

# KENSULAINEN 2/2006



**Lue Kensulainen, niin tiedät mm.**

- **Milloin on KENSUn 60-vuotisbileet**
- **Mihin Kieppi on menossa**
- **Mitä MM-potkuissa tapahtui**
- **Milloin valkoparta tulee**
- **Milloin starttaa Jyväskieppi 2007**



KENSULAINEN		2/2006
* Jäsenlehti 26. vuosikerta * Painosmäärä: 250 kpl * Toimittaja: Antti Lehtinen		
KENSULAISEN julkaisuaikataulu (suluissa aineiston jättöpäivä): 1/2007 maaliskuussa (15.3.) Seuraa myös jatkuvaa tiedottamista nettisivuillamme		
KENSU verkossa: <a href="http://www.kensu.fi">http://www.kensu.fi</a>		
<b>Johtokunta vuonna 2006:</b>		
Puheenjohtaja	Keijo Ilmavirta	Sysmääläntie 23 B, 40530 Jyväskylä, p. 040-503 6381, (014) 372 2765, E-mail: <a href="mailto:keijo.ilmavirta@panda.fi">keijo.ilmavirta@panda.fi</a>
Varapuheenjohtaja	Martti Tumanto	
Jäsenet	Antti Lehtinen	Halssilanperä 4 C 22, 40400 Jyväskylä, p. 050-414 2568, E-mail: <a href="mailto:antleht@hotmail.com">antleht@hotmail.com</a>
	Santeri Takala	Rasikatu 3 B 15, 40320 Jyväskylä, p. 050-401 4375
	Aimo Väisänen	Hallikkalanmutka 19, 40520 Jyväskylä, p. (014) 611 2066, 040-760 4559, Email: <a href="mailto:aimo.vaisanen@jao.fi">aimo.vaisanen@jao.fi</a>
	Paavo Pohjola	Soratie 4 as 10, 40930 Kinkomaa p. 040-727 3526
	Jorma Harjula	Kaakkoiskaari 4, 40530 Jyväskylä, p. (014) 372 1238 tai 040-576 1363, E-mail: <a href="mailto:jorma.harjula@kolumbus.fi">jorma.harjula@kolumbus.fi</a>
Rahastonhoitaja & kirjjanpitäjä	Pirjo Ilmavirta	Sysmääläntie 23 B, 40530 Jyväskylä, p. 040-717 4259, (014) 372 2765, E-mail: <a href="mailto:pii.ilmavirta@luukku.com">pii.ilmavirta@luukku.com</a>
Jäsenrekisteri	Keijo Ilmavirta	Sysmääläntie 23 B, 40530 Jyväskylä, p. 040-503 6381, (014) 372 2765, E-mail: <a href="mailto:keijo.ilmavirta@panda.fi">keijo.ilmavirta@panda.fi</a>
<b>Seuran jaostot ja niiden yhteyshenkilöt vuonna 2006:</b>		
Jyväskieppi	Arto Hakasalo, Jorma Harjula	
Luistelu	Aimo Väisänen, Mika Kanervo, Kari Niittylä	
Potkukelkka	Antti Lehtinen, Richard Van Camp	
Soutu	Jorma Harjula	
Kunto, veteraani	Paavo Pohjola	
<b>JÄSENMAKSU 2007 (perhe 20 eur, aikuinen 10 eur, lapsi alle 15 v. 5 eur) maksetaan seuran tilille: Nordea 128130-201949.</b>		
<b>Kansikuvassa KENSU meitä liikuttaa soutaen – Jyväsjärven kirkkovenesoudun voitto jäi tällä kertaa isännille, eli KENSUlle. Kuva Antti Lehtinen.</b>		

## TERVETULOJA KAIKKI!

28.10. klo 15 KENSU ry:n syyskokous

28.10. klo 15.30 Jyvä- ja kuntokiepin päättäjäiset Viitaniemen ammattikoululla.

28.10. klo 15 KENSU ry:n 60-vuotisjuhlat Viitaniemen ammattikoululla.

## Puheenjohtajan palsta

**KENSUn kesä sujui hyvin. Kiepin osakilpailut järjestettiin mallikkaasti ja tulostaso oli hyvä. Soutajat ja veteraani yleisurheilijamme menestyivät, lisäksi saimme kaksi edustajaa rullaluistelun EM-kisoihin. Jyväskylän uudistukset olivat epäonnistuneita, silti Kiepin kiertäjiä riitti ja kisa oli jännittävä viimeiseen asti.**

*Keijo Ilmavirta*

Taloudellisesti selviämme tämänkin vuoden, vaikka alustava budjetti oli kovasti negatiivinen. Uusia toimintatapoja ja sitä kautta uusia tuloja/säästöjä on vaikea löytää. Paras tie on saada lisää harrastajia Viitaniemen tekojälle, laajentaa kirkkovenetapahtumaa ja etenkin elvyttää ja kasvattaa Jyväskyläkieppiä. Seuran johtokunta on koko ajan toiminut aktiivisesti ja kehityshakuisesti.

KENSUn 60-vuotisjuhlat pidetään syyskokouksen ja Kiepin päättäjäisten yhteydessä Jyväskylän ammattiopistolla Viitaniemessä lauantaina 28.10.2006. Tilaisuus siirtyi oikealta juhlapäivältä tila- ja ravitsemusjärjestelyjen vuoksi. Tilaisuus pidetään rentona, joten asu on vapaa. **Muista ilmoittautua ruokailujärjestelyjen vuoksi**, kutsu on nähtävissä toisaalla tässä lehdessä ja nettisivuillamme [www.kensu.fi](http://www.kensu.fi).



**Keijo Ilmavirta aikoo vaihtaa roolia KENSUssa.**

Kuluva vuosi on minulle viimeinen eli viides vuosi puheenjohtajana. Tämä on ollut antoisaa aikaa, ajoittain tosin kovasti työllistävää sellaista. Tänä aikana olen saanut paljon ystäviä ja tuttuja sekä KENSUsta, muista seuroista, liikuntapalvelukeskuksesta että erilaisista sidosryhmistä. Kiitos kaikille kanssani olleille ja erityiskiitokset perheelleni. Seuran toimintaan jään aktiivisesti eri roolissa, joten vielä nähdään.

## KENSU 60 v.

**Synttäribileet 28.10. klo 16 Jyväskylän ammattiopistolla Viitaniemessä – TERVETULOA!**

Ilmoittaudu mieluiten sähköpostilla [keijo.ilmavirta@panda.fi](mailto:keijo.ilmavirta@panda.fi) tai 040-503 6381.

## Jyväskieppi 2006

**Tämän vuoden Jyväskieppi on saatu jälleen kerran pakettiin. Tämänkertainen Kieppi ajoittui Kensun juhluvuodelle, jolloin odotukset niin uusittujen matkojen, sääntöjen kuin myös osallistujamäärän suhteen olivat kovat. Suurin sääntömuutos oli vaihtaa pisteitä tuovien osalajien määrä viidestä kuuteen. Tällöin kaikkien lajien taitaminen nousi suureen rooliin mutta toisaalta velvoitti täten osallistumaan jokaiseen osalajiin. Haastavuutta ainakin löytyi!**

*Santeri Takala*

Jyväskieppi aloitettiin totuttuun tapaan 10 km:n luistelulla Viitaniemen tekojäärädalla helmikuussa. Samana päivänä pidettiin Hopealuistimen loppukilpailu sekä Maraton Cupin osakilpailu. Tämä asettikin kilpailun järjestäneelle KENSUn talkooväelle kovan urakan. Kieppiin osallistujille taas urakan teki kovaksi kireäksi yltänyt pakkanen joka paukkui 20 pakkasateen korvilla. Tämä saattoikin pelottaa osaa innokkaita kokeilijoita niin paljon, että kilpailu jäi sivu suun. Päälähdön voitto ja täysi pistepotti jäi odotetusti KENSUn jäsenelle, tällä kertaa Kari Huovilalle.

Seuraavana vuorossa oli hiihto maaliskuussa hyväkuntoisilla mutta myös vaativilla Huhtasuo – Vaajakosken laduilla. Kilpailuaamu valkeni luistelun tapaan kirpeässä pakkasessa ja lähtöpamauksen kajahtaessa pakkasmittari sinnitteli 15 pakkasateen nurkilla. Allekirjoittanut ei pakkasesta saatikka sitten lämmittelystä välittänyt vaan ryntäsi lähdön huumassa avausnousuun kärjen tuntumassa. Kilometrin jälkeen saatiinkin sitten katsella kansakilpailijoiden selkiä näiden ohittaessa jonomuodostelmassa liian kovaa lähteneen nuoren kollin. Kiepin 25 km:n mittaisen hiihdon vei lopulta nimiinsä KENSUn Timo Huhtala, joka on takonut kovaa jälkeä myös tämänvuotisessa Kalevan Kieroksessa.

Talvilajien jäätyä taakse oli hyvin aikaa valmistautua kesälajeihin ja ne aloitetaan superviikonloppuun. Kesäkuisen viikonlopun aikana vietiin läpi ensin lauantaina Laukaan Peurungassa 10 km:n soutu Vihtavuoren Pamauksen järjestämänä ja sunnuntaina 6,5 km:n juoksu Halssilan liikuntapuistossa KENSUn järjestämänä.

Soudussa riittikin purtavaa itse kullekin venekunnalle kirkko-, vuoro-, pari-, ja yksinsoutuveneissä. Siitä piti huolen navakkana puhissut tuuli. Alku 5 km:n taipaaleesta soudettiin vasta- ja loppuosa myötätuuleen. Parhaiten pisteiden valossa rankasta urakasta selvisivät vuorosoutuveneellä pari Ulla Yrjölä – Jukka-Pekka Järvinen.

Lauantain lihaskipuja siirryttiin poistamaan juoksun muodossa Halssilan vaativalle maastajuoksureitille. Lyhyt mutta rankka lenkki näkyi itse kunkin osallistujan kasvoilta kun noustiin viimeistä nousua Halssilan liikuntapuiston kentälle. Parhaiten koettelemuksesta selvisi KENSUn Timo Rinkinen.

Kuumimman kesälomakauden taituttua oli elokuussa vuorossa 25 km:n pyöräily Laukaassa, järjestäjänä CC Picaro. Helteinen sää siivitti kieppiläisten matkaa ja aika-ajona suoritettu kilpailu veti itse kunkin lihakset maitohapoille. Maitohappoja pääsikin kukin halukas poistamaan idyllisessä Varjolan maatilan telttasaunassa itse suorituksen jälkeen. Kiepissä täyden potin



veivät nimiinsä Oiva Lipsonen ja Santeri Takala.

Viimeisenä lajina oli edessä ennakoita arvoituksellisin ja siten ehkäpä juuri mielenkiintoisin suunnistus syyskuun alussa Suunta Jyväskylän järjestämänä. Se ei ratkaisevan lajin asemassa pettänyt odotuksia vaan Jyväskiepin kärjen järjestys menikin uusiksi suunnistuksen tulosten ratkettua. Kilpailumaasto oli testattu sopivasti Kieppiä varten viikkoa ennen Nuorten Jukolasissa. Allekirjoittanut totesi päivää ennen itse Kiepin kisaa ettei vetreät jalat korvaa puuttuvaa älyä vaan pummaili oikein koko rahan edessä Laajavuoren polkuviidakossa. Itse kilpailun kilpailussa vei KENSUn johtokunnan oma mies, Antti Lehtinen.

Kuusi hienoa lajia oli näin saatu pakettiin. Yhteispisteissä kokonaisuudessaan paras oli Timo Rinkinen, toisena Leino Nisula ja kolmas Santeri Takala. Naisten sarjan voitti Ulla Yrjölä kannoillaan Ulla Klemettinen ja Terhi Kokkonen. "

Yleisen sarjan kärkikolmikoksi muodostui lopulta Santeri Takala, Teemu Pitkänen ja Petri Ilomäki. M40 sarjassa mitalit veivät Timo Rinkinen, Kari Huovila ja Tenho Jokela. M50 parhaat olivat Leino Nisula, Aimo Väisänen ja Hannu Luoma, M60-sarjassa Jaakko Timperi, Tauno Pitkänen ja Jorma Harjula.



Ulla Yrjölä Kiepin suunnistuksessa. Kuva Juhoveikko Hytönen.

Ensi vuodeksi suunnitteilla on paluu vanhaan pistelaskusysteemiin, jossa kuudesta lajista viiden parhaan pisteet lasketaisiin kokonaispisteisiin mukaan. Myös lajien matkoja on tarkoitus pidentää. Tällä tavoin on tarkoitus houkuttaa mukaan aktiivikuntoilijoita haastavimmilla osakilpailuilla. Jokaisen nyt Kieppiin osallistuneen on hyvä muistaa myös vanha kunnon ”viidakkorumpu”, jolla saataisiin houkutelua lisää osallistujia tähän hienoon ja palkitsevaan kuuden kestävyyslajin tapahtumaan. Iso kiitos kuuluu myös yhteistyöseuroille menneestä vuodesta. Liikunnan iloa tulevalle vuodelle ja nähdään ensi vuoden Kiepissä!!

**KENSU 60 v.**

**liikuttaa meitä monin tavoin!**

**Tule mukaan sinäkin - vaikkapa Jyväskieppiin.**

## Soutukesä 2006

**Menneenä kesänä kensulaiset vetivät airoja jälleen ahkerasti. Kesän aluksi soudettiin Jyväskiepin osakilpailu Peurunkajärvellä. Neljästoista KENSUn järjestämä Jyväsjärven kirkkovenesoutu tarjosi jälleen kerran monelle mukavan liikuntahetken, josta vauhdikkaimmin nautiskeli isäntäjoukkue. Lisäksi soudettiin ainakin Lohjalla, Sulkavalla, Pirkansoudussa ja Joutsassa.**

*Aimo Väisänen*

### Lohjan järvipäivät

Heinäkuun ensimmäisenä viikonloppuna Lohjan järvipäivillä kensulaiset kalevankiertäjät herkistelivät Sulkavaa varten vuorosoudun 25 ja 50 km matkoilla. Ker-

rankin Lohjan kuuluisa metrinen aallokko pysyi piilossa ja soutukeli oli lähes ihanteellinen.

50 km matkalla Aimo Väisänen ja Eero Mäkipelto

ylittivät maalilinjan kaikista vuorosoutajista kolmantena. Aika 4:431:28 oikeutti oman sarjan voittoon reilulla erolla seuraaviin, häviten päivän nopeimmille vain reilut 3 minuuttia. Kierroksen puolikkaalla, sarjassa M alle 22v, parasta vauhtia pitivät vuorosoutupari Santtu Takala ja Joonas Mäkipelto ajalla 2:09:01, mikä on uusi reittiennätys

### Soutajat Sulkavalla

Sulkavan Suursoudut on jälleen onnellisesti takana, vaikka 58 km matka taitettiin viimevuotiseen tapaan 30 asteen helteessä. Kohtalainen lounaistuuli tarjosi paikoittelun niin vilvoitusta kuin vastatuulivastusta. Kensusta tähän maailman suurimpaan sou-

tutapahtumaan osallistui tänä vuonna neljä venekuntaa.

Lauantaina ensimmäisenä kensulaisena maalilinjan ylitti Eero Mäkipelto.

Ajallaan 6:17:15

Eero sijoit-

tui yli 50-vuotiaiden yksinsoudussa kahdeksanneksi eli hienosti palkintosijalle. Vuorosoudun sekasarjassa pitkästä ajasta starttiviivalle asettuivat Reijo Leino ja Anneli Mörä-Leino. Kohta jo kaksinkertaisten soutuneuvosten tavoitteena oli päästä palkintosijoille kahdeksan joukkoon. Reijo ja Anneli saavuttivat tavoitteensa kirkkaasti, sillä aika 6:17:15 toi heidät maaliin sarjansa viidensinä!

Loput Kensun vuorosoutajat hikoilivat sunnuntaina SM-lähdössä. Janne Loikka-



Kensulaisten vauhti oli Jyväsjärven kirkkovenesoudussa ylivoimaista tänä vuonna. Kuva Antti Lehtinen.

nen ja Tuomas Pirkkalainen kävivät vielä loppusuoralla tiukkaa kirikamppailua muutaman muun vuorosoutuveneen kanssa. Oman sarjan sijoitus oli kuitenkin ratkennut jo aikaisemmin, aika 5:33:02 oikeutti yleisen sarjan viidenteen sijaan.

Vuorosoudussa yli 55-vuotiaiden sarja oli kerännyt eniten osallistujia taistelemaan SM-mitaleista. Leino Nisula ja Aimo Väisänen joutuivat siis käymään kisaa toisensa. Pronssi ratkaistiin Keravan ja Kenson välillä alle puolen minuutin erolla - Leinon ja Amin hyväksi! Loppuaika oli 5:41:28. Onnittelut SM-mitalisteille!

### SM 35 km Pirkansoutu

Pirkansoutu soudettiin Pyhäjärvellä pilvipoutaisissa ja heikkotuulisissa, eli lähes ihanteellisissa olosuhteissa.

Parasta vauhtia pitivät seuramme nuoret vuorosoutajat, Janne Loikkanen ja Tuomas Pirkkalainen saaden ajakseen 3:08:00, mikä oikeutti SM-pronssiin. Vanhemmassa vuorosoutusarjassa Aimo Väisänen ja Leino Nisula soutivat myös hienosti, tuloksena parin ensimmäinen yhteinen Suomenmestaruus.

### SM 2000 m ja SM 10 km

Joutsan SM-soudut olivat kauden SM-kisojen päätössoudut. Nuorten edustajiemme Jannen ja Tuomaksen saaliina oli 2000 metriltä hopeaa ajalla 10:17,86.

SM 10km sunnuntaina oli myös tiukkaa taistoa, aika 51:07,54 oikeutti pojat pokkaamaan SM-pronssimitallit, häviten hopeankin vain reilulla sekunnilla.

Sarjassa M55 Aimo Väisänen ja Leino Nisula ylsivät SM-hopealle ajalla 53:56,89. Liekö tulokseen vaikuttanut millä tavalla Amin edellisen päivän 120 km:n Kalevankierroksen pyöräily?



Tuomas ja Janne SM-pronssille Pirkansoudussa (35 km) ajalla 3:08:00!

### Yllättäjät

Vuoden yllättäjät Suomen Soutuliitto juhlisti soutuksen päätöstä 2.9 juhlaillallisilla hotelli Arthurissa Helsingissä. Paikalla olivat mm. Suomen ykkössoutajat niin puu- kuin olympiaveneiden puolelta. Illan kohokohtana oli kaudella 2006 menestyneiden soutajien ja muiden soudun parissa työskentelevien palkitseminen.

Vuoden yllättäjiksi (keväällä seuramme liittyneet) puuvenesoudun puolelta valittiin kensulaiset Tuomas Pirkkalainen ja Janne Loikkanen. Soutuliiton perusteluina valinnalle olivat saavutetut yksi hopea ja kaksi pronssia avoimen vuo-



rosoudun SM-lähdössä sekä vuorosoutu-liigan kakkossija. Onnittelut menestyksekkäästä soutu-kaudesta sekä ansaitusta huomionosoituksesta koko seuran puolesta!

Seurapisteissä Kensu sijoitus 20 puuveneseuran joukossa oli hieno 14 tila. Tuomaksen ja Jannen lisäksi Kensulle pisteitä keräsivät Leino Nisula ja Aimo Väisänen.

## Kesäiset MM-potkut pääkaupunkiseudulla

**Potkulautailun toiset MM-kisat käytiin elokuun alussa pääkaupunkiseudulla. Kisat kokosivat potkijoita 12 eri maasta. Kensulaisista mukaan ennättivät Antti Lehtinen ja Richard Van Camp, joskin Richard tällä kertaa vain mikrofonin varteen.**

*Antti Lehtinen*

Potkulautailun MM-kisojen ohjelmaan kuuluivat perjantain sprintit ja viestit, lauantain sprinttimaastokisa ja sunnuntain maraton. Perjantaina kisailtiin olympiastadionin lähistöllä, lauantaina Oittaa ulkoilukeskuksessa ja sunnuntaina Nuuksiin menevällä tiellä.

Maastokisa Oittaaalla kulki pääosin hiekkapintaisella alustalla, joskin välillä kurvattiin pätkä asfaltoitua pyörätietä. Kisaan kuului myös vesieste, jonne pujahdettiin aurin gonottajien välistä pulahtamaan kuuluisaan Bodomjärveen.

Osallistuminen kannatti erityisesti tällä kertaa, sillä yllätyksekseni onnistuin potkimaan uuden ennätyksen (1.35.06,6) maratonilla ja toisaalta voitin

kaikkien osallistujien kesken arvotun Kickbiken. Tuo voittamani Kickbike oli kaunis, mutta tavallisen mallinen, joten sovinkin sen vaihtamisesta – lokakuussa minun pitäisi saada maastomallinen (XC).

Maraton ennätys oli yllätyksellinen sikäli, kun harjoituskilometrejä oli aiempaa vähemmän takana. Aiemmin olen käyttänyt Kickbikea kulkuneuvona työmatkoilla Halssilanperältä Agoraan, mutta nyt työttömänä ollessani treenailu on painottunut toisin. Hyvään maraton aikaan saattoi siivittää se, että

jätin perjantain sprintit väliin ja keskityin lillitelyyn Serenakylpylässä.

Niinpä tällä kertaa oli vähemmän jumissa olevia lihaksia jarruttamassa potkimista. Ainoastaan ongelmia aiheutti se, että käsien ja hartioiden li-



**Bodom-järven vesieste maastokisarakadalla. Kuva Jyrki Sääjärvi.**

hakset ovat liian heikkoja tiukan lasku- asennon pitämiseen. Näin ollen lasku- vauhti maksimissaan jäi ainoastaan 69 ki-



lometriin tunnissa. Aiempina vuosina on tullut samalla radalla rikottua 70 raja.

Täällä Suomessa mennyt kesä oli muuten potkukisarintamalla melko hiljainen, eikä Jyväspotkujakaan ole ainakaan vielä tullut järjestettyä. Yhtenä ajatuksena on, että järjestämme Jyväspotkut maastokisana tai ainakin XC-Kickbikeen tutustumis-

tilaisuutena vielä ennen talvea (sitten kun saan ko. menopelin; jos olet kiinnostunut – ota yhteyttä). Talvella ohjelmassa ovat MM-kisat Multialla 10. ja 11.3. Tuo jälkimmäinen päivä on sikäli harmillinen, että se osuu päälletysten Jyväskiepin hiihdon kanssa.

## Tuloksia (ks. myös <http://www.kensu.fi>)

### Potkulautailun MM-kisojen tuloksia 2006

Maastokisa, miehet, 7 km

	Name	nation	Time
1	Janne Mononen	FIN	19:26.34
2	Alpo Kuusisto	FIN	19:27.76
3	Kai Immonen	FIN	20:22.16
4	Hannu Vierikko	FIN	20:40.94
5	Jan Vlasek	CZE	21:05.72
6	Erwin Borremans	BEL	21:09.65
7	Tomas Porthin	FIN	21:21.44
8	René Elzinga	NED	21:37.37
9	Antti Lehtinen	FIN	21:59.33
10	Vasek Liska	CZE	22:03.99
11	James Cowley	AUS	22:32.44
12	Lars Kessler	GER	22:51.37
13	Martin Kadlec	CZE	22:52.54
14	Akseli Escartin	FIN	22:55.37
15	Paolo Quaranti	ITA	25:32.63

Maastokisassa ja maratonilla 24 miestensarjan potkijaa Kuvia ja tuloksia lisää ks. <http://www.kickbike.fi/>

Maraton, miehet 42,195 km

	Name	nation	Time
1	Kai Immonen	FIN	1:24:35.12
2	Mika Jääskeläinen	FIN	1:24:36.45
3	Hannu Vierikko	FIN	1:24:37.73
4	Alpo Kuusisto	FIN	1:24:38.32
5	Jan Vlasek	CZE	1:25:04.21
6	Janne Mononen	FIN	1:27:29.25
7	Erwin Borremans	BEL	1:28:42.12
8	Dani Niederberger	SUI	1:28:42.39
9	Tomas Porthin	FIN	1:31:20.74
10	Martin Kadlec	CZE	1:32:43.75
11	René Elzinga	NED	1:34:00.48
12	Antti Lehtinen	FIN	1:35:06.59
13	Lars Kessler	GER	1:35:11.82
14	Pedro Pinto Ribeiro	MAC	1:35:15.74
15	Vasek Liska	CZE	1:40:40.75

### Jyväskylän kirkkovenesoutu 2006

#### Kilpasarja

KENSU 18:04

Varikko Lievestuore 18:24

Vipan miehet 18:28

Joutsan soututeam (n:o 8) 18:58

Koekone Metso 19:02

Skanska talonrakennus 19:03

Valio 19:09

John Crane Oy Safematic 19:21

Metso Foundries 19:29

Jyväskylän Aluetaksi 19:32

Metso Paper Automation 19:36

Puistoklinikka 19:43

ViPan naiset 19:47

Petäjavesi 19:52

Fysiocenter 20:14

Keskimaa osk 21:19

#### Kuntosarja

Altek aluetekniika 20:50

JyLi 21:03

UPM, Wisa 21:27

Energia kolmio tieto 21:35

Jyväskylän kihlakunnan poliisilaitos 22:05

Jyväskylän Latu 22:31

JVA Oy 22:44

Jyv.Mlk:n Ruokapalveluyksikkö 22:49

Kirkko kuokkalaan 22:58

Kelan tietokonekeskus 23:15

Agora-center 23:30

Palokan koulukeskus 23:34

Jyv.Mlk:n vuokratalot 23:45

Jokelan koulu 24:41

Palokan Naisvoimistelijat 25:22

K-S opinto-ohjaajat ry 25:36

## KENSULAINEN 2/2006

## Jyväskieppi 2006

S	SS	Nimi	Sarja	Seura_lask	Luistelu	Hiihto	Juoksu
1	1	Rinkinen Timo	M40	Kensu 1	0:18:59 938,54	1:23:50 837,38	0:24:57 1000
2	1	Nisula Leino	M50		0:21:37 824,21	1:16:37 916,25	0:25:05 994,68
3	1	Takala Santtu	M	Kiepitäjät	0:20:07 885,67	1:14:29 942,49	0:25:15 988,12
4	2	Huovila Kari	M40	Kensu 1	0:17:49 1000	1:22:56 846,46	0:29:00 860,34
5	2	Pitkänen Teemu	M	Kensu 1	0:23:10 769,06	1:29:36 783,48	0:26:13 951,68
6	2	Väisänen Aimo	M50	Kiepitäjät	0:17:50 999,07	1:23:48 837,71	0:29:41 840,54
7	3	Jokela Tenho	M40	LieV I	0:24:35 724,75	1:27:20 803,82	0:29:45 838,66
8	3	Luoma Hannu	M50	K-PAU	0:19:23 919,17	1:33:30 750,80	0:30:20 822,53
9	4	Ilmavirta Keijo	M40	Kiepitäjät	0:20:34 866,29	1:48:40 646,01	0:30:11 826,62
10	1	Timperi Jaakko	M60	KuUS	0:22:15 800,75	1:37:47 717,91	0:35:44 698,23
11	2	Pitkänen Tauno	M60	K-PAU	0:22:20 797,76	1:40:00 702,00	0:32:49 760,28
12	3	Ilomäki Petri	M		0:20:08 884,93	1:12:41 965,83	0:26:29 942,10
13	4	Kääpä Lasse	M50	KuU	0:17:51 998,13		0:28:38 871,36
14	1	Yrjölä Ulla	N	T.U.U.S		1:31:12 769,74	0:31:39 788,31
15	2	Klemettinen Ulla	N	T.U.U.S	0:28:03 635,18	2:08:39 545,67	0:38:38 645,82
16	5	Hakasalo Arto	M40	LieV I	0:20:33 866,99	1:24:40 829,13	0:29:49 836,78
17	5	Hyvärinen Raimo	M50	LieV II	0:20:52 853,83	1:44:27 672,09	0:32:37 764,95
18	6	Holmstedt Markku	M40	LieV		1:29:51 781,30	0:27:07 920,10
19	3	Kokkonen Terhi	N	T.U.U.S	0:22:20 797,76	1:57:40 596,60	0:37:17 669,20
20	4	Kauppinen Pasi	M	Äänekoski		1:23:49 837,54	0:27:46 898,56
21	7	Vuorinen Veikko	M40	K-PAU	0:24:46 719,38	1:30:11 778,41	0:29:24 848,64
22	6	Oikarinen Risto	M50	K-PAU	0:23:55 744,95	1:51:57 627,07	0:32:45 761,83
23	8	Lipsonen Oiva	M40	LieV I	0:17:53 996,27	1:20:48 868,81	
24	5	Järvinen Jukka-Pekka	M			1:13:16 958,14	
25	7	Kapanen Ilari	M50	LieV I	0:23:32 757,08		
26	8	Väätäinen Veijo	M50	KuLS	0:18:37 957,03	1:30:11 778,41	
27	9	Laitinen Veli-Mikko	M40	LieV	0:23:32 757,08	1:40:38 697,58	
28	3	Harjula Jorma	M60	Kiepitäjät			0:36:31 683,25
29	6	Horila Toni	M	KeuVu	0:23:48 748,60	200,00	0:25:46 968,31
30	7	Lehtinen Antti	M	Kensu			0:27:32 906,17
31	8	Huhtala Timo	M	Kensun Kopardit	0:20:25 872,65	1:10:12 1000	
32	9	Mäkipelto Jani	M	Kensu	0:20:15 879,84	1:19:58 877,87	
33	10	Iitti Jukka	M	Kensu 1	0:19:51 897,57		
34	9	Mäkipelto Eero	M50		0:21:00 848,41	1:20:49 868,63	
35	11	Hänninen Risto	M	LieV II		1:35:49 732,65	
36	12	Kärkkäinen Eero-Tapani	M	Periferian Peto	0:23:45 750,18	1:34:31 742,73	
37	10	Vuopio Jari	M40	K-PAU			00:27:26 909,48
38	13	Lahtinen Kai	M	Kensun Kopardit	0:22:00 809,85		
39	14	Oikarinen Jouni	M		0:22:20 797,76		
40	15	Rauhala Timo	M	Kensun Kopardit		01:34:31 794,57	
41	10	Lahtinen Tapio	M50	LieV II			
42	4	Engblom Susan	N	T.U.U.S	0:23:18 764,66		
43	11	Villman Jyrki	M40		0:24:20 732,19		
44	16	Alfors Kenneth	M		0:28:48 618,63		
45	4	Kuvaja Reino	M60		0:29:10 610,86		

## KENSULAINEN 2/2006

Soutu	Pyöräily	Suunnistus	Lajeja	Pisteet	Nimi
1:08:15 932,11	0:42:41 913,32	0:55:18 980,71	6	5602,06	Rinkinen Timo
1:04:55 979,97	0:42:03 927,07	1:03:32 853,62	6	5495,81	Nisula Leino
1:06:26 957,60	0:38:59 1000	1:16:40 707,39	6	5481,27	Takala Santtu
1:09:38 913,60	0:41:13 945,81	1:03:45 850,72	6	5416,94	Huovila Kari
0:46:47 951,99	0:43:21 899,27	1:03:50 849,61	6	5205,10	Pitkänen Teemu
1:04:55 979,97	0:44:29 876,36	1:38:51 548,64	6	5082,29	Väisänen Aimo
0:46:47 951,99	0:42:12 923,78	1:38:47 549,01	6	4791,99	Jokela Tenho
1:15:40 840,75	0:44:15 880,98	1:35:38 567,10	6	4781,33	Luoma Hannu
0:46:47 951,99	0:46:16 842,58	1:39:05 547,35	6	4680,83	Ilmavirta Keijo
1:07:28 942,93	0:47:32 820,13	1:39:22 545,79	6	4525,74	Timperi Jaakko
0:46:47 951,99	0:49:37 785,69	1:46:17 510,27	6	4508,00	Pitkänen Tauno
1:06:04 962,92	0:53:22 730,48		5	4486,27	Ilomäki Petri
1:07:28 942,93	0:41:10 946,96	1:19:11 684,91	5	4444,30	Kääpä Lasse
1:03:37 1000	0:44:17 880,32	1:10:59 764,03	5	4202,39	Yrjölä Ulla
1:10:23 903,86	0:49:06 793,96	1:33:35 579,52	6	4103,99	Klemettinen Ulla
	0:43:18 900,31	1:23:35 648,85	5	4082,07	Hakasalo Arto
0:46:47 951,99	0:46:36 836,55		5	4079,41	Hyvärinen Raimo
0:46:47 951,99	0:44:32 875,37	1:46:55 507,25	5	4036,01	Holmstedt Markku
0:53:17 835,85		1:37:08 558,34	5	3457,75	Kokkonen Terhi
	0:47:51 814,70	1:08:55 786,94	4	3337,74	Kauppinen Pasi
	0:44:39 873,09		4	3219,52	Vuorinen Veikko
0:46:47 951,99			4	3085,83	Oikarinen Risto
	0:38:50 1000		3	2865,08	Lipsonen Oiva
1:03:37 1000		1:03:31 853,84	3	2811,99	Järvinen Jukka-Pekka
0:46:47 951,99	0:43:20 899,62		3	2608,69	Kapanen Ilari
	0:45:29 857,09		3	2592,53	Väätäinen Veijo
		1:34:58 571,08	3	2025,74	Laitinen Veli-Mikko
1:21:06 784,42		1:46:09 510,91	3	1978,58	Harjula Jorma
			3	1916,90	Horila Toni
		0:54:14 1000	2	1906,17	Lehtinen Antti
			2	1872,65	Huhtala Timo
			2	1757,70	Mäkipelto Jani
		1:03:43 851,16	2	1748,73	Iitti Jukka
			2	1717,05	Mäkipelto Eero
	0:47:58 812,72		2	1545,37	Hänninen Risto
			2	1492,90	Kärkkäinen Eero-Tapani
			1	909,48	Vuopio Jari
			1	809,85	Lahtinen Kai
			1	797,76	Oikarinen Jouni
			1	794,57	Rauhala Timo
	0:49:12 792,34		1	792,34	Lahtinen Tapio
			1	764,66	Engblom Susan
			1	732,19	Villman Jyrki
			1	618,63	Alfors Kenneth
			1	610,86	Kuvaja Reino

Ks. Jyväskiepin pyöräilyn tulokset <http://batman.jypoly.fi/~tuito/picaro/kisat.php>

Ks. Jyväskiepin suunnistuksen tulokset, väliajat ja kuvat <http://www.petpet.fi/suunnistus/>

KENSULAINEN 2/2006

**Kuntokieppi 2006**

S	Nimi	Seura_lask	Lajeja	Pisteet
1	Pohjola Paavo	Kensu	3	2408,61236
3	Karetie Pirjo	Kensu	2	1783,76963
4	Lehtoranta Leila	PöPe	2	1524,81257
2	Riikonen Tapani	Hanka	1	937,286203
5	Mäkelä Marketta		1	936,218679

**Jyväskiepin joukkuekisat 2006**

Yleinen								
	Joukkue	Luistelu	Hiihto	Juoksu	Soutu	Pyöräily	Suunnistus	Pisteet
1	Kensu 1 Huovila Kari, Iitti Jukka, Pekkala Timo, Pitkänen Teemu	2 836,11	2 467,32	2 812,03	2 797,70	2 758,40	2 682,59	16 354,15
2	Kieppitäjät Harjula Jorma, Ilmavirta Keijo, Takala Santtu, Väisänen Aimo	2 751,02	2 426,21	2 655,27	2 889,56	2 718,94	1 803,38	15 244,39
3	T.U.U.S	2 197,60	1 912,00	2 103,32	2 739,71	1 674,27	1 901,89	12 528,80
4	K-PAU Engblom Susan, Klemettinen Ulla, Kokkonen Terhi, Yrjölä Ulla	2 383,50	2 156,28	2 580,64	1 792,74	1 754,07	567,10	11 234,33
	Luoma Hannu, Oikarinen Risto, Vuopio Jari, Vuorinen Veikko							

Firma								
	Joukkue	Luistelu	Hiihto	Juoksu	Soutu	Pyöräily	Suunnistus	Pisteet
1	LieV I Hakasalo Arto, Jokela Tenho, Kapanen Ilari, Lindqvist Antti,	2 620,35	2 501,76	1 675,44	1 903,98	2 824,08	1 197,87	12 723,47

**KENSU:n Veteraaninaisten yleisurheilun ja luistelun SM-, PM-, EM- ja MM-mitalit, vuosi 2006**

Henkilökohtaiset ja viestit	Sarja	Kilpailu	Laji	Tulos/Aika	Suomen ennätys	Kultaa	Hopeaa	Pronssia
Terhi Kokkonen	N55	SM-Vauhdittomat hy- pyt, Tampere	pituus	235		x		
			kolmi- loikka	660		x		
			korkeus	103			x	
	N55	SM-Halliyleisurheilu, Helsinki	60 m	8,71	SE	x		
			200 m	30,71	SE	x		
			400 m	1.00,57	SE	x		
			60m aj	11,19		x		
			pituus	400		x		
			kolmi- loikka	839		x		
			korkeus	128	SE	x		
	N50	SM-luistelut, Oulu	kuula	8,24				x
			500 m	1.14,21		x		
			3000 m	7.03,36		x		



KENSULAINEN 2/2006

	N40	SM-viestit, Kangasala 1.7.2006	4x100m	59,27			x		
	N55	EM-yleisurheilu, Poznan, Puola 19.-30.7.2006	Ruotsalaisviesti (100-200-300-400)	2.42.69	SE		x		
	N55	SM-yleisurheilu, Kuopio 4.-6.8.2006	5-ottelu 80m aj 200m	3969 14,65 30,11	SE (SE) (SE)		x		x x
	N55	SM-yleisurheilu, Kuopio 4.-6.8.2006	100m 200m 400m 80m aj. 300m aj. kolmi- loikka pituus korkeus kuula	14,28 29,90 1.08,93 14,49 52,87 7,97 398 130,00 8,51	SE SE SE SE SE		x x x x x		x x x
	N55	SM-ottelut, Orimattila 19.-20-8-2006	7-ottelu	5408	pis- SE		x		
Anneli Leino	Möra- N50	Potkukelkkailun MM-kisat, Multia	Marathon (naiset yli 45-v)	1.56,24			x		
	N40	SM-viestit, Kangasala 1.7.2006	4x100m	59,27			x		
	N50	SM-yleisurheilu, Kuopio 4.-6.8.2006	3x400m 3x800m 100m 200m 400m 800m	3.25.98 8.02.56 15,88 32,11 1.12,67 2.44,04	SE SE		x x x x		x x
Silja Salmijärvi	N40	SM-viestit, Kangasala 1.7.2006	3x400m 3x800m	3.25.98 8.02.56	SE SE		x x		
	N45	SM-yleisurheilu, Kuopio 4.-6.8.2006	Ruotsalaisviesti (100-200-300-400) 1500m 800m 400m 200m	2.42.69 5.25,87 3.34,44 1.08,98 30,9	SE		x x		x

Päivi Mäenpää	N40	SM-viestit, 1.7.2006	Kangasala	4x100m Ruotsa- laisviesti (100- 200-300- 400)	59.27  2.42.69		x  x		
Katri Munukka	N40	SM-viestit, 1.7.2006	Kangasala	4x100m 3x400m 3x800m Ruotsa- laisviesti (100- 200-300- 400)	59.27 3.25.98 8.02.56  2.42.69		x x x  x		
						SE			
						SE			

## Tulokset netistä!

Muita tuloksia löydät KENSUn nettisivuilta – tulospalvelusta!

<http://www.kensu.fi>

## Kuvia Jyväskiepin suunnistuksesta



Kärki leimaa ykkösellä. Kuva Juho-Veikko Hytönen.





Kärjen jälkeen kuhinaa ykkösellä riitti. Kuva Juho-Veikko Hytönen.



...ja riitti. Kuva Juho-Veikko Hytönen.





**Ulla Klemettinen miesseurassa ykkösellä. Kuva Juho-Veikko Hytönen.**



**Jukka Iitti Leimaa 11. rastilla. Kuva Juho-Veikko Hytönen.**



## Kilpailukutsuja

### *Jyväskylän luistelu & Suomen luisteluliiton maratoncupin osakilpailu*

- Aika: La.3.2.2007 klo 11.00  
 1. erä klo 11.00: luistelu aika n. 19-25min. (N, N40, M50, M60)  
 2. erä klo 12.00: luistelu aika alle 19 min. (Myl, M40)  
 3. erä klo 13.00: hitaammin kiihuhtavat ja kuntosarjan 5km.  
 Mikäli osanottajia on vähän, niin järjestäjä pitää oikeutettuna yhdistää lähtöjä.
- Paikka: Viitaniemen tekojää, Jyväskylä
- Sarjat: N20, Nyl, N40, M20, Myl, M50, M60, Nkunto, Mkunto
- Matkat: 10km ja kuntosarja 5km
- Kierroslaskenta: Jokaisella kilpailijalla tulee olla oma kierroslaskija. Tarvittaessa KENSU järjestää laskijan (10 €), joka on varattava ennakkoilmoittautumisen yhteydessä.
- Osallistumismaksu: Jyväskylän maksu 12 € ja maratoncupin osallistumismaksu liiton suositusten mukaisesti. Maksut KENSU:n tilille 128130-201949 (kuitti mukaan) tai paikan päällä.
- Pankkiyhteys: NORDEA 128130-201949
- Osallistumisen varmistaminen: Viitaniemessä 1 h ennen omaa erää.
- Ilmoittautuminen: Ennakkoilmoittautuminen to 1.2. mennessä: Kari Niittylä, p 040-5822472 (työ) tai 014-3783580, email: [kari.niittyla@jao.fi](mailto:kari.niittyla@jao.fi), keijo.ilmavirta@panda.fi 040-5036381 ja aimo.vaisanen@jao.fi
- Palkinnot: Sarjojen 3 parasta palkitaan ja kuntosarjassa palkinnot arvotaan. Lisäksi kaikkien osallistujien kesken arvontapalkintoja.
- Muuta: **Retkiluistimilla** voi myös osallistua! KENSU vuokraa tarvittaessa.
- Järjestäjä: KENSU ry

**Jyväskiepin hiihto 25 km vapaalla tyyllillä**

- Aika: Su 11.3.2007 klo 11.00
- Paikka: Huhtasuon Liikuntapuisto, Jyväskylä
- Sarjat ja matkat: Naiset YL, N40, N50 25 km ja N16 9 km  
Miehet YL, M20, M40, M50, M60 25 km ja M16 9 km  
Kuntosarja 9 km ja 25 km
- Kilpailukanslia: Huhtasuon ala-aste, Suluntie 18 (klo 09.30 =>) (Numerot, ilmoittautuminen, maksut, palkintojen jako, pukeutuminen, suihkut + saunat)
- Hiihtotyyli: Vapaa tyyli
- Osallistumismaksu: Ilmoittautumisen yhteydessä KSOP Seppälä, Huhtasuon Hiihto 2000 ry 529095-210561. Täysmatkat 14 € ja puolimatkat 7 € . Tai paikan päällä 1 tunti ennen kilpailun alkua. Jälki-ilmoittautumislisä 2 €.
- Ilmoittautuminen: Sami Hildén, Huhtasuon Hiihto 2000 ry  
s-posti [sami.hilden@konekorhonen.com](mailto:sami.hilden@konekorhonen.com) 8.3.2007 mennessä.
- Reitti: Hiihdettävä lenkki 25 km (1 kierros), kuntosarja 9 km (1 kierros);  
Reitti: Huhtasuon Liikuntapuisto, vesitornin lenkki, Halssilan hiihtomaa, vasemmalle Vaajakosken suuntaan, ennen suota vasemmalle, Vaajakosken 10 km lenkki, Vaajakosken urheilukenttä, Halssilan hiihtomaa, Halssilan urheilukenttä, Kangasvuoren kautta Huhtasuon koululle (maali). Kuntosarja starttaa 5 min myöhemmin ja kääntyy 1. nousun jälkeen oikealle, Halssilan hiihtomaasta Halssilan urheilukentän kautta maaliin (Huhtasuon koulu). Eli kuntosarja ei hiihdä Vaajakosken suuntaan.
- Muuta: Tule ajoissa, kilpailukeskukseen on matkaa noin 500 m kilpailukansliasta. Mehutarjoilu + sauna! Reitti on yhtenä lenkinä. Tutustu karttaan.  
(p.s. osallistuminen ei edellytä koko kiepin kiertämistä)
- Tiedustelut: Sami Hildén puh. 045-1372014 ja Juha Tuikkanen puh. 045-1372015
- Järjestäjä: Huhtasuon Hiihto 2000 ry  
[www.huhtasuonhiihto2000.fi](http://www.huhtasuonhiihto2000.fi)

**Luisteluvuorot 2006-2007 Viitaniemen tekojää**

Ti 18:00 - 19:30, to 16:15 - 17:45 ja la 08:45 - 10:00. Tervetuloa myös retkiluistelijat.  
Jäsenille luisteluvuoron hinta on 30 euroa. Jäsenmaksun 10 euroa voit maksaa samalla kertaa.  
Maksu suoraan seuran tilille 128130-201949, maksukuitteja saat myös jäävuoroilla.

## KENSUn luistelukoulut

Luistelukouluja järjestetään torstaisin ja lauantaisin.

Kumpanakin päivänä kokoontuvat kaikki seuraavasti:

- torstaisin klo 16:30 - 17:30
- lauantaisin klo 9:00 - 10:00
- aikuisten ryhmä vain lauantaisin

Syksyn ja kevään jaksot sisältävät 5-6 luistelukertaa, alustavasti on varattu viikot syksy 46-50 ja kevät 2-7.

### Ryhmät ovat:

- 3-5 v. alkeet
- 4-6 v. jatko
- 6-8 v. peruluistelu
- 6-10 v. pikaluistelun alkeet / Short Track (hokkarit käy)
- 7-15 v. pikaluistelun harraste-ryhmä (joko to tai su, sovitaan ryhmän kanssa)
- Aikuisten alkeiskurssi

Ryhmiin mahtuu n.10 lasta / ryhmä / päivä.

### Varustus:

Jokaisella tulee olla omat luistimet ja kypärä. Pikaluistelussa mahdollisuus lainata luistimet KENSULTa.

### Hinta:

25 e/jakso. Hinta sisältää opetuksen, vakuutuksen, luistelupassin ja jäsenmaksun sekä pikaluistelussa luistimet.

### Ilmoittautuminen ja lisätietoja:

Pe 10.11. mennessä: Andreas Henricson, sähköposti: vianhenr@cc.jyu.fi; p. 050-3445322.

### TERVETULOA!

KENSUn luistelujoukko



## Kensun pikkujoulut

Tervetuloa Kensun pikkujouluihin sunnuntaina 10.12.2006 klo 16-18  
Ladunmajalle (Ronsuntaipaleentie 295, Taka-Keljo Kolmisoppinen)

### Tarjolla

- Riisipuuroa, mehua, torttuja, kahvia
- Joulupukin vierailu
- Leikkejä
- Yhteislaulua

Toivomme, että jokainen toisi mukanaan pienen lahjapaketin.  
Myös kaikki luistelukoululaiset perheineen ovat tervetulleita.

# 2

**Huom! Ilmoita osoitteenmuutoksista [keijo.ilmavirta@panda.fi](mailto:keijo.ilmavirta@panda.fi), 040-503 6381. Kiitos!**

Pyydetään palauttamaan ellei vastaanottajaa tavoiteta:

KENSU RY / Keijo Ilmavirta  
Sysmäläntie 23 B 7  
40530 JYVÄSKYLÄ

## Tapahumakalenteri

### KENSU ry:n syyskokous

28.10. klo 15 Jyväskylän ammattiopisto, Viitaniemi

### Jyvä- ja kuntokiepin päättäjäiset

28.10. klo 15.30 Jyväskylän ammattiopisto, Viitaniemi

### KENSU ry:n 60-vuotisjuhlat

28.10. klo 16 Jyväskylän ammattiopisto, Viitaniemi (Ilmoittaudu mieluiten sähköpostilla [keijo.ilmavirta@panda.fi](mailto:keijo.ilmavirta@panda.fi) tai 040-503 6381).

### KENSUn pikkujoulut

10.12. klo 16 - 18 Ladun majalla

### Jyvä- ja Kuntokieppi 2007

3.2. Jyvä- ja Kuntokiepin luistelu / Jyväskylä, Viitaniemi; kisa on samalla Suomen luisteluliiton maratoncupin osakilpailu

11.3. Jyvä- ja Kuntokiepin hiihto / Jyväskylä, Huhtasuo

### Muut tapahtumat

Porkkanatalkoita ei ole vuonna 2006 pienen sadon vuoksi. Ensi vuonna sitten!!!

### Tarkista nettisivuiltamme viimeisimmät aikataulut ja tiedotteet!

<http://www.kensu.fi>

### Muita hyödyllisiä nettiosoitteita:

<http://www.luisteluliitto.fi>

<http://www.luisteluliitto.fi/rullaluistelu/>

<http://www.soutuliitto.fi>

<http://www.potku.fi>