

# Mikä voimistelussa on kivaa?

Anki Bång

Rekolan Raikas täyttää pian 90 vuotta. Seura on tarjonnut vuosien saatossa mahdollisuuden sekä harrastaa että kilpailla useissa eri lajeissa. Jokaisella aikakaudella on ollut oma suosikkilajinsa. Joukkuevoimistelu on ollut mukana jo liki 30 vuotta. Tällä hetkellä harrastajia on noin 150. Joukkuevoimistelu aloitetaan yleensä nuorena ja se toimii hyvänä pohjana moniin muihinkin urheilulajeihin. Raikkaassa lapsi voikin harrastaa menestyksekkäästi vaikka yleisurheilua ja voimistelua.

Joukkuevoimistelu on näyttävä ja esteettinen laji. Suomi on tällä hetkellä lajin hallitseva maailmanmestari. Huipulle päästävään voimistelussa, kuten muissakin lajeissa, täytyy olla valmis tekemään paljon töitä ja uhraamaan aikaa kehittyäkseen. Jaksamiseen auttaa, jos harrastaminen on kivaa. Kysyimmekin seuran voimistelijoilta, mikä heidän mielestään voimistelussa on kivaa.

Syrenia -joukkueen kapteeni Inka Kuivamäki (17) löysi voimistelun yhdeksänvuotiaana lajiesittelyn kautta. ”Minun mielestä voimistelussa parasta on joukkueeni ja siinä olevat kaverit, ohjelman harjoittelu ja uudet kokemukset”. Inkan tavoite on pystyä harjoittelemaan kovaa ja täysillä, kuitenkin ilman loukkaantumisia. ”Haluan kerätä kokemuksia, jotka auttavat tulevaisuudessa. Haaveena minulla olisi toimia itse jonain päivänä valmentajana.”

Suurin osa Raikkaan voimistelupalmentajista onkin



Voimistelun iloa Selea joukkueessa

seuran omia kasvatteja. Siskokset Jonna ja Sanna Rauta ovat molemmat aloittaneet voimistelun Rekolan Raikkaan jumppakoulusta ja toimivat nyt Selea ja Syrenia -joukkueiden valmentajina. ”Valmentajana minua palkitsee, kun näen lapsen kehittyvän vuosien varrella voimistelijana. Osaa lapsista olen valmentanut heidän voimistelijauransa alusta lähtien ja päässyt myös näkemään heidän kasvunsa pienistä lapsista nuoriksi aikuisiksi. Kun samojen lasten kanssa viettää yli 15 tuntia viikossa yhdessä salilla, tulee voimistelijoina myös todella rakkaita itselle. Se on ehkä kaikkein parasta” toteaa Jonna Rauta hymyillen.

Kymmenvuotiaat Siiri ja Oona ovat molemmat harrastaneet voimistelua vasta puoli vuotta. Solina

joukkueessa voimistelevalle Oonan tavoitteena voimistelussa on kehittyä paremmaksi voimistelijaksi. ”Voimistelussa parasta on, kun saa esiintyä ja oppii paljon uusia asioita”, Oona kertoo ja jatkaa ”Voimistelu on minusta kivaa, kun saa käydä kisoissa ja Stara tapahtumissa esiintymässä”. Sabine joukkueessa voimistelevalle Siirin mielestä parasta on yhteishenki ja yhdessä tekeminen sekä harjoittelu. ”Aloitin voimistelun, koska halusin harrastuksen, joka olisi tarpeeksi haastava”. Vasta seitsemänvuotiaana Minkan mielestä voimistelussa parasta on yksinkertaisesti venytykset. Kun Minkalta kysyttiin, miksi hän aloitti voimistelun, tulee vastaus kuin apteekin hyllyltä: ”Siitä tulee notkeammaksi ja oppii uusia asioita”

Kysyimme myös lasten



Syrenia esiintyy seuran kisakatselmuksessa

vanhemmilta, mistä he pitävät eniten voimistelu-harrastuksessa. ”Oman lapsen esiintymisen katsominen on antanut paljon. Sitä vuoroin liikuttuu, jännittää ja iloitsee lapsensa menestyksestä. Voimistelu on kaunis laji, jonka hienot kilpailuohjelmat tempaavat mukaan. Onhan sitä toki tullut liimattua strasseja aika monta vuosien varrella pukuihin”, naurahtaa Inkan äiti, Sari Kuivamäki. ”Vaikka välillä joutuukin talkoohommia tekemään, saa sitä onneksi tehdä mukavan porukan kanssa. Olen saanut lapsen harrastuksen kautta, myös itselleni uusia ystäviä.”

Rekolan Raikas järjestää kesäkuun alussa 4.-8.6.18 voimisteluleirin 7-12-vuotiaille tytöille. Kaikki voimistelusta kiinnostuneet ovat tervetulleita mukaan leirille.



Voimisteluun kuuluu olennaisesti tasapainoliikkeet

**Suvijuhla seniori-ikäisille 14.6. klo 14**  
**Marjatta-säätiön (ent. vanhusten Kotiapusäätiö)**  
 piha-alueella, Paimenentie 2 tai sateella Teräsvaarisalissa.  
 Lämpimästi tervetuloa!



**REKOLAN SEKAKUORON**  
**Tuomien kukkiessa -konsertti**

Rekolan koulu La 12.5. klo 16  
 Rekolantie 67, Vantaa

Johtaa Anu Pulkkinen • Säestää Niina Saarelainen

Solistit: Jouko Keskikukko, Kyösti Korpiola  
 Taru Rautiainen, Anu Pulkkinen

Ohjelma 10 €

[www.rekolansekakuoro.com](http://www.rekolansekakuoro.com)

