopeaa, nelossija ja kahdeksas. Rauli

Aho nappasi SM-kisoista henkilökohtaisen hopean, pronssin ja kaksi viidettä sijaa. Reijo Haaja hallitsi suvereenisti H80-sarjan SM-kilpailuja: neljä kultaa, hopea ja viides sija.

Suunnistuksen sprinttimatkojen EM-kilpailuissa Aaro Aho onnistui mainiosti päästen finaaliin, jossa oli neljänneksi paras suomalainen sijalla 43. KnockOut sprintissä Aaro oli neljännesvälieränsä viides. Nuorten MM-kilpailuissa Rauli Ahon sijoitukset olivat 38. pitkällä matkalla, 50. keskimatkalla ja 150. sprintissä.

Koko kauden kilpailumenestystä mittaa parhaiten rankisijoitus. Aaro Aho oli Suomen miesten rankin kuudes. Nuorista Eemil Koskinen oli H18 suunnistusrankilla neljäs ja Rauli Aho H20 sarjan seitsemäs sekä hiihtosuunnistusrankilla neljäs.

Jukolan viesti suunnistettiin Porvoossa, missä Hakalta oli mukana neljä miesten ja neljä naisten joukkuetta. Hakan miesten ykkösjoukkue suunnisti kaikkien aikojen toiseksi parhaan sijoituksen ollen 70, ja kakkosjoukkuekin suunnisti upeaan ennätykseen sijalle 137.



Kuva 11 H20 SM-viestin kuudes sija suunnistusjärjestyksessä oikealta Tuomas Leinamo, Valtteri Rantala ja Rauli Aho.

PALKITUT

Vuoden naissuunnistaja: Reetta Nieminen

Vuoden miessuunnistaja: Aaro Aho

Vuoden tyttöjuniori: Selma Virjula

Vuoden poikajuniori: Eemil Koskinen

Vuoden pyöräsuunnistaja: Merja Laine

Vuoden hiihtosuunnistaja: Rauli Aho

Suunnistusteko 2023: Aku Virjula

Ikivireä 2023: Maria-Leena Törrö

SM-KILPAILUT: R2 PISTESIJOKITUKSET, R1 TULOKSET JA VIESTIT

SM keskimatka 27.5.2023 Vaasa / Vaasan Suunnistajat

H20 9 Kalle Taura, 30 Tuomas Leinamo
H18 2 Eemil Koskinen, 6 Akseli Pesu, 24 Miro Sivonen
H80 1 Reijo Haaja

SM pitkämatka 2.-3.9.2023 Joensuu, Herajoki / Kalevan Rasti

H21 5 Aaro Aho
H20 3 Rauli Aho, 17 Valtteri Rantala
H18 4 Eemil Koskinen, 16 Miro Sivonen, 21 Akseli Pesu
D18 40 Reetta Nieminen
H80 2 Reijo Haaja
D75 5 Marja-Terttu Koskinen

SM sprintti 9.9.2023 Lahti / Lahden Suunnistajat -37

H21 7 Aaro Aho
H20 26 Valtteri Rantala, 31 Tuomas Leinamo, 32 Kalle Taura
H18 16 Miro Sivonen
H17 2 Eemil Koskinen, 5 Akseli Pesu
D17 14 Reetta Nieminen
H80 5 Reijo Haaja
D70 3 Arja Nurminen

SM viesti 10.9.2023 Hollola, Hälvälä / Hollolan Urheilijat -46

H21 35 Ilmari Aho, Juha-Matti Mikkolainen, Aaro Aho

78 Joonas Salminen, Eerik Aaltio, Kalle Taura

H20 6 Tuomas Leinamo, Valtteri Rantala, Rauli Aho

H18 3 Miro Sivonen, Eemil Koskinen, Akseli Pesu

SM Knock-Out Sprintti 17.9.2023 Tampere / KooVee

H21 6 Aaro Aho

SM yö 30.9.2023 Lappeenranta / Lappeen Riento

H20 5 Rauli Aho, 28 Valtteri Rantala

H18 1 Eemil Koskinen, 23 Miro Sivonen

H80 1 Reijo Haaja

D65 4 Aulikki Korpio, 6 Mirja Mikkolainen

SM erikoispitkä 15.10.2023 Kouvola / Kouvolan Suunnistajat

H21 2 Aaro Aho

H20 5 Rauli Aho

H18 8 Eemil Koskinen, 25 Miro Sivonen

H35 4 Juha-Matti Mikkolainen

H80 1 Reijo Haaja

D18 29 Reetta Nieminen

PYSU SM sprintti 15.7.2023 Jurva / Suunta-Jurva

D55 4 Merja Laine

PYSU SM pitkämatka 16.7.2023 Jurva / Suunta-Jurva

D21 6 Jutta Nurminen

D55 2 Merja Laine

PYSU SM keskimatka 16.9.2023 Hämeenlinna / Hämeenlinnan Suunnistajat

D55 6 Merja Laine

HISU SM keskimatka 18.2.2023 Hauho / Hauhon Sisu

H21	9 Lars Moholdt, 12 Seeti Salonen, 14 Ilmari Aho
H20	4 Valtteri Rantala, 5 Tuomas Leinamo, 10 Rauli Aho
H80	1 Reijo Haaja
D65	6 Mirja Mikkolainen
D75	4 Maria-Leena Törrö

HISU SM viesti 19.2.2023 Hauho / Hauhon Sisu

H21	2 Ilmari Aho, Seeti Salonen, Lars Moholdt
H20	1 Tuomas Leinamo, Valtteri Rantala, Rauli Aho
H170	4 Jarmo Aho, Timo Salonen, Pekka Linnainmaa
H225	6 Reijo Haaja, Ari Nurminen, Timo Koskinen
D190	2 Mirja Mikkolainen, Arja Nurminen, Aulikki Korpio

HISU SM sprintti 25.2.2023 Joutsa / Itä-Päijänteen Rasti

H21	16 Ilmari Aho
H20	2 Rauli Aho, 6 Tuomas Leinamo
D70	2 Arja Nurminen

HISU SM sprinttiviesti 26.2.2023 Joutsa / Itä-Päijänteen Rasti

H21	5 Ilmari Aho, Seeti Salonen
H20	1 Tuomas Leinamo, Rauli Aho
D120	5 Arja Nurminen, Mirja Mikkolainen

HISU SM pitkämatka 25.3.2023 Ylitornio / Länsi-Rajan Rasti

D70	2 Arja Nurminen
-----	-----------------

HISU Veteraanien MM-kilpailut 10.- 12.2. 2023 Beitostølen, Norja (mitalisijoitukset)

M55	2 Pekka Linnainmaa (pitkä)
M80	3 Markku Tunturi (sprintti)

IIIHTO

Puheenjohtaja Ahti Vuorinen

Maastohiihto

Hakan Pantterihiihtokoulussa opittu uusia taitoja ja parannettu vanhoja

Hakan junioreiden ja nuorten hiihtoharjoittelun tavoitteena on luoda nuorille hiihtäjille edellytykset jatkaa hiihdon harjoittelua ja kilpailemista mahdollisimman pitkälle, mahdollisesti aina aikuisikään asti. Tässä työssä ryhmäläisten huoltajilla ja ryhmän tukijoilla on oma merkittävä roolinsa. Juniori-ikäisten urheilijoiden harjoittelussa kiinnitetään erityistä huomiota harjoittelun monipuolisuuteen ja mahdollistetaan myös muiden lajien aktiivinen harrastaminen.

Pantteri hiihtokoulu piti syksyllä ensimmäisen leirinsä Himoksen ensilumenladulla marraskuussa 24. – 26.11

Toiminnan perustyö tehdään jo Hakan Pantterit hiihtokoulussa. Mikäli intoa ja taitoa riittää on perustaitojen oppimisen jälkeen mahdollista päästä mukaan Haka Ski Junioreiden toimintaan. Haka Porukassa harjoittelun lisäksi tavoitteena on hyvän fiiliksen ja yhteishengen luominen. Haka Ski Juniorit ja Haka Ski Nuoret ryhmän valmennuksesta vastaavat kokeneet ja osaavat valmentajat. Heidän opeillaan harjoittelusta on rakennettu monipuolinen kokonaisuus, jossa huomioidaan sekä fyysiset, että tekniset osa-alueet. Harjoituksissa edetään siis erilaisilla vauhdeilla tekniset taidot huomioiden. Nyt oppivuosien lisääntyessä myös kilpailuihin osallistuminen on lisääntynyt.

Nuorten sarjassa hiihtäjien määrä pudonnut ja kovin montaa kilpailijaa ei ole.

Pantteri hiihtokoululaisia on uskaltanut kilparadoille jokusia

Kaudella 2022 - 2023 järjestettiin kolmet omat kilpailut 19.2.2023. Ensin 19.2 PM kisat henkilökohtaisilla matkoilla, nuorten 3 päiväiset SM kilpailut 10 – 12.3 uusituilla homologoiduilla latureiteilla sekä 16.12.202 Antero Kekkosen muistohiihdot / Ensilumen hiihdot

Jaoston johtokunta:

Ahti Vuorinen, Akseli Vuorinen, Pertti Kekkonen, Johanna Rautakorpi ja Sami Pietilä

Urheilutoiminta

NSM Valkeakoski (P), 2022-2023 Valkeakoski, 11.3.2023

N20 Saara Mattila 10 km P 23.

M23 Niilo Syrjälä 10 km P 30.

NSM Valkeakoski (V), 2022-2023 Valkeakoski, 12.3.2023

N20 Saara Mattila 10 km V 24.

M18 Rauli Aho 10 km V 30.

SM, Inari, viestit, 2022-2023 Inari, 1.4.2023

Miehet, Viesti, 4 * 10 km P + V

Niilo Syrjälä, Oskari Tanninen, Matias Lautamäki, Verner Tanninen 33.

Hämeen Viestipäivä (V), 2022-2023 Hämeenlinna, 14.1.2023

N 10 Anni Rautakorpi, Ella Paukkunen, Vilja Leveelahti 2.

M 12 Sulo Elliot Saarinen, Santeri Sabel, Toivo Leveelahti 4.

Hämeen pm-hiihdot/ KristaCup (P), 2022-2023 Valkeakoski, 19.2.2023

Naiset 9 vuotta 2 km P

1. Vilja Leveelahti

Naiset 10 vuotta 2 km P

5. Anni Rautakorpi

Miehet 11 vuotta 4 km P

7. Sulo Elliot Saarinen

MÄKIHYPPY

Puheenjohtaja Mikko Huoviala



Kuva 12- mäkihyppy- ja yhdistettyjaosto

Mäkihypyn ja yhdistetyn vuosi 2023 oli ensimmäinen vuosi omana Hakan jaostona. Talvi oli keliolosuhteiltaan erittäin hyvä sillä saimme mäet kuntoon jo hyvissä ajoin joulukuun alussa 2022. Viimeiset hyppy Eerolassa hypättiin lähes kesäisissä olosuhteissa huhtikuun ensimmäisellä viikolla 2023.

Viikoittaisia harjoituksia pidettiin normaaliin tapaan tiistaisin ja lauantaisin Eerolassa omalla mäellä ja torstaisin käytiin vanhempien hyppääjien kanssa mm. Hervannassa ja Janakkalassa..

Uusia harrastajia saimme mukaan jo heti alkutalvesta muutaman ja edellisenä keväänä aloittaneiden kanssa käytiin jo muutamissa kisoissa ja leireillä.

Mäkihyppykoulu järjestettiin pienryhmissä koulujen hiihtolomaviikolla ja uusia kokeilijoita saatiin noin puolen kymmentä. Hakan mestaruuskilpailut Eerolassa järjestettiin maaliskuun lopussa joissa osallistujia oli 8 eri ikäistä Valkeakoskelaista hyppääjää.

Hakan hyppääjistä Miika Kanerva osallistui Hakalaisena hyppääjänä usean vuoden tauon jälkeen Hopeasomman loppukilpailuun Lahdessa sarjassa P12 sekä yhdistettyyn että erikoismäkeen. Sijoitukset: Mäki 18. YH 17.

Muita mainittavia kilpailumenestyksiä:

- Eliel Rönkkö, Siilinjärvi K-17 5. Lahti, Leevi Mutru-cup K-15 15.
- Tinja Huoviala, Siilinjärvi K-17 3. Kuopio K-16 1.
- Miika Kanerva, Siilinjärvi K-17 3. Kuopio K-16 YH 2.
- Aava Rönkkö, Lahti, Leevi Mutru-cup K-15, 6.

Kesäharjoittelua lisäsimme tietoisesti vuodelle 2023 ja elokuusta alkaen pyrimme käymään muovimäellä hyppäämässä aktiivisen ryhmän kanssa viikottain. Harjoituspaikkoina Hervanta ja Janakkala. Lisäksi syksyllä 2023 harjoittelimme Rauhalan koulun salissa keskiviikkoisin. Ympärivuotisesti harjoittelevia junioreita toiminnassa oli mukana 4 kpl.

Valtakunnallisille kolme päiväisille Latu lentoon -leireille osallistuimme Lahdessa Lokakuussa.



Kuva 13mäkihyppy- ja yhdistettyjaosto

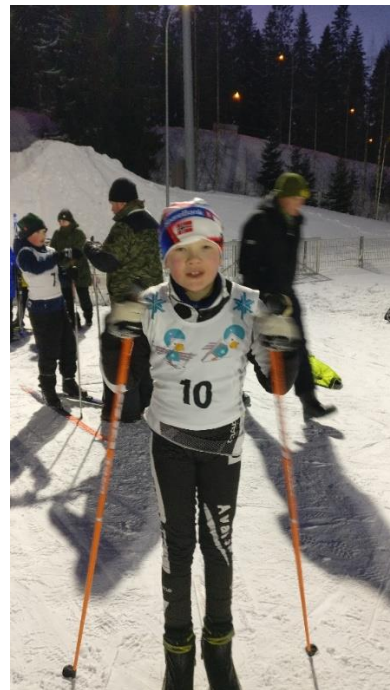
Eerolan mäellä emme vuonna 2023 tehneet mitään isompia remontteja. Normaalaa kunnossapitoa kuitenkin viikottain. Uusia välineitä kasvaville junioreille hankimme pääasiassa käytettynä mutta niiden osalta tilanne on tällä hetkellä hyvä.

Marraskuun lopussa 2023 pääsimme jo aloittamaan uuden kauden 2023-2024 runsaslumisen alkutalven johdosta.

Pitkäaikainen talkoolaisemme Hannu Nyström palkittiin Villen plaketilla ansioituneesta työstä seuran hyväksi.



Kuva 14 mäkihyppy- ja yhdistettyjaosto



Kuva 15mäkihyppy- ja yhdistettyjaosto

KORIPALLO

Puheenjohtaja Ville Virkki



Jaostojohtokunta

Kokoonpano

Koripallojaoston johtokuntaan kuuluivat puheenjohtajana Ville Virkki, rahastonhoitaja Mika Salokangas, jäsenenä Juha Härkönen, Karri Kekkonen, Eemil Rautia ja Petteri Oksanen.

Kokoukset

Jaostojohtokunta kokoontui kevät- ja syyskokoukseen. Tämän lisäksi johtokunta piti etäkokouksia toimintasuunnitelmaan liittyvien asioiden vuoksi kaksi kertaa ja piti yhteyttä pikaviestisovelluksin.

Urheilutoiminta

Aikuiset

Kevätkaudella 2023 joukkue jatkoi pelejä Pirkanmaan korttelikoriksessa. Harrastesarjan pelit eivät vaadi koripallolisenssiä, mikä mahdollisti useamman pelaajan osallistumisen peleihin. Peleissä kävi kaikkiaan yli 20 pelaajaa. Sarjan taso todettiin joukkueelle sopivaksi, vaikka korttelikoriksessa nimellä Hakapojat pelaava joukkue jäikin niukasti pudotuspelien ulkopuolelle.

Kesällä käytiin aktiivisesti pelaamassa Kerhomajan urheilupuiston ulkokentällä. Kentällä kävi myös paljon uusia koripallon harrastajia, joita aktiivisesti houkuteltiin mukaan joukkueen toimintaan.

Ohjatut harjoitukset alkoivat elokuussa 2023. Aiemmista vuosista poiketen kausi aloitettiin vain yhdellä harjoitusvuorolla. Tällä saavutettiin toiminnan kannalta tärkeitä kustannussäästöjä. Harrastajamäärä on pysynyt hyvänä, mutta sitoutuminen on ollut vähäisempää kuin koronaa edeltävänä aikana. Harjoituksissa ja peleissä on käynyt yli 30 eri pelaajaa, mutta säännöllisesti harjoittelevien määrä jäi alle kymmenen.

Syksyllä alkoi myös uusi kausi Korttelikoriksessa. Kausi alkoi edellistä paremmin ja joukkue lähti joulutauolle viidenneltä sijalta.

Järjestetyt tapahtumat

Haka-Basket osallistui vuoden 2023 seuraaviin tapahtumiin:

- Korttelikoriksen kotiturnaus keväällä 2023
- Haka-Basket osallistui myös Vappuna Ankanuitto-tapahtumaan talkoilemalla rahaa tulevan kauden kustannuksia varten.

Muu toiminta

Miesten joukkueen harjoituksissa on käynyt säännöllisesti tuttujen runkopelaajien lisäksi uusia vahvistuksia ja useita paikallisia nuoria. Joukkueen toimintaa on kuvannut kansainvälisyys ja avoimuus, Haka-Basketin harjoituksiin ovat tervetulleita konkaripelureiden lisäksi kaikki koripallosta kiinnostuneet ja lajia jo hieman aiemmin harrastaneet pelurit. Vuoden 2023 joukkueen toiminnassa on ollut mukana yli 30 pelaajaa, joista yli kolmannes on kotoisin Suomen ulkopuolelta.

Koulutus

Koripallojaosto ei ole osallistunut tänä vuonna Koripalloliiton järjestämiin koulutuksiin.

Talous ja viestintä

Jaoston taloudellinen tilanne oli tasapainossa vuoden 2023 alkaessa. Toiminnasta aiheutuvia kuluja on kuluneella toimintakaudella suurimmaksi osaksi katettu osallistumismaksuilla, sekä vapaaehtoislahjoituksin näiden eri muodoissa. Ankanuittoon osallistuminen talkootyönä mahdollisti taloustilanteen parantamisen. Samoin kuten aiempina vuosina, varainhankinnassa tukeuduttiin pitkäaikaisiin yhteistyökumppaneihin.

Haka-Basket on esillä sosiaalisessa mediassa. Sisäistä tiedotusta tapahtumista joukkueessa on hoidettu johtokunnan toimesta sekä ryhmäteksti-, whatsapp- että sähköpostiviestein. Koripallojaostolla on omat nettisivut Haka Ry:n sivuilla.

Valkeakoskella 02.03.2024

Koripallojaosto

LUISTELU

Puheenjohtaja Outi Pinomäki

LUISTELUJOHTOKUNTA 2023

Luistelujaoston puheenjohtaja: Outi Pinomäki

Varapuheenjohtaja: Jori Silén

Kirjanpitäjä: Marja Sisso-Koriseva

Rahastonhoitaja: Kimmo Rantanen

Sihteeri: Jyrki Hietanen

Mika Stenman, Mika Siren



Kuva 16 luistelujaosto

Luistelujohtokunta kokoontui kolme (3) kertaa vuoden 2023 aikana ja lisäksi pidettiin jaoston kevätkokous 7.3.2023 ja syyskokous 24.10.2023. Tällä kaudella seurasta ei ollut edustajaa Luisteluliiton kevät- ja syyskokouksissa.

Hakan luistelujaoston urheilutoiminnasta vastasi Mika Siren, jonka valmennuksessa kaudella 2022-23 oli master luistelijoina, Outi Pinomäki, Marja Sisso-Koriseva, Risto Jokela, Elina Sisso-Hakonen, Joonas Salminen ja Jyrki Hietanen. Kesäharjoittelu oli lähinnä omatoimista. Elokuussa aloitettiin yhteiset harjoitukset kerran viikossa voimailusalilla. Mukana oli säännöllisesti 7-8 aikuisliikkujaa. Jääharjoitukset alkoivat jäähalli Wareenassa syyskuun alussa, marraskuussa Vallonjärvellä ja joulukuun alusta pääsääntöisesti Sorsapuiston tekojääradalla Tampereella 3 krt viikossa. Jääharjoituksiin osallistujien määrä mastereiden harjoitusryhmässä on ollut hienoisessa nousussa, syksystä 2023 aktiivisia harjoittelijoita on ollut 3-6, joista on saatu myös uusia jäseniä seuraan. Valmennus yhteistyötä kauden aikana tehtiin myös yli seurarajojen.

Kilpailutoiminta kaudella 2022-23: Hakan luistelijat kiersivät kotimaan kansallisia kilpailuja ja osallistuivat Master cupiin sekä Hollannin Heerenveenissä pidettyihin mastereiden

ennätys luisteluihin, (3rd Masters International Thialf Record Races). Helmikuun loppupuolella Haka järjesti yhteistyössä Tampereen Sisun kanssa kansalliset kilpailut Sorsapuiston tekojääradalla Tampereella. Hakan aikaisemmin lukuisina vuosina toiminut "kisakoneisto" toimi useamman vuoden tauon jälkeen edelleen sujuvasti, kiitos siitä vielä kaikille talkoolaisille.

MASTEREIDEN SM-KISAT 17.12 2022

N55 2. Outi PINOMÄKI, 500m 52.43, 1000m 1:48.66

M50 1. Mika SIREN, 500m 44.42, 1000m 1:31.33

M60 2. Jyrki HIETANEN, 500m 45.48, 1000m 1:37.69

M75 5. Pasi KIANSTEN, 500m 58.71, 1000m 2:02.05

Clas Thunbergin muistokilpailut 14.1.2023

M60 1. Jyrki HIETANEN, 500m 44.95 (1) 1500 2:36.29 (2) 97.046

M65 3. Risto JOKELA, 500m 50.94 (3) 1500m 2:39.77 (3) 104.196

N55 1. Outi PINOMÄKI, 500m 51.73(1) 1500m 2:43.91(2) 106.366



Kuva 17 luistelujoasto

EEVI HUTTUSEN MUISTOKISAT 21.1.2023

N55 1. Outi PINOMÄKI, 500m 53.58, 1000m 1:48.85, 108.005

SU:N 90.V KANSALLISET 4.2.2023

1 Outi PINOMÄKI, 500m 52.23, 1000m 1:47,83

2 Jyrki HIETANEN, 500m 45.51 1000m 1:35,84

5 Risto JOKELA, 500m 50.91 1000m 1:44,40

12 Pasi KIANSTEN, 500m 58.72 1000m

Tampereen Sisun kansalliset 25.2.2023

M50 2. Siren Mika, 500m 45,65 1000m 1:30,30 90,800
N55 1. Pinomäki Outii, 500m 52,98 1000m 46,97 106,465
M75 10. Kianstén Pasi, 500m 61,52 1000m 03,83 123,435
M35 2. Joonas Salminen, 500m 46,36 1000m 1:37,12
Sisso-Koriseva Marja, 500m 54,94 1000m dns

SEASON CLOSING RACE/Mastereiden SM kilpailut 1500m/3000m 3-5.3.2023

Mika SIREN, 500m 45.73 3000m 5:10.45 **SM 1.**
Risto JOKELA, 500m51.53 1000m1:42.26 1500m 2:41.25 **SM 2.**
Outi PINOMÄKI, 500m 52.92 1000m 1:47.86 1500m 2:43.91 **SM 1.** 3000m 5:55.56 **SM 1.**
Marja SISSO-KORISEVA , 500m53.94 500m 53.97
Lenni SALMINEN F, 300m 53.14 300m 48.61
Jyrki HIETANEN, 3000m 5:37.43 **SM 2.**
Pasi KIANSTEN VaHa 1500m 3:13.26 **SM 3.**

3rd Masters International Thialf Record Races 15.-16.3.2023

Outi Pinomäki 500m 49.78 SB, 1500m 2.35,70 SB, 1000m 1.39,92 SB, 3000m 5.33,59 PR, SB
Mika Siren 500m DQ, 1500m2.17,49 SB, 1000m, 1.29,13 SB, 3000m DNF
Jyrki Hietanen 500m 45,03, 1500m, 2.23,29 SB, 1000m 1.31,66 SB, 3000m 5.09,86

NYRKKEILY

Puheenjohtaja Matti Nurmi (Kari Helenius)

Nyrkkeilyjaosto koki ison menetyksen, kun pitkäaikainen puheenjohtaja Kari Helenius menehtyi sairauden uuvuttamana. Uudeksi puheenjohtajaksi valittiin Karin entinen valmennettava ja pitkään nyrkkeilyn parissa toiminut Matti Nurmi. Toiminta kasvoi vuonna 2023. Uusia harrastajia on tullut lajin pariin, niin kuntonyrkkeily, kuin juniori ja kilpanyrkkeilypuolelle. Harjoituskertoja liikuntahallilla on viikossa kuusi ja lisäksi kilpanyrkkeilijöillä on paljon muita harjoitteita mm. sparreja haetaan paljon myös muualta.

Kilpailutoiminta

Vuonna 2023 Hakan kilpanyrkkeilijöistä virallisissa otteluissa kävivät Harry Hell, Daniel Flinck ja Juska Mäkelä sekä Dominic Nurmi. Uusia halukkaita kilpailijoita on kasvamassa jo useampia ja tulevaisuus kilpanyrkkeilyn parissa näyttää hyvältä. Kilpailijoiden valmennuksesta vastaa Joni Paalijärvi, Matti Nurmi sekä Nipa Puolamäki.

Kuntonyrkkeily

Kuntonyrkkeilyharjoitusten puolella Riikka Niemi on iso kantava voima ja harjoitusten parissa kuntoaan nyrkkeilemällä hoitaa iso harrastajapohja. Harjoituskertoja kuntonyrkkeilijöillä on neljät harjoitukset viikossa.

Tuomari ja muu toiminta

Hakan nyrkkeilijöiden senior advisor René Järvinen toimii edelleen tuomarina, niin kansallisissa kuin kansainvälisissäkin kilpailuissa. René myös auttaa edelleen monissa muissa seuran toimintaan liittyvissä asioissa.

