

Tänään Luonto ja retkeily

Kaukana rauhallisesta tulistelusta

Seikkailu-urheilu: Rämäpää luonnonystävä löytää kaltaisiaan alan kilpailuista

SUVI TANNER
Rovaniemi

Seikkailu-urheilu on on kestävyyslaji, jossa yleensä kilpailaan joukkueena. Lajeja ovat suunnistus tai juoksu, maastopyöräily, melonta, rullaluistelu, uinti ja kiipeily. Samaan kilpailuun kuuluu aina monta lajia. Mukana on välillä myös eksoottisempia lajeja ja pulmatehtäviä.

Kilpailuja löytyy maailmalta joka lähtöön, muutaman tunnin pikaisista pyrähdyksistä viikon kestävään tykitykseen. Yhteistä koitoksille on sinnikäs eteneminen maastosta, esteistä ja välillä jopa kilpailijan fyysisistä rajoista riippumatta.

Vaikka pääosa kilpailuista järjestetään Etelä-Suomessa, löytyy Lapista ainutlaatuisia paikkoja harjoitteluun.

Tornionjoen suisto, Kukkolankoski ja Perämeren saaristo melontaan, Napapiirin reitti Pellostä Rovaniemelle maastopyöräilyyn, Saariselän moninaiset reitit komeissa maisemissa juoksuun ja suunnistukseen, luettelee kuusi vuotta seikkailukilpailuja kiertänyt torniolaislähtöinen Heikki Hihnala suosikkejaan.

Syy haastaa itsensä

Pelkkä hyvä kestävyyskunto ja lajien hallinta ei riitä. Pitää osata vaihtaa fillariin renkaat, suunnistaa pari vuorokautta valvoneena, antaa ensiapua polvensa ruhjoneelle joukkueoverille ja niin edelleen.

Seikkailu-urheilu on enemmän kuin kilpaurheilu. Siinä saa painaa niin pitkälle kuin keho kestää ja jatkaa sen jälkeen vielä vuorokausi tai vielä pidempään. Kun keho on äärimmäisen väsynyt ja paikkoja kolottaa, henkiset voimat ratkaisevat, luonnehtii Hihnala.

Hänellä, kuten useimmilla muillakin lajiin koukkuun jääneillä, on retkeilytausta. Se, joka ei usko viihtyvän rapaisessa kurakelissä kantamassa polkupyörää trikoot ja t-paita päällä, voi suosiolla suunnistaa salille spinningiin. Seikkailusta ei joka ilta pääse suihkun kautta kotisohvalle.

Eroa retkeilyyn ja rauhalliseen tulisteluuun tuo se, että pystyy vertaamaan omia kykyjään muihin ja saa syyn haastaa itsensä, sanoo maastopyöräilyä kautta lajin pariin ajautunut Kati Vehmas.

Molemmat painottavat, että harjoitteleessa ja kilpailuissa saa kulkea uskomattoman komeissa maisemissa, jotka reitin tekijä on katsastanut valmiiksi. Muuten ei ehkä tulisi lähdettyä katselemaan Rovaniemen maisemia mäkihyppytornin seinältä tai tutkimaan Suomenlahtea rantamatkailijoiden kahlaamalla.



Eroa retkeilyyn ja rauhalliseen tulisteluuun tuo se, että pystyy vertaamaan omia kykyjään muihin ja saa syyn haastaa itsensä.

Kati Vehmas seikkailu-urheilija



Seikkailu-urheilija näkee paikkoja, mihin peruserkeilijän ei tule lähdettyä. Jussi Keskinarkaus harjoitteli seikkailukisaan Ounasvaaran hyppytornissa kesällä 2003.

Kuka vain voi kokeilla

Lajissa ei järjestetä kursseja. Rekisteröityjä seurojakin on Suomessa vain muutamia, niistä tuorein on viime syksynä perustettu lappilainen Arctic Circle Adventure, johon Vehmas ja Hihnalaakin kuuluvat. Polku huipulle kulkee yleensä jonkun muun kestävyyslajin kautta vapaamuotoiseen seikkailutiimiin ja sieltä kaupallisesti sponsoroituihin joukkueeseen.

Kokeilla voi kuka vain, kenellä kunto kestää neljän tunnin yhtämittaisen liikkumisen. Useimmissa kotimaisissa kilpailuissa on myös virallista kilpailureittiä lyhyempi ja helpompi kuntosarja. Niissä laji käyvät testaamassa kaveriporukat ja firmajoukkueet. Etelä-Suomes-

sa on järjestetty seikkailutapahtuma lapsillekin.

Seikkailu-urheilua on harrastettu maailmalla parikymmentä vuotta. Suomessa laji kasvaa koko ajan. Kilpailuja pidetään vuosittain 10-15 ja osallistujia niissä on parhaimmillaan muutama sata. Suomalaiset huippujoukkueet ovat myös menestyneet maailmalla tasokkaiden seikkailukilpailuissa.

Hihnala suosittelee seikkailu-urheilua kaikille luonosta kiinnostuneille aktiiviliikkujille.

Lajia voi verrata maratonin, missä on mukana harvoja voitosta kisaavia huippu-urheilijoita, mutta paljon niitä, jotka tulevat nauttimaan ilmiäristä ja itsensä voittamisesta.

”Tärkeintä on sietää väsymystä”

Veli houkutteli torniolaisen Heikki Hihnalan mukaan seikkailukilpailuun kuusi vuotta sitten. Veljelle tuli kuitenkin este ja Hihnala päätyi kilpailemaan muiden ensikertalaisten kansojoukkueet ovat myös menestyneet maailmalla tasokkaiden seikkailukilpailuissa.

Hihnala suosittelee seikkailu-urheilua kaikille luonosta kiinnostuneille aktiiviliikkujille. Lajia voi verrata maratonin, missä on mukana harvoja voitosta kisaavia huippu-urheilijoita, mutta paljon niitä, jotka tulevat nauttimaan ilmiäristä ja itsensä voittamisesta.

Fyysisesti olen erittäin vahva pyöräilyssä ja melonnoissa. Ehkä eniten kehitettävää olisi juoksemisessa ja suunnistustaidossa, vaikka kummassakin olen ihan kohtuullinen. Vahvuudeksi luen myös kisataktiikan. Yleensä tiedän, koska on edettävä lu-

jaa voittakseen ja koska kannattaa säästellä voimia virheitä välttämällä.

Krokotiili ja ukkosmyrsky
Lajin parissa on päässyt mukavasti kiertämään maailmaa. Tänä vuonna Hihnala plakkarissa on Pohjoismaiden mestaruus, viime vuonna Eurooppa-cupin osakilpailuvoitto Tsekeissä ja Suomen vaatimman kisan, Endurance Questin kakkossija.

Tsekeissä oli mahtavaa voittoa ensimmäinen suuri kansainvälinen kilpailu lähes täydellisellä suoritusella useiden vuosien kovan uurratuksen jälkeen.

Matkaan mahtuu rutkasti elämyksiä. Floridan mestaruuskisoissa rämeellä letkaa vetänyt Hihnala astui krokotiilin vierteen ja säikäytti amerikkalaiset joukkuekaverinsa perinpohjaisesti.

He ihmettelivät mitään pelkäämätöntä suomalaista, mutta suo oli samantyyppistä kuin Suomessa ja harvemmin Suomen soilla on tarvinnut krokotiilia pelätä.

Puolan MM-karsinnoissa



Heikki Hihnalla rullaluisteli Tsekeissä viime kesänä.

Hihnalan joukkue taisteli sata tuntia upottavissa hangissa, vuorilla ja talvisessa ukkosmyrskyssä. Kaikki olivat fyysisesti täysin rikki ja keskeyttäminen kummilti mielessä. Maaliin

kuitenkin selvitettiin.

Tärkeintä lajissa on pystyä sietämään väsymystä, sillä kaikki väsyvät joskus ja se, jonka vauhti on väsyneenä nopeinta, pärjää usein hyvin. Pitkissä kisoissa on tärkeintä olla henkisesti vakaa ja vahva sekä periksi antamaton.

Tavoite Portugalissa

Joukkuelajissa on tärkeää, että henkilökemiat natsaavat yhteen. Ja koska lajista ei irtoa elantoa, vaan sen harjoittaminen päin vastoin vaatii huipulla melkoista taloudellista panostusta, on kaikkien intohimon treenaamiseen oltava samalla tasolla.

Lisäksi joukkueen jäsenten perusvahvuuksien tulisi olla samantyyppisiä, mutta erikoisosaamisesta taas erilaisia, kuten kiipeilyä, pyörän korjausta ja ensiapua.

Tällä hetkellä Helsingissä asuva Hihnala kilpailee Ompakomissa joukkueessa, jonka tavoitteena säilyttää asemansa Suomen parhaana seikkailutiiminä. Vuoden tärkein tavoite on Portugalin MM-karsinta joukkueen alussa. Lisäksi Hihnala kiertää huvikseen pienempiä kisoja kaveriporukalla. Heinäkuun alussa hän testaa Rovaniemen ensimmäisen seikkailukilpailun.

ArcticCircle24:ssä tavoitteena on ehjä suoritus ja Rovaniemen maisemista nauttiminen ilman suurempia paineita menestyksestä. Kauden kuntohuippuun on siitä vielä pitkä matka.

Fakta

Seikkailukilpailut

Kilpailuja on eri tyyppisiä. Yhtäjaksoisissa non-stop-kisoissa kello käy koko ajan ja joukkue lepää vain silloin, kun itse malttaa. Etappikilpailuissa järjestäjä määrää pakollisten lepotaukojen ajan ja määrän.

Useimmat Suomessa järjestetyistä kilpailuista ovat 5-10 tuntia kestäviä päiväkilpailuja. Lajin kärki kilpailee maailmalla useita vuorokausia kestävässä kilpailuissa.

Nopein voittaa. Suunnistusvirheitä tai sääntöjen rikkomisesta seuraa sakkominuutteja. Eritasoisien joukkueiden hallinta vaatii välillä cut-offeja eli tiettyjen osuukien sulkemista hitaimmilla joukkueilta kesken kisan.

Lisää seikkailu-urheilusta: www.arcticcircle24.com, www.multisport.fi

Rovaniemi tarjoaa seikkailua läpi yön

Suomen pohjoisin seikkailukilpailu järjestetään heinäkuun ensimmäisenä viikonloppuna Rovaniemellä. ArcticCircle24 tarjoaa mahdollistumalla tai yleisönä. Kisa lähtee aivan kaupungin ytimestä, joten vauhtia ja kiperiä tilanteita pääsee seuramaan vaikka perjantai- ja lauantai-iltoina.

Suomalaiset seikkailukisat ovat viime vuosina keskittyneet etelään. ArcticCircle24:n johtaja Kati Vehmas halusi joukkoi- neen saada kilpailut kotikaupunkiinsa, sillä tiesi harjoitustensa perusteella Ounasvaaran ympäristön edustavan maaston auelia suunnistajille, maastopyöräilijöille ja melojille.

Kisakeskus urheilupuistolla, lähtö Lordin aukiolta sekä rajaton alue jokea, järviä, vaaeroja käytettävissä yhden kisan aikana. Se on yhdistelmä, mitä etelästä ei löydy. Lisäksi haluamme näyttää kilpailijoille napapiirin yöttömän yön. Mainostamme kisa ainoana 24 tunnin kilpailuna, jonka läpi pääsee ilman ot-salamppuja, Vehmas listaa.

Lisäksi joukkueen jäsenten perusvahvuuksien tulisi olla samantyyppisiä, mutta erikoisosaamisesta taas erilaisia, kuten kiipeilyä, pyörän korjausta ja ensiapua.

Tällä hetkellä Helsingissä asuva Hihnala kilpailee Ompakomissa joukkueessa, jonka tavoitteena säilyttää asemansa Suomen parhaana seikkailutiiminä. Vuoden tärkein tavoite on Portugalin MM-karsinta joukkueen alussa. Lisäksi Hihnala kiertää huvikseen pienempiä kisoja kaveriporukalla. Heinäkuun alussa hän testaa Rovaniemen ensimmäisen seikkailukilpailun.

ArcticCircle24:ssä tavoitteena on ehjä suoritus ja Rovaniemen maisemista nauttiminen ilman suurempia paineita menestyksestä. Kauden kuntohuippuun on siitä vielä pitkä matka.

Kilpailuun ehtii vielä mukaan. Halvin ilmoittautumisaika umpeutuu huonenna 15.5. Sivulta www.arcticcircle24.com löytyy infoa sekä kilpailijoille että yleisölle.

LAPIN ERÄMESSUT

ROVANIEMI 16.-18.5.2008

perjantai 16.5. klo 12-19.00, lauantai 17.5. klo 10-18.00, sunnuntai 18.5. klo 10-17.00

KOKO PERHEELLÄ LAPPI AREENALLE



Ostettavaa, nähtävää, katsottavaa, koettavaa, tutkittavaa, uutuuksia, ihmeteltävää, maisteltavaa, pömpullinää, lasten mönkijärata... Messubussilla maksutta messuille: **Tasalta** Keskusenttä, Ruokasenkatu, Valtakatu, Pohjanhovi, Lappi Areena. **Puoletta** Lappi Areena, Toripuistikko; Revontuli- ja Keskusenttä.

Liput: aik. 10€, lapset 6€, perhe 20€
Ennakoon 8/4/16€ CitySport ja Ollin Erä ja Kalastus
www.lapinmessut.fi puh. (016) 442 244



Laatumaa Lapissa

Laatumaa tarjoaa monenlaista vaihtoehtoa tontille, jonka kanssa olet samaa maata!

Lapin erämaiset kohteet houkuttelevat hiljaisuudellaan, tunturikohteista lähes kaikkialla pääset suoraan ladulle ja rinteisiin. Järvi- ja metsäkohteita mainittakoon mm. Rovaniemen Marrasjärvi jossa korkeat vaarat rajaavat Marrasjärven kaunista maisemaa. Yksi kalastajien suosikkipaikkoja taas on Muonionjoen Kalkkikangas jossa kesä- ja talviaktiviteetit ovat ihan vieressä. Nämä ja paljon muita kohteita esitellyssä Lapin Erämessuilla Rovaniemellä 16.-18.5. osastolla 4-6. Tervetuloa tutustumaan!

Lisätietoja:
Metsäballitus, Laatumaa
Ulla-Maija Kalliokumpu
pub. 0205 64 7682
tai internetsivuiltamme
www.laatumaa.com



Tuntsa-kauppaan on nyt helppo tulla!



www.tuntsa.fi - ja olet perillä. Teollisuustie 8 - SALLA