



HARTOLAN VOIMA

TORSTAINA TOUKOKUUN 20. PÄIVÄNÄ 2021



PÄÄKIRJOITUS

Hartola 30.3.2021

Puheenjohtajan terveiset

Tätä kirjoitettaessa vuosi 2021 on jo pitkällä. Korona epidemia on jatkunut yli vuoden. Näyttää siltä, että liikumis- ja kokoontumisrajoitukset vain jatkuvat.

Seuran säännöissä on auki kirjattu seuraava: "Seuran tarkoituksena on edistää liikuntaharrastusta seuran toiminta-alueella siten että mahdollisimman moni seuran jäsen harrastaisi kunto-, kilpa-, tai huippu-urheilua edellytyksensä ja tarpeidensa mukaisesti."

Voiman toimintasuunnitelmassa tälle vuodelle on kirjattu toimintaa, tapahtumia ja tavoitteita. Viranomaisten antamat suositukset ja määräykset rajaa ankarasti kokousten ja tapahtumien osallistujia määriä. Olemme tilanteessa, jossa emme tiedä mitä saa tehdä, ja jos saa tehdä, miten pitää tehdä. Pitää siis "varoa" lähes kaikkea. Joudumme odottamaan, että epidemia jossain vaiheessa hellittää, ja pääsemme palaamaan normaaliin arkeen. Tämä ei ole kenenkään syy, eikä vika. Meidän pitää vaan jaksaa. Jospa tilanne muuttuisi paremmaksi vielä tämän vuoden aikana.



PERTTI MÄKINEN,
puheenjohtaja

Hartolan Voiman tiedotuslehti 2021

Julkaisija: Hartolan Voima ry

Toimitus:

Vastaava toimittaja Jere Porvari

Toimituskunta: Pertti Mäkinen, Pentti Ripatti, Timo Olkkonen, Eemil Porvari, Sari Olkkonen, Sanna Valjakka, Pirjo Hahl, Arto Nurminen, Kristiina Harjula, Matti Tanskanen, Jeremias Sankari, Aapo Martikainen ja Maija Pentikäinen-Laine

Ladonta ja taitto: Sysmän Sanomat Oy

Paino: Lehtisepät Oy, Pieksämäki

HARTOLAN VOIMA on saanut kymmenien yritysten ja yksityisten tukea ja apua toimintoissaan. Ilman tätä apua toimintamme ei yksinkertaisesti olisi mahdollista.

HARTOLAN VOIMA KIITTÄÄ
KAIKKIA TUKIJOITAAN.
Kiitos kaikille lehden tekoon tavalla
tai toisella osallistuneille.

HARTOLAN VOIMAN JOHTOKUNNAN JA JAOSTOJEN KOKOONPANO 2021

HARTOLAN VOIMAN JOHTOKUNTA:

Mäkinen Pertti, puheenjohtaja	0400 355 704	pertti.makinen@phnet.fi
Kiuru Esa	040 157 7660	damien1666@hotmail.com
Karsi Jari Pekka	0500 666 094	jari.karsi@jamicam.fi
Lahti Taisto	044 093 9604	taistolahti9@gmail.com
Olkkonen Timo	0400 470 315	timo.m.olkkonen@pp.phnet.fi
Pentikäinen-Laine Maija	040 770 3592	maija.pentikainen-laine@phnet.fi
Tonteri Raili	044 562 3237	raili.tonteri@gmail.com
Tuukkanen Hannu	040 575 2673	hannutuukk@luukku.com

HIHTOJAOSTO:

Lehtinen Jouko, puheenjohtaja	040 579 1157	jouko.lehtinen@phnet.fi
Haajanen Kari	050 517 4092	kari.haajanen@kh-print.com
Leskinen Jarmo, hiihtok. vast.	0400 371 657	jarmo.leskinen@mhy.fi
Hahl Pirjo, Kantele Auli, Laakso Olavi, Lahti Taisto, Lehtosaari-Miller Mari, Salmi Timo, Salonen Valto, Turunen Marika, Virtanen Kai		

VOIMAILUJAOSTO:

Tanskanen Matti, puheenjohtaja	041 461 8193	matti.tanskanen@phnet.fi
Elfvengren Tuomo	0400 429 112	tuomo.elfvengren@sci.fi
Flink Seppo	0400 688 768	seppoflink@netti.fi
Komppa Seppo	040 7166 845	
Rantanen Joonas	040 141 1615	ptjoonarantanen@gmail.com
Virtakoivu Pentti	044 284 5851	pentti.virtakoivu@gmail.com

YLEISURHEILUJAOSTO:

Porvari Jere, puheenjohtaja	050 356 2470	jere.porvari@hotmail.com
Tuukkanen Hannu, varapj, var. hank.	040 575 2673	hannutuukk@luukku.com
Harjula Kristiina, srk ja urheiluk.		gistiina@gmail.com
Olkkonen Timo, tied. ja tulokset	0400 470 315	timo.m.olkkonen@pp.phnet.fi
Nurminen Asta (seurakisat), Valjakka Sanna (urheilukoulu ja laskutus), Hallberg Sari (Lasy ja SUL yhdyshenkilö), Pentikäinen-Laine Maija (siht.), Mäyrä Satu (laskutus), Nurminen Arto, Tonteri Raili (muonitusmestari), Olkkonen Sari, Sankari Markku		

SIHTEERI JA RAHASTONHOITAJA:

Ripatti Pentti	0400 244 282	pentti.ripatti@phnet.fi
----------------	--------------	-------------------------

JÄSENMAKSU: 12 euroa

• www.hartolanvoima.fi • <https://www.facebook.com/hartolanvoima/>



PYÖRÖ- JA
HÖYLÄHIRSI-
MÖKIT JA
-TALOT
VALMISTAA

OLLI ESKOLA
0400 355 326

olli1.eskola@gmail.com

Schwarzkopf
PROFESSIONAL

**PARTURI-
KAMPAAMO
MARIE**
Anne Piipari
Keskustie 52,
19600 Hartola
040 7601 351



040 511 2506
Keskustie 59, Hartola

Metsäurakointi

**RAUNO
HUOPONEN**

KOITTI

0400 211 558

ANSIONIEMEN SÄHKÖ

• SÄHKÖASENNUKSET • TURVAJÄRJESTELMÄT
• SÄHKÖSUUNNITTELU • ILMALÄMPÖPUMPUT

Joutsa: Jousitie 35, Juha Metsänen / 050 4300 116
Hartola: Toimisto, Risulantie 4, (03) 875 530

www.ansioniemensahko.fi

Harjula
Tilintarkastus

Tilintarkastus Harjula Ky, HT Anne-Mari Harjula
Savontie 3, 18100 Heinola, www.tilintarkastusharjula.com
puh. 040 527 5982, anne-mari.harjula@harjula-ky.inet.fi

HARTOLAN RAKENNUS- JA LVI-PALVELUT

Ossi Tonteri **Simo Tonteri**
0400 345 592 044 351 6288

Lohiniementie 40 hartolanrak.lvi@gmail.com 19600 HARTOLA

* Kaikki rakennusalan työt * LVI-työt
* Muuraus- ja laatoitustyöt
* Pesuhuone- ja saunaremontit
* Märkätila-asennukset (VTT sertifikaatti)

Raitin Kahvila Oy
TAUKOTUPA

• Tuvalla leivotut makeat ja suolaiset leivonnaiset
• Lounas, á la carte ja burger-ateriat
(03) 716 6306
www.taukotupa.com

Liikuntaneuvojan terveiset



AAPO MARTIKAINEN
liikuntaneuvoja

Aapo Martikainen, olen aloittanut Hartolan ja Orimattilan liikuntaneuvojana tammikuussa 2021. Olen 25-vuotias ja asun Lahdessa. Alun perin kotoisin Kuopiosta. Koulukseltani olen liikunnanohjaaja (Bachelor of sports

coaching and management) ja valmistuin Haaga-Helian ammattikorkeakoulusta Vierumäeltä 2020 joulukuussa. Olen pelannut erilaisia pallopelejä koko elämäni ajan kuten jääkiekkoa, jalkapalloa ja salibandya. Valmennustausta jääkiekosta minulla on seitsemän vuoden ajalta. Omia harrastuksiani on salilla käynti, lenkkeily, kalastus ja eri muotoiset mailapelit.

Työnkuvani kunnassa on olla kunnan liikuntaneuvoja. Hartolan terveyskeskuksella olevalla vastaanotolla pyrin auttamaan ihmisiä terveellisempien elämäntapavalintojen kanssa ja keskustelun kautta miettiä, miten haluttuja valintoja voimme saada heidän arkeensa. Liikuntaneuvonta on maksutonta kunnan tarjoamaa palvelua. Vedän myös erilaisia liikuntaryhmiä Hartolan kuntalaisille, korona-aikana on pyörinyt useampi pienryhmä ulkoliikunnassa. Sen lisäksi työkuvaani kuuluu erilaiset liikunta tapahtumat ja avustaminen kunnan liikuntapalveluiden kehittämisessä monipuolisesti.

Hartolan Voima on perinteikäs urheilun ja liikunnan yleisseura, jonka työ nuorten ja lasten liikuttajana on tärkeää. Nuorten ja lasten liikuttamiseen tarvitaan aina vapaaehtoisia, joiden avulla toimintaa voidaan pyörittää. Odotan innolla mahdollisia yhteistyöhankkeita ja -tapahtumia.

Liikuntaneuvontaan liittyvissä asioissa ole rohkeasti yhteydessä!

P. 040 552 4261 • aapo.martikainen@phlu.fi

Käymmme yhdessä ain

JEREMIAS SANKARI
kirkkoherra

Kuva: Sysmän Sanomat Oy /Lähilehti

"Jumala katsoi kaikkea tekemäänsä ja kaikki oli hyvää." Minun päässäni tähän liittyy kaikki elämä, myös urheilu ja liikunta.

Tänä aikana kaikki ei ole hyvää ympärillämme. Tärkeä osa ihmiselämän hyvyydestä, mahdollisuus vapaasti tavata toisia ihmisiä, on poissa.

Siksi nyt voisi keskittyä siihen mikä on mahdollista. Siihen hyvään mitä meillä on. Tänä talvena on voinut todeta virren sanoin "maa hohtaa lumivaipassansa, on Luoja itse luonut hangen, jään". Tälle hangelle on ihminen luonut hiihtoladut.

Tälle luojan luomalle hangelle ihmisen luomalle hiihtoladulle on kulkuni monesti suunnannut. Aina on lauduilla näkynyt muitakin hiihtäjiä. Erinomaista yhteisöllisyyttä, että kunnan ylläpitämä latu kulkee golf-kentällä, ja vielä paikallinen yrittäjä on perustanut mehuaseman.

Mutta tätä samaa yhteisöllisyyttä olen kokenut vuoden mittaan aikaisemminkin. Sitä oli viime kesänä pesäpallokentällä silloinkin, kun en osunut palloon. Sitä oli yleisurheilukentällä, vaikka kaikki ei onnistunut ihan suunnitelmien mukaan.

Parhaimmillaan liikunta ja urheilu on yhdessä olemista

ja yhdessä tekemistä. Vähän sellaista kuin Jeesuksen sanat Johanneksen evankeliumissa, "jotta he olisivat yhtä". Sellaisia kokemuksia meillä ei ole koskaan liikaa. Parhaimmillaan liikkuminen on juuri tätä yhtenä olemista.

Olkaamme kiitollisia Jumalan luomasta hyvästä ja käykäämme yhdessä ain.



Tilattuna keskiviikkoisin

LÄHILEHTI

SYSMÄN JA HARTOLAN PITÄJÄLEHTI
(03) 8777 60 • ilmoitukset@lahilehti.com



www.lahilehti.com

**Fysio
Forteus**

fysioterapia ja osteopatia

Kirkkotie 4, 19600 HARTOLA
040 7186 145

SYSMÄNTIE 38
19700 SYSMÄ

044 974 9921

Füüfis

PARTURI- JA
KAMPAAMOPALVELUT,
MEIKKAUKSET

HIUSSTUDIO
TIIA SAARINEN

**Kuljetus
Pesoset Oy**

050 556 5925
kuljetus.pesoset@outlook.com

PITOPALVELUA

Tarjoamme ateria- ja majoituspalveluita idyllisessä
Kukkonotkossa, jossa voit järjestää
JUHLAT, KOKOUKSET, LEIRIKOULUT,
yms. tapahtumat.

Catering
Hölttä

www.cateringholtta.fi
JP / 040 532 7014

YLEISURHEILUN VUOSIKATSAUS

JERE PORVARI
yleisurheilujaoston puheenjohtaja

Vuosi 2020 oli koronaepidemian takia poikkeuksellinen. Oman lisänsä toi myös urheilukentän remontin valmistuminen. Kentän parantuneiden olosuhteiden myötä harrastajamäärät nousivat ja aikuisurheilu koki uuden tulehisen. Saimme uudet seura-asut kesällä käyttöön. Kautteen kokonaisuutena voi olla kohtuullisen tyytyväinen.

LASTEN JA NUORTEN LIIKUNTA

Urheilukoulun toimintaperiaate on ollut urheilukoulun pitäminen KunkkuArenalla lokakuusta huhtikuuhun. Kesän ja alkusyksyn ajan on pidetty seurakisoja kahden viikon välein urheilukentällä. Urheilukoulun nuorempien ryhmä on ollut täynnä ja vanhempien ryhmässäkin hyvin lapsia. Urheilukoulun vetovastuu oli keväällä **Anne Lindroosilla** ja **Kristiina Harjulalla**. Syksyksi Kristiina sai kaverikseen **Sari Olkkosen**.

Valmennusryhmä on jatkunut entiseen malliin Keijo Kylänpään johdolla. Ryhmässä on noin kymmenen urheilijaa.

Korona aiheutti keväälle pienen katkon urheilukoulun ja valmennusryhmän toimintaan. Seuranmestaruusmaastot ja kauden avaus jäivät myös pitämättä. Kilpailukausi avattiin vasta kesäkuussa seurakilpailuilla uusitulla urheilukentällä. Seurakisoja järjestettiin lisäksi neljä kappaletta loppukesän aikana. Heinäkuussa oli avoimet aluekisat, jotka olivat ensimmäiset tilastokelpoiset kisat pitkään aikaan Hartolan urheilukentällä. Lisäksi syyskuussa järjestettiin voiman mestaruuskilpailut lapsille ja avoimet mestaruuskilpailut aikuisille. Yhteistyössä voimailujaoston ja NMKY:n kanssa järjestettiin syyskuussa Porraskunkku-kisat Soriksella.

YLEISURHEILIJOIDEN SAAVUTUKSET

Hartolan Voima oli seuraluokittelussa kakkosliigassa sijalla 121. (2019 116.) keräten 45.5 (50) pistettä. Voima oli Lahden piirin kolmanneksi paras seura Lahden Ahkeran ja Orimattilan Jymyn jälkeen.

Aikuisurheilun puolelta **Marko Nieminen** voitti SM-kultaa M40 sarjassa 100 ja 200 metrin juoksuissa.

Eemil Porvari voitti SM-kisoissa M17 sarjassa kultaa keihäessä, kolmiloikassa ja 10-ottelussa. Lisäksi halli SM-kisoissa M17 kultaa 3-loikassa ja hopeaa 60 m aidoissa ja pituudessa.

SM-kisoissa T15- sarjassa **Viivi Kupiainen** oli korkeudessa 10. P14- sarjassa **Eelis Hynninen** oli seiväshypyssä kuudes. Eelis oli TJIG-halli kilpailuissa seipäessä kolmas.

Aluemestaruuskilpailuissa **Markus Porvari** voitti korkeushypyn ja oli pituudessa kolmas.

Viivi, Eelis ja Markus kärsivät kukin kauden aikana rasisurmurtumasta, joka haittasi urheilua.

Piirinmestaruuskilpailuissa sarjoissa 9–13 vuotta saimme, 1 hopea- ja 2 pronssimitalia yhteensä 3 mitalia. (2019 12 kpl)

Uusia seuraennätyksiä tehtiin 13 (2019 7 kpl.) kappaletta, joista piirinennätyksiä kolme.

Yleisurheilulisenssin omaavia urheilijoita oli kaikkiaan 18 (2019 16) kappaletta.

TALOUSKATSAUS

Varainhankintaa teimme pylväsmainonnalla, jakamalla Jari-Pekan mainoslehtisiä, buffetin pidolla ja kilpailujen osanottomaksuilla. Kunta ja pääseura ovat lisäksi tukenneet toimintaamme. Saimme tukea myös Järvi-Hämeen Osuuspankilta urheilukoulun ja valmennusryhmän välineiden hankintaan. Lisäksi olemme keränneet urheilukoulun ja valmennusryhmän osanottomaksuja. Taloudellinen tilanteemme on kohtalainen, vaikka vuodesta 2020 tuleekin selvästi tappiollinen.



Hartolan kunnostetulla urheilukentällä onnistuu jälleen seiväshyppy vuosikymmenten tauon jälkeen.



Kilpailujen järjestäminen vaatii monenlaista osaamista. Raili Tonterilla ja Arja Partasella on vankka kokemus kilpailujen puffetin pidosta.

KATSAUS TULEVAAN

Yleisurheilukauden päättäjaiset jäivät pitämättä vallitsevien koronarajoitusten takia. Palkinnot jaetaan, kun koronatilanne sen sallii.

Vuoden 2021 alkua sävyttää koronarajoitukset. Tarkoitus on kuitenkin jatkaa toimintaa mahdollisuuksien mukaan. Urheilukentän avajaiskilpailut pidetään jossain muodossa, samoin useammat seurakisat.

Hartolan Voiman urheilijoiden tilanne näyttää hyvältä.

Loukkaantumisista on toivuttu ja treenaamaan on päästy kohtuullisesti. Kesältä on siis lupa odottaa hyviä tuloksia!

Kiitos kaikille toimintaamme osallistuneille ja tukeneille! Erityiskiitokset Jari-Pekalle ja Järvi-Hämeen Osuuspankille toimintamme tukemisesta. Urheilijoillemme tervettä ja menestystä vuodelle 2021!

Nähdään kentällä!



Piiriottelu Lahti - Etelä-Karjala - Kymi järjestettiin Kouvolassa. Lahden piirille voiton tuojina Havosta Eelis (seiväs 3., kiekko 4.), Viivi (korkeus ja seiväs 1.) ja Eemil (110 m aj, pituus ja 4x400 m 1.)



PERTTU HYVÄRINEN

MHY:SSÄ HOMMA LUISTAA!



Metsänomistajat
PÄIJÄT-HÄME

Metsänhoitoyhdistys Päijät-Häme ry • Metsolantie 7 • 19600 HARTOLA
www.mhy.fi/paijat-hame • www.metsanomistajat.fi

MAANSIIRTO- JA SORALIIKE RANTASEN SORA JA TURVE

SORAA MURSKETTA TURVETTA
MAANSIIRTOA KALLIOMURSKETTA

PUH. 0400-494864
KARI RANTANEN



RAKENNUSPALVELU JANI TONTERI OY

Tuotamme rakennusalan palveluita monipuolisesti:

- Uudis- ja korjausrakentaminen
- Hirsirakentaminen
- Märkätila-asennukset (WWT-sertifikaatti)
- Mikroosementtien asennukset

Ota rohkeasti yhteyttä!

☎ 044-0308 200

Laaksotie 6 C 15 | 19600 HARTOLA | jani.tonteri@rakpalvelutonteri.com

Y-tunnus 3100214-8 | puh. 044 0308 200

4H

Hartolan 4H-Yhdistys Ry • 0440 257507
4H Kirppis Keskustie 52 • 040 3642495

KUN ON KYSE LIIKUNNASTA JA HYVINVOINNISTA

Anna-Maija Muurinen
Vapaa-aikapäällikkö
044 7432257

Johanna Huttunen
Hyvinvointikoordinaattori
044 7432575

Aapo Martikainen
Liikuntaneuvoja
040 5524261

Hartola
KUNINGASKUNTA
OLEMME TÄÄLLÄ SINUA VARTEN

T:mi
Ari-Mikko
Juntunen

• rakennusalan
työt

puh. 040 516 8490

**KOTISAIRAANHOITO
JA KOTIAPU**

Minna Laakso
sairaanhoitaja AMK ja kodinhoitaja

minna.laakso@gmail.com
040 5879 727

varaava ilmainen
hoidon/palvelun arviointikäynti

METSURI LAHTINEN
- pihapuiden/ongelma-
puiden kaadot

040 934 8604
paul.lahtinen1@gmail.com

 **Metsuri Lahtinen**



Proflos
Kirkkotie 4, Hartola

Ajanvaraus:

Pekka
044 2826 797

Joustavasti ja tehokkaasti!

POLTTOPUUTA
myös pilkonta

TIENHOITO
auraukset, hiekoitus,
lanaukset yms.
Vesakon murskaus.

TRAKTORITYÖT
- Karhotus
- maansiirtotyöt ym.

Mika Hynninen
Hartola
P. 040 130 6270
 Traktori- ja
polttopuupalvelu
Mika Hynninen

ammattitaidolla
• LVI • AUTOMATIikka
• ASENNUKSET • MYYNTI
• HUOLTO

PALVELEMME
ARK. 8.30-16.30,
LA 9.00-12.00

LVI-ALA OY

Keskustie 7, 19600 Hartola
Puh. 044 589 7477
www.lviala.fi

MEELIA

• hyvinvoivalmennus
• ratkaisukeskeinen valmennus
• personal training

www.meelia.fi • info@meelia.fi
040 502 9955

AVATAAN TOUKOKUUSSA

 *Runinkaan*
PORTTI

Keskustie 2, Hartola

**METSÄ-
KULJETUS
HALLBERG KY**

 Leppäkoskentie 20
19600 Hartola

 P. 7169 925
0400-298 092

**METSÄ-
HEINIKKA
OY**

 Leppäkoskentie 20
19600 Hartola

 P. 7169 925
0400 298 092

**PELTITYÖ
KARI LIUKKONEN KY**

Hartola, 0400 710 298, fax 7162 909

- peltikatteet
- kantikas ja pyöreä saumaton räystäskouru
- tikkaat • ym. rakennuspeltityöt
- henkilönostimen vuokraus

www.peltikari.fi
**SEULOTTUA
MULTAA
OSTECH OY**

 Hartola
p. 0440 609 762

**Hyvän Ilman
Kampaamo
PK Muotilinja
Ky**

 Keskustie 65
p. 050 406 6728

JÄRVIPESULA

 PESEMME KAIKKEA
KONEELLISEEN VESIPESUUN
SOPIVAA PYYKKIÄ

 PESULA AVOINNA
MA 9-17
TI-PE 9-15

 0400 643 135
UOTINTIE 10
19700 SYSMÄ

 HAKUPISTE HARTOLAN
4H KIRPPIKSELTÄ


**Mittakoneistus
2R Oy**
www.mittakoneistus-2r.fi
**KARHULAN
TILA**

 Angus-pihvilihaa
läheltäsi!

 Tero Mäyrä
050 5358 952

**METSÄ-
URAKOINTI**
**HEIKKI
HALLBERG OY**
0400 298 090

Aikuisurheilijat löysivät Hartolan KUNNOSTETUN URHEILUKENTÄN

SARI OLKKONEN

Viime kesänä Hartolassa päästiin nauttimaan yleisurheilun riemusta ajanmukaiseksi kunnostetulla urheilukentällä. Etukaarteeseen sijoitettujen keihäänheitto- ja hyppypaikkojen tartan sekä takakaarten uljas moukarihäkki ja asiallinen kuulantyyntöpaikka houkuttelivat lasten ja nuorison lisäksi myös kiitettävän ison joukon aikuisia kokeilemaan, miltä kisailu uusituissa puitteissa tuntuu. Monella näistä jo aikuistuneista yleisurheilun ystävistä kisaammasta oli kolottanut jo pitkään ja ajatus omien fyysisten rajojen kolkuttelusta monen vuoden tauon jälkeen sai tartanin tuoksussa uuden kipinän.

Heinäkuun alussa järjestetyistä kentän avajaiskilpailuista lähtien kentälle tositoimiin astelikin aina vain enenevä nuorekkaiden aikuisurheilijoiden joukko. Jokaisessa seurakisassa, lähes lajissa kuin lajissa, nuoriso sai ihailua, kuinka hienoisesti heitä vanhempi väki nautti urheilukilpailusta kaikista iän tuomista rajoitteistaan huolimatta. Kiekot sinkoutuivat häkistä sektorin sisään melkein joka heitossa, kuulantyyntöissä saatiin lähes koko vartalo työntöön taakse, 100 metrin aidoissa löytyi suunnilleen oikea askelrytmi, pituushypyssä ponnistettiin jokseenkin terävästi eikä keihäässääkään tukijalka ihan joka kerta pettänyt. Rohkeus laittaa itsensä katseen alle silloinkin, kun suoritustekniikka ei enää ole täydellisyyttä hipova, yhdisti jokaista kisoihin osallistunutta aikamiestä ja -naista. Armollisuus omia ja toisen puutteita kohtaan välittyi varmasti myös paikalla olleelle Voiman nousevalle urheilijasukupolvelle. Kilpaurheilun ei tarvitse olla vakavaa toisen voittamista, vaan totisen hilpeää pyrkimystä omien taitojen ja tulosten asteittaiseen parantamiseen. Siitä nämä aikuisurheilijat ovat oiva esimerkki.

Kauden päättäneissä Hartolan Voiman mestaruusotteluissa syyskuun lopulla olikin sitten jo suuren aikuisurheilujuhlan tuntua, kun kahdeksan naista ja kolme miestä kannustivat toisiaan yhä parempiin suorituksiin niin sadan metrin juoksussa, pituushypyssä kuin keihäänheitossakin. Suomalaisesta jäyhyydestä ei näkynyt pienintäkään viitettä, kun kilpasiskolle tai -veljelle annettiin taputtamalla rytmi askeliin ja onnitteltiin raikuvien huudoin jokaisesta hyväksytystä suorituksesta. Viimeisessä ottelulajissa eli 800 metrin juoksussa kannustustehtävä oli kuitenkin suosiolla luovutettava muille radan laitaan ryhmittyneille yleisurheilun ystäville.

Viimeistään toista ratakierrosta juostessa, keuhkojen

haukkoessa happea ja lihasten jo kangistuessa, monen mieltä kivisti ajatus harjoittelun tärkeydestä. Jokunen saattoi myös siinä vaiheessa kisaa päättää, ettei enää ikinä ryhdy moiseen. Siitä huolimatta maaliviivan ylitty-

ään ja ajatustensa selkiinnyttyä tuskan sumusta, jokainen oli takuulla ylpeä suoriutumisestaan 4-ottelun loppuun ja kenties jo mietti seuraavan kilpailukauden uusia tavoitteita ja niihin vaadittavaa systemaattista treeniä.



Voiman mestaruuskilpailujen 800 metrin lähtötunnelmia 26.9.2020.

SEURAAVANA MIETTEET MUUTAMALTA AKTIIVISIMMILTA HARTOLAN AIKUISURHEILIJALTA

SATU 40, hoitaa työkseen kahvilaravintolaa ja kasvat-
taa kolmea teini-ikäistä urheiluvaa tytärtään. Myöhäiseen
murrosikään saakka hän harrasti monipuolisesti eri lii-
kuntamuotoja. Hiihto, yleisurheilu, suunnistus, voimis-
telu, tanssi, pesä- ja lentopallo kuuluivat lajivalikoimaan
ja kolutuksi tulivat monet paikalliset urheilukilpailut. Kil-
paurheilun hauskuus sai nuorena aikuisena väistyä vä-
hän taemmaksi elämän tärkeysjärjestyksessä, mutta nousi
jälleen viime kesänä vastustamattomasti pintaan. Satu on
toiminut useana kesänä Hartolan Voiman yleisurheilukil-
pailujen toimitsijana ja mittanauha ja sekuntikello vai-
htuivatkin lennossa omiin urheiluasuorituksiin valmistautu-
miseen. Vaikka samoissa kisoissa sekä toimitsijana, että
kilpailijana toimiminen asettikin haasteita kropan läm-
mittelylle ennen kilpailusuoritusta, ei yhtään urheilu-
vammaa Satu viime kesän kilpailuissa kroppansa harmiki-
si saanut. Mahdolliset loukkaantumiset olivatkin ainoa
asia, joita Satu kisoissa etukäteen jännitti. Kilpasiskojen
keskuudessa vallitseva yhteishenki ja vahva kannustus
lienee sytyttänyt mielen kera myös kehonkin. Samanmie-
lisessä, rennossa porukassa oli hauska yltää päivän par-
haaseen, eikä sijoituksella ollut kovinkaan suurta väliä.
Tosin mukavaltahan se tuntui, kun esim kuulantönnös-
sä onnistuminen oli ykköspaikan arvoinen. Pieni kilpai-
luhenkisyyttä kuuluu tottakai asiaan ja se puskee joka su-
orituksessa tekemään parhaansa.

Satun kisoihin heittäytyminen oli hänen tyttäristäänkin
mukava seurata ja ehkä he saivat äidin esimerkistä myös
lisää kipinää omaan kilpailemiseensa.

Koronarajoitukset ovat haitanneet Satun talven harjoit-
telua. Kunkku-Areenalle ei ole päässyt yhteistreeneihin
eikä yksin puurtaminen ole talven pimeydessä houkut-
tanut. Peruskuntoaan Satu on onnistunut kuitenkin pi-
tämään yllä hiihtolenkeillä. Kevään edetessä harjoittelu-
määrät tulevat kasvamaan ja ensi kesänä Satun tulokset
lajissa kuin lajissa takuulla paranevat entisestään.

Onnea ensi kauteen, Satu!



Satu pitää eniten heittolajeista, mutta pituushyppykin on-
nistuu mallikkaasti.

MARI 43, työskentelee parturi-kampaajana. Hänellä on
kaksi kouluikäistä aktiivisesti urheilua harrastavaa lasta.

Marin lapsuudessa suunnistus oli koko perheen har-
rastus. Jo kuusivuotiaana pikku-Mari opetteli kartanlukua
ja juoksi pitkin metsiä rasteja etsien. Vähitellen kuvaan
mukaan tuli myös yleisurheilu. Kaikkia lajeja oli kokeil-
tava, mutta erityisesti heittolajeissa hän tunsu olevansa
vahvimmillaan. Opiskelujen alkaessa urheileminen jäi
hiukan taka-alalle, muttei missään vaiheessa hiipunut
kokonaan. Perheen kasvaessakin Mari hoiti kuntoaan ja
fyysisen suorituskykynsä rajoja hän testaili monenlaisissa
kuntotapahtumissa Extremerunista lyhyen matkan triath-
loniin asti, ottipa hän jo 9 vuotta sitten kuopustaan odot-
taessaan osaa kiekonheittokisaankin.

Viime kesänä paluu yleisurheilun kilpakentille sujui
mutkattomasti jo ennestään tuttuun äitien parissa. No-
lous omasta tekemisestä hälveni porukassa, jonka jäse-
niä yhdisti jokseenkin sama lähtötaso ja varsinkin palava
halu haastaa itseään. Vaikka kisoissa olikin aina rento po-
rukkahenki, niin silti pienet jännityksen perhosetkin kut-
kuttelivat vatsanpohjassa merkinä siitä, että tavoitteena
oli mahdollisimman onnistunut suoritus. Ja tulihan niitä

onnistumisia. Marin kiekkotulos parantui puolella metrillä
yhdeksän vuoden takaisesta leiskautuksesta ja kuulantönnös-
säkin suoritukset hämmästyttivät.

"Jos vähän kävisin salilla ja treenaisin muutenkin enem-
män, niin millaisiin tuloksiin vielä ylittäisinkään..." , pohtii
Mari viime kesän tuloksista ilahtuneena.

Korona laittoi kuntosalit kiinni, mutta onneksi lenkkei-
lylle ei ole talven aikana ollut esteitä. Juostessa aivot tuu-
lettuvat ja ajatukset kirkastuvat. Työn ja perhe-elämän
haasteet jaksaa kohdata paremmin juoksun antamalla
energialla. Perhe kannustaa harjoitteluun ja usein lenkil-
le lähdetään koko porukalla. Mari pitääkin erittäin tärkeä-
nä esimerkkiä, jonka lapset saavat urheilevilta vanhem-
miltaan: "Urheilemisen ei tarvitse olla voitonhakuista. Se,
että osallistuu ja tekee parhaansa, riittää".

Onnistumisen iloa jatkoinkin, Mari!



Mari tyttärensä Olivian kanssa valmiina Pertun pyrähdyk-
sen aloittaneelle uintiosuudelle.

ELINA 33, on lähihoitaja, jonka kesän kilpailusuorituk-
sia oli kentällä ihastelemassa myös hänen 2-vuotias tyt-
tärensä Alma. Ottipa Alma äitinsä kera aktiivisesti osaa
myös moneen kentällä järjestettyyn yleisurheilutreeniin.
Kun suorituspaikat ja itse laji tulevat jo taaperona tutuksi,
niin lapsi kasvaa luontevasti urheilun maailmaan.

Elinaa itseään puri urheilukärpänen, kun hänen äitinsä
vei hänet ala-asteikäisenä Voiman maastojuoksukisoihin.
Paketissa ollut käsikään ei gasellimaisesti askeltavaa tyt-
töä hidastanut, vaan kotiin viemisenä oli heti ensimmäi-
sistä kisoista kultamitali. Hartolan Voimassa huomattiin
Elinan lahjakkuus ja jatkossa mitaleja satoi hyppylajeis-
sa ja keskimatkoilla piirinmestaruuskisoja myöten. Myös
SM-kisoihin Elina pääsi osallistumaan.

Elina, monen muun hartolalaisen (ja kaikkien tässä
haastateltujen) tapaan, on pelannut jo kaksi kautta Harto-
lan NMKY:n tukeman ja Satu Mäyrän (tässä jutussa esitel-
lyn Satun täyskaima) ideoimassa ja vetämässä pesäpal-
lon harrasteryhmässä. Jo aiemmin kesällä yleisurheilusta
innostuneet pesiskaverit saivat myös Elinan houkutel-
tua mukaansa urheilukentälle. Kisaaminen, jännitykses-
tä huolimatta, vei heti mukanaan ja tulokset ihmetytti-
vät häntä itseäänkin. Lapsuudessa opitut suoritustekniikat
nousivat vaivatta lihasmuistista eikä lajeissa vaadituissa
ominaisuuksissakaan ollut tapahtunut spesifisen treenin
puutteesta huolimatta valtavaa huononemista. Pituushypp-
py ja juoksu sujuivat kuin viisitoista vuotta aiemmin ja
heitoissakin tekeminen oli aiemmin pelättyä paljon suju-
vampaa. "Kun huomasi suoritustensa paranevan joka ki-
sassa, niin palo kilpailemiseen vain kasvoi. Jokaista mit-
telöä odotti innolla"

Tämän talven Elina on pitänyt kunnostaan huolta käve-
ly- ja hiihtolenkeillä. Vatsassa kasvava, kesällä syntyväksi
odotettu uusi perheenjäsen estää kilpailemisen, mutta
kannustusjoukoissa suorituspaikkojen laidalla Elina näh-
dään varmasti.

Onnea maailman tärkeimpään tehtävään, Elina!



Elinan pituushyppyä kentällä. (kuva Ansu Harjula)

KARI 68, on metsäkoneurakoitsija, kahden aikuisen
lapsen isä ja viiden lapsen pappi. Hänet houkutteli yleis-
urheilukentälle pari sukulaista ja kerran kiekkotreenissä
mukana oltuaan, kynnys seurakisoihin osallistumiseen
katosi. Innostavat ihmiset ja rento meininki eivät jättä-
neet tilaa epäroinnille, vaan pian Kari yllätti itsensäkin
kiskomalla keihästä ja lennättämällä limppua kuin van-
ha tekijä.

Karin lapsuuden maisemissa, Vuorenkylässä, kilpai-
ttiin urheilussa tosimelellä vain koulun puitteissa. Syr-
jäkylältä ei lähdetty kauemmas kisaamaan, vaikka lah-
joja ja intoa urheiluun olisi monella lapsella ja nuorella
ollutkin. Kilpailuviettä tosin ruokittiin monilla nuoris-
porukan itse pystyynlaittamilla leikkimielisillä kisailuilla.
Välineet ja suorituspaikat tehtiin talkoilla, eikä ikä tai su-
kupuoli ollut luokittelun peruste. Suorituskyvyltään pa-
ras voitti ja muille kasvoi sisu yrittää enemmän. Tasa-
arvoa täydellisimmillään siis.

Nuoren Karin kunto pysyi talvisin kovana metsätöillä
ja kesäisin rakennushommissa. Ehtipä hän välillä ripeäl-
le juoksulenkeillekin. Siihen aikaan Cooper-testissä varus-
miehet juoksivat keskimäärin 2760 metriä, Kari ylsi rata-
kierrosta pitemmälle.

Viimeiset 40 vuotta metsäkoneiden ohjaamossa ympä-
ripyöreitä päiviä tehneen Karin hapenottokyky ei enää
noihin metrilyöntiin yllä, mutta peruskunto on säilynyt
metsässä ja konehallilla saadun hyötyliikunnan ohella
kävely-, hölkkä ja hiihtolenkeillä.

Viime kesän yleisurheilukisojen parasta antia Karin mie-
lestä oli aikuisurheilijoiden kesken vallinnut hyvä henki.



Kari hiomassa keihään heittotekniikkaa.

Urheilu yhdis-
tää eritaustai-
set ihmiset ja
toisen kan-
nustaminen ja
kannustuksen
kohteena ole-
minen saa ih-
misyden par-
haat puolet
esille.

Iloista kisa-
amista jatko-
kin, Kari!

Kaikki edel-
lä haastatellut
aikuisurheili-
jat toivottavat
jokaisen vä-

hänkin lajista kiinnostuneen tervetulleeksi mukaan ensi
kesän treeneihin ja kisoihin.

"Aikuisyleisurheilu on matalan kynnyksen urheilua.

Jokainen kisa omalla tasollaan itseään vastaan. Kehi-
tyssuunta on vain ylöspäin. Lapsuudessa opitut taidot tu-
levat esiin pikkuhiljaa."

Tämän kauden treenien ja kisojen ajankohdista infoa
HaVon Facebook-sivulla.

**RAKENNUSTOIMI
KILPINEN OY**

- Uudis- ja saneeraus-rakentaminen
- VTT-sertifioidut märkätila-asennukset
- Haitta-ainekartoitukset

040 583 5955
rakennustoimikilpinen@gmail.com

**METSÄKONE-
URAKOINTI
PENTTI TALVINEN OY**

Talvisentie 20
19540 KOITTI

Puh. 0400 355 474

**Arjen
Apuvälineet**

**Apuvälineiden
erikoisliike**

Kauppakatu 5, HEINOLA
p. 044 330 5510 (03)714 1455

www.arjenapuvälineet.net

**AUTOKORJAAMO
JARI PAJUNEN**

Sysmäntie 213 Hartola

- Katsastusremontit, huollotym.
- Myös raskas kalusto
- Metalliriemun keräystä

040 541 2591

**T:mi TIMO
HORPPILA**

Kiertotie 2
19600 Hartola

0400-355 946

- rakennuksia höyläähirrestä
- Höylä- ja sahatavaraa
 - polttopuuta
 - sirkkelisahausta
 - vuokrahöyläystä

**SYSMÄN
KELLO JA KULTA**

- korut
- kellot
- palkinnot
- kaiverrukset
- istutukset
- lahjatavarat
- myös korusuunnittelu ja valmistus
- sekä korjaus- ja muutostyöt

Sysmäntie 43, Sysmä
p. (03) 7172 771
avoinna ma-pe 9-17, la 9-13

**SYSMÄN
FYSIOTERAPIA**

fysioterapia, hieronta,
tukisukat,
Tempurtyyny ja -patjat

fysioterapeutti Heli Flink
0400 510 346
www.sysmanfysioterapia.fi

TERVETULOA!
Sysmäntie 42, Sysmä

EEMILIN METKUJA

EEMIL PORVARI

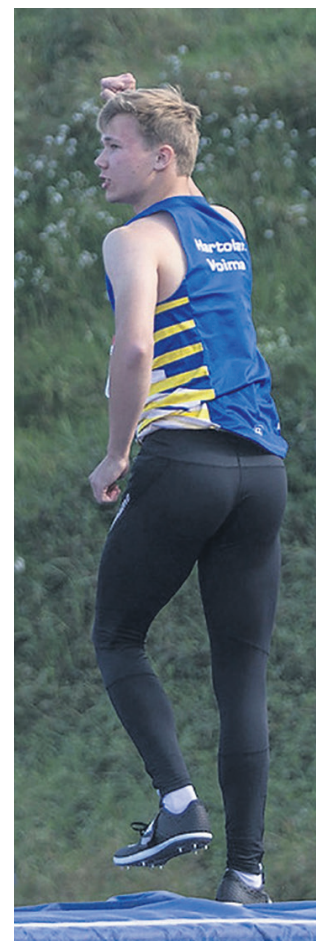
Kausi 2020 sujui odotuksiin ja lähtökohtiin verrattuna todella hyvin. 2019 syksyllä olkapään taka-osassa todettiin pahalaatuinen rasitusmurtuma. Murtuma vaati lepoa viiden kuukauden ajan. Lisäksi vähän sen jälkeen sairastuin mononukleoosiin, jonka seurauksena oli muutama viikko vietettävä sängyn pohjalla. Siitä toivuttua sain tietää, että taudin seurauksena osa sisäelimestä on saattanut turvota ja hyppimistä sekä kovempia kontakteja tulisi välttää ainakin kuukausi.

Harjoittelussa painottui juokseminen ja alavartalon voima. Muuta ei oikein pystynyt tekemään. Hallikaudella pikajuoksu ja aidat kulkivat nopeammin kuin koskaan, mutta hyppyissä näkyi vielä se, ettei ponnistuksia ollut niin paljon alla. Tammikuun lopusta kesää kohden mennessä

alkoi olkapään kuntoutus. Voimatasot saatiin yllättävän nopeasti hyvälle mallille ja kevään mittaa pystyi jo hihkaisuun heittämään keihästä lyhyellä vauhdilla.

Kesään ei ainakaan keihään osalta laitettu minkäänlaisia odotuksia, mutta silti pystyin parantamaan lähes metrillä ennätystä ja olin keihäessä alle 18-vuotiaissa maailmantilaston toinen sekä 10-ottelussa ensimmäinen. Suomen mestaruus tuli keihästä, kolmiloikasta ja 10-ottelusta. Pituudessa olin neljäs.

Nyt olen pystynyt tähän asti harjoittelemaan lähes täysin terveenä ja monella eri osa-alueella on menty hyvin eteenpäin. Jos koronatilanne sen sallii niin olisi hienoa päästä kesällä nuorten arvokisoihin edustamaan Suomea. Toivottavasti kehitys siirtyisi myös tuloksiin ja paikat pysyisivät ehjänä!



EEMILIN TAUSTATIIMI

JERE PORVARI

Urheilijan siirtyessä yleiseen sarjaan vaadittavat panostukset niin urheilijalta kuin tukitiimiltäkin kasvavat selvästi. Urheilusta tulee vähintään puoli ammattimaista tekemistä. Urheilija tekee kovan työn treenatessaan ja keskittyessään urheiluun. Leiritykset, kilpailumatkat, maajoukkumatkojen omavastuut, valmennuskulut, urheiluvälineet ja vaatteet, lihassuolto ym. maksavat vuodessa huomattavan summan.

Keijo Kylänpää on vetänyt Voiman yleisurheilun valmennusryhmää, johon Eemil yhdeksän vuotta sitten liittyi. Tästä on Keijo jatkanut henkilökohtaisena valmentajana iän ja taitojen karttuessa. Hartolan Voimassa on kilpailu- ja leirityskuluihin olemassa toimiva kulukorvausjärjestelmä. Tämä on hyvä etenkin nuoremmille urheilijoille.

Seuran ja yksittäisten tukijoiden lisäksi Eemilillä on ollut pari vuotta yhteistyökumppanina Koitin -Pertunmaan Osuuspankki ja Rakennusliike Porvari Oy. Täksi vuodeksi on tukitiimiin lähteneet myös Konepaja Seppo Suomi Oy ja Klima-Therm Oy. Eemilin tukitiimiin kuuluu myös fysioterapeutti Pekka Pyykkö, joka on hoitanut Eemilin kipeytyneitä paikkoja kuntoon!

Kiitos kaikille tukijoille ja yhteistyökumppaneille Eemilin urheilu-uran mahdollistamisesta!

Managerin hommia opetteleva isä

**Pitopalvelu
Marja
Häkkinen**

040 503 6845

TAKSI

Anne
Mannila

0400 352 872
Hartola



**PELTITYÖ tmi
TAPANAINEN**

040 0706675 • tapanainen.juuso@gmail.com

- Vesikourut
- Piipunpellitykset
- Ikkunapellitykset
- Kattoturvatootteet
- Ym. peltisepän työt

URHEILUKOULUSSA

KUVAT KRISTIINA HARJULA



Isompien eli yli 8-vuotiaiden urheilukoulussa tehtiin reaktioharjoituksia.

SARI OLKKONEN
urheilukoulu

Urheilukoulussa opitaan liikunnallisia perustaitoja ja hyvää urheiluhenkkeä.

Kunkku-Areenalla on koko syksyn ja kevään ajan jatkunut keskiviikkoisin lasten urheilukoulu.

Koronarajoitukset eivät onneksi katkaissheet alle 12-vuotiaiden harrastustoimintaa ja urheilijanalut ovat päässeet liikkumaan tauotta tutussa porukassa.

5-7-vuotiaiden ryhmässä vipeltää 20 lasta ja 8-11-vuotiaita treenaajia on ollut parhaimmillaan kymmenen.

Liikkumisen riemu paistaa jokaisen lapsen silmistä ja hippaleikit ovat vauhdikkaita jo ennen kuin Krisen pilli soi urheilukoulun aloituksen ja pienen hiljentymishetken merkiksi. Paikoilleen rauhoittuminen onkin todennäköisesti kaikkein vaikein asia pienimmille urheilukoululaisille, mutta sitä ei vaaditaakaan kuin ohjeiden antamisen ajaksi.

Muu aika on reipasta harjoittelua, peliä ja leikkiä.

Tunnin aikana harjoitellaan liikunnallisia perustaitoja, joiden hallitseminen on perusta myöhemmin opittaville lajitaidoille. Jokainen lapsi huomioidaan yksilönä niin, että kaikilla on mahdollisuus oppia ja onnistua. Innostava ja kannustava ohjaus saa jokaisen tekemään parhaansa. Yhdessä tekemisen riemu on vahvasti läsnä eivätkä muutkaan tunteet ole kiellettyjä. Liikunta ja urheiluhan on mitä suurimmassa määrin tunnetta, yleensä iloa, mutta pettymykset ja kyneleetkin kuuluvat urheiluun niin kuin elämään muutenkin. Anteeksipyyntöä ei unohdeta, jos epähuomiossa pahoitetaan toisen mieli. Ryhmässä opitaan kannustamaan kaveria ja käyttäytymään muutenkin hyvässä urheiluhengesessä. Täten luodaan perustaa lapsen kasvuun toisten huomioivaksi, liikkuvaksi aikuisiksi.



Urheilukoulun pienten ryhmän 5-8-vuotiaat innokkaat liikkujat.



Kilpaurheilun valmennusryhmäläiset koordinaatioharjoitusten parissa. Taustalla valmentaja Keijo Kylänpää antaa tarkempia ohjeita harjoitukseen.



Lihakset töihin esterataharjoituksessa.

Moukarihäkin kunnostusprojekti

JERE PORVARI

KUVAT ARTO NURMINEN

Hartolan urheilukentän kunnostusbudjetti oli erittäin tiukka. Kunnostusurakkaan ei laskettu uutta moukarihäkkiä mukaan. Kentän entinen heittohäkki ei ollut turvallinen ja oli muutenkin heikkokuntoinen. Toivoimme löytävämme kunnostuskelpoisen käytetyn heittohäkin, jonka kunnostaisimme uuden veroiseksi talkoilla. **Arto Nurminen** huomasi moukarinheittäjien facebook-ryhmässä ilmoituksen Loimaan kunnan uusivan moukarihäkinsä ja tarjoavan vanhan häkin ilmaiseksi "uuteen kotiin". Monien vaiheiden jälkeen moukarihäkki saapui Hartolaan Nurmisen pihaan. Häkin raudat olivat suorastaan ruma näky. Korjaushommia oli paljon. Repeämät hitsattiin, häkin tolpat hiottiin ja maalattiin, vinsit ja pylpyrät uusittiin.

Oma lukunsa oli myös se ettei kentän suunnittelija ollut piirtänyt eikä budjetoinut moukarihäkkiin kuin pelkän heittoringin. Verkon tolppien perustukset siis puuttuivat. Onneksi saimme vanhan moukarihäkin rakennekuvat Kerkko Sportilta ja niiden mukaan perustukset toteutettiin.

Auvisen nosturiauton avustuksella moukarihäkin siirto ja pystytys urheilukentälle sujui hyvin. Sitten ei muuta kuin uusi verkko paikoilleen tolppiin. Lopputulokseen voi olla ihan tyytyväinen.

Kiitokset kaikille talkootöihin osallistuneille! Eri-tyiskiitos Karille, Artolle ja Hannulle, jotka kantoivat päävastuun projektissa. Kiitos myös Hartolan kunnalle, joka maksoi kunnostusprojektin tarpeet!



Häkin purku, Loimaa, 20.5.2019.



Tolpat lähdössä kentälle, 8.7.2020.



Tolppien pystytys urheilukentälle.



Hitsauskorjausta, 8.6.2020.



Uudet vinsit, 27.6.2020.



Uusi upea moukarihäkki valmiina käyttöön.

19600 Hartola, p. 03-716 1135



KOSKENNIEMI
www.koskenniemi.com



ITÄ-HÄMEEN OPISTO
IHMINEN ENSIN.

Tie- ja Kiinteistöhuolto
Jouko Lehtinen

Kiinteistöpalvelut	Remonttipalvelut
Kiinteistönhoitopalvelut	Huoneistoremontit
Ulkoalueiden hoitopalvelut	Kylpyhuone- ja keittiöremontit
	Ulko- ja sisämaalaukset

19540 Koitti Puh. 040 579 1157
kiinteistohuolto.joukolehtinen@gmail.com

PALVELEVA
URHEILUKAUPPA

- Polkupyörät
- Ulkoilu
- Kalastus

Tunnetut tuotemerkit!
Tervetuloa!

sysmasport.fi
Sportti Valonen

URHEILU VALONEN
SYSMÄ PUH. 03-7172 799

KONEPAJA
SEPPO SUOMI OY

Risulantie 1, 19600 HARTOLA
Puh. (03) 7161 406
www.konepajasepposuomi.fi

Taksi Maritta Virtanen Oy
044 3088 600



Instagram
Facebook

Koneurakointi Pekka Kilpinen Oy

Pynnöläntie 90 • 19600 Hartola

p. 0400 246 828 • LANAUKSET • AURAUKSET
• TRAKTORITYÖT • TELÄ-KAIVINKONE

Hyvää ruokaa - yötä päivää!

JARI-PEKKA JARI-PEKKA
BUFFET à la carte

★ HESBURGER ★ KOTI PIZZA ★ SUBWAY ★ RUOKAKAUPPA

JARI-PEKKA® LEIPOMO TIMO-TAPIO
Hartola 24 H • www.jari-pekka.fi

PUUTYÖPALVELU HYNINEN KY

- puusepäntyöt
- remontit

Puh. 0400 121 521
kimmo.hynninen@visapuu.fi

T:mi Rakennus-
peltityö

Markku Uustalo

Juurikkaojantie 2
19600 HARTOLA
puh. (03) 716 9919
auto 0500-359 528

TAKSI

Jouko
Monola

HARTOLA
0400 207 080

T:MI RIHMALA

Vesa Vigman
Sisä- ja ulkomaalaukset
Henkilönosturi käytössä

P. 040 819 9766

Vuorenkyläntie 416,
19600 Hartola
vesa.vigman@phnet.fi

armadillo

NEULEITA VALMISTAVA YRITYS
TEHTAAN
SUORAMYYNTEI

Kuninkaantie 35, Hartola
puh. (03) 7161 716

Avoinna
ti-pe 10-16
la 10-13
TERVETULOA!

KAIVINKONE-
JA
TRAKTORITYÖT

POLTTOPUUTA

JANNE RUOPPI
P. 040 582 4096

STJ-RAKENNUS

Samuli Uustalo

Petäjästöntie 4 B 5,
HARTOLA

045 176 3810

HEINÄVUOREN LOMAMÖKIT

Juhani Nieminen
Heinävuorentie 206
19850 Putkijärvi
HARTOLA
0400 557 347
www.heinavuori.com

PETRI PIHAMAA



KULJETUS

Osmo Haikka Oy

HARTOLA

0400 716 249

KAIVINKONEURAKOINTIA
METSÄOJAKAIVURILLA JA PYÖRIVÄLLÄ KONEELLA

LASSI SOKKA

POHELA, puh. 0400 353 739, 0500 353 739

TILAUSAJOA

11- ja 53-paikkaisilla busseilla

Myös taksi ja invataksipalvelut

TAKSI SAMULI HAARASILTA

0400 494 696

www.samulihaarasilta.fi

Itä-Hämeen Museo

Koskipää, puh. 0440 770 149



PARTURILIIKE TUOMINEN

Puh. (03) 7162 278 • 0400 245 035
Keskustie 59, HARTOLA



Hartolan Apteekki

Keskustie 52 • 19600 Hartola
puh. (03) 716 1205
fax (03) 716 1532
hartolan.apteekki@apteekit.net
www.hartolanapteekki.fi

Palvelemme
ma-pe klo 8.30-17
la klo 8.30-14

Rex The King of Ski Waxes

**VOITTAJAN
VOIDEVALINTA**

VOODESTA 1952
www.rex.fi

T:mi Railin Puhtaus ja Pulla

Siivouspalvelut
Kotiapalvelut



Raili Tonteri p. 044 562 32 37
Tervahaudantie 16, Hartola • raili.tonteri@gmail.com

KUURNE PALVELUT OY

Perunkirjoitukset ja perinnönjaot
Kauppa- ja lahjakirjat
Lainhuudot ja muut kirjaamisasiat
Kaupanvahvistukset
Muut asiakirjapalvelut

Heikki 0400 468 770

Vesa 050 3071 557

toimisto@kuurnepalvelut.fi



ITÄ-HÄMEEN PAINEHUUHTELU

- Viemäreiden avaukset ja painehuuhtelut
- Sadevesi-, hiekka- ja rasvakaivojen puhdistukset
- Putkisto-kuvaukset
- Sulatukset



Putkiurakointi SIMPANEN OY

- LÄMPÖ, VESI, ILMASTOINTI
- MAALÄMPÖ • ÖLJYPOLTTIMET
- ASENNUS, HUOLTO, TARVIKEMYYNTEI

Myllypurontie 4, 18600 Myllyoja www.lvisimpanen.fi
050 447 7624 (Mikko Lauren) 040 775 7356 (Juha-Matti Kirkonpelto)
toimisto@lvisimpanen.fi

S-MARKET

Sinun.

S-market Hartola

Keskustie 50

19600 Hartola

p. 03-8713211

Katso aukioloajat:
www.hameenmaa.fi

BONUSTA
JOPA
5%
s-kanava.fi

HÄMEENMAA

ALOITA GOLF HARTOLASSA

Nyt on golfin aloittaminen helppoa
... ja halpaa.

ILMAISET KOKO ITÄ-HÄME GOLFAA -KURSSIT

Hartolan kunta ja Hartola Golf tarjoavat ilmaisen Golfkurssin kaikille vakituksille- ja vapaa-ajan asukkaalle Itä-Hämeen alueella (Hartola, Heinola, Sysmä, Joutsa, Pertunmaa). Tavoitteemme on lisätä liikuntaa ja tarjota parasta vapaa-aikaa kaikille.

HARTOLA
GOLF
KUNINKAANKUNTA
Hartola

HANKETTA TUKEE

Itä-Häme -lehti, OP Järvi-Häme,
Linna-Hotelli ja Itä-Häme opisto

ITÄ-HÄME OP Järvi-Häme

LINNA
HOTELLI ITÄ-HÄMEEN OPISTO

www.hartolagolf.com

Hiihtojaoston puheenjohtajan mietteitä

JOUKO LEHTINEN
hiihtojaoston puheenjohtaja

Kulun talvikausi oli taas kerran ns. normaali lumitalvi, vaikka alkoikin vasta vuoden vaihteen tienoilla ja päättyi hiihtokauden osalta pääsiäisen tienoilla. Hiihtokauteen liittyi tänä talvena monta tekijää, joista osa oli positiivisia ja osa vähemmän positiivisia

Positiivisena asiana voidaan pitää sitä, että tykkilumilatujen tekoon ei Hartolassa tarvinnut viime talvena ryhtyä kun luonnon lumi tuli lähes samaan aikaan pakkasten kanssa. Toki pientä pakkasta oli jo ennen lumisateita, mutta ei riittävästi lumen teon kannalta. Suurin ongelma lumen tekemisessä on käytettävän veden lämpötila, joka on jopa 6 astetta plussalla ja se taas vaatii vähintään saman verran pakkasta kiteytyäkseen lumihuutaleeksi. Tämä on asia, jota tulevina kausina täytyy lähteä kehittämään, jotta huonoina lumitalvina meillä on edes jonkilaiset mahdollisuudet harrastaa lajia

Toinen positiivinen asia oli se, että kuluvana talvena suksille löysivät monet uudetkin tai pidempään poissa olleet harrastajat. Tähän vaikutti varmasti suurelta osin vähemmän positiivinen asia nimittäin korona pandemia, joka Hartolassakin sulki lähes kaikki muut liikuntapaikat. Harrastajamäärien kasvu näkyy nimenomaan aikuisten harrastajien määrän lisääntymisenä, ei niinkään lasten ja nuorten, joita tietysti seuraväki toivoisi. Aikuisten harrastustoiminta kun ei juurikaan tuo heti lisää toimijoita tai harrastajia seuran toimintaan, ainakaan sellaisia, jotka joskus voisivat seurata edustaa kilpailuissa, mutta tästä huolimatta näen asian positiivisena, koska pitkässä juoksussa se tuo myös niitä nuoria harrastajia mukaan seuratoimintaan.

Vähemmän positiivinen asia kuluneella kaudella liittyy vahvasti korona pandemiaan ja sen aiheuttamiin rajoitustoimiin. Suurin osa kansallisen tason hiihtokilpailuista jouduttiin perumaan pandemian aiheuttamien rajoit-

tusten vuoksi tai nekin mitkä saatiin pidettyä järjestettiin tiukasti rajattujen ehtojen mukaisesti. Pahiten rajoitukset koskettivat suuria massahiihtotapahtumia, joista lähes kaikki peruttiin koronarajoitusten vuoksi. Tapahtumien peruuttamiset on monelle seuralle suuri taloudellinen menetys jo toisena vuotena peräjälkeen.

Toinen vähemmän positiivinen asia on vuodesta toiseen jatkuva keskustelu latujen hoidon tasosta. Valitettavasti tähän asiaan oli taas viime talvena tarvetta palata. Kunnossapitotöiden keskittäminen arkipäiviin on hieinan kyseenalaista, koska viikonloppuisin laduilla on eniten harrastajia ja näin ollen kulutuskin on suurempaa ja myös kunnossapidon tarve lisääntyy. Myös latukoneen kuntoon tulee jatkossa kiinnittää enemmän huomiota, koska koneen kunnolla on suora merkitys latujen kunnostustulokseen. Samoin tulisi kiinnittää huomiota koneen käyttäjien koulutukseen, koska myös sillä on merkitystä miten niitä latuja ajetaan.

**TILAUS-
LIIKENNE
ÄKMAN**

Åkman Kari
040 525 1357

kariakman8@gmail.com

**METSÄKONE-
URAKOINTIA**

HANNU SIREN KY

Vuorenkyläntie 540
Puh. (03) 7169 859
autop. 040 5212 190

**MAANRAKENNUS
PASI FLINK**

Kaivinkoneurakointi

puh. 0400 917 605

Asiakkaan asialla - aidosti
**TILITOIMISTO
TULOKSESI KY**

Keskustie 65, Hartola
Puh. 050 304 7678
e-mail:
liisa.pitkanen@tuloksesi.fi

**KARI
UUSTALO OY**



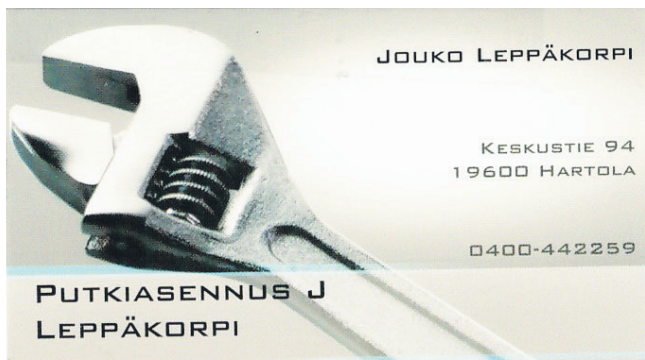
**HIRSITALOT
YM. RAKENNUSTYÖT
LAITURIT**

p. 0500-616 240
HARTOLA
www.kariustalo.fi

*Hartolan
Pullapaja Oy*

Keskustie 59
19600 HARTOLA

(03) 7161 960



JOUKO LEPPÄKORPI
KESKUSTIE 94
19600 HARTOLA
0400-442259
**PUTKIASENNUS J
LEPPÄKORPI**

**KAIVINKONE,
RUOPAUSTYÖT ja
LAVETTI-
KULJETUKSET**
TARMO OKSANEN KY

0400 886 746
Korpijärventie 124
19230 Onkiniemi

**KARI
HYNINEN**

Tien auraukset,
lanaukset ja polttopuuta

Riihiniemi
0400 155 508

Metsä-Pepe Ky

Pertti Mäkinen
Metsätalousinsinööri

0400 355 704

Aaronkuja 1, 19600 HARTOLA
p. (03) 716 1847
pertti.makinen@phnet.fi

**Unetun
hevostila**

Ratsastuksen
opetusta

www.unettu.fi
040-7303536
/Martina



**Kuljetus ja Jätehuolto
S. HYNINEN ky**
Visankuja 6, Hartola Seppo 0400 878 349

- jätekuljetukset
- maa-ainekuljetukset
- vaihtolavakuljetukset
- rahtikuljetukset
- loka-auto



KOSKINEN Ky

- Maanrakennus
- Sorat ja mullat
- Kuljetukset
- Auraukset

Lepsalantie 293
19540 Koitti

0400 121 008

Myös likakaivojen tyhjennykset



**NUOHOUS-
PALVELU
NATRI**
040 4157163
Ilmastoinnin puhdistukset
Sisäpiipun asennukset

TMI PILKE – TEEMU VIKMAN
P. 040 741 0020
www.pilketeemu.fi

- Erikoishakkuut, hakkuut ja raivaukset
- Pihapuiden kaadot
- Puutavaran ajo
- Polttopuiden teko koneella / -myynti
- Traktoriyöt

**KAIKKI MERKIT MEILTÄ
HARTOLAN
AUTO KY**

Keskustie 59, Hartola
MYYNTEI (03) 7162 275
HUOLTO (03) 7162 277

PÄIJÄTMAAN TILITOIMISTOT

Kirkkotie 7, 19600 Hartola
Avoinna ma-pe klo 9.00-16.00

JOUTSAN TILI JA ISÄNNÖINTI OY

Yhdystie 1, 2. krs, 19650 Joutsa
Avoinna ma, ke klo 10.00-16.00

Timo 050 505 6060 pajatmaan@phnet.fi
Piia 044 520 3141 piia.laitinen@luukku.com
Tuula 044 285 3380

www.koti.phnet.fi/tiki

- liikekirjanpidot
- maa- ja metsätalouskirjanpidot
- palkanlaskenta
- veroilmotukset
- perunkirjoitukset

PELTISEPÄNTYÖT

Henri Rolig
044 095 1833

Juhani Rolig
040 746 8679

- Saumapeltikatot
- Piipunpellitykset
- Räystäskourut
- Tikkaat
- Lumiesteet

JM ROLIG OY
jmroligoy@gmail.com

HIUSSTUDIO

58

044-2396758

WWW.HIUSSTUDIO58.FI

KESKUSTIE 58 19600 HARTOLA



BONGAA PIPO

SANNA VALJAKKA

Jääkiekkokaukalon laidalla oli bongattu hieno tupsupipo. Pipossa luki paikallisen urheiluseuran lyhenne. Voisiko meilläkin olla oma? Muutama viestin vaihto ja internetin maailmasta löytyi yritys, jolla oli juuri meille sopiva pipo väreineen ja logoineen jo valmiina valikoimissa.

Hiihtolomaksi saimme pipot käyttöön ja nyt niin Hartolassa kuin muuallakin Suomessa voi bongata meidän omia sinikeltaisia Voima-pipoja.



HaVon:n hiihtokoulu

PIRJO HAHL

Hartolan Voiman hiihtokoulu aloitti kautensa jouluuussa, kun lunta ei vielä ollut nimeksikään. Ensimmäiset hiihtokoulukerrat treenattiin Soriksen maastossa sauvojen kera, mutta joulun jälkeen tilanne muuttui, kun saatiin lunta. Tämä vaikutti myös hiihtokoululaisten määrään. Tammikuussa hiihtokoulussa oli parhaimmillaan mukana kymmenkunta osallistujaa. Ikähaitari vaihteli alle kouluikäisistä yksitoistavuotiaisiin. Hiihtokoulu kokoontui kauden aikana kaikkiaan 12 kertaa.

Viime vuoden tapaan hiihtokoulun opettajana toimi **Noora Pura** Joutsasta. Paitsi että harjoiteltiin hiihtotekniikoita, hiihtokoulussa leikittiin ja pelattiin sekä opiskeltiin yhdessä toimimisen taitoja. Koska ikähaitari oli näinkin iso, oli tarpeen huomioida kaikille mielekkäät harjoitukset. Myös Soriksen vaihteleva maasto oli omiaan mahdollistamaan erityyppiset harjoitteet. Lisäksi sää oli pääosin suosiollinen. Vain yhden kerran päädyttiin jättämään hiihtokoulu väliin, koska taivaalta vihmoi vettä, ja lumen

pinta oli jäinen ja liukas. Hiihtokoululaisten ei myöskään viime vuoden lailla tarvinnut hakeutua Joutsaan hiihtämään, koska lunta riitti hyvin täällä Hartolassa. Lisäksi hiihtokoulun näkökulmasta ladut oli toteutettu asianmukaisesti. Pienille, ja vasta-alkajille hyvän latu-uran merkitys on suuri, koska se ohjaa suksien kulkua silloin, kun sukset muutoin ohjaisivat hiihtäjän kulkua ja päämäärä olisi arvoitus.

Maanantaina 22.3. hiihtokoululaiset viettivät pieni- nuotoisia kauden päättäjisiä. Keväisen illan hämärässä päästiin vielä hiihtämään ja kertaamaan talven aikana tutuiksi tulleita harjoitteita. Paikallinen suksivoidevalmistaja Rex muisti hiihtokoululaisia tuubihuivein, kaulanauhoin ja tarroin. Nämä olivatkin lapsille hyvin mieluisia. Tästä kiitos Redoxin **Leena Virkille**. Hiihtokoulua sivusta seuranneena oli ilahduttavaa todeta erityisesti pienten hiihtokoululaisen huikea edistyminen talven aikana.

Hiihtokoulun osalta sukset on laitettu kesäteloille, mutta syksyllä on jälleen tarkoitus palata harrastuksen pariin.



Leikkejä hiihtokoulussa.

IN MEMORIAM

Reino Kantele
18.11.1949 -26.4.2021



Yksi suurista hiihdon ja seuratoiminnan aktiiveista on poissa. Näin voidaan hyvällä omallatunnolla sanoa. Tätä kirjoittaessa on kulunut vajaa viikko siitä kun elämä viimein päättyi sitkeästä taistelusta huolimatta vaikean sairauden murtamana.

Reino tuli Hartolan voiman hiihtojaoston toimintaan mukaan 90-luvun loppupuolella niinkuin allekirjoittanutkin. Reino toimi hiihtojaostossa puheenjohtajana 2000-luvun alusta syksyyn 2008 ja sen jälkeen jaoston aktiivisena jäsenenä aina kuolemaansa saakka. Reino toimi myös Lahden piirin hiihdon hallituksen jäsenenä kuuden vuoden ajan vuosina 2003-2008, sekä Hollolan Urheilijat -46:n ampumahiihtojaostossa vuosina 2006-2011. Seuratyön ohella Reino toimi myös omien lastensa valmentajana ja suksihuoltajana reilun 10 vuoden kilpailu-uran ajan 2000-luvun alusta lukien heidän saavuttaessaan kansallisen tason menestystä nuorten sarjoissa.

Reino oli myös tunnettu siitä että hän valmisteli asiat hyvin etukäteen, joihin ryhtyi. Näin hän myös toimi seuratoiminnassa. Reino vastasi 2000-luvun alusta aina viime vuosiin saakka lähes kaikesta Hartolan voiman hiihtopuolen kilpailutoiminnan tarvitsemasta suunnittelusta ja hyvin pitkälle myös käytännön töiden johtamisesta kilpailuiden aikana. Reinon organisoimana Hartolassa on järjestetty lukuisia kansallisia hiihtokilpailuita, maakuntaviestejä, piirinmestaruus- ja aluemestaruuskilpailuita, sekä lukematon määrä pienempiä kilpailuita.

Kuluneiden vuosien varrella on ollut monenlaisia projekteja, joiden tarkoituksena on ollut hiihdon toimintaympäristön parantaminen Hartolassa. Näissä projekteissa Reino oli aktiivisesti mukana ja usein myös se liikkeelle sysäävä voima. Yksi näistä oli, Hartolan voiman suurin yksittäinen ponnistus, vuonna 2003 tehty Eu-hankkeena toteutettu liikuntamajan reitistön kunnostus nykyiseen mittaansa ja laajuuteensa. Väheksymättä yhtään muita talkoisiin osallistuneita niin merkittävimmän työn reitistön suunnitteluun ja käytännön työn johtamiseen teki nimenomaan Reino. Ilman sitä panosta nykyistä liikuntareitistöä harjulle ei varmaan muuten olisi koskaan tullut. Reino oli myös merkittävässä roolissa Hartolan kunnan päättäessä 2007 syksyllä hankkia latukone kunnan latujen hoitoon, sekä yhdysreitien luomisessa liikuntamajan ja golfin välille vuonna 2008.

Tunnustuksena ansioistaan hiihtourheilun ja seuratyön hyväksi tehdystä työstä Reinolle myönnettiin Hiihtoliiton kultainen ansiomerkki vuonna 2017 Hartolan Voiman täyttäessä 90 vuotta.

Jouko Lehtinen
Hiihtojaoston puheenjohtaja

TJT-RAKENNE OY

- rakenne- ja rakennussuunnittelu
- pientalojen rakenne- ja lupakuvat
- vastaavan mestarin palvelut

Rakennusinsinööri (AMK) Jaakko Asikainen
040-821 6620
jaakko.asikainen@tjt-rakenne.fi

Kinnusen Saha ja Raivaus Oy

- metsänhoitotyöt
- pihapuiden kaadot
- metsän istutukset
- myrskytuhot
- polttopuiden teko
- tonttipuiden kaadot
- talonmiehetyöt
- lumentiputukset katoilta
- lumityöt ym.

Vilho Kinnunen
045 862 1147
vilho.kinnunen@netti.fi

- POLTTOPUUTA
- POLTTOPUUN PILKONTAA
- VESAKON MURSKAUSTA
- TEIDEN HIEKOITUS
- PYÖRÖPAALAUKSET
- LUMENAURAUKSET

MARKKU IHANAJÄRVI
p. 0400 611 786

Tupperware®

Sanna Valjakka

Tupperware Nordic A/S
Naavakuja 4
19600 Hartola
Mobile: 044 5629 190
s_valjakka@yahoo.com

**TILINTARKASTUS
HALMEKOSKI KY**

Tilintarkastusta

PUH. 0440 450 717

**LÄHIKAUPPIAS
VUORENKYLÄN
VALINTA
PETEN PUB
19850 Putkijärvi,
p. 03-716 0925**
MAALARI-HIPPU


0500-641 631


Rantalan
Lomamökit

Koiraystävällistä lomailua

0440 428 232

**LAHDEN
ENSIHOITO-
PALVELU OY**


(ent. Hartola-Symä Sairaankuljetus Oy)

Sertifioidut ensihoito- ja sairaankuljetuspalvelut Päijät-Hämeessä 24 h. Toimimme nykyisin Lahdessa neljän hoitoyksikön voimin. Meiltä voit tilata mm:
- ambulanssiirrot, -koulutuspalvelut, -tapahtumapäivystykset. Lisätietoja www.lahdenensihoitopalvelu.fi tai numerosta 0400 998 112


Tavarataivas
Osto- ja myyntiliike

 JM Rolig Oy 040-719 3939
tavarataivas1@gmail.com
M Multavuori Media Ky
 Kytörännantie 41, 19600 Hartola

- * Tietokoneet
- * Oheislaitteet
- * Tarvikkeet
- * Huolto

Timo Lehtosaari 040 585 9626
**Mannerheimin
Lastensuojeluliiton
Hartolan yhdistys**
 * muskarit * retket ja
tapahtumat
 * kesätoiminta yhteistyös-
sä kunnan kanssa

 Pj. Riikka Virman-Tonteri
www.hartola.mll.fi
hartolan.yhdistys@mll.fi
 0400 350 918

Sisko's Textiikki

 Ompelutarvikkeet.
 Ompelupalvelut.
 Kankaat.

 Uotinti 10 Symä.
 P 044 098 3293

"Laatu ei mene koskaan pois muodista"

**Rakennusliike
TAUNO HILDEN**

Rakentamisen moniosaaja

- Uudisrakennukset, peruskorjaukset, laajennukset
- Yksilölliset tulisijat
- Saunasisustukset ja pesutilojen laatoitukset

 Kuninkaantie 35, 19600 Hartola
 (03) 716 2650, www.rklhilden.fi
Maitovuori Oy
Vuorenkyläntie 2108
19850 PUTKIJÄRVI / VUORENKYLÄ
Sampsa Ahonen 040-5863911

JUKI MOTORS

P. 044 049 8301

TOHATSU



myynti ja huolto

Veneiden ja muiden säilytystilojen vuokraus.

Pakopeli Purnu
-kesäulkoilua rinteessä

www.purnu.com


KIINTEISTÖ- JA TOIMISTOPALVELU

Järvinen
 OY LKV

 Keskustie 52, Hartola, puh. 03-716 2510
 GSM 040-728 2934 Teuvo Järvinen

- Asuntojen ja kiinteistöjen välitys
- Arviointi • Notariaattitehtävät



Teollisuustie 4, 19600 Hartola

 Matti 0500 710 582, Annikki 0500 350 962
annikki.makinen@dnainternet.net

Yhdystie 1, 19650 JOUTSA
 p. 040 761 0237

 Metsäsuunnitelmat
 Kiinteistöarviot
 Kiinteistönvälitys LKV
 Energiapuukauppa

www.metsapirkka.fi
HAUTAKIVET

• pesut • huollot • oikaisut

 Myynti: Rauno Metsänen
 050 543 7010

Kumun Kylätalo (os. Husantie 13)
 vuokrattavissa juhlien pitopaikaksi astioineen.

 Tied. Hannu Heinonen 0400 234 516 tai
 Maija Pentikäinen-Laine 040 770 3592

www.lepsala.fi
Tule käymään tapahtumissamme!
TUOMO TUUKKANEN KY

 Rakennus- ja rakennesuunnittelua
 Rakennusvalvonta ja konsultointi
 tel. 044 550 5351
tuomo.tuukkanen@phnet.fi

RAUTAKAUPPALA OY

Joutsa, Länsitie 4

Puh. 020 792 0620

www.rautakauppala.fi

 Laatu tuotantoa
 oman seudun osajilta
www.hentinen.com
KH PRINT
 HIGH-QUALITY SCREEN PRINTING

Suomen johtava paitapaino

yli 1000 000
painettua paitaa vuodessa

KH-Print Oy Peltotie 6 19600 Hartola

VOIMANOSTO HISTORIAA

MATTI TANSKANEN

Pitkän linjan urheilumiehet **Erkki Hallman** ja **Tuomo Elfvingren** harrastivat poikavuosina jalkapalloa ja jääkiekkoa. Voimanosto alkoi miehiä kiinnostaa 1980-luvun vaihteessa. Kilpailuvietti vei miehet myös kisalavalle. Kansallisissa kisoissa alkoi tulla menestyä ja seuraennätyksiä.

Erkki Hallman osallistui vuonna 1990 voimanoston SM-kisoihin 40-vuotiaiden sarjaan sijoittuen viidenneksi. Vuonna 1991 hän sijoittui neljänneksi. Erkin ennätykset sarjassa 90 kg ovat jalkakyykky 255 kg, penkkipunnerrus 165 kg, maastanosto 255 kg. Yhteistulos 667,5 kg.

Tuomo Elfvingren osallistui 23-vuotiaiden SM-kisoihin sijoittuen 9. sijalle. Tuomon ennätykset sarjassa 82,5 kg ovat jalkakyykky 205 kg, penkkipunnerrus 145 kg, maastanosto 230 kg. Yhteistulos 570 kg. Tuomon lajivalikoimaan kuuluu myös hirrentyöntöennätys 8,16 m. Voimanoston kansallisen tuomarikortin omistava Tuomo on toiminut useissa SM-kisoissa tuomari tehtävissä.

Kansallisella tasolla kilpailleita voimanostajia:

Petteri Hirvonen, Timo Ahanen, Risto Kiiski, Janne Tuukkanen, Vesa Erämies, Juha Uggelberg, Mauno Nora, Ilkka Eromäki, Antti Vainio, Taisto Heino, Esa Kiuru, Tuomo Tuukkanen.

Hartolan Voiman Voimailujaosto tunnetaan hyvänä kilpailujen järjestäjänä. Perinteiset (Kunkkulan) voimanoston mestaruudet nostettiin ensimmäistä kertaa vuonna 1987. Marraskuun kolmantena päivänä vuonna 2007 oli 20-vuotisjuhlakisa. Kilpailuja on järjestetty penkkipunnerruksessa, leuanvedossa, vinopenkkipunnerruksessa ja hirrentyönössä.

Hartolan Voiman voimanostotuomarit vuonna 2007

Voimanoston kansallisen 1. luokan tuomarit Tuomo Elfvingren ja Matti Tanskanen. Voimanoston kansallisen 2. luokan tuomarit Erkki Hallman, Hannu Hakala, Timo Rantanen ja Seppo Komppa. Kansallisen 2. luokan tuomarilla on oikeus toimia tuomarina kansallisissa voimanosto ja penkkipunnerrus kisoissa.

VOIMAILUJAOSTON TOIMINTASUUNITELMA 2021

OSALLISTUTAAN KILPAILUIHIN.

MM, EM ja SM-kisat peruttu toistaiseksi ????

11.-12.12 Varustepenkin SM, kaikki ikäluokat ????

Varuste / klassisen penkkipunnerruksen masters SM, EM ja MM-kisoihin.

Tuomari tehtävissä SM / kansallisissa kisoissa.

Osallistutaan Suomen Voimanostoliiton sääntömääräisiin kokouksiin: kevätkokous 11.4. ja syyskokous 23.10.

Perjantaina 3.9.2021 järjestetään porraskunkku ja hirrentyöntökisat.

TAVOITTEET

MM-tason mitaleja 1 kpl,
EM-tason mitaleja 2 kpl,
SM-tason mitaleja 3 kpl.

Voimamalljapisteitä 100 pistettä.

VOIMAILUJAOSTON JÄSENET TOIMINTAVUONNA 2021

Pj.Matti Tanskanen	041 4618193	matti.tanskanen@phnet.fi
Tuomo Elfvingren	0400 429112	tuomo.elfvengren@sci.fi
Seppo Flink	0400 688768	seppofilink@netti.fi
Joona Rantanen	040 1411615	ptjoonarantanen@gmail.com
Pentti Virtakoivu	044 2845851	pentti.virtakoivu@gmail.com
Seppo Komppa	040 7166845	

TUOMO 60 vuotta 22.3.2021

Hartolan Voima Ry kiittää Tuomo Elfvingreniä 40 vuotta kestäneestä hyvästä yhteistyöstä!

VOIMAILUJAOSTON TOIMINTAKERTOMUS v. 2020

Jaostossa ovat toimineet

Pj.Matti Tanskanen	041 4618193	matti.tanskanen@phnet.fi
Tuomo Elfvingren	0400 429112	tuomo.elfvengren@sci.fi
Seppo Flink	0400 688768	seppofilink@netti.fi
Joona Rantanen	040 1411615	ptjoonarantanen@gmail.com
Pentti Virtakoivu	044 2845851	pentti.virtakoivu@gmail.com
Seppo Komppa	040 7166845	

Hartolan Voiman Voimailujaoston NOSTAJIEN SAAVUTUKSET VUODEN 2020 AIKANA

Masters-nostajat menestyivät erinomaisesti.

Seppo Komppa

Klassisen penkin SM-Kultaa, sarja M70 93 kg, tulos 130kg.

Seppo Flink

Klassisen penkin SM-Hopea, sarja M60 66kg, tulos 87,5kg.

Koronapandemia perui kaikki kansainväliset kisat ja osan SM-kisoista.

SM-mitaleja 1 Kultamitali 1 Hopeamitali

2020-vuoden voimamalljapisteitä 21 pistettä, sijoitus 86.

4.9.2020 järjestettiin Porraskunkku ja Hirrentyöntökisa yleisurheilujaoston kanssa.

Voimanostotuomarit kansallinen 1. luokka Matti Tanskanen.



Porraskunkku

Paikka: Kuntoportaat, Visantie 29.
Aika: Perjantai 3.9.2021 klo 17.00
Ilmoittautumiset 16.30-17.00
Sarjat:
Tytöt ja pojat alle 10 v.
Naiset alle 18 v., yli 18 v.
Miehet alle 18 v., yli 18 v.

Hirren- työntökisat

Paikka: Pesäpallokenttä
Aika: Perjantai 3.9.2021 klo 18.30
Sarjat:
Yleinen ja yli 50 v.

Järjestää:
Hartolan Voima ry.
Hartolan NMKY ry.
Hartolan kunta



KUNTOPORTAAT

Rahoittaja: Järvi-Hämeen Osuuspankki
Hankkeen toteuttaja: Hartolan Voima ry
Hankkeen vastaava: Matti Tanskanen
Rakennustyöt: Heigo Henno
Maasto- ja aputyöt: Hartolan kunta

Kuntoportaat on ympärivuotinen ja suosittu liikuntapaikka koronasta huolimatta.

PORRASKUNKKU ja HIRRENTYÖNTÖ- TULOKSET 4.9.2020

PORRASKUNKKU

Tytöt ja Pojat alle 10v.

1 Iitu Ylönen	26,7
2 Roni Hynninen	30,0
3 Siiri Elfvengren	32,5
4 Samuel Miller	35,6
5 Masi Kojola	36,4
6 Eedla Kojola	37,5

Naiset alle 15 v

1 Olivia Miller	24,6
2 Vilma Salo	25,2

Naiset yli 15 v

1 Sari Olkkonen	23,0
2 Kristiina Harjula	23,3
3 Hanna Elfvengren	23,4
4 Sanna Valjakka	23,8
5 Sanna-Kaisa Tervala	26,3
6 Raili Tontari	28,7
7 Mari Lehtosaari-Miller	32,0
8 Eila Kemppe	34,4

Miehet yli 15 v

1 Jani Tonteri	20,2
2 Miikka Kähönen	21,8
3 Jeremias Sankari	22,8
4 Vilho Uurainen	23,0
5 Kari Olkkonen	28,6
6 Rauno Nieminen	32,4

HIRRENTYÖNTÖ

Miehet alle 50 v

1 Mikko Rautkoski	7.48 m
2 Jani Tonteri	7.08 m
3 Miikka Kähönen	6.40 m

Miehet yli 50 v

1 Erkki Saarinen	7,50 m
2 Kai Mattila	6,88 m
3 Tuomo Elfvengren	6,72 m
4 Vilho Uurainen	6,44 m
5 Kari Olkkonen	6,37 m

ELF-Taksit Oy

Jorma Elfvengren
0400 351 725

Koitti Ry

Nokantie 314
19540 Koitti

p. 050 400 7902
koitti.ry@gmail.com

www.koittiry.net

MAALAUSLIIKE ARI VAINIKKA OY

19420 Mansikkamäki
puh. 0400 354 650

* Sisä- ja ulkomaalaukset * Tasoitetyöt



Suomen maalarimestariliiton jäsen



HIEROJA Hannu Pajunen

Käpykuja 10,
HARTOLA
Puh. (03) 7161 841,
040 508 4296

Hartolan FYSIOTERAPIA

KESKUSTIE 57
19600 HARTOLA
PUH. 7161 961



Visankuja 2,
19600 HARTOLA
Puh. 044 532 7014

AUTOKORJAAMO T & P Lahti

- Varaosat ja tarvikkeet
- Määräaikaishuollot
- Katsastuspalvelut
- Autosähkötyöt
- Webasto/Eberspächer (myynti, huolto, asennus)
- Ilmastointilaitteiden huolto
- Sijaisautopalvelu
- Asuntoauton vuokraus

www.autoasi.net

PELTONEN

VARMA PITO KELILLÄ KUIN KELILLÄ!
SKIN-PITOKARVA

TEHTY SUOMESSA
PRODUCERAD I FINLAND

PELTONEN
SKIN
PITOKARVA

Hartolan ja Sysmän alueella yhteyshenkilösi ovat

Teemu Sarhema	toimitusjohtaja	teemu.sarhema@op.fi	040 055 1180
Milla Virta	myyntijohtaja	milla.virta@op.fi	040 836 7547
Villepekka Ojala	asiakkuuspäällikkö	villepekka.ojala@op.fi	040 827 2570
Annaliisa Paanila	pankkilakimies	annaliisa.paanila@op.fi	010 254 7935
Tuomo Aalto	asiakkuuspäällikkö	tuomo.aalto@op.fi	040 620 4542
Eeva Harju	päivittäispalvelut	eeva.harju@op.fi	010 254 7942
Sari Heino	sijoituspalvelut	sari.heino@op.fi	010 254 7977
Anna Koskinen	rahoituspalvelut	anna.koskinen@op.fi	010 254 7941
Maria Lautaportti	päivittäispalvelut	maria.lautaportti@op.fi	010 254 7979
Kati Lavia	sijoituspalvelut	kati.lavia@op.fi	010 254 7975
Arja Toivonen	sijoituspalvelut	arja.toivonen@op.fi	010 254 7980
Anniina Vainoniemi	rahoituspalvelut	anniina.vainoniemi@op.fi	010 254 7969

Ollaan yhteyksissä!



Vanha Marttala

Keskustie 56
Hartola
040 140 3403
Tervetuloa!

EKL-Ohjaus
Tapio Nieminen
0400 353 992
www.ylavilppula.com

METSÄ- URAKOINTI

Kari
Olkkonen Oy

Omakotitie 13, Hartola
puh. 0400 120 695

Vesakon ym.
kasvuston
murskausta.
Tienvartet,
pellonpientareet,
kesannot.
Arto Nurminen
Puh. 0400 549 136

**JOUTSAN
JK-PALVELU**

**KESÄKUKAT
JOUTSAN TORILTA**

JARI KUPIAINEN
0440 550 584

KALOJA, MARJOJA,
SIENIÄ

Joutsan Isännöintipalvelu Oy
Jorma Lehtosaari

JIP Oy

044 561 3043

Ojitus, salaoitus, mätästykset, laikutus,
ym. kaivuutyöt, sekä tienhoitotyöt.

Koneurakointi Kaitra Oy
www.kaitra.fi

Markku p.0400 611 786, Ismo p. 0400 902978

**Rakennussuunnittelu
HANNU KIVINEN KY**

Lampitie 7, 19600 Hartola
puh. 0440 454 777, hannu.kivinen@rakennussuunnittelu.fi

- Murskesoraa
eri kokoja
- Seulottua ja välpättyä
soraa

**HONKAPÄÄN
SORA OY**
0400 155 177

VALPAS
METSÄPALVELUT
puh. 0400-138 445

SALMELA OY
Merkillisen reilu.

■ **Varaosat**
(03) 716 1161

■ **Huolto**
(03) 716 1638

Yhdystie 10, Hartola

**KULJETUKSIA
PUUTAVARA-AUTOLLA**

Kuljetus Simo litti Ky
0400 726 557

*Kampaamo
Maileen*

Kampaajamestari
Mari Lehtosaari-Miller
Ahontie 1, Hartola
03-7161 408

T:mi
KIINTEISTÖNHUOLTO

**MARKKU
TONTERI**

Puh. 0400 130 280

**KOITIN KUPPILA
VEHKALAHDEN KAUPPA KY**

• kauppapalvelut • pitopalvelu •
• mökkitalokkari • kahvilapalvelut •

03-7169 154

Koittintie 1239, 19540 Koitti

**METSÄKONEURAKOINTI
OSSI HUOPONEN OY**

• Metsä- ja kaivinkoneurakointia

19600 HARTOLA
Puh. 0400 173 997