

KENSULAINEN



1/2009



Sisältö

Puheenjohtajan palsta	3	Nainen Jyväskylänvisoudun takana	13
Jyväskieppi 2009	4	Lasten luistelukoulut jälleen suosittuja	15
Missä veneessä Kiepin soutuun 2009?	6	Short trackin SM-kisat	16
KKI-naiset Jyväskiepissä	7	Tuloksia	17
KENSUlaisia luistelijoita jäämaratoneilla	8	Kilpailukutsuja	21
Kensulaiskuvassa Paavo Pohjola	10	Kuvia	23
Kensulaisten tiukat kirit MM-taistoissa	11	Tapahtumakalenteri	24
Eurooppasoutu	12		

- * Jäsenlehti 29. vuosikerta
- * Painosmäärä: 200 kpl
- * Toimittaja: Antti Lehtinen

KENSULAISEN julkaisuaikataulu (suluissa aineiston jättöpäivä):
2/2009 syyskuussa (1.9.) Seuraa myös jatkuvaa tiedottamista nettisivuillamme

KENSU verkossa: <http://www.kensu.fi>

Johtokunta vuonna 2009:

Puheenjohtaja	Keijo Ilmavirta	Sysmälantie 23 B, 40530 Jyväskylä, p. 040-503 6381, (014) 372 2765, keijo.ilmavirta@panda.fi
Varapuheenjohtaja	Pekka Heikkinen	Peikontie 1 B 2, 40270 Palokka, p. 0400-640 932, pekka.heikkinen@pp8.inet.fi
Jäsenet	Aimo Väisänen	Hallikkalanmutka 19, 40520 Jyväskylä, p. 040-341 5552, aimo.vaisanen@jao.fi
	Ulla Yrjölä	Verkkoniementie 39, 40950 Muurame, p. 040-587 7475, u1@luukku.com
	Paavo Pohjola	Kinkorinne 4 as 10, 40930 Kinkomaa, p. 040-727 3526
	Mika Kanervo	Mika Kanervo Peukaloisentie 11, 40640 Jyväskylä, p. 050-375 6333, mika.kanervo@gmail.com
	Santeri Takala	Huhtasuonkatu 2-4 E 42, 40320 Jyväskylä, p. 050-401 4375 santeri.takala.tra@jamk.fi
Rahastonhoitaja & kirjanpitäjä	Pirjo Ilmavirta	Sysmälantie 23 B, 40530 Jyväskylä, p. 040-717 4259, (014) 372 2765, sähköposti: pii.ilmavirta@luukku.com
Jäsenrekisteri	Keijo Ilmavirta	Sysmälantie 23 B, 40530 Jyväskylä, p. 040-503 6381, (014) 372 2765, sähköposti: keijo.ilmavirta@panda.fi

Seuran jaostot ja niiden yhteyshenkilöt vuonna 2009:

Jyväskieppi	Santeri Takala, Ulla Yrjölä
Luistelu	Aimo Väisänen, Mika Kanervo
Potku	Antti Lehtinen
Kunto, veteraani	Paavo Pohjola

JÄSENMAKSU 2009 (perhe 20 eur, aikuinen 10 eur, lapsi alle 15 v. 5 eur) **maksetaan seuran tilille:** OP 529002-2260747

Kansikuvassa Kiepin luistelun kuuma erä 2km ennen maalia. Kuva Touho Häkkinen.

TERVETULO A KAIKKI!

Lauantaina 25.4.

- klo 15 KENSU ry:n kevätkokous Jyväskylän Ammattiopistolla Viitaniemessä.
 - klo 15.30 Luistelukauden päättäjäiset Jyväskylän Ammattiopistolla Viitaniemessä.
- OPASTUS: Viitaniementie 3:n kohdalta

Puheenjohtajan palsta

Menestyksenkäs luistelukausi 2008-2009 on nyt takana. KENSU kunnostautui sekä radalla että kisajärjestelijänä. Menestystä, mitaleita ja eduksia saavutettiin laajalla rintamalla. Talkooponnistuksena erityisen kova oli ns. Superviikonloppu, jona aikana järjestimme nuoriso- ja junioricupien osakilpailut, veteraanien SM-kisat, maratoncupin osakilpailun ja Jyväskylän luistelun. Talkootunteja valmisteluineen tehtiin n. 600, talkoolaisia oli 35. Todella suuri kiitos meille kaikille. Veteraanien kisoissa KENSU oli historiallisesti Suomen paras 16 seuran joukossa. Myös taloudellisesti viikonloppu oli kannattava.

Keijo Ilmavirta

Myös Jää Jyväskylään ja Short Trackin SM-kisojen organisoinnit onnistuivat erinomaisesti. Jyväsjärven tapahtumassa oli n. 4000 kävijää ja välinekokeiluja tarjottiin lähes 400 kertaa. Seuraava projektimme on Jyväsjärven kirkkovenesoutu kesäkuun 11. päivänä.

Tulevalle luistelukaudelle olemme anoneet seuratukea 2000 € aikuisluistelun kehittämiseksi. Tavoitteena on sekä lisätä luistelijoiden määrää että tarjota aikuisluistelijaille perusvalmennusta. Olemme myös kehittäneet ideaa lähteä bussilla seuraaviin SVUn SM-kisoihin puolustamaan seurojen välistä voittoa.

Tammikuussa kokoonnuimme yli kahdenkymmenen henkilön voimin Keljon Tapiolaan keskustelemaan ja muistelemaan aiheesta "KENSU ennen ja nyt". Kutsu oli avoin kaikille kiinnostuneille, erityisenä kohderyhmänä

KENSUn urheilijat ja toimijat aina perustamisvuodesta 1946 lähtien. Läsä olivat lähes kaikki seuran puheenjohtajat, erityisesti kunniapuheenjohtajat Veli-Matti ja Eero Häkkinen. Oli erittäin mielenkiintoista kuulla värikkäitä

kertomuksia ja kanneluksia eri vuosikymmeniltä.

Myös tämä hetki kiinnostaa kovasti. Seuraava kokoontuminen on sunnuntaina 23.8.2009.



KENSUn vanhojen muistelot. Kuva Keijo Ilmavirta.

Jos kiinnostaa, ilmoittaudu mukaan keijo.ilmavirta@panda.fi.

Vuosi 2008 on kevätkokousta vaille valmis. Se pidetään lauantaina 25.4.2009 klo 15 alkaen Viitaniemen Ammattioppilaitoksen tiloissa. Seuran talous jäi plussalle, joten toimintamme laajuuteen nähden olemme edelleen vankalla pohjalla. Velkaa meillä ei ole. Seuraava suurhankinta voisi olla ns. chip-ajanottojärjestelmän hankkiminen yhteistyössä muiden seurojen ja kau-

pungin kanssa. Kevätkokouksessa otetaan alustavasti esille myös yhteistyö Keljon Nuorisoseuran kanssa. Tule mukaan keskustelemaan ja seurustelemaan. Kevätkokouksen jälkeen jat-

kamme luistelukauden päättäjäisten ja kahvittelun merkeissä. Kaikki seuran jäsenet kaikilta KENSUn ajoilta ovat erityisen tervetulleita.

Jyväskieppi 2009

Tämän vuoden Jyväskiepistä näyttää kehkeytyvän mielenkiintoinen taistelu. Nyt tiedetään jo, että miehissä voittaja vaihtuu. Kandidaatteja kokonaiskilpailun voittajaksi on lukuisia. Myös naisten puolella kilpailu kovenee. Talvilajien jälkeen kärjessä porskuttaa naisissa Kirsi Hiljanen ja miehissä Jarkko Koponen. Kokonaisuutena pisteitä keränneitä osallistujia on täysillä matkoilla lähes kuusikymmentä, jota voidaan pitää lupaavana määränä. Myös Puolimatkoilla on hienosti mukana 15 osanottajaa. Joukkueita on mukana täysimatkoilla yhdeksän ja puolimatkoilla kolme.

Santeri Takala

Tämän vuoden Jyväskieppi polkaihtiin käyntiin perinteisesti luistelulla su 25.1. Viitaniemen Nisulan monttuun oli tiensä löytänyt 80 luistelijaa. Kisa-matkana oli tuttu 10km. Olosuhteet suosivat viime vuosien tapaan, pakkasta oli noin -8 astetta ja tuulikaan ei vauvannut. Jokaiset kolme erää oli tasaisia, eniten ruuhkaa nähtiin keskimmissä erässä, jossa ei kaatumisiltakaan voitu välttyä. Luistelusta täydet 1000 pistettä pokasi Väisäsen Ami. Tosin lähes täyteen pottiin ylti useampikin luistelija. Naisten puolella kärkinimi oli Kiepin mestaruutta puolustava Ulla Yrjölä. Joukkuekilpailun piikkipaikan oli

ottanut kovista konkareista koottu VAJE. Puolimatkojen puolella Laura Kanervo tyylitteli hienosti täyteen tonniin. Kuntokieppi pitkille matkoille houkutteli mukaan kaksi osanottajaa.

Luistelun jälkeen oli aika vaihtaa jäältä lumelle ja luistimet suksiin. Onneksi hyvät lumiolosuhteet takasivat riittävän harjoittelumahdollisuuden hiihdolle. Kieppikoulusta oli mahdolli-

suus hakea tekniikkaoppia vapaalle tyylille. Tekniikasta varmasti olikin hyötyä Huh-tasuo - Halssilan vaativissa maastoissa. Jokainen tekniikalla säästetty voimaripe meni varmasti mä-



Vilskettä ladulla. Kuva Touho.

kien paremmin jaksamiseen. Hiihto oli poikkeuksellisesti maaliskuun alun sijasta pari viikkoa myöhemmin. Tämä antoi mahdol-

lisuuden entistä parempaan valmistautumiseen.

Hiihto suoritettiin su 15.3. Lähdön siirtyminen tuntia ennakoitua myöhemmäksi sai aamulla liukkaan ladun muuttumaan nihkeäksi viime vuoden tapaan. Tuntuukin, että vuosittain säät suosivat luistelua hienolla ilmalla ja hiihtoa työmiehen kelillä. Toisaalta tämä sai jyvät erottumaan entistä enemmän akanoista. Lähtö tapahtui Huh-tasuon kentältä ja heti ampaistiin matkaan kilpalatujen pitkään nousuun. Jos tässä ei vielä tuntunut pahalta, niin viimeistään seuraavassa vesitornin uuttavassa nousussa. Kiepin hiihdossa onkin osoittautunut tärkeäksi oman vauhtinsa ja kuntonsa tunteminen ettei pilaa kisaansa heti alkukilometreillä. Allekirjoittanut kunnioitti viime vuosioppineena ehkäpä liikaakin rankkoja nousuja ja maalissa olikin jossitteluvaa matkavauhdista, kun voimia tuntui jääneen varastoon. Ehkäpä sitten ensi vuonna menisi täysin nappiin..?

Heikki Silvasti osoitti vahvaa kehitystä viemällä täyden pistepotin täysillä matkoilla. Heikki taitaakin olla monipuolisena miehenä kova tekijä tämän vuoden Kiepissä kun huomioidaan kehityskäyrä. Kokonaiskilpailussa jo luistelussa hyvin onnistunut Jarkko Koponen valtasi piikkipaikan. Naisissa Ulla sai luovuttaa ykköstilän hiihdon naisten nopeimmalle Kirsi Hiljaselle. Puolimatkoilla ikinuori Pirjo Karetie hiihti loistavasti napatat tuhat pistettä ja kokonaiskilpailun kärkipaikan Keijo Aaltokallion seurattessa tiukasti takana. Joukkuekilpailussa VAJE jatkaa kärkeissä porskuttamistaan ennen Pandaa. Myös K-S poliisilaitos on hienosti mukana kamppailussa joukkuepokaalin

voitosta. Huomioitavaa on myös hieno naisten joukkueen, KKI-naisten, panostus joukkuekilpailuun. Puolimatkojen puolella KiloKivien tasainen joukkue takaa joukkuekilpailun keulan.

Talvilajien jälkeen on aika odottaa lumien sulamista ja kesälajien alkamista. Aikaisemmista Jyväskiepeistä poiketen kevään ensimmäinen laji onkin suunnistus (17.5). juoksun sijasta. Jo huhtikuussa pääsee kuntorasteille harjoittelemaan metsässä etenemistä ennen suunnistusta. Myös mahdollinen Kieppikoulu suunnitukseen järjestetään. Ja mikäli suunnituksesta oikein innostuu voi lähteä kokeilemaan taitojaan kesäkuussa Jukolan viestiin Mikkeliin! Soutu on vuorossa kesäkuun alussa Peurungassa. Soudusta ja pistelaskusta kertoilee Ulla enemmän tässä lehdessä. Peurungassa käydään myös pyöräily elokuun puolessa välissä. Viimeistään tällöin alkavat hahmottumaan tilanteet kokonaiskilpailun osalta. Viimeisenä vaan ei vähäisempänä lajina odottaa juoksu. Juoksuhan suoritetaan miltei samoissa maastoissa kuin hiihto, joten koitokseen on hyvä valmistautua huolella. Ja nyt pieni vinkki: juoksun ajan kohta on sopivasti paria viikkoa ennen Finlandia Maratonia (matkat 13-42km), joten hyödynnä hankkimasi juoksukunto myös siellä... Kiepin juoksu toimii siis sopivana kenraaliharjoituksena Finlandiaan.

Muistutettaneen vielä Kiepin pistelaskusta. Täysimatkoilla viisi parasta lajiasi lasketaan mukaan kokonaispisteisiin. Mutta porkkanana kuudennesta eli heikoimmista pisteistä tuoneesta lajista saa 20 % pisteistä mukaan henkilökohtaisiin yhteispisteisiin. Eli ei kannata jättää pois ”huonointa” lajiakaan sen

takia ettei siitä saisi pisteitä kokonaiskilpailuun. Puolimatkoilla neljästä parhaasta lajista täydet pisteet ja viidenneksi ja kuudenneksi parhaasta 20 % lisäpisteitä. Ja mikäli mietit jättää pois enemmän kuin kaksi lajia, kannattanee

mieltä uudelleen SILLÄ vähintään 4 osakilpailuun osallistuneiden (myös kuntosarja) kesken arvotaan mökki Leviltä viikoksi, arvo 250€. Nähdään Kiepissä!.

Missä veneessä Kiepin soutuun 2009?

Jyväskiepin soutu on vuosien saatossa soudettu monenlaisilla veneillä ja pisteitä jaettu erilaisilla perusteilla. Siksi on paikallaan varmistaa, että kesän 2009 soudun säännöt ja mahdollisuudet ovat kaikkien tiedossa hyvissä ajoin, ennen jäiden sulamista ja harjoituskauden alkua. Luvassa on joitakin muutoksia, joten lue tämä juttu tarkasti.

Ulla Yrjölä

Kiepin soudun voi suorittaa kesällä 2009:

- soutamalla yksinsoutuna, vuorosoutuna tai kirkkoveneessä
- melomalla kajakkiyksiköllä, -kaksikolla tai kahden hengen voimin avokanootilla

Parisoutua ei enää hyväksytä Kiepin suoritukseksi.

Soutuveneiden kalustosäännöt noudattavat Suomen Soutuliiton puuveneiden kalusto ja kilpailusääntöjä (22.12.2008).

http://www.soutuliitto.fi/mp/db/file_library/x/IMG/14538/file/kilpailu_ja_kalustosaannot_2009.pdf

Kilpakajakki on turvallisuussyistä kielletty. Muuten kajakkien ja kanoottien suhteen ei toistaiseksi ole rajoituksia.

<http://www.kanoottiliitto.fi/melontatietoa/kalusto/kanootit/>

Pistelasku

Yksikkö- ja vuorosoutajat sekä kaikki melojat kilpailevat samalla viivalla. Nopein suoritus palkitaan 1000 pisteellä ja kaikkien muiden suoritus, väli-

neestä riippumatta, pisteytetään perinteisen kaavan ”voittajan aika / oma aika x 1000” mukaan.

Kirkkoveneen pisteet määräytyvät kaavalla ”pienvenevoittajan aika / oma aika x 1000 x 0,7”. Tämä tarkoittaa käytännössä 30 % pistevähennystä. Kirkkoveneen perämiehen suoritusta ei hyväksytä Kiepin soutuosalajin suoritukseksi.

Entä tulevaisuudessa?

Kiepin osavastaavana henkilökohtainen näkemykseni tulevaisuudesta on, että Kiepin kiertäjiä tulee kannustaa siirtymään kirkkoveneestä pienveneisiin ja kajakkeihin. Syitä on monia. Jos joskus emme pääsekään Peurunkaan soutamaan, kirkkovene asettaa uuden paikan etsintään niin ranta-alueen kuin soutu-reitin suhteen pienkalustoa suurempia vaatimuksia. Kisatunnelmaa nostaisi, jos yhden kirkkoveneen sijasta vesille tulisikin 10 kajakkia ja 5 pienvenettä. Kirkkovene on yksittäiselle soutajalle helppo ja näppärä. Veneen kapteenille on kuitenkin iso urakka varmistaa, että starttihakella on kyydissä 14 soutajaa, perämies, vene suurin piirtein vaaterissa ja kaikilta on saatu rahat osallistu-

mismaksun ja venevuokran kattamiseksi. Kieppi on, joukkuekilpailusta huolimatta, yksilöurheilua, mutta yhden lajin suoritukseksi hyväksytään jopa 15 henkilön yhteisponnistus.

Pienvene, vaikkei ehkä olekaan Kiepissä vaadittavista välineistä se kallein, on kieltämättä omistajalleen vaativa kapine. Se ei mahdu parvekkeelle maantiepyörän seuraksi, eikä niitä voi marssia mihinkään liikkeeseen rahalla vuokraamaan. Kajakki toisaalta on kaikkien saatavilla ja helpommin käsiteltävissä.

Mistä minulle väline?

Melonnasta kiinnostuneille on tarjolla Jyväskylän seudulla useita vaihtoehtoja. Lisätietoja esimerkiksi <http://www.meloiloo.net/> tai <http://netti.nic.fi/~mevi/>.

KENSU koordinoi yhden kirkkovenejoukkueen koostamisen ensisijassa aloitteleville Kiepin kiertäjille. Kirkkove-ne lähtee kisaan, jos kokoon saadaan 8 soutajaa. Osallistumismaksu ja venevuokra jaetaan veneeseen ilmoittautu-neiden soutajien kesken. Hinnaksi muodostuu näin ollen 25 – 40 € / henkilö. Jos harkitset soutamista kirkkove-neessä, ota yhteyttä 31.5. mennessä Ulla Yrjölä puh. 040 5877475.

KKI-naiset Jyväskiepissä

KKI-naiset on neljän hengen naisporukka, johon kuuluvat Hanna Kakkonen, Pirjo Ilmavirta, Anneli Mörä-Leino ja Terhi Kokkonen. Olemme kaikki Jyväskylästä ja ¾ jopa samasta kaupunginosasta eli Mäyrämäki-Mustalampi alueelta. Lähdimme Jyväskieppiin Kunnossa kaiken ikää – hengessä - ja iässä. Ikähaitarimme on 31- 61 ja elämme kiireisen pienten lasten äidin – reippaan isoäidin aikaa. Hannalla on 4 pientä alle 7-vuotiasta lasta, Pirjolla ja Annelilla 3 lasta, jotka ovat jo poissa kotoa, Terhillä 2 lasta, joista molemmilla on jo omia lapsia. Työuraamme teemme/olemme tehneet joko liikunta- tai terveydenhuoltoalalla.

Anneli Mörä-Leino

Meitä yhdistää innostus liikkua ulkona ja harrastaa monipuolisesti liikuntaa. Olemme olleet melkein kaikki nuorena aktiiviurheilijoita. Hanna on aiemmin ollut hiihtäjä, Pirjo juoksija ja Anneli pesä- ja lentopalloilija sekä juoksija. Terhi on ainoa, joka ei nuorena vielä kilpaillut, mutta on nykyään monen lajin taituri. Hän elää nyt uransa huippua veteraaniyleisurheilijana. Pirjo, Anneli ja Terhi ennättävät jo harrastamaan liikuntaan niin paljon kuin haluavat – tai niin paljon kuin kroppa sal-

lii, mutta Hanna saa taituroida työn, pienten lasten ja liikunnan harrastamisen välillä – ja tässä vaiheessa liikunta tietysti jää auttamatta kolmanneksi.

Jyväskieppi on meille mukava tavoite. – Se kannustaa monipuoliseen liikkumiseen, houkuttelee vähän oudompientenkin lajien harjoitteluun ja saa meidät liikkeelle, vaikka joskus laiskot-taisikin. Porukalla on myös kiva liik-kua ja yritämme käydä yhdessä lenkiläkin silloin tällöin. Annelilla ja Terhil-lä on kokemusta aiemmista täysmatkan Jyväskiepeistä ja Pirjolla puolikkaista, joten heille kaikki kiepin lajit ovat tut-

tuja, mutta Hannalle kierroksessa on oudompia lajeja.

Yritämme siis olla kunnossa kaiken ikää ja osallistua mahdollisimman moneen Kiepin osakilpailuihin. – Aina tuo ei onnistu ja niinpä Annelin selkä ei kestänyt pikaluistelun harrastamista vaan se tilttasi niin viimeisellä harjoituskerralla niin pahasti, että luistelu oli jätettävä väliin. Pirjo ei päässyt vielä niin sinuiksi luistinten kanssa, joten häntäkään ei näkynyt radalla. Hanna ja Terhi edustivat sen sijaan todella kunnialla ryhmäämme luistelussa.

Hiihdossa porukka oli mukana luokun ottamatta Terhiä, joka oli hiihdon aikaan Kaliforniassa poikaansa ja lapsenlastaan moikkaamassa. Oli hauska huomata kisan jälkeen, että olimme tosi tasaisia tässä lajissa ja tulimme maaliin 3,5 minuutin sisällä. Suunnistuksessa Terhi taitaa olla ylivoimainen ja souhu on Annelille kelpo laji. Juoksu taitaa olla vielä kysymysmerkki ja pyöräilyssä porhallamme varmaan aika samaa vauhtia. – Saa nähdä, tuleeko meille keskinäistäkin kisaa!

KENSUlaisia luistelijoita jäämaratoneilla

Pitkien matkojen Suomen mestaruudet kuluneena kautena ratkottiin Oravissa ja Kuopiossa. KENSUlaisten pienestä osallistujamäärästä huolimatta menestys oli hyvä.

Aimo Väisänen

Oravi 8.2 järvimaratonin: Myl 100 km ja M50 50 km luisteltiin erinomaisella 10 km:n radalla, kisan aluksi lumisaateissa ja n. 7m/s tuulessa. Myötätuuliosuus mentiin parhaimmillaan yli 60km/h, vastatuuliosuuksilla sitä vastoin vetäjistä tahtoi olla puutetta. KENSUlaisista parhaiten pärjäsi Aimo Väisänen, joka reilun 7 km:n loppukirillä onnistui karistamaan taakseen kuopiolaisen Pappinen & Räsänen -taktikkokaksikon. Väisänen voittoaika 1:54:37.

Kisan hyvin aloittanut Hannu Luoma, joka luisteli lopun lähes yksin, sijoittui viidenneksi ajalla 2:04:57.

Kuopion Antero Kotijärvi luisteli SM 100 km:n mestariksi yksin, kovan päivätyön tehden, voittaen toiseksi tul-

leen Juha Heikkilän yli kymmenellä minuutilla. Hänen loppuaikansa oli 3:58:38

Kuopiossa 21.2. luisteltiin perinteisellä Finland Ice Marathonilla Suomen mestaruuksista 200 km:llä ja 100 km:llä. Sää ja jää olivat Kuopiossa kunnossa, pientä tuulta, kuten Kallavedelle kuuluukin.

200 km:n mestaruustaistoon KENSUsta, ties monennenko kerran, lähti Oiva ”Oki” Lipsonen. Oki luisteli sinnikkäästi, kaatumisista ja kierrossekoi- luista huolimatta, matkan läpi. Saavutuksena uroteosta oli SM 5. ajalla 8:02:16.

Puolta lyhyemmälle matkalle, eli 100 km:lle, starttasivat Terhi Kokkonen, Hannu Luoma ja Aimo Väisänen.

Kisa oli vaiherikas kuten aina, vauhti vaihteli, kaatuiltiin, luisteltiin karkulaiset kiinni jne.

Kärkitaistoissa, puolimatka alkaen, olivat mukana kuopiolaiset Siebrand Kuiper ja Hannu Pappinen sekä KENSU:n Aimo Väisänen. Ristiriitaisista järjestäjien ilmoittamista kierrosmääristä huolimatta maaliin tultiin järjestyksessä: Siebrand Kuiper ajassa 3:39:55 ja noin sekunnin perässä Aimo Väisänen sekä kolmantena Hannu Pappinen noin puoli minuuttia jääneenä.

Hannu Luoma, jälleen kerran lähes ilman vetoapuja, sijoittui 5:ksi hyvällä ajalla 3:54:42

Terhi Kokkonen joutui jättämään puolimatka ”leikin” kesken erinäisten ongelmien vuoksi.

50 km:llä Matti Matihaldi (Kuopion ensikertalainen?) luisteli sijalle 38. ajalla 2:13:02

25 km:llä Kari Paakkinen luisteli hienosti sijalle 8. ajalla 0:55:00, häviten voittajalle vajaa neljä ja puoli minuuttia.

Jo aiemmin talvella Jyväskylän kisaan päättynyt Maraton Cup oli KENSUlaisittain menestyksellä.

Myl sarjassa 2.sijalle tuli Oiva Lipsanen 20 pisteellä ja samalla pistemäärällä 3. sijoittui Jukka Iitti.

M50 sarja voiton nimiinsä, 40 pisteellä, pääkaupunkilaistunut Kari ”Kapoo” Huovila.

Samassa sarjassa kakkospaikan korjasi Hannu Luoma 23 pisteellä.

M55 sarjan, parhaat pisteet (ties monennenko kerran?) täydet 50 pistettä korjasi Aimo ”Ami” Väisänen.

Tour de Skate järviluistelun päätöskilpailu luisteltiin Tuusulanjärvellä 8.3. lähes loistavissa olosuhteissa.

Pitemmän matkan, 82,7 km, luistelua hallitsi alusta alkaen HTL:n Robert Brandt ja KuLS:n Antero Kotijärvi, joka myös korjasi potin reilun puolen toista minuutin erolla, ennen Robert Brandtia.



Maratoneiden välissä kensulaisluistelijat saavuttivat SVU:n mestaruuskisoissa parhaan seurana tittelin KENSULLE. Kuva Touho.

Lyhyempi matka, 50,9 km, oli lähes toisinto Kuopiosta kahden viikon takaa. Kisa kulki jo toisella kierroksella (6,4 km) muusta porukasta karanneiden KuLS:n Siebrand Kuiperin ja KENSU:n Aimo Väisänen komennossa.

Taivalta tehtiin ”vuorovedolla” ja sijoitus ratkaistiin, kuten Kuopiossakin, loppukirissä, minkä Siebrand voitti muutamalla metrillä.

Palkintojenjaossa Siebrand sanoi, että Väisänen oli kisan vahvin, mihin minä totesin, ettei se tänään riittänyt, koska sinä Siebrand olit nopein.

Tour de Skate lopputulokset:

Myl 1. Antero Kotijärvi KuLS 2. Jari Kolehmainen OuTa 3. Ari Partanen.

M50 1. Aimo Väisänen KENSU 2. Hannu Pappinen KuLs 3. Juha Same-ri HTL 4. Johannes Leppänen HTL 5.

Hannu Luoma KENSU 6. Per Hult HLK

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

Kensulaiskuvassa Paavo Pohjola

Lähes kaikki kensulaiset tuntevat Paavon tai ovat ainakin nähneet hänet seuran järjestelyissä. Paavo on ollut yksi merkittävä osa Kensun liikkuvaista "selkärankaa".

Haastattelijana Keijo Ilmavirta

Olen Paavo Pohjola, 68-vuotias liikun-
taa harrastava mies. Synnyin Keuruulla
ja muutin Jyväskylään vuonna 1967.

Koko työurani olen tehnyt VR:llä. Erosin viitisen vuotta sitten ja sen jäl-keen uudeksi sydänystäväkseni on tullut maailmanmestari Pirjo Karetie. KENSUun liityin v. 1977, johtokun-
nassa olen toimi-
nut yli 20 vuoden ajan. Tällä het-
kellä olen Harjulan Penan kanssa van-
himpia aktiivisia kensulaisia, vaan vie-
lä löytyy runsaasti kensulaisia vuosi-
kymmentenkin takaa. KENSUssa vas-
tuualueeseeni kuuluvat veteraani- ja
kuntourheilu.

Liikuntaa en ole harrastanut koko ikääni, vaikka niin joku voisi luulla. Aloitin hölkkäämisellä 35-vuotiaana, kun paino nousi liikaa. Seuraavana vuonna eli 1977 hyvä ystäväni Arto

Honkonen pyysi minua parikseen erä-
vaelluskilpailuun. Tästä alkoi suunnis-
tusharrastukseni, joka on tarttunut
myös poikiini Lauriin ja Anttiin. Li-
kuntakärpänen puraisi eniten Lauria,

joka nyt kier-
tää Jyväskiep-
piä. Tytär Mari
kiinnostui
enemmän
tanssista, jossa
pääsi esiinty-
määnkin. Itse
suunnistukses-
sa olen osallis-
tunut mm. Ju-
kolan viestiin
20 kertaa sekä
KENSUn että
Suunnan ri-



Paavo Pohjola, KENSU. Kuva Keijo Ilmavirta.

veissä.

Luistelu tuli kuvioihin heti 80-luvun alussa. Silloin kierrettiin Homenokka-kierrosta, nykyisen Jyväskiepin edeltä-jää. Pikaluistelulle ei ollut varsinaista paikkaa harjoitella. Hippokselle oli jäädytetty kenttä, jonka laitojen ulko-
puolelle oli ylitullut vesi jäätynyt kent-
tää ympäröiväksi reuna-alueeksi. Se
toimi harjoituspaikkana, tosin varovai-
nen sai olla koko ajan. Toinen vaihto-
ehto oli mennä yleisille kentille muiden

sekaan. Homenokkakierroksen luistelun osakilpailu pidettiin joko Kuopiossa, Varkaudessa tai Pieksämäellä. Merkittävä käänne oli vuosi 1991, jolloin Viitaniemeen valmistui 333,3 metriä pitkä tekojäärata. Samaan aikaan aloitettiin KENSUssa laajemminkin harrastamaan pikaluistelua. Neljästi olen saavuttanut maratonmatkoilla pikaluistelun SM-mitalin, kerran Suomen mestaruuden. Olen myös osallistunut Kuopin Ice Marathonille ja maratoncupiin.

Liikuntaharrastus on antanut minulle paljon. Olen pysynyt hyvässä kunnossa ja ennen kaikkea olen saanut sitä kautta paljon kavereita ja ystäviä.

Vuonna 2003 minut valittiin vuoden kuntoliikkujaksi Jyväskylässä, samaan aikaan KENSU vuoden talkoosuraksi. Nämä ansiot johtuvat pitkälti retkiluistelun kehittämisestä Jyväskylässä. Olin alusta alkaen mukana suunnittelemassa Jyväsjärven retkiluistelurataa ja usean vuoden aikana olen liikuttanut tuhansia ihmisiä retkiluistimin niin JääJyväskylään kuin muissakin ulkoilutapahtumissa.

Aikaa jää vielä muuhunkin. Toimin aktiivisesti veteraanijärjestössä auttamalla ihmisiä, laulan kuorossa ja "valmennan" Pirjoa. Peppi-koira on myös tärkeä liikuttaja.

Kensulaisten tiukat kirit MM-taistoissa

Multialla järjestetyissä potkukelkkailun MM-kisoissa (6.-7.3.) väännettiin tiukkoja kirejä. Jotkut näistä kääntyivät kensulaisille eduksi. Parhaasta suorituksesta vastasi Timo Rinkinen kultamitalillaan.

Antti Lehtinen

Myöhäisenä (klo 22) perjantai-iltana käynnistynyt maraton toi yli 45-vuotiaiden sarjassa hopean ja pronssin. Tarjottimella olisi ollut kultakin, mutta Timo Rinkinen sai taipua Kortelan Ryhdin Matti Pesälälle loppukirissä. Sen sijaan Hannu Luoma päätyi pronssille ilman loppukirikamppailua, sillä hän oli jättänyt Ketkupalan Heikki Nymanin turvallisesti taakseen varhemmin.

Yleisen sarjan maratonin voitti aiemmin hiihtäjänä mainetta niittänyt Kai Immonen ennen Hannu Vierikkoa, joka taasen kukisti viime metreille Jussi Lahtisen. Neljänneksi tuli Pirkan hiihdossa jaetun ykkössijan ottanut ja

viimevuotista maratonmestaruutta puolustanut Janne Mononen.

Lauantain kisapäivä alkoi iloisesti ja leikkimielisesti lasten kisailujen merkeissä. Emilia ja Veera Lehtinen sekä Mikki Rinkinen osoittivat jälleen kasvavan polven olevan kyvykästä, nopeaa ja periksiantamatonta matkalla kohdusta vastoin käymisistä huolimatta. Lasten starttien jälkeen tykitettiin yleisen sarjan 200 metrin alkuerät maratonkankeuden väijyessä lihaksistossa. Alkueristä selvisivät loppukilpailuun Timo Rinkinen ja Antti Lehtinen tässä järjestyksessä. Loppukilpailussa maratonkankeus oli Lehtisen jaloissa vähäisempi ja tuloksena oli neljäs sija viime vuoden tapaan Rinkisen säästellessä jo voimia seuraaviin koitoksiin. Mestaruuden uusi Jussi Lahtinen.

Nelivitosten 500 metrin taistelu oli yksi päivän jännittävimmistä, kun viivalle asettautuivat edellisen illan kirkampailijat Rinkinen ja Pesälä. Rinkinen päätti puolustaa viime vuoden mestaruuttaan varmuudella ja paukutti Siner-vän jäätä heti siihen tahtiin, että keulapaikka heltisi. Toki Pesälä kolkutteli mutkaan mentäessä kannoilla ja suoran auetessa yritti rinnalle. Rinkinen aukaisi potkuhanan suoran auetessa



Timo Rinkinen matkalla jälleen maailmanmestaruuteen miesten M-45-sarjan 500 metrillä. Kuva Antti Lehtinen.

seurauksin, että Pesälä ei ohitse pääsyt. Rinkinen kellotti tauluun huippulukeman 1 04,6, minkä arvoa nostaa edellisenä yönä päättynyt maraton. Luoma sujutteli jälleen kolmanneksi.

Viestissä Kensun miehistö taisteli viime vuoden tapaan kolmannen sijan. Rinkinen aloitti hienosti tullen toisena vaihtoon. Luoma kiihdytti ensimmäiseen mutkaan hieman liian lujaa menettäen toviksi kontrollin kelkkaan, missä

yksi joukkue pääsi ohitse. Lehtinen pääsi ankkuriosuudelle hyvissä asemissa, mutta vastassa olleet potkijakarjut olivat aivan liian vahvoja, jotta kinteille olisi maratonjäykkänä päässyt.

Toisaalta takaa ei ollut välitöntä uhkaa, kun vain kaarteet sujuivat kontrolloidusti ja niinhän ne sujuivat.

Viimeinen matka oli sitten 2000 metriä, jolla mitalimenestys olisi ollut todellinen yllätys. Kärjessä Lahtinen, Mononen ja Immonen

kävivät armottoman loppukirikamppailun. Kensulaisista Rinkinen ehti kuudenneksi kovan kilpakumppaninsa Pesälän horjuessa loppusuoralla. Lehtinen ja Luoma joutuivat jo passaillemaan reilummin sijoittuen sijoille yhdeksän ja kymmenen jääden ajassa hieman jopa naisten sarjan voittajalle Leppävirran Urheilijoiden Maarit Salovirralle.

Eurooppasoutu

Yhdeksän keskisuomalaisista kestävyysliikkuja lähtee 1.5.2009 seikkailuun, jota tuskin kukaan lienee koittanut tässä muodossa. Aikomuksena on soutaa kuukaudessa suomalaisilla puuveneillä Pohjanmereltä Väli-merelle halki Euroopan.

Santeri Takala

Keväällä 2008 perustetun Keski-Suomen Kestävyysliikunta ry:n kaikki

yhdeksän jäsentä lähtevät vappuna 2009 Jyväskylästä kohti Amsterdamia ja Eurooppasoutua. Tarkoitus on soutaa kahdella vuorosoutuveneellä Hollannin

Amsterdamista (Pohjanmereltä) Belgian kautta Ranskaan Marseillen (Väli-merelle). Varusteita kuljettavat kaksi matkailuautoa, joissa myös yövyimme. Perimmäinen ajatus on, että yhdeksästä soutajasta neljä soutaa kerrallaan ja neljä siirtää autoja ja laittavat ruokaa. Sen yhden viimeisen on tarkoitus myös huoltaa mutta ennen kaikkea pitää lepopäivä. Lepoa totta vieköön tarvitsee, sillä matkaa on soudettavana arviolta 1500km.

Vuosi sitten porukka sai lopullisen koostumuksensa ja silloin alkoi (jo myös ennen sitä) valmistautuminen soutuun joka jatkuu aina huhtikuun loppuun asti. Toinen käytettävistä veneistä on teetetty nimenomaan Euroop-

pasoutua varten. Pitkään soutamista, majoittumista asuntoautoihin sekä varusteita kokeilimme viime syyskuussa Kuopio-soudussa, jossa soudimme Jyväskylältä Kuopioon samalla kokoonpanolla kuin millä Eurooppasoutu toteutetaan. Soutuun valmistavia hikipisaroita olemme vuodattaneet niin itsenäisesti, yhteisesti talkoilla kuin myös yhteistreeneissä, joita olemme lisänneet soudun lähestyessä.

Soudun etenemistä ja siihen valmistautumista voi seurata jo nyt matkaa varten avatuilta Internet-sivuilta www.eurooppasoutu.fi. Sivuilta myös lisätietoa soutajista, matkasta ja siitä, mistä idea Eurooppasoudusta sai alkunsa...

Nainen Jyväsjärvisoudun takana

Kirsi Hiljanen on jo vuosien ajan ollut Jyväsjärvisoudun puuhanaisena. ”Harjulan Jorman kanssa olemme järjestäneet yhdessä monet soudut. Ensimmäisestä kerrasta on vaan niin kauan, etten enää edes muista, miten ajauduin mukaan”, sanoo Kirsi matkalla Ilomantsin Pogostan hiihtoon.

Haastattelijana Ulla Yrjölä

Kirsi muistelee, että soutu olisi saanut alkunsa lukiolaisten souduista, mistä tapahtuma vähitellen kehittyi aikuisten alkukesän ilotteluksi. Aluksi soutu oli pienemmässä mittakaavassa, mukana oli vähemmän veneitä, toisaalta enemmän lähtöjä. Nykyisin yhdessä erässä starttaa eturivistä neljä kilpasarjan venettä ja näiden perään neljä kuntosarjan venettä. Tämä on osoittautunut optimimääräksi, sillä Alban sillan alus on kapea ja vieressä on matalikko, minne joskus joku vene jopa on kiilattu.

Nykyisin mukana on vuosittain noin 35 joukkuetta. Jyväsjärvisoutu on mo-

nilla työpaikoilla osa Tykytoimintapäivää. Joukkueita tulee ja menee, mutta muutama joukkue on ollut mukana alusta asti. Siihen jää helposti koukkuun, sillä se vaan kuuluu kesään! Joukkueita on mukana monenlaisia, suurin osa on työpaikoilta, mutta mukana on myös urheiluseura- ja ihka oikeita kilpasoutuporukoita. Joku on joskus ihmetellyt ”Eikö täällä palkitakaan voittajaa?” Vastaus kuuluu, että ”Ei, kun Jyväsjärvi soutu on vähän erilainen kilpailu.” Kaikille veneille otetaan toki aika ja monet seuraavat tulostaululta illan kuluessa, kuinka korkealle oman joukkueen aika lopulta riittää. Palkitta-

vat kuitenkin arvotaan ja niitä löytyy varmuudella joka veneestä.

Samaan erään on mahdollista koota joukkueet osallistujien toiveiden mukaan ja näin kukin pääsee halutessaan soutamaan ”pahimpien kilpakumppaninsa” kanssa aidosti vene venettä vastaan. Esimerkiksi rakennusalan firmojen kesken vallitsee älytön kilpailu. Joukkueet soutavat samassa erässä ja heti saadaan selville, kuka tällä kertaa on kovin.

Kirsille Jyväsjärvi souu on hektinen tapahtuma. Soudun aluspäivät kuluvat järjestelyitä miettiessä ”Onko varmasti muistanut kaiken.” Soutupäivänä Kirsi on mukana vähintäänkin oman työpaikkajoukkueensa perämiehenä. Pahimmillaan illan urheilullisena urakana on ollut kolme soutuvuoroa. Soutamisen lomassa Kirsi toimii kilpailun ”yleismies jantusena”. Liikunnan riemun ohessa koittaa turhauttaviakin hetkiä. Esimerkiksi silloin, kun huomaa, että jokin menee kaikesta huolimatta pieleen, vaikka asiat on hyvin valmistellut. Silloin tällöin rikkoutuu välineitä – osallistujista kun suurin osa on tavallisia tallaajia, joissa joissakin vaan on voimaa kuin pienessä kylässä. Välineet kestävät kovaakin kilpasoutua, mutta tekniikan pettäessä välillä penkit irtoaa, kiskot vääntyy tai airo napsahtaa poikki. Yleensä sää on sou-tuja suosinut. Jos soutupäivälle on luvassa huono keli, voi järjestäjiä hermostuttaa. Osallistujat ovat kokemattomia ja jos sattuisi, että tulee hirveä tuuli, niin... Soutajien turvallisuutta voi vaarantaa yllättävät asiat. Yksi vuosi oli Sataman yössä mukana vesi-

taso, joka käytti kiitoratanaan Jyväsjärveä. Niinpä joukkueille piti ilmoittautumisessa antaa erillisohjeeksi varoa vesillä muiden veneiden lisäksi myös lentokonetta.

Mikä sitten saa Kirsin jatkamaan vuodesta toiseen? ”No, kun hommaa on tehnyt kauan, on se lopulta aika helppoa.” Ja samoin kun monelle joukkueelle, myös Kirsille ”Se vaan kuuluu kesän alkuun, se rutistus. Siitä alkaa kesä.”

Soutajana Kirsillä on käytännön kokemusta yli 20-vuoden ajalta. Isällä oli veneitä rannassa ja Kirsi aloitti soudun niillä -87. Ensimmäinen kilpailu taisi olla Suolahdessa tai Rautalammilla, vuorosoutua Parkkisen Riston kanssa. Kirsin suhde kirkkovenesoutuun ei aina ole ollut yhtä myönteinen kuin nyt. Pienvenesoutajana Kirsi muistaa ihmetelleensä, että ”Ei voi olla tyhmempää touhua. Miten kukaan viitsii vetää yhtä airoa? Me sentään saadaan vaihtaa jakkaraa.”

Hiihdon kautta Kirsi kuitenkin tutustui muihin soutaviin naisiin ja sitä kautta päätyi Vihtavuoren Pamauksen kirkkovenemiehistöön. KENSUn toimintaan Kirsin toi Annun Metsomaan tytöt, Toivosen Leena, Rautiaisen Marja, Kokkosen Terhi. He olivat mukana Homenokka kierroksella – siis Jyväskiepin edeltäjässä.

Mitä Kirsi tekee vapaa-aikanaan? Soudun, hiihdon ja töiden ohella aikaa ei liiemmästi muille harrastuksille jää. Aikaa pitäisi riittää myös lapsille. ”Käsitöitä tekisin, jos ehtisin.” Sen verran Kirsi on ehtinyt, että hänen käsistään syntyi tyttären vanhojentanssi puku!...

Lasten luistelukoulut jälleen suosittuja

KENSUn luistelukouluja pidettiin marras-joulukuussa 5 kertaa ja samoin keväällä 5 opetuskertaa. Kevätpuolella kova pakkanen siirsi muutamia lauantaiaamun harjoituksia eteenpäin, mutta kaikki tunnit ehdittiin pitää juuri ennen hiihtolomaa. Opetuksen siirtyminen mahdollisti myös sairastapauksissa poissaolijoille korvaavan tunnin.

Laura Kanervo

Perusluistelussa pienimmät lapset olivat noin 3-vuotiaita ja vanhimmat 10. Tasoryhmiä oli useita; alkeet, jatkoalkeet, jatkoryhmä ja taitavampien ”isojen” perusluisteluryhmä. Keväällä alkeisryhmäläisiä oli torstaisin yhtäaikaan jäällä jopa 20 lasta, jotka jakaantuivat sopivasti 4 opettajalle. Opetusta oli sekä torstaisin että lauantaisin.

Uutta tällä kaudella oli tiistai-iltaisin ohjatut 6-13-vuotiaiden junioreiden Short track harjoitukset. Short track ryhmän valmentajana toimi Samu Martinmäki, joka veti myös lauantaisin suosituksi tullutta vauhtiluisteluryhmää. Molemmista ryhmissä luistelijan oli mahdollista lainata harjoituksiin seuran COMBI harjoituspikaluistimia.

Luistelukauden aikana juniorit saivat osallistua seuran OP-CUPin kolmeen osakilpailuun. Lyhimmät matkat luisteltiin ison jään keskelle merkityllä Short track radalla (111 m) yhden ja kolmen kierroksen matkoilla. Tulokset löytyvät mm. kotisivujen (www.kensu.fi) tulospalvelusta. OP-Cupin palkinnot jaetaan 25.4. luistelukauden päättäjaisissä, jonne ovat tervetulleita kaikki luistelukoululaiset.

Kiitos tästä kaudesta luistelijaille perheineen, opettajille ja muille tahoille. Tervetuloa taas ensi syksynä mukaan toimintaan ellei tavata jo heti toukokuussa rullaluistelussa!?

Kevätterveisin, Laura.

PS. KENSUn kotisivuille tulee toukokuun alussa tietoa kesän **rullaluistelu-kerhosta**. Ajatuksena on myös, että vanhemmista koostuu samaan aikaan oma maksuton yhteislenkiryhmä joko juosten tai rullaluistellen. Ajankohta ja paikka on vielä avoin. Toiveita on mahdollista esittää laura.kanervo@gmail.com ja tarjoutua ryhmän vetäjäksi.



Short Track -koululiasia. Kuva Vesa Santala.

Short trackin SM-kisat

SM-mitaleista kamppaili Viitaniemen kaukalossa 10 aikuista ja hokkari-finaalissa 12 junioria eri ikäisten sarjoissa. Kisan järjestelijöitä ja toimitsijoita oli paikalla myös toistakymmentä. Reilun 50 hengen joukko sai kokea uuden lajin esiinmarssia Jyväskylässä. Ensi vuonna jatketaan tästä ja tuplataan osallistujamäärä.

Laura Kanervo

Naisten, P17 ja miesten yleisessä sarjassa jaettiin matkakohtaiset SM-mitalit 500m ja 1500m matkoilla. Miehiä oli mukana yhteensä 8. Molempien matkojen finaalia varten luisteltiin kahdet alkuerät. 500 metrin finaalisessa 4,5 kierrosta luisteli nopeimmin Vesa Isoviita (SM 1.) ajalla 54,66 ja Lauri Karaksela 55,50 (SM 2.), molemmat

Porin Pyrinnöstä. Pronssia otti uutta lajia kokeileva Samuli Laulumaa Jyväskylältä ajalla 57,56 jättäen Porilaisen lajin harrastajan Pekka Mattilan mitalilta vain kahdella kymmenyksellä.

Maalikameralla oli käyttöä, kun miehet taistelivat pääsystä 1500 m:n finaaliin. Epäonninen Pekka Mattila karsiutui puolen terän mitalla finaalista, ja voitti sitten B-finaalin (SM 5.). Se kamppailu ratkesi myös vain luistimen mitalla nyt vuorostaan Samuli Laulu-

maan jäädessä B-finaalin toiseksi (SM 6.). 1500 m finaalisessa PoPy:n Vesa Isoviita luisteli itselleen toisen SM-kultamitalin (2.46,14) ja hopeaa otti

Helsingin työväenluistelijoita edustava Jani

Suihkonen

(2.54,11).

Pronssille taipui Porista Lauri

Karaksela

(2.59,62) ja neljänneksi itsensä luisteli LepU:n Jarkko Koponen.

Miesten joukossa luisteli myös yksi P17 sarjan edustaja, JPS:n Jaakko

Puurunen. Hän sai molemmilla matkoilla oman sarjansa SM-kultamitalit jääden kuitenkin Myl sarjan kärkeen n. 50 s ja viimeisellekin noin puoli minuuttia. Vauhdikasta oli kuitenkin myös jääpalloilijan meno :)

Naisten sarjassa vakuuttavaa jälkeä teki PoPy:n Anu Humisto voittaen 500m ainoana luistelijana ajalla 58,28 ja 1500 m taittui ilman vetoapua lähes omaan ennätykseen 3.08,93 . SM hopeaa 1500m:n matkalla luisteli Eve



Tatu Santala ja Oskari Kinnunen P13-sarjan voittajina 500m matkalla 8.3.2009. Kuva Ari Häyrinen

Lyytikäinen Palokasta edustaen seuraa GB.

Juniorisarjoissa 500 m:n voitti KENSUn Tatu Santala (P13) ajalla 1.09,43 ja nuoremmissa 333 m:n matkan tuli Parkanosta voittamaan Mäki-viinikan veljekset Valtteri (P11) ajalla 46,02 ja Oskari (P9) ajalla 55,39. KENSUn Santeri Puumala (P9) antoi kuitenkin erinomaisen vastuksen pian 8-vuotiaalle Oskarille ja jäi hänestä vain reilun sekunnin ajalla 56,59 tullen toiseksi.

Tytöistä Karoliina Kinnunen KENSU (T11) voitti 333 m ajalla 59,26 ja T9 sarjan 333 m voitti Paju Kilpeläinen KENSUsta ajalla 1.06,11. Alle 7-vuotiaat luistelivat kaukalossa yhden kierroksen eli 111 m ja Tytöt alle 7v sarjan voitti ainoana Pinja Kilpeläinen. Pojat alle 7 sarjassa voiton vei Jypin G-juniori Tomi Niku nopealla ajalla 18,84 ja Eemeli Kanervo jäi toiseksi kaaduttuaan kerran.

Tulokset löytyvät kokonaisuudessaan: www.kensu.fi -> tulospalvelu.

Tuloksia

(ks. myös <http://www.kensu.fi>)

Kuntokieppi 2009 - tilanne hiihdon jälkeen

S	Nimi	Seura	Luistelu		Hiihto		Lajeja	Yhteensä
1	Karetie Pirjo		0:12:55	922,58	36:57	1000,00	2	1922,61
2	Aaltokallio Keijo	Landis+Gyr	0:13:11	903,92	37:31	984,90	2	1888,84
3	Kanervo Laura		0:11:55	1000,00	43:14	854,66	2	1854,69
4	Leppänen Jouni	KiloKivet	0:12:45	934,64	44:21	833,15	2	1767,82
5	Hietaranta Matti	Landis+Gyr	0:13:17	897,11	44:03	838,82	2	1735,96
6	Kuvaja Jarno	KiloKivet	0:13:36	876,23	43:35	847,80	2	1724,06
7	Leppänen Nina	KiloKivet	0:14:18	833,33	0:44:00	839,77	2	1673,14
8	Vesterinen Atso	JALO	0:13:21	892,63	48:50	756,66	2	1649,32
9	Kuvaja Anne	KiloKivet	0:14:55	798,88	0:44:48	824,78	2	1623,69
10	Vesterinen Sari	JALO	0:14:04	847,16	0:48:51	756,40	2	1603,59
11	Salavamäki Päivi	JALO	0:14:52	801,57	0:54:50	673,86	2	1475,47
12	Salavamäki Seppo	JALO	0:14:53	800,67	0:54:49	674,07	2	1474,78
13	Kepanen Tuomas	Landis+Gyr	0:13:26	887,10		0,00	1	887,10
14	Paunonen Sari	Landis+Gyr	0:15:53	750,26		0,00	1	750,26
15	Jaatinen Kirsi	Landis+Gyr	0:16:28	723,68		0,00	1	723,68

Kuntokiepin joukkuekisa 2009 - tilanne hiihdon jälkeen

	Joukkue	Nimi	Luistelu		Hiihto		Yhteensä
1	KiloKivet	Leppänen Jouni	934,64		833,15		
		Kuvaja Jarno	876,23		847,80		
		Leppänen Nina	833,33		839,77		
		Kuvaja Anne	798,88	2644,20	824,78	2520,72	5164,92
2	JALO	Vesterinen Atso	892,63		756,66		
		Vesterinen Sari	847,16		756,40		
		Salavamäki Päivi	801,57		673,86		
		Salavamäki Seppo	800,67	2541,36	674,07	2104,58	4645,94
3	Landis+Gyr	Aaltokallio Keijo	903,92		984,90		
		Hietaranta Matti	897,11		838,82		
		Kepanen Tuomas	887,10				
		Paunonen Sari	750,26				
		Jaatinen Kirsi	723,68	2688,13		1823,72	4511,85

Jyväskylä 2009 – tilanne hiihdon jälkeen

S	SS	Nimi	Sarja	Joukkue	Luistelu		Hiihto		Pisteet
1	1	Koponen Jarkko	Myl		0:17:22	996,16	1:01:50	957,41	1953,57
2	1	Köninki Kari	M50	Panda	0:17:59	962,00	1:01:50	957,41	1919,41
3	2	Kääpä Lasse	M50	Epäsuunta	0:17:19	999,04	1:05:45	900,38	1899,42
4	3	Väisänen Aimo	M50	VAJE	0:17:18	1000	1:06:44	887,11	1887,11
5	2	Silvasti Heikki	Myl	Panda	0:19:34	884,16	0:59:12	1000	1884,16
6	1	Iitti Jukka	M40	VAJE	0:17:58	962,89	1:06:34	889,33	1852,23
7	3	Takala Santeri	Myl	Skanska Talonrakennus	0:19:35	883,40	1:01:36	961,04	1844,44
8	4	Martin Arto	M50	Keski-Suomen poliisilaitos	0:18:50	918,58	1:04:07	923,32	1841,90
9	5	Luoma Hannu	M50	K-Pau	0:17:22	996,16	1:10:39	837,93	1834,09
10	6	Mäkipelto Eero	M50	VAJE	0:20:06	860,70	1:01:49	957,67	1818,37
11	4	Pulkkinen Pertti	Myl	www.eurooppasoutu.fi	0:19:42	878,17	1:03:55	926,21	1804,38
12	7	Ilmavirta Keijo	M50	Panda	0:17:58	962,89	1:10:39	837,93	1800,83
13	5	Pohjola Lauri	Myl	Epäsuunta	0:19:38	881,15	1:05:02	910,30	1791,46
14	6	Nevala Antti	Myl	Landis+Gyr	0:19:38	881,15	1:05:29	904,05	1785,20
15	8	Särkkä Seppo	M50	Panda	0:19:39	880,41	1:08:09	868,67	1749,08
16	7	Ollikainen Anssi	Myl	HH2000	0:22:04	783,99	1:03:08	937,70	1721,69
17	9	Martin Timo	M50	Keski-Suomen poliisilaitos	0:19:39	880,41	1:10:33	839,12	1719,53
18	2	Lehtinen Antti	M40	Epäsuunta	0:19:40	879,66	1:12:56	811,70	1691,36
19	3	Santala Vesa	M40		0:19:38	881,15	1:13:15	808,19	1689,35
20	8	Tölli Marko	Myl	Epäsuunta	0:21:39	799,08	1:08:23	865,71	1664,78
21	4	Aho Pekka	M40	Keski-Suomen poliisilaitos	0:20:19	851,52	1:15:56	779,63	1631,15
22	10	Oikarinen Risto	M50	K-Pau	0:20:02	863,56	1:20:00	740,00	1603,56
23	11	Hyvärinen Raimo	M50	K-Pau	0:19:41	878,92	1:21:47	723,86	1602,78
24	1	Timperi Jaakko	M60	HTL	0:20:59	824,46	1:16:25	774,70	1599,16
25	9	Koistinen Kimmo	Myl		0:25:19	683,34	1:05:48	899,70	1583,04
26	1	Kakkonen Hanna	Nyl	KKI-naiset	0:20:51	829,74	1:20:44	733,28	1563,01
27	5	Vuorinen Veikko	M40	K-Pau	0:23:38	732,02	1:11:41	825,85	1557,87
28	12	Riikonen Ilkka	M50	www.eurooppasoutu.fi	0:25:07	688,79	1:13:17	807,82	1496,61
29	2	Hiljanen Kirsi	Nyl	Skanska Talonrakennus	0:25:27	679,76	1:13:16	808,01	1487,77
30	6	Senttula Asko	M40	Landis+Gyr	0:25:29	678,88	1:14:30	794,63	1473,51
31	13	Jokinen Jukka	M50		0:23:34	734,09	1:20:49	732,52	1466,61
32	7	Rusko Sami	M40	Skanska Talonrakennus	0:26:38	649,56	1:16:34	773,18	1422,74
33	10	Happonen Jarkko	Myl	Landis+Gyr	0:25:26	680,21	1:24:50	697,84	1378,05
34	8	Sojakka Markku	M40	Skanska Talonrakennus	0:28:09	614,56	1:18:15	756,55	1371,11
35	14	Järvinen Timo	M50	www.eurooppasoutu.fi	0:26:21	656,55	1:25:01	696,33	1352,88
36	9	Koskinen Veli-Jussi	M40	VAJE	0:17:20	998,08		200,00	1198,08
37	2	Pitkänen Tauno	M60	K-Pau	0:20:53	828,41		200,00	1028,41
38	11	Turpeinen Antti	Myl	Keski-Suomen poliisilaitos		0,00	0:59:14	999,44	999,44
39	10	Lipsonen Oiva	M40	Millog	0:17:20	998,08		0,00	998,08
40	15	Räsänen Pertti	M50	Keski-Suomen poliisilaitos		0,00	0:59:39	992,46	992,46
41	16	Majander Henry	M50	Keski-Suomen poliisilaitos		0,00	1:05:03	910,07	910,07
42	3	Yrjölä Ulla	Nyl	Landis+Gyr	0:19:38	881,15		0,00	881,15
43	17	Paakkinen Kari	M50		0:19:38	881,15		0,00	881,15
44	18	Pasanen Eero	M50		0:19:39	880,41		0,00	880,41
45	12	Leppänen Toni	Myl		0:19:47	874,47		0,00	874,47
46	19	Matihaldi Matti	M50	K-Pau	0:19:47	874,47		0,00	874,47
47	20	Jokela Tenho	M50			0,00	1:07:59	870,80	870,80
48	1	Kokkonen Terhi	N50	KKI-naiset	0:20:07	859,98		0,00	859,98
49	11	Sironen Pasi	M40	www.eurooppasoutu.fi	0:21:08	818,61		0,00	818,61
50	3	Rautiainen Veli	M60		0:29:50	579,89		200,00	779,89
51	2	Möra-Leino Anneli	N50	KKI-naiset		0,00	1:18:54	750,32	750,32
52	21	Ilves Jari	M50	www.eurooppasoutu.fi	0:23:57	722,34		0,00	722,34

KENSULAINEN 1/2009

53	3	Ilmavirta Pirjo	N50	KKI-naiset		0,00	1:22:16	719,61	719,61
54	4	Leppänen Kalle	M60		0:25:32	677,55		0,00	677,55
55	1	Keränen Kari	Kunto		0:26:46	646,33		0,00	646,33
56	13	Veikkolainen Janne	Myl	www.eurooppasoutu.fi	0:27:43	624,17		0,00	624,17
57	4	Kananen Marja-Liisa	N50		0:30:00	576,67		0,00	576,67
58	12	Hytönen Jorma	M40	Skanska Talonrakennus	0:33:22	518,48		0,00	518,48
59	14	Kahilainen Tuomo	Myl	Skanska Talonrakennus		0,00		200,00	200,00
60	22	Hyvönen Kari	M50			0,00		0,00	0,00

Jyväskylän joukkuekisa 2009 – tilanne hiihdon jälkeen

	Joukkue	Nimi	Luistelu	Hiihto	Yhteensä
1	VAJE	Väisänen Aimo	1000,00	887,11	
		Koskinen Veli-Jussi	998,08	200,00	
		Iitti Jukka	962,89	889,33	
		Mäkipelto Eero	860,70	957,67	2734,12
			2960,97		5695,09
2	Panda	Ilmavirta Keijo	962,89	837,93	
		Köninki Kari	962,00	957,41	
		Silvasti Heikki	884,16	1000,00	
		Särkkä Seppo	880,41	868,67	2826,08
			2809,05		5635,14
3	Keski-Suomen poliisilaitos	Martin Arto	918,58	923,32	
		Martin Timo	880,41	839,12	
		Aho Pekka	851,52	779,63	
		Räsänen Pertti	0,00	992,46	
		Majander Henry	0,00	910,07	
		Turpeinen Antti	0,00	999,44	2915,21
			2650,51		5565,72
4	Epäsuunta	Pohjola Lauri	881,15	910,30	
		Kääpä Lasse	999,04	900,38	
		Lehtinen Antti	879,66	811,70	
		Tölli Marko	799,08	865,71	2676,39
			2759,85		5436,24
5	K-Pau	Luoma Hannu	996,16	837,93	
		Hyvärinen Raimo	878,92	723,86	
		Matihaldi Matti	874,47		
		Oikarinen Risto	863,56	740,00	
		Pitkänen Tauno	828,41	200,00	
		Vuorinen Veikko	732,02	825,85	2403,79
			2749,55		5153,34
6	www.eurooppasoutu.fi	Pulkkinen Pertti	878,17	926,21	
		Sironen Pasi	818,61	0,00	
		Ilves Jari	722,34	0,00	
		Riikonen Ilkka	688,79	807,82	
		Järvinen Timo	656,55	696,33	
		Veikkolainen Janne	624,17	0,00	2430,36
			2419,12		4849,49
7	Landis+Gyr	Nevala Antti	881,15	904,05	
		Yrjölä Ulla	881,15	0,00	
		Happonen Jarkko	680,21	697,84	
		Senttula Asko	678,88	794,63	2396,52
			2442,52		4839,04
8	Skanska Talonrakennus	Takala Santeri	883,40	961,04	
		Hiljanen Kirsi	679,76	808,01	
		Rusko Sami	649,56	773,18	
		Sojakka Markku	614,56	756,55	
		Kahilainen Tuomo	0,00	200,00	
		Hytönen Jorma	518,48	0,00	2542,23
			2212,73		4754,96
9	KKI-naiset	Kokkonen Terhi	859,98	0,00	
		Kakkonen Hanna	829,74	733,28	
		Ilmavirta Pirjo	0,00	719,61	
		Möra-Leino Anneli	0,00	750,32	2203,21
			1689,72		3892,93

KENSUn kuntokilpailun 2008 kymppikärki

1. Pentti Harjula 114, 2. Vesa Häkkinen 76, 3. Päivi Häkkinen 33, 4. Anneli Mörä-Leino 14, 5. Antti Häkkinen 10, 6. Janne Häkkinen 8, 7. Pekka Häkkinen 5, 8. Matti Häkkinen 5, 9. Terhi Kokkonen 5, 10. Eero Häkkinen 3 kertaa

Potkulkelkailun MM-kisojen tulospoimintoja 2009

MARATON MIEHET			
1.	1.35,57	Immonen Kai	Ketkupolkka
2.	1.35,58	Vierikko Hannu	Ketkupolkka
3.	1.35,59	Lahtinen Jussi	Otto Motor
4.	1.36,06	Mononen Janne	Ketkupolkka
5.	1.36,07	Jääskeläinen Mika	Ketkupolkka
6.	1.44,10	Lehtinen Antti	Kensu
7.	1.44,17	Tomas Porthin	Ketkupolkka
8.	1.47,55	Ruuska Vesa	Tampereen juoksijat
9.	2.02,15	Roostar Martin	Viro
MARATON MIEHET YLI 45 V.			
1.	1.44,12	Pesälä Matti	KoRy
2.	1.44,13	Rinkinen Timo	Kensu
3.	1.54,33	Luoma Hannu	Kensu
4.	1.55,27	Nyman Heikki	Ketkupolkka
5.	2.06,05	Reini Erkki	Keitele
MIEHET 200 M FINAALI			
1.	22,7	Lahtinen Jussi	Ottomotor
2.	23,5	Immonen Kai	Ketkupolkka
3.	23,7	Mononen Janne	Ketkupolkka
4.	24,5	Lehtinen Antti	Kensu
5.	24,9	Porthin Tomas	Ketkupolkka
6.	25,2	Rinkinen Timo	Kensu
2000 m MIEHET			
1.	4.17,0	Lahtinen Jussi	OttoMotor
2.	4.17,3	Mononen Janne	Ketkupolkka
3.	4.18,0	Immonen Kai	Ketkupolkka
4.	4.33,5	Levänen Markku	Savon Dynamo
5.	4.33,6	Porthin Tomas	Ketkupolkka
6.	4.47,3	Rinkinen Timo	Kensu

7.	4.52,9	Pesälä Matti	KoRy
8.	4.59,6	Roostar Martin	Viro
9.	5.06,5	Lehtinen Antti	Kensu
10.	5.09,9	Luoma Hannu	Kensu
11.	5.11,9	Nyman Heikki	Ketkupolkka
500 M MIEHET YLI 45 V			
1.	1.04,6	Rinkinen Timo	Kensu
2.	1.06,3	Pesälä Matti	KoRy
3.	1.10,0	Luoma Hannu	Kensu
4.	1.10,5	Julkunen Seppo	Leppävirran Urheilijat
5.	1.12,6	Nyman Heikki	Ketkupolkka
3X500 M MIEHET			
1.	3.26,8	Ketkupolkka II (Pesälä Matti, Immonen Kai, Jääskeläinen Mika)	Helsinki
2.	3.27,0	Team OttoMotor (Mononen Janne, Karhila Jouko, Lahtinen Jussi)	Multia
3.	3.45,2	KENSU (Rinkinen Timo, Luoma Hannu, Lehtinen Antti)	Jyväskylä
4.	3.48,6	Ketkupolkka I	Helsinki
5.	4.12,0	Leppävirran Urheilijat I	Leppävirta
6.	4.27,7	Leppävirran Urheilijat II	Leppävirta

Täydelliset tulokset:

<http://www.multia.fi/potkut/tulos09.htm>

Kilpailukutsuja

Jyväskiepin suunnistus 2009

Järjestäjä: Suunta Jyväskylä
 Aika: Sunnuntai 17.5.2009 klo 11
 Paikka: Kilpailukeskus Keljonkankaan koululla
 Sarjat ja matkat: Nyl, N50 8km
 Myl, M40, M50, M60 8km
 Puolimatkat 4km
 Lähtö: klo 11.00
 Ilmoittautuminen ja osallistumismaksu: Ilmoittautuminen ke 13.5.2009 mennessä lauri.m.pohjola@jyu.fi. Ilmoittautumisessa mainittava nimi, sarja, seura/joukkue, emitin numero tai tarve laina-emitille.
 Osallistumismaksu 12 euroa, puolimatkat 6 euroa. Maksut Suunta Jyväskylän tilille 158130-29628 (Nordea). Viestikenttään "Jyväskieppi".
 Tiedustelut: Lauri Pohjola 040 821 4973

Jyväskiepin soutu

Aika: Su 6.6. klo 10.00, II-lähtö klo 11.30
 Kilpailukanslia: Avoinna alkaen klo 09.00
 Paikka: Lähtöpaikka Laukaan Peurunka
 Sarjat:

- yksinsoutu miehet yl, miehet yli 50 v., naiset
- vuorosoutu miehet yl, miehet yli 50 v., naiset
- kirkkovene miehet, naiset
- kajakit ja kanootit
- parisoutu miehet, naiset (vain Peurunka soutu, ei Jyväskiepin suoritusta)

 Penkkirakenne Vapaa
 Matkat: Soutumatka 10 km
 Reitti: Peurunkajärvellä kahtena lenkkinä
 Osallistumismaksu: 2.6. mennessä 15 euroa/hlö/lähtö ja 180 euroa/kirkkovene
 Jälki-ilmoittautuminen: 6.6. mennessä 17 euroa/hlö/lähtö ja 220 euroa/kirkkovene
 Pankkiyhteys: Vihtavuoren Pamaus 522122-46898
 Maksuun sisältyy: Kunniakirja, mehut, uinti
 Palkinnot: Palkinnot jaetaan kaikki lähdöt yhteensä.
 Tiedustelut & ilmoittautuminen: Mikäli sarjassa 3 tai alle osallistujia, palkitaan vain voittaja. Kirsi Hiljanen kirsi.hiljanen@suomi24.fi puh. 0405618270
 Järjestäjä: Vihtavuoren Pamaus ry

Jyväsjärven kirkkovenesoutu

Järjestäjä: Kensu
Aika: To 11.6. klo 15
Paikka: Kilpailukeskus Hotelli ALBA
Sarjat: Kilpa- ja kuntosarja
Matkat: n. 7 km
Kilpailukutsu: Katso www.kensu.fi
Tiedustelut: Kirsi Hiljanen 040-5618270 tai Hannu Luoma 050-558 7671

Jyväskiepin pyöräily & Peurunka-Tempo 2009

Järjestäjä: CCPicaro
Aika: Su 16.08.2009 klo 11.00
Paikka: Laukaa, Peurunka
Sarjat: Myl, M40, M50, M60, Nyl, M20 ja Kuntosarja (+KS Cupin sarjat)
Matkat: Kilpasarjat 38km aika-ajo, Kuntosarja 20km aika-ajo
Osallistumismaksu: Kaikki sarjat ennakkoon 15 €, paikan päällä 17 €
Pankkiyhteys: 131730-112201 (Nordea)
Kilpailureitti: 38km: Lähtö ja maali Lasevan risteys. Vehniäntie-Valkolantie-Valkolantietä pohjoiseen mäen päälle hieman ennen pinnoitteen loppua, jossa 1. käänö. Sieltä takaisin Vehniäntielle, josta nelostielle päin Peurunkamäen päälle, jossa 2. käänö ja takaisin maaliin.
20km: Lähtö ja maali Lasevan risteys. Vehniäntietä suoraan Peurunkamäen käänöpaikalle, jossa käänö ja takaisin samaa reittiä.
Ilmoittautuminen: 9.8. mennessä lipsonenoiva(at)gmail.com tai 044 086 3038/Oiva
Huom! Sähköpostiosoite on muuttunut!
Muuta: Kilpailutoimisto: Peurunka / (avataan klo 9.30).
Pukeutuminen: Peurunka. WC- N/ M Kupolissa.
Palkintojenjako: Peurunka/kupolin sisätiloissa. Pokaalit sarjojen kolmelle parhaalle. Arvontapalkintona kaikkien osallistujien kesken Peurungan testiaseman palveluita.
Peseytyminen ja sauna: Peurungan kupoli (sisältyy osallistumismaksuun)
<http://ccpicaro.net/>
Tiedustelut: lipsonenoiva(at)gmail.com tai 044 086 3038/Oiva

**Huomaa - kisat ovat kaikille avoimia!
Tervetuloa mukaan!**

Jyväskiepin juoksu

Järjestäjä: Kensu
 Aika: 30.8. klo 11.00
 Paikka: Halssilan liikuntapuisto, Jyväskylä
 Sarjat: Myl, M40, M50, M60, Nyl, N50, kunto
 Matkat: Kilpasarjat n 13 km, kuntosarja n. 6,5 km.
 Osallistumismaksu: Kilpasarjat 12 euroa, kunto 6 euroa. Maksut paikan päällä.
 Kilpailureitti: Pururadalla
 Ilmoittautuminen: Paikan päällä
 Tiedustelut: Santeri Takala p. 050-401 4375, santeri.takala.tra@jamk.fi
 Muuta: Palkinnot sarjojen kolmelle parhaalle. Kuntosarjassa ja kaikkien osallistujien kesken muutamia arvontapalkintoja.
 Peseytyminen huoltorakennuksessa.

Kuvia



Voittotaistelu Kiepin hiihdossa. Kuva Touho.



M-45-sarjan 500 metrin mitalistit (Matti Pesälä, Timo Rinkinen, Hannu Luoma) Multian MM-kisoissa. Kuva Antti Lehtinen.

2

Huom! Ilmoita osoitteenmuutoksista keijo.ilmavirta@panda.fi, 040-503 6381. Kiitos!

Pyydetään palauttamaan ellei vastaanottajaa tavoiteta:

KENSU RY / Keijo Ilmavirta
Sysmälantie 23 B 7
40530 JYVÄSKYLÄ

Tapahtumakalenteri

KENSU ry:n kevätkokous

25.4. klo 15 Jyväskylän ammattiopisto, Viitaniemi

Luistelukauden päättäjaiset

25.4. klo 15.30 Jyväskylän ammattiopisto, Viitaniemi

Muita menoja

Talkoosaunailta la 23.5, ilmoittautumiset keijo.ilmavirta@panda.fi tai 040-503638

KENSUn muisteloitama su 23.8. klo 14 Keljon Tapiolassa, ilmoittautumiset keijo.ilmavirta@panda.fi tai 040-5036381

Jyväsjärven kirkkovenesoutu

11.6. Jyväskylä, Jyväsjärvi

Jyvä- ja Kuntokieppi 2009

17.5. klo 11 Jyväskiepin suunnistus / Jyväskylä, Keljonkangas. Järjestää Suunta Jyväskylä

6.6. klo 10 Jyväskiepin soutu / Laukaa, Peurunka. Järjestää Vihtavuoren Pamaus

16.8. klo 11 Jyväskiepin pyöräily / Laukaa, Peurunka, Järjestää CC Picaro

30.8. klo 11 Jyväskiepin juoksu / Jyväskylä, Halssila. Järjestää KENSU

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>