



Heitosta Haukipudas tunnetaan!

# Heiton Uutiset

Ehkä Suomen paras seuralehti

Lokakuu 2012



## Yleisurheilukoulun menoa ja meininkiä

Länsituulen koulun salilla keskiviikkoiltana.

**YLEISURHEILU**  
**SIVU 19**



## Heitolle työllistämispalkinto

Haukiputaan Heitto palkittiin työllistämisestä.

**SIVU 11**



## Vaellusta korkealla!

Sporttiklubilaiset Itävallan korkeuksissa.

**SPORTTIKLUBI SIVU 14**

# Liikkuvat kyllä liikkuvat, mutta liikkumattomien määrä vain kasvaa



Selattuani läpi 2000-luvulla tälle palstalle kirjoittamani jutut, oli hämmästykseni suuri, sillä kaikkia kirjoituksia leimaa sama viesti. Huoli liikkumattomuudesta ja sen monilukuisista seurauksista. Voisi kuvitella, että urheiluseuralehden pääkirjoitusten ison kuvan muodostaisivat esimerkiksi seuratoiminnan esittely ja toiminnan edellytysten kehittämissesitykset jne. Yli vuosikymmenen kestänyt huoli liikkumattomuudesta on kuitenkin juuri nyt ajankohtaisempi kuin koskaan. Liikkumattomuus on noussut Suomessakin liikalihavuuteen ja tupakointiin rinnastettavaksi ongelmaksi ja kustannuseräksi. Ennen kaikkea lasten ja nuorten vähäinen liikkuminen on laittanut hälytyskellot soimaan monilla eri tahoilla ja liikuntasektoria huudetaan apuun. Valtion ja kuntien liikuntatoimet sekä liikuntajärjestöt, mukaan lukien urheiluseurat ovat vuosien saatossa pyrkineet mm. erilaisilla hankkeilla ja projekteilla vastamaan tähän haasteeseen, mutta tulokset ovat jääneet varsin laihiksi. Liikkuvat liikkuvat edelleen, mutta liikkumattomien määrä vain kasvaa. Urheilujärjestöt hakevat nyt uutta voimaa visiostaan sekä järjestöraken-

teen uudistuksella ja huippu-urheilun sisäisten rakenteiden ja toimintatapojen muutoksilla. Tämä kaikki jää kuitenkin turhaksi kosmetiikaksi, ellei arki-liikunnan määrää väestötasolla saada radikaalisti lisää. Liikunta ja sen edellytysten huomioiminen tulee sisällyttää kaikkeen yhteiskunnalliseen ja ennen kaikkea kunnalliseen päätöksentekoon osana normaalia päätöksentekoprosessia. Päiväkotiin ja koulujen liikunnallistamisella pystytään vaikuttamaan lähes kaikkien lasten ja nuorten liikkumiseen. Tämän ajatuksen myymisellä koulu-maailmaan ei luulisi olevan ongelmaa, sillä liikunnalla on tutkitusti positiivisia vaikutuksia oppimiseen ja kouluviihtyvyyteen. Viimekädessä vastuu liikkumisesta on jokaisella itsellään ja lasten osalta heidän huoltajillaan. Järjestöt kantavat varmasti vastuunsa tässä urakassa, mutta tähän urakkaan tarvitaan yhteistä vastuunottoa.

Haukipudas itsenäisenä kuntana katoaa vuoden vaihtuessa kuntakartalta ja siinä samassa Heitostakin tulee Oululainen urheiluseura. Suuria muutoksia itse seuratoimintaan tämä ei ainakaan lähiaikoina ole tuomassa, mutta uuteen toimintakulttuuriin siirtyminen tuo aina mukanaan muutoksia, joiden omaksumiseen menee tietty aika. Nämä muutokset näkyvät ja vaikuttavat lähinnä jaosto- ja johtokuntatasolla, sekä tietyiltä osin ohjaajien ja valmentajien toimintaan. Toivottavasti hyvin toimivat käytännöt saadaan erikunnista siirrettyä ja jalostettua uuden Oulun käytänteiksi. Tämä edellyttää aktiivista, rakentavaa ja vaikuttavaa vuoropuhelua päättäjien ja seuratoimijoiden kesken.

Tuleva vuosi on merkityksellinen siinäkin syystä, että se on 80 toimintavuosi seuran historiassa. Juhlavuosi tuo seura-

toimintaan aina myös oman piristysruiskeensa mm. erilaisten tapahtumien, huomionsoitusten ja tietysti vuosijuhlan muodossa. Varsinaista juhlaa vietetään vuoden päästä syksyllä. Työntäyteinen vuosi on siis edessä näiltäkin osin.

Kuntavaalit ovat tuota pikaa edessä ja nyt niiden merkitys on entistään suurempi, sillä uuden Oulun ensimmäisiä yhteisiä vastuunkantajia ollaan valittamassa. Toivon, että jokainen, poliittiseen taustaan katsomatta äänestää liikuntamyönteistä ehdokasta, jolla on laaja näkemys liikunnan merkityksestä kaikille ikäryhmille. Liikunta on varmasti paras sijoitus!

Viime vuosien aikana minulla on ollut mahdollisuus olla mukana lukemattomissa palavereissa, kokouksissa ja tilaisuuksissa, joissa on käsitelty liikuntaa ja urheilua eri näkökulmista. Monissa yhteyksissä keskustelut viittaavat paikallistason toimintaan ja urheiluseuroihin. Näissä tilanteissa on vuodelta mukavampi olla Heiton puheenjohtajana, sillä monin osin ne asiat mitä seuratoiminnalta toivotaan, ovat jo käytäntöä Heitossa. Puheenjohtajana ja heittolaisena tästä seurasta voi todellakin olla ylpeä. Kiitos tästä kuuluu kaikille teille aktiivisille seuratoimijoille jotka omalla työpanoksellaan olette tekemässä Heitosta sitä mitä se on nyt ja tulevaisuudessa.

Toivotan Teille kaikille mukavaa ja liikunnallista syksyä. Elämässä pitää tehdä pieniä valintoja, näistä muodostuu iso virta. Valitse siis polkupyörä ja portaat tai kulje kävelen. Elämänlaatusi paranee näilläkin pienillä teoilla.

Jukka Ukkola  
puheenjohtaja

**Taisto Tammela**



212

Valitse uuteen Ouluun urheilija- ja paikallistuntumusta!

**Maksuvälineeksi Heiton järjestämässä aikuisten liikunnassa käyvät myös:**

**HAUKIPUDAS**  
**Heitto**  
1933

**Haukiputaan Heitto ry**

Haukiputaan Heitto / Heiton talo  
Törmäntie 15  
90830 Haukipudas

Facebook: sivu Haukiputaan Heitto  
E-mail: etunimi.sukunimi@haukiputaanheitto.fi

[www.haukiputaanheitto.fi](http://www.haukiputaanheitto.fi)

## JOHTOKUNTA 2012

**Puheenjohtaja**  
Jukka Ukkola  
p. 040 508 8221

**Varapuheenjohtaja**  
Vesa Ojala  
p. 040 555 8596

**Sihteeri / jäsenasiat**  
Pirkko Vahtola  
p. 040 764 9561

**Hiihtojaosto**  
Jarmo Savilaakso  
p. 044 324 1058

**Lentopallojaosto**  
Pirkko Vahtola  
p. 040 764 9561

**Painijaosto**  
Jouni Huttunen  
p. 040 704 5403

**Salibandyjaosto**  
Pasi Soronen  
p. 040 554 3549

**Suunnistusjaosto**  
Jaana Ervasti  
p. 040 564 7471

**Uinti**  
Hannu Saikanmäki  
p. 045 657 8987

**Voimistelujaosto**  
Irene Kenttälä  
p. 050 360 2590

**Veteraanijaosto**  
Aarno Ervasti  
p. 050 505 1690  
Mauno Ukkola  
p. 040 964 3551

**Taloussihteeri (johtokunnan ulkop.)**  
Sari Roivainen  
p. 044 303 0520

## JÄSENMAKSUT

Perhe 40 euroa  
Aikuinen 15 euroa  
Lapsi (alle 15 vuotta) 10 euroa  
Eläkeläinen 10 euroa

Huom! Jäseneksi liittymislomake myös netissä.

HUOM!  
Seuran jäsenmaksun maksaminen on edellytys seuratoimintaan osallistumiselle. Eri jaostojen kausi maksut peritään erikseen!

## LAJIEN YHDYSHENKILÖT

**Hiihto**  
Jarmo Savilaakso  
p. 044 324 1058

**Lentopallo**  
Pirkko Vahtola  
p. 040 764 9561

**Paini**  
Jouni Huttunen  
p. 040 704 5403

**Salibandy**  
Jenni Kivari  
p. 044 032 5153

**Suunnistus**  
Jaana Ervasti  
p. 040 564 7471

**Sulkapallo**  
Ilkka Kurttila  
p. 040 142 3636

**Uinti**  
Hannu Saikanmäki  
p. 045 657 8987

**Voimistelu**  
Irene Kenttälä  
p. 050 360 2590

**Yleisurheilu**  
Tanja Jaakola  
p. 050 442 9157

**Veteraanit/Vierivät Kivet**  
Aarno Ervasti  
p. 050 505 1690

**Kuntotanssit**  
Leila Uitto  
p. 044 547 1813

**Heiton talo / Osis Varaukset:**  
Jouni Huttunen  
p. 040 704 5403

## Heiton Uutiset

**Julkaisija:**  
Haukiputaan Heitto ry

**Vastaava toimittaja:**  
Jukka Ukkola

**Sivunvalmistus:**  
Esa Huovinen, Jukka Ukkola, Eero Aho

**Paino:** Suomenmaa Oy

**Painosmäärä:** 14 000 kpl

## Painava kumppani

**JOUTSEN MEDIAN PAINOTALO**

Lekatie 4, 90150 Oulu, p. (08) 5370 011  
[www.joutsenmedianpainotalo.fi](http://www.joutsenmedianpainotalo.fi)



# Tunti päivässä Heitolle



Välillä seuratyöstäkin tarvitsee lomaa. Parhaiten se onnistuu mieliharrastuksen parissa.

Pitkästi yli kolmen tuhannen jäsenen seurassa sihteerin ei sovi hoitaa työtään huolimattomasti, ei edes puolihuolimattomasti. Heitossa asiat ovat tältä osin kunnossa, sillä kymmenisen vuotta sihteerin tehtävässä toiminut **Pirkko Vahtola** osaa hommansa.

"Tunti päivässä Heitolle", Vahtola laskee sihteerin työn viemää aikaa.

Perinteisiin sihteerin paperitöihin kuuluvat muun muassa toimintakertomusten ja -suunnitelmien tekeminen, budjettien laatiminen, kunnan avustusten vaatima byrokratia sekä TUL:n edellyttämien raporttien kirjoittaminen.

Heitossa sihteerin hoitaa myös jäsenrekisterin, ja se on ehkä kaikkein työllistävän osuus. "3200 korttia vuodessa", Vahtola laskee vuosittaisen kortteikourakan. Jäsenkortit leikataan ja laminoidaan käsipelillä, ne eivät synny itsestään.

Vahtola pelasi pitkään lentopalloa, maajoukkueetasollakin, ja toimi sitten valmentajana. Järjestötyöhön siirtyminen sujui tältä pohjalta luontevasti.

"Energiaa on riittänyt, ja mies kotona on suurena apuna", Vahtola kiittelee, mutta myöntää, että joskus pitää myös tehdä irtiotto seuran asioista.

Monessa yhdistyksessä ongelmana on aktiivien ikääntyminen, nuoria ei tule mukaan samaa tahtia kuin vanhoja jää tai haluaisi jäädä pois.

Talkootyö ei kaikkien nykynuorten mielestä ole se ensimmäinen asia, johon vapaa-aikansa voisi uhrata.

Heitossa on onneksi nähty myös nuorten innostuvan järjestötyöstä ja vastuun kantamisesta. "Meillä on helmiä, jotka valmennushommista pois jäätyään ovat jääneet pyörittämään jaostojen asioita", Vahtola sanoo.

**Pekka Rahko**



**HTK-KONEPAJA OY**

Siika-ahontie 12  
90820 Kello  
[www.htk-konepaja.fi](http://www.htk-konepaja.fi)

**A-luokan pätevyys teräsrakenteiden valmistuksessa ja asennuksessa.  
Hiekkapuhallus ja maalaus.**



## Tarvitsetko tiloja?

**Juhlat kuin juhlat – Heiton talo!**

Tiedustelut ja varaukset 040 704 5403, [www.haukiputaanheitto.fi](http://www.haukiputaanheitto.fi)





# Seuratoiminnassa mukana

**Muutamien eri lajien nuoret saivat vastattavakseen kysymyksiä mukanaolostaan seuratoiminnassa. Mikä sai heidät aikanaan mukaan seuratoimintaan, mikä pitää heidät edelleen mukana ja millaisia tulevaisuuden suunnitelmia heillä on urheilun ja mahdollisesti muunkin elämän saralla.**

## Uimarien vastaukset

Sonja Simonen



Haukiputaan Heitto on minulle lähin paikallinen seura Oulun ja Haukiputaan alueella. Olen mukana toiminnassa, koska seurassa on laaja, monipuoli-

linen sekä toimiva lajivalikoima. Parina viime vuonna olen toiminut lasten uinninohjaajana ja uimakoulujärjestelmä on toiminut mielestäni loistavasti

Olen tullut toimintaan mukaan vuonna 2006 syksyllä, kun aloitin tekniikkauimakoulut. Seuran uinti tarjonta sai minut liittymään seuraan ja aloittamaan uintiuran. Syksyllä 2010 tulin mukaan ohjaajatoimintaan ja uiminen jäi taustalle.

Heitto on innostava ja kannustaa sekä nuoria että lapsia, mutta myös aikuisia liikkumaan ja löytämään itselle mieluisan lajin. Tällä hetkellä osallistun aktiivisimmin toimintaan ohjaamalla uimakouluja pari kertaa vuodessa. Vapaa-ajalla on kiva muun muassa tulla heiton vuorolle uimaan.

Lukion suorittuani lähdän opiskelemaan opettajaksi ja olen kokenut että uimakoulutoiminnan kautta olen saanut kokemusta ja vahvistusta haaveilleni. Aion jatkaa seuran toiminnassa mahdollisimman pitkää ja aloittaa vielä uinnin uudelleen.

Kristian Tiiro

Olen tullut toimintaan mukaan vuonna 2006 syksyllä, kun aloitin tekniikkauimakoulut. Seuran uinti tarjonta sai minut liittymään seuraan ja aloittamaan uintiuran. Syksyllä 2010 tulin mukaan ohjaajatoimintaan ja uiminen jäi taustalle.



Aluksi olin mukana sen takia, että oppisin uimaan paremmin. Nykyään olen enemmänkin fyysisen kunnan takia mukana. Uiminen on kiinnostanut mi-

nu aina. Se oli ihan luontevaa siirtyä pienemmistä ryhmistä kilparyhmään. Olen mukana, sillä haluan ylläpitää ja kehittää kuntoani. Tulevaisuuden suunnitelmina on mennä lukioon ja jatkaa uimista.

Paavo-Petteri Kelho



Olen aina pitänyt uinnista ja meillä on tosi hyvä valmentaja ja mukava ryhmä. Aloitin 5-vuotiaana Heiton uimakoulussa ja olen edennyt aina vain "parempaan" ryhmään.

Kilpailemisen aloitin n. 10-vuotiaana. Hyvä porukka pitää mukana toiminnassa, pidän kilpailemisesta ja pysyy

samalla tosi hyvässä kunnossa. Tulevaisuuden suunnitelmia ei juuri ole. Lukio pitäisi käydä loppuun ja uintia ajattelin harrastaa kilpailutasolla ainakin täysi-ikäisyyteen asti

Ville Teppola



Haluan kehittää omaa kuntoani ja osaamistani lajissa. Koin uinnin mukavaksi liikuntalajiksi. Aloitin tekniikkaryhmässä vuonna 2007, 11-vuotiaana. Olen mukana nyt koska lajiin ja treenisuoraan ei kyllästy. Tulevaisuuden suunnitelmana on käydä lukion loppuun ja harrastaa uintia niin kauan kuin vapaa-aikaa riittää.

## Värisilmä on paikka, josta löytyy

maalit  
tapetit  
kaakelit  
laminaatit  
Kph-kalusteet  
asennuspalvelu  
sisustussuunnittelu

# MYYYJÄ

## LATTIA-ALE-OSASTO UUDISTUU

MUOVI-MATTOJA  
...kysy myös  
asennettuna

**-30%**

KAIKKI LAMINAATIT  
**ALE-HINNOIN**  
...lisäksi 12x42 MDF-jalkalistat  
Kaupan Päälle (1m/lattia-m<sup>2</sup>)

Kaikki  
KÄYTVÄ-  
MATOT

**-50%**

Kaikki  
RUOHO- ja  
KURAMATOT

**-15%**

Tarjoukset voimassa tämän viikon



Kodin pintojen ykkönen  
**HAUKIPUTAAN**  
**VÄRISILMÄ**

Revontie 15, 90830 Haukipudas  
P. (08) 5471 561  
Avoinna: ma-pe 9-18, la 9-14  
myynti@haukiputaanvarisilma.fi  
www.haukiputaanvarisilma.fi



**Auttaa.**

Pauliina Pelkonen



Olen mukana, sillä monen vuoden uintiharrastuksen lopettamisen jälkeen tuntui luontevalta jatkaa lajin parissa puuhailua siirtymällä uimakoulun vetäjäksi.

Seuran toimintaan tulini mukaan, kun aloitin uinnin seitsemän tai kahdeksan vuotta sitten. Mukana olen nyt, sillä vedän Heitossa uimakouluja viikonloppuisin. Vedän niitä, sillä pidän lasten kanssa olemisesta ja on mukava kun sai jatkaa mieluisen harrastuksen parissa, vaikka ei itse enää aktiivisesti kilpailekaan.

Tulevaisuudessa suoritan lukion loppuun ja sitten suuntaan nähtävästi opiskelemaan sellaiselle alalle, jossa saan olla ihmisten ja etenkin lasten kanssa. Seurassa aion jatkaa uimakoulujen parissa riippuen siitä kuinka paljon minulla jää aikaa muiden töiden ja opiskelun lisäksi.

### Painijunnujen vastaukset

Leevi Ukkola

Olen harrastanut painia yli 10 vuotta. Ensimmäisen kosketuksen painiin sain noin 5-vuotiaana kun isä otti minut salille mukaan katsomaan isoveljien reenejä. Harrastan painia, koska se on yksilölaji ja menestymisen painissa vaatii paljon työtä ja pärjääminen on vain itsestä kiinni. Haluan kehittyä painijana ja näyttää hyvää esimerkiksi nuoremmille painijoille.

Lähtävöitteeni on SM-mitali ja sitä kautta päästä edustamaan Suomea maailmalle. Suurin unelmani olisi päästä olympialaisiin ja voittaa Olympiakultaa.

Roosa Kesonen



Lähin kokeilemaan kun harrastusta ei ollut ja uinti tuntuu omalta jutulta. Netistä löydettiin sopiva ryhmä, vuoden 2009 syksyllä.

Treenaamista ja kisoja ei oteta liian vakavasti. Parantuneet suoritukset ja oma kehittyminen saa jatkamaan ja innostaa treenaamaan.

Joukkuekavereiden kanssa tulee hyvin toimeen ja kiva treenata yhdessä. Valmentajtkin on mukavia ja kannustavia. Kisa-reissut ja leirit on olleet mahtavia kokemuksia!

Ajattelin harrastaa uintia ainakin lukioon asti ja luultavasti sen aikanaakin. Luulenpa että uintia en voi kokonaan lopettaa koskaan. Jossain vaiheessa ajattelin aloittaa pienempien uimareiden valmentamisen.

Eemeli Nisula

Harrastan painia, koska se on mukava harrastus. Lähdin mukaan Heiton jumppaan 5-vuotiaana ja jumppa vaihtui painiksi 7-vuotiaana. Painissa on mukavat seurakaverit ja hyvät valmentajat.

Reeneissä käyn melkein joka ilta ja viikonloppuisin reissataan ympäri Suomen painikisoissa, joskus myös Ruotsissa ja Norjassa. Kisamenestys ja oimien taitojen kehittyminen motivoivat jatkamaan treenaamista Tulevaisuudessa haaveena on

SM-mitali ja edustus arvokisoissa ja sitä kautta arvokisamenestys.



Kuvassa Carita Eriksson, Henriikka Moilanen ja Sallamari Matinmikko.

### Voimistelijoitten suunnitelmat

Nämä kolme nuorta naista ovat ehtineet olla jo hyvän tovin Heiton jäseniä. Kaikki he tulivat mukaan aikanaan joukkuevoimisteluun Lumpeen kukat -joukkueeseen.

Heistä ensimmäisenä Carita Eriksson luki vuonna 2002 jutun uudesta Lumpeen kukat -joukkueesta Heiton lehdestä. Siltä istumalta äiti päätti ilmoittaa villin tyttänsä mukaan joukkueeseen.

Parin vuoden kuluttua tästä Carita houkutteli mukaan ystävänsä Sallamari Matinmikon. Ja taas parin vuoden kuluttua Sallamari houkutteli mukaan Henriikka Moilasan, joka oli jo kerran aiemmin meinannut tulla mukaan voimisteluun.

Nyt tytöt ovat 17-vuotiaita lukilaisia ja opiskelijoita, mutta

veri vetää edelleen jumppasalleille. Oma voimistelu on ollut tauolla muilla paitsi Sallamarilla jo pari vuotta, mutta innostus käytetään nyt pienten jumppareiden opettamiseen.

Mukana Heiton voimistelujaoston toiminnassa pitää halu valmentaa pieniä voimistelijaalkuja, omaa joukkuetta.

Syksyllä perustettiin Solina,

joka saa Sallamarin, Henriikan ja Caritan tekemään tuntuu suunnitelmia, suunnittelemaan voimisteluesityksiä sekä tulemaan salille joka viikko.

Tulevaisuuden suunnitelmassa onkin valmentaa joukkue voimistelemaan tulevaisuudessa jopa SM-tasolla. Mutta sitä ennen olisi vielä edessä n. 8-10 vuotta tiukkaa harjoittelua.





**- Sinun ääni**  
**- Sinun luottamus**

**557** **Seppo Leskinen**



Eemeli ja Leevi

# LEIPOMON MYYMÄLÄ AVOINNA

## myös lauantaisin klo 10-14.

*Tervetuloa!*

**PUTAAN PULLA**



Sepäntie 2, 90850 Martinniemi  
Puh. (08) 563 8700  
[www.putaanpulla.fi](http://www.putaanpulla.fi)



# Laaja-alaisen liikunnan kehittäminen keskiössä

**Kysymme muutamilta kunnallisvaaliehdokkaina olevilta seuran jäseniltä heidän näkemyksiään liikuntaan, liikuntapaikkarakentamiseen ja seuratoimintaan liittyvistä asioista. Tässä ehdokkaiden vastaukset.**

**Timo Autio**  
SDP no 429



**Lyhyt oppimäärä toiminnastasi Heitossa**

Lapsuuteni ja varhaisnuoruuteni urheilin Haukiputaan Tempon ry:ssä.

Lajit olivat yleisurheilu (laji kuin laji) ja hiihto. Tempon kotipesä oli Työosuuskunnan talo (eli nykyinen loistokuntoon korjattu Heiton talo). Myöhemmin lajit vaihtuivat koripalloon ja lentopalloon, joita pelailin eri seuroissa ja eri puolilla maata. Kun 1970-luvun lopulla palasin takaisin tänne kotikonnuille, liityin luonnollisesti Heiton jäseneksi. Urheileminen muuttui liikunnaksi. Viimeiset kymmenkunta vuotta olen kantanut Heiton vetreiden veteraanien tunnuksella varustettua paitaa.

Suurin urheilusaavutukseni Heitossa on useamman vuoden toiminta seuran tilintarkastajana!

**Millaisena näet liikunnan yleisen aseman uudessa Oulussa? Miten sitä tulisi kehittää?**

Mielestäni liikunnan merkitys arvostetaan Uudessa Oulussa korkealle.

Alueella on kaikkiaan n. 270 urheiluseuraa ja lisäksi n. 50 yhdistystä, joiden toimintaan liittyy liikunnan edistäminen. Seurojen jäsenmäärä ja jäsenistön yhteiskunnallinen painoarvo on merkittävät.

Tämä on vahva voimavara, kun kaupunkilaisten osallisuutta ja vaikuttamista tulevassa Oulussa rakennetaan.

**Mitkä ovat mielestäsi liikuntapaikkarakentamisen painopisteitä? Millaista rakentamista tulisi tukea julkisin varoin?**

Näkemykseni mukaan Uuden Oulun liikuntapaikkarakenne on verrattain hyvä. Kehitettävää toki aina on ja ehdottomasti ensimmäiselle sijalle asetan Virpiniemen liikunta-alueen kehittämisen.

**Millä keinoin Oulun kaupunki voisi paremmin tukea urhei-**

**luseuratoimintaa?**

Kun kilpaurheilu vahvasti kaupallistuu, näen että bisnesurheilun on vastattava myös tarvitsemiensa tilojen rakentamisesta. Muussa liikuntapaikkarakentamisessa tarvitaan edelleen julkisen vallan eriasteista rahoitusosuutta.

Suoran rahallisen tuen osuutta ei yleisen taloustilanteen ja kaupungin talouden heikennyttyä varmaankaan pystytä lähivuosina kasvattamaan. Yhteistyössä ja asiantuntija-avun antamisessa on sen sijaan aina kehittämisen varaa.

**Mihin suuntaan urheiluseuratoimintoja tulisi mielestäsi kehittää?**

Kun on seurannut Haukiputaan Heiton seuratoiminnan kehittämistä viimeisten vuosien aikana, on tullut vahva näkemys siitä, että seurassa on hyvin oivallettu kehittämisen tarve ja suunta. Ja siinä on myös erinomaisen hyvin onnistuttu.

**Ale Luokkanen**  
Vihreät no 75



**Lyhyt oppimäärä toiminnastasi Heitossa**

Kun uimahalli Vesi-Jatuli oli valmistumassa, niin olin perustamassa Heiton uintijaostoa. Aluksi toimin jaoston jäsenenä myöhemmin puheenjohtajana usean vuoden. Alusta alkaen toimin kirppujen, delfiinien, tekniikka- ja jatkoryhmien uintiohjaajana sekä juniori- ja kilparyhmien valmentajana sekä uimakoulujen järjestäjänä. Tuli vietettyä satoja tunteja uima-altaassa oman uimaopettajatyön lisäksi.

Oma urheilutaustani on painista jonka parissa vierähti lähes 25 vuotta, uinti oli silloin mukana yhtenä harjoitusmuotona. Kosk-Ri, TaPs ja Mu-Vo olivat ne seurat joissa aikanaan painin.

**Millaisena näet liikunnan yleisen aseman uudessa Oulussa? Miten sitä tulisi kehittää?**

Oulu on ollut edelläkävijä monessa liikuntatoiminnan alueella, mm. alle 18v harrastajien liikuntapaikka maksuttomuudella. Nyt myös Haukiputaan nuoret uimarit pääsevät nauttimaan tästä edusta. Tämä toiminta on mahdollistanut uintijaoston työntekijän palkkaamisen ja sitä myöten pystymme kehittämään uintiharrastusta edelleen sekä turvaamaan laadukkaat uimakoulu ja kilpaurheilun seurassamme. Oulu tulee jatkos-

sakin panostamaan liikuntaan, etenki jos se on minusta kiinni. Koululiikunnan määrää tulisi lisätä eikä vähentämään niin kuin nyt oli käynyt joillakin luokilla kun oltiin siirretty Oulun tuntekyyhkseen. Myös ala-asteella voisi olla mahdollisuus valita opintoaineiden kesken. Esim. jos ei halua uskontoa niin voisi mahdollisesti ottaa lisää liikuntatunteja.

**Mitkä ovat mielestäsi liikuntapaikkarakentamisen painopisteitä? Millaista rakentamista tulisi tukea julkisin varoin?**

Tällä hetkellä näen että liikuntapaikkarakentamisessa tulisi suosia pieniä lähiliikuntapaikkoja joissa lapset ja nuoret voisivat harrastaa myös omatoimista ja vapaata liikuntaa. Hyviä esimerkkejä on Haukiputaalla Heiton talon (Osiksen) pihan lähiliikuntapaikka ja Oulussa Hintan skeittiparkki. Tämän hetkessä taloudellisessa tilanteessa Oulu tulee jäädyttämään Linnanmaalle suunnitellun uimahallin rakentamisen, hyvä jos näin, länsipuolella on jo 4 hallia (Zimmari, Raksila, Raatti ja Vesi-Jatuli). Olen ehdottomasti sitä mieltä että uusi uimahalli tulee sijoittaa Oulun itäpuolelle. Alue jossa on jo nyt suuri tarve liikuntapaikalle, jossa kaiken ikäiset voisivat harrastaa liikuntaa ja sellainen paikka on uimahalli jonka yhteydessä on kuntosali. Kiiminki, Ylkiiminki, Saarela, Sanginsuu välisellä alueella tulee lähivuosina olemaan lähes 50000 asukasta. Itäpuolelle rakennettu uimahalli toimii tuhansille ihmisille lähiliikuntapaikkana, Linnanmaalle rakennettuna se tulisi vähentämään jonkin verran Vesi-Jatulini ja Raatin asiakasmäärää. Mutta toki toisi alueelle ison määrän uusiakin asiakkaita.

Kaikenlainen liikuntapaikkarakentaminen, myös yksityinen, on aina saanut jossain muodossa yhteiskunnan tukea ja sitä pitää edelleen jatkaa. Kunnan liikuntapaikkarakentaminen tulee olla lähiliikuntapaikoissa mm. koulujen liikuntasalit ovat sellaisia ja uimahallit ovat koko kansan liikuntapaikkoja. Uimahallien käyttö on lisääntynyt sen mukaan kun tarjontaa on tullut etenkin ikäihmisten liikuntapaikkana se on erinomainen.

Oulu on täytyy jatkaa Haukiputaan aloittamaa kehitystä Virpiniemessä. Esimerkiksi jos huvipuisto sijoituisi Virpiniemeen niin silloin sinne saataisiin melkoisella varmuudella myös hotelli ja nämä sijoittajat olisivat yksityisen pääoman sijoituksia. Tämä mahdollistaisi Virpiniemen liikuntaopiston kehittymisen jopa urheilupuistoksi. Alueella on valtava potentiaali hyödynnettävää liikunnan saralla.

**Millä keinoin Oulun kaupunki voisi paremmin tukea urheiluseuratoimintaa?**

Kunnat voisi mahdollistaa seuratyöntekijöiden palkkaamisen jotta urheiluseurojen hilpuva talouteen saataisiin korvattua ja urheiluseurojen liikunnallinen kasvattaminen jatkumaan. Kunta voisi lisätä urheiluseuroilta ostettavia palveluja. Vähäraisten liikuntaa tulisi tukea lisää maksamalla lasten harrastuksesta koituvia kuluja mm. jäsenmaksut, lisenssit. Liikunta on erinomainen

syryjätymisen ehkäisykeino. Kuuluminen urheiluseuraan antaa lapsille sosiaalisia, iloisia, riemukkaita ja myös tappion kokemuksi, kokemuksia jotka kasvattavat lapsia ja nuoria yhteiskuntaan.

Lähiliikuntapaikkojen rakentaminen ja kunnossapito edistää myös urheiluseurojen mahdollisuuksia.

**Mihin suuntaan urheiluseuratoimintoja tulisi mielestäsi kehittää?**

Urheiluseurojen toimintahan kehittyä siihen suuntaan mihin me suomalaiset haluamme sen panostavan. Onko se terveysliikunta, kilpaurheilu, huippu-urheilu, harrasteliikunta vaiko pienimuotoinen harrastelu usean eri lajin kanssa? Tällä hetkellä Heitossa toimii erinomaisesti kilpaurheilu ja harrasteliikunta. Hyvää toimintaa on myös huippu-urheilussa ja terveysliikunnassa. Tulevaisuudessa harraste- ja terveysliikunnan määrä kasvaa ja siinä on urheiluseuroilla tilaisuus laajentaa toimintaansa sekä sen kautta mahdollistaa taloudelliset toiminta edellytykset.

**Irma Pellinen**  
Uuden Oulun  
Vasemmisto no 188



**Lyhyt oppimäärä toiminnastasi Heitossa**

Olen ollut ns. kannattajajäsen siitä asti, kun Haukiputaalle muutin. Lukuun ottamatta tietenkin naisten lentopalloaikakauden alkua 70-luvun alussa.

**Millaisena näet liikunnan yleisen aseman uudessa Oulussa? Miten sitä tulisi kehittää?**

Liikuntapalveluihin kiinnitetään paljon huomiota ja halua kehittämiseen kaikilla tasoilla löytyy. Ongelmaksi muodostuu kalliiden harrastuspaikkojen puute esim. jäähallit, jalkapallohallit tai uimahallit. Näillä kaikilla on omat vahvat kannattajat, mutta erityistä huomiota tarvitsevat jokapäiväisten liikuntatapausten mahdollistaminen ja lisääminen siten, että ne taloudellisesti ovat mahdollisia jokaiselle.

**Mitkä ovat mielestäsi liikuntapaikkarakentamisen painopisteitä? Millaista rakentamista tulisi tukea julkisin varoin?**

Sisäliikuntapaikkoja mahdollisimman suurelle joukolle, sekä latuja ja luistelualueita talvikaan. Huolletut uimarannat ja kuntoradat antavat jokaiselle mahdollisuuden liikkua. Kal-

liimmat liikuntapaikat ratkaistaan talouden ehtoilla.

Sellaista rakentamista tulisi tukea julkisin varoin, mikä tuottaa suurimman hyödyn mahdollisimman suurelle joukolle kansalaisia. Samalla siten, että niiden ennaltaehkäisevä merkitys ihmisten terveyteen on suuri

**Millä keinoin Oulun kaupunki voisi paremmin tukea urheiluseuratoimintaa?**

Ohjaajaresursseja ja toimintapaikkoja kehittämällä ja luomalla.

**Mihin suuntaan urheiluseuratoimintoja tulisi mielestäsi kehittää?**

Niiden tulisi ottaa eri harrastajaryhmät huomioon. On kuitenkin todettava, että se ei ole kovin helppoa lajikeskittyneissä seuroissa. Siksi onkin erinomaista, että on olemassa myöskin yleisseuroja, joissa tämä on mahdollista.

**Jarmo Savilaakso**  
Uuden Oulun  
Vasemmisto no 206



**Lyhyt oppimäärä toiminnastasi Heitossa**

Seuran jäsen 1970-luvulta. Hiihto- ja suunnistusjaoston toiminnassa mukana urheilijana ja talkoomiehenä. Seuran johtokunnan jäsenenä 80-90 luvuilla ja nyt 2011 alkaen.

**Millaisena näet liikunnan yleisen aseman uudessa Oulussa? Miten sitä tulisi kehittää?**

Nyky Oulu on kohtuullisen liikunnallinen kaupunki. Lasten ja nuorten perusliikuntaan pitäisi lisätä resursseja.

**Mitkä ovat mielestäsi liikuntapaikkarakentamisen painopisteitä?**

Sellaiset liikuntapaikat, jotka palvelevat monipuolisesti kaikkia kansalaisia, lähiliikuntapaikat.

**Millaista rakentamista tulisi tukea julkisin varoin?**

Valaistut kuntoradat, hiihtoladut, koulujen liikuntasalit, SUUNNISTUSKARTAT, pienimuotoiset lähiliikunta-alueet ja pelikentät, luistelukentät.

**Millä keinoin Oulun kaupunki voisi paremmin tukea urheiluseuratoimintaa?**

Salimaksuja ja muita käytösmaksuja pienentämällä (poistamalla). Suunnistuksen

kartta-avustusten nostaminen. Yhteistyö urheiluseurojen kanssa mm. koulujen iltapäiväkerhotoiminnassa (seurat saivat toimintaan varoja).

**Mihin suuntaan urheiluseuratoimintoja tulisi mielestäsi kehittää?**

Perinteisen kilpa- ja nuorisourheilun rinnalle enemmän kuntoilutyyppistä liikuntaa kaikelle kansalle, kuten Heiton sportti-klubi!

**Taisto Tammela**  
**Uuden Oulun**  
**Vasemmisto No 212**



**Lyhyt oppimäärä toiminnasta si Heitossa**

Olen ollut Heiton jäsen vuodesta 1974, jolloin tulin Haukiputaalle. Sitä ennen urheilin Lapissa saavuttaen mm. TUL:n piirinmestaruuksia ja muita mitalisijoituksia yleisurheilussa (mm. keihäässä) ja lentopallossa. Heitossa toimin johtokunnassa ja tiedotusvastaavana erityisesti 1980-luvulla. Noinin aikoihin alettiin tehdä myös tätä Heiton Uutista, jonka vastaavana toimittajana olin. Jos lehti on nyt hyvä, niin oli se myös silloin. Heiton 50-vuotissuhlanumeroa pidettiin vuoden 1983 parhaana seurajulkaisuna. Olen saanut tunnustuksena mm. TUL:n kultaisen seuratyön ansiomerkin ja Opetusministeriön myöntämän Suomen liikuntakulttuurin ja urheilun ansiomitalin kullatuin ristein.

**Millaisena näet liikunnan yleisen aseman uudessa Oulussa? Miten sitä tulisi kehittää?**

Haukipudas on perinteinen urheilupitäjä, jossa eri kylät ovat kehittäneet vahvan liikunta- ja urheilukulttuurin. Tämä näkyy useiden seurojen monipuolisen liikuntana, sillä sadat nuoret ja vähän varttuneemmatkin ovat erilaisissa liikuntatapahtumissa Oulun alueella ja laajemminkin koko maassa. Työni puolesta liikun maan eri puolilla ja usein kertoessani asuinkuntani, niin aika usein sanotaan, että "siellähän on se Haukiputaan Heitto, tunnetko sitä urheilijaa?". Eli Haukipudas tunnetaan Heitosta, joskin onhan täällä muitakin vahvoja seuroja, jotka tuovat oman värinsä uuden Oulun urheilukarttaan. Otaksun, että seurakirjo tulee jonkin aikaa olemaan aika moninainen. Pitemmän päälle vahvat seurat jäävät, Heitto jopa nykyisestään vahvistuu, toivon mukaan myös Haukiputaan Pallo ja jääkiekko-seura Ahmat. Nähdäkseen myös erityislajien seuroilla on paikkansa. Joka tapauksessa yhteistyö seurojen kesken on syytä tehostaa.

**Mitkä ovat mielestäsi liikuntapaikkarakentamisen painopisteitä?**

**Millaista rakentamista tulisi tukea julkisin varoin?**

Oulun alue vahvana urheilupaikkakuntana satsaa jatkossakin liikuntaan. Urheiluihmisenä arvostan edelleen kilpaurheilua, mm. Raatin urheilualue on nyt ajanmukainen. Mutta maamme liikunnan kehittämiseen tulee satsata erityisesti sellaiseen rakentamiseen, joka mahdollistaa kaikenikäisten liikunnan lisäämisen. Aikanaan Haukiputaan liikuntalautakunnan puheenjohtajana edistin Haukiputaan uimahallin rakentamista. Vaikka satsaus oli suuri, niin 150 000 vuotuinen kävijämäärä todistaa sen merkittävyyden.

**Millä keinoin Oulun kaupunki voisi paremmin tukea urheiluseuratoimintaa?**

Kaupungin tehtävänä on liikunnan ja urheilun edellytysten luominen. Olen ymmärtänyt, että nykyinen urheiluministeri, vasemmistoliiton puheenjohtaja, Paavo Arhinmäki osaltaan painottaa tätä ja erityisesti siinä lasten ja nuorten liikuntatottumusta. Se merkitsee liikuntapaikkojen lisäämistä ja niiden käytön mahdollistamista kaikille urheiluseuroille mahdollisimman huokeaan hintaan tai jopa ilmaiseksi.

**Mihin suuntaan urheiluseuratoimintoja tulisi mielestäsi kehittää?**

Olen sitä mieltä, että kenttätason toimintaa tulee kehittää. Se lisää kaikenikäisten liikuntaa, joka lisää asukkaiden hyvinvointia ja luo perustaa myös huippu-urheilulle. Sillä liian kapea urheilutoiminta ei riitä useinkaan kansainväliseen urheilumenestykseen. Vahvasta pohjasta aikanaan nousivat myös Eero Tapio Haukiputaalta maailmanmestariksi ja Tapio Raatavaara Puotinkylästä olympiavoittajaksi.

**Teuvo Ukkola**  
**Uuden Oulun**  
**Vasemmisto no 217**



**Lyhyt oppimäärä toiminnastasi Heitossa**

Olen toiminut Heitossa yleisurheiluvallmentajana lähes 10 vuotta ja olinme sinä aikana piirin parhaista yleisurheiluseuroista. Nyt olen Heiton kannattajajäsen vaimoni kanssa.

**Millaisena näet liikunnan yleisen aseman uudessa Oulussa? Miten sitä tulisi kehittää?**

Liikunnan aseman näen hyvänä uudessa Oulussa, onhan Oulu johtava pyöräilykaupunki ja sen edellytyksiä on edelleen kehitettävä. Eheytyvä yhdyskuntarakenne parantaa entisestään kävelyn ja pyöräilyn edellytyksiä ja luo Oululaisille monia joustavia liikuntamuotoja arjessa ja viihtyisässä elinympäris-

tössä. Mitkä ovat mielestäsi liikuntapaikkarakentamisen painopisteitä?

**Millaista rakentamista tulisi tukea julkisin varoin?**

Liikuntapaikkarakentaminen täytyy olla kaikkia Oulun alueita palveleva eli tasapuolista. Koulujen ja urheilupaikkojen rakentamista tulisi valtion tukea entistä enemmän, sillä nuorisohan tästä hyötyisi. Myös vanhusten palveluasuntoihin tulisi valtion satsata entistä enemmän.

**Millä keinoin Oulun kaupunki voisi paremmin tukea urheiluseuratoimintaa?**

Mielestäni seurojen salivuoromaksut pitäisi poistaa kokonaan tai ainakin minimiin ja ehdottomasti alle 18-vuotiaiden käyttömaksujen maksuttomuuden jatkuminen edelleen, tarkoittaen kunnallisia liikuntapaikkoja.

**Mihin suuntaan urheiluseuratoimintoja tulisi mielestäsi kehittää?**

Kannatan uimahallin rakentamista Kiiminkiin ja hiihtoputken rakentamista Virpiniemeen tulevaisuudessa. Valtion ja laji-liittojen pitäisi tukea rahallisesti urheiluseuroja, jotta näillä olisi varaa maksaa valmentajille jonkinlaista tukea.

**MEILTÄ PUUTAVARAN LISÄKSI MYÖS:**



Ovet

Eristeet

Bitumikatot

**SEKÄ HIRSIMÖKIT JA -SAUNAT JA -LADOT**



**kellonpöy**

Karpalotie 20, KELLO  
 p. 010 2701300, ma-pe 8-18, la 9-14  
 Pistotie 4, PUDASJÄRVI  
 p. 010 2701 303, ma-pe 9-17



Matkapuhelimesta soittaessa 8,21 snt/puh + 16,9 snt/min (alv 22%)  
 Lankapuhelimesta soittaessa 8,21 snt/puh + 5,9 snt/min (alv 22%)

**TB-HUOLTO KADENIUS kv**

Kysy meiltä rengastarjous!  
 Muut rengastyöt. Muista myös lämmitysöljy!

Huvipolku 116 Puh. 08-547 1318  
 90830 Haukipudas Faksi 08-5471318



Meiltä saat Plussaa!

**Urheilullista vaalinalustarinointia**

Tunnustaudun mielelläni urheiluhulluksi. Hulluus ilmenee nykyisin voittamattomana pakkona pysähtyä television ääreen miltei pä poikkeuksetta urheilulähetysten aikaan. Tämän hulluuden olevan luultavasti saanut äidinnäköistä, koskapa nyt jo 93-vuotias äitini käyttäytyy ihan samalla tavalla. Varsinaista penkkiurheilua harrastan nykyisin lähinnä Oulun Ettan peleissä.

Haukiputaan Heitto tunnettiin, ja tunnetaan edelleen etenkin vanhemman väen piirissä, Suomessa ja myös maailmalla ennen muuta painistaan. Kun varsinkin menneinä vuosikymmeninä kotipaikkakunnan ulkopuolella liikkeeseen kertoi olevansa haukiputaalainen, keskustelukumppani hyvin usein totesi; "Niin-Haukiputaan Heitto, mitä sille puttaan painille kuuluu?". **Tapio on Erkkä, Ukkolan veljekset ja Hekkanen Osku**, haluamatta unohtaa ketään muutakaan painihuippua, ovat jättäneet merkittävän jäljen suomalaiseen painihistoriaan.

Toinen lajiryhmä, jonka tunnettavuuteen olen törmännyt, on lentopallo ja nimenomaan naisten lentopallo. Naislentopallon kulta-aikaa oli viime vuosittuhannen loppu. Vaikka molemmat lajiryhmät ovatkin huippuajoistaan hiipuneet, muistot elävät!

Viimeisin kansainvälisen ja kansallisen tason heittolais- ja suunnistaja ja hiihtosuunnistaja, useine merkittävine saavutuksineen. Voittipa Mane

hiljan myös Haukiputaan viimeisen kunnanmestaruuden suunnistuksessa. Näitä kisoja tuskin tässä muodossaan enää järjestetään.

Entisaikojen urheilua leima- si jyrkkä kahtiajako työläisurheilun ja porvuriurheilun välillä. Tämän kahtiajaon saivat useat Heiton huippupainijat aikanaan karvaasti kokea jäädessään valitsematta maamme edustajiksi suuriin kansainvälisiin kisoihin. Tässä suhteessa aika on onneksi muuttunut. Toki muutosta on tapahtunut negatiivisessakin mielessä. Bisnes on tullut olennaiseksi osaksi huippu-urheilua. Tätä kautta urheilu on muuttunut pysyvästi ja tuonut mukanaan doping-ym. ongelmia. Seurauksena saat- taan olla huippu-urheilun rapautuminen.

Haukiputaan Heitto on maamme mittakaavassa iso urheiluseura. Jäsenmäärä on ylittänyt 3200 jäsenen kunnioitettavan rajan. Uuden Oulun alueella on 270 urheiluseuraa ja lisäksi 50 yhdistystä, joiden toiminnassa liikunnalla on merkittävä asema. Tämä tarkoittaa sitä, että urheiluväellä on vahva yhteiskunnallinen voima, mikäli se haluaa voimaansa käyttää. Kun tulevassa Oulussa kehitetään kuntalaisten osallisuutta ja vaikuttamista, urheilu- ja liikuntaväellä on tuhannen taalan mahdollisuus saada äänensä kuuluviin. Onnistuminen edellyttää seura- rajat ylittävää yhteistyötä.

Haukiputaan Heitto on vii- me vuodet tehnyt hyvää se-

ratoiminnan kehittämistyötä. Uusia lajeja on ennakkoluulotomasti otettu toimintaan mukaan. Lisäksi on kehitetty ihmisten aktiivista liikkumista tasapuolisesti eri ikäryhmille. On rakennettu seuratalon pihalle liikunta- ja toimintapiha lapsille ja pyörätetty Oulun alueella ja laajemminkin maankunnassa tunnettua "Vierivien Kivien" senioritanssitoimintaa. Ajan hermoilla olevasta toiminnasta on saatu myös ulkopuolista tunnustusta.

Ehkä suurimman hatun- noston seura ja sen aktiivinen väki ansaitsee oman toimitalonsa peruskorjauksesta loistokuntoon. Haukiputaan Työ- osuuskunnan talona vanhoille haukiputaalaisille tutuksi tullut talo on historiansa saatossa nähtyn monenlaisia toimintaa ja hyvinkin vaikeita aikoja. Nyt talo on arvoisessaan kunnossa palvelemissa seuratoiminnan arkea ja toimimaan erilaisten juhlien näyttämönä.

Tunnustukseksi seuran kyvystä muuttua ajan mukana luen myös Heiton puheenjohtaja **Jukka Ukkolan** hiljattain tapahtuneen valinnan valtion liikuntaneuvoston erityisryhmien liikuntajaooston puheenjohtajaksi. Tosin arvostetun ja ansioituneen puheenjohtajan omilla kyvyillä ja toiminnalla on varmasti ollut valinnassa merkittävämpi rooli. Puheenjohtajuus on näköalapaikka koko liikunnan toimialalla. Kyseessä on merkittävä posti ansioituneelle pohjoissuomalaiselle liikuntavaikuttajalle.

Timo Autio



# Näin toimivat Vierivät Kivet



TUL:n veteraanipäivillä Kemissä kesäkuussa "iskujoukko" osallistui mm. saappaanheittoon. Ensi vuonna veteraanipäivät ovat Turussa.



Kosiotytöt naurattivat yleisöä Kemissä pääjuhlassa. Uusia vitsikkäitä esityksiä on kehitteillä.



Iki-Intolaiset Kemistä vierailevat meillä joka vuosi. Ohjelmia esitettiin ja seurusteltiin ja lopuksi oli Tinjan vetämä tuulijumppa. Me vierailimme vastavuoroisesti Ajoksessa elokuussa.



Kevätkauden lopettajaiset olivat Rokualla. Ohjelmassa oli vesijumppaa ja lenkkeilyä, tanssia ja välillä rauhoituttiin keinutuolissa. Lopettajaisiin etsitään uusia mielenkiintoisia kohteita.



Makoisat rahkapiirakat valmistuvat aamuvorhaisella kuntotanssijoiden buffettiin.



Kuntotansseissa on jaettu työvuoroja.. Tässä on osa keittävuorolaisista ahkeroimassa Heiton keittiössä.



Esittelimme Oulu-hallin senioritapahtumassa tällä porukalla kävelysählyä, jota pelataan Heiton talolla joka maanantai klo 10-11.



Kokeilimme Oulu-hallissa zumba-goldia. Parittomalla viikolla keskiviikkona on kokous, jonka lopuksi jumpataan leppoisasti.





Syksyn aloituskokous pidettiin jo toista kertaa Koljussa. Näin saadaan kokoukseen enemmän osallistujia ja on helppo tehdä uusia suunnitelmia.



KKI-sauvakävelytapahtuma oli 1.10. Runtelin laavulla lepäitiin ja nautittiin makkaraa ja kahvit.



Vierivien Kivien kuntotansseissa tutustuu ja virkistyy.

Kuvat: Sirkka Kurkela, Edvin Mattila ja Sirpa Ervasti  
Tekstit: Sirpa Ervasti

## Vierivät Kivet

Kuntotanssit  
Heiton talolla Haukiputaalla Törmäntie 15

2012

**Lokakuu**  
ti 30.10. klo 13 - 16

**Marraskuu**  
ti 13.11. ja 27.11. klo 13 - 16

**Joulukuu**  
to 6.12. Itsenäisyyspäivätanssit  
klo 14 - 17

2013

**Tammikuu**  
su 6.1. loppiaistanssit ja ti 22.1.  
klo 13 - 16

**Helmikuu**  
ti 5.2. ja ti 19.2. klo 13 - 16

**Maaliskuu**  
ti 5.3. ja ti 19.3. klo 13 - 16

**Huhtikuu**  
ma 1.4. pääsiäistanssit ja 16.4.  
klo 13 - 16

**Toukokuu**  
ke 1.5. vapputanssit klo 16 - 19.30

## Heittolaista Tarmoa jo 80 vuotta



Tarmo Ukkola palkintokaappinsa vieressä. Kaapissa on yli 160 palkintoa.

Nojatuolissa istuu nauravainen mies. Hän on elokuussa täyttänyt 80 vuotta. Päivät kuluvat kotihommissa vaimo **Senjan** kanssa. Puolukassa hän on käynyt muutaman kerran. Aikaisemmin metsätyöt ovat olleet **Tarmon** harrastus ja työnkin, mutta viime aikoina on lonkka vastustanut ja raskaisiin töihin ei ole enää asiaa. Autonkin ajamisen lääkäri kielsi.

laji. Heitto järjesti sarjahiihtokilpailuja Martinniemiessä sekä Kalliomäellä Tarmon mailla olleella hiihtomajalla. Työpäivän jälkeen hän aukaisi itse ladan ja harjoitteli kovasti.

Armeija-aikana Santahaminassa Helsingissä oli kova talvi ja silloin pääsi hiihtämään koko talven. Tarmo voitti patterin ja rykmentin mestaruudet ja oli armeijan mestaruuskilpailuissa kuudes. Hyvänä hiihtäjänä hän pääsi helposti kilpailuomille.

Hiihtouransa aikana hän on voittanut useita paikallisia ja piirin mestaruuksia. TUL:n mestaruuskisoissa hän oli kolmas. Hän pääsi myös SM- kisoihin hiihtämään.

Tarmo hiihti myös 3 x 10 km viestikisoissa yhdessä Kauko Liedeksen ja Pentti Sorosen kanssa.

Tarmon lempimatkoja olivat 15 ja 30 km. Yleensä lauantaina hiihrettiin 15 ja sunnuntaina 30 km.

30 km-hiihdon kiertopalkintoja löytyy Tarmon palkintokaapista kaksin kappalein.

Kilpaa hiihtämisen Tarmo lopetti 45-vuotiaana ja valmensi nuoria hiihtäjiä ja kuljetti heitä kisoissa.

Heiton toiminnassa hän on ollut aktiivisesti mukana. Kilpailuissa hän on ollut toimitsijana ja järjestysmiehenä. Heiton johtokunnassakin hän on ollut päättämässä tärkeistä asioista.

### Perhe

Vaimonsa **Senjan** Tarmo löysi Osakunnan tansseissa 1950 ja sitten tanssittiin häävalssia 1952. He ovat olleet naimisissa 60 vuotta. Lapsia heillä on viisi poikaa ja kaksi tyttöä. Lapsenlapsia ja lapsenlapsenlapsia heillä on myös useita.

Tanssi on ollut heille mieluinen harrastus. Vierivien Kivien tansseissakin he kävivät ennen ahkerasti, mutta nyt jalat eivät enää kestä ja tanssiminen on pitänyt jättää, mutta sopivan musiikin soidessa muutama tanssiaskel pitää keittiön lattialla ottaa.

### Työelämä

Työntekoon Tarmo Ukkola on totunut jo lapsesta lähtien. Lapsuudenkodissa oli 1-3 lehmää, joille piti saada ruokaa. Lasten piti osallistua kaikkiin talon töihin. Lehmiäkin hän oppi lypsämään.

14-vuotiaana Tarmo meni kysymään töitä Halosenniemen tarhalla, aluksi hän pääsi auttamaan naisia, mutta pian hän oli tarhalla lastaamassa. Myöhemmin hän oli lastaamassa laivoja myös Martinniemiessä, jossa tarhalla hän työskenteli myös trukinkuljettajana.

Monia vuosia Tarmo ajoi porukan yhteisellä traktorilla kyläläisten peltotyöt.

Jossain vaiheessa **Alpo**-veli tarvitsi kaveria putkihommien ja siitä tuli tarhalla pitkäaikainen työ. Se piti lopettaa, kun polvet eivät enää kestäneet. Tarmo siirtyi sitten kunnan palvelukseen ja toimi kunnan kalustonhoitajana eläkkeelle jäämiseensä asti. Hän toimi myös päälouottamusmiehenä kunnassa rakennuspuolella.

### Urheilu

Sodan loputtua Heiton urheilutoiminta alkoi Martinniemiessä Työväen talolla. Tarmo osallistui aluksi kaikkiin lajeihin. Hän kokeili painia työväentalon vintillä, se ei kuitenkaan tuntunut omalta lajilta.

Heiton lajeihin kuului myös voimistelu. Tarmo oli mukana Heiton pyramidirymässä ylämpänä miehenä.

Hiihto oli kuitenkin Tarmon oma

Teksti ja kuva Sirpa Ervasti



# Jatkoryhmässä tähdätään Rioon

On keskiviikkoilta. Haukiputaan vesi-jatuliin astelee joukko 10-14 vuotiaita uimarilupauksia. Tänään kokoontuu Haukiputaan Heiton Jatkoryhmä. Hyväryhtisiä ja hymyileviä nuoria saapuu altaan laidalle pyörittelemään käsiä ja odottamaan treenien alkamista. Suurimmalla osalla näistä uimareista on takana jo kuuden vuoden pituinen uimaintaival. On käytynä alkeisuimakoulut, haukiryhmä, alkeistekniikka- ja tekniikkaryhmät. Kuinka nämä eloiset koululaiset jaksavat aina saapua treeneihin kaksi kertaa viikossa, vuodesta toiseen? Heiltä kysyttäessä vastaus tulee kuin yhdestä suusta, "koska uinti on hauskaa". "Tätä tehdään huvun vuoksi", täsmentää **Sami** pilke silmäkulmassa. "Hyvästä uintitaidosta on aina hyötyä", sanoo **Severi**. **Lauri** kertoo, että "parasta on olla treenikavereiden kanssa saunassa harjoitusten jälkeen".

Tänään jatkoryhmässä harjoiteltiin sekauintia. Päädyssä kerataan perussasiat ja ennen kuin valmentaja ehtii antaa luvan

mennä, kysytään jo malttamatomana "nonii saako mennä?". Luvan saatuaan ponnahtavat uimarit pitkällä liu'ulla yksi kerrallaan liikkeelle. Kysyttäessä lempiuintilajia **Jessi** ja **Eetu** mainitsevat perhosen. Vapaauinti on kuitenkin suurimman osan mieleen.

Jatkoryhmäläisten uinti näyttää jo hyvältä. Starttihyppy taituvat kauniisti kaarelle ja voi-maa löytyy jo hieman jäsenistä. Onko näillä nuorilla jo suunnitelmia tulevaisuuteen uinnin saralla? "Olympialaisissa vois käydä piipahtamassa", suunnittelee Lauri. Muillakin on suunnitteilla kilpailu. "Voisin kilpaila. Ehkä kaikissa lajeissa", sanoo **Jessi** hymyillen ja säätäen uimaseleensä. Eetulla on suunnitelmassa mitalin haku silloin tällöin. **Hilla** kysytään aikoiko hän kilpailla. Hilla kohauttaa olkia ja virnistää "ehkä", ja jatkaa tulevaisuudensuunnitelmistaan: "mutta uin kuitenkin koska se on hauskaa".

Heitä tulemme siis tulevaisuudessa näkemään kisoissa. Ja Riiossa, totta kai.



Ylhäällä vasemmalta Eetu, Lauri, Sami ja Severi. Alhaalla vasemmalta Katri, Milja, Hilla ja Jessi



Tytöt viihtyvät altaassa, Jessi, Hilla, Milja ja Katri.

## Iltavuorossa altaalla

"Täysiä iltoja yhdeksään asti", kuvaa **Eeva Yrttiaho** työtään Heiton uimareiden parissa. Kaksi vuotta täysipäiväisenä, mutta määräaikaisena uintijaoston hommissa työskennellyt Yrttiaho sai tänä syksynä vakituisen työn Heiton uimaopettajana ja valmennusryhmien vetäjänä.

Pari vuotta sitten, kun Yrttiaho aloitti työnsä, Heiton Uutisissa ennakoitiin jaostolla tulevan "jatkossakin olemaan selkeää tarvetta kokopäiväiselle työntekijälle". Tarve ei ole kadonnut mihinkään ja seurassa katsottiin vakinaistaminen viisaaksi ratkaisuksi.

Ruukissa varttuneella Yrttiaholla on uimaopettajan ja urheiluhierojan koulutus.

Uintiharrastus alkoi vakavammin ammattikouluaiikana. Innostus olisi ehkä virinnyt aikaisemminkin, mutta esteenä oli se monilla pienillä paikkakunnilla tuttu ongelma: "Ruukissa ei ole uimahallia", Yrttiaho sanoo.

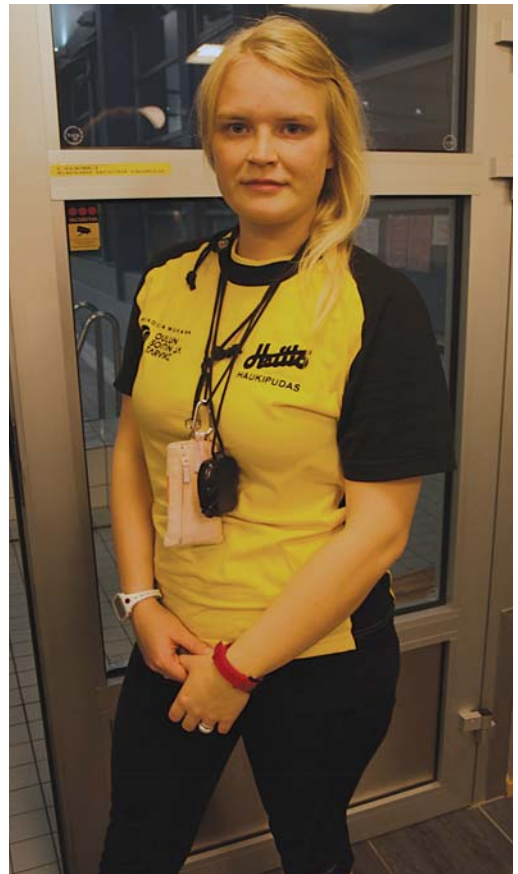
Suurin osa Suomen uimaopettajista lienee kuntien palveluksessa ja työajasta melkoinen osa menee allasvalvontaan. Heiton pestistä Yrttiaho on mielissään. "On vähän spesiaalimpaa hommaa olla seurassa valmentajana", hän sanoo.

Uimareita ryhmissä riittää ja tarjontaa on lisättykin tarpeen mukaan.

Yrttiaho muistuttaa myös uimataidon olevan tarpeen, jos liikkuu vesillä. Uimataito on hyvä henkivakuutus, tämä

vanha sanonta pitää edelleen paikkansa.

**Teksti: Pekka Rahko**  
**Kuva: Eeva Yrttiaho**



### Uinninopetusta kaikenikäisille

- Alkeisuimakoulut
- Tekniikkauimakoulut
- Harrasteryhmät
- Kilparyhmät
- Aikuisten tekniikka-uimakoulu
- Yksityisopetus

<http://www.haukiputaanheitto.fi/lajit/uinti>



# Uimaoppia ikä kaikki



Aikuisen tekniikka-uimakoulussa mukana olleet. Vasemmalta Leena Saloranta, Anja Turtinen, Outi Jaatinen, Henna Anunti ja Jari Saloranta.

Nyt sitä saa! Nimittäin uinnin tekniikkaopetusta aikuisille Haukiputaalla, Vesi-Jatulissa. "Tätä on kysely paljon, ja nyt sitä on tarjolla", kertoo uuintiaoston puheenjohtaja **Hannu Saikanmäki**.

Ensimmäinen jakso pidettiin syys-lokakuun vaihteessa, ja sen jälkeen on vielä kolme jaksoa tarjolla. Seuraavat jaksot alkavat 30. lokakuuta ja 13. marraskuuta. "Kysynnän mukaan mennään ensikeväänä", lisää Saikanmäki.

Ryhmä kokoontuu kolmena arki-iltona viikossa, kahtena peräkkäisenä viikkona ja kukin opetuskerta kestää 45 minuuttia. Koko kuuden kerran koulu maksaa kuusikymppiä.

Ikärajaa ei ole, mutta oppi on tarkoitettu nimenomaan aikuis-

sille. Yrttiaho kertoo monien mukaan tulleiden uimareiden harmitelleen, kun heidän lapsuudessaan ei ollut uimakouluja tarjolla. Ilahduttavasti monet ovat kuitenkin lähteneet kohentamaan uimataitoaan myöhemmällä iällä. "Ennen kuin tulin kurssille, luulin osaavani uida" mainitsee **Anja Turtinen**.

"Ryhmässä uskaltaa ja oppii helpommin, yksin en olisi uskaltanut kokeilla mitään uutta uintityyliä", toteaa Outi Jaatinen. Tekniikkauimakoulu on tarkoitettu vähintään 25 metrin uimataidon osaaville, uinnin tekniikkasta kiinnostuneille. "Loistavaa ohjausta ja ainahan voi tulla paremmaksi uimariksi", kommentoi **Henna Anunti**. Kurssilla käydään läpi rinta-, selkä-, ja

vapaauintin alkeet. "Kovin pikujuttuihin ei ehditä keskittyä", kurssin vetäjä **Eeva Yrttiaho** sanoo. "Kurssilla on hauska meininki ja hyvä yhteishenki. Lisäksi aikuisiällä on motivaatiokin sopivasti kohdallaan", altaasta kommentoi **Jari Saloranta**.

Ensimmäisellä kerralla mukana olleet totesivat, että "tästä on hyvä jatkaa itsenäisesti uintiharrastusta uusien oppien kanssa".

Koulusta kiinnostuneet löytävät ilmoittautumislomakkeen Heiton uuintiaoston nettisivulta.

Jos uintikärpänen puraisee, Heitolta löytyy apua jatkokoulutautumiseenkin. "Aikuisien harrasteryhmässä voi taitoja siten viilata", Yrttiaho vinkkaa.

## Äänestä haukiputaalaista!



Kannianen Heikki (sit.)  
159 lasten ja nuorten erityisohjaaja



Koskela Liisa  
168 toimistosihteeri, eläkeläinen



Kovalainen Sirpa  
170 toimintajohtaja



Lopakka Seppo  
184 alustomies



Pellinen Irma  
188 kunnallineuvos



Perätalo Jouko  
190 puuseppä



Sala Sannamari  
202 lastentarhojohtaja



Savilaakso Jarmo  
206 maanuri



Sipola Mauno  
209 kivesmies

### Haukiputaan Vasemmiston ehdokkaat Uuden Oulun kuntavaaleissa 2012

**uuden oulun vasemmisto**  
haukipudas - kiiminki - oulu - oulunsalo - yli-i



Taivaloja Jorma  
211 hobbitaja



Tammela Taisto  
212 henkilöstösuojelijat, eläkeläinen



Turpeinen Eero  
215 toimintasuojelijat



Ukkola Teuvo  
217 kivesmies

## M Annala Ky

### Maanrakennustyöt

Matti: 0400-945 194

Sauli: 0400-389 134

Tapiolankuja 25 90830 Haukipudas

## Heitto palkittiin työllistämisestä

Haukiputaan Heitto palkittiin Pohjois-Pohjanmaan alueellisella Työllistäjäseura 2011 tunnustuksella, esimerkillisestä ja monipuolisesta työllistämisestä, SLU:n Työhön Kutsu seminaarin yhteydessä Oulussa 10.10. Palkinnon vastaanottivat seuran varapuheenjohtaja **Vesa Ojala** ja uuintiaoston puheenjohtaja **Hannu Saikanmäki**. Vuoden 2011 aikana seura tarjosi työtä Työhallinnon eri tukimuodoilla ja erilaisilla han-

kerahoituksilla 11 pitkä-aikais-työttömälle tai nuorelle työnhakijalle.

Työhön Kutsu seminaarissa esiteltiin kaikki mahdolliset vaihtoehdot, miten urheiluseura voi työllistää työnhakijoita. Seminaarissa esiteltiin Työhallinnon tuet työllistämiseksi; työharjoittelu, työelämävalmennus, palkkatuki, työllistämismisraha ja oppisopimuskoulutus. Lisäksi seminaarissa käytiin läpi työoikeuden perus-

teita, mihin kuuluvat mm. lain-säädäntö, työehtosopimukset, työsopimuslaki ja verotus. Seminaarissa saatiin kattava esitys työllistämisen mahdollisuuksista, joten tulevaisuudessakin Heitto tulee jatkamaan palkittua linjaansa työllistämässä.



Hannu Saikanmäki ja Vesa Ojala palkintoa vastaanottamassa.

# inno

## KEITTIÖ

Palolantie 16, 90630 Oulu,  
p: 08-530 5005, ma-pe 9-17

### Luo tunnelmaa valoilla

Meiltä myös  
sähkötarvikkeet  
ja asennustyöt

**Haukiputaan Sähköosuuskunta**

Martinniementie 31 • Puh. (08) 561 2600 • www.hso.fi



# Haastattelussa Mika Pussinen

## 1) Roolisi joukkueessa?

Käynnistin joukkueen toiminnan 2008 ja olen toiminut joukkueen valmentajana siitä lähtien. Valmennuksen lisäksi olen hoitanut kaikki muutkin joukkueen asiat vaatehankinnoista joukkueen johtamiseen. Tälle kaudelle olen saanut valmennukseen kaveriksi Kari Uimarihuhdan.

## 2) Joukkueen ikärakenne ja pelaajien määrä?

Joukkueen ikäskaalaa on tällä hetkellä 03-00 syntyneet ja pelaajia on 12. Harjoittelu aloitettiin 02-syntyneillä tuolloin 2008, mutta riittävän pelajamäärän saavuttamiseksi ikäskaalaa on laajennettu. Tällä hetkellä joukkueeseen otetaan mieluiten 03-01 syntyneitä, jotta "yli-ikä" ei estä pelaamista mahdollisissa tyttösarjoissa tai jottei joukkueen tarvitse pelata itseään vanhempia vastaan.

## 3) Joukkueen tavoitteet?

Joukkueella ei ole varsinaisia kilpailullisia tavoitteita tällä hetkellä, koska tämän ikäisille tytöille ei ole omaa sarjaa (ainakaan vielä) Pohjois-Suomen alueella. Toivottavasti suunnitelmalla oleva sarja toteutuu ja pääsemme pelaamaan tyttöjä vastaan.

Mikäli tyttösarja ei toteudu, niin pelaamme viime vuotiseen tapaan FatPipe-liigaa nuorempien poikien sarjassa. Tavoitteen sarjassa on saada tytöt pelaamaan taitojensa ylärajalla ja ennen kaikkea joukkueena, jolloin peleistä tulee tasaisia ja yksittäisten pelien voittaminenkin on mahdollista.

Yleinen tavoitteeni tällä joukkueella on kehittää tyttöjä liikunnallisesti ja tehdä työstä salibandyjoukkue, joka nauttii pelaamisesta ja olisi motivoitunut harjoittelemaan laadukkaasti.

## 4) Mieleenpainuvien peli/turkaus joukkueen kanssa? Miksi?

Varmaan mieleenpainuvien pelien on ollut tyttöjen kaikkien aikojen ensimmäinen peli Haukipudas-turnauksessa 2 1/2 vuotta sitten, mutta toki viime kauden FatPipe-liigan pelit yhteisjoukkueena Merikosken tyttöjen kanssa ovat tuoreimpina muistissa. Tiukoja pelejä, kovaa yritystä, innostuneisuutta, jännitystä - monia hyviä syitä itsellekin olla tässä mukana.

Yksittäisenä pelinä viime kauden FatPipe-liigasta on mieleen jäänyt peli Muhosta vastaan, joka oli tyttöjen ensimmäinen voittopeli.

## 4) Tarvitseeko joukkue lisää pelaajia?

Pelaajia toivotaan lisää aina joukkueessa on tilaa vielä ainakin viidelle reippaalle tytölle.

# Perhe Kusmin



Perhe Kusmin (kuvasta puuttuu Niko).

Perheeseen kuuluu **Timo**, **Sari**, **Niko** (-96) ja **Teemu** (-98). Timo on Heiton salibandyjatoimikunnan varajäsen. Nuorin poika Teemu pelaa salibandyä Heiton C-junnuissa ja vanhempi poika Niko pelasi viime kaudella salibandyä Heiton B-junnuissa ja joutui pelaamaan miesten 5div. joukkueessa. Niko opiskelee tällä hetkellä Keminmaassa, joten hän harjoittelee siellä paikallisten joukkueiden mukana. Perheen äiti Sari toimii lähinnä huoltojoukoissa ja liikkuu omaksi ilokseen. Halu olisi kova salibandyä pelaamaan, mutta valitettavasti ortopedi on kieltänyt ko. lajin pelaamisen nilkka-vaivojen vuoksi.

Urheilu/liikunta on aina ollut (ja tulee aina olemaan) heidän perheessään tärkeä tekijä. Timo ja Sari ovat molemmat olleet kilpaurheilijoina useammassakin lajissa ja pojat ovat pienestä pitäen halunneet liikkuu/urheilla. Näinpä seuratoiminta on kuulunut heidän perheensä elämään luonnollisena osana lähes aina. Pojat aloittivat Heitossa painilla ja yleisurheilulla ollessaan n.

6 vuotiaita ja rinnalla on koko ajan ollut jalkapallo. Salibandy tuli hieman myöhemmin.

Perheen mielestä seura tekee tärkeää työtä lasten ja nuorten (myös aikuisten) liikuntaharrastusmahdollisuuksien eteen. Tämä on erittäin tärkeää, jotta kaikilla on mahdollisuus harrastaa haluamaansa lajia. Seurat tarvitsevat toimintaansa aktiivisia henkilöitä, jotka pyyteettömästi tekevät tämän mahdolliseksi. Valmentajat, vetäjät, huoltajat, joukkueenjohtajat jne. ovat poikkeuksetta jonkun harrastavan lapsen vanhempia. Näin Kusmininkin perheessä. Parhaimmillaan heidän perheessään molemmat pojat pelasivat, Sari oli joukkueenjohtajana, Timo pelasi ja valmensi jalkapalloa sekä tuomari salibandyä. Kun valmentaminen Timolla loppui, niin tilalle tuli tuomari jalkapallossa. Tähän kun vielä lisää Sarin 3-vuorotyön, niin voidaan sanoa ettei vapaa-ajan ongelmia ole ollut. Molemmat pojatkin ovat innostuneet salibandytuomarinastusta ja heitä onkin jo nähty kaukaloissa ilman mailaa - pilli suussa.



Heiton 00-03 tytöt yhteispotretissa. Joukkuetta valmentaa Mika Pussinen.

## TEKNO-PAL OY

Aurinkosähkölaitteet, paneelit, valaisimet ym. alan asennustarvikkeet.

- Aurinkolämpöpaketit
- Ekowell-maalämpöpaketit

**LVI-asennus- ja huoltotyöt sekä tarvikkeet.**

TAUNO UKKOLA  
Puh. 0400-890 669  
fax 08-5409 326

Putaanlyöntie 276  
90860 HALOSENNIEMI  
www.teknopal.fi

**MUURAUSSAVILAAKSO**  
Takat, uunit, hormit, vesieristys ja laatoitus

Jarmo 044-3241 058  
Jussi 044-5210 186

muuraus@savilaakso.fi  
www.savilaakso.fi

# TALVIRENKAAT

**ARCTRAC**  
**ARCTRAC SUV**

**VREDESTEIN** **HANKOOK**  
PERFORMANCE TIRES

**MICHELIN** **NOKIAN RENKAAT** **MARANGONI**  
the intelligent tyre

- Korjaamo
- Varaosat • Akut
- Renkaat

**AUTOHUOLTO  
P. UKKOLA OY**



Salmintie 13,  
90830 Haukipudas.  
Puh. (08) 5472 987,  
5472 221.



## SALIBANDY

## Lajissa hurja kehitys



Heiton miesjoukkue treeneissä vuonna 2006.

Heiton salibandytoiminta oli 2000-luvun alkuvuosina aina pienimuotoista. Salibandyä pelailtiin miesten joukkueella lähinnä harrastemielessä. Toiminta laajeni naisten puolelle muutamia vuosia myöhemmin. Kaudella 2005-2006 toiminnassa oli mukana jo poikien salibandykerho, mitä pyörätettiin Kirkonkylän koulun salissa. Tyttöjen kerho ei vielä

siinä vaiheessa noussut pystyyn. Muutamassa vuodessa toiminta kuitenkin lähes räjähti kasvuun, sillä joka vuosi aloitettiin uusia juniorijoukkueita, sitä mukaa kun saatiin valmentajia-asiat järjestettyä. Nyt mukana sekä tyttöjen että poikien joukkueita ja sekajoukkue, sekä aikuisten joukkueet. Perhe- ja kuntosählykin on ohjelmassa,

sekä veteraanien kävelysählyä. Toiminnan laajenemiselle on käytännössä ollut esteenä tilojen ja valmentajien puute. Tulevien parin vuoden sisällä Haukiputaan keskustan salitilanne tulee paranemaan huomattavasti uuden lukion ja Haukiputaan koulun valmistuessa. Edellytykset salibandytoiminnan laajentamiselle ovat siis hyvät.



Heiton salibandyjuniorit valmentajineen vuonna 2012.

## R PAAVOLA Ky

-puidenajo ja sahaus  
-likakaivojen tyhjennys  
-kaivinkonetyöt  
-maanajo traktorilla

Soita ja kysy lisää ! 0400-539772

## PUUSEPÄNLIKE MATTILA KY

Teollisuustie 1  
90830 HAUKIPUDAS

08-547 1450  
0400-684 735

## Autokoulu Ajotaito Hessu



Haukipudas ja Oulu | Puh. 08-374 543  
www.ajotaitohessu.fi

Intersport  
Rintamäki  
maastohiihdon  
ykkösliike!

K PLUS SA

SPORT TO THE PEOPLE

Huippu-  
merkit,  
valikoima,  
palvelu ja  
huolto!

Tervetuloa  
tutustumaan  
maastohiihto-  
mallistoomme!

## Intersport Rintamäki

Pakkahuoneenkatu 24, 90100 Oulu. Puh. (08) 3212 300  
Palvelemme ma-pe 9.30-19, la 9-16 ja su 12-16.

www.intersport.fi/rintamaki

INTERSPORT®



# Vaellusta korkealla ohuessa ilmassa



Hiihtojaoston toinen vaellusmatka Itävallan Schladmingiin tehtiin syyskuun alkupuolella. Vaellusryhmä oli kahta lukuun ottamatta sama kuin viime vuonna, ja yhteensä mukana oli 7 henkilöä. Vaelluskonkareina matkassa olivat **Tuomo Annala, Tarja Huru, Juhani Krankka, Orvokki Niemelä** ja **Jorma Taivaloja**. Ensikertalaisina mukaan lähtivät **Maarit Kestilä** ja **Katri Kynkäänniemi**.

Tänä vuonna olimme päättäneen tehdä pitkän vaelluksen ilman opasta, mikä ei ole ehkä kovin viisasta hyvin vaativalla reitillä. Kartalta katsoimme reitin, mikä oli lähes kokonaan merkitty mustalla tarkoittaen, että reitti vaatii vaeltajilta hyvää kestäväää kuntoa sekä varovaisuutta ja tarkkuutta.

Aamulla lähdimme matkaan eväsreput täynnä vesipulloja, hedelmiä ja energiapatukoita sekä vaihtovaatetusta. Reitille oli merkitty aika 7 tuntia, mikä meillä suurin piirtein kuluisi kävellen reitin läpi Preintalerhütteen, josta olimme varanneet yöpymisen. Reitti osoittautuikin oletettua vaikeammaksi sisältäen lukuisia pätkiä, jolloin jouduimme turvautumaan kalliin seinässä oleviin vaijereihin ja harjateräksillä laitettuihin askelmiin. Selvisimme kuitenkin hienosti reitin haasteista.

Muiden päivien vaellukset olivat kestoltaan lyhyempiä ja helpompia.

Suomalaisina meidän täytyi jopa kesälläkin nähdä ja kokea lunta ja jäätä. Vaelsimme jäätiköllä lumen peittämän reitin ylös Seethalerhütteen, mikä sijaitsi 2740m:n korkeudessa todella ohuessa ilmassa. Yllätykseksi tapasimme ennakkoon ottaneita Viron hiihtomaajoukkueen leiriläisiä; mm. **Aivar Rehemaan** ja **Algo Kärpin**, jotka kertoivat tullessaan edellisenä päivänä kahden viikon leirille.

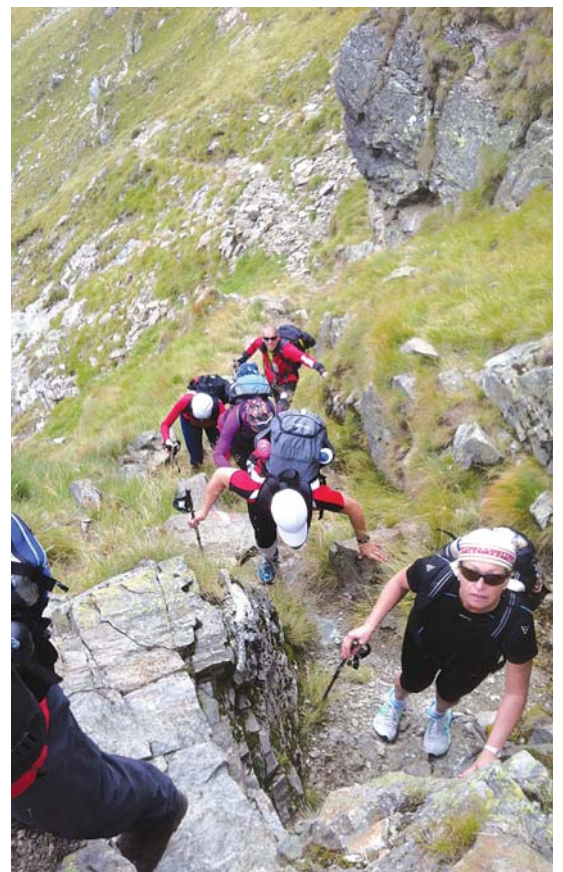
Jotta tämä loma ei olisi ollut pelkkää vaellusta, niin päätimme tehdä yhtenä päivänä junamatkan läheiseen Salzburgiin. Siellä tutustuimme kulttuurikaupungin lukuisiin nähtävyyksiin ja ostospaikkoihin.

Nautiskelimme viimeiset lomapäivät aurinkoisesta ja lämpimästä säästä n.25 asteen lämmössä. Koko viikko oli kaikin puolin onnistunut, myös terveyden kannalta. Usein tällaisella reissulla flunssa ja erilaiset jalkavaivat ovat yleisiä, mutta me pysyimme täysissä ruumiinvoimissa koko matkan ajan. Paljon näimme ja koimme tulevien MM-kisojen 2013 maisemissa. Myös ensikertalaiset Katri ja Maarit pysyivät hyvin vauhdissa mukana, ja intohimo vaellukseen valtasi myös heidät.

**Sporttiklubin  
vaellusryhmä  
Vaijeri**



Vaeltajat (vas.) Maarit Kestilä, Juhani Krankka, Tarja Huru, Tuomo Annala, Katri Kynkäänniemi, Orvokki Niemelä, ja Jorma Taivaloja





# WMOC 2012 Saksassa

Olin ajatellut osallistua veteraanien MM-kisoihin jo vuonna 2011, mutta tuolloin matka jäi toteutumatta. Syksyllä 2011 Kalevan kierroksen suunnistustapahtuman jälkeen lupasin itselleni, että silloista kuntoa ei hukata, vaan yritetään jalostaa se vielä paremmaksi. Niinpä ilmoittauduin Saksan vuoden 2012 kisoihin.

Saavuimme lauantaiamuna 30.6.2012 Rostockiin Pohjois-Saksaan, josta oli n. 350 km matka kilpailupaikalle. Parkkipaikalla näimme heti tutun **Hanhelan Manen** ja **Eeva-Liisan** matkailuauton. He olivat tulleet Saksaan jo pari yötä ennen meitä. Päädyimme lopulta samaan matkailuautoparkkiin, jonka Mane oli jo aiemmin löytänyt.

Sunnuntaina oli sitten ensimmäinen kisapäiväni ja sprintin karsinta. Meidän majoituspaikkamme oli melkein kartalla, ja aamulla käydessäni **Petu**-koiran kanssa kävelyllä, näin useita rasteja. Karsinta meni yhdellä pummilla, kuten tämän vuoden sprintit ovat lähes aina menneet.

Sain siis B-finaalipaikan. Finaalit juostiin hienossa paikassa, Unescon maailmanperin-

tökohteessa, keskiaikaisessa Goslarin kaupungissa. Goslarissa oli paljon kujia ja kortteleita, jotka tarjosivat hienoja reitinvalintatehtäviä. Suoritukseksi oli finaali onnistunut. Kaiken kruunasi kuitenkin Manen MM-hopeasuoritus.

Seuraava päivä oli välipäivä ja tutustuimme paikallisiin nähtävyyksiin. Kävimme väijerihissillä Harz-vuorelle, jossa oli vanhan linnan rauniot. Ihmettytti, kuinka siihen aikaan kaikki materiaali oli saatu sinne. Sateisesta ja pilvisestä säästä huolimatta maisema vuorelta Bad Harzburgiin oli hieno.

Välipäivän jälkeen oli edessä ns. normaaliomatkat, eli kaksi karsintaa, jotta saatiin selvitettyä 80 parasta osallistujaa A-finaaliin. Ensimmäisessä karsinnassa alku- ja loppumaasto olivat helppoa keskieuropalaista maastoa, mutta siinä välissä käyrää, vihreätä, kivikkoja, ja tarkkuutta vaativaa suunnistusta.

Toisen karsintapäivän erikoisuus oli, että kilpailupaikalle mentiin höyryjunalla. Kunnan jalostaminen MM-kisoihin ei oikein onnistunut, sillä kunta hiipui, joten B-finaali odot-



ti taas.

Viimeiselle kilpailupäivälle ja siis finaaliin oli säästetty koko viikon paras maasto. Kainuun alueella maastoa kyllä koettiin suunnistuksen kaikkia osa-alueita vähintäänkin riittävästi, ja minulle jopa liikaa.

Suunnistus ulkomailla on pääsääntöisesti samanlaista

kuin kotimaassa, mutta luonnollisesti kunkin paikkakunnan tuomin erikoisuuksiin höystettynä. Kilpailupaikan infra poikkesi kovasti suomalaisesta. Saksalaisten kisapaikan suihku oli vain vesihana melkein metrin korkeudella maasta, mutta olihan niitä suihkuja sentään kokonaista

kolme kappaletta! Näistä pienistä puutteista huolimatta tähtäin on jo ensi vuoden kiisoissa, jotka ovat Pohjois-Italiassa. Ehkäpä sitten ensi vuonna olen A-finaalissa?

Tulokset:

<http://live.wmoc2012.de/>

teksti: **Jari Lehtosaari**

kuva: **Kristiina Lehtosaari**

## Suunnistus – mukavaa itsensä haastamista



Meidän perheen suunnistusharrastus sai alkunsa vuosi sitten keväällä, kun nyt 10-vuotias **Sanni** kävi Heiton järjestämän Hippo -suunnistuskoulun ja innostui lajista. Minut houkuteltiin viime syksynä

mukaan suunnistusjaoston toimintaan vanhemman roolissa ja talven aikana kasvoi kipinä myös itse kokeilla lajia. Keväällä huomattiin, että olimme molemmat mieheni **Jaskan** kanssa ilmoittauduttu Jukolan ja Venlojen viestiin ilman minikäänlaista kokemusta.

Toukokuussa kävin aikuisten suunnistuskoulun ja kävimme yhdessä harjoittelemassa Oulurasteilla. Pari kertaa tehtiin niin, että mentiin rastivälit omaa tahtia ja rastilla Jas-ka aina odotti minua. Minua kun vähän hirvitti, että jos ek-syn metsään. Mutta nopeasti tuli selväksi, että Oulurasteilla on metsässä niin paljon muitakin, että aina voi kysyä neuvoa. Ja lähes aina on pitänyt kysyäkin ja aina on neuvottu.

Ja pianhan se koitti se päivä, aivan liian pian. *Mihin ihmeeseen sitä onkaan tullut lähdettyä?!* On yksi kesän lämpimimmistä päivistä, mahtava fiilis lähteä metsään yli 1200 muun naisen kanssa ja vatsassa varmasti saman verran perhosia. Venlojen viestin avausosuus on tähän mennessä ensimmäinen ja ainut kilpailukokemukseni – sitä en vielä tiedä, onko se viimeinen. Tein metsässä varmasti kaikki aloittelijalle tyypilliset virheet, mutta

selvisin haastavasta maastosta maaliin. Ja mikä parasta – kaikki rastit löytyivät, vaikkei ehkä ihan yksin, mutta joukossa tyhmyys tiivistyy. vai miten se menikään. Helposti tulee väsyneenä tehtyä niitäkin virheitä, että oma kartanluku unohtuu ja antautuu vain letkan vietäväksi.

Kesän aikana on ollut edelleen mahtava nauttia luonnosta, haastaa itsensä yhä uudelleen uusissa maastoissa ja yrittää muistella karttamääritteitä ja niiden merkityksiä. Se on tullut kuitenkin moneen kertaan huomattua, että suunnistaminen hölkäen ei vielä onnistu. Silloin unohtuu kartanluku ja rastit jää löytymättä, mutta siinäpä on taas lisää haastetta tuleviin kesiiin.

Olemme kesän aikana käyneet lukuisissa suunnistustapahtumissa koko perheen voimin täällä lähellä ja vähän kauempanakin. Pikkuväki on keskittynyt eväiden syöntiin ja isommat jännänneet kisoja ja spekulointeet kilpailijoiden reitinvalintoja.

Teksti: **Anu Kaukua**

Kuva: **HaHe/suunnistus**

## Edessä suo, täytyy mennä lävitse...

Nuorten valmennusryhmä Näkyen suunnistuskausi starttasi Karjaalta Billnäsin keskimatkalta huhtikuun loppupuolella kahden tytön voimin. Siitä lähtien on kierretty Suomea viiden kuukauden ajan, ryhmän viiden jäsenen kanssa, vaihtelevalla menestyksellä.

Alkukaudesta seuramme järjesti yhteistyössä alueen muiden seurojen kanssa leirin Kalajoella. Leirillä teimme paljon taito- ja tekniikka-harjoituksia ja osallistuimme Kalajokirasteille, unohtamatta kuitenkaan vapaa-aikaa.

Mukavampia muistoja kunluneelta kesältä kertyy mm. nuorten suunnistajien Leimaus-leiriltä Vuokatista heti kesäloman alussa. Leimauksella harjoitukset olivat hyviä ja tunnelma loistava. Matka jatkui Vantaalle Jukolan ja Venlojen viestiin. Kolme työstä otti osaa ensimmäistä kertaa Venlojen viestiin. Vaikka kisa oli rankka, niin kokemus oli mahtava ja jaksomme vielä valvoa lähes läpi koko Jukolan yön.

Jukolan viestin lisäksi osal-

listuimme Nuorten Jukolan täysin omalla joukkueella.

Kauden loppuhuipennus koettiin SM-keskimatkalla, jolta selvitettiin kotiin hyvin tuloksin. Varsinkin viestissä onnistuimme hyvin.

Kauden viimeinen leiri järjestettiin Syytöellä yhteistyössä Pudasjärven Urheilijoiden kanssa. Leirillä kävimme suunnistusharjoitusten lisäksi mm. vaeltamassa ja paistamassa lätyjä laavulla yösuunnistuksen yhteydessä.

Kausi oli erittäin mukava uusine kokemuksineen ja erilaisine maastoineen.

Vaikka suunnistuskausi onkin varsinaisesti päättynyt, niin ryhmämme toiminta ei talveksi lakkaa. Tarkoituksenaamme on mm. kokeilla hiihtosuunnistusta ja lenkkeillä yhdessä. Maanantaisin salivuorolla kohotetaan lihas-kuntoa, tehdään koordinaatioharjoituksia ja pelaillaan erilaisia pelejä.

Tuu mukkaan, mennään yhesä hukkaan!

Teksti:

Näkyen puolesta **Milja Jaatinen** ja **Saana Backman**



## VOIMISTELU



Päivälenkillä Hampusvaaralla istahdettiin ihastelemaan hetkeksi maisemia.

Syksy on jo pitkällä ja joukkuevoimisteluharjoitukset on saatu tohinalla pyörimään. Kesällä Kiteet harjoittelivat kerran viikossa omatoimisen kesäohjelman lisäksi. Lisäksi pidimme kolmen päivän leirin Pudasjärvellä Iinattijärven maalaismaisemissa.

Leirillä ehdimme tehdä paljon sellaista, mitä ei aina perusharjoitteluun ehdi sisältää, kuten juoksulenkki kauppa-autolle :). Oli mukava touhuta yhdessä joukkueena erilaisia juttuja ja kohottaa samalla yhteishenkeä. Leiri oli mukava kokemus kaikille. Erityiskiitokset vielä **Ireneille!**

Hyvä startti harjoituskauteen saatiin Virpiniemen aluevalmennusleiriltä 25.-26.8., jonne Kiteet osallistuivat ensimmäistä kertaa. Leiriltä saatiin lisää vinkkejä harjoitteluun.

Kiteet siirtyivät keväällä 10-12-vuotiaiden sarjaan ja syksyllä harjoitusmäärää lisättiin niin, että joukkue harjoittelee maanantaisin, torstaisin ja sunnuntaisin kaksi tuntia kerrallaan.

Maanantain treeneissä harjoitellaan erityisesti ketteryyttä ja koordinaatiota, tasapainoa sekä syksyn naruohjelmaa, jossa tytöt lumaavat käärmeitä.

Torstaisin keskitymme ballettiin, hyppyihin ja ohjelmaan. Sunnuntain harjoituksissa hiemme ohjelman eri taito-osia, kuvioita, ohjelman sujuvuutta ja esteettisyyttä.

Käytämme sunnuntain harjoituksissa aikaa erityisesti myös liikkuvuuden kehittämiseen. Myös maanantain ja torstain harjoitukset sisältävät liikkuuusharjoitteita. Tiettyjen liikkeiden lisäksi tavoitteena on erityisesti jalkatekniikan kehittyminen. Kilpailuissa joukkueen tavoitteena on tehdä mahdollisimman puhdas kisasuoritus ja näyttää narunkäsittelytaitojaan.

Ahkeran harjoittelunsa tuloksia tytöt pääsevät näyttämään kauden ensimmäisissä kisoissa Oulussa 3.11., jolloin järjestetään Pohjois-Suomen, Pohjanmaan ja Savo-Karjalan joukkuevoimistelun välineelliset aluemestaruuskilpailut. TUL:n mestaruuskilpailut järjestetään Haukiputaalla 17.-18.11. Kellon Työväen Urheilijoiden toimesta.

Ennen ensimmäisiä kisoja on vielä hiemista ohjelmassa ja erityisesti mietimme ohjelman esittämistä ja ilmaisua. Myös voimistelupukujen koristeiden ompelussa ja kampausten suunnittelussa riittää puuhaa. Ennen kisoja on tärkeää panostaa siihen, että tyttöjen itsevarmuus ohjelman osaamisesta vahvistuu ja he voivat rauhassa omiin taitoihinsa luottaa valmistautua kilpailuihin. Tässä valmentajilla on iso rooli. Kiiteitä valmentavat **Hanna Kenttälä, Emma Nyman ja Johanna Tukia.**

**Hanna Kenttälä**



Kiteet (Siiri, Sara, Roosa, Vera, Erica, Juliette, Mirette, Henni, Sofia, Kaisa ja Fanni) nauttimassa maalaismaisemista heinäpaalujen keskellä kesän leirillä.



**HAIKIPUTAAN  
HAMMASLÄÄKÄRIASEMA**

### JONOTTAMATTA OSAAVAAN HAMMASHOITOON

Sinua palvelevat suun hyvinvoinnin ammattilaiset, hammaslääkärit  
Anu Palosaari, Birgitta Kropsu ja Heikki Kiviahde

Meitä myös suuhygienistin palvelut.  
Kokonaishoito ja särkypotilaat. Myös iltaisin.



(08) 540 99 07 • Kirkkotie 2, Haukipudas • www.hha.fi



## VOIMISTELU



Kiteiden kanssa yhtäaikaan maanantaisin ja torstaisin harjoitteleva 8-10-vuotiaiden Pisarat -joukkue (Iida, Joanna, Karoliina, Matilda, Nadja, Olga, Olivia, Pihla, Vilma ja Wilhelmiina) esiintyy myös aluekilpailuissa ja TUL:n mestaruuskilpailuissa naruohjelmallaan.



Kesätreeneissä Osiksen pihalla.



Solina-joukkueen 6-8 vuotiaat voimistelijat. Tyttöjä on joukkueessa huimat 22. Melua ja intoa jumppasalilla riittää.



**Heiton**  
1981  
Haukipudas

## TEMPPUKERHOT

sunnuntaisin Kirkonkylän koululla (9.9. alk.)  
klo 12.15-13.15 (7-9-vuotiaat)  
klo 13.15-14.15 (10-12-vuotiaat, vielä tilaa)

Perustemuista kohti vaikeampia ja pienempiä:  
kärrynpyöriä, käsilläkävelyä, potkuja, breakdance-  
liikkeitä, voltteja...

Kausimaksu 40 euroa + Heiton jäsenmaksu 2012

Sisäliikuntavarusteet

Ohjaaja: Kai Käräjäoja

Ilmoittautumiset:  
[http://www.haukiputaanheitto.fi/lajit/  
voimistelu/ajankohtaista/](http://www.haukiputaanheitto.fi/lajit/voimistelu/ajankohtaista/)

Tempputerhot järjestää Heiton voimistelujärjestö.  
Lisätiedot: sanna.koivuranta@saunalahti.fi

## CAMILLO KIVINIEMI

Vuokrattavana matkailuautoja ja  
Bussi 1 + 8 hengen

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

**HAUKIPUTAAN KEHITYS**

Toimitilat yksittäisistä työhuoneista  
isoihin avokonttoreihin

[www.haukiputaankehitys.fi](http://www.haukiputaankehitys.fi)

Parturi-kampaamo

**TUKKABOXI**

Revontie 12  
Haukipudas.  
Avoinna:  
ma, ti, to, pe 10-18,  
ke 10-20, la 9-15

**Puh. 040 567 1633**

Tuija Annala, Jenna Rissanen ja Katri Soronen

Meiltä myös ripsipidennykset. [www.tukkaboxi.fi](http://www.tukkaboxi.fi)



Haukiputaan Seurakunta

PI 5, 90831 HAUKIPUDAS puh. 08-5471 185

**PUUKSTAIN OY**

Jokelantie 3, 90830 HAUKIPUDAS, P.08 5401045  
[www.puukstain.fi](http://www.puukstain.fi), email: [puukstain@puukstain.fi](mailto:puukstain@puukstain.fi)

TEIPPAUKSET, KOPIOT, TYÖMAAKYLIT, TARRAT  
KÄYNTIKORTIT, TULOSTEET, BRODEERAUKSET  
TEKSTIILIPAINO, PIPOT, LIPPIKSET YM.



# Hiihtojunnut harjoituksissa



Kuvassa vasemmasta reunasta alkaen Jere Laukka, Miko Nikula, Sami Jaakola, Tomi Nikula, Petri Jaakola, Jasmine Manninen, Jatta Nurmela, Johanna Laukka, Tiia Siipola, Jessi Nurmela.

"Ulkona liikkuminen on kivaa" Sanoo **Jasmine** 8-vuotia hiihtoryhmämme toiseksi nuorin. Nuorin on 7v **Tiia** tyttö, jolta löytyy sisua pysyä porukan vauhdissa mukana. Hiihtoryhmämme koostuu kymmenen vuoden molemmin puolin olevista tytöistä ja pojista. Harjoituksissa on käynyt aktiivisesti kaksitoista lasta. Aktiivisuus tarkoittaa näiden lasten kohdalla harjoitteluaktiivisuutta sekä myös sitä, että suurin osa näistä lapsista harrastaa hiihdon lisäksi useita eri lajeja, kuten uintia, sählyä, yleisurheilua ja voimistelua.

Hiihtoryhmä kokoontuu kahdesti viikossa. Lauantaisin torppamäelle ja tiistaisin Länsitulen koululle.

Syksyn aikana olemme mm. harjoitelleet sauvojen tehokasta käyttöä rullaluistellessa, loikineet mäkeä, juostu ja pelattu. Syksy harjoitellaan kaikki yhdessä ja lumen tultua porukka jaetaan kahteen osaan, jotta hiihtotekniikan opettelu tehostuisi.

Syksyinen viilenevä sää ei ole karsinut näitä talvisen lajin edustajia vaan harjoituksiin tullaan aina illoisin mielin.

Talven tavoitteena on hiihtotekniikan kehittäminen, sekä oman suoritusosan nostaminen.

Kilpailullisia tavoitteita ei ole menestyminen vaan kilpahihtoon tarvittavan vauhdin ja tekniikan löytäminen jokaiselle lapselle haluamalleen tasolle. Kaikki tästä ryhmästä eivät ole mukana kilpailemisen vaan hiihdon harrastamisen vuoksi. Kiitokset tälle ihanalle ryhmälle tästä syksystä ja jatketaan talven yhtä iloisin mielin.

Ohjaaja **Tanja Jaakola**

17 vuoden kokemus on myös näkemys.



**Tilimylly**  
Asiantunteva tilitoimisto



KLT Jaakko Myllylä | Puh: (08) 512 180 | [www.tilimylly.fi](http://www.tilimylly.fi)  
Kylätie 3 A, 90820 Kello | [info@tilimylly.fi](mailto:info@tilimylly.fi)

Tervetuloa! Sisustamisen ammattilaiset - kotisi parhaaksi!

**HAUKIPUTAAN KALUSTE**  
**OULUN SÄLEKAIHDIN**

Revontie 53, 90830 Haukipudas  
Haukiputaan Kaluste p. (08) 5471 955 • Oulun Sälekaihdin p. (08) 5562 945

**TALOLÄÄKÄRIT**  
Parempaan asuinympäristön puolesta  
RAKENNUSPALVELU VEIJO VEDMAN KY

90830 HAUKIPUDAS  
Puh. (08) 547 2631, 0400 681 265, Fax (08) 547 2163  
[rakennuspalvelu@vedman.net](mailto:rakennuspalvelu@vedman.net)

PARTURI-KAMPAAMO  
**Kimallus & Välke**

Perjantaisin ilman ajanvarausta.

Haukiputaan torilla (entinen taxi-koppi)

Puh. 0404643601  
[www.kimallusvalke.fi](http://www.kimallusvalke.fi)

Sähkö-Hirsso Oy

**OULUN KALUSTE-POJAT OY**

Veistämöntie 1, 90550 Oulu  
Puh. 040 5738 764

**K SUPERMARKET REVONTORI**

Tavallista parempi Ruokakauppa

Revontie 8, 90830 Haukipudas  
ark. 7-21, la 7-18 ja su 12-21





# Yleisurheilukoulun menoa ja meininkiä!

Länsituulen koulun sali. Keski-ikäisiltä. Parikymmentä vauhdikasta 6-13-vuotiasta lasta sääntäilee ympäriinsä pelaten lipunryöstöä. Energisistä yleisurheilukoululaisista välittyy iloinen tekemisen meininki eikä vauhtia säästellä. Pillin puhalluksella ohjaajat **Tanja Jaakola** ja **Henna Anunti** saavat lasten huomion: "Tehdään yhdessä tästä meidän yleisurheilukoulusta juttu seuralla lehteen, okei?". Reippaat lapset ovat heti hommassa mukana - myös tässä asiassa!

## Miksi te olette täällä, yleisurheilukoulussa?

Kipinä yleisurheiluun on iskenyt joihinkin harjoituksiin osallistuvien lapsiin jo monta vuotta sitten, mutta porukassa on mukana myös muutama tämän syksyn uusi tulokas. Ryhmässä äskettäin aloittaneet tytöt, **Jenna** ja **Erika**, sekä vanhat konkarit, **Sara** ja **Henna**, kertovat tykkäävänsä kovasti yleisurheilusta. **Veera** ja **Sami** aloittivat aikoinaan yleisurheilun, koska äiti kannusti. **Kalle** puolestaan huviksi ja kavereiden takia, kun taas **Tommi** oli saanut inspiraation television yleisurheilukisoista. **Joona** ihmettelee koko kysymystä, sillä yleisurheilua harrastetaan tietyksi siksi, koska se on mukavaa, miksi muutenkaan?!

## Mikä on suosikkinne yleisurheilulajeista?

"Pituushyppy!!!" kajahtaa vastaus yhdestä suusta. Tämähän tuli heti selväksi, mutta tehdään pikagallup myös muista lajeista. Kuka tykkää juosta? Kaikki viittaavat. Kuka tykkää hypätä? Kaikki viittaavat. Yksimielistä porukkaa. Kuka tykkää heittää? Lähes kaikki. Tästä voi kai päätellä, että nämä lapset taitavat olla ihan oikeassa paikassa.

## Kuinka hyviä te olette yleisurheilussa?

Yhteenvedon lasten vastauksista todettakoon, että jokainen juoksee kovempaa kuin iskä, heittää palloa tai keihästä paremmin kuin äiti ja hyppää sekä pidemmälle että korkeammalle kuin mummo. Eli sängen lahjakasta porukkaakin nämä urheilukoululaiset vielä kaiken lisäksi. Senhän on toki jo osoittaneet hienot tulostehtailut viime kesän kilpailuissa ja harjoituksissa.

## Kuka on maailman paras yleisurheilija?

"Minä! Minä!! Minä!!!" Aivan fantastista, että joukossa on niin monta maailman parasta. Usain Bolt sai ainoastaan kaksi ääntä.

## Mikä on paras urheiluseura?



"Haukiputaan Heitto, tietenkin", kuuluu **Milla I:n** ja **Idan** varma vastaus. Kaikki muutkin paikallaolijat ovat täsmälleen samaa mieltä eli tästä on turha kysellä yhtään enempää.

## Mikä jäi parhaana juttuna mieleen viime kesän yleisurheilusta?

Kesän huippuhetkiä ovat tarjonneet kilpailut kuten Iin Kansalliset, Haukiputaan legendaariset viimeiset kunnanmestaruuskilpailut sekä koulujen väliset yleisurheilukisat. Lasten mielestä omien ennätysten tekeminen sekä haamurajojen rikkominen on ollut huippua. **Milla A** toteaa elämänsä ensimmäisen yli kolmen metrin pituushyppyn olleen kesän paras yleisurheilumuisto! Myös muita ikimuistoisia hetkiä on yleisurheilun parissa eletty; **Miko** kertoo testanneensa hieman harvinaisempaa lajia eli isoveljen pakoonjuoksua. Takuulla haastava laji, varsinkin kun myös isoveljellä on vikkelät jalat.

## Onko kenelläkään huonoa muistoa yleisurheilusta?

Kallen muistoissa kummittelee vieläkin varaslähtö Iin kansallisissa kisoissa. Joukon juniori, Janne, puolestaan kertoo juosseensa eskarin kisoissa pitkän matkan ja heti alussa oli jalasta lähtenyt kenkä! Pituushyppyn tulokuntoonsa tyytymätön

Sami väittää hypänneensä jotain nollametriä. Taitaa nuoren miehen muisti patkia, sillä muiden mielessä on päällimmäisenä pojan päälle kolmen metrin komeat leiskautukset hiekkakasaan. Vauhdin hurmassa kummuja ja kompuroida kuulostaa sattuneen vähän jokaiselle liikkuvaiselle lapselle. Mutta siitä huolimatta pitkällä tähtäimellä on kyllä vaarallisempaa jäädä kotiin sohvalle lötköilemään kuin vetää lenkkarit jalkaan ja lähtee urheilemaan.

## Mitkä ovat teidän tavoitteenne yleisurheilussa?

Heiton yleisurheilukoululaiset ovat päättäneet tulla maailmanmestareiksi tai ainakin melkein. Ja olympiavoittajiksi. **Julia** aikoo olla yhtä hyvä kuin Usain Bolt. **Tomista** tulee parempi kuin

Usain Bolt. Ja **Miko** on päättänyt tulla paremmaksi kuin **Tommi**. Siis isovelji. Eli ei todella näiltä lapsilta ainakaan tavoitteita tai motivaatiota puutu!

## Mitä sanoisitte sellaiselle kaverille, joka miettii kannattaako aloittaa yleisurheilu?

**Miko** kannustaa, että aina kannattaa kokeilla uusia asioita. Ja **Julian** jämähä vastaus tulee kuin apteekin hyllyltä: "Ala ihmeessä!"

Senhän tulikin sitten siinä. **Juuri** näihin sanoihin on erittäin hyvä päättää tämä haastattelu ja treenit jatkukoon. Kiitos haastattelustanne Haukiputaan Heiton mahtavat yleisurheilukoulu-laiset!

**JÄTEHUOLTOA HAUKIPUTAALLA**

**Pakkaavilla jäteautoilla**  
jäteastiat - pikakontit

**Vaihtolava-autoilla**  
vaihtolavat - puhtosäiliöt

**0400 681 824** toimisto@sr-kiinteistohuolto.fi

**Kukka- ja bautaustalvelu Karjalainen HAUKIPUDAS**

- Sidontatyöt iloon ja suruun
- Arkut • Kuljetukset
- Kukat • Hautakivet
- Lisänimien kaiverrukset
- Pitopalvelu

Kirkkotie 1, 90830 Haukipudas Torinkulma, ent. taksi-asema.

**P. (08) 5471 750**  
**ilt. (08) 5400 360**

"Laatua samassa ajassa"

**PELTIMYLLY Oy**

- Rakennuspeltityöt
- Kourut ja kattoturvatuotteet
- Lumenpudotukset
- Profiilipelti- ja konesaumakatot

**SARANOITU PIIPUNHATTU alk. 60€**

**KOTIALOUSHÄHENNYS**

Puh. 344 707, 040 846 1975  
Laattatie 4, Annalankangas, 90830 Haukipudas  
www.peltimylly.fi • info@peltimylly.fi



## LENTOPALLO

## Harrastelusta kohti aluejoukkuetta



Tekniikkaleiri Virpiniemessä, Heiton tytöt kuvassa keskellä.

Muutama vuosi sitten henkiin herätetty juniorilentopallo on ottanut jälleen aimo harppauksen eteenpäin. Vuonna 2009 aloitettiin tyttö-joukkueella, jonka tavoite oli leikinomaisesti oppia lentopallon saloja ja saada monipuolista liikuntaa. Noista ajoista on kehittynyt joukkue, joka on jo kolme kertaa osallistunut maailman suurimpaan junioreiden turnaukseen Power-Cupiin, sekä pelannut jo kaksi talvea Tiikeri-sarjassa ja yhden aluesarjassa. Valmentaja **Taina Kaikkonen** johdolla on edetty pienin askelin kohti oikeaa lentopalloa. Koppipallostta on tultu jo isku-lyöntien opetteluun ja aloitus-työt ovat jo kunnan "pommeja". Joukkueen kokoonpano on pysynyt hyvin kasassa, joka on mahdollistanut eteenpäin menon askel, askeleelta.

Viimeisimpänä askeleena voidaan pitää neljän työn osallistumista tekniikkaleirille, joka pidettiin Virpiniemen liikuntatouppien tiloissa. **Jenny Kaikkonen**, **Jutta Karjalainen**, **Venla Jutila** sekä **Jaana Pussinen** saivat tuntumaa varsinaiseen tehovalmennukseen. Harjoituksia ja oppitunteja oli useita päivässä, jonka lisäksi tytöt asuivat ja olivat yhdessä muiden Pohjois-Suomen parhaimmiston kanssa. Leirin teemoina oli yleistaitavuus,

pallovarmuus ja perustekniikoiden kartoittaminen. Leirin varsinaisina vetäjinä toimi Suomen Lentopalloliiton **Ari Paloniemi** ja pohjoisen aluepääällikkö **Teemu Niemelä**. Muina valmentajina toimivat poikien aluevalmentajat, sekä tyttöjen aluevalmentaja **Taina Kaikkonen** Heitosta. "Treenit olivat rankkoja, mutta loppuverryttelyssä ja venyttelyssä oli väsyneitä, mutta tyytyväisiä tyttöjä" kertoi **Taina**. Tulevalla kaudella tytöt osallistuvat D-tyttöjen aluesarjaan ja E-tyttöjen tiikeri-sarjaan. Otteet järjestetään turnausmuodossa eri puolilla Pohjois-Suomea. Heitto tulee anomaan ainakin yhtä turnausta tänne Haukiputaalle, jolloin on mahdollista nähdä tyttöjen kehittymistä ja tulla kannustamaan tyttöjä. Tyttöjen hyvin käynnistynyt toiminta olisi hyvänä esimerkkinä jopa laajentaa lentopallotoimintaa, mutta laajentamisen esteenä on tällä hetkellä salipula ja ennen kaikkea pula vetäjästä. Mikäli innokkaita vetäjiä ilmaantuisi, niin seura kyllä kouluttaa ja antaa tukensa uusien ryhmien perustamiseen.

Ole rohkeasti yhteydessä lentopallojaoston ihmisiin, mikäli haluat aloittaa mukavan, hauskan ja mielenkiintoisen työn lasten liikunnan parissa.



Tytöt Power-Cupissa Turussa.

**Tiedon nälkään!**  
P. (08) 563 7200

Tiistaina ja torstaina



**Rantapohja**

Huvipolku 6,  
Haukipudas  
www.rantapohja.fi

**K** EXTRA  
MARTINIEMI

**HUOLTOPALVELU  
KARPPINEN KV**  
http://www.karppinen.org

**AUTOJEN HUOLLOT  
JA KORJAUKSET**

ÖLJYNVAIHTO  
AIKAA  
VARAAMATTA

KONETIE 10  
HAUKIPUDAS  
puh (08) 556 5795  
fax (08) 542 5256

Palveleva TEKNISET-liike Haukiputaalla

**TEKNISET**

PAIKALLINEN OSAA JEESATA!

Väskin TV ja kone • Jokelantie 3, 90830 HAUKIPUDAS • Puh. (08) 547 2407 • ark 9-18, la 9-14



# Minisulkis – nyt pelataan!!



Kiviniemen salissa kuluttaa parhaimmillaan lähes 30 tossuparia.

Haukiputaan Heitto on yksi Suomen nuorimmista sulkapalloseuroista. Kaikessa hiljaisuudessa on lajin ympärille kerääntynyt joukko liikunnasta innostuneita aikuisia. Tänä vuonna päätettiin innostusta jakaa eteenpäin ja perustaa Haukiputaan ensimmäinen junioriryhmä - lajin alkeita esittelevä Minisulkis.

Sulkapallosali tukee toimintaa "Family-coaches" hankkeella. Hankkeen punainen lanka on siinä, että salissa ei pelaa pelkästään lajista innostunut lapsi vaan toiminnassa on mukana sekä lapsi että osallistuva vanhempi.

Kiviniemen koulun salissa on kylläkin Minisulkiksestä tullut jotain suurempaa. Salia on kulluttanut parhaimmillaan jo lähes 30 kentakäpariä. Sulkapallosali kävi vetämässä elokuussa ohjaajakoulutuksen Virpiniemen liikuntaopistolla. Heitosta koulutukseen osallistui kahdeksan uutta valmentajaa. Syyskuussa vastuuvallmentajat osallistuivat Sulkapallosalin huippuvalmen-

taseminaariin Tampereella. Sulkapalloseurat ympäri Suomen toivottivat Heiton tervetulleeksi sulkapallokartalle. Viikonlopun seminaarissa vastuuvallmentajat Harri, Markus ja SulisLe pääsivät huippuopin lisäksi myös huippuseuraan; paikalla oli useita entisiä Suomen parhaita pelaajia sekä usean sadan vuoden valmentajakokemus, josta ammentaa oppia Haukiputaalle. Sukset jalkaan ja ladulle - näin yksinkertaista se pitäisi olla lajissa kuin lajissa.

Tampereen huippuvalmentajaseminaarissa mainitsivat kehitysideat lähteä laukalle, mutta kotiin palattiin pää kylmänä ja ajatukset kristallinkirkkaana - tavoitteena on tehdä harjoitustapahtumasta yhtä yksinkertainen kuin suksiminen - me aikuiset kun emme tässä lajissa pysty estämään sitä, että lapset oppivat. Innostumisia ja onnistumisia saadaan aikaan myös teemalla peliä, peliä, peliä. Salissa on osan tunnista peliareena, jossa ärsytetään myös muuta silmäkäsi motorikkia pelaamalla

minitennistä, händistä ja pingistä.

Syyskuussa mukaan on liittynyt lisää innostuneita peliperheitä, kaikenkaikkiaan salissa käy 14 vanhempaa yhden tai kahden lapsen kanssa.

Suomalaista urheilujärjestelmää on arvosteltu näköalattomuudesta ja tehottomuudesta. Sulkapallosali on mielestäni hyvällä tiellä. Seminaarimatka oli ammattilaisena ammentamassa Tampereella näkymiä siihen malliin, että pystyn jo näkemään itseni kuusikymppisenä sulkapallosalissa joko onnistuneena tai vieläkin pelaamassa yhdessä kaikkien nyt mukaan lähteneiden aikuisten ja lasten kanssa.

On ollut hienoa katsoa kun vanhemmat ovat innostuneesti siirtyneet kentän laidalta peliareenalle. Sitten kun minisulkis peliajaksi alkoi, löytyi taitoa varmaan sen verran, että vastusta täytyy hakea jo kauempaakin.

## Kuntotriathlon 2013 -koulu alkaa tammikuussa !!

Triathlon on haastava kolmen lajimuodon urheilulaji. Uinti, pyöräily ja juoksu tekevät siitä monipuolisen kuntoliikuntamuodon.

### Triathlon –

Kehittää: kestävyyskuntoa, lihaskestävyyttä, henkisiä "pystyvyyden tunteen" ominaisuuksia Vaatii: kestävyyttä, lihaskestävyyttä, voimaa, liikkuvuutta (uinti), psyykkettä (Lasse Seppänen)

Tammikuussa 2013 alkaa lajista kiinnostuneille kuntoliijoille triathlonkoulu. Toimintaa järjestetään yhteistyössä lajin erikoisseuran Oulu triathlon&cycling ry, Haukiputaan Heiton, Pohjois-Pohjanmaan Liikunnan sekä Oulun kaupungin kesken.

Tavoitteena on osallistua kesän 2013 aikana triathlonin sprinttimatkalle. Uinti 750m + Pyöräily 20km + Juoksu 5km.

Harjoitusohjelman aikana osallistujat testataan Suomi-Mies-testeillä (Inbody+Polar kuntotesti sekä puristusvoima) kolme kertaa (alku, seuranta ja loppupetit)

Harjoittelun tueksi saat tietoa myös ravinnosta, oheisharjoittelusta ja tukea omatoimiseen harjoitteluun.

Harjoitteluryhmät toimivat Oulussa ja Haukiputaalla ja sisältävät lajiharjoittelua pyöräilyssä, uinnissa, lihaskunto- ja oheisharjoittelua sekä juoksuun. Ryhmävalmentajat asettavat tavoitteet kuukausittain ja ovat läsnä tekniikka/ryhmäharjoituksissa.

Triathlonkouluun osallistuvat saava sekä OTC:n, että HaHe jäsenyyden ja voivat käyttää molempien seurojen tukipalveluita matkalla kohti triathlonin sprinttimatkaa. (Uintivuorot, kuntopiirit, Triathlon-spinning, pyöräilyn yhteislenkit Oulu-Haukipudas ja mahdollisesti järjestettävät harjoitus triathlonit Oulussa (Valkeisjärven sprintti).

Mikäli sinua kiinnostaa - ota rohkeasti yhteyttä. Toimintaan on haettu tukea Kunnossa Kaikesta Ikää ohjelmalta. Ohjelma sekä hinta ja muut tiedot julkaisetaan joulukuussa 2012. Ryhmiin otetaan max. 20 henkilöä/Oulu ja Haukipudas.

Lisätiedot ja ilmoittautumiset: [ilkka.kurttila@haukiputaanheitto.fi](mailto:ilkka.kurttila@haukiputaanheitto.fi)



HaHen vastuuvallmentajat Harri Pesonen, Markus Vahtola ja SulisLe.



OTC:n Marko Törmänen on yksi triathlonkoulun pääkouluttajista. Kuva: Jan Simonen.



## Seitsemän helppoa tapaa tukea seuran toimintaa

### Arina

#### ARINA

Osuuskauppa Arina on yksi Heiton pääyhteistyöyrityksistä. Täyttämällä lomakkeen osoitteessa [http://www.haukiputaanheitto.fi/seuran\\_esittely/arina-yhteistyö/](http://www.haukiputaanheitto.fi/seuran_esittely/arina-yhteistyö/) suostut siihen, että S-ryhmän asiakasomistajana tekemäsi ostokset kartuttavat samalla Heiton sponsoribonustiliä. Omat bonukseksi kertyvät, kuten ennenkin. Tiedot ovat luottamuksellisia ja niitä käytetään vain tähän tarkoitukseen.

### Veikkaus



Pelaamalla Veikkauspeliä Heiton sivujen kautta tuet seuran toimintaa. Linkki löytyy seuran etusivulta ja jokaisen lajin etusivulta. Jokaisesta näiden kautta pelatusta Veikkauksen pelistä myös seura hyötyy taloudellisesti!

### HotSport – urheiluväen oma kanta-asiakaskortti



Bonusta sekä kortin haltijalle että hänen seuralleen! Mikäli sinulla jo on YkkösBonus-kortti, voit liittää korttiisi lisäksi HotSport-ominaisuuden ja omat bonukseksi kertyvät normaalisti vanhalle tilillesi. Lisätiedot: [http://www.haukiputaanheitto.fi/seuran\\_esittely/hotsport-yhteistyö/](http://www.haukiputaanheitto.fi/seuran_esittely/hotsport-yhteistyö/)

### DNA-liittymällä tukea seuran toimintaan



Tule Haukiputaan DNA Kauppaan ja avaa DNA-liittymä (koskee DNA makkula- ja DNA-matkapuhelinliittymiä lisäpalveluineen). Operaattori tilittää Heitolle jokaisesta avatusta liittymästä 15 euroa rahaa! Riittää kun liittymän avaaja mainitsee tilauksen yhteydessä "Heitto".

### Klikkaa banneria

Heiton kotisivujen [www.haukiputaanheitto.fi](http://www.haukiputaanheitto.fi) yläreunan mainosbanneria klikkaamalla kilahdaa kolikko seuran kassaan joka klikkauksesta! Klikkaaminen ei vielä velvoita sinua mihinkään.

### Sporttipussi

#### LAU-PUTAAN SPORTTIPUSSI

Pistä kauppaostoksesi sporttipussiin tuet samalla seuratoimintaa ja OYS:n lastenklinkan toimintaa. Sporttipussit ovat ostettavissa kaikkien haukiputaalaisten päivittäistavarakauppojen kassoilta.

### Tee lahjoitus

Seuratoimintaa voi tukea helposti myös tekemällä lahjoituksen seuran tukitilille!

Tilinumero: 232121-37

## Muistathan jäsenetusi 2012?



Heiton voimassaolevalla jäsenkortilla saat monia etuja. Vuoden 2012 jäsenetuja ovat:

### Vesi-Jatulin perheuintivuorot

Seuran jäsenenä voit käyttää uimahallissa Heiton perhevuoroja lauantaisin ja sunnuntaisin klo 17-20. Hintaan sisältyy myös Jatulin kuntosalin käyttö. Kertamaksut: alle 16-v. maksuton, aikuiset 2 e, eläkeläiset 1 e. Huom! Jäsenkortti on esitettävä joka kerta vuorolle tultaessa.

### Intersport Rintämäki

Alennukset alkuperäisistä hinnoista: -30% salibandymailat ja -tarvikkeet, sisäpelikengät, juoksukengät ja juoksuasut, hiihtotasut, jumppa-asut, uima-asut, hiihtotarvikkeet ja voiteet. -25% painikengät. -20% huoltojatarvikkeet. Seuranettohinoinnukset, siteet, monot, sauvat.

### Haukiputaan Värisilmä

Alennukset normaalihintaisista tuotteista: -5-12% maalit, -15% tapetit, -10% työkalut. Pyydy tarjous lattiatuotteista ja laatoista.

### Kelloliike Kylmäaho

-5% normaalihintaisista tuotteista (paitsi Nomination, Kalevala-koru). Alennus ei koske työsuorituksia.

### Kimallus ja välke

-10% normaaleista kampaamo- ja parturitoista (ei erikoistoista eikä tuotteista). Voimassa ma-pe klo 9-17. Ei voi yhdistää muihin alennuksiin.

## Opiskelut ja armeija "heittelee" painijoita

Painijoiden tavoitteet kulluvalle kaudelle ovat edelleen kovia, vaikka monen niskanvääntäjän harjoitteluun opinnot ja armeijan suorittamisen asetavatkin omat haasteensa. Moni Heiton painija treenaileekin muilla saleilla, kun Jatulin tulla painimolskilla. Kun mies- ja naispainijoiden määrä kotisaleilla on pienentynyt em. syistä johtuen, on nuorempia painijoita voitu nostaa ns. senioreiden harjoituksiin.

Valmennuksellisesti tilanne on toisaalta kohentunut, koska **Petri Isokoski** on palannut takaisin valmennushommiin. Näin "päätreenarina" toimiva **Marko Isokoski** ja **Matti Pahikainen** pääsevät valmennustehtävissään hieman helpommalla. Petri kun vastaa harjoitussuunnitelmien kirjallisesta toteutuksesta, **Pekka Ukkolan** toimiessa koko valmennusporukan "isä-hahmona". Kamppailulajissa tärkeinä sparraajina toimivat mm. **Matti Kautto**, **Matti Pahikainen** ja **Zoltan Szep**.

**Jonne Ukkolan** tästä kaudesta tulee ilmeisesti niin sanottu väli vuosi, koska perheeseen saatiin hiljattain perheenlisäystä yhden **Elmeri**-pojan verran. Jonnen DI-opinnot ottavat myös oman veronsa harjoittelusta, joten kisamatsit voivat jäädä aika vähiin. Harjoituksissa Jonne on silti käynyt, mutta ei ns. "sata lasissa".

**Juuso Ukkolalla** tavoitteena on pitää paikat ehjinä ja saada ehjä harjoituskausi taakse. Jos tämä toteutuu, tavoitteena ei ole enempää eikä vähempää kuin arvokisat ja siellä pärjääminen. Treenit ovat kulkeneet todella hyvin.

**Tiina Vainionpää** asuu, opiskelee ja harjoittelee Kuortaneella. Tiinan tavoitteena arvokisat ja siellä pärjääminen. **Petteri Kukkolalla** käynnistyy vuodenvaihteessa viimeinen vuosi 20-vuotiaissa. Myös **Petterillä** tavoitteena

ovat pääsy arvokisoihin ja siellä menestyminen. **Petteri** suorittaa tällä hetkellä varusmiespalvelustaan Kajaanissa.

**Einari Ukkola** on **Petterin** tavoin suorittamassa varusmiespalvelustaan Kajaanissa. Eikan tavoitteena arvokisat ja menestyminen.

**Juho Huttunen** on viimeistä syksyä 20-vuotiaissa. Tavoitteet vapaapainin SM-tili. Ensi vuonna Juholla on edessä siirtyminen miesten sarjaan. Armeijasta päästyään Juho on treenannut todella hyvin ja tunnollisesti, joten kaudelta on lupa odottaa hyvää!

**Janika Lönnqvist** asuu, opiskelee ja harjoittelee Kuortaneella. Tavoitteena ovat päästä edustamaan Suomea alle 20-vuotiaiden arvokisoihin. Janik kausi onkin alkanut jo hienosti mm. voitolla kansainvälisessä turnauksessa Haaparannalla.

**Leevi Ukkolalla** käynnistyy vuodenvaihteessa viimeinen vuosi alle 17-vuotiaissa. Tavoitteena ei voi olla vähempää kuin "kirkas" SM-tili ja sitä pääsy arvokisoihin.

**Eemeli Nisula**, **Juho** ja **Joni Pahikainen** **Atte Vuoristo**, **Johannes Rintämäki**, **Joonas Törmälehto**, **Mikael Kroppu**, **Oskari Tapio** ja **Aleksi Mäkinen** ovat niitä nuoria painijaluopauksia, joilta ei vielä voi odottaa SM-tason mitaleja, mutta **KLL** ja **TUL** kisoissa menestyminen on aivan realismia. Juuri näistä pojista nuorimmat nousivat hiljattain isompien ryhmään ja "opettelevat" nyt harjoittelemaan.

### SINUAKIN PALVELEE

Pelipiste & Best Burger

Kirkkotie 2  
90830 Haukipudas



Valitse Sporttipussi, tuet samalla lasten ja nuorten liikuntaa. Sporttipussin löydät näistä päivittäistavarakaupoista





**SUOMEN**  
**Mardega Oy**

www.suomenmardega.fi

**Hammaslääkäri**  
**ARI KOLEHMAINEN**

Tuohilaaksontie 55, Haukipudas.  
P. 5473 397 tai 0400-695 181

**seo.**

- POLTTOAINEET
- KAHVIO
- PIKAPESU
- HUOLTO

**HAUKIPUDAS**

Revontie 1  
puh. 5471 400

**H... aukiputaan ... U**  
**... Liikennekoulu**

Revontie 2 puh. 547 5145 autoon 0400-701095  
www.haukiputaanliikennekoulu.fi

**RAUTIA**  
**HAUKIPUDAS**

Revontie 47, 90830 Haukipudas (08) 563 2600,

**SÄHKÖURAKOINTI**  
Tapio Hannus

050 362 8475  
fax. 542 2962

Tuomaalankuja 12 • 90850 MARTINNIEMI

**KYLMÄ- JA**  
**KODINKONEHUOLLOT**  
lin ja Haukiputaan alueella  
**TUIKKANEN**  
Poppilantie 3, li

**040-550 2839**

**Ajanvaraus**

Silmätautien  
erikoislääkäri, LT  
Pasi Hägg  
Optikot  
Jenni Nousiainen  
Henri Vuorinen

**puh. 020 170 8950**

HAUKIPUDAS, Revontie 2

UUTTA! Varaa nyt alkasi helposti  
internetissä instrumentarium.fi.

**instrumentarium**  
Asiantuntijasi

Puhelun hinta lankapuhelimesta 8,21  
snt/puh + 6,9 snt/min tai matkapuhe-  
limesta 8,21 snt/puh + 16,9 snt/min.

Asianajotoimisto

**KARI**  
**ERIKSSON**

AA, VT,  
Ratakatu 8 B, OULU,  
puh. 515 011, 0400-685 036.  
HAUKIPUDAS,  
puh. 5475 102.



**SPORTTILIIVI**

**59€** (79€)  
20.10.12 ASTI

**SINIKAARRE**

Revontie 2 HAUKIPUDAS  
Hallituskatu 25 OULU  
Tervetuloa ma-pe 10-17 la 10-14  
www.sinikaarekauppa.com

**LVI- JA**  
**RAKENNUSPELTITYÖT**

TARVIKEMYYNTIÄ

**S & H Ukkola Oy**

Haukipudas.  
Puh. 0400-581 584, 040-5581 584  
Fax 08-5208 162

**HAUKIPUTAAN OPTIIKKA**  
**JA SILMÄLÄÄKÄRIKESKUS**

KIRKKOTIE 4, 90830 HAUKIPUDAS  
PUH. 085472647  
WWW.HAUKIPUTAANOPTIIKKA.FI



**VARILUX®**  
Natural Vision. Forever.

**Suutari ja**  
**Snahkatyö**  
**Mika Huovinen**

- Korkolaput
- Abloy- ja URA-
- Abloy-avaimet
- Teroituspalvelu
- Kaiverruspalvelu

**MEILTÄ MYÖS**  
**ABLOY**  
**SARJOITUKSET**

Huvipolku 4 (Rantapohjan vieressä).  
Puh. 040-581 6245. • Avaamme aamulla – suljemme illalla.

**KAIKKI KIVIAINES-**  
**TOIMITUKSET**

- Täyte- ja erikoishiekat
- Murskeet ja sepelit
- Sorat
- Luonnonkivet

**SORALINKKI**

Soralinkki Oy, Topinperäntie 98, 90820 KELLO  
Puh. (08) 563 4400, Fax (08) 563 4410



**MARKET**

**KELLO**

Ma-La 8 -21  
Su 10-21

**KAUPPIAS HOITAA HOMMAN**



**HAUKIPUTAAN**  
**APTEEKKI**

Välitie 1

90830 Haukipudas  
p. (08) 547 1102

Avoinna  
ma-pe 8.30-19  
la 9-16

p. (08) 554 5757  
fax (08) 5471009

www.haukiputaanapteekki.fi

**Musti**  
**ja Mirri**

Välitie 6, 90830 Haukipudas, tel. +358 45 278 6344  
haukipudas@mustijamirri.fi www.mustijamirri.fi

**Palkinnot ja pokaalit**

**Kelloliike Kylmäaho Ky**

Revontie 5 HAUKIPUDAS Puh. (08) 547 2998  
avoinna ma-pe 9-17, la 10-14  
www.kelloliikekylmaaho.fi



Maalari  
Aku Vuononvirta  
**Rakentavasti  
tulevaisuuteen!**



**121**

**Vihreät De Gröna**

Koistisen  
**KORJAAMO OY**  
Poikkisaarentie 48, li

**Henkilö- ja pakettiautot**

- Huollot ja korjaukset
- Autosähkötyöt
- Vikadiagnoosit
- Ilmastointihuollot
- 4-pyöräsuuntauokset
- Rengastyöt

**040-708 2438**

429  Timo Autio kunnankamreeri, eläkeläinen	469  Henri Kylien Sähköisen liiketoiminnan päällikkö	475  Selja Länden Rehtori	484  Esa Nikkinen Sähköasentaja	515  Kaarina Torro Kirjasto sihteeri	560  Markku Karppinen FM, Talous- ja suunnittelupäällikkö
511  Oliva Sumen Mattomies	434  Liisa Halotie-Flink Suunnittelija	444  Arja Huhtanen Erikoissairaanhottaja	Tasapuolisten ja oikeudenmukaisten palvelujen puolesta		

**SDP** | **Palvelut, Kasvu, Työ**  
[www.haukiputaandemarit.fi](http://www.haukiputaandemarit.fi)

**MEILTÄ**

*Crescent*  
**MONARK**  
*MADISON*  
**REB**  
*Bianchi*  
-polkupyörät

- vanhat pyörät vaihdossa
- polkupyörien huollot ja varaosat
- luistimien teroitukset
- mattopesula-palvelu

*Tervetuloa kauppoille!*

**URHEILU<sup>12</sup>  
ULAPPA**  
RATAMOTIE 56 ITÄPATELA P. 5555 173

**KYLMÄ- JA  
KODINKONEHUOLLOT**  
lin ja Haukiputaan alueella  
**TUIKKANEN**  
Pappilantie 3, li

**040-550 2839**

**ONNISTUNUT ASUNTOKAUPPA  
TUNTUU SUUNNILLEEN TÄLTÄ.**

Haukiputaan asuntomyymälän paikalliset yrittäjät ja kiinteistönvälittäjät palveluksessasi! Soita 010 633 8888

Kiinteistömaailma Asuntokolmio Oy LKV  
Jokelantie 1, 90830 Haukipudas  
[haukipudas@kiinteistomaailma.fi](mailto:haukipudas@kiinteistomaailma.fi)

**Kiinteistömaailma**  
Kukaan ei välitä niin kuin me.



[www.pp-fasadi.fi](http://www.pp-fasadi.fi)

**Kiitos**

SUOMALAISET LAITEKARIT



**OCOTEC OY**  
Puh. 020-7431020  
90830 HAUKIPUDAS

**”Ja OP-bonusta ihan kaikesta! Niillähän minä maksan meidän perheen vakuutusmaksuja.”**



Tiesitkö, että Oulun OP on ihan aidosti tämän alueen pankki? Sen omistavat asiakkaat, joille maksetaan OP-bonusta. Oulun OP:lla on myös alueen kattavin konttoriverkosto sekä paikallinen verkko- ja puhelinpalvelu! Ja mikä parasta, kaikki pankki- ja vakuutuspalvelut löytyvät kätevästi samasta paikasta.

Tule käymään! Kerromme sinulle lisää omistajajäsenyydestä ja sen tuomista keskittämiseduista. Varaa kätevästi aika numerosta 010 2535 014!

Tervetuloa!

Puhelut 010-numeroin maksavat lankapuhelimesta 0,0828 e/puhelu+0,0595 e/min ja matkapuhelimesta 0,0828 e/puhelu+0,1704 e/min.

Yhdessä hyvä tulee.

Oulun OP 