



## KOIVISTON ISKU RY:N TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2010

Vuosi 2010 oli seuran toiminnassa jo 83. aktiivinen toimintavuosi.

**Johtokuntaan** kuuluivat seuraavat henkilöt: **Urho Jalava**, puheenjohtaja (9/9), **Jaakko Patoranta**, varapuheenjohtaja (9/9), **Alpo Söderdahl**, taloudenhoitaja/jäsenrekisterin hoitaja (9/9), **Jari Wiksten**, sihteeri (6/9), **Hannu Mattila** (8/9), **Sylvi Mattila** (9/9), **Hilkka Söderdahl** (6/9), ja **Ilpo Kyllönen** (2/9). Sulkeissa osallistuminen johtokunnan kokouksiin.

### Yleiset kokoukset

**Vuosikokous** pidettiin 17.3.2010 Seuran toimistolla; mukana oli 13 seuran jäsentä. Kokous vahvisti toimintakertomuksen ja tilit vuodelta 2009.

**Syysvuosikokous** pidettiin 24.11.2010 Seuran toimistolla; mukana oli 20 seuran jäsentä. Kokous vahvisti jäsenmaksun suuruudeksi 10 euroa. Kokous hyväksyi toimintasuunnitelman ja talousarvion vuodelle 2011. Johtokunnan puheenjohtajaksi valittiin Urho Jalava, varapuheenjohtajaksi Jaakko Patoranta, taloudenhoitajaksi Alpo Söderdahl, sihteeriksi Jari Wiksten ja jäseniksi Hilkka Söderdahl, Riku Jakobsson, Ilpo Kyllönen ja Sylvi Mattila. Lisäksi nimettiin jaostojen jäsenet.

Syyskokous päätti yksimielisesti hyväksyä johtokunnan neuvotteleman sopimuksen paperinkeräyshallin vuokraamisesta Paperinkeräys Oy:lle kolmeksi vuodeksi, vuokrakauden päättyessä Paperinkeräys Oy:llä on oikeus ostaa kiinteistö.

TUL:n päivän juhlaan Porin teatterissa lauantaina 29.1.2010 osallistui johtokunnan jäseniä ja palkittuja urheilijoita ja seuran toimihenkilöitä.

### Koulutustoiminta

Yhdistysten verokoulutustilaisuus 27.1.2010 osallistuivat Urho Jalava, Alpo Söderdahl ja Annika Paalosalo.

Urho Jalava ja Jari Wiksten osallistuivat Liikun päätä oikein –kurssille 10.11.2010

Jari Wiksten ja Ilpo Kyllönen osallistuivat pyöräilyunionin kehittämisseminaariin 27.11.2010 Hämeenlinnassa.

### Huomionosoitukset ym

TUL:n päivän juhlassa luovutettiin TUL:n Satakunnan piirin kultainen ansiomerkki: Anne-Mari Wingströmille.

Seura muisti vuoden aikana merkkipäiviä viettäneitä jäseniä Einari Lehtonen 75 v. 10.1.2010, Erik Österlund 80 v. 14.4.2010, Vieno Kallio 80 v. 15.6.2010. Seura muisti edesmennyttä Pentti Saarelaista muistoadressilla omaisille. Seuran edustajat kävivät onnittelemassa 90-vuotisjuhlissa Nakkilan Wisaa ja 70-vuotijuhlissa Preiviikin Kiriä.

## **Urheilijoiden palkitsemiset**

TUL:n piirin parhaaksi joukkueeksi valittiin kolmannen kerran peräkkäin Koiviston iskun joukkue. Naisten lentopallojoukkueen jälkeen kahtena vuonna peräkkäin on ratapyöräilyn 4km takaa-ajojoukkueemme valittu piirin parhaaksi joukkueeksi.

Syyskokouksessa seuran vuoden parhaaksi urheilijaksi nimettiin uransa päättänyt triathlonisti Kai Söderdahl, lupaavana juniorina palkittiin Ronja Rewell sekä vuoden seuratyöntekijänä Urho Jalava.

## **Luottamustoimet ja muut hallintoasiat**

Suomen Pyöräilyunionin hallituksen jäsenenä on toiminut Jari Wiksten ja maantiepyöräilyjaoston puheenjohtajana Ilpo Kyllönen.

TUL:n Satakunnan piirin piirikokoukseen valittiin seuran edustajaksi Urho Jalava ja varaedustajaksi Hilikka Söderdahl 27.4.2010 Säskylään.

Jari Wiksten osallistui Pyöräilyunionin kevätiliittokokoukseen 21.4.2010 Helsingissä ja syysliittokokoukseen 28.11.2010 Hämeenlinnassa.

## **Talous ja varainhankinta**

Taloudellisesti vuosi oli kohtuullinen. Tilikauden ylijäämä oli \_\_\_\_\_ euroa.

Seura on varautunut mahdollisesti tuleviin yllätyksellisiin tilanteisiin, kuten esimerkiksi paperinkeräyskaluston uudistaminen sijoittamalla varoja sijoitustilille sekä kasvattamalla arvopaperisalkkua.

## **Vuoden 2010 merkittäviä urheilusaavutuksia ja tapahtumia:**

### **NAISET JATKAVAT LENTOPALLON 1-SARJASSA**

Iskun naislentopalloilijat pelasi 1-sarjan 2-lohkoksa ja joukkue säilytti sarjapaikkansa. Joukkueen ykkösvalmentaja kaudella 2010-2011 oli Teijo Kööpikkä.

TUL:n liittojoukkueessa Iskua edustivat Sonja Tuomela ja Maria Sillman Tallinnan II CSIT-maailmankisoissa.

### **PYÖRÄILYSSÄ SM-MITALEITA**

Ratapyöräilyn SM-kisoissa Iskun joukkue Tommi Martikainen, Jari Nieminen, Juhani Timmerbacka ja Antti Träskelin sai hopeaa 4km joukkueajossa. Tommi Martikainen ajoi pronssille 4km takaa-ajossa ja pisteajossa. Juhani Timmerbacka sai pronssia linja-ajossa. Ikäluokkien SM-kilpailuissa M-35 tempossa hopeaa sai Kari Holma ja M-45 maantieajossa pronssia sai Ilpo Kyllönen.

### **TRIATHONISSA EM-PRONSSIA SEKÄ SM-PRONSSIA**

Kai Söderdahl sai EM-pronssia täydenmatkan triathlonissa 26.6.2010 Espanjassa ja samoin täydenmatkan SM-kilpailuissa 15.8.2010.

### **YLEISURHEILUSSA PIIRINMESTARUUSKILPAILUISSA MITALEITA**

T-15 luokassa 100m Ronja Rewell sai pronssia ja 4\*100m viestissä tytöt juoksivat myös pronssille. Pituudessa Ronja sai hopeaa ja saavutti A-luokan tuloksen.

## **Poimintoja jaostojen toiminnasta 2010** (jaostojen toimintakertomukset liitteinä)

### **LENTOPALLO**

6.2.2010 lentopallojaosto järjesti Tullilaitoksen talvipäivien lentopalloturnauksen Urheilutalolla. 20.5.2010 2-joukkue esitteli seura ja lajia Hippulat Vinkumaan suurtahtumassa Karhuhallissa.

21.7.2010 järjestimme Jazz-viikolla Suomiareenan ohjelmistoon kuuluneen lentopallo-ottelun.

Paremmuudesta ottelivat: Eduskunnan naisten joukkue vastaan Suomen yrittäjänaiset. Eduskunta voitti 2-1.

27.-30.8.2010 FTG:n vieraina kävivät Leena Vesa, Anne-Mari Wingström, Terhi Heikkilä ja Hannamari Koskinen.

#### **Edustusjoukkue**

Edustusjoukkueen valmentajana toimi Teijo Kööpikkä ja kakkosvalmentajana toimi Taito Tommila. Joukkue säilytti täpärästi paikkansa ykkössarjassa.

Kauden 2010-2011 vuodenvaihteessa joukkue oli sarjassa 7. sijalla.

#### **2-joukkue**

Joukkue pelasi Karhulentis-sarjassa ja sijoittui viidenneksi.

#### **B-D tytöt**

B-Tyttöjen joukkue osallistui Karhulentikseen seuran 3-joukkueena. C-tyttöjen joukkue osallistunut C-tyttöjen supersarjaan ja D-tytöt aloittivat tiikerisarjaan

Lisäksi lentopalloa harrastettiin miesten joukkueessa.

### **PYÖRÄILY**

Viime vuosina vakiintuneeseen tapaan kotimaan maantiepyöräilyn kilpailukausi aloitettiin huhtikuussa Porissa 12. kertaa ajetuilla Iskun järjestämällä Lattomeri-ajolla. Toukokuussa järjestimme kaksipäiväiset 17. Satakunnan ajot. Kesän kilpailujen järjestämiseen osallistui n. 50 hengen kokenut talkooporukka. Iskun järjestämät kilpailut ovat vuodesta toiseen saaneet kiitosta osanottajilta hyvistä järjestelyistään, niin tänäkin vuonna.

Koiviston Iskun elite-pyöräilijät ajoivat Chebici-Isku team-nimisenä joukkueena, jonka tukijana on Järvenpääläinen Chebici-pyöräiliike.

Ratapyöräilyssä Iskun ajajat saivat neljä SM-mitalia, hopea ja kolme pronssia. Myös Ikäluokkien SM-kilpailuista tuli kaksi mitalia, hopea ja pronssi. Näiden lisäksi tuli voittoja ja muita hyviä sijoituksia maantiecupin kilpailuissa.

### **TRIATHLON**

Jaoston urheilijat menestyivät kohtalaisesti. Kai Söderdahl sijoittui 4. talvitriathlonin SM-kisoissa ja 3. SM-maastotriathlonkilpailuissa.

Jaoston toiminnassa painopiste on siirtynyt uusien lupaavien triathlonistien valmentamiseen Tom ja Kai Söderdahlin lopetettua menestyksekkään kilpailu-uransa ja siirrettyä valmennustehtäviin.

### **HIIHTOJAOSTO**

Jaosto on järjestänyt viikoittain kuntosaliharjoituksia, Kesäaikaan osallistuttu paperihallin talkoisiin sekä pyöräilyjaoston kilpailujärjestelyihin. Talvikaudella pääpaino on ollut harjoittelun lisäksi massahiihtotapah-tumiin osallistumisessa.

## **KUNTO- JA VETERAANIJAOSTO**

Kunto- ja veteraanijaosto kokoontui 5 kertaa ja järjesti kuntotapahtumia ja jaoston edustajat osallistuivat TUL:n veteraanitapahtumiin. Jaoston jäsenet avustivat myös naisjaoston laskiaistapahtuman sekä pyöräilyjaoston kilpailujen järjestelyissä. Jaosto järjesti perinteisen joulukahvituksen 8.12.2010.

## **NAISJAOSTO**

Naisjaosto on järjestänyt Väinölän koululla syys- ja kevätkaudella ohjattua saliliikuntaa, nuorille sekä varttuneille naisille. Yhteistä liikuntaa olemme lisänneet, tiistaisin sauvakävelyllä ja keskiviikkoisin vesijuoksulla. Jaosto on osallistunut myös pyöräilyjaoston kilpailujen toimitsijatehtäviin sekä hoitanut kilpailujen puffettia. Lisäksi jaosto on hoitanut seuran kokouskahvitukset.

## **Yhteenveto:**

### **Painopisteet ovat jakaantuneet seurassamme useammalle sektorille seuraavasti:**

- **Nuorisoliikunta** sekä siihen liittyvä kasvatus- ja koulutustoiminta
- **Kilpaurheilutoiminta** (lentopallo, pyöräily, triathlon, yleisurheilu ja hiihto)
- **Aikuisliikunta** (kuntourheilu)
- **Paperinkeräystoiminta** varojen hankkimiseksi edellä mainittujen toimintojen ylläpitämiseksi.

**LIITE** Koiviston Isku ry:n tilinpäätös



**KOIVISTON ISKU ry.**

*Hiihtojaosto*  
[www.koivistonisku.fi](http://www.koivistonisku.fi)

---

## **KOIVISTON ISKUN HIIHTOJAOSTON TOIMINTAKERTOMUS V. 2010**

**Hiihtojaosto on järjestänyt kuntosaliharjoituksia keskustan uimahallilla syys- ja talvikaudella kerran viikossa joka torstai.**

**Kesäaikana jaosto käy talkoissa paperihallilla vähintään kerran viikossa.**

**Lisäksi jaoston jäsenet ovat osallistuneet kesän aikana pyöräilyjaoston järjestämiin kilpailuihin.**

Seuran hiihtäjät ovat pääsääntöisesti osallistuneet Massahiihto kilpailuihin, joita ovat ns. maratonmatkat, kuten Pirkan hiihto, Kauhahiihto, Finlandia hiihto ja Lauhahiihto.

Laskiaistiistaina jaosto järjesti yhdessä naisjaoston kanssa hiihtotempauksen Itäporin - kuntoradalla johon oli vapaa osallistuminen. Osallistujia olikin runsaasti, hiihtäjille naisjaosto tarjoili lämmintä mehua ja makkaratkin paistettiin pientä maksua vastaan.

Jaostoon on v.2010 kuulunut seuraavat henkilöt: Alpo Söderdahl, Jaakko Patoranta, Harri Jänismäki, Pentti Lamberg ja Tuomo Tilenius.

Tässä muutamia suorituksia massahiihdoista.

Petri Salminen: Finlandia Hiihto, 3.07,58, Pirkan Hiihto (P), 5.48,10

Kai Söderdahl: Pirkan Hiihto M40 (V), 4.54,09

Juhani Timmerbacka: Pirkan Hiihto MYL (V) 4.39,18

Hiihtojaoston psta. Alpo Söderdahl

## **Koiviston Isku ry. Kunto- ja veteraanijaosto**

### **Toimintakertomus 2010**

Kunto- ja veteraanijaosto kokoontui 5 kertaa vuoden 2010 aikana.

Kuntotapahtumia järjestettiin 2- tapahtumaa.

**Iloa ja elinvoimaa tilaisuus** seuran toimintatiloissa 24.03. 2010.

Tapahtumassa luennoitiin liikunnan tärkeydestä, etenkin ikäihmisten keskuudessa.

Jumpattiin ja tarjoiluna dipattiin vihanneksia kivennäisveden kera.

Heikki Heino piti avauspuheen ja tilaisuuden vetäjinä toimi Sylvi Mattila, Raija Lamberg ja Auli Keto-Tokoi.

**Kunto- ja Veteraanijaoston naiset** osallistuivat Naisjaoston järjestämään **Laskiaistapahtuman toteutukseen 16.02.2010**. Tapahtumassa oli mehutarjoilu ja makkaranmyyntiä.

**8-9.6.2010 Veteraanitapahtumaan Kotkassa** osallistui: Eero Viljanen, Auli Keto- Tokoi ja Sylvi Mattila. Auli Keto- Tokoi sai kunniamaininnan piirroksista Kädentaito näyttelystä.

**Pentti Lamberg ja Sylvi Mattila avustivat Pyöräilyjaoston pyöräilytapahtumissa toimihenkilöinä.**

**29.09.2010 järjestettiin Kävelytapahtuma Sampolan pururadalla.** Tilaisuus keräsi 25-osallistujaa.

**Kunto- ja Veteraanijaosto järjestivät joulukahvituksen toimitiloissa 8.12.2010 .**

Tilaisuuteen oli henkilökohtaisesti kutsuttu veteraanijäseniä. Tilaisuus sai paljon kiitosta.

**13.12.2010 Kunto- ja Veteraanijaosto kävi onnittelemassa Jaoston jäsentä Heikki Heinoa, hänen täyttäessään 80-vuotta**

**Eero Viljanen ilmoitti jättäneensä eroanomuksen TUL-Satakunnan Piirin Veteraanijaostoon. Tilalle johtokunnan suostumuksella on ehdotettu Pentti Lamberg, joka on tehtävään suostunut.**

Kunto- ja veteraanijaostoon saatiin uusi jäsen Sirkka Suominen.

**Porissa 31.01.2010**

**Sylvi Mattila**

KOIVISTON ISKUN LENTOPALLOJAOSTON  
TOIMINTAKERTOMUS  
VUODELTA 2010



Riemua naisten 1-sarjan ottelussa Koiviston Isku – Kimmo Volley 31.10.2010  
Kuva: Urheilupori.com/Pekka Paljakka

# LENTOPALLOJAOSTON TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2010

## 1. Lentopallojaosto

Jaosto on kokoontunut 8 kertaa. Kokoontumispaikkana on ollut Porin urheilutalo tai seuran toimisto. Jaoston jäsenet:

Jalava Urho	puheenjohtaja	8
Wingström Anne-Mari	varapuheenjohtaja	4
Granroth Sini	sihteeri	6
Paalosalo Annika	rahastonhoitaja	5
Lehto Leena		5
Tommila Taito		4
Ukkonen Jorma		7
Domander Taina		6
Anturamäki Janne		4

### Tapauksia 2010:

- 6.2.2010 järjestimme Tullilaitoksen talvipäivien lentopalloturnauksen Urheilutalolla.
- 20.5.2010 2-joukkue esitteli seuraa ja lajia Hippulat Vinkumaan suurtahtumassa Karhuhallissa.
- 2.6.2010 Osuuspankin sponsoroima yhteinen kauden päätöstilaisuus Hakkiluodossa. Top-Matkat sponsoroi kuljetuksen. Mukaan oli kutsuttu myös iskun johtokunnan jäsenet. Päätöstilaisuuteen osallistui yhteensä 22 henkilöä.
- 3.-7.7.2010 edustusjoukkueen pelaajat Maria Sillman ja Sonja Tuomela oli valittu TUL:n lentopallon liittojoukkueeseen ja he osallistuivat joukkueessa CSIT-maailmankisoihin Tallinnassa.
- 21.7.2010 Järjestimme Jazz-viikolla Suomiareenan ohjelmistoon kuuluneen lentopallo-ottelun. Paremmuudesta ottelivat: Eduskunnan naisten joukkue vastaan Suomen yrittäjänaiset. Eduskunta voitti 2-1.
- 27.-30.8.2010 FTG:n vieraina kävivät Leena Vesa, Anne-Mari Wingström, Terhi Heikkilä ja Hannamari Koskinen. Naiset tekivät matkan omakustanteisesti.
- 21.12.2010 juotiin kaikkien Iskun lentopallojoukkueiden yhteiset joulukahvit Urheilutalolla.

## 2.Kurssi- ja koulutustoiminta

Lentopallojaosto järjesti 30.9.2010 ottelupöytäkirjan täyttökurssin, jonka kouluttajana toimi Pasi Kusmin. Kurssille osallistuivat Leena Lehto ja Minna Järnfors.

## 3.Harjoitustoiminta

### 1-joukkue:

Edustusjoukkue harjoitteli pääsääntöisesti Urheilutalolla ja Tekniikkaopistolla.

Harjoitusohjelmaan kuului yhteiset lajiharjoitukset kesätaukoa lukuun ottamatta kolmena (3) arki-iltana viikossa, sekä kahdet fysiikka/punttisaliharjoitukset viikossa. Heinäkuussa salien ollessa suljettuina joukkue harjoitteli ulkona fysiikkaharjoitusten ja beach-volley'n merkeissä sekä punttisalilla. Lisäksi joukkueella oli vuoden mittaan satunnaisia muitakin lajiharjoituksia, esimerkiksi aamuharjoituksia osana ottelupäivinä. 1-sarjan ottelut pelattiin viikonloppuisin.

Joukkueen ykkösvalmentajana oli Teijo Kööpikkä ja Taito Tommila jatkoi joukkueen luotettavana kakkosvalmentajana, kuljettajana sekä huoltajana. Molemmat olivat joukkueen peräsimmästä koko vuoden.



100 lajiharjoitusta ja lisäksi fysiikka- ja kesäharjoitukset. Harjoitusringissä 10-12 pelaajaa. Pelejä 23 kpl.

## **2-joukkue**

Iskun 2-joukkue harjoitteli keväällä pääsääntöisesti 2 kertaa viikossa. Välillä ohjelmaan kuului kolmet harjoitukset viikossa. Keväällä joukkuetta veti itsekin joukkueessa pelaava Leena Lehto. Joukkue pelasi kauden 2009-2010 keväällä Karhulentis-sarjaa.

Syksyllä rungoltaan uudistunutta joukkuetta luotsasivat Harri Huhtamaa ja Janne Anturamäki. Joukkueen harjoitusohjemaan syksyllä kuului kolme lajiharjoitusta viikossa. Joukkue pelasi syyskaudella 2010-2011 Karhulentis-sarjassa Isku II-joukkueena.

Karhulentiksen ottelut pelattiin osittain omilla harjoitusvuoroilla ja osittain vastustajan harjoitusvuoroilla. Pelejä pelattiin arkisin ja viikonloppuisin.

Keväällä 29 lajiharjoituskertaa. Syksyllä 37 lajiharjoituskertaa.

Harjoitusringissä keväällä noin 12 tyttöä ja syksyllä noin 14 tyttöä. Karhulentispelejä keväällä 2010 12 kappaletta ja syksyllä 2010 6 kpl.

## **Miehet:**

Miehet ovat pelailleet keväällä ja syksyllä kerran viikossa Väinölän koululla. Koulujen ollessa kiinni kesällä, ei miehillä ollut yhteistä salivuoroa.

32 harjoituskertaa. Harjoitusringissä n. 12-13 pelaajaa.

## **B-tytöt:**

Keväällä 2010 Harri Huhtamaan valmentamalla B-tyttöjen joukkueella oli 2 lajiharjoitusta viikossa ja kesällä taukoa lukuun ottamatta kerran viikossa. Joukkue pelasi keväällä 2010 Karhulentistä Isku III -joukkueena.

Syksyllä 2010 ei enää ollut varsinaista B-tyttöjoukkuetta, vaan joukkueen pelaajat siirtyivät Isku II -joukkueeseen.

Keväällä ja kesällä 29 lajiharjoituskertaa. Harjoitusringissä n. 12 tyttöä. Karhulentispelejä keväällä 2010 11 kpl.

## **C-tytöt:**

C-tyttöjen harjoitusohjelmaan kuului keväällä toukokuun alkuun asti sekä syksyllä syyskuun alusta alkaen kahdet lajiharjoitukset viikossa. C-tyttöjä valmensi vuonna 2010 Juha Silvanto ja Pasi Pihlavisto. Joukkue oli keväällä 2010 ensimmäistä kertaa mukana kilpailutoiminnassa osallistuessaan C-tyttöjen supersarjaan. Joukkue pelasi Supersarjaa myös syksyllä 2010. Syksyllä joukkueen apuvalmentajana oli myös Terhi Virrasoja, joka osallistui noin kerran viikossa tyttöjen valmennukseen.

58 lajiharjoituskertaa vuonna 2010. Tytöt pelasivat keväällä viidessä turnauksessa yhteensä 15 ottelua. Syksyllä pelattiin kolme turnausta, joissa yhteensä 10 ottelua. Harjoitusringissä noin 10-12 tyttöä.

## **D-tytöt:**

D-tyttöjoukkue kasattiin syksyllä 2010. Joukkueen valmentajana toimivat Juha Silvanto ja Pasi Pihlavisto. Terhi Virrasoja osallistui C-tyttöjen lisäksi myös D-tyttöjen valmennukseen varsinaisten valmentajien lisäksi. Joukkueen harjoitusohjemaan syksyllä kuului kahdet lajiharjoitukset viikossa, joista toiset yhdessä C-tyttöjen kanssa. Joukkue osallistui Syksyllä D-nuorten tiikerisarjaan.

24 lajiharjoitusta syksyllä. Harjoitusringissä 6 tyttöä. Tytöt pelasivat syksyllä kolmessa turnauksessa yhteensä 10 ottelua.

#### 4. Kilpailutoiminta (liite)

##### **Naisten edustusjoukkue:**

Naisten edustusjoukkue pelasi vuonna 2010 1-sarjaa sekä kaudella 2009-2010 (kevät) ja kaudella 2010-2011 (syksy). Vuoden 2010 alussa, joulutauon jälkeen Iskun joukkue oli runkosarjassa lohkon 1 seitsemännellä (7) sijalla kymmenen (10) joukkueen lohkossa. Runkosarjan päättyessä keväällä 2010 oli joukkue sijalla kahdeksan (8). Sarjasysteemi oli edellisvuodesta muuttunut ja nyt neljä lohkon viimeistä joukkuetta päätyivät pelaamaan putoamiskarsintojen välttämiseksi. Isku sai vastaansa Lahden Kimmon toisesta lohkosta. Tiukka ottelu päättyi jännittävien hetkien jälkeen Iskun hyväksi 3-2, ja näin Isku vältti tänä keväänä varsinaiset karsintaottelut ja säilytti sarjapaikkansa. Tämä tarkoitti sitä, että isku pelaisi kaudella 2010-2011 jo kolmatta peräkkäistä kauttaan 1-sarjassa.

Edustusjoukkue osallistui uuden kauden alla 12.9.2010 harjoitusturnaukseen (Keidas-turnaus) Kausalassa.

Kauden 2010-2011 syyskaudella Isku pelasi 1-sarjassa lohkossa 2. Kausi käynnistyi hivenen vaisusti joukkueen ollessa joulutauolle jäätessä runkosarjan seitsemäntenä kahdeksan joukkueen lohkossa.

Joulutauolla edustusjoukkue pelasi epävirallisen harjoitusottelun 16.12.2010 tekniikkaopistolla Raision Urheilijoita vastaan.



Kuvassa osa edustusjoukkueesta harjoituksissa syksyllä 2010

##### **Naisten 2-joukkue:**

Joukkue pelasi keväällä 2010 Karhulentis-sarjaa. Joukkue (ISKU II) sijoittui seitsemän joukkueen sarjassa lopulta viidenneksi.

Isku II joukkue kaudella 2009-2010.



Uudistunut Iskun 2-joukkue pelasi myös syksyllä karhulentis-sarjaa. Joukkue koostui suurimmaksi osaksi edelliskevään B-tyttöjoukkueesta sekä aikaisemmista 2.joukkueen pelaajista. Myös uusia pelaajia liittyi mukaan. Joukkue oli joulutauolle siirryttäessä Karhulentiksen kuuden joukkueen sarjassa kuudentena (6.).



Kuvassa Iskun 2. joukkuetta valmentajineen syksyllä 2010.

### **B-tytöt:**

Osallistuivat ensimmäistä kertaa Karhulentis-sarjaan kaudelle 2009-2010, Iskun 3-joukkueena. Keväällä 2010 päättynyt ensimmäinen sarjakausi tuotti joukkueelle kokemusta ja seitsemännen sijan.



B-tyttöjoukkue (Isku 3) kaudella 2009-2010.

Syksyllä 2010 B-tyttöjoukkueen pelaajista suurin osa siirtyi Isku 2-joukkueeseen. Varsinaista B-tyttöjoukkuetta ei kaudella 2010-2011 ole.

### C-tytöt:

Osallistuivat keväällä 2010 ensimmäistä kertaa kilpailutoimintaan. Joukkue oli mukana Lounaisen alueen C-nuorten supersarjassa. Ensimmäiset viralliset ottelut tuottivat tytöille roppakaupalla kokemusta ja kauden päättyessä keväällä tytöt olivat sarjataulukossa kuudentena.



Kuvassa C- ja D-tyttöjä valmentajansa kanssa harjoituksissa 2010

Syksyllä 2010 Iskun C-tytöt osallistuivat Lentopalloliiton Lounaisen alueen C-nuorten Super-Sarjaan. Syksyn aikana tytöt keräsivät runsaasti ottelukokemusta ja olivat joulutauolle jäätessä kuudentena kuuden joukkueen lohossa.

### D-tytöt:

D-tyttöjoukkue koottiin ensimmäistä kertaa syksyllä 2010. Joukkue osallistui Lentopalloliiton Lounaisen alueen D-nuorten Tiikeri-sarjaan. Myös D-tytöt keräsivät runsaasti kokemusta ja jäivät joulutauolle C-tyttöjen tapaan kuudentena kuuden joukkueen lohossa.

## 5. Palkitut

TUL:n päivän juhlassa 30.1.2010 Porin teatterissa myönnettiin mm. seuraava mitali:

Heikki Halme                      TUL:n Satakunnan piirin hopeinen ansiomerkki

## 6. Valmennus- ja tuomaritoiminta

### Valmentajatilanne

KEVÄT 2010:

Edustusjoukkue	Teijo Kööpikkä, Taito Tommila
2-joukkue	Leena Lehto
B-tytöt (3-joukkue)	Harri Huhtamaa
C-tytöt	Juha Silvanto, varavalmentajana Pasi Pihlavisto

SYKSY 2010:

Edustusjoukkue	Teijo Kööpikkä, Taito Tommila
2-joukkue	Harri Huhtamaa ja Janne Anturamäki
C-tytöt	Juha Silvanto, Pasi Pihlavisto ja Terhi Virrasoja
D-tytöt	Juha Silvanto, Pasi Pihlavisto ja Terhi Virrasoja

Joukkueet ovat harjoitelleet Porin Urheilutalolla, Isosannan ala-asteella, Herralahden koululla, Väinölän koululla ja Tekniikka opistolla.

### Edustusjoukkueen kotiotteluiden toimitsijat:

**Rajatuomarit kevät 2010** Anne-Mari Wingström, Jaana Juhola, Katja Hermo.

(Syksyllä 2010 käytettiin vieraita maksullisia rajatuomareita)

**Kirjurit kevät 2010** Terhi Heikkilä, Minna Petäsno,ro,

**Kirjurit syksy 2010** Terhi Heikkilä, Leena Lehto ja Minna Järnfors

**Kuulutus** Urho Jalava, Janne Anturamäki

**Lipunmyynti kevät 2010** 2-joukkue

**Lipunmyynti syksy 2010** Anne-Mari Wingström, Taina Domander ja Annika Paalosalo

**Pallotytöt** 2-joukkue ja juniorijoukkueet

**Salijärjestelijät** Jorma Ukkonen, Keijo Ukkonen, Kauko Ruokolainen, Harri Lehti

Muiden otteluiden toimitsijat

**Tuomarit (Karhulentis, C- ja D-tyttöjen turnaukset)**

Urho Jalava, Taito Tommila, Heikki Helin, Kauko Ruokolainen,  
Julija Kondrachova, Sini Granroth, Sonja Tuomela

**Salijärjestelijät**

Jorma Ukkonen, Keijo Ukkonen, Kauko Ruokolainen, Harri Lehti

**7.  
Talous**

Jäsenmaksutuottoja kertyi 1122 €. Varojen hankintaan käytettiin pääsääntöisesti samoja keinoja kuin aiempina vuosina. Suurin tulo jaoston kassaan oli edelleen käsiohjelma ja muut ilmoitus- ja mainostulot. Käsiohjelman tuotto oli tänä vuonna 9440 euroa, mikä oli n. 2000 euroa edellisvuotta enemmän. Uutena varainhankintamuotona kokeilimme Jar-X – sukkamyyntiä, mikä tuottikin ensimmäisellä kerralla mukavasti noin 1000 euron tuoton. Sukkien todettiin olevan suhteellisen helposti myytävä artikkeli, joskin huomioimme, että ensikerralla myyntiprojektin organisointiin ennen myynnin aloittamista olisi kiinnitettävä enemmän huomiota. Pääseuran tuki oli 5500 euroa vuonna 2010.

Suurimman kustannuserän aiheuttivat aikaisempien vuosien mukaisesti matkakulut, joita kertyi noin 9400 euroa. Liikuntapaikkojen vuokratulot kasvoivat lähelle 4200 euroa kasvaneiden salivuorotarpeiden sekä nousseiden vuokrien vuoksi. Tilikauden alijäämä oli 1565,17 €.

Helmikuussa 2011

KOIVISTON ISKU  
Lentopallojaosto

Sini Granroth

sihteeri

# ISKU I - EDUSTUSJOUKKUE

## KAUSI 2009-2010 -kevätkausi

### NAISTEN 1-SARJA :: LOHKO 1

Runkosarjan lopputilanne, kausi 2009-2010

Joukkue	O	V	H	VE	HE	VEP	HEP	P
<a href="#">WOMAN VOLLEY 1 N1</a>	18	18	0	54 - 6		1488 - 1074		36
<a href="#">MESSUKYLÄN TOVERIT 1 N1</a>	18	15	3	48 - 14		1475 - 1196		30
<a href="#">OULUNSALON VASAMA 1 N1</a>	18	12	6	43 - 26		1525 - 1445		24
<a href="#">NURMON JYMY N1</a>	18	12	6	40 - 26		1462 - 1324		24
<a href="#">LAIHIAN LUJA 1 N1</a>	18	9	9	31 - 36		1386 - 1421		18
<a href="#">VILPPULAN TÄHTI 1 N1</a>	18	8	10	27 - 39		1368 - 1491		16
<a href="#">MUURAMEN LENTOPALLO N1</a>	18	7	11	34 - 37		1480 - 1491		14
<a href="#">KOIVISTON ISKU N1</a>	18	7	11	28 - 39		1385 - 1477		14
<a href="#">VAASAN VASAMA N1</a>	18	2	16	14 - 50		1238 - 1506		4
<a href="#">YLÖJÄRVEN RYHTI 1 N1</a>	18	0	18	8 - 54		1130 - 1512		0

O=Ottelut, V=Voitot, H=Häviöt, VE=Voitot erä, HE=Häviöt erä, P=Pisteet

Runkosarjan ottelutulokset kauden 2009-2010 kevätkierröksellä 2010

Onro	Pvm	Klo	Paikka	Koti	Vieras	Tulos
45876	Su 03.01.2010	14:00	<a href="#">Porin urheilutalo</a>	<a href="#">Kolsku</a>	<a href="#">YLÖR 1</a>	3-0 (30-28, 25-19, 26-24)
45879	La 09.01.2010	18:00	<a href="#">Lapin Urheiluopisto</a>	<a href="#">WoVo 1</a>	<a href="#">Kolsku</a>	3-1 (25-18, 24-26, 25-17, 25-11)
45865	Su 10.01.2010	15:00	<a href="#">Pitkäkankaan koulu</a>	<a href="#">OsVa 1</a>	<a href="#">Kolsku</a>	3-0 (25-17, 25-18, 25-20)
45885	La 23.01.2010	14:00	<a href="#">Porin urheilutalo</a>	<a href="#">Kolsku</a>	<a href="#">NJ</a>	1-3 (16-25, 25-22, 22-25, 30-32)
45887	Su 31.01.2010	14:00	<a href="#">Laihian Monitoimitalo</a>	<a href="#">LaihLu 1</a>	<a href="#">Kolsku</a>	3-2 (23-25, 25-12, 25-19, 23-25, 15-12)
45894	Su 07.02.2010	14:00	<a href="#">Porin urheilutalo</a>	<a href="#">Kolsku</a>	<a href="#">VaVa 1</a>	3-0 (25-21, 25-18, 25-17)
45899	Su 14.02.2010	15:00	<a href="#">Kaukajärven vapaa-aikatalo</a>	<a href="#">MesTo 1</a>	<a href="#">Kolsku</a>	3-0 (25-16, 25-17, 25-17)
45903	Su 28.02.2010	14:00	<a href="#">Porin urheilutalo</a>	<a href="#">Kolsku</a>	<a href="#">VilTä 1</a>	3-0 (25-15, 25-18, 25-19)

Jatkosarja

## NAISTEN 1-SARJA :: N1, PUDOTUSPELIT 1 :: KOIVISTON ISKU N1

Onro	Pvm	Klo	Paikka	Koti	Vieras	Tulos	Tuomari
66227	Su 14.03.2010	16:00	<a href="#">Porin urheilutalo</a>	<a href="#">Kolsku</a>	<a href="#">Kimmo</a>	3-2 (18-25, 25-18, 25-13, 23-25, 20-18)	

Isku säilytti sarjapaikkansa 1-sarjassa ja pelaa kaudella 2010-2011 jo kolmatta perättäistä kautta naisten 1-sarjassa.

### Edustusjoukkueen pelaajat keväällä 2010:

Terhi Virrasoja (passari), Anu Rantala (passari/yleispelaaja), Maria Sillman (keskitorjuja), Sini Granroth (libero/yleispelaaja), Heli Viitanen (yleispelaaja/libero), Katri Karvonen (yleispelaaja), Heidi Horelli (keskitorjuja), Sonja Tuomela (yleispelaaja), Elina Mäkelä (keskitorjuja), Taru Lindberg (libero/yleispelaaja), Annika Liipo (yleispelaaja), Sari Rajala (yleispelaaja)

Valmentajat: Teijo Kööpikkä ja Taito Tommila

## ISKU I - EDUSTUSJOUKKUE

### HARJOITUSTURNAUS ENNEN KAUTTA 2010-2011

### Järjestyksessään V naisten lentopallon Keidas – turnaus

*Kausalan liikuntahallissa sunnuntaina 12.9.2010 klo 11.00*

JOUKKUEET, Lohko A; Kimmo-Volley, Varala Opisto, **Koiviston Isku**

Lohko B; Kausalan Yritys, Vilppulan Tähti, PKS Volley

Lohko C; KoLe -57, Helsinki Volley, Messukylän Toverit

### OTTELUOHJELMA JA TULOKSET

	KENTTÄ I	KENTTÄ II	KENTTÄ III
Klo 11.00	Kimmo – Varala 0-2 ( 18-25, 16-25 )	Yritys – Vilppula 2-1 ( 25-19, 22-25, 15-9 )	KoLe – Hel Volley 0-2 ( 13-25, 22-25 )
12.00	<b>Varala – Isku</b> <b>2-0 ( 25-18, 25-22 )</b>	Vilppula – PKS 2-0 ( 25-16, 25-20 )	Hel Volley - MesTo 0-2 ( 18-25, 25-27 )
13.00	<b>Isku – Kimmo</b> <b>2-1 ( 22-25, 25-19, 15-11 )</b>	PKS – Yritys 1-2 ( 25-20, 13-25, 9-15 )	MesTo - KoLe 2-0 ( 25-18, 25-19 )



14.00	<b>A / 2 – B / 2</b> <b>Isku – Vilppula</b>	A / 1 – B / 1 Varala – Yritys	A / 3 – B / 3 Kimmo - PKS
	<b>0-2 ( 22-25, 23-25 )</b>	2-0 ( 25-18, 25-10 )	2-0 ( 31-29, 25-20 )
15.00	B / 2 – C / 2 Vilppula – Hel Volley	B / 1 – C / 1 Yritys – MesTo	B / 3 – C / 3 PKS - KoLe
	2-1 ( 25-23, 24-26, 15-10 )	1-2 ( 25-20, 12-25, 9-15 )	2-1 ( 25-20, 23-25, 15-13 )
16.00	<b>C / 2 – A / 2</b> <b>Hel Volley – Isku</b>	C / 1 – A / 1 MesTo – Varala	C / 3 – A / 3 KoLe – Kimmo
	<b>2-0 ( 25-19, 25-12 )</b>	0-2 ( 23-25, 9-25 )	2-0 ( 25-9, 25-16 )

### TURNAUSTAULUKKO

(suluissa joukkueen tsemppipelaaja )

- 1) Varala Opisto (Veera Hietala),
- 2) Messukylän Toverit (Maria Suomi),
- 3) Kausalan Yritys (Jenni Mäkinen),
- 4) Vilppulan Tähti (Kaisa Lämsä),
- 5) Helsinki-Volley (Heidi Olkkonen),
- 6) Koiviston Isku (Terhi Virrasoja),
- 7) Kimmo-Volley (Sanna Tasanko),
- 8) PKS-Volley (Sara Kojo), 9) KoLe (Anu Valtanen).

## ISKU I - EDUSTUSJOUKKUE

### KAUSI 2010-2011 -syyskausi

#### SUOMEN LENTOPALLOLIITTO :: NAISTEN 1-SARJA :, LOHKO 2

Tilanne joulutauolle jäätessä

Joukkue	O	V	H	VE	HE	VEP	HEP	P
<a href="#">KIMMO VOLLEY N1</a>	9	8	1	24 - 9		754 - 682		16
<a href="#">ESPOO LENTIS N1</a>	8	6	2	20 - 9		681 - 594		12
<a href="#">VARALAN URHEILUOPISTO 2/ML N1</a>	9	6	3	19 - 13		746 - 679		12
<a href="#">MESSUKYLÄN TOVERIT 1 N1</a>	8	5	3	18 - 11		673 - 604		10
<a href="#">KAUSALAN YRITYS 1 N1</a>	8	3	5	11 - 16		603 - 594		6

<a href="#">HELSINKI VOLLEY N1</a>	8	2	6	13 - 19	670 - 707	4
<a href="#">KOIVISTON ISKU N1</a>	9	2	7	12 - 25	745 - 863	4
<a href="#">PKS Volley N1</a>	7	1	6	4 - 19	407 - 556	2

O=Ottelut, V=Voitot, H=Häviöt, VE=Voitot erä, HE=Häviöt erä, P=Pisteet

#### Ottelutulokset syyskierros, 2010

Pvm	Klo	Paikka	Koti	Vieras	Tulos
Su 03.10.2010	18:30	<a href="#">Porin urheilutalo</a>	<a href="#">Kolsku</a>	<a href="#">MesTo 1</a>	0-3 (13-25, 16-25, 18-25)
La 09.10.2010	16:15	<a href="#">Kampin liikuntakeskus</a>	<a href="#">HEL Volley</a>	<a href="#">Kolsku</a>	2-3 (25-21, 22-25, 18-25, 25-19, 12-15)
Su 17.10.2010	12:00	<a href="#">Porin urheilutalo</a>	<a href="#">Kolsku</a>	<a href="#">PKS Volley</a>	1-3 (25-17, 26-28, 13-25, 19-25)
Su 24.10.2010	16:00	<a href="#">Kausalan liikuntahalli</a>	<a href="#">Yritys 1</a>	<a href="#">Kolsku</a>	3-1 (25-15, 21-25, 25-13, 25-19)
Su 31.10.2010	15:30	<a href="#">Porin urheilutalo</a>	<a href="#">Kolsku</a>	<a href="#">Kimmo</a>	1-3 (20-25, 24-26, 25-21, 21-25)
La 06.11.2010	15:45	<a href="#">Leppävaaran liikuntahalli, Espoo</a>	<a href="#">Espoo Lentis</a>	<a href="#">Kolsku</a>	3-1 (25-19, 26-28, 25-17, 25-14)
Su 21.11.2010	18:00	<a href="#">Porin urheilutalo</a>	<a href="#">Kolsku</a>	<a href="#">Varala 2/ML</a>	1-3 (25-17, 22-25, 19-25, 13-25)
Su 05.12.2010	15:00	<a href="#">Kaukajärven vapaa-aikat.</a>	<a href="#">MesTo 1</a>	<a href="#">Kolsku</a>	3-1 (26-24, 26-28, 25-15, 25-23)
Su 12.12.2010	18:00	<a href="#">Porin urheilutalo</a>	<a href="#">Kolsku</a>	<a href="#">HEL Volley</a>	3-2 (25-15, 21-25, 27-25, 13-25, 15-13)

#### Edustusjoukkueen pelaajat syksyllä 2010:

Miina Koskinen (yleispelaaja), Anu Rantala (passari/yleispelaaja), Julija Kondrachova (yleispelaaja), Maria Sillman (keskitorjuja), Sini Granroth (libero), Heli Viitanen (yleispelaaja/libero), Elina Mäkelä (keskitorjuja), Eveliina Vilponen (keskitorjuja), Sonja Tuomela (yleispelaaja) ja Terhi Virrasoja (passari).

Valmentajat: 1. valmentaja Teijo Kööpikkä, 2. valmentaja Taito Tommila

---

Edustusjoukkueen harjoitusottelu 16.12.2010 tekniikkaopistolla.  
Isku -RaisU 2 -2 ( 19-25, 27-25, 18-25, 15-13 )

---

# NAISTEN KARHULENTIS

## KAUSI 2009-2010 -kevätkausi

Kolsku II	-	Kolsku III		3 - 0	25-10, 25-11, 25-13
Kolsku II	-	NaWi	12.1 ti klo.20.30 Porin Urheilutalo	1 - 3	18-25, 13-25, 25-20, 21-25
			23.1 la klo.17.00 Luvian kirkonkylänkoulu	3 - 0	25-19, 25-16, 25-21
Kolsku II	-	PoVe		0 - 3	21-25, 15-25, 15-25
Kolsku III	-	Kolsku II	2.2 ti klo.20.30 Porin Urheilutalo	0 - 3	12-25, 9-25, 10-25
					25-19, 11-25, 25-15, 24-26, 14-
Kolsku II	-	LaLe	9.2 ti klo.20.30 Porin Urheilutalo	2 - 3	16
Kolsku II	-	EuKi	16.2 ti klo.20.30 Porin Urheilutalo	1 - 3	25-13, 13-25, 25-27, 16-25
					14-25, 25-23, 25-19, 23-25, 15-
NaWi	-	Kolsku II		3 - 2	9
Kolsku II	-	LuLe	9.3 ti klo.20.30 Porin Urheilutalo	1 - 3	15-25, 20-25, 25-21, 18-25
PoVe	-	Kolsku II	siirretty	1 - 3	13-25, 25-13, 19-25, 22-25
Kolsku II	-	Kolsku III	23.3 ti klo.20.30 Porin Urheilutalo	3 - 0	25-8, 25-16, 25-17
					12-25, 20-25, 25-23, 25-16, 15-
LaLe	-	Kolsku II	31.3 ke klo.20.00 Uotilan ala-aste	3 - 2	9

Sarjataulukko kauden 2009-2010 päättyessä:

#		Ottelut	Pisteet
1	LuLe	18	33
2	PoVe	18	29
3	NaWi	18	28
4	LaLe	18	18
5	Kolsku II	18	15
6	Euki	18	9
7	Kolsku III	18	3

Karhulentistä pelasivat keväällä 2010 Isku II -joukkueessa:

Leena Lehto, Jaana Juhola, Sini Venhomaa, Rosanna Junno, Hennariikka Petäsnooro, Maria Kondrachova, Katja Hermo, Assi Suoniemi, Tiina Aro, Tuija Heinävaara, Noora Kaikkonen, Alina Laukkanen, Satu Söyrinki

## KAUSI 2010-2011 -syyskausi

PoVe	-	Kolsku II	3 - 0	25-21, 25-6, 25-12
LuLe	-	Kolsku II	3 - 0	25-7, 25-7, 25-9
LaLe	-	Kolsku II	3 - 0	25-11, 25-10, 25-18
Kolsku II	-	PoVe	0 - 3	12-25, 14-25, 11-25
NaWi	-	Kolsku II	3 - 0	25-10, 25-13, 25-22
Kolsku II	-	LuLe	0 - 3	14-25, 14-25, 8-25

Sarjataulukko syyskauden 2010-2011 päättyessä ja joulutauolle jäätessä:

#		Ottelut	Pisteet
1	PoVe	8	14
2	LuLe	8	13
3	NaWi	7	11
4	LaLe	8	7
5	Euki	7	2
6	Kolsku II	6	0

Karhulentistä pelasivat syksyllä 2010 Isku II -joukkueessa:

Katriina Eerikäinen, Annu Aaltonen, Assi Suoniemi, Bettina Storberg, Jenna Ylikoski, Julia Kähkönen, Krista Heinänen, Laura Suontausta, Lay Lor, Wah Wah, Maria Huhtamaa, Niina Hongell, Pirita Arkko ja Vilma Lehtinen

Valmentajat: Harri Huhtamaa ja Janne Anturamäki

## ISKU III (B-TYTÖT)

### NAISTEN KARHULENTIS

## KAUSI 2009-2010 -kevätkausi

Kolsku II	-	Kolsku III		3 - 0	25-10, 25-11, 25-13
Kolsku III	-	LaLe	19.1 ti klo.20.30 Porin Urheilutalo	0 - 3	11-25, 14-25, 4-25
					19-25, 25-23, 25-19, 15-25, 15-
EuKi	-	Kolsku III	26.1 ti klo.19.30 Eurajoen yläaste	3 - 2	10

Kolsku III - Kolsku II	2.2 ti klo.20.30	Porin Urheilutalo	0 - 3	12-25, 9-25, 10-25
NaWi - Kolsku III			3 - 0	25-8, 25-3, 25-13
LuLe - Kolsku III	siirretty		3 - 0	25-7, 25-4, 25-4
	22.3 ma klo.19.30	Isosannan ala-aste		
Kolsku III - PoVe			0 - 3	9-25, 11-25, 10-25
LaLe - Kolsku III	10.3 ke klo.20.00	Uotilan ala-aste	3 - 0	25-10, 25-10, 27-25
Kolsku III - EuKi	16.3 ti klo.20.30	Porin Urheilutalo	3 - 1	25-21, 25-17, 14-25, 25-20
Kolsku II - Kolsku III	23.3 ti klo.20.30	Porin Urheilutalo	3 - 0	25-8, 25-16, 25-17
Kolsku III - NaWi	30.3 ti klo.20.30	Porin Urheilutalo	0 - 3	14-25, 7-25, 16-25

Sarjataulukko kauden 2009-2010 päättyessä:

#		Ottelut	Pisteet
1	LuLe	18	33
2	PoVe	18	29
3	NaWi	18	28
4	LaLe	18	18
5	Kolsku II	18	15
6	Euki	18	9
7	Kolsku III	18	3

Karhulentistä pelasivat keväällä Isku III –joukkueessa (B-tytöt):

Annu Aaltonen, Karoliina Dziok, Krista Heinänen, Maria Huhtamaa, Julia Kähkönen, Vilma Lehtinen, Paula Lepikkö, Aliina Mikkola, Janna Paalosalo, Maarika Prusti, Tiia Stenroos ja Pirita Arkko.

Valmentaja:

Harri Huhtamaa

Syksyllä 2010 ei ollut varsinaista B-tyttöjoukkuetta.

## ISKU C-TYTÖT

### KEVÄT 2010

## LOUNAINEN : C-TYTÖT SUPER-SARJA LOHKO C

Joukkue	O	V	H	VE	HE	VEP	HEP	P
<a href="#">Nakkilan Paterit C-t super</a>	15	15	0	30	- 1	762	- 419	30
<a href="#">Säkylän Urheilijat C-t</a>	15	11	4	24	- 12	746	- 605	22
<a href="#">Lauttakylän Pyry C-t</a>	15	9	6	20	- 15	733	- 653	18
<a href="#">Vammalan Lentopallo 96 Subaru C-t /super</a>	15	6	9	15	- 19	647	- 683	12
<a href="#">Säkylän Urheilijat 2C-t</a>	15	4	11	11	- 23	570	- 709	8
<a href="#">Koiviston Isku C-t/Super</a>	15	0	15	0	- 30	361	- 750	0

O=Ottelut, V=Voitot, H=Häviöt, VE=Voitot erä, HE=Häviöt erä, P=Pisteet

## LOUNAINEN :: B- JA C-NUORTEN SUPERSARJA :: C-TYTÖT SUPER-SARJA LOHKO C

Onro	Pvm	Klo	Paikka	Koti	Vieras	Tulos
62025	La 16.01.2010			<a href="#">Paterit</a>	<a href="#">Klsku</a>	2-0 (25-9, 25-15)
62027	La 16.01.2010			<a href="#">Klsku</a>	<a href="#">SU 2</a>	0-2 (11-25, 22-25)
62021	La 16.01.2010	09:00	Vammala	<a href="#">Klsku</a>	<a href="#">LaPy</a>	0-2 (11-25, 15-25)
62031	Su 31.01.2010		<a href="#">Säkylähalli</a>	<a href="#">Säku</a>	<a href="#">Klsku</a>	2-0 (25-8, 25-11)
62033	Su 31.01.2010			<a href="#">Klsku</a>	<a href="#">VaLePa/Subaru</a>	0-2 (4-25, 8-25)
62036	Su 31.01.2010			<a href="#">LaPy</a>	<a href="#">Klsku</a>	2-0 (25-19, 25-12)
62039	La 13.02.2010		<a href="#">Huittinen</a>	<a href="#">Klsku</a>	<a href="#">Paterit</a>	0-2 (9-25, 12-25)
62043	La 13.02.2010			<a href="#">SU 2</a>	<a href="#">Klsku</a>	2-0 (25-15, 25-16)
62045	La 13.02.2010			<a href="#">Klsku</a>	<a href="#">Säku</a>	0-2 (17-25, 23-25)
62050	La 27.02.2010			<a href="#">VaLePa/Subaru</a>	<a href="#">Klsku</a>	2-0 (25-23, 25-15)
62051	La 27.02.2010			<a href="#">Klsku</a>	<a href="#">LaPy</a>	0-2 (10-25, 18-25)
62055	La 27.02.2010			<a href="#">Paterit</a>	<a href="#">Klsku</a>	2-0 (25-7, 25-7)
62057	La 13.03.2010		Nakkila	<a href="#">Klsku</a>	<a href="#">SU 2</a>	0-2 (4-25, 1-25)
62061	La 13.03.2010			<a href="#">Säku</a>	<a href="#">Klsku</a>	2-0 (25-9, 25-9)
62063	La 13.03.2010			<a href="#">Klsku</a>	<a href="#">VaLePa/Subaru</a>	0-2 (7-25, 14-25)

### Joukkueessa pelasivat keväällä 2010:

Katriina Eerikäinen, Eveliina Elo, Eveliina Erola, Sarianna Kallio-Könnö, Malla Koivisto, Janina Kähkönen, Stiina Kähtävä, Maria Lehtisalo, Henna Paalosalo, Jenna Sottinen, Liina Mikkola ja Julia Pihlavisto.

Valmentajat:

Juha Silvanto, Pasi Pihlavisto

## ISKU C-TYTÖT

### KAUSI 2010-2011, SYYSKAUSI

#### ALUESARJAT, LOUNAINEN :: C-NUORET SUPER-SARJA :: CTS LOHKO 1

Joukkue	O	V	H	VE	HE	VEP	HEP	P
<a href="#">Vilppulan Tähti C-t/super</a>	13	13	0	26 - 0		652 - 402		26
<a href="#">Kosken Kaiku C-t/super</a>	14	8	6	17 - 12		633 - 507		16
<a href="#">Loimaan Jankko C-t/super</a>	14	7	7	15 - 15		636 - 599		14
<a href="#">Nakkilan Paterit C-t super</a>	14	6	8	12 - 17		557 - 618		12
<a href="#">Kalevan Lentopallo 2 C-t/super</a>	15	6	9	12 - 19		578 - 673		12
<a href="#">Koiviston Isku C-t/Super</a>	10	0	10	1 - 20		251 - 508		0

O=Ottelut, V=Voitot, H=Häviöt, VE=Voitot erä, HE=Häviöt erä, P=Pisteet

Onro	Pvm	Klo	Paikka	Koti	Vieras	Tulos	Tuomari
72633	Su 10.10.2010		<a href="#">Nakkilan Liikuntahalli</a>	<a href="#">KaLe 2</a>	<a href="#">Klsku</a>	2-0 (25-6, 25-7)	
72636	Su 10.10.2010		<a href="#">Nakkilan Liikuntahalli</a>	<a href="#">Klsku</a>	<a href="#">VilTä</a>	0-2 (10-25, 12-25)	
72640	Su 10.10.2010		<a href="#">Nakkilan Liikuntahalli</a>	<a href="#">Klsku</a>	<a href="#">KoKa</a>	0-2 (4-25, 8-25)	
72646	La 23.10.2010	09:30		<a href="#">Klsku</a>	<a href="#">Paterit</a>	0-2 (9-25, 9-25)	
72642	La 23.10.2010	10:15	<a href="#">Herralahden koulu, Pori</a>	<a href="#">Jankko</a>	<a href="#">Klsku</a>	2-0 (25-12, 25-10)	
72670	La 04.12.2010	10:30		<a href="#">Klsku</a>	<a href="#">KoKa</a>	0-2 (3-25, 12-25)	
72672	La 04.12.2010	11:30		<a href="#">Jankko</a>	<a href="#">Klsku</a>	2-0 (25-9, 25-18)	
72676	La 04.12.2010	13:30		<a href="#">Klsku</a>	<a href="#">Paterit</a>	0-2 (20-25, 15-25)	

72648	La 04.12.2010	14:30		<a href="#">Klsku</a>	<a href="#">KaLe 2</a>	0-2	(14-25, 22-25)	
72663	La 04.12.2010	15:30		<a href="#">KaLe 2</a>	<a href="#">Klsku</a>	2-1	(18-25, 25-19, 15-7)	

#### Joukkueessa pelasivat syksyllä 2010:

Eveliina Elo, Malla Koivisto, Iida Kulmala, Krista Kulmala, Janina Kähkönen, Essi Laaksonen, Maria Lehtisalo, Henna Paalosalo, Jenna Sottinen, Rosa Putkonen

#### Valmentajat:

Juha Silvanto, Pasi Pihlavisti ja Terhi Virrasoja

## ISKU D-TYTÖT

### KAUSI 2010-2011, SYYSKAUSI

#### ALUESARJAT, LOUNAINEN :: D-NUORET TIIKERI-SARJA :: DTT LOHKO 2

Joukkue	O	V	H	VE	HE	VEP	HEP	P
<a href="#">Ylöjärven Ryhti Pop CornitD-tt</a>	10	9	1	19 - 2		497 - 239		18
<a href="#">FC-57 D-t/tiikeri</a>	10	8	2	16 - 5		470 - 316		16
<a href="#">Vammalan Lentopallo D-t/tiik -98</a>	10	7	3	15 - 7		474 - 315		14
<a href="#">Vesilahden Visa 2 D-t/tiikeri</a>	10	3	7	6 - 14		308 - 450		6
<a href="#">Vammalan Lentopallo D-t/tiik Tikrut</a>	10	2	8	4 - 16		261 - 478		4
<a href="#">Koiviston Isku D-t/tiikeri</a>	10	1	9	2 - 18		282 - 494		2

O=Ottelut, V=Voitot, H=Häviöt, VE=Voitot erä, HE=Häviöt erä, P=Pisteet

Pvm	Paikka	Koti	Vieras	Tulos
La 16.10.2010	<a href="#">FC-57</a>	<a href="#">FC-57</a>	<a href="#">Klsku</a>	2-0 (25-4, 25-15)
La 16.10.2010	<a href="#">Sastamala</a>	<a href="#">VaLepa 98</a>	<a href="#">Klsku</a>	2-0 (25-11, 25-8)
La 16.10.2010	<a href="#">Sastamala</a>	<a href="#">Klsku</a>	<a href="#">YlÖR Pop Cornit</a>	0-2 (8-25, 6-25)
La 13.11.2010	<a href="#">Herralahden koulu, Pori</a>	<a href="#">Klsku</a>	<a href="#">VaLepa Tikrut</a>	2-0 (26-24, 25-19)
La 13.11.2010	<a href="#">Porin urheilutalo</a>	<a href="#">Klsku</a>	<a href="#">FC-57</a>	0-2 (18-25, 9-25)



Pvm	Paikka	Koti	Vieras	Tulos
La 13.11.2010	<a href="#">Herralahden koulu, Pori</a>	<a href="#">VesVi 2</a>	<a href="#">Klsku</a>	2-0 (25-18, 25-15)
La 11.12.2010		<a href="#">Klsku</a>	<a href="#">VaLepa 98</a>	0-2 (11-25, 7-25)
La 11.12.2010		<a href="#">VaLepa Tikrut</a>	<a href="#">Klsku</a>	2-0 (25-21, 25-18)
La 11.12.2010		<a href="#">Klsku</a>	<a href="#">VesVi 2</a>	0-2 (18-25, 24-26)
La 11.12.2010		<a href="#">YlöR Pop Cornit</a>	<a href="#">Klsku</a>	2-0 (25-7, 25-13)

Joukkueessa pelasivat syksyllä 2010:

Jemina Grönberg, Stiina Kähtävä, Liina Mikkola, Julia Pihlavisto, Sofia Vaajakivi, Eveliina Valtanen

Valmentaja:

Juha Silvanto, Pasi Pihlavisto, Terhi Virrasoja



**KOIVISTON ISKU ry.**

*Naisjaosto*

[www.koivistonisku.fi](http://www.koivistonisku.fi)



## **Naisjaoston toimintakertomus v.2010**

**Naisjaosto on järjestänyt Väinölän koululla syys- ja kevätkaudella ohjattua saliliikuntaa, nuorille sekä varttuneille naisille.**

- Salikausi käynnistyi heti Joulutauon jälkeen maanantaina Tammikuun 10 pv. kestäen toukokuun lopulle asti, osallistuminen on ollut runsasta ja innostunutta, koulusali on välillä tuntunut jopa liian pieneltä kun illan aikana kävijöitä on ollut 60-70 naista. Ensimmäisellä vuorolla on ollut keppijumppaajia 30- 40, seuraavalla vuorolla on naisten ja nuorten tehokas lihaskuntojumppa 20-30 hengen voimalla.
- Ohjaajana on toiminut, pidetty uusiohjaajamme Riikka Järvinen, tarvittaessa on tuuraajina on toiminut, Hilikka Söderdahl, Niina Kurkinen, Sonja Rosnell ja Raija Patoranta.
- naisjaosto järjesti Laskiaistiistaina yhdessä hiihtojaoston kanssa hiihtotempauksen Itäporin kuntoradalla.
- **naisjaosto osallistui Seuran Pyöräilyjaoston järjestämiin Satakunnan ajot kilpailun toimitsija ja kisakahvilan pitoon.**
- **naisjaosto on hoitanut vuosikokouksien kahvitukset.**

Naisjaoston ja jumppaajien kevät kauden päätöstilaisuus oli toukokuussa Itäporin kuntoradalla. Kahvit ja mehut juotiin seuran toimistolla.

Syyskausi alkoi täydellä salilla, noudattaen alkuvuoden ohjelmaa.

Yhteistä liikuntaa olemme lisänneet, tiistaisin sauvakävelyllä ja keskiviikkoisin vesijuoksulla.

*Naisjaoston psta. Hilikka Söderdahl*

# Pyöräilyjaoston toimintakertomus 2010

## Kilpailutoiminta

Viime vuosina vakiintuneeseen tapaan kotimaan maantiepyöräilyn kilpailukausi aloitettiin huhtikuussa Porissa 12. kertaa ajetuilla Iskun järjestämällä Lattomeri-ajolla. Toukokuussa järjestimme kaksipäiväiset 17. Satakunnan ajot. Kilpailukeskuksena toimi tänä vuonna Kaasmarkun koulu ja kilpailu ajettiin uusilla reiteillä. Kesän kilpailujen järjestämiseen osallistui n. 50 hengen kokenut talkooporukka. Iskun järjestämät kilpailut ovat vuodesta toiseen saaneet kiitosta osanottajilta hyvistä järjestelyistään, niin tänäkin vuonna. Tässä yhteydessä on syytä vielä kiittää kaikkia kilpailujen järjestämiseen osallistuneita. Näiden kansallisten kilpailujen lisäksi järjestimme useita piirin kilpailuja.

Koiviston Iskun elite-pyöräilijät ajoivat Chebici-Isku team-nimisenä joukkueena, jonka tukijana on Järvenpäälinen Chebici-pyöräiliike.

SM-kisoissa parhaat saavutukset tulivat rata-ajossa, jossa Iskun joukkue voitti hopeaa 4km takaa-ajossa, pronssia ajoi Tommi Martikainen 4km takaa-ajossa (7. Juhani Timmerbacka) ja pisteajossa (4. Juhani Timmerbacka ja 8. Jarkko Niemi) sekä Juhani Timmerbacka linja-ajossa (7. Jari Nieminen). Takaa-ajossa Juhani Timmerbacka oli 5. ja Antti Träskelin 9. SM-paritempossa Tommi Martikainen ja Kari Holma olivat viidensii ja Tommi Martikainen oli viides myös SM-Tempossa (Kari Holma 15.).

Ikäluokkien SM-kilpailuissa M-35 tempossa hopeaa sai Kari Holma ja M-45 maantieajossa pronssia sai Ilpo Kyllönen.

Iskun ajajat ajoivat joukon hyviä sijoituksia kauden aikana mm. maantiecupin kilpailuissa:

Simo Klimscheffskij`n muistoajo 5. Jaakko Lehtonen, TS-kortteliajo 10. Jaakko Lehtonen, Satakunnan ajot 3. Juhani Timmerbacka ja 8. Jukka-Pekka Santala, Pyhäjärvi-ajot 8. Antti Träskelin, 9. Kari Holma, 10. Jaakko Lehtonen, Porvoon kortteliajot 6. Tommi Martikainen, Porvoon ajot 7. Juhani Timmerbacka, Närpiön maantie 5. Juhani Timmerbacka, Ruskon kymppi 2. Tommi Martikainen, Lieto tempo 8. Tommi Martikainen, Lieto maantie 1. Tommi Martikainen, 8. Juhani Timmerbacka, 10. Kari Holma ja Leijona tempo 10. Juhani Timmerbacka.

Maantiecupin yhteispisteissä Juhani Timmerbacka oli neljäs, Kari Holma 17., Jukka-Pekka Santala 19. ja Tommi Martikainen 21.

## VALMENNUS- JA HARJOITUSTOIMINTA

Talvikaudella pyöräilijät valmistautuvat keväällä käynnistyvään uuteen kilpailukauteen Karhuhallin harjoitusvuoroilla sekä pyöräillen maasto ja cyclocross-pyörillä läpi talven pitkiä peruskestävyyslenkkejä. Lisäksi tehtiin hiihtolenkkejä, pelattiin sählyä ym. tuki- ja oheisharjoitteita. Seuran kuntosalilla suoritettiin lihaskunto-harjoituksia ja kuntopiirejä. Peruskuntokaudella järjestettiin muutama viikonlopun leiri kotimaassa ja keväällä osa pyöräilijöistä harjoitteli Espanjassa muutaman viikon ajan.

## HARRASTEPYÖRÄILY

Kilpailutoiminnan lisäksi jaosto järjesti yhdessä muiden porilaisten pyöräilyseurojen kanssa yhdeksän kuntolenkkiä harrastepyöräilijöille kesällä sekä viikoittain tempoharjoituksen Lattomerellä touko-elokuun aikana ja kauden

päätteeksi lokakuun lopulla ajettiin vielä lähes 100 km Tour de Pori –maastopyöräretki Porin poluilla ja metsäteillä. Tapahtumaan osallistui yli 40 eri ikäistä maastopyöräilijää.

Jari Wiksten

pyöräilyjaoston puheenjohtaja



Kain viimeisen Täydenmatkan ( 24 kerta ) Maaliin tulo SM- Pronssia v.2010

### **Yleistä:**

Triathlon jaoston kausi oli edellistä kautta huomattavasti tasokkaampi. Yksi. SM-mitali, 1. EM-mitali. Kai Söderdahl pyörsi päätöstänsä sen verran, että päätti vielä jatkaa kansallisella tasolla kotimaassa ja Ikkäkausi sarjassa EM-tasolla.

### **Toiminta:**

Kai halusi vielä kokeilla miten harjoittelu ja kilpaileminen toimii valmennettaviaan vetäessään.

Tämä kokeilu ei ollut hukkaan heitetty vuosi. Heti Toukokuussa Kai sijoittui Duathlonin SM- kisassa hienosti viidenneksi. Kisat sai jatkoa kun Kai osallistui Juhannuspäivänä Espanjassa oman ikäistensä Euroopan mestaruus Triathlonin pitkänmatkan kisoihin M40 sarjassa tuomisina oli EM- pronssia. Seuraava kisa oli 3 viikon kuluttua suomessa, se oli tämän kesän kovatasoisin kisa suomessa mukana oli Yleisessä sarjassa koko suomen parhaimmisto Kai sijoittui hienosti viidenneksi ainoastaan 1min pronssiin. Heinäkuun lopulla Kai kävi vielä voittamassa Porin Jatz Triathlonin. Elokuussa 16.8 Kai päätti kokeilla vielä Yleisensarjan SM- mitalia Nokialla täydenmatkan Triathlon kisassa. Tavoitteena oli mitali ja 9h alitus, toinen näistä toteutui Pronssi mitalin myötä, mutta aikaa meni 5min yli 9h. Tämä oli Kain 24 Täydenmatkan (Ironman kisa) ja päätöksen mukaan viimeinen.

Työ jatkuu Triathlonin parissa valmentajana, uintikurssien ja triathlon kurssien vetäjänä.

Velipoika Tom myös valmentaa Suomen pitkänmatkan Triathlonisteja ympäri Suomea ja vetää Kain kanssa Triathlon kurseja. Työnsä puolesta Tom tapaa myös eri lajin urheilijoita ja jakaa tietoa kovan tason lisäravinnetietäjänä. Tom tekee leipätyönsä myyinnedistäjänä Fast Sports Nutritionilla.

Triathlon perinnettä on jatkamassa myös Kain oma poika joka kilpaili muutaman kerran vuoden aikana ja pokkasi mm. JazzTriathlonissa 2. sijan. Nokian harjoitus kilpailuissa hän kisaili tasapäisesti mies harrastajien kanssa.

Harraste tasolla meillä on kilpaillut 3. ikäluokkalaista Lisenssi Triathleettia.

### **Valmennus:**

Triathlon veljekset Tom ja Kai järjesti keväällä ja syksyllä Nokialla Triathlon Training Camp-viikonlopun. Ohjelma pe-su sisältää mm:

triathlonin lajitekniikka-opetusta (uinti, pyöräily, juoksu), luentoja, testejä, oman harjoitusohjelman vuosi suunnittelua, uintitekniikan kuvausta ja tietysti tehokkaita yhteistreenejä.

**Paikkoja näihin tapahtumiin oli 20. jotka täyttyivät viikossa tämän ilmoituksen julkaisun jälkeen.** Kailla ja Tompalla on useita Triathlonisteja valmennettavana sekä harraste, että sekä kansainväliseltä huipputasolta näin heidän työnsä jatkuu lajin parissa.

*Koiviston isku ry.  
Triathlon jaosto  
Alpo Söderdahl*

# Koiviston Isku ry. Yleisurheilujaosto

## Toimintakertomus vuodelta 2010

Jaoston toiminta on kasvanut uusilla urheilijoilla huomattavasti.

Kilpailuihin on osallistuttu ahkerasti ja myös hyviä sijoituksia on tullut runsaasti.

15 -17 vuotiaita aktiivisia tyttöjä on nyt 9. Mukana on myös heittolajien edustus.

Kilpailu- ja harjoitustoimintaa on vetänyt pääosin Riku Jakobsson, apunaan Taisto Salo, Pia Peltosaari ja Riina Hyypiä.

Jaoston harjoitukset:

Urheilutalolla tiistaisin 18.30 -20.00 ajalla 1.1.-30.4 ( talvi/ kevätkausi) . Harjoittelukertoja  $21 \times 1,5h = 31,5h \times 9$  urheilijaa= $283,5h$

Stadion/ Maastot ( Aika vaihteleva , 2x vko ) 1.5-.30.10. (kesä/ syksy) harjoittelukertoja  $27 \times 1,5 = 40,5h \times 9$  urheilijaa= $364,50h$

5.10. – 31.12. Urheilutalo klo 18.30-20.00 (talvikausi)  $13 \times 1,5 = 19,5h \times 9$  urheilijaa = $175,5h$

1.1. – 31.12. Kuntosaliharjoittelua pääasiassa Friitalassa: Kevät $34 \times 1,5= 51h$  ja syksy  $31 \times 1,5=46,5h \times 9$  urheilijaa =  $418,5h$

Hyviä suorituksia koko kaudelta/mitalisatoa:

Ronja Revell: Henkilökohtaisissa SM kisoissa Helsingissä pituushypystä. Ronja myös saavuttanut piiritasolla paljon menestystä pituushypyssä, pikajuoksussa ja viesteissä.

T-15 viestijoukkue SM kisoissa: Elli Koivisto, Ronja Revell, Sonjariina Ojalahti ja Aino Westerlund

Seurassa paljon uusia urheilijoita joiden sisäänajo käynnissä, joten menestystä ei siltä rintamalta vielä tulossa.

22.3.2011

Koiviston Isku ry. Yleisurheilujaosto