

MOLSKI²⁰¹⁰ 1

Suomen Painiliiton tiedotuslehti



***Myös naiset painii!
Emman otoksia SM-molskilta***

***Keskiaukeman julistekuvassa
junioreiden MM3 Tuomas Tarino***

Opiskelemaan Kuortaneelle

Sivu 11

**Marin tentissä Veli-Karri Suominen**

Sivu 14-15

**Vapaapainin SM-kilpailut**

Sivu 21



Toimisto tiedottaa	2-3
Puheenjohtajan palsta	4-5
Onnea ja menestystä	7
In memorian.....	8
Pohjanmaan urheilugaala	10
Opiskelemaan Kuortaneelle.....	11
Syrjinnästä vapaa alue.....	12
Seuravalmentajapäivät	12
Marin tentissä ja haastattelussa	14-15
Keskiaukeaman juliste	16-17
Paininiilo ja Kylmäkalle	19
Herman Kare	20
Vapaapainin SM-kilpailut.....	21
Kessin kertomus	23
Reijo Majasaari	24
Joulumaapainit.....	25
Apurahapainijoita	26
Tuloksia	36
Kilpailukutsut.....	26-29
Tapahtumakalenteri	30

Aluetoimintaa

Painiliiton päivitetty aluetoiminta löytyy netistä:
www.painiliitto.net ja ilmestyneistä Verkkolehti
 Niskaleneistä.

Lisätietoja: Janne Koivula, puh. (09) 34812394.

MOLSKI Suomen painin neljästi vuodessa ilmestyvä tiedotuslehti**Vastaava toimittaja**

Jukka Rauhala
 GSM 040-5190 643
jukka.rauhala@kolumbus.fi

Toimitussihteeri

Hannu Kiminkinen
 GSM 0500-279 926
hannu.kiminkinen@co.inet.fi

**Toimituskunta**

Jukka Rauhala
 Hannu Kiminkinen
 Jussi Ketonen
 Merja Lintala
 Mari Mäkinen
 Juhani Rintakumpu

Avustajat

Heikki Hakonen Ilkka-lehti, Päivi
 Helakallio-Ranta, Emma Ihaksi,
 Tuomo Kallijärvi, Janne Koivula,
 Mauno Mäki-Töyli, Seppo Nurminen,
 Kari Ojanen, Janne Putkonen, Hannu
 Ranta, Katri Saarela, Tuire Salmela,
 Pentti Sämskilähti, Kaija Tolvanen,
 Reima Törmälä, Pertti Vehviläinen,
 Antti Vainio Ilkka, Juha Virtanen ja
 Mika Vuorio Satakunnan Kansan

Painopaikka

Reprootalo Oy, Helsinki

Taitto

Reprootalo Lauttasaari Oy

Ilmoitushinnat

1/1 sivu	820 €
1/2 sivua	460 €
1/4 sivua	260 €
1/8 sivua	160 €

Kustantaja ja julkaisija

Suomen Painiliitto ry
 Radiokatu 20
 00240 Helsinki
 Puh. (09) 3481 2394
 Fax (09) 149 6913
info@painiliitto.net
www.painiliitto.net

Jäsenseurojen kilpailukutsujen
 1/4 sivu + ilm. netissä 100 €
 Suuremmat +70 snt pmm.

Molski 2/2010 ilmestyy viikolla
 20. Aineiston viimeinen jättö-
 päivä Suomen Painiliittoon on
 9.4.2010.

Toimisto tiedottaa

Seuraavien Molskien ilmestyminen

Suomen Painiliiton tiedotuslehti Molski tulee ilmestymään seuraavan suunnitelman mukaan:

Viikko 20., viimeinen aineistopäivä 9.4.!

Viikko 39., aineisto 27.8.

Viikko 50., aineisto 5.11.

Kaikkien seuratoimijoiden on hyvä tiedostaa se, että aineistoa voi toimittaa kaiken aikaa. Ylläkirjatut ajat ovat viimeisiä aineistopäiviä. Kisaraportit ja tulokset tulee lähettää Painiliiton toimistoon heti kisan jälkeen. Kisakutsujen laatiminen kannattaa suorittaa hyvissä ajoin ennen kisaa siten, näin menetellen tulee varmistettua sen julkaiseminen Molskissa.

Molskiin ja myös verkkolehti Niskalenkkiin haluttavan aineiston toimitus Painiliiton toimistoon:

Suomen Painiliitto ry, Radiokatu 20, 00240 Helsinki
 telefax 09 - 1496913, info@painiliitto.net ja / tai
 tiedotuspäällikkö Hannu Kiminkinen:
 hannu.kiminkinen@co.inet.fi

Painijat kohti Lontoota

Projekti on lähtenyt mukavasti matkaan. Kiitos kaikille myyntiin osallistuneille. Tässä yhteydessä haluan kiittää omasta ja Painiliiton puolesta Mika Vuorta, Yrjö Tuokkoa ja Erkki Rantalaa, jotka ovat antaneet oman panoksensa projektille. Seuraavat yhteisöt ja yritykset ovat jo hankkineet ”karhu ja mies”-patsaan. Suuret kiitokset tuesta!

Arton Auto
 Mika Vuori
 Suomen Lähiökunnostajat Oy
 LVI-Asiantuntijaliike Welin Oy
 JT-Rakennuttamispalvelut Oy
 Maalaus- ja Saneeraustyöt H. Lönnroth
 Seinäjoen Kaupunki
 Alavuden kaupunki
 Tikkurilan Urheilupuisto

Yhteistyöterveisin
 Mauno ”Manu” Mäki-Töyli



Karhunpainia TV2:lla, onko seurat valmiina?

Onko seurallanne mahdollisuus ottaa vastaan uusia innokkaita painin harrastajia? Nyt painiseuroilla on suuri mahdollisuus saada uusia painijoita mukaan seuran toimintaan! Markkinoikaa aktiivisesti seuranne toimintaa omalla toiminta-alueellanne.

19.3.2010 alkaa YLE TV 2:sen lastenohjelmassa Pikku Kakkonen pyöriä **Karhunpaini –niminen painiohjelma**. Ohjelmasarjassa painin olympiamitalisti Marko Yli-Hannuksela ohjaa lasten (6-10 v.) harjoitteluryhmää ja esittelee TV:n katsojille painiharjoittelua. Harjoitteluryhmään kuuluu myös Euroopan mestari Jarkko Ala-Huikku.

Karhunpaini –sarjaan kuuluu 13 osaa, jotka esitetään YLE TV 2:lla aina **perjantaisin noin klo 17.20** ja näin ollen viimeinen osa esitetään **11.6.2010**. Karhunpaini on sekoitus Nassikkapainin ja Painikoulun monipuolisista harjoitteista.

Painiliitto uskoo ohjelmasarjan alettua kiinnostuksen lisääntyvän merkittävästi painiharrastusta kohtaan. Samalla Painiliitto kannustaa seurojaan perustamaan uusia Karhunpaini –harjoitteluryhmiä ja tietenkin jatkamaan jo olemassa olevia lasten painiharjoitteluryhmiä samaan laadukkaaseen tapaan, johon me paini-ihmiset olemme täällä Suomessa tottuneet.

Painiliiton nettisivuille olevaan Nassikkapaini –osioon kerätään sellaisten painiseurojen yhteystietoja, joilla on mahdollisuus ottaa vastaa uusia ja innokkaita Nassikkapainin harrastajia.

Tarvitsemiamme tietoja ovat:

- seura ja seuran nettiosoite toiminnasta vastaavan valmentajan / ohjaajan
- nimi
- valmentaja- / ohjaajakoulutus
- kokemus valmennus- / ohjaustehtävistä
- puhelinnumero
- sähköpostiosoite

Odotamme yllä mainitut tietoja pikaisesti. Tiedot voi lähettää sähköpostitse info@painiliitto.net, kirjeitse, faxilla tai puhelimitse.

Karhunpaini-terveisin
 Janne Koivula

Suomen Painiliiton ja Suomen Olympiakomitean huippu-urheilujärjestelmän kehittämisprosessi

Työryhmän muodostavat: Marko Asell KOO-VEE Tampere, Ilkka Hakala hallitus, Asko Härkönen Suomen Olympiakomitea, Hannu Kiminkinen tiedotuspäällikkö, Esa Koivisto KOO-VEE, Janne Koivula koulutussihteeri, Tapio Korjus Kuortaneen Urheiluopisto, Marko Korpela Puolustusvoimat, Juha Lappainen nuorten olympiavalmentaja, Tuija Lintunen Ylä-Tikkurilan Kipinä, Mari Mäkinen YTK, Kari Niemi-Nikkola Olympiakomitea, Kerttu-Liisa Paakkari hallitus, Ilmo Pilli hallitus, Hannu Rantala Helsingin Paini-Miehet, Ahto Raska nuorten olympiavalmentaja, Jukka Rauhala puheenjohtaja, Tapio Savola hallitus, Pasi Sarkkinen hallitus, Ilpo Seppälä hallitus, Pertti Vehviläinen toiminnanjohtaja, Jorma Vertainen OK, Jukka Viitasalo KIHU, Juha Virtanen päävalmentaja ja Marko Yli-Hannuksela nuorten olympiavalmentaja.



Uutta hinkua, suuntaa ja toimintamalleja vai vanhassa vara parempi?

Syyskuussa 2009 Suomen Painiliitto käynnisti Suomen Olympiakomitean aloitteesta yhdessä Suomen Kilpa- ja Huippu-urheilun Kehittämiskeskuksen KIHU:n sekä Kuortaneen Urheiluopiston Valmennuskeskuksen kanssa painin huippu-urheilun kehittämissankkeen.

Hankkeen ydinryhmäksi kerättiin 15 suomalaisen painitoiminnan ja huippu-urheilun asiantuntijaa ja vaikuttajaa ottamaan kantaa ja määrittelemään suomalaisen painin kehittämisen suuntaviivoja uudelle vuosikymmenelle.

Tavoitteena on saada toteutuskelpoisia konkreettisia ehdotuksia kehitettävistä asioista ja uusista toimintamalleista niin, että lopputuloksena on lopulta yhä laadukkaampi toiminta tuottaen suomalaisia painin olympiamitalisteja, myös tulevaisuudessa.

Vastaavan kehitysohjelman ovat vuoden 2009 aikana toteuttaneet mm. Suomen Voimisteluliitto, Suomen Taitoluisteluliitto, Suomen Koripalloliitto ja Suomen Tennisliitto sekä Suomen Lumilautaliitto. Vuoden 2010 aikana samanlaisen hankkeen toteuttavat mm. Suomen Uimaliitto ja Suomen Palloliitto.

Samalla Suomen Olympiakomitea merkittävänä Painin huippu-urheilutoimintaa rahoittavana ja toimintaa tukevana yhteistyökumppanina arvioi ja tekee omia kehitysehdotuksiaan niin, että paini myös jatkossa täyttää Olympiakomitean järjestelmälajeille asetetut tavoitteet ja kriteerit.

Jokainen kehityshanke vaatii raamit ja kehykset ehdotuksilleen. Kehitysehdotusten raameina toimivat Painiliiton hallituksen syksyn 2009 aikana määrittelemä ja hyväksymä Painiliiton Missio, tavoitteet vuosille 2010 - 2016, sekä prioriteetit 2010 - 2012, jotka myös esiteltiin ja käytiin läpi Painiliiton syyskokouksessa marraskuussa 2009 Vantaalla.

Suomen Painiliiton missio, tavoitteet 2010 - 2016 sekä prioriteetit 2010 - 2012

Jokaisen toiminnan ytimessä on sen liikkeellepaneva voima eli tarkoitus - hienommin ilmaistuna

missio. Näin sekä yritystoiminnassa, että myös urheilutoiminnassa. Näin jopa painiseuroissa ja myös Suomen Painiliitossa. Sekä ihmiset että ihmisistä rakentuvat organisaatiot tarvitsevat toiminnalleen tarkoituksen. Parhaimmillaan ollaan silloin kun missio on yhteinen.

Suomen Painiliiton missio on

"Kehittää Paini kilpa- ja huippu-urheilulajina siihen merkittävään asemaan suomalaisella urheilu-kartalla, mitä se lajin perusolemus ja korkea vaatimustaso huomioon ottaen voi parhaimmillaan Suomessa olla"

Suunnan toiminnalle yrityksissä ja miksei myös painiseuroissa antaa visio eli näkemys tulevaisuudesta parhaimmillaan. Samalla visio tuo toimintaan uutta vauhtia ja tuiki tärkeää sisäsyntyistä motivaatiota. Ihmistä on vaikea motivoida. Hän motivoituu ja usein tämä tapahtuu kannustavan vision avulla. Parhaimmillaan visio on yhteinen ja se yhdistää.

Suomen Painiliiton visio vuodelle 2020 määritellään yhdessä huippu-urheilun kehittämissankkeen kehitysehdotusten kanssa

Hyvä toiminta ja sen seurauksena hyvät tulokset eivät synny itsestään. Tarvitaan suunnan lisäksi selkeät tavoitteet. Selkeys tarkoittaa yksinkertaista mitattavuutta. Tavoitteet voivat olla erilaisia, mutta hyviä tuloksia syntyy harvoin ristiriitaisilla tavoitteilla. Parhaimmillaan myös tavoitteet ovat yhteisiä, ne yhdistävät ja niiden saavuttaminen luonnistumisen elämyksiä - ja näin uutta hinkua - kohti uusia tavoitteita

Suomen Painiliiton tavoitteina 2010 - 2016 ovat:
 - Arvokisamitali joka vuosi jokaisesta ikäluokasta kreikkalais-roomalaisessa painissa ja yksi mitali vapaapainissa
 - Yli 40 hyvin toimivaa valioluokan painiseuraa, joissa miesten SM-kisamitalisteja sekä yli 100 pai-

niseuraa

- Yli 5000 lisenssin haltijaa, yli 500 15-vuotiasta ja sitä vanhempaa lisenssinhaltijaa, yli 20 000 seurojen ilmoittamaa harrastajaa

- Yli 500 koulutettua aktiivista seuravalmentajaa

Kaikessa toiminnassa resursseja on aina lopulta rajallinen määrä. Näin jopa Nokia -yhtymässä mutta erityisesti Suomen Painiliitossa ja suomalaisessa painitoiminnassa. Talouden tiukkoina aikoina tarvitaan prioriteetteja, joiden avulla eri tavoitteet asetetaan tärkeysjärjestykseen - ainakin teoriassa ja joskus niukkuuden pakottamana myös käytännössä.

Suomen Painiliiton prioriteetit 2010 - 2012 ovat tärkeysjärjestyksessä:

1. *Kansainvälinen menestys, mittarina mitalit Lontoon ja muista arvokisoista ennen Lontoota 2012*
2. *Hyvin toimivien painiseurojen lisääminen, mittarina valioluokan seurojen lukumäärä*
3. *Ammattitaitoisten valmentajien määrän lisääminen, mittarina rekisteröidyt valmentajat*
4. *Suomessa pidettävien kansainvälisten kilpailujen sekä kansallisten mestaruuskisojen laadun kehittäminen*

Käytännössä Suomen Painiliiton toimintaa organisoidaan ja priorisoidaan vuoteen 2012 asti kansainvälisen menestyksen ehdoilla.

Toiminta ilman liikkeellepanevaa yhteistä missiota, kannustavaa visiota ja mitattavissa olevia yhteisiä tavoitteita on harrastelua ja puuhastelua. Ilman prioriteetteja toiminnan resursointi päättyy helposti loputtomaan vääntöön rajallisista resursseista niin, että itse päämäärä hämärtyy.

Painiliiton asettamat tavoitteet vuosille 2010 - 2016 ovat kovia, mutta ilman haastavia haaveita, upeita unelmia ja ennen kaikkea selkeitä tavoitteita ja päämäärähakuista työtä on turha odottaa tuloksia.

Kehityshanke vuonna 2010 - faktoista ja olettamuksista kohti konkreettisia toimenpide-ehdotuksia

Painiliiton hallituksen nimeämä työryhmä kokoontuu vuoden 2010 aikana 5-6 kertaa pohtimaan mm. suomalaisen painin vahvuuksia ja heikkouksia, haasteita ja mahdollisuuksia, lajiantalyysin pohjalta tunnistettavia lahjakkuuden elementtejä sekä kriittisiä menestymisen edellytyksiä ja eväitä. Arvioinnin sekä kehitysehdotusten perustana ja ytimessä on painijan kokonaisvaltainen kehittyminen kan-

sainvälissä kitoiksissa menestyväksi huippu-urheilijaksi.

Työn tavoitteena on vuoden 2010 aikana saada mahdollisimman nopeasti konkreettisia toteutuskehoitoksia mm. edustusjoukkueen ja nuorten sekä kadettien päivittäisvalmennuksen tehostamiseen, nassikoiden, poikien, tyttöjen, nuorten ja aikuisten kilpailujärjestelmään, painivalmentajien, -ohjaajien ja tuomareiden sekä ottelujärjestäjien koulutusjärjestelmään. Myös painin markkinointi ja tiedotustoiminta ja Suomessa järjestettävien kansainvälisten turnausten kehittäminen tarvitsevat uusia toteutuskehoitoksia ideoita.

Haasteiden ytimessä ei näytä olevan lajin suuret tai pienet harrastajamäärät, raha tai vaikkapa puutteelliset olosuhteet, vaikka ne tärkeitä menestyksen perustan luovia tai sitä tukevia tekijöitä ovatkin. Menestyksen ydin ja voima lähtee urheilijasta. Kannettu vesi ei kaivossa pysy. Oikea asenne, harjoittelun ilo ja voittamisen tahto ovat tärkeä osa lahjakkuutta - ellei painissa jopa sen ydin. Miten tunnistamme ja tuemme tätä lahjakkuutta oikealla tavalla ja oikeaan aikaan?

Huippu-urheilu on urheilijalle ja hänen valmentajalleen kovaa työtä - joskus isoillakin riskeillä. Miten tuemme nuoren lahjakkuuden vaikeita valintoja matkalla kansainväliselle huipulle niin, että nämä riskit ovat hallinnassa? Miten näistä painin tarjoamista valinnoista ja vaihtoehtoista tehdään lahjakkaan urheilijan ja hänen tukiryhmänsä kannalta arvostettuja ja mielekkäitä?

Paini ei tee edes sen parhaista menestyjistä tai valmentajista miljonäärejä. Lajin anti on aivan muualla - painiseurojen ja Painiliiton laadukkaassa toiminnassa erityisesti lasten ja nuorten kehittäjänä lahjakkuudet esiin poimien sekä harjoittelun ja kilpailun tuomissa onnistumisen elämyksissä ja arvostuksessa. Miten varmistamme tämän liikkeelle panevan voiman säilymisen niin, että hinku ja intohimo sekä osaaminen painiseuroissa ja Painiliitossa vahvistuu - myös jatkossa?

Painimitaleja Suomeen ei voiteta suurilla harrastajamäärillä. Ne voitetaan fokuksella lahjakkuuksiin, mutta oikeaan aikaan, paremmalla arkiharjoittelun laadulla, joka on kokonaisvaltaista ja pitkäjänteistä - urheilijan kannalta hallituilla riskeillä ilman kompromissejä - oli sitten kyse urheilu-urasta tai ajasta sen jälkeen.

Vain sanakirjassa sana menestys tulee ennen sanaa työ.

Jukka Rauhala, puheenjohtaja

LAPIN KULJETUS OY

Pappilantie 108, PI 81, 96101 Rovaniemi

Puh. 0400 102 300

www.lapinkuljetus.fi



PELTOSIEMEN R.Y.

Kivijärven Pakkaamo
Särkikyläntie 465, 62500 Evijärvi
Puh. 765 5126, 0400 663 442
www.kivijarvenpakkaamo.net

Saneeraus ja Maalaus

ERANDER

Seuravuorenkatu 17, 21330 Paattinen
Jorma Erander 0500 783 389



KUORTANEEN URHEILUOPISTO

PL 49 • 63101 Kuortane • Puhelin (06) 5166 111 • Fax (06) 5166 229

Ark Renew Oy

Kukkastie 24 Nastola

(03) 762 3311, 0400 351 231

Veljekset Klasila Oy

Näätäkuja 5, 90840 HAUKIPUDAS

p. 0400-581 410 www.klasilatalot.fi

Manor Oy

Alavudentie 889, PL 48
63101 Kuortane

Puh. (06) 510 7700,

fax (06) 510 7770

APR-HITSAUS KY

Kisällinkatu 1, 48770 Karhula

Puh./Fax (05) 260 8141

0400-552 746

Teollisuuden putkistot, laiteasennukset
Teräsrakenteet
Erikoishitsaukset, alumiini/titaani

PERHON ENERGIA- OSUUSKUNTA

Varila Jorma
0500 200 226
Päivystäjä
040 568 4816

Ostetaan hakerankaa / haketta

Kylmähuolto Juselius Ky

• Myy, huoltaa ja asentaa kylmälaitteet



Esa Juselius

0400 470 653

Pertti Juselius

0400 470 652

Päivystys 24 h

Iloniementie 99, 08350 Routio

Puh./fax (019) 321 350

www.kylmahuoltojuselius.fi

THP HYDRAULIIKKA

Tulotie 6, Ylöjärvi
Puh. (03) 3483 030, fax (03) 3486 930

LETKUT, LIITTIMET, KONEIKOT

ASENNUS-KORJAUS-HUOLTO

WWW.THP.FI

*Kodin
vakuuttamisessa
kotiseutu on
parasta*

Kotivakuutus on paras asia. Tällä tavalla oletetaan on
kannattavinta vakuuttaa ja sen parhaimman Lähi-Vakuutus-
yhtiön kautta. Se mahdollistaa vakuutusmaksujen
maksamisen ja tulon korvaamisen paikalla.
Kotivakuutus on vakuutus. Se on vakuutus.
Lähi-Vakuutus.



www.lahivakuutus.fi

Yhteyshenkilö: 15, 10600 Tammenmäki
Puh. 0191 222 2200, fax 0191 222 2200

Tmi K. Koivu

- Sähköasennustyöt
- Sähköurakoinnit

Puh. 0400 894 521

Hongistonkatu 4

08100 LOHJA



- peruskorjaukset
- uudisrakentaminen

Rakennustoimisto METSÄPURO OY

Vesalantie 4, 33960 Pirkkala

Puh. (03) 344 3555 / (03) 344 6653

Fax (03) 345 1988

e-mail: metsapuro@kotiposti.net

Maanrakennus
Hänninen Ky
Hietaniementie 192 Perho
040 558 7538

TT-Katot Oy

Mäntylänkatu 4 Karkkila

0400 454 806,

fax (09) 2243 6750

ERISTE-KATE

Tinkanen Ky

49270 Pyhtää

Puh. ★ (05) 3533 460

Fax (05) 3433 680

Tesjoki (019) 514 062

GSM 0400 251 460

eriste-kate@co.inet.fi

www.eriste-kate.fi

- huopakatto- ja vesieristystyöt

- pellitys- ja

rautarakennetyöt

- profiili- ja kattopellin valmistus

- kattojen maalaukset

- särmäykset

0-10 m pituisina

AUTOILIJA JUHANI PALOMÄKI

1+8 0400 261 143

SOPIMUSAJOT • TILAUSLIKENNE

Pojanluomantie 14, 61230 LUOPA

(06) 463 3093

Rakennusliike Reijo Vikholm Tmi

Puh. 040 553 6131

Lohjansaarentie 516 Lohja

Maa-ainekuljetukset

Jukka Suominen

Juolantie 1 Raisio

040 5480 717

LOHJAN LVI- JA LÄMPÖASENNUS

0400 210 414

Siltalantie 17, 08700 Lohja

Rakennus ja saneeraus

LANGHED Oy

0400 858 834

www.urakoitsija.com

Rakennusfirma

R. Lindholm

Karjaa/Tammisaari

0400 474 916

Contrak

BYGGER RAKENTAA

www.contrak.fi

Bengt Ahtola 0400 844 197

Kim Ahtola 0500 844 197

GRILLI

Tmi Elisa Riihimäki

Jyväskylänkatu 4 Perho

040 707 5741

Power up

Tehopesä Oy

Heimolantie 23 Juujärvi

Puh. 040 1798 578

JOS-Rakennus Oy

Jouni Osara

040 839 4741

Lohja

RAKENNUSTYÖ
Taisto Ollila

050 511 8024

Vaaherämäenkuja 2, 08350 Lohja

Onnea ja menestystä – painiväen tähtihetkiä!

Nipa
75 v.



Suomen Painiliiton kunniajäsen, tampere-lainen ”paini-insinööri” Niilo Lehto täytti 75 vuotta 24.1.2010. Tampereen Voimailijat ry:tä perustamassa ollut Lehto on toiminut pitkään ja ansiokkaasti Suomen Painiliiton johtokunnassa ja valiokunnassa. Suomen painiväki onnittelee Nipaa merkkipäivän johdosta!

Mara
70 v.



Martti Pykäläinen täytti heti vuoden alussa 70 v. Aktiiviaikanaan Mara nappasi mitaleita pääsääntöisesti Äänekosken Huiman trikoissa. Painin ohjaajana ja valmentajana joensuulaisesta Mutalan Riennosta painitoimijaksi kasvanut Pykäläinen on tehnyt Outokummun Vesassa ja Joensuun Yrityksessä. Mara toimi aktiivisesti myös painin tuomari-tehtävissä. (kuva Hannu Kiminkinen)

Sope
70 v.



Tainionkosken Tähtien painivaikuttaja Sope Meskanen täytti tammikuussa pyöreät 70 v. Meskanen oli nuorempana menestynyt aktiivipainija, toimi valmentajana ja tuomarina. Sope kiittää painiväkeä merkkipäivän muistamisesta. (kuva Emma Ihaksi)

Heinäkuussa kisamatkalle Unkariin

Painin juniorien MM-kilpailut järjestetään 20. - 25.7. 2010 Budapestissa. Viikko kisojen jälkeen 1.8. kaupungissa ajetaan Formula-1 osakilpailu. Väännöt ja formulat samalla keikalla?

Unkarilainen monivuotinen ystävämme Dina ”Unkarin Kalle” Karoly on luvannut järjestää Vasas-painiseuran kautta edullisia majoituksia kisoja seuraamaan lähteville suomalaisille kannustajille. Majoitus esim. asuntohotelli Premiumapartmanissa www.premiumapartman.hu. Tarvittaessa Kalle hoitaa myös Budapestissa kuljetukset, liput, tulkkaukset sekä ”räätälöidyt” oheisohjelmat tarpeiden mukaan.

Asian tiimoilta Kalleen voi ottaa yhteyttä Suomeksi! Suomelta on lähdössä hyvä juniorijoukkue Budapestiin. Lähde kannustamaan suomalaisia!

Yhteystiedot:
Dina ”Unkarin Kalle” Karoly,
dina.kalle@freemail.hu,
+36309403230



Lisenssit – TOP 10.

Suomen Painiliiton tämän vuoden lisenssilistan kärjessä ovat 10.2.2010 tilanteen mukaan seuraavat seurat:

1.	Järvenpään Voimailijat	158	lisenssiä
2.	Helsingin Paini-Miehet	90	
3.	Lahden Ahkera	85	
4.	Ilmajoen Kisailijat	78	
5.	Vaajakosken Kuohu	59	
6.	Janakkalan Paini-Ilves	58	
7.	Haukiputaan Heitto	57	
8.	Ylä-Tikkurilan Kipinä	53	
9.	Kauhajoen Karhu	48	
	Turun Voimamiehet	48	

Painiliiton hallituksen toiveena on se, että kaikki painin harrastajat, toimijat ja seuraohjattajat rekisteröidään lajin harrastajaksi. Lisenssiasia löytyy netistä: www.painiliitto.net/lisenssit.

Eino Heimonen on poistunut joukostamme



Pysähdyttävä suruviesti kohotasi painiväen 15.1.2010, kun tieto Eino Heimosen kuolemasta levisi tietoisuutemme. Väsyneen sydämen lepattava liekki sammui tuon kauniin talvipäivän aamuna Tampereen Keskussairaalassa. Näin yksi menneen puolivuosisataisen jakson merkittävistä painipersonista oli poistunut keskuudestamme.

Eino Heimonen oli syntynyt Vesannolla 31.10.1937. Yhdeksänlapsinen sisaruskatras jäi täysorvoksi Einon, joukon toiseksi nuorimmaisen ollessa alle rippikouluiässä.

Lähes saman tien Eino 14 vuotiaana pisti vähäiset tarvaransa reppuun, ja lähti rakentamaan itselleen tulevaisuutta. Hyvinkään kautta hän koukkasi Nokialle, jonne sitten pysyvästi asettui.

Työelämän osalta Eino oli tekniikan miehiä. Omatoimisella sitkeydellä ja neuvokkuudella hän pätevoitti itsensä puhelinasentajaksi, ja piti ammatistaan. Ammatti oli kuitenkin varsin sitova yötöineen ja päivystyksineen, joten ristiriita painituomaritoiminnan edellyttämien pitkien kilpailumatkojen ja työn välillä oli melkoinen. Tuloksena oli muutto Valmetin Tampereen tehtaille aivan toisenlaisen tekniikan pariin. Siellä oli hieman väljempää harrastuksillekin. Vielä kerran Eino joutui kuitenkin tiukkaan vääntöön painin ja työn välillä, kun työnantaja tarjosi todella vaativaa postia maailmanlaajuisen varaosapalvelun parissa. Se vaati jo pelkästään kieliopintojen osalta sen verran rajua panostusta, että painista oli luovuttava 90-luvun puolivälissä. Eläkkeelle Eino jäi vuosituhannen vaihteessa.

Harrastuksia ennätti Eino kokeilla useitakin, kuitenkin urheilun parissa tiukasti pysyen. Seuraksi valikoitui Nokian Urheilijat, jonka lajeista nuoren miehen seulan pohjalle jäi paini. Oma aktiivipainikausi oli tukevaa kansallista tasoa. Sen päätyttyä hän toimi nuorten vetäjänä, nouden sitten seura- ja piiritasolta Suomen Painiliiton eri tehtäviin, erityisesti tuomaritoiminnan kehittämiseen. Hän oli mm. yksi niistä muutamasta painituomarista, jotka 60-luvulla ryhtyivät yksituumaisesti poistamaan tuomarinista niitä raja-aitoja, jotka tuohon aikaan yhteiskunnassa vallitsevana ulottivat lonkeronsa kaikkiin suuntiin, myös painiin. Projekti onnistui, ja tempuvalikoima on vieläkin käytössä, toki sovellettuna nykyisiin oloihin. Sen myötä tänäkin päivänä suomalainen tuomari tunnetaan maailmalla taitavana, ja ennen kaikkea ehdottoman puolueettomana.

Painiliiton johtokunnassa Eino Heimonen vaikutti 8 vuotta. Hän osallistui tuomarina Moskovan ja Soulin

Olympialaisiin, kuin myös 15 MM- ja 18 EM-kisoihin, useisiin maaotteluihin ja kv. kilpailuihin. Hän hoiti myös useita vaativia tehtäviä Suomessa järjestettyjen kv. arvokilpailujen yhteydessä, aina niiden järjestelytoimikuntien puheenjohtajuuksia myöten. Kansainvälinen Painiliitto FILA on nimennyt hänet kunniatuomariksi, joita Suomessa on viisi. Hänelle on myös myönnetty sekä Suomen Painiliiton että FILA:n kultaiset ansiomerkit. Päättäjänä Eino Heimonen tunnettiin ahkerana, tasapuolisena ja huolellisesti harkitsevana painimattojen herrasmiehenä.

Samalla kun Suomen painiväki esittää Eino Heimosen omaisille syvän osanottonsa hänen poismenonsa johdosta, se paljastaa päänsä, kumartaa syvään ja kiittää Einoa painin eteen tekemänsä suuriarvoisen työn johdosta.

Hyvää matkaa Eikka.

*Seppo Nurminen
Kuusankoski, Pilkkanmaa*

Pentti Luotoniemi elämästä ikuisuuteen



Pentti Juhani Luotoniemi syntyi 4.6.1941 Reisjärvellä, elämästä ikuisuuteen hän siirtyi 13.12.2009 Kemissä. Pena muutti Reisjärveltä Kemiin jo 6-vuotiaana ja sanoikin aina olevansa kemiläinen. Työuransa Pena aloitti poikasena pöllihinureiden apupoikana. Vanhempana hän eli elämänsä autojen ympärillä, ajaen Kiitolinjaa, Hietalan linja-autoa sekä taksia. Pena työskenteli myös huol-

toasema myyjänä ja suurimman osan työurastaan hän teki autokaupan puolella. Penan harrastuksiin kuului 50- ja 60-luvuilla jääkiekon pelaaminen kemiläisessä Pohjan Haukoissa maalivahdina. 80-luvun alussa Pena innostui todenteolla painista ja lähti mukaan tuomaritoimintaan. Pena oli arvostettu tuomari ja hän saavutti melko nopeasti kansallisen E-kortin. Varsinkin lasten ja nuorten kanssa Pena tuli to-

della hyvin toimeen. Seurarahmisenä Pena oli hauska ihminen, missä vain hän oli, siellä oli myös paljon muita ihmisiä ympärillä. Jos joku tarvitsi apua, Pena oli aina valmis auttamaan. Viimeiset vuodet Pena sairasti vakavaa sairautta, josta hän ei liikoja puhellut.

*Lämmöllä Penttiä muistaen
Kaverisi Reme, sekä painin
ystävät*



METSÄLIITTO

60800 ILMAJOKI, Riihitie 3

Metsäliitto

Hannu Yli-Rahko toimeen: 06-4247191
autoon: 0500-369669, Koti: 4123235
www.metsaliitto.fi

Korjaamo Lauri Rauma
- auto- ja pienkonekorjaus
Kiveläntie 718, 69920 Oksakoski
863 4136 / 0400 685 821

Konehuolto P. Orenius Oy
Teollisuuskylä Suolahti
0400 647 835

MK-Tekniset Palvelut Oy

Lasitehtaanaukio 2,
11910 Riihimäki
0400 851 041

Elimäen Huoltopalvelu Ky

• Timanttitoraukset ja -sahaukset
• BROKK- ja bobcat urakointi
• Kuljetus- ja nostopalvelut
P.0400-254 061 Fax 05-3776 730

Myllyojantie 113
47200 Elimäki

H.H.-Pinnoitus Oy
- hiekkapuhallukset - maalaukset
Turuntie 1565, 090810 Nummi
0400 781 042

Hinausautot
Raimo Moisio Oy
0400 201 450
0400 634 455



www.urheiluhallit.fi

Rakennus- ja maalausliike

Esa Raita Oy

(09) 8817 0236
0400 465 647

Metallirunkoiset
liuku- ja saranaovet
mittatyönä

ERKKI YLINEN

0400 664 148
Isokyläntie 86
61430 Isorehto

Tmi J.J. - MAALAUUS JA SANEERAUS

I rakennustyöt I ulko- ja sisämaalaukset
I saneeraustyöt

Puh. 045-112 51 69

Voudinkuja 1 a 7
08200 Lohja



Pakkaustarvikkeet ja teipit
020 7199 940

Tehtaantie 1, 03100 Nummela
www.stokvistapes.fi

(03) 287 4111

ROTATOR

(03) 287 4111

TALONRAKENNUSALAN INSINÖÖRITOIMISTO

Kari Haataja

25v. pienrakentamista

SUUNNITTELU VALVONTA RAKENTAJAPALVELU

Yliopistonkatu 8 Puh. 014-449 9636
40100 JYVÄSKYLÄ GSM 050-514 9185

Osmo Lavonen Tmi
Jokipellontie 185,
03300 Otalampi
0400 810 950

Urakoitsija
Martti Kokkonen
Pitkäjärventie 256 Simpele
0400 257 735

Rakennustyö Majalahti
Lajittelijantie 37
39580 Riitilä
0400 298 620

Nuppiautolla vaihtolava/
maansiirtokuljetuksia
Markku Liimatainen
Tervaniementie 19 Häkkilä
0400 242 660

Rakennustiimi Vikman
050 5239 477
Kottarinkuja 11
39530 Kilvakkala

HUJAKON TAKSI OY

Kotkarpöytäntie 9, 44100 Äänekoski
p. 040 - 8370 433

RKH-HUOLTO Oy

050 413 4112
Hattula

Aulangontie 695, 13900 Pekola

Peltisepäneliike
LILLTEIR T:mi
Ristiläntie 5 Vatajankoski
0500 121 770



Suurtehoimuroinnit
ja -puhallukset,
märkähiekkapuhallukset

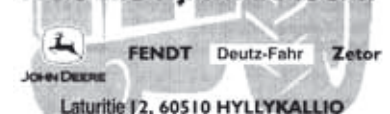
Anpe Oy

0102 866 340
www.anpe.fi

TRV-OSAT OY

0400 365 400

HUOLLOT JA VARAOSAT



Maanrakennustyöt
Jorma Hietala Ky
Puh. 0400 163 147
Kirkonkyläntie 28 Ylistaro

HINAUSPALVELU
0400 218 351

Rakennusmaalau
Jari Komonen
Merventie 44, 13720 Parola
Tasotetyöt • maalaukset
töpetöinnit
Puh. 0400 879 122

M. Nummila
Rautamäentie 71
03600 Karkkila

RATAKADUN MAANSIIRTO OY
Jouni Huhtala Kaivu ja rikutustyöt
Raunontie 169 Kankaanpää
0500 865 437, 040 563 9000

Pohjanmaan urheilugaala

Haapamäki ja Virtanen pokkasivat palkinnot

Painija **Jani Haapamäen** Euroopan mestaruus sarjassa 55 kg arvostettiin vuoden maineteon arvoiseksi Pohjanmaan Urheilutoimittajat-Österbottens Sportjournalister ry:n perinteisessä vuosiaanestyksessä. Kauhajoen Karhua edustavan Haapamäen Vlnassa huhtikuussa väentämä kultamitali keräsi jäsenistöltä ylivoimaisesti eniten kannatusta. Kyseessä on jo kahdeksas painija, joka on vienyt nimiinsä vuodesta 1982 lähtien jaetun palkinnon.

Maineteko-palkinto on perinteinen pohjalainen helavyöpuukko, jonka Haapamäki otti vastaan poikkeuksellisen juhlavissa puitteissa. Helmikuussa Seinäjoen Rytmikorjaamolla järjestettiin nimittäin ensimmäinen Pohjanmaan urheilugaala. Ta-

pahtuman taustalla on Pohjanmaan Liikunta ja Urheily sekä Pohjanmaan Urheilytoimittajat. Gaala keräsi pai-

kalle noin 250 urheiluihmistä ja tunnelma oli samanaikaisesti juhlava, mutta rento. Paini oli hyvin esillä illan ai-

kana jaetuissa muissakin palkinnoissa, sillä Haapamäki valittiin myös vuoden urheilijaksi ja hänen kuortanelainen valmentajansa **Juha Virtanen** vuoden valmentajaksi. KytKentä piiritasonpainityöhön löytyy myös elämäntyöpalkinnon saaneelta monitoimimies **Ilpo Kaukorannalta**. Näiden valintojen takana oli gaalan palkintoraati. Haapamäki ja Virtanen hallitsivat tilanteet Rytmikorjaamon lavalla ja heittivät nasevia vastauksia haastattelija **Paavo Eloniemen** kiperiin kysymyksiin. Eloniemi kyseli Karhun mieheltä mm. laihdutusvinkkejä ja sai kuulla, että kilojenkaristamisessa kyse on pelkästään itsekurista.

Teksti: Antti Vainio



Jani Haapamäki vastaili napakasti haastattelijana toimineen Paavo Eloniemen kysymyksiin (kuva Heikki Hakanen).

VALTRA

Power Partner

Ajaminen on nyt elämys

Koe uusien Versu mallien voima, hallinnan helppous ja markkinoiden edistysellisin voimansiirto. Versu malleja on N- ja T-sarjoissa (120 - 211 hv).

Tule koeajolle.

www.valtra.fi



Tee hyvä päätös!

Opiskelemaan Kuortaneelle

Kuortaneen valmennuskeskus

Urheilun ja opiskelun yhteispeliä

Intensiivinen harjoittelu, kilpailu- ja leirimatkat sekä monien muiden urheiluun liittyvien asioiden hoitaminen vaikeuttavat usein siviiliuran rakentamista. Huipulle tähtäävä tai jo huipulla oleva urheilija tarvitseekin tukea siviiliuran luomisessa.

Valmennuskeskus pyrkii omalta osaltaan auttamaan opiskelevia urheilijoita yhdistämään täysipainoisen harjoittelun ja opiskelun toimimalla kiinteässä yhteistyössä Kuortaneen urheilulukion, Urheiluopiston koulutuskeskuksen ja Etelä-Pohjanmaan urheiluakatemian kanssa. Tavoitteena on, että lahjakkaalla urheilijalla olisi mahdollisuus kehittyä ja menestyä urheilijana ja samalla hankkia itselleen koulutus kilpa-uran jälkeistä elämää varten.

Kuortaneen urheilulukioista

löytyy yksi Suomen parhaita harjoittelupaikoista niin tilojen kuin valmentajankin puolesta. Olisi toivottavaa, että mahdollisimman moni painia tosissaan harjoitteleva ottaisi tämän mahdollisuuden käyttöönsä. Vaikka ympäristö on ihanteellinen kovaan harjoitteluun, saadaan siitä huomattavasti enemmän irti kun saadaan kaikki lahjakkaat nuoret samaan paikkaan harjoittelemaan keskenään, sillä yksin ei tulla painijaksi. Ryhmässä saadaan aikaan tuloksia jotka voi olla vaikea ellei jopa mahdotonta saavuttaa kotisallilla.

Paini on ollut alusta alkaen Kuortaneen urheilulukion lajina. Tämän jälkeen kou-

lulle on tullut useita arvokisaa- ja SM- mitalisteja.

Harjoittelu

Pääsy kansainväliselle painihuipulle ei tule sattumalta, vaan määrätietoisella työllä. Enimmilläänkään poika-, tyttö- ja junioripainijoiden harjoittelu- ja leirityspäiviä ei saada Suomessa vastaamaan lajin huippumaiden tasoa. Kuortaneen urheilulukio antaa yhdessä opiskelun kanssa mahdollisuuden täysipainoiseen ympärivuotiseen leiritystyypiseen harjoitteluun. Harjoittelu tapahtuu kouluaikana aamu- ja iltapäivisin (aamulla harjoitukset klo 9-11 ja iltapäivällä klo 16-18). Harjoituskertoja viikossa tulee kaudesta riippuen 7-10 krt / vko. Valmennuksesta ja sen suunnittelusta (yhdessä seuravalmentajasi kanssa) vastaa päävalmentaja LitM **Juha Virtanen**. Lisäksi apuvalmentajina toimivat **Ville Paasanen** ja **Antti Hakala**.

Tietoa asumisesta, kustannuksista, opintososiaalisista tuista ja hakuohjeista löytyy koulun nettisivuilta tai suoraan Juha Virtaselta!

www.kuortane.fi

Kuortaneen urheiluopisto

Liikunnanohjauksen perustutkinto (120 OV) / liikuntaneuvoja. Liikunnanohjauksen perustutkinto on toisen asteen tutkinto, joka antaa laaja-alaiset ammatilliset valmiudet toimia erilaisissa liikunnanohjaustehtävissä esimerkiksi kuntien, liikuntajärjestöjen, urheiluseuro-

jen ja liikunta- ja kuntokeskusten palveluksessa.

Peruskoulupohjainen koulutus on laajuudeltaan 120 ov ja kestää kolme vuotta. Seuraava aloitusaika syksyllä 2011. Koulutus on maksutonta, samoin asuminen ja täysihoitoruokailut opiskelupäivinä. Opiskeluun voi hakea valtion opintotukea. Tutkinnon suorittanut saa yleisen jatko-opinto-kelpoisuuden ammattikorkeakouluun ja yliopistoon.

Toisen asteen suorittaneiden/lukiopohjainen linja: Koulutuksen laajuus on 80 ov/2 vuotta. **Seuraava koulutus alkaa 16.8.2010**. Koulutus on tarkoitettu lukion suorittaneille.

Hakeminen:

hakulomake täytetään osoitteessa www.haenyt.fi Seuraava haku **1.-19.3.2010**. Yhteishakulomakkeen lisäksi on täytettävä koulukohtainen lisälomake joka palautetaan suoraan oppilaitokseen

ja josta on mahdollisuus saada 1-3 lisäpistettä. Hakemusten perusteella valitut kutsutaan yksipäiväiseen valintakokeeseen, koepäivät 24.-25.5.2010. Valintakokeen hinta on 40 ja se laskutetaan etukäteen. Valintakokeessa hakijan soveltuvuutta alalle testataan liikunta- ja liikunnanohjaustehtävien lisäksi haastattelulla.

Lisätietoja:

Koulutussihteeri:

Leena Suomela

Puh. 06-5166 209

Fax. 06-5166 208

email: koulutuskeskus@kuortane.com

Koulutuskeskuksen johtaja:

Atte Hotti

Puh. 06-5166 204

GSM 040-779 1630

email:

atte.hotti@kuortane.com

Kaikista edellä mainituista

opiskelupaikoista saa

lisätietoa Kuortaneen

Urheiluopiston nettisivulta

www.kuortane.com ja **Juha**

Virtanen 040-5569595



Kuva: Päivi Helakallio-Ranta

Syrjinnästä vapaa alue -kampanja

Kampanjan tiedotustilaisuus järjestettiin 15.10.2009 Suomen Liikunta ja Urheilun (SLU) talossa Helsingissä. Kampanja käynnistettiin vuonna 2007 ja toteutuksesta vastaavat sisäasiainministeriö, Monikulttuurinen liikuntaliitto FIMU ry, Vammaisfoorumi ry, Ihmisoikeusliitto ry ja SETA ry. Siihen on tähän mennessä liittynyt parisataa työyhteisöä. Tilaisuudessa esiintyivät maahanmuutto- ja eurooppaministeri **Astrid Thors**, SLU:n pääsihteeri **Jukka Pekkala**, sisäasiainministeriön kansliapäällikkö **Ritva Viljanen** ja FIMU:n puheenjohtaja **Bentaleb Mourad**. Kampanjan urheilun lähettiläinä toimivat juoksija **Wilson Kirwa**, kansanedustaja **Juha Mieto** sekä Taitoluisteluliiton pu-

heenjohtaja **Susanna Rahkamo**. Tilaisuudessa olivat paikalla Kirwa ja Mieto. Puheenvuoroissa innostettiin kaikenlaisen syrjinnän, kiusaamisen ja häirinnän vastaiseen toimintaan, jonka avulla organisaatiot ja työyhteisöt tuovat julki sitoutumisensa tärkeään asiaan.

Urheilun tultua mukaan kampanjaan tavoitteena on nostaa esille myös jokaisen liikkujan ja urheilijan oma vastuu yhdenvertaisuuden toteutumisesta. Urheilun lajiliitot ovat vuonna 2004 hyväksyneet Reilu Peli -periaatteet. Liitoissa ja seuroissa olisi syytä käydä Reilu Peli -keskusteluja myös työyhteisönä.

Urheilusta lapset ja nuoret sekä heidän perheensä voi-

vat saada hyvän harrastuksen ja sen kautta kuulumisen johonkin turvalliseen yhteisöön. Osallistumista ei pidä rajata sukupuolen tai etnisen taustan perusteella, vaan seuroissa tulisi miettiä, miten ne voisivat parhaiten edistää taustaltaan erilaisten ihmisten osallistumista seuratoimintaan. Toistemme ymmärtäminen lisää suvaitsevaisuutta ja vähentää syrjintää.

Suomen painiurheilussa on suvaitsevaisuuden suhteen tapahtunut rohkaisevan paljon edistystä kymmenen viimeisen vuoden aikana. Suvaitsevaisuus on voimavara, joten ottakaamme vastaan Wilsonin Syrjinnästä vapaa alue -kampanjan haaste myös painiurheilussa.

Lisätietoja:
www.yhdenvertaisuus.fi

Teksti: Kaija Tolvanen



2.-3.1.2010 Tampereen Ratina

Seuravalmentajapäivät käynnisti painivuoden

Jo perinteeksi muodostuneet Seuravalmentajapäivät starttasi vuoden 2010 rehdissä painiurheilun merkeissä. Tämän vuoden Seuravalmentajapäiville osallistui noin 70 valmentajaa. Tapahtumalle loistavat puitteet tarjosi Tampereen Ratinan stadionin painisali sekä luentotilat. Käytännön osuuksista molskilla vastasivat päävalmentaja **Juha Virtanen** sekä vapaa-painin nuorten olympiavalmentaja **Ahto Raska**. Virta-

sen vastuulla oli kreikkalais-roomalainen paini apuvalmentajinaan nuorten olympiavalmentajat **Marko Yli-Hannuksela** ja **Juha Lappalainen** sekä kansanedustaja olympiamitalisti **Marko Asell**. Raskan vastuulla oli puolestaan vapaapaini. Matolla käytiin läpi myös painisääntöjä toiminnanjohtaja **Pertti Vehviläisen** johdolla.

Lauantai- ja sunnuntai-avasi Painiliiton puheenjohtaja **Jukka Rauhala**. Sunnuntaina hän piti mielenkiintoisen luennon Painiliiton strategiasta vuoteen 2012. Analyttiseen tyyliin luottaen puheenjohtaja kävi läpi numeroina niin raha-asioita kuin mitalitilastoja. Myös mielenkiintoisen luennon Nuoren painijan harjoittelusta esitti päävalmentaja Virtanen. Lyhyesti Virtasen sanomaa ei voi toistaa, mutta avain sanoja olivat sitoutuneisuus ja kova harjoittelu.

Saadun palautteen perusteella seuravalmentajapäivät tulevat jatkossakin olemaan lauantai-sunnuntai tämän vuoden tapaa. Lisäksi toivottiin esimerkkimalleja yhden harjoituskerran toteutuksesta. Otamme luonnollisesti kaiken palautteen huomioon, mitä odotetaan kovasti.

Janne Koivula,
janne.koivula@painiliitto.net,
050 567 03 76





Aatulantie 40, 44200 Suolahti
040 585 4736

Teollisuusrakentaminen, Uudisrakentaminen, Saneeraustyöt, Huopakattotyöt
Maalaustyöt, Hiekkapuhallus, Puusepäntyöt
Kalustetyöt, Timanttioraukset

Tmi Veikko Tapper

Kirjapaino- ja leipomokoneiden
korjaus, huolto ja siirto

Niitynpääntie 26,
40800 Vaajakoski

0400 644 313

Täysin varustellun loma-asunnon vuokraus ympäri vuoden
Rikkaveden rannalla



Helka ja Tapio Karvonen
Karvolantie 9
83500 Outokumpu
Puhelin koti 013-553 062 tai
gsm 0500-188836

Mökit:
Sillankorva
Saarentähti
Lemmenpesä

LAITEASENNUS PULKKINEN KY

Kokkosenlahdentie 796
52100 Anttola
Puh. 050 494 9285



LAMELTEC OY

Laitisentie 2, 86800 Pyhäsalmi
puh. 08-784 3111, fax 08- 784 3112

Hardtop Oy

Savelantie 7, 00720 Helsinki
040 703 8052

LM-SANEERAUS KY

Kaukotie 16 A, 04400 Järvenpää

Puh. 0400 477 712



Rakennus Reipec Oy

Sisärakentamisen ammattilainen
p: 040 - 8475356, email: reipec.ramanen@kolumbus.fi

Parkkikuljetus Oy

Ahdenkallionkatu 62
05820 Hyvinkää

0400 472 728

KULJETUSLIIKE YLIMÄKI OY

Vaihtolavakuljetukset 0400 266 336
Lumikontaival 12, 60200 Seinäjoki

KETTUMÄEN TRAKTORIHUOLTO KY

VALTRA

Tahtimäentie 3
61800 KAURAJOKI

Puh. 06 - 231 3702
auto 0400 364 145



Punninportti 1 Yrittäjätie 6
64350 Karijoki 60100 Seinäjoki

Vaihde +358 2 0720 9020
www.suupohjanteollisuusautomaatio.com



Oy Olle Andersson Ab

Lundinkatu 22 Lundagatan
06100 Porvoo - Borgå

☎ (019) 5246 975 0400 789 606

Maansiirto ja Kunnossapito Parkkinen Tmi
Myllykatu 4A Suolahti
0400 645 666

Tmi Merja Suppi
Hillolantie 8, 15580 Ruuhijärvi
puh. **0400 358 015**, fax (03) 762 7164
merja.suppi@phnet.fi

LJ-TEOLLISUUSTIMANTTI OY



Timanttiorausta ja -sahausta
sekä muut alan työt
Jarmo Nieminen
Autopuh. 0500 - 721 8411
Rantasaari 7, 20840 Korteila

Autovuokraamo Markku Tuuri
Teollisuustie 8, 60100 Seinäjoki
puh. **0500 414 444**

PETRI SUOAHO
Porrassalmentie 278
44100 Äänekoski
040 5854 741

Kuljetusliike
Jarmo Lamminpohja
Orellinkatu 62 Nokia
0400 830 448

Rekome Ky
Veli-Antti Polvilampi **0400 137 167**
Sääksjärventie 75

Tentissä Veli-Karri Suominen ja haastattelussa Tuomas Lahti



Junnut Marin tentissä

Vastaathan puhelimeesi:

Mari Mäkinen soittaa 15-20 vuotiaalle painin menestyjille ja oman elämän sankareille!

1. Mitä kuuluu, Veli-Karri Suominen Viipurin Voimailijat?

2. Voitit kultaa miesten vapaapainin SM-kilpailuissa sarjassa 74 kg. Oliko se yllätys itsellesi?

3. Mikä omasta mielestäsi ratkaisi voiton?

4. Muistako ensimmäisen oppimasi painiliikkeen?

5. Vieläkö liike on käytössä?

6. Miten päädyit painin pariin?

7. Paras muistosi painista?

8. Jos et olisi aloittanut painia, mitä voisit kuvitella harrastavasi nyt?

9. Mitä koulua käyt?

10. Miksi juuri sitä?

11. Puhutko venäjää sujuvasti?

12. Aiotko suuntautua urallasi johonkin, jossa tarvitaan venäjän kieltä?

13. Syöt aamupalaa Karelina ja Putinin kanssa. Mitä on tapahtunut?

14. Mitä harrastat silloin kun et paini?

15. Minkä kirjan olet lukenut viimeksi?

16. Mikä on paras näkemäsi elokuva?

17. Mikä on lempiruokasi?

18. Mikä on treenikassisi häpeäpilkku?

19. Tossujen ja trikoiden ohella, mitä ilman et kisaan lähde?

20. Ketkä ihmiset ovat vaikuttaneet eniten painiuraasi?

Tuomas Lahti

Lääkärin neuvosta painin pariin

Tuomas Lahti on 4-vuotias ja kasvoi hurjaa vauhtia. Niin hurjaa, että se teki pojasta erittäin kömpelön. Lääkäri suositteli pojalle painia koordinaation kehittämiseksi. Perhe otti neuvosta vaarin ja Tuomas aloitti painiharjoitukset Korson Vedossa. Myöhemmin seura vaihtui Järvenpään muuton myötä Järvenpään Voimailijoiksi. - Silloin ainoa tavoite painissa oli koordinaation parantaminen. Kai ne tavoitteet ovat tässä matkan varrella vähän muuttuneet, isä Jouni Lahti naurahtaa.

Poika jatkoi vauhdikasta kasvuaan, ja vei jonkin aikaa, ennen kuin tulosta alkoi näkyä. Silti paini miellytti alusta asti. Liika jalkapal-

lon pelaaminen treeneissä sai pojan kihisemään raivosta. Hän halusi painia, ei potkia palloa.

Valmentaja kehotti vaihtamaan seuraa

Vuonna 2005 Tuomas vaihtoi Ylä-Tikkurilan Kipinään silloisen valmentajansa neuvosta. Järvenpäässä ei yksinkertaisesti ollut enää vastustajia; seuraavaksi painavin poika oli Tuomasta 20 kiloa kevyempi.

Tikkurilan molskeilla oli harjoitusvastustajia riittämiin, ja vuonna 2007 Tuomas osallistui ensimmäisiin SM-kisoihinsa. - Menin selläni ensimmäisen matsin ensimmäisessä erässä, Tuomas muistelee yhteen otte-

luun jäänyttä kilpailua. Treeni tuotti kuitenkin tulosta, ja saman vuoden vapaan SM:ssä tuli hopeaa. Seuraavana vuonna hän nappasi poikien Suomen mestaruudet sekä kreikkalais-roomalaisessa että vapaapainissa.

Isällä lippu vain aamupaineihin

Tämän vuoden tammikuussa Tuomas yllätti kaikki, itsensä mukaan lukien, painimalla hopealle miesten vapaapainin SM-kilpailuissa 96 kilon sarjassa. - Lähdin hakemaan paria matsia ja kisakemusta. Oletin miesten vievän mitalit, mutta minulla ei ollut oikein mitään hätää kolmessa ensimmäisessä matsissa. Finaalissa **Pekka Rintamäki** oli kuitenkin pa-

rempi. Hän piti kovaa liikettä yllä koko ajan, enkä pääsyt painimaan omaa painiani, sarjansa nuorin, kisojen aikaan 16-vuotias ollut painija hymähtää.

Isäkin oli ostanut lipun vain aamupaineihin. - Ajattelin, että ei siellä tarvitse kauan kupata. Toisin kävi, vaan ei-pä harmittanut isää palata lippuluukulle finaalityöpahtuman pilettejä ostamaan.

Tuomas toteaa, että paini on antanut hänelle paljon ja vaikuttanut koko elämään. - Olen saanut paljon ystäviä ja tullut huomattavasti sosiaalisemmaksi. Olin pienenä hyvin ujo. Ilman painia istuisin varmaankin tietokoneella koko ajan.



Jämähtää joskus tietokoneelle

Veli-Karri Suominen treenaa täysillä

1. Ihan hyvää kuuluu, kovaa treeniä koko ajan. Yhden päivän pidin lomaa vapaapainin SM-kisojen jälkeen, ja jo maanantaina suuntasin miesten leirille.

2. Ei ollut. Luotin siihen, että voitto on mahdollinen, mutta eihän sitä koskaan voi etukäteen tietää.

3. Kunto ratkaisi - ja voima. En ole hirmu taitava vapaas-
sa omasta mielestäni, enkä ole sitä oikein pitkään aikaan treenannut.

4. Taisi olla käsivarsiheitto.

5. Aika vähissä on sen käyttö. Eikä ole ollut kovassa käytössä koskaan.

6. Minulla oli kaveri, joka oli harrastanut painia, mutta lopettanut. Ajattelimme, että hän jatkaa painia, kun myös minä menen painimaan. Ei jatkanut, mutta minä jäin. Olin 10-vuotias.

7. Ensimmäinen SM-finaali ja -mitali vuonna 2004.

8. En varmaan mitään. Olin tietokoneella ja joisin liimua (naurua). No, golfari vois olla.

9. Käyn venäläis-suomalaista lukiota. Olen käynyt venäläis-suomalaista koulua esikoulusta saakka.

10. Isä kertoo aina vitsinä, että laitto minut venäläiseen kouluun sen takia, että opin kielen. Kielitaitoisena pärjään sitten paremmin Venäjällä, kun käyn siellä vääntämässä kovien venäläisten painijoiden kanssa.

11. Ihan sujuvasti. Etenkin viime aikoina olen päässyt käyttämään sitä enemmän, sillä olen tehnyt vuodessa kymmenkin kisa- ja leirireissua Venäjälle.

12. Kyllä ajatuksissa on käynyt hakeutua kaupalliselle alalle. Siinä varmaan pystyy hyödyntämään Venäjän kielen taitoa parhaiten.

13. Olen voittanut venäläisen edustuspainijan.

14. Ihan normaali juttuja. Olen tietokoneella, joskus paljonkin.

Vietän aikaa kavereiden kanssa, ja läksyjäkin tietty teen välillä.

15. Luin Obaman kirjan *Dreams from my Father*. Valmistauduin sitä lukemalla englannin kirjoituksiin, tosin kirja jäi kesken. Täytyy kai jossakin vaiheessa lukea se loppuun.

16. *The Truman-show* oli hyvä, siinä asiat menivät aika erikoisesti.

17. Makaronilaatikko. Ja ruisleipä on hyvää.

18. Se on varmaan se haju.

19. Ei tule muuta mieleen kuin painipassi.

20. Valmentajani Jukka Loikas ja isäni. Sponsorini Lihatuokku Veijo Votkin on ollut suuri tuki ja mahdollistanut matkat muun muassa Venäjälle ja liiton leireille.

Tärkeitä muistoja on kasa päin, ja niitä on vaikea laittaa tärkeysjärjestykseen. Mutta se harmittavin hetki korpeaa hiukan vieläkin. - PM-kisoissa voitin ensimmäisen jakson 7-0. Toisella jaksolla nenästäni alkoi vuotaa verta, ja tuomari keskeytti ottelun, vaikka olisin itse halunnut jatkaa.

Unelmissa siintää edustuspaikka miesten arvokilpailuissa. - Mutta siihen taitaa mennä vielä monta vuotta, Tuomas toteaa rauhalliseen tyyliinsä.

Teksti: Mari Mäkinen

Kuva: Emma Ihaksi

Helsingin SM-paineissa yllättäen miesten SM-hopeamitalin napannut Ylä-Tikkurilan Kipinän 16-vuotias Tuomas Lahti joutui loppuottelussa taipumaan kokeneelle Pekka Rintamälle.



MOLSKI
1-2010

THOMAS TARINO

Korson Veto





2009 JUNIOREIDEN MM 3.



0400 494 982

- Putkistojen saneeraus,
huolto ja korjaus
- Uudisasennukset
Kompassitie 15, 06150 PORVOO



Niementie 4 61460 Hanhikoski
Puh. 040 736 4994, 040 526 3534

+ SAHATTUA, HOYLÄTTYÄ ja
PAINEKYLLÄSTETTYÄ PUUTAVARA
• RAKENNUSLEVYT • RAKENNUSMUOVIT ja
ERISTEET • ym. ym. • LEVYJEN SAHAUSPALVELU
• KULJETUSPALVELU
• PERÄKÄRRY KÄYTTÖÖN VELOITUKSETTA

Puutavaraliike
T. Vainio Oy

Avoimena: ma-pe 8 - 17, la 9 - 13
Aavasaksantie, 04400 JÄRVENPÄÄ
Puh. (09) 279 7340, fax (09) 2797 3410

Rakennus Laine Tmi

Lattianpumpatukset

Jermuntie 21, 21260 Raisio
Puh. 041 462 5488

rakennus-laine@wippies.fi

KSS-Sähkötyö Oy

Taipalsaarentie 7 as 1, 53900 Lappeenranta
Puh. 0400 - 652 367

Kone-Kaihua Oy

Klemetintie 19, Hirvas
0400 391 140

Metsäkoneurakat, maansiirrot ja kuljetukset
liisa.kaihua@kone-kaihua.inet.fi

HELPPO JA PALVELEVA!
TERVETULOA!



KI-Katsastajat | Lappeenranta
Ajurinkatu 4, Puh. (05) 4190 900
Avoinna ma-pe 8-18
www.ki.katsastajat.fi

hotelli • ravintola
MALMIKUMPU

- Lounaat - Pikkoulut
- Pizzat - Hirsipöydät
- Alo'carte - Häät
- Kokonaiset - Sukupuolat
- Sauna - Ym. ym.
- Yökerho

Soi tai tule käymään,
niin varataan juuri Teille sopiva
paketti tiettyyn juhlaan.

**MAJOITU MUKAVASTI
MALMIKUMPUSSA**

Asemakatu 1 83500 Ostokumpu
puh. (013) 554 814, fax (013) 554 813
www.hotellimalmikumpu.fi

Rakennuspalvelu Lautala Markku Oy

Yhdystie 8 as 9
12700 Loppi
Puh. 0400 840 245



Kuorma-autoilija
Juha Oikonen
Tellervonkatu 25 A, 53100 Lappeenranta
Puh. 0400 755 075



Kari Matti Salin
Auto 0400 263 939
Koti (06) 8631 039
Farmariauto - myös paarivarustus.
Jyväskylätie 5, 69950 Perho

Kaivuliike Saikko P ja E
Korkea-ahontie 140, Lappeenranta
(05) 452 7322, (05) 452 7246
0400 251 357, 0400 150 321

ape-PEITE OY

47400 KAUSALA
PUH. (05) 326 0350 FAX (05) 326 0354
- TIRI- JA KOTIMAANKUORIT
- SIJOJA JA HAKEPEITTEET
- PICK-UP PEITTEET, KUOMUKAARET
- KORJAUSPALVELU -

Maalausliike Joronen Oy

Melkonniementie 3
59310 Särkisalmi
0400 739 169
57230 Savonlinna
(015) 515 557

URHEILUSSA MUKANA
PALVELEVA
VESIJOHTOLIIKE

LVI-FAGELI
Käsitöiden ja putkimattarakkulla

Järvenpään
KEITÄHALLI
www.jarvenpaankeitahalli.net
VANHA YHDYSTIE 11 puh. 2715700

EASYRAK OY

Kirkonkyläntie 103, 00740 Helsinki
040 8250 107

Jac-MOPP

www.jac-mopp.fi

SIIVOUSALAN TUUKU- JA VÄHITTÄISMYNTILIIKE

☎ (05) 321 3214 Fax (05) 321 3216
Kekkurintie 4, 45200 KOUVOLA
email: jacmopp@jac-mopp.fi

Hautaus toimisto ja Kukkakauppa Tolvanen Oy

Kauppakatu 53 Lappeenranta
Puh. 453 0568, 453 0772, fax 453 0566
Liikeajan jälkeen päivystys **0400 253 983**
Alan palvelua Lappeenrannassa 80 vuotta

Saneeraus Pirttiaho

Tähteläntie 9
53500 Lappeenranta
GSM 040 8505 088,

K & G Rakennuspalvelu Oy

Kivikkokatu 13
53850 LAPPEENRANTA
Puh. 040 - 5783 149

LAPPEENRANNAN LAATUSIIVOUS

Marja-Leena Leppänen ☎ 040 775 1757
Siivoustyöt • Kertasiivoukset • Muutto siivoukset
Vahauskset • Korjaukset • Ikkunoiden pesut ym.
Valtikatu 27 B, 53100 Lappeenranta



Insinööri toimisto
KOSKIO KY
48230 Kotka Oravantie 67
Puh. (05) 228 5225
Fax (05) 228 2115
Matkapuh. 0400-654 213

Lappeenrannan Autotarvike Oy
Toikankatu 6-8, Lappeenranta
Av. ark. 8.00-17.30, la 10.00-14.00
Puh. (05) 6277 700

CROSSPINE
Heikkolantie 58, 61430 Isorehto • Ylistaro
www.crosspine.fi
040 512 2591

**Koneurakointi
Eero Pöytäsaari**
Mökäläntie 600 Perho
0400 269 269

**Nostopalvelu
Reijo Koskimies Oy**
Kellaritie 13 A Helsinki
0400 213 542

**Kuorma-autoilija
Pertti Palvimo**
Särkijärvenkatu 14 Lappeenranta
0400 555 336

MIKAI KY
Närekuja 1
04480 Haarajoki
0400 810 468



Painiliikkeille uudet nimet

Suomen Painiliiton salaisten asioiden valiokunta eli SAVE valmistelee kaikessa hiljaisuudessa lajin historian yhtä suurimmista muutoksista. Nimittäin painiliikkeiden nimet tullaan vaihtamaan. Valiokunnassa pysyvänä asiantuntijana istuva Kylmäkalle kertoi nimiohjelmaa valmistellun äärimmäisessä salamyhkäisyyden ilmapiirissä liiton parhaita salausperinteitä kunnioittaen. Asian äärimmäisen luottamuksellinen valmistelu johtuu siitä, että painin parissa toimii niin paljon erilaisia änkyriitä, jotta ajan henkeen sopiva uudistus saattaisi tiedon vuotaessa vesittyä.

Paininiilo on saanut selville joitakin liikeneimiä, jotka ovat kohtuullisen varmasti saamassa uuden muodon. Esimerkiksi juniorilupaus **Sasu Kaasisen** mukaan ollaan nimeämässä ennen taittona tunnettu painiliike. Sen virallinen ilmenemismuoto on kaasi (eteläpohjalainen muoto kaara). Jatkossa siis kaasitaan taittamisen sijasta. Euroopan mestari **Jarkko Ala-Huikun** persoonaliikkeenä nimetään nykyinen puikkaus käden alta. Siitä tulee alahuikaus. Jalostuneempi muo-

to liikkeestä on ala-huikaus nypillä, jos nimittäin sattuu nypittämään. Joissakin nimissä on luvassa selkeitä vastustajien hämäämiseen liittyviä taktisia puolia. Tällainen on esimerkiksi käsvarsiheiton uusi koodinimi kari-velli ruotsalainen. Se on saanut ideansa kovasta painilupaus **Veli-Karri Suomisesta**. Kun valmentaja huutaa kulmalta, että nyt kari-velli ruotsalainen lähtee, kuvittelevat etenkin länsinaapurin painijat, että suomalaisväantäjä lähtee pian ruotsinlaivalle ottamaan ohrapirtelöitä. Tämä johtavaistomaiseen käden työntämiseen pitkälle kainaloon - ja sitten mentiin. Kerrassaan loistavaa taktikointia.

Painiguru **Toivo Sillanpää**tä kunnioitetaan peräti kahdella mattoliikkeellä. Vyörytys eli rulli on hieman menneen talven nimitrulleja. Jatkossa puhutaankin sillanpäästä. Jos taas lyödään nykyisestä kravatatista, kyseessä on samasta kantasasta tuleva johdannainen päänsilta. Vapaan puolelta on tihkunut sellainen tieto, että reisinosto vaihtuu puheenjohtaja **Jukka Rauhalan** mukaan rauhalaksi. Jos sama liike viedään kansainvälisellä tyy-

lillä eli nostovaiheessa vastustajan kulkusia kalauttaen, nimi on puolestaan ala-rauhala, ja tällä viitataan saman suvun Ylistaron haarassa toimivaan **Matti Rauhalan**. Naisten painin puolella kaikki ylilyönnit on nimetty **Tiina Ylisen** mukaan yliseksi. Kohtuullisen varman tiedon mukaan samaa liikemallia kutsutaan miesten kreikkalaisen puolella ukkolaksi erotuksena naisten vaihtoehtoiseen akkala-nimeen. Tuo ukkola tulee tietysti Haukiputaan raudanlujasta väänätökoneesta **Jonne Ukkolasta**. Joku muisteli jonkun Ukkolan pärjänneen maailmalla, mutta siitä on jo niin kauan aikaa, ettei nykyuoriso löytänyt tietoa facebookista. Kovaa väantöä valiokunnassa käydään naisten painin yläruullista. Joidenkin mielestä se pitäisi nimetä rintakummaksi, jonkun Molski-lehden pakinoitsijan mukaan. Tämä tieto on kui-

tenkin äärimmäisen epävirallinen. Jäämme jännityksellä odottamaan, saako salaisten asioiden valiokunta koskaan nimiesitystään valmiiksi.

Siunatuksi lopuksi hieman myös huumoria. Sitähän tuottaa Seinäjoen suurvisiiri ja syvempien sielutieteiden asiantuntija Raimo Kivelä. Hänellä on tällä kertaa hygieniamurheita.

”Eräs huippupainija meni pienen ja hintelän miehen luo, osoitti sormella niskaansa ja kysyi:

- Mitä tekisit, jos sinulla olisi samanlainen niska kuin minulla?

- Minä pesisin sen, vastasi ukko”.

Juhani Rintakumpu

WWW.WONE.FI
PAINIJOIDEN VERKKOKAUPPA

KIM-JUSSI NURMELA, 050-5477006
ANU KOHTAMÄKI, 044-0554506
MYynti@wone.fi

Kahvakuulaa ja keppijumppaa

XXXI Herman Kare –painiturnaus Kouvolassa

Kouvolan Painijat järjesti tammikuun puolenvälin paikkeilla Mansikka-ahon urheiluhallilla perinteisen Herman Kare –painiturnauksen, mikä käynnisti samalla vuoden 2010 kreikkalais-roomalaisen painin Suomi Cup toiminnan. Kisan avajaisissa palkittiin stipendein ja pokaalein v. 2009 Suomi Cupin parhaat painijat, eniten pisteitä keränneiden seurojen edustajat pokkasivat myös pokaalit.

Herman Kare –turnauksessa oli painijoita Liettuasta, Norjasta, Ruotsista, Ukrainasta ja Venäjältä. Turnauksessa Suomi Cupin pisteitä itselleen keräsi 35 suomalaista painijaa. Cupin paalu-paikalle sarjavoittojen turvin

kiilasivat Alavuden Urheilijoiden **Antti Hakala** ja Kotkan Painimiesten **Ville Käki**. Hakala palkittiin kisan parhaana suomalaisena painijana. Turnauksessa värikkäimpiä ja vauhdikkaimpia otteita esitti sarjan 120 kg ylivoimainen voittaja ruotsalainen **Johan Euren**.

Kisan aattopäivänä järjestettiin oheistoimintana ”voimaharjoittelua omalla keholla” koulutustilaisuus. Kouvolan urheiluakatemia ja Kymenlaakson Liikunnan organisoimassa tilaisuudessa paikallisten virtuoosien lisäksi toimivat nuorten olympia-valmentajat **Marko ”Myhi” Yli-Hannuksela** ja **Juha ”Pikkis” Lappalainen**. Kahvakuulaharjoittelun vetäjä oli **Timo**



Kouvolan koulutustilaisuuden selkeä viesti oli se, että punttisalille ei nuorten tarvitse kiirehtiä. Voimaharjoittelun voi hoitaa omalla keholla. Kuvassa Juha Lappalainen ja oikealla jalkojaan vahvistamassa tilaisuuden pääorganisaattori Timo Pahkala.

Jäske ja keppijumppaa ohjasi **Timo Pahkala**.

*Teksti: Hannu Kiminkinen
Kuva: Emma Ihaksi*

Hyvää työtä.

Sitä tarvitaan myös
tulevaisuudessa.

www.varma.fi

VARMA
ELÄKKEIDEN TURVAAJA

Kisat olympiapyhätössä

Vapaapainin SM-kilpailut Helsingissä

Helsingin Paini-Miehet järjesti tammikuun lopulla vuoden 2010 miesten ja naisten vapaapainin Suomen mestaruuskilpailut. Ottelut väännettiin Töölön Kisahallissa, missä oteltiin myös vuoden 1952 Helsingin olympialaisten paini- ja nyrkkeilykilpailut.

Tammikuun SM-kisa oli vapaapainin osalta yksi kevään EM-painien näyttöpaikeista. Kisan tiedotustilaisuudessa vapaapainin nuorten olympiavalmentaja **Ahto Raska** viestitti lajiryhmän lähiajan tavoitteista. Hänen kertoman mukaan huhtikuun Azerbaidzanin EM-paineihin tavoitteena on se, että kisaan edustajaksi voidaan nimetä vähintään kaksi naista ja yksi miespainija. Tavoitteen onnistuminen edellyttää Raskan mukaan kuitenkin painijoilta onnistumista myös talven kansainvälisissä koitoksissa.

Vapaapainin SM-kilpailuissa miesten puolella merkille pantavaa oli nuorten tulevaisuuden lupausten esiinmarssi. Etenkin Suomen Kamppailu Urheilijoiden 66-kiloisten Suomen mestarilta **Petteri Martikaisella** ja myös 74 kg:n **Veli-Karri Suomisella** tulee olemaan Helsingin kisan näytön perusteella edessä valoisa tulevaisuus. Viipurin Voimaili-



66-kiloisten alkukierrosten ottelussa sarjan mestariksi otellut Petteri Martikainen joutui kovalle lähinnä kreikkalais-roomalaisen painin puolella kokemusta keränneen sinisessä trikoossa otelleen Jyväskundun Paini-Ässien Ville Pasasen kanssa.

joita edustavan Suomisen ja myös 84-kiloisten Porin Paini-Miesten **Ville Heinon** osalta tosin edessä on kuitenkin melko pikaisesti "lajin valinta", panostaako jatkossa täysillä kreikkalais-roomalaiseen vai vapaapainiin? Aktiiviurallaan vain vapaapainia menestyksellisesti harrastaneen Ahto Raskan mukaan "vapaapainin mestariksi kasvaa vain vapaapainia painimalla". Kisan väriläiskä oli Ylä-Tikkurilan Kipinän **Tuomas Lahti**, hän saavutti 16-vuotiaana aikuisten, raavaitten miesten 96 kg hyvätaoisessa sarjas-

sa komeasti SM-hopeamitalin.

Töölön molskilla Helsingin Paini-Miehet oli tyly isäntä, sekä miesten ja naisten joukkuepisteissä seura oli ykkönen. Miesten puolella seura ei tosin saavuttanut yhtään Suomen mestaruutta, vaan ykköstitä tuli tasaisuudella ja vapaapainin harrastuspohjan laajuudella. Miesten kakkonen oli vantaalainen Ylä-Tikkurilan Kipinä. Naississa isäntäseura sai **Jonna Konivuoren** tuomana yhden mestaruuden ja voitti seurojen välisessä koitoksessa tä-

pärästi vain yhdellä pisteellä Lappajärven Veikot. Lappajärveläiset nappasivat **Sari-anne Savolan** johdolla naisten 49-kiloisten sarjassa kolmoisvoiton.

Teksti: Hannu Kiminkinen

Kuva: Emma Ihaksi



Kuortaneen Urheiluopistolla painitaan!

PainiRipari 30.6.- 11.7.2010
v.95 syntyneille painijoille
Lisätietoja opiston nettisivulta!

* Tsekkaa * www.kuortane.com * Ilmoittaudu *



Nipastaf Oy

Toikkalantie 35, 53850 LAPPEENRANTA
Puh. 050 - 5438 492

POLAR 2000

SÄHKÖ- JA TELEURAKOINTI

KOUVOLA, Kauppiantie 7 LAPPEENRANTA, Eerik. 5 A IMATRA, Puh. 10
Puh. 042 451 3501 Puh. 042 451 3523 Puh. 042 451 3560
Fax. 042 451 3505 Fax. 042 451 3528 Fax. 042 451 3562
email: etu@nivala.fi (Polar2000.fi)

Rasilan Käsiyöpuoti Tmi

- Kankaat, loimet, langat, ompelutarvikkeet
- Ompelupalvelu (sisustus ja verhot) sekä asusteiden korjausompelupalvelu

Meiltä myös: • Valmisvaatteet
• Toimistotarvikkeet

Avoimma ma-pe 9 - 17
Rasilantie 57
56100 Ruokolahti

Tervetuloa!
Puh. (05) 474 2002



Euromarket
Kaakkoiskaari 22
(05) 887 1180



Sinkko Logistics Oy
54310 Hytti
gsm 040 542 3947
antti.sinkko@sinkkologistics.com

Yksilölliset tilitoimistopalvelut
yrityksesi taloushallinnon tarpeisiin.

Tilikanava Oy
tilitoimistopalvelut

Oksasenkatu 8 B 11
53100 Lappeenranta
Puh (05) 415 6385
Fax (05) 415 6152

www.tilikanava.com
info@tilikanava.com



Puh. (05) 620 1700, fax (05) 620 1725
Kaakkoiskaari 1, 53500 Lappeenranta

- Lasit, lasitukset • Peilit • Kehykset
- Tuulilasit • Korjaukset

Ammattirakentajat Wallenius Ky

Kai Wallenius 0500 470 734

Laguksenkatu 3
08100 Lohja

Peltisepäni A.A. Mettinen

Teollisuuskatu 21, Lohja
Puh. (019) 331 976 Gsm 0400 217 621

rakennuspeltituotteet



TAKSI
Paavo Kiikeri
(06) 473 1058
040 666 068
Tapanintie 2
Ylistaro

VN RAKENNUTAJAPALVELU
VOITTO NIINIKIVI OY

Karjalankatu 2 A, 08150 LOHJA
(019) 326 612, 0500 449 945

Hieroja
MARTTI LAHIKAINEN
Kauppakeskus Iso-Kristina
Lappeenranta
0400 - 674 083

Automaalaamo
Jukka & Hytti Oy
Mäntysuonkatu 8 Lappeenranta
(05) 416 2776



Kalvontienkatu 17, 53000 LAPPEENRANTA
Puh. 0400-192 590
email: putkikarointi@holopainen.net

**Etelä-Karjalan
Autopuhdistus**
Pajutie 2 Tuukkaniemi
0400 185 718

Aita-Rantanen
Hanhijärventie 372
53100 Lappeenranta
(05) 416 9866



Pikkälänkatu 10
53500 Lappeenranta
040 503 5500



**LIIKUNTA-
TOIMISTO**

Kirkkokatu 15
60100 SEINÄJOKI

*Kaupunki,
jossa tavataan
ja tapahtuu*

Rakennus ja Maalaus Mattinen Ky

Puusepäntie 2, 54100 Joutseno
Puh. 040 5314 471



KARJALAN TILIKESKUS OY
AUKTORISOITU TILITOIMISTO
Ratakatu 47, 53100 Lappeenranta
Puh. (05) 544 8850, Fax (05) 544 8830
arja.patrikainen@karjalantilikeskus.kymp.net



KEMPSU-HUOLTO
Huolto- ja korjauspalvelut
Puh. 05 416 1957, 0400 040 040 www.kempsu-huolto.fi

Luumäen Kaivu ja Kuljetus

Asmo Sollo 0400 255 081
Kuoppalanraitti 6 as 2, 54510 Uro

RAKENNUS JA PUTKI

J&P OY

Jari Tarvainen

Kirkkotie 31, 02570 Siuntio
(09) 256 1177, 0400 302 068

Linjaliikenne Hernesniemi Oy

Alarannantie 343 C, 62600 Lappajärvi
(06) 566 1125

Puutyö Ari Jäkälä Oy
Kaukaankatu 30
53200 Lappeenranta
020 415 4481

TH RAKENNUS OY
Lasolantie 42,
53300 Lappeenranta
040 9646 740

**Rakennustyö
Kaivola &
Ravattinen**
Naavatie 18, 54120 Pulp
0500 - 150 192

Rakennus Pulkkinen Oy
Saikkolantie 117
53300 Lappeenranta
040 5451 103

Hiekkapuhallukset ja maalaukset liikkuvalla kalustolla, äänentoisto-
palvelut, valot, viestintä, linkit, esiintymislavast ja kuuluttamot
RAIMO LOUKOLA
Reiniläntie 138, 61400 Ylistaro
474 1034, 0400 508 934

**THK
TIMANTTIPORAUS**
Imatrantie 24 A 4
53100 Lappeenranta
Puh. 040 - 8217 759

**Lappeenrannan
PT Rakennus Oy**
PL 4
53501 Lappeenranta
Puh. 040 - 8328 429

VARATTU

**NEUVONEN
-lämpöpumput**
Puolukkakatu 7
53500 Lappeenranta
Puh. 0400 - 720 610

VARATTU

KESKIN KERTOMUS



Huono naapurin mies

Paljon on vuosien saatossa puhuttu siitä, mikä olisi oikea ikä aloittaa paini. Yhtä ainoa oikeaa vastausta kysymykseen ei ole. Hyvin suuri merkitys on sillä, tarkastellaanko asiaa huippu-urheilun vai harrasteliikunnan näkökulmasta.

Yleinen linja näyttää olevan joka tapauksessa, että vanhemmat ovat halukkaita tuomaan yhä pienempiä ja pienempiä vesseleitö saleille. Aikoinaan paini oli tosimesten hommaa ja kämpille hyväksyttiin vain armeijan käyneitä jässiköitä. Vaasan Tovereissa nykyään vaikuttavan **Harri Vallinin** isoisa **Eino Vallin** oli Kauhajoen Karhun niskanväännön isähahmo. Eino on kertonut, että hänellä oli suuri onni päästä jo alta rippikouluian painisalin lämmittäjäksi. Tehtävässään hän pääsi näkemään painitekniikkaa ja jopa vähän kokeilemaankin molksilla

Vedän nyt kahdeksatta vuotta painikoulua ja olemme seurassamme linjanneet, että eskari-ikä (6 vuotta) on ehdoton alaikäraja.

Oma kantani on, että vaikka painikoulun tarkoitus on olla vain hauskaa kaikille sopivaa liikuntaa, niin silti pitäisi myös oppia ennen kaikkea sitä, kuinka harjoituksissa ylipäättään ollaan ja käytäytään.

Haluan myös, että ainakin painin alkeet ja salikisatkin tulevat ensimmäisen vuoden aikana tutuiksi, ettei homma menen ihan pelkäksi kissaksi ja hiireksi. Näillä perusteilla en halua alle 6-vuotiaita painiharjoituksiini. Pikemmin haluaisin jopa nostaa iän 7 vuoteen. Nykyään kuitenkin lähes kaikki lapset käyvät eskarin, joten he saavat oppia siihen, miten ryhmässä toimitaan jo 6-vuotiaista lähtien.

Monissa seuroissa näyttää olevan jopa 4-vuotiaille tarkoitettuja nassikkaryhmiä. IK:ssa olemme toimineet niin, että kuutta vuotta nuoremmat tytöt ja pojat olemme ohjanneet hyvässä yhteistyössä yleisurheilujaoston tempukerhoon, joka on tarkoitettu 3-6 -vuotiaille nassikoille. Tempukerho on yujaoston painimatolla vetämää leikinomaista perantojumppaa.

Suurin syy aloitustien laskuun lienee eri lajien kova kilpailu harrastajista. Suomessa ikäluokat ovat pieniä. Eri seurat haluaisivat luonnollisesti haalia liikunnallisesti lahjakkaat tytöt ja pojat juuri oman lajinsa harjoitukseen.

Venäläiset valmentajat toistavat kerta toisensa jälkeen, että heillä varsinainen painiharjoittelu aloitetaan vasta 10-vuotiaana. Tuota ennen

lapset ovat toki voimistelleet, pelailleet ja kehittäneet motorisia perusvalmiuksiaan.

Puhtaasti huippu-urheilun näkökulmasta venäläisten linjaus on varmasti oikea. Suomessa on vain niin, että jos ilmoituksella hakisimme 10-vuotiaita tyttöjä ja poikia painikouluun, emme montakaan harrastajaa varmaan saisi. Kaikki urheilusta kiinnostuneet olisivat jo menneet muihin lajeihin.

Päätös nostaa poikien SM-kisojen alin sarja lukemiin 42 kiloa oli ehdottomasti oikea. Uskon, että tällä systeemillä ei polteta loppuun lahjakkuuksia niinkään helposti kuin aikaisemmin.

Nyt valmentajat ja yli-innokkaat isät voivat keskittyä rauhallisemmin perusvalmiuksien kehittämiseen, kun ei tarvitse miettiä videoiden äärellä sitä, kuinka meidän poika onnistuisi voittamaan sarjan 32 kiloa SM-kullan. Se on hieno suoritus sinänsä, mutta huippu-urheilun näkökulmasta ei vielä yhtään mitään.

Tässä juttusarjassa näyttää tulleen tavaksi, että pakinan otsikko ei juurikaan liity käsiteltävään aiheeseen. Joka tapauksessa on aika ilmeistä, että meille pitää Suomeen ensiksi syntyä lapsia, että meillä olisi tulevaisuudessakin painijoita. Eräs kokenut painimies ker-

toi minulle Arvo Haavisto –painiturnauksessa viime syksynä seuraavan tarinan:

”Olen ollut 36 vuotta naimisissa ja tosi paljon poissa kotoa. Meidän naapurissa on kuitenkin asunut valitettavasti niin huono mies, että olen jäänyt lapsettomaksi.” Siinä, että on liikaa pois kotoa, on siis omat riskinsä.

Jussi ”Kessi” Ketonen

Reijo Majasaaren mittava juttukokoelma urheiluarkistoon

Freelance-toimittaja **Reijo Majasaaren** mittava juttukokoelma luovutettiin tiistaina 26.1. Suomen urheiluarkistoon, joka sijaitsee Helsingin Olympiastadionilla urheilumuseon yhteydessä. Erikoistutkija **Ossi Viidan** mukaan arkistoon kelpuutetaan vain laadukasta materiaalia.

Porilainen Majasaari on koko Suomen painiväen tuntema ja arvostama journalisti. Urheilu kirjoittamisensa opetusneuvos Majasaari aloitti jo 1960-luvulla opettajantyönsä ohella. Virkauransa hän teki Porin kaupungin palveluksessa muun muassa yläasteen rehtorina.

Ylivoimaisesti eniten juttuja on painista. Vuosilta 1977 - 2009 on kaikkiaan 654 kirjoitusta. Toiseksi eniten on jääkiekosta (394). Lisäksi juttuja on satamäärin muista lajeista kuten pesäpallosta, yleisurheilusta jne.

Valtakunnallisesti Majasaari on ehkä tunnetuin Ilta-Sanomiin kirjoittamistaan Porin Ässien kotiotteluiden peliselostuksista. Tätä tehtävää hän hoiti vuosikymmeniä.

Porilaisen juttuja on julkaistu myös Helsingin Sanomis-

sa ja kaikissa Suomen maakuntalehdissä. Kolmesta lapsesta kaksi on jatkanut Reijo-isän viitoittamalla tiellä. **Poika Matti** työskentelee Satakunnan Kansan ja tytär **Marja-Liisa** Ilta-Sanomien palveluksessa.

Kaikki talteen

Reijo Majasaari on leikannut lähes kaikki tekemänsä jutut talteen ja kirjoittanut niihin julkaisupäivämäärän. Tämän helpotti suunnattomasti arkistointityötä.

Työ tehtiin Varkauden Urheiluseurat ry:n kuvapajalla, jossa neljä työharjoittelijaa **Janne Tolmuse**n johdolla liimasivat jutut ensin A3-papereille. Tämän jälkeen kaikki jutut erikseen skannattiin. Kaikkiaan kertyi 12 paksua A3-arkistointikoteloja ja 8 DVD-levyä.

Talteen pantavaa on riittänyt, sillä Majasaari on raportoinut 1970-luvun alusta lähtien muun muassa kaikista painin SM-kisoista ja kymmenistä arvokisoista. Kirjoitustyössään hän ei ole ylenkatsonut pieniäkään tapahtumia. Urakan mittavuutta kuvaa se, että se kesti

kesäkuusta tammikuuhun. Varkauden Urheiluseurat ry:n toiminnan käynnistänyt ja sitä 20 v. johtanut **Hannu Kiminkinen** kertoo, että arkistoinnissa kului aikaa suunnilleen yhden henkilötyövuoden verran. Myös Painiliiton tiedotuspäällikönkin tehtävää hoitava **Kiminkinen** jatkaa, että Varkauden Urheiluseurat ry on ollut vuosien saatossa todella suuri työllistäjä, v. 2009 järjestön palkkalistoilla oli 143 eri henkilöä, henkilötyövuosia tästä kertyi yli 90.

Nuorisotyö läheistä

Kirjoittamisen lisäksi Reijo Majasaaren sydäntä lähellä on ollut terveyskasvatustyö. Hän on ollut perustamassa Nuorisokasvatussäätiötä (NKS), joka on opettajien hallinnoima järjestö. Sen tarkoituksena on edistää kaikin tavoin lasten ja nuorten terveyttä. Majasaari toimi pitkään NKS:n varapuheenjohtajana ja vaikuttaa edelleen hallituksen jäsenenä.

NKS:n näkyvintä toimintaa ovat Kuortaneen Urheiluo-pistolla vuosittain heinä-elokuun vaihteessa pidettä-

vät Tervis-monilajileirit. Reijo Majasaaren kirjoituksesta voi todeta, että niistä huokuu syvä ymmärrys painista ja elämästä laajemmin. Häntä voisi luonnehtia todelliseksi vanhan hyvän ajan herrasmieheksi, jollaisia nykyaika ei enää oikein tahdo kasvattaa.

Teksti: Jussi Ketonen

Kuva: Mika Vuorio, Satakunnan Kansa





adidas
painitossut



BRUTE korvasuojat
alkaen 27,00€




Tyrint III
59,90€

A'ttaak II 69,00€

KAMPPAILUVARUSTE OY
WWW.KAMPPAILUVARUSTE.FI

Joulumaa-painit

Ajellesamme kerran painikursseilta Kuortaneelta koitiin päin, silloinen Lapin Lukon painijaoston puheenjohtaja **Matti Vattulainen** kertoi Painiliiton toiveesta järjestää Rovaniemellä vuotuinen lasten ja nuorten kilpailu tapahtuma pönkittämään Pohjois-Suomen kasvatus- ja valmennustyötä. Olin asiasta samaa mieltä. Mietittiin vain ajankohtaa milloin tämä olisi paras järjestää. Kevät-talvi, jossa oli myös meidän Napapiiri-cupimme helmimaaliskuulla vaikutti kalenterissa hyvin täyteen buukatulta, joten sanoin Matille: miten olisi Joulumaa-painit? Tämä ajatus otti tulta muuttuen jo seuraavassa kokouksessa täydeksi roihuksi. Saman vuoden joulukuussa (1987) miteltiin jo ensimmäiset Joulumaa-painit. Tänä vuonna pidetyt kisat olivat järjestys numeroltaan 23. ja ne oteltiin hulpeissa Lapin Urheiluopiston tiloissa. Ensimmäiset viralliset tiedot painitoiminnan al-

kamisesta Rovaniemellä ovat vuodelta 1908, joten nämä kilpailut toimittivat 100-vuotta painia juhlakisojen virkaa, vaikkakin vuoden myöhässä.

Joulupukki Molskilla

Jo muutamana vuotena peräkkäin on kisoissa podettu pienosta osallistujapulaa. Suurimmat syyt saattoivat tällä kertaa olla sikafunssassa, sekä norjalaisten osalta osallistumisen esteenä oli heidän omat mestaruuskisansa. Kuitenkin lähes sata tyttöä ja poikaa saivat kokea onnistumisen riemua Joulumaa-molskilla. Oman elämyksensä toi varmaan monen mieliin se ainoa oikea napapiirin Joulupukki, joka saapui painimatolle yhdessä kilpailijoiden ja tuomareiden kanssa tonttuparaatin soudessa avajaismarssissa. Tämä kilpailu on monelle tytölle ja pojalle vuoden koho-kohta. Ilmassa on joulun odotuksen tunnetta ja vuoden viimeisessä kisassa voi

vielä punnita naapurin niskan kestävyys tai oman käsivarren sähkökyky. Oikealle palkintopallille nousu oli tunteita nostattava hetki monelle urheilu-uraansa aloittelevalle.

Vierailla oli mahdollisuus tutustua myös joulun avauksiin Lordi-aukiolla, kuin Napapiirilläkin. Rovaniemellä voi haistella kansainvälisen ilmapiirin tunnelmaa, sillä turisteja oli joka puolelta maailmaa. Joulumaa-painien joulun jälkeä näky selvästi Suomen painikartalla väriläiskä-

nä arktisen alueen tarjoamasta painielämyksestä, rehdistä kamppailulajissa. Tilaisuudessa palkittiin lajimme pitkäaikaisia työmyyriä: **Tapani Sammela** Sodankylästä sekä kemiläiset **Paa-vo Törmälä** ja **Tuomo Kallijärvi**. Painiliiton hopeinen ansiomerkki luovutettiin **Esko Kallolle** ja hopeinen plaketti allekirjoittaneelle.

Teksti: Pentti Sääsilahti

Kuva: Tuire Salmela



Joulumaa-painien avajaisissa Painiliiton hopeisen ansiomerkin sai Esko Kallo ja hopeisen reliefin Pentti Sääsilahti.



TULOKSIA

12. – 13.12.2009 poikien ja tyttöjen vapaapainin SM-kilpailut, Joensuu Voimailu-Kerho

Pojat

42 kg: 1) Severi Kettunen YTK, 2) Matias Lipasti IK, 3) Miikka Majasaari VäVi, 4) Sakke Purolainen KOOVEE, 5) Niko Erkkola IK, 5) Lauri Ruhanen JäVo.

46 kg: 1) Tero Halmesmäki HyPk, 2) Mikko Lyytinen VaaTo, 3) Arttu Kalliolevo PPM, 4) Emil Pärkkä VVV, 5) Okan Faydalikol KVV, 5) Eero Sillanpää KoPa.

50 kg: 1) Tufan Ahmadi VaaTo, 2) Henri Selenius YTK, 3) Joonas Ylitolva AuPs, 4) Jesse Itkonen VarTa, 5) Mikko Lahtinen KoPa, 5) Roni Purolainen KOOVEE.

54 kg: 1) Emeli Alanen LaVe, 2) Erno Halmesmäki HyPk, 3) Antti Mäkinen YTK, 4) Sampo Pasanen SPM, 5) Atte Koreneff HPM, 5) Niko Suominen ViVo.

58 kg: 1) Juuso Latva-Kiskola VVV, 2) Eero Timonen VarTa, 3) Atte Siltala Pilke, 4) Veli Linnossuo HPM, 5) Saku Seppänen KoPa, 5) Aarni-Veli Lehtinen ViVo.

63 kg: 1) Vili Sillanpää KoPa, 2) Tenho Palmroth TaVo, 3) Ronny Rännälä SKU, 4) Jani Käkelä SalSa, 5) Juuso Nurminen EsU, 5) Jarmo Hautala SPM.

69 kg: 1) Verner Värekoski YTK, 2) Santeri Varteva EsU, 3) Petteri Martikainen SKU, 4) Antti Laukkanen JVK, 5) Olli Uotila YTK, 5) Riku Viitanen VUV.

76 kg: 1) Jere Kunnas HPM, 2) Arttu Koivulahti IK, 3) Einari Ukko-la HaHe, 4) Jussi Talvitie IK, 5) Joonas Vesanen TaVo, 5) Heman Sidik Ali Kajua.

85 kg: 1) Niko Rinne RV, 2) Jarno Ålander HeTa, 3) Valtteri Sillanpää KoPa, 4) Jussi Halonen YTK, 5) Joni Käkelä PPM, 5) Joonas Ilomäki YTK.

Pojat
100 kg: 1) Tuomas Lahti YTK, 2) Juuso Huovinen LoVo, 3) Markus Weckström HPM, 4) Toni Pulkkinen JäVo, 5) Tatu Utriainen HI, 6) Tatu Tukiaisen HPM.

Tytöt

38 kg: 1) Emilia Haapoja IK, 2) Jaana Väli-Torala IK, 3) Miia Majasaari VäVi, 4) Lotta Paananen ViVo, 5) Emma Heikkala ViVo, 5) Vilma Seppänen KoPa.

40 kg: 1) Sanna Ritvasalo HPM, 2) Emma Järvinen VarTa. **Tytöt 43 kg:** 1) Janika Vakkila IK, 2) Katarina Varteva EsU, 3) Solja Ala-Korpi MuurY, 4) Manta Konttila InTai, 5) Henna Tarkkanen IK, 5) Nonett Halme HPM.

46 kg: 1) Petra Olli LaVe, 2) Emilia Uusi-Ranta IK, 3) Jenna Sihtola HPM, 4) Mila Järvinen HPM.
51 kg: 1) Jenna Hautala SPM, 2) Julia Haapoja IK, 3) Karita Kohtala VUV, 4) Petra Tiirikainen HPM.

56 kg: 1) Heidi Saren EsU, 2) Jenny Salmi VVV, 3) Alica Viitanen KI, 4) Milja-Mari Syväterä JPI, 5) Hanna Väli-Torala IK.

70 kg: 1) Janika Lönnqvist HaHe, 2) Saana Lehtinen VVV, 3) Sini Kuosmanen LoVo, 4) Hanna Ullakko KI, 5) Sonja Suomento TuTo.

29. – 30.1.2010 miesten ja naisten vapaapainin SM-kilpailut, Helsingin Paini-Miehet

Miehet

55 kg: 1) Fatos Durmishi TWM, 2) Jussi Ojala SPM, 3) Juuso Latva-Kiskola VVV, 4) Karwan Ahmadi VaaTo, 5) Tufan Ahmadi VaaTo, 6) Atte Koreneff HPM.

60 kg: 1) Jukka Hyytiäinen ViVo, 2) Matias Savola LaVe, 3) Juho Kettunen YTK, 4) Niko Kettunen EsU.

66 kg: 1) Petteri Martikainen SKU, 2) Magvan Amirkhani VaaTo, 3) Ville Perkkiö VVV, 4) Jarmo Hyytiäinen ViVo, 5) Niko Rautio EsU, 5) Verner Värekoski YTK.

74 kg: 1) Veli-Karri Suominen VV, 2) Mohammad Ashem Ehsan HyPk, 3) Henri Hietanen HPM, 4) Iiro Mulari YTK, 5) Kosti Kerve YTK, 5) Rolle Rantala HPM.

84 kg: 1) Ville Heino PPM, 2) Henri Leino HPM, 3) Jouni Rosenlöf HPM, 4) Jani Lauttanan JPI, 5) Jimmy Huovinen Haka, 6) Anssi Kuivamäki NJ.

96 kg: 1) Pekka Rintamäki YKV, 2) Tuomas Lahti YTK, 3) Mika Kuronen TuTo, 4) Jonne Jokela OP, 5) Toni Liljeroos YTK, 5) Imad Amirkhani VaaTo.

120 kg: 1) Mikko Ylä-Poikelus TaVo, 2) Oskari Riihioja PeTo, 3) Janne Kärhä SimVe, 4) Zaur Tutuev HPM, 5) Sami Ilvesoksa NJ, 6) Juha-Matti Eskola JäVo.

Naiset

48 kg: 1) Sarianne Savola LaVe, 2) Petra Olli LaVe, 3) Emmi Alanen LaVe, 4) Emilia Uusi-Ranta IK, 5) Katarina Varteva EsU, 5) Jenna Sihtola HPM.

55 kg: 1) Tiina Ylinen IK, 2) Johanna Hautala SPM, 3) Tiina Vainionpää HaHe, 4) Jenny Salmi VVV, 5) Hanna Mykkänen HPM, 6) Krista Sievilä JäVo.

63 kg: 1) Sini Kuosmanen LoVo, 2) Saana Lehtinen VVV, 3) Janika Lönnqvist HaHe, 4) Fatou Mbowe KeU, 5) Petra Tiirikainen HPM, 6) Milja-Mari Syväterä JPI.

72 kg: 1) Jonna Konivuori HPM, 2) Iina Salminen KarkU, 3) Sonja Suomento TuTo.

SUOMEN PAINILIITTO
FINNISH WRESTLING FEDERATION



Apurahapainijoita



Kulttuuri- ja urheiluministeri Stefan Wallinin myöntämän apurahan tammikuussa pokkasivat Tiina Ylinen, Timo Kallio, Sarianne Savola, Taisto Lalli, Tuomas Tarino, Jarkko Ala-Huikka, Henri Välimäki, Jani Haapamäki, Antti Hakala sekä kuvasta puuttuvat Sasu Kaasinen ja Valtteri Moisio. (kuva Hannu Ranta).

UV-PUTKI PAINIT ALOITTELIJA - JA IKÄKAUSIKILPAILJOILLE KIRKKONUMMELLA

Järjestäjänä: Kirkkonummen Urheilijat ry
Kisaisäntänä: UV-Putki Oy
Aika: Lauantaina 20.3.2010 klo. 12.00.
Paikka: Gesterbyn koulu, Vilhonkummuntie 4
Painimuoto: Kr.room. pojilla, vapaapaini tytöillä Ottelujärjestelmä vanha
Punnitus: klo. 10.00-10.30.
Sarjat:
- 18-20v 90-92 syntyneet
- 15-17v 93-95 syntyneet
- 13-14v 96-97 syntyneet
- 11-12v 98-99 syntyneet
- 9-10v 00-01 syntyneet
- 8v → 2002 ja myöhemmin syntyneet sijoitetaan tarvittaessa aloittelijoiden sarjoihin.
- **Aloittelijat**, aloittelija on vuonna 2009 tai myöhemmin ensimmäisen kerran kilpaillut.
- **Tytöt**
Sarjat tehdään punnituksen jälkeen. Kaikki aloittelijat palkitaan.
Osanottomaksu: 8€, ilman tuomaria 9€.
Ruokailu: Kahvio runsaine antimineen
Ilmoittautuminen: Ma 15.3.2010 mennessä:
Kalle Uotinen, puh. 0400 – 688 593
Pertti Karppinen, puh. 041 – 467 7453
E-mail: paini@kirkkonummenurheilijat.fi
www.kirkkonummenurheilijat.fi

TERVETULOA PAINIJAT, TUOMARIT JA HUOLTAJAT KIRKKONUMMELLE KIRKKONUMMEN URHEILIJAT/ PAINIJAOSTO

Kilpailukutsu

Voikkaan Viesti ry:n 100v-juhlakilpailut

Junioreiden kreikkalais- roomalaisen painin SM-kilpailut, 26.-28.3.2010 Kouvola.

Kilpailupaikka: Kuusankosken urheilutalo, Uimahallintie 10.
Painimuoto: Kreikkalais-roomalainen
Punnitus: Pe 26.03.2010 klo 19.00 – 19.30.
 Sarjat: 50, 60, 74, 96 ja 120 kg.
 La 27.03.2010 klo 15.00 – 15.30.
 Sarjat: 55, 66 ja 84 kg.
 Mahdollisuus saunaan.

Kilpailuaika: La 27.03.2010 klo 11.00 ja 17.30.
 Avajaiset klo 17.00.
 Su 28.03.2010 klo 9.00 ja 13.00.

Sarjat: 50, 55, 60, 66, 74, 84, 96 ja 120 kg.

Osallistumismaksut:
10,00€ / painija / huoltaja
 (5 painijaa / 1 huoltaja).
 Jälki-ilmoittautuminen **100,00€** / painija
 Ruokailu **8,00€** / annos.
 Osallistumismaksut 18.3.2010 mennessä
 tilille (Nordea): Voikkaan Viesti ry painijaosto,
 150830-100536.
 Viestikenttään maininta:
 SM 2010 ja ”oma seura”.

Ilmoittautumiset: Kirjallisesti **18.3.2010** mennessä:
 Kätevästi Internetissä osoitteessa
 www.voikkaanviesti.fi tai
 painijaosto@voikkaanviesti.fi tai
 Esa Mäkinen, Kallantie 9 A 9, 45130 Kouvola
 Ilmoittautumisessa tulee mainita:
 painijan nimi, sarja, seura, ruokailuvaraukset
 sekä yhteyshenkilö puhelinnumeron tai
 email-osoitteen kera.

Jälki-ilmoittautuminen: Kirjallisesti **25.3.2010** mennessä.

Majoitus: Hotelli Sommelo, Kuusankoski p. 05-740 701
Ruokailu: Kilpailupaikalla
 (lauantaina päivällinen, sunnuntaina lounas).
 Ruokailuvaraukset ja -maksut ilmoittautumisen
 yhteydessä.

Kilpailukanslia: Kilpailupaikalla.
 Kanslia avoinna perjantaina klo 17.30 – 19.30.
 Lauantaina alkaen klo 10.00.

Lisätiedot: Veijo Vesterinen p. 040-066 5194
 veijo.vesterinen@pp.inet.fi tai
 Esa Mäkinen p. 040-514 2297
 painijaosto@voikkaanviesti.fi
 http://www.voikkaanviesti.fi

**Tervetuloa Kouvolaan juhlistamaan
Seuramme
100-vuotista taivalta juhlapainien
merkeissä.**

Voikkaan Viesti ry

painin Suomi Cup osakilpailu - AVOIMET KV. PÄÄSIÄISPAINIT TURUSSA 3.4.2010

Kilpailuaika: Lauantaina 3.4 klo 11.00
Kilpailupaikka: Alfan liikuntakeskus,
 Virusmäentie 65, 20300 Turku

Punnitus: **3.4.2010** klo 9.00 - 9.30 (kisapaikalla ei saunaa)
 Punnituksen yhteydessä esitettävä
 kilpailulisenssi

Painimuoto: Kreikkalais-roomalainen,
 Tytöillä ja naisilla vapaapaini
 Filan säännöt, vanha ottelujärjestelmä

Sarjat: **Pojat: 8v** (2002 tai myöh. synt.)
11v (-99 tai myöh. synt.)
14v (-96 tai myöh. synt.)
17v (-93 tai myöh. synt.)
 n. 5 sarjaa/ikäluokka sarjat tehdään
 punnituksen jälkeen
Aloittelijat: lisenssi otettu 2009 tai myöhemmin
 sarjat tehdään punnituksen jälkeen
 Tytöt/naiset: n.5 sarjaa sarjat tehdään
 punnituksen jälkeen
Miehet: 55 - 60,66,74,84 ja 96 - 120kg
 (sallittu +2kg)
 Poikien, aloittelijoiden ja tyttöjen sarjoissa
 järjestäjällä oikeus sarja muutoksiin

Osanottomaksu: **10 €** / kilpailija, jos tuomari mukana **9€**,
 peritään kilpailupaikalla

Ruokailu: **8 €**
Ilmoittautumiset: **29.3.2010** mennessä: Marja-Liisa Kuronen
 puh. +358405187403 iltaisin (klo 17 jälkeen)
 ja viikonloppuna tai sähköpostilla:
 manski.o@luukku.com

**TERVETULOA TURKUUN
TuTo (Turun Toverit)**

RAISION VOIMAMIESTEN IKÄKAUSIPAINIT RAISIOSSA

Aika: Lauantai 8.5.2010 klo 12.00
Paikka: Vaisaaren koulu, Juhaninkuja 4,
 21200 RAISIO

Painimuoto: Kreikkalais-roomalainen
Punnitus: Klo 10.00 - 10.30. kilpailupaikalla
Sarjat: **Tyttöjen sarjat** sekä **Alokassarjat**
Pojat alle 8 v, alle 10 v, alle 12 ja alle 14 v
Nuoret alle 17v ja alle 20v
 Sarjat määritellään punnituksen jälkeen

Maksut: **7€** / painija, jolla on tuomari mukana
8€ / painija, ellei tuomaria mukana

Ilmoittautuminen: Ilmoita osallistujien määrät, nimet
 sekä tuomarit **4.5. mennessä**.
 Jorma Karille gsm: 040-5533862 tai
 sähköpostilla: jorma.kari@juha-automatic.fi

Ruokailu: Kilpailupaikalla mahdollisuus ruokailuun **7€**
 Ennakkovaraajalla ostoetu

Tervetuloa Raisioon

Kultavieska Cup Aloittelija- ja ikäkausikilpailut Ylivieskassa

Kilpailu-aika: La 8.5.2010 klo 12.00
Paikka: Jokirannan koulu, Visalantie 5
Painimuoto: Kr.room., tytöt vapaapaini
Punnitus: Kilpailupaikalla klo 10.00 - 10.30
Sarjat: **Pojat** 17v (93-96 syntyneet)
 46, 50, 54, 58, 63, 69 ja +69 kg
Pojat 13v (97-99 syntyneet)
 32, 35, 38, 42, 46, 50, 55 ja +55 kg
Pojat 10v (2000 ja myöhemmin syntyneet)
 23, 25, 27, 29, 31, 34, 37, 42 ja +42 kg
Tytöt 17v (93 ja myöhemmin syntyneet)
 Aloittelijasarjat alle 2vuotta painille ja/tai vähän kilpailleille.
 Tyttöjen ja aloittelijoiden sarjat tehdään punnituksen jälkeen. Järjestäjä varaa oikeuden sarja muutoksiin. Yhden painijan sarjoja ei tehdä.

Osanottomaksu: **8€**, ilman tuomaria **10€** euroa
Ruokailu: **7€** kilpailupaikalla
Ilmoittautumiset: ma **3.5.2010** mennessä Lasse Vehmakselle
 e-mail: lasse.vehmas@kotinet.com,
 puh. 040 732 1697

**Tervetuloa
Vieskan Voima ry**

III Kauko Lehtosen muistopainit, Turenki (JPI) Suomi Cup -osakilpailu

Kilpailupaikka: Turenkin liikuntahalli,
 os. Koulutie 2 A, Turenki
Kilpailu-aika: la 17.4.2010, alk. klo 12.00
Painimuoto: miehet/juniorit sekä pojat -
 Kreikkalaisroomalainen paini,
 tytöt vapaapaini

Kilpailujärjestelmä: vanha ottelujärjestelmä -
 painitaan uusilla säännöillä
Punnitus: Turenkin Liikuntahalli (Koulutie 2 A),
 la 17.4.2010 klo 10.00 - 10.30
Sarjat: **Miehet/juniorit:**
 55-60 kg, 66kg, 74kg, 84kg ja 96-120kg,
 +2kg:n ylipaino sallittu
Pojat: **8v** 2002 tai myöh. syntyneet
10v 2000-2001 syntyneet
13v 1997-1999 syntyneet
17v 1993-1996 syntyneet
Tytöt: sarjat tehdään punnituksen jälkeen
 järjestäjä varaa oikeuden muutoksiin.

Ilmoittautumiset ja tiedustelut: ti **13.4.2010** mennessä
 asko.sorri@kolumbus.fi tai 044 991 9766
 ilmoita painijoiden nimet sekä syntymävuodet,
 tuomarit ja ruokailijoiden määrä.

Osanottomaksu: **10 €**/kilpailija, maksetaan kilpailupaikalla
Ruokailu: Ravintola Emmi (noin 300m liikuntahallilta),
 annos **7€**
Majoitus: kysy ilmaista koulumajoitusta Askolta
 044 991 9766

**Kilpailijat, tuomarit, huoltajat ja yleisö
Tervetuloa Turenkiin
Janakkalan Paini-Ilves ry.**

POIKIEN ALLE 17 V. KR.PAININ SUOMEN MESTARUUSKILPAILUT TAMPERE 23-25.4.2010

Kilpailupaikka: Hervannan vapaa-aikakeskus
 Lindforsinkatu 5
 33720 Tampere

Kilpailu-aika: La 24.4 klo 10.00 ja 17.00
 Su 25.4. klo 10.00 ja 13.00

Sarjat: La 24.4.: 39-42, 46, 58, 63, 85 ja 100 kg
 Su 25.4.: 50, 54, 69 ja 76 kg

Punnitus: Kisapaikalla
 Perjantai 23.4. klo 18.30 – 19.00:
 39-42, 46, 58, 63, 85 ja 100 kg
 Lauantaina 24.4.klo 15 – 15.30:
 50, 54, 69 ja 76 kg

Ilmoittautuminen ja tiedustelut:
 Sähköpostilla tai kirjallisesti
 viimeistään **15.4.2010** mennessä
 pirjo.baumgartner@netti.fi
 Pirjo Baumgartner puh:+358405965129
 Kalkunvirtotie 20 D 16, 33330 Tampere
 sekä info@painiliitto.net
 Ilmoittautumisessa oltava painijoiden nimet ja
 sarja, huoltajat, seura sekä laskelma
 osanotto- ja ruokailumaksuista
 jälki-ilmoittautuminen **22.4.2010**
 klo 18.30 mennessä.

Maksut: maksettava 15.4. mennessä tilille:
 Tampereen Voimailijat 573008-4118554

Osanottomaksu: **10 €** / painija / huoltaja
 (1 huoltaja / 5 painijaa)

Jälki-ilmoittautuminen **100 €**
 maksu paikan päällä

Ruokailut: Lauantaina yksi ruokailu klo 13 – 16.00
 Sunnuntaina yksi ruokailu klo 11.30 – 13.00
 Ateria **à 7 €**

Tiedustelut: Jorma Santamäki puh:+358400840778

Majoitus: Hotelli: Hotel HERMICA Insinöörinkatu 78
 puh:03-3651111 s-posti:sales@hermica.fi
 1hh 63€, 2hh 76€, 3hh 99€

HUOM!
**RUOKAILUT ON VARATTAVA SEKÄ
 MAKSETTAVA ILMOITTAUTUMISEN YHTEYDESSÄ
 RUOKIA EI VOI OSTAA PAIKAN PÄÄLTÄ**

Tampereen Voimailijat Ry

Koululiikuntaliiton kreikkalais-roomalaisen painin 2010 mestaruuskilpailut

Aika:	22-23.5.2010
Paikka:	Hollolan jäähalli, osoite Tiilijärventie 9, 15870 Hollola
Punnitus:	Kilpailupaikalla la 22.5. klo 8.30-9.30
Ikäluokat:	Pojat: 7-13 v., 14-16 v. ja 17-20 v. Tytöt: 7-13 v., 14-20 v.
Sarjat:	Pojat 7-13 v. (1997 ja myöhemmin syntyneet) 26-28, 30, 32, 34, 37, 40, 45, 52, 60 ja 75 kg 14-16 v. (94, 95 ja 96 syntyneet) 40, 44, 48, 52, 56, 62, 70 ja 85 kg 17-20 v. (90, 91, 92 ja 93 syntyneet) 52, 56, 60, 65, 70, 75, 90 ja 115 kg Tytöt 7-13 v. (1997 ja myöhemmin syntyneet) 26, 30, 34, 40 ja 52 kg 14-20 v. (96-90 syntyneet) 42, 48, 56 ja 67 kg
Kilpailu-aika:	la klo 11:30 ja 17:00 ja su klo 9:00 ja 12:00
Ilmoittautuminen:	10.5.2010 mennessä
Säännöt:	KLL:n sääntö- ja kilpailujärjestelmä
Majoitus:	Hollolan yläaste 5 €/hlö/yö , makuupussi ja alusta mukaan Next Hotel Salpaus, salpaus@nexthotels.fi, (03) 339 3911 Varaa viitteellä: KLL-painit, niin saat edullisempaan "sporttihintaan".
Tuomarimajoitus:	Next Hotel Lahti, majoitus varataan/maksetaan vain nimetyille tuomareille.
Vakuutus:	Kaikki kilpailijat on vakuutettu If Vahinkovakuutusyhtiö Oy:ssä
Tuomarit:	Painiliiton sääntö- ja kilpailuvaliokunta nimeää tuomarit, ilmoittautuminen ilpo.pilli@luukku.com
Osanottomaksu:	10 €/painija/hooltaja (5 painijaa/1 hooltaja) Koulumajoitus 5 €/majoittuja/yö Jälki-ilmoittautuminen 20 €/painija/hooltaja lounas/päivällinen 7 €/ateria aamu- ja iltapala 3,6 €/ateria ateriapaketti 34€ sisältäen: 2 aamupalaa, 2 iltapalaa, 2 lounasta ja 1 päivällisen Osanotto-, ruokailu- ja majoitusmaksut 12.5.2010 mennessä tilille Lahden Ahkera ry POP 561007-219786
Maksut	
Tiedustelut:	Janne Harjula: puh. 044 036 0300 janne.harjula@lahdenahkera.fi, Lasse Kivistö, puh. 0400 236 986 www.lahdenahkera.fi, www.kll.fi

Tervetuloa Hollolaan!



Koululiikuntaliitto



Alle 22 vuotiaiden ALUE JOUKKUEKILPAILUT 29.5.2010 Turussa

Kilpailupaikka:	Alfan liikuntakeskus, Virusmäentie 65, 20300 TURKU
Kilpailu-aika:	Lauantai 29.5.2010 klo 11.00
Painimuoto:	Kreikkalais-roomalainen
Sarjat:	50, 55, 60, 66, 74, 84, 96 ja 120 kg
Punnitus:	Kilpailupaikalla la 29.5 klo 8.30 - 9.00
Ilmoittautumiset:	23.5.2010 mennessä manski.o@luukku.com tai os. M-L Kuronen Pehtorinkatu 1 C 36, 20780 Kaarina Ilmoittautuessa ilmoita painijoiden nimet
Osallistumismaksu:	10 € /painija/hooltaja/ joukkueenjoht./tuomari. Maksut maksettava joukkueittain 23.5.2010 mennessä tilille: Varsinais-Suomen Painiseuryhtymä 571052-211752
Ruokailut:	Kisapaikalla a`8 €
Säännöt:	- Joukkue: painijat, hooltaja, joukk. johtaja ja kaksi (2) tuomaria - Jokaisessa sarjassa on yksi painija/joukkue. - Joukkueet painivat kaikki kaikkia vastaan. - Joukkueella saa olla yksi varamies/sarja. - Joukkue saa ottaa enintään kaksi (2) alueen ulkopuolista lainapainijaa. - "Lainapainijalla" on oltava SPL:n tai Filan kilpailulisenssi. - Joukkueen johtajan on annettava listat, kuka painii missäkin ottelussa, ottelujärjestäjälle 15min punnituksen jälkeen (eli viimeistään klo 9.15).
Majoitus:	Holiday Inn , Eerikinkatu 28, 20100 Turku s-posti: turku.holidayinn@restel.fi p. +358 2 338211 kahdenhengen huone 64€ ja kahdenhengen huone lisävuoteella 84€ Varaukset: 14.5.2010 mennessä koodilla painit
Tiedustelut:	Marja-Liisa Kuronen p. 0405187403 (iltaisin ja viikonloppuina)

TERVETULOA TURKUUN
AuPs, MynTo, RVM, TuTo ja TWM

Tapahtumakalenteri 2010

Maaliskuu

5-7	Himberg-teamin leiri, kadetit	Pajulahti
5-7	Klippan Lady Open/leiri 8.-11.3.	Klippan (SWE)
6	Ikäkausipainit	Tampere (TaVo)
6-7	Av. TUL:n alle 18v tyttöjen ja 13v ja 18v poikien mestaruuskilpailut sekä alle 10v kv. painit	Kotka (Popl)
12-14	Miesten SM-kilpailut, kr -SUOMI CUPIN OSAKILPAILU	Alavus (AU)
20	Nanski-turnaus	Vaasa (VVV)
20	KirkU:n painit	Kirkkonummi (KirkU)
26-28	Junioreiden SM-kilpailut, kr	Kouvola (VoVi)
27	Nikkaripainit	Kurikka (MiMo)

Huhtikuu

3	Avoimet kv. Pääsiäispainit-SUOMI CUPIN OSAKILPAILU	Turku (TuTo)
9-11	Himberg-teamin leiri	Pajulahti
10	Pohjanmaa Cup	Seinäjäki (SPM)
10	Ikäkausipainit	Vantaa (VaSa)
12-18	EM-kilpailut, kr+vp+naiset	Baku (AZE)
17	Ikäkausipainit	Kajaani (KaJu)
17	Kauko Lehtosen muistopainit-SUOMI CUPIN OSAKILPAILU	Janakkala (JPI)
23-25	Kadettien (17v) SM-kilpailut, kr	Tampere (TaVo)

Toukokuu

8	Ollin painit	Kouvola (Pilke)
8	Kultavieska Cup	Ylivieska (ViVo)
8	Raision ikäkausikilpailut	Raisio (RVM)
8-9	Kadettien ja junioreiden PM-kilpailut	Oslo (NOR)
15	OP-painit (VaaKu:n 80-vuotisjuhlapainit)	Vaajakoski (VaaKu)
15	Finlandia Freestyle Cup 2/4	Rauma (RV)
21	Viro-Suomi maaottelu, kr	Tallinna (EST)
22	Georg Lurich -turnaus, kr	Tallinna (EST)
22-23	KLL:n mestaruuskilpailut, kr	Lahti
22-23	European Qualifying Tournament for the YOG - kadetit FS-GR-FW	Poznan (POL)
29	Aluejoukkuekisat	Turku (AuPs, MynTo, RVM, TuTo ja TWM)

Kesäkuu

10-14	JäVo:n leiri	Järvenpää (JäVo)
11-13	Veikko Rantanen Vierumäki Cup (FILA)	Vierumäki (HI)
13-16	EM-/MM-kisoihin valmistava leiri, kadetit+juniorit	Pajulahti
29.-4.7.	Junioreiden EM-kilpailut, kr+vp+naiset	Samokov (BUL)
30.-11.7.	PainiRipari	Kuortane

Heinäkuu

3	Kansainvälisen Työvään Urheiluliiton CSIT:n mestaruuskilpailut, vp miehet 66, 84 ja 96 kg	Tallinna (EST)
3-4	Avoimet kv. Ruissalopainit	Turku (TuTo)
4	Kansainvälisen Työvään Urheiluliiton CSIT:n mestaruuskilpailut, kr, juniorit 50-90 kg ja miehet 60, 66, 74, 84 ja 120 kg	Tallinna (EST)
5-8	EM-/MM-kisoihin valmistava leiri, kadetit+ juniorit	Kuortane
10-11	Suomen Painiveteraanikerho ry:n kesäpäivät	Lappajärvi
10-13	RH-Cup sekä av. veteraanien SM-kilpailut	Nummijärvi, Kauhajoki
10-14	Painileiri ja koulutusta	Pohja, Kisakeskus

11	Sprinttipainit ja painitossun heittokisa	Nummijärvi, Kauhajoki
19-22	EM-/MM-kisoihin valmistava leiri, kadetit+juniorit	Kuortane
20-25	Junioreiden MM-kilpailut, kr+vp+naiset	Budapest (HUN)
27-1.8.	Power Week leiri ja Sumon muistopainit	Helsinki (VV)
30-1.8.	Veteraanien MM-kilpailut, vp	Domdidier/Fribourg(SUI)

Elokuu

1	PM-kilpailut, kr	Nyköping (DEN)
3-8	Kadettien EM-kilpailut, kr+vp+tytöt	Sarajevo (BIH)
10-15	Military World Championship	Lahti
13-15	Veteraanien MM-kilpailut, kr	Belgrad (SRB)
14-26	Youth Olympic Games, kadetit	Singapore (SIN)
27-29	Vapaapainin tekniikkaleiri	Vaasa

Syyskuu

3-5	Himberg-teamin leiri	Pajulahti
6-12	MM-kilpailut, kr+vp+naiset	Moskova (RUS)
11	Finlandia Freestyle Cup	Hyvinkää (HyPk)
11	Väinö Hakkaraisen ja Ivar Wacklinin muistopainit	Suolahti (Suolu)
11	III Luoman Oy Cup	Ylistaro (YKV)
18	Kv. Lohi-painit - SUOMI CUPIN OSAKILPAILU	Kotka (Popl)
18	Ikäkausipainit	Vantaa (VaSa)
25	Ikäkausipainit	Tampere (TaPs)
25	Ikäkausipainit	Kuusankoski (VUV)
28-3.10.	Opiskelijoiden painin MM-kilpailut	Torino (ITA)

Lokakuu

1-3	Himberg-teamin leiri, juniorit	Kuortane
2	Länsi- ja Pohjois-Suomen aluemestaruus-painit sekä OP - turnaus	Ilmajoki (IK)
2	Aluemestaruuskilpailut, vp - Uusimaa - Itä-Suomi - Häme ja Lounais-Suomi	kaikki alueet Helsinki (HPM) Simpele (SimVe)
9	Flikkapainit	Kurikka (MiMo)
9	Ikäkausipainit	Tampere (TaVo)
9-10	Av. TUL:n mestaruuskilpailut; juniorit, tytöt ja pojat	Vaasa (VaaTo)
16	Kenkäpainit - SUOMI CUPIN OSAKILPAILU	Kankaanpää (KankU)
23-24	KLL:n mestaruuskilpailut, vp	Peräseinäjoki
29-30	Junioreiden SM-kilpailut, vp	Järvenpää (JäVo)

Marraskuu

6	XXVII Kalle Mäkisen painit	Turku (TWM)
13	Junior Kare	Kouvola (KoPa)
13	Kv. 20-vuotisjuhlapainit	Helsinki (Haka)
13	Kankuri Cup	Lapua (Virkiä)
19-21	Vantaa Painicup (FILA) - SUOMI CUPIN OSAKILPAILU	Vantaa (YTK)
20	E-P:n piirinmestaruuskilpailut	Seinäjäki (SPM)
26-27	Arvo Haavisto (FILA) - SUOMI CUPIN OSAKILPAILU	Ilmajoki (IK)
28-29	Helsinki Open	Helsinki (HPM)

Joulukuu

4	Ossi Hagmanin muistopainit	Ähtäri (InTai)
4	Loviisan Riennon 100-v. juhlapainit	Loviisa (LoRi)
4-5	Joulumaapainit	Rovaniemi (LaLu)
10-12	Kadettien (17v tytöt ja pojat) SM-kilpailut, vp	Ilmajoki (IK)
17-19	Himberg-teamin leiri	Kuortane

Yllätä itsesi ja kukkarosi!

Halpa-Halli
AINA KAIKKI TOSI HALVALLA

www.HHnet.fi



Korttesjärven Apteekki
Jääkärintie 53
62420 Korttesjärvi
4880 300

Puutyö- ja Saneerauspalvelu
Jari Siivonen
Vastilantie 117 Lemu
044 568 4685

PUUTYÖNIRE
Reijo Rasi Ky
Vapteenkatu 31 RAISIO
☎ 437 1387
FAX 438 3807
AUTO 0400 532 825

Tmi Olavi Laine

Taimontie 22 A 1
21110 Naantali

(02) 430 9928, 0400 415 140



Suomen CNC Metal Oy
Yrittäjänkatu 6 PL 68 83501 Outokumpu
puh/vel (013) 562 411 fax (013) 555 382
www.cnc-metal.fi

MONEN PALVELUN S-MARKET LAPPAJÄRVI

- keskus 569 0200
- telefax 569 0234
- lappajarven.ok@ok.inet.fi

RAUTAOSASTO Kankaanpää	569 0220	KIRJAOSASTO Aika	569 0222
RAUTAOSASTO Vihti	569 0221	POSTI ja MÄKITORPPA	569 0227
PF-OSASTO Käpylä	569 0223	S-MARKET Kareski	569 0226
PF-OSASTO Kumpula	569 0224	KIRJANPITO Raate	569 0229
TEKSTILI Luoma	569 0225	LASKUTUS Honkaniemi	569 0230
S-ITÄKYLÄ	566 4005	TOIMITUSJOHTAJA	569 0231
MYNNÄLAUTTO	0400 367 643	TOIMITUSJOHTAJA suurti	566 1204

TOIM. JOHTAJA 0400-362 201
MEILTÄ SAAT BONUSIA
LAPPAJÄRVEN OSUUSKAUPPA

MARKET LAPPAJÄRVI

LAPPAJÄRVEN OSUUSKAUPPA Puh. 569 0200

PALVELUAIKAT: MA-PE 8.30 - 20.00 LA 8.30 - 18.00

Kattoremontin aika on NYT!
Soita ja pyydä arvio kattoremontistasi!



KYMPPI-KATTO
Talomaalaukset ym. remonttityöt
Puh. (02) 435 8006
040 747 9739

- SÄHKÖURAKOINTIA
- SÄHKÖSUUNNITTELUA
- SÄHKÖTARVIKEKAUPPAA

KYMEN SÄHKÖ-URAKOINTI OY
Pajatie 1 KORJA, Puh. 020 838 2134

TPT-LASI Tommi Tohmo
0440 790 129



TUULILASIASENNUKSET
JYLPYNTIE 13 KOTKA

Energiakuivike sekä kasvuturpeet

K. Latvaniemi, Päntäne

p. 0400 212 134

PTO-Katot Ky

Härköilänsyrjä 3 E 24
03100 Nummela

050 520 8940

Karhulan Pelti-Eriste Tmi

Kierikkalankatu 17, 48720 KYMI

0400 906 289

Joensuun Nostajat Oy
Rahkeentie 14
80100 Joensuu
0500 375 172

Suosikaa ilmoittajiamme

Salaojitus kannattaa www.salaoja.com
Myös jätevesien maaperäsuodatinjärjestelmät ja salaojien huuhtelut
Malkamäki & Ristimäki
0400 268 915 0500 365 192

LVI-Asennus Hannu Saariaho Oy
Karvalankuja 2 Karvala
0400 66 11 90

Remonttipalvelu Rantanen
040 5485 355, 4322 884
Sikovuorentie 86 Rusko
Kalusteasennukset, pienremontit.
Venekorjaukset ja -sisustukset.

TENHUSEN MAANSIIIRTO JA KULJETUS OY
Köpsintie 106, 86800 Pyhäsalmi
0400 581 315, koti (08) 781 816

Isännöinti- ja tilitoimisto
Kalevi Saarinen Ky
Alatie 2, 63800 Soini
0500 364 820

Salaojaurakointi, putket ja tarvikkeet
Tapio Salo 040 708 5733
Hakalantie 69, 62470 Purmojärvi

PENKKI- URHEILIJAJA VOITTAA AINA.

Veikkauksen tuotosta jaetaan vuosittain jopa 104 miljoonaa euroa suomalaiselle liikunnalle. Varojen avulla rakennetaan paitsi urheiluhalleja ja -areenoita myös urheilijoille edellytyksiä kehittyä. Varmaa lieneekin, että yksi niistä suomalaisista, joka voittaa aina, on penkkiurheilija.



70v
SUOMALAINEN
VOITTAA AINA.

