

# Voimistelu- ja urheiluseura **KOIVISTON ISKU RY**



# 2014

## **TOIMINTAKERTOMUS**

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

(Kevätkokous 31.3.2015)



# KOIVISTON ISKU RY:N TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2014

## 1. YLEISTÄ

Voimistelu- ja Urheiluseura Koiviston Isku r.y. on perustettu 23.1.1927. Yhdistysrekisterinnumero on 13473 ja yritystunnus 0570010-2.

Vuosi 2014 oli seuran toiminnassa jo 87. aktiivinen toimintavuosi, joka oli urheilullisesti menestyksekkäs. Huonosta yleisestä taloustilanteesta huolimatta vuosi 2014 oli seuramme osalta taloudellisestikin hyvä.

Seuran tarkoituksena on: 1) edistää urheilun ja erilaisten liikuntamuotojen harrastusta sekä terveitä elämäntapoja; 2) kehittää kulttuuri- ja nuorisotyötä; 3) edistää tasa-arvoa ja kansainvälistä yhteis-toimintaa; sekä 4) toimia puhtaan luonnon ja ympäristön puolesta.

Yhdistyksen kotisivujen osoite on [www.koivistonisku.fi](http://www.koivistonisku.fi).

## JOHTOKUNTA

Johtokuntaan kuuluivat vuonna 2014 **Ilpo Kyllönen**, puheenjohtaja (9/9), **Sylvi Mattila**, varapuheenjohtaja (9/9), **Alpo Söderdahl**, taloudenhoitaja/jäsenrekisterin hoitaja (9/9), **Jari Wiksten**, sihteeri (9/9), **Kauko Ruokolainen** (8/9), **Hilkka Söderdahl** (7/9), **Milla Ojala** (7/9) ja **Jussi Laine** (3/9). Sulkeissa on osallistuminen johtokunnan kokouksiin.

## 2. TOIMITILAT

Seuran toimisto sijaitsee Uudenkoiviston koulun pihapiirissä vanhan kirjastorakennuksen yläkerrassa Palokunnan puistokatu 6-8, 28130 Pori.

Koiviston Iskun omistama paperihalli (Sepänpellontie 17) on ollut vuokrattuna Paperinkeräys Oy:lle koko vuoden viisi vuotta kestäväällä vuokrasopimuksella (vuoden 2018 loppuun asti). Halli oli seuran käytössä entiseen tapaan keräyspaperin lajittelu- ja lastaustoiminnassa.

## 3. YHDISTYKSEN KOKOUKSET JA JÄSENISTÖ

### KOKOUKSET

**Vuosikokous** pidettiin 21.3.2014 seuran toimistolla; mukana oli 13 seuran jäsentä. Kokous vahvisti toimintakertomuksen ja tilit vuodelta 2013. Tilikauden ylijäämä oli 26.797,82 euroa.

**Syysvuosikokous** pidettiin 20.11.2014 seuran toimistolla. Mukana oli 15 seuran jäsentä. Kokous vahvisti vuoden 2015 jäsenmaksun suuruudeksi 10 euroa. Kokous hyväksyi toimintasuunnitelman ja talousarvion vuodelle 2015. Johtokunnan puheenjohtajaksi valittiin **Ilpo Kyllönen**, varapuheenjohtajaksi **Sylvi Mattila**, taloudenhoitajaksi **Alpo Söderdahl**, sihteeriksi Jari Wiksten ja jäseniksi **Hilkka Söderdahl**, **Liisa Vainio** (uusi), **Kauko Ruokolainen** ja **Milla Ojala**. Lisäksi nimettiin jaostojen jäsenet.

Syyskokouksessa hyväksyttiin myös sääntömuutos, jolla muutettiin yhdistyksen sääntöjen 2§:än toiminnan tarkoitus –kohtaa muotoon harjoittaa **arvopaperikauppaa, paperin ja pahvin ym. tavaroiden keräystä ja niiden lajittelu- ja lastaustoimintaa**, kustannus-, paikallisradio- ja televisiotoimintaa.” (lisäys vahvennettuna)

Talousarvion loppusumma päättyi 183.025 euroon.

Seuran vuoden parhaana urheilijana vuoden 2014 palkittiin EM-maantieajossa (U23) viidenneksi sijoittunut **Matti Manninen** ja nuorena lupaavana urheilijana lentopalloilija **Eerika Mäkitalo** vuoden seuratyöntekijöinä **Markku Grönberg** ja **Hilkka Söderdahl**

Johtokunta kokoontui yhdeksän kertaa ja pöytäkirjapykälä kertyi vuoden aikana 108.

Kunto- ja veteraanijaoston järjestämään Joulukahvitukseen 16.12.2014 osallistui yli 50 seuran jäsentä.

## **JÄSENET**

Vuoden lopussa jäsenmäärä oli 458 jäsentä.

### **Huomionosoitukset ym**

TUL:n päivän juhlassa 26.1.2014 palkittiin vuoden 2013 piirin parhaana miesurheilijana Matti Manninen, ja parhaana joukkueena Iskun SM-kultaa saanut paritempojoukkue (Tommi Martikainen ja Matti Manninen).

Rahastonhoitaja Alpo Söderdahl täytti 6.3.2014 ja varapuheenjohtaja Sylvi Mattila 21.6.2014 70-vuotta, johtokunta muisti heitä kokouksien yhteydessä. Pitkän uran Iskussa eri tehtävissä tehnyt Veijo Länsiharju kuoli 9.8.2014. Veijon muistoa kunnioitettiin Satakunnan Kansassa julkaistulla muistokirjoituksella.

### **Urheilijoiden palkitsemiset**

TUL:n Satakunnan piirin parhaaksi joukkueeksi valittiin vuodelta 2014 seitsemännen kerran peräkkäin Koiviston iskun joukkue. Naisten lentopallojoukkueen jälkeen kolmena vuonna peräkkäin on ratapyöräilyn 4km takaa-ajoukkueemme valittu piirin parhaaksi joukkueeksi, vuoden 2012 parhaana palkittiin Koiviston Iskun aika-ajon SM-hopea joukkue ja 2013 paras oli taas pyöräilijöidemme SM-kultaa voittanut paritempo-joukkue ja vuoden 2014 paras joukkue oli SM-kultaa voittanut aika-ajoukkue (Jarkko Niemi, Tommi Martikainen ja Santtu Pasanen. Piirin parhaana miesurheilijana palkittiin toisen kerran peräkkäin Iskun Matti Manninen (TUL-päivän juhlassa 26.1.2015).

Syyskokouksessa palkittiin pyöräilijä Matti Manninen vuoden parhaana urheilijana, lentopalloilija Eerika Mäkitalo vuoden nuorena lupaavana urheilijana.

## **4. TALOUS JA VARAINHANKINTA**

Yhdistyksen talous on kunnossa ja maksuvalmius on hyvä. Taloudellisesti vuosi oli tyydyttävä. Tilikauden 2014 ylijäämä oli 14.547,93 euroa. Länsi-Suomen Osuuspankin OP-Privaten hoidossa on seuran osake-salkku, jonka rakennetta muutettiin kevään aikana ja osa salkusta otettiin omaan hoitoon. Salkun painopiste on nyt kansainvälisissä sijoituksissa. Sijoitustoiminnan tuotto oli yli 20.000 euroa. Sijoitusten markkina-arvo oli vuodenvaihteessa 203.000 euroa.

Paperinkeräystoiminnassa keräyspaperin lajittelu ja lastaus vähenivät ja oma keräystoimintakin pieneni ja toiminnan kannattavuus heikkeni mm. kiristyneen kilpailun johdosta (tyhjennysmaksut vähenivät edelleen). Keräyspaperin määrä oli yhteensä 1172 tn (1601 tn 2013) ja pahvin xxx tn (483 tn 2013). Paperinkeräystoiminnassa palkatun henkilöstön määrä oli kolme henkilöä, joista palkkatuella työllistettyjä kaksi. Paperihallilla seuran jäsenet tekivät yli 2000 talkootuntia.

Paperinkeräys Oy:n kanssa on voimassa urakointisopimus. Paperinkeräys Oy:ltä on saatu korvauksetta käyttöön paperinkeräysauto. Johtokunta on päättänyt irtisanoa tammikuussa 2015 Paperinkeräys Oy:n urakointisopimuksen. Irtisanomisaika on kuusi kuukautta. Toiminnan jatkosta käydään neuvotteluja Paperinkeräys Oy:n kanssa kevään aikana.

Paperin- ja pahvinkäsittely ja -lastaustoiminta on ollut verollista liiketoimintaa vuodesta 2011 alkaen ja arvonlisäverollista 1.7.2012 alkaen. Vuoden 2014 liiketoiminnan yhteisövero ja hallin vuokraustoiminnan kunnallisvero olivat yhteensä 3.165,98 euroa.

Porin kaupungilta saimme nuorisotoimintaan 7.000 euron toiminta-avustuksen. Vuonna 2014 maksoimme vastaavasti lähinnä Porin kaupungille vuokria n 6.600 euroa harjoitus- ja kilpailu/ottelutiloista.

## **5. JÄRJESTÖTOIMINTA**

### ***JÄSENYTYDET JA OSALLISTUMISET***

Koiviston Isku ry on TUL:n ja TUL:n Satakunnan piirin jäsenjärjestö. Kuulumme myös seuraaviin lajiliittoihin: Lentopalloliitto, Pyöräilyunioni ja Triathlonliitto.

Suomen Pyöräilyunionin maantiepyöräilyjaoston puheenjohtajana jatkoi Ilpo Kyllönen.

TUL:n Satakunnan piirin veteraanijaoston jäsenenä toimi Pentti Lamberg ja shakkijaostossa Aimo Koivunen.

Jari Wiksten ja Ilpo Kyllönen osallistuivat pyöräilyunionin kehittämisseminaariin ja liittokokoukseen 16.11.2014 Tampereella.

### ***KOULUTUSTOIMINTA***

Jaostot ovat järjestäneet sekä jaostojen jäsenet osallistuneet myös muiden järjestämiin erilaisiin valmennus- ja tuomarikoulutuksiin.

## **6. TIEDOTUS- JA JULKAISUTOIMINTA**

### ***JULKAISUT***

Lentopallojaosto julkaisi perinteiseen tapaan syksyllä Koiviston Iskun vuosikirjan, jossa myös muut jaostot esittelevät toimintaansa.

### ***ULKOINEN TIEDOTTAMINEN***

Seuran kotisivujen [www.koivistonisku.fi](http://www.koivistonisku.fi) kävijämäärät ovat kasvaneet vuosittain. Vuonna 2014 sivuilla oli käyntejä yli 180.000 kappaletta noin 19.000 ip-osoitteesta. Omat Facebook sivut ovat Fitness- ja Lentopallojaostolla sekä pyöräilyjaoston teameilla Chebici-Isku ja Chebici-Isku Donna. Pyöräilykilpailuilla on lisäksi omat facebook ryhmänsä. Lisäksi pyöräilyjoukkueilla on omat kotisivut [www.chebici-isku.blogspot.fi](http://www.chebici-isku.blogspot.fi) ja [www.chebici-iskudonna.blogspot.fi](http://www.chebici-iskudonna.blogspot.fi).

Jaostot tekivät lehdistötiedotteita kilpailuista ja muista tapahtumistaan.

Alueen sanomalehdissä oli vuoden aikana useita juttuja seuramme urheilijoista ja järjestämistämme kilpailuista.

### ***SISÄINEN TIEDOTTAMINEN***

Kokouskutsut julkaistiin Uusi Aika -lehdessä, seuran kotisivuilla ja toimiston ilmoitustaululla. Johtokunta ja jaostot käyttivät lähinnä sähköpostia sisäiseen tiedottamiseen – kokouskutsut, pöytäkirjat, yms. – on hoidettu pääosin sähköpostilla.

Kotisivujen käyttöä tiedotukseen tehostetaan ja kotisivuja kehitetään myös tietopankin suuntaan. Mm. toimintakertomukset ja –suunnitelmat julkaistaan kotisivuilla.

## **7. YHTEISTYÖKUMPPANIT**

Oy Chebici Ltd jatkoi edelleen pyöräilyjoukkueemme Chebici-Isku teamin toiminnan tukemista. Joukkueen käytössä oli noin 20 kilpapyörää ja ajajat saivat lisäksi asusteita, kypäriä ym. tarvikkeita Chebiciltä.

Lentopallojaosto julkaisi perinteiseen tapaan Koiviston Iskun vuosikirjan syksyllä 2014. Kiitämme kaikkia vuosikirjan ilmoittajia ja muita tukijoitamme hyvästä yhteistyöstä.

Verkkoyhteistyökumppanuus Valo ry:n (SLU) ja Veikkaus Oy:n kanssa käynnistettiin vuonna 2012. Veikkaus Oy maksaa provision aina kun Veikkauksen nettisivuilla pelaava henkilö kirjautuu Veikkauksen sivuille Koiviston Iskun kotisivuilla olevan nettilinkin kautta. Tämä yhteistyö ei ole tuottanut juuri taloudellista tulosta

seurallemme. Seuran jäsenistö ei ole omaksunut uutta tapaa ja siitä tiedottaminen on jäänyt vain nettisivujen varaan.

Turun hallinto-oikeus kumosi Porin vapaa-aikalautakunnan vuoden 2013 sponsorirahapäätöksen, jolla Iskun urheilijat jätettiin kokonaan ilman sponsorirahaa, huhtikuussa 2014. Lautakunta käsitteli asian uudelleen ja jätti edelleen urheilijamme ilman sponsorirahaa. Uudesta päätöksestä on myös valitettu Hallinto-oikeuteen, koska uudestakin päätöksestä puuttuvat perustelut. Samoin vuoden 2014 sponsorirahapäätöksestä on valitus vireillä hallinto-oikeudessa. Tästäkin päätöksestä puuttuivat tosiasiaperustelut. Vuodelle 2014 Matti Manniselle on myönnetty 500 euroa sponsorirahaa.

## **8. MERKITTÄVIÄ URHEILUSAAVUTUKSIA JA TAPAHTUMIA 2014**

### ***LENTOPALLOSSA PALUU 1-SARJAAN***

Järjestimme jo viidennen kerran perinteeksi muodostuneen Suomi Areenaan liittyvän Suomen Yrittäjänäisten ja Eduskunnan naisten välisen lentopallo-ottelun Porin urheilukeskuksessa 17.7.2014.

### ***Naisten 1-joukkue***

Naisten joukkue järjesti loppiaisena 2014 viiden joukkueen turnauksen Porin Tekniikkaopistolla. Iskun voitti turnauksen. Iskun 1-joukkue voitti oman lohkonsa runkosarjan ja pääsi pelaamaan ylempää jatkosarjaa karsien 1-sarjapaikasta. Kevätkaudella pelit näyttivät lupaavilta, kuitenkin Isku koki loukkaantumissuman. Nurmon Jymy II pudotti Iskun nousukarsinnoissa ja Iskun tie katkesi nousukarsinnoissa.

Kevään pelillisen onnistumisen vuoksi Isku päätti anoa Lentopalloliitolta 1-sarjapaikkaa. Sarjapaikka myönnettiin Iskulle. Joukkueeseen saatiin mukaan myös pitkän linjan iskulainen Taru Lindberg. Lisäksi syksyn yhdessä pelissä oli mukana myös Heidi Nieminen. Joukkueen valmennusvastuuta jaettiin Taito Tommilan, Heidi Horellin ja Anu Rantalalan kesken. Syksyllä Iskun naisten 1-joukkue pelasi 1-sarjassa lohossa 1. Syksyn runkosarjassa Isku keräsi 4 voittoa. Kuitenkin Isku antoi myös hyvän vastuksen lohkon kärkijoukkueille. Joulutauolla Iskun joukkueeseen liittyivät myös Nakkilan Patereiden Julia Kuusisto ja Jutta Viinamäki. Keväällä Isku pelaa alemman jatkosarjan karsintapelejä yhdessä Alajärven Ankkureiden, Ylöjärven Ryhdin, Kuortaneen sekä Oulun Etan kanssa.

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

Naisten 2-joukkue pelasi syksyllä Karhulentissisarjaa. Joukkue koostui jäähyttelijäpelaajista ja lisäksi B- ja C-tytöistä. Joukkue lähti pelaamaan karhulentissisarjaa, jotta nuoremmat pelaajat saisivat hyvää harjoitusta ja kokemusta pelien suhteen ja myös ns. jäähyttelijät pääsisivät pelaamaan. Naisten 2-joukkue pelasi syksyllä Karhulentissisarjaa. Joukkue koostui pääasiassa B- ja C-tytöistä.

### ***B/C-Tytöt***

Valmennuksesta vastasi Markku Grönberg apunaan Urho Jalava. Joukkue pelasi B-tyttöjen Lounais-Suomen aluesarjaa. Joukkueessa pelasi myöskin useita C-ikäisiä, jotta saatiin joukkue täysilukuiseksi. Kevään aikana joukkueelle kirjattiin 33 harjoituskertaa ja joukkueella oli 3 turnausta, joista yksi järjestettiin Iskun toimesta Porissa.

### ***D-Tytöt***

Syksyllä muodostettiin kaksi D-tyttöjen joukkuetta. Joukkueet harjoittelivat yhdessä ja opettelimme uuden tavan pelata eli koppiavusteiset passit eivät enää sallittuja ja kentällä neljä pelaajaa kolmen sijaan. Tavoitteeksi asetettiin että mahdollisimman moni tyttö jatkaa pelaamista ja laji saa harrastajia, kilpailulliset

tavoitteet asetetaan vasta myöhemmin. Harjoituksista ja peleistä yritettiin saada mukavia ja innostavia, mutta silti taitoja eteenpäin vieviä. Pelaajien tasoeroista huolimatta kaikilla oli mahdollisuus osallistua peleihin ja harjoituksiin. Joukkueet jaettiin mahdollisimman tasaisiksi, jotta onnistumisia saavutettaisiin peleissä. Valmentajat ja joukkueenjohtaja olivat samat kuin keväällä. Pelit pelattiin turnauksina ja molemmat joukkueet pelasivat samoissa turnauksissa.

## ***E-Tytöt***

E-tytöt harjoittelivat kevätkauden Herralahden koululla, Isosannan koululla ja Söörmarkun koululla maaliskuuhun Herralahden mentyä kiinni. Harjoituksissa kävi säännöllisesti väkeä ja valmentajat vuorottelivat harjoitusten ohjaamisessa. Kevätkaudella pelanneiden E-tyttöjen kasvettua D-ikäisiksi he siirtyivät pelaamaan Iskun D-tyttöjoukkueeseen. Syksyllä muodostettiin pelikaudelle 2014-2015 Iskuun uusi E-tyttöjen joukkue pelaajista jotka vielä kevätkaudella harjoittelivat lentopallokouluihinsa.

## ***Lentopallokoulu***

Iskun ja Pori Lentiksen yhteisissä lentopallokouluihinsa on annettu lentopallo-oppia 7-10 v. tytöille ja pojille. Lentiskoulujen organisaattorina on toiminut Juha Silvanto. Lentiskoululaisille järjestettiin F-junnuturnauksia pelikokemuksen kartuttamiseksi ja hankittujen taitojen mittaamiseksi.

## ***Miehet***

Miesten joukkue pelasi paikallista Karhulentis-sarjaa. Kevätkierroksen päättyessä joukkue saavutti tosien sijan tässä kuuden joukkueen sarjassa. Miesten joukkue jatkoi harjoituksiaan syyskaudella kahdesti viikossa Sampolan koululla. Syyskaudella joukkue pääsi hyvään pelivireeseen ja on käymistään kuudesta ottelusta hävinnyt vain kaksi ottelua naapuriseura Pori Lentiksen Lukoille. Sarjataulukossa joukkue on toisella sijalla toimintakertomusvuoden lopussa.

## ***PYÖRÄILYSSÄ MITALIPUTKI JATKUI***

Kauden paras pyöräilijämme, toisena vuonna peräkkäin, oli Matti Manninen, joka voitti kultaa U23-sarjan aika-ajossa ja edusti maattamme MM- ja EM-kilpailuissa, joissa maantieajon yhteislähtökilpailussa hän oli hienosti viides U23-luokassa. Kotimaassa SM-kilpailujen lisäksi Matti ajoi vain Porvoon ajot, jotka hän voitti. Lisäksi Matti voitti useita kilpailuja Ruotsissa ja Keski-Euroopassa Team Bliz-Meridan paidassa. Matti asui talven Ruotsin Skarassa ja kesällä team asui viikkokausia Belgiassa kilpailumatkoilla

Pyöräilijöiden vahva menestys jatkui vaikka aivan kaikkien aikojen parhaan vuoden 2012 19 mitalin määrään ei ylletty. Päättyneen vuoden saalis oli kolme suomenmestaruutta, kolme SM-hopeaa, kaksi SM-pronssia, kaksi ISM-kultaa, kaksi ISM-hopeaa ja kaksi ISM-pronssia eli yhteensä 14 SM-italia. Edellisvuodesta mitalimäärä kasvoi yhdellä.

Viime vuosien tapaan maantiepyöräilyn SM-kilpailuissa avauspäivän tempoajoissa on rohmattu mitaleita niin Riihimäelläkin SM-temposta Matti Manninen otti SM-kultaa U23-luokassa ja miesten aika-ajojoukkue teki samoin (Jarkko Niemi, Tommi Martikainen ja Santtu Pasanen) vaikei henkilökohtaista huippusijoitusta kellekään osunut. Myös naisten joukkue ylsi pronssille (Katri Lehtonen, Terhi Martikainen ja Outi Seppä). Yhteislähtökilpailuissa ei tänä vuonna tullut onnistumisia.

Mitalijuhlat jatkuivat heinä- ja elokuussa niin radalla kuin maantielläkin. Tuloksena oli paritempossa SM-hopeaa (Jarkko Niemi ja Tommi Martikainen). Radalta tuli myös nippu SM/ISM-mitaleita. Jarkko voitti SM-kultaa pisteajossa ja SM-hopeaa Linja-ajossa. Pisteajossa Jari Nieminen sai SM-pronssia. Myös 4km joukkuetakaa-ajossa otettiin SM-itali, tällä kertaa SM-hopeaa. ISM-kultaa ajoivat Jarkko Niemi (M30) ja Santtu Pasanen (M40) 3km takaa-ajossa.

ISM-maantiekilpailuissa Tommi Martikainen sai M-30 sarjan tempossa hopeaa ja Jarkko Niemi samassa sarjassa pronssia. Myös Santtu Pasanen ajoi ISM-hopealle M40 sarjassa. Jarkko Niemi sai (M-30) yhteislähtökilpailussa pronssia.

Chebici-Isku teamin ajajat osallistuivat myös kansainvälisiin kilpailuihin teamina ja maajoukkueessa. SM-menestyksen lisäksi ajajamme menestystä tuli hyvin kansallisissa kilpailuissa. Naisjoukkue Chebici-Isku Donna aloitti toimintansa ja saavutti muutamia hyviä sijoituksia kauden aikana ja Sm-pronssia joukkueaika-ajossa.

Parapyöräilijä Jarmo Ollanketo siirtyi Koivistoon Iskuun ja Tommi Martikainen ryhtyi Jarmon pilotiksi. He osallistuivat maailmancupin kilpailuihin ja MM-kilpailuihin USA:ssa mutta matka päättyi sairaalaan aika-ajokilpailun alussa Jarmon rytmihäiriöiden vuoksi.

Pyöräilyjaosto perinteiseen tapaan Lattomeriajon ja Satakunnan ajot. Lattomeriajo oli tänä vuonna maantiecupin osakilpailu ja kilpailu keräsikin runsaan osanoton ja tällä kertaa ajettiin kohtuullisessa säässä. Kuntopyöräilytapahtuma Satakunnan Rinki ”herätettiin henkiin” reilun kahdenkymmenen vuoden tauon jälkeen. Satakunnan ajothan on jatkoa Ringille. Tapahtuma järjestettiin Harjavallan Honkalan liikuntakeskuksessa ja reitti suuntautui Panelia-Eurajoki-Hormisto-Hiirijärvi-lenkille. Osanottajia oli viitisenkymmentä. Tapahtumaan oltiin tyytyväisiä ja jatkoa toivottiin taas ensi syksylle.

Lisäksi pyöräilyjaosto järjesti useita aluekilpailuja sekä viikkotempoja ja kuntolenkkejä kesän aikana.

## ***TRIATHONISSA MENESTYSTÄ MONEN URHEILIJAN VOIMIN***

Triathlonitoiminta oli kuluvana vuonna vilkasta ja tapahtumarikas. Venla Koivula yllätti voittamalla sarjansa Ironmankisan Ruotsin Kalmarissa ja sai ikäryhmänsä paikan Havaiji Ironman World Championship –kisaan. Kai Söderdahl karsi Barcelonan Ironmanissa, josta hän sai paikan v. 2015 Hawaijin Ironmaniin.

Tuukka Miettinen aloitti kauden 2014 voittamalla Suomenmestaruuden Duathlonissa toukokuussa. Tuukka voitti Vierumäellä 1/4 matkan Finrathlonin, Kai Söderdahl oli viides samassa sarjassa ja Venla Koivula naisten sarjan kuudes. Joroisten legendaarisella 1/2 matkan SM-kisassa ei seuramme triathlonistit yltäneet ihan Podiumpaikoille sillä Tuukka ja Venla jäivät neljännelle sijalle. Yleisessä sarjassa Kai Söderdahl oli yhdeksäs. Pyöräilystä tuttu Tommi Martikaisen kokeilu Triathloniin toi Tommille sijan 13.

10.8 Kuopion Olympiamatkoilla Tuukka Miettinen oli viides prosarjassa. Tommi Martikainen yllätti voittamalla Suomen Mestaruuden omassa ikäryhmässään M30-34 sarjassa.

17.8 Tuukka Miettinen voitti Tahkon 1/2 matkan ylivoimaisesti tasokkaassa kisassa jättäen monet Suomenmestaruuden voittaneen Jarmo Hastin toiseksi, samassa sarjassa Kai Söderdahl kiri vielä kuudenneksi.

11.10 Venla Huttunen oli Hawaijin World Championship Ironman kisassa sarjassaan 30-34 v 32. ajalla 11h 21min.

## ***FITNESSJAOSTON TOMINTA VAKIINTUNUT***

Jaoston valmennustoimintaa kehitettiin ja päävalmentajana aloitti Petra Rautakallio. Tiedotustoiminta on tapahtunut facebook ja Instagram –profiilien avulla ja sisäinen tiedotus facebookin ja sähköpostin välityksellä.

Jaosto rahoitti toimintakulujaan lukuisilla yhteistyösopimuksilla, joita oli mm. Porin Puupojat oy:n, Porin Leipä oy:n, Huntsman Pigments Oy:n ja Radisson Blun kanssa.

Petra Rautakallio sijoittui hopealle Fitness Classic –tapahtumassa ja Jarkko Valtonen voitti kehonrakennuksen SM-pronssia Fitness Nordic Expossa.

## ***NAISJAOSTO***

Toiminnan painopiste on kevätkaudella ollut ohjatussa saliliikunnassa viikoittain Väinölän koululla. Toukokuussa kauden päätöstilaisuus pidettiin Massin Majalla. Väinölän koulun remontin vuoksi syyskauden jumpat jäivät väliin. Lisäksi naisjaosto on järjestänyt kahvitarjoilut seuran eri kokouksissa ja tilaisuuksissa. Naisjaosto avusti myös pyöräilykilpailujen talkootehtävissä.

Jaoston jäseniä osallistui kesäkuussa Seinäjoella järjestettyihin TUL:n liittouhille ja osallistuttiin mm. yhteisvoimisteluesitykseen.

## ***KUNTO- JA VETERAANIJAOSTO***

Joogaryhmä kokoontui talvi-kevätkaudella ja syksyllä viikottain runsaan kymmenen hengen voimin.

Pyöräilyjaoston järjestämiin pyöräilytapahtumiin osallistuivat Pentti Lamberg, Sylvi Mattila, Raija Lamberg ja Sirkka Suominen. Sirkka Suominen on osallistunut aktiivisesti myös talkoisiin Paperihallilla koko vuoden.

TUL-veteraanien kesätapaamiseen osallistuttiin Luvialla. Kesällä osallistuttiin myös naisjaoston kanssa liittouhille.

Jaosto on hoitanut myös kaupungin kuntokampanja- ja haastepyöräilylaatikoita.

## **9. JAOSTOJEN TOIMINTA 2014**

### ***Jaostojen toimintakertomukset liitteinä.***

**Fitnessjaosto**

**Lentopallojaosto**

**Pyöräilyjaosto**

**Triathlonjaosto**

**Kunto- ja veteraanijaosto**

**Naisjaosto**





## KOIVISTON ISKU RY

### Fitnessjaoston toimintakertomus 2014

#### 1. Yleistä

Fitnessjaoston tavoitteena on ollut yhteisöllisen tuen tarjoaminen perinteisesti yksilölajina harjoitettuun urheilulajiin. Viime kaudella valmennus siirtyi useamman valmentajan vastuulle. Muodostettiin niin sanotut pienvalmennusryhmät jaoston neljästä valmentajasta sekä valmennettavista urheilijoista. Tavoitteeksi asetettiin myös valmentajien ammatillinen kehittyminen valmentajien välisen yhteistyön kautta.

#### 2. Jäsenet

Kaudella 2014 fitnessjaoston perustaja ja päävalmentaja Riku Jakobsson erosi tehtävistään sairastumisensa takia. Petra Rautakallio otti vastaan pestin fitnessjaoston päävalmentajana. Milla Ojala toimi jaoston sihteerinä, taloudenhoitajana sekä pääseuran johtokunnan jäsenenä.

Syksyllä 2014 Jarkko Valtonen, Henna Simberg ja Timo Haapanen aloittivat työskentelyn seuran valmentajina. Seuran valmennettavina urheilijoina jatkoivat Janina Hillman, Joanna Heikkilä, Saana Hämäläinen, Milla Ojala ja Reija Hakala. Seuran riveissä urheilee myös Jaana Pajunoja, jolla on seuran ulkopuolinen valmentaja.

#### 3. Talous ja varainhankinta

Keväällä fitnessjaoston naiset tekivät messuemännöintikeikan Tampereella, Porin Puupojat Oy:lle. Edellä mainitusta keikasta saatiin seuralle 1000 €:n korvaus. Porin Leipä Oy tuki fitnessjaostoa 300 €:lla, samoin Sachtleben Oy. Hartwall vetäytyi sponsoroinnista yhden sponsorointikautensa jälkeen. Radisson Blu Espoo ilmoitti, ettei aio jatkaa tulevaisuudessa sponsorointia, mutta lahjoitti kuitenkin kolme yöpymislahjakorttia, joiden arvo on yhteensä 240 €.

Urheilijoiden seuramaksu korotettiin 400 €:n. Urheilijan oli mahdollista kuitata seuramaksunsa yrityksen ja seuran välille kirjoitetulla sponsorointisopimuksella. Urheilijoille kirjoitettiin henkilökohtaiset sopimukset, joista kävi ilmi mitä kautta urheilijan seuramaksu tuli ja mitä hän seuramaksua vastaan saa.

Valmentajien kanssa sovittiin valmennustyön aiheuttamien matkakulujen korvaamisesta.

Alustavasti sovittu messuemännöintikeikka, josta seuran oli tarkoitus saada noin tuhat euroa, peruuntui. Messuemännöinnin perunut yritys vetosi heikkoon taloustilanteeseen.

#### 4. Ulkoinen tiedottaminen

Facebook ja Instagram -profiilit olivat käytössä jossain määrin. Edellä mainittuja väyliä käytettiin näkyvyyden tarjoamiseksi yhteistyökumppaneille sekä kisamenestyksistä tiedottamiseksi. Facebook -sivustolla oli 270 seuraajaa ja Instagram -profiilia seurasi noin 90 henkilöä. Osa urheilijoista kirjoitti blogeja.

#### 5. Sisäinen tiedottaminen

Jaoston sisäinen tiedottaminen tapahtui pääosin Facebookin ja sähköpostin välityksellä.

#### 6. Yhteistyökumppanit

Huhtikuussa 2014 solmittiin sponsorointisopimukset Porin Leipä Oy:n ja Sachtleben Oy:n (nykyinen Huntsman) kanssa. Muita yhteistyökumppaneita olivat Radisson Blu Espoo ja Karhukatto Oy. Sieravuoren Lomakeskus tarjosi urheilijoille kesäpäivän suppauksen merkeissä. Sieranvuoren Lomakeskukselle tarjottiin näkyvyyttä sosiaalisessa mediassa.

#### 7. Merkittäviä urheilusaavutuksia ja tapahtumia 2014

Petra Rautakallio sijoittui hopealle Fitness Classic -kilpailutapahtumassa järjestetyssä body fitnessin +168 -sarjassa. Jarkko Valtonen voitti kehonrakennuksen +80 -sarjan SM-pronssia lokakuussa järjestetyissä kisoissa Fitness Nordic Expossa.

Urheilijat kävivät Vierumäen urheiluopistolla kolmen päivän leirityksessä, ollen Suomen ensimmäinen fitness-ryhmä Vierumäellä.

Riku Jakobsson sai opintonsa päätökseen syksyllä 2014 ja joulukuussa hänelle myönnettiin ammattivalmentajan ammattitutkinto. Riku Jakobsson valmistui kiitettävien arvosanoin.

# KOIVISTON ISKUN LENTOPALLOJAOSTON TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2014



kuva: [urheilusuomi.com](http://urheilusuomi.com)



# LENTOPALLOJAOSTON TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2014

## 1. Lentopallojaosto

Jaosto on kokoontunut 11 kertaa. Kokoontumispaikkana on ollut Porin urheilutalo .

Jaoston jäsenet:

Taito Tommila	puheenjohtaja
Heli Viitanen	varapuheenjohtaja/pj
Anu Hakakoski	sihteeri
Liisa Vainio	rahastonhoitaja
Jorma Ukkonen	
Markku Grönberg	
Kauko Ruokolainen	
Anu Rantala	
Eveliina Elo	
Urho Jalavaa	kutsuttuna

## 2. Tapahtumia

- 6.1.2014 järjestettiin harjoitusturnaus Winnova salissa naisten 2-sarja kärkijoukkueiden kesken.
- Järjestimme jo viidennen kerran perinteeksi muodostuneen Suomi Areenaan liittyvän Suomen Yrittäjän naisten ja Eduskunnan naisten välisen lentopallo-ottelun Porin urheilukeskuksessa 17.7.2014.
- Esa Mäkitalo nimitettiin Naisten 1-joukkueen joukkueenjohtajaksi.
- 22.11.2014 järjestettiin kauden päätösrugby Amadossa. Rugbailuun kutsuttiin jaoston jäsenet, valmentajat ja muutama aktiivisesti seuran toimintaan osallistunut henkilö.

## 3. Kurssi- ja koulutustoiminta

- 13.3.2014 järjestettiin juniorivalmentajille tekniikkakoulutustilaisuus Isosannan koululla. Kouluttajana Hanna Kanasuo lentopalloliitosta. Iskusta osallistuivat Minna Järnfors, Erkki Roiha ja Markku Grönberg. Lisäksi osallistujia oli lentopallokoulu yhteistyö seurastamme Pori Lentiksestä.
- 30.8.2014 järjestettiin seuran sisäinen III-luokan lentopallotuomarikoulutus jotta voitiin käyttää omia rajatuomareita naisten 1-sarjaotteluissa. Kouluttajana lentopalloliiton tuomarikouluttaja Jari Järvi. Ko.tuomarikortin hankkivat Eveliina Elo, Iida Kulmala ja Markku Grönberg.

## 4. Harjoitus- ja kilpailutoiminta

### Kaikki joukkueet:

- Naiset 1-joukkue
- Naiset 2-joukkue
- B-tytöt
- D-tytöt
- E-tytöt

### Sarja keväällä 2014:

- Naisten 2-sarja
- Karhulentis
- Aluesarja
- Aluesarja

### Sarja syksyllä 2014:

- Naisten 1-sarja
- Karhulentis
- Aluesarja
- Aluesarja

- Lentopallokoulu
- Miehet

F-juniorien Karhuliiga  
Karhulentis

F-juniorien Karhuliiga  
Karhulentis

#### 4.1 Naiset 1-joukkue

##### Kevät 2014:

Naisten joukkue järjesti loppiaisena 2014 viiden joukkueen turnauksen Porin Tekniikkaopistolla. Iskun voitti turnauksen. Pelattiin neljä peliä seuraavasti:

Kolsku – KaLe	2-0 (25-21, 25-19)
KaUra-Kolsku	1-1 (12-25, 27-25)
Tulsku-Kolsku	0-2 (9-25, 20-25)
Kolsku-KaUra	2-0 (25-18, 26-24)

Iskun 1-joukkue voitti oman lohkonsa runkosarjan ja pääsi pelaamaan ylempää jatkosarjaa karsien 1-sarjapaikasta. Kevätkaudella pelit näyttivät lupaavilta, kuitenkin Isku koki loukkaantumissuman. Isku joutui rekisteröimään lyhyen ajan sisällä viisi uutta pelaajaa. Nurmon Jymy II pudotti Iskun nousukarsinnoissa ja Iskun tie katkesi nousukarsinnoissa. Kevään aikana joukkue harjoitteli 39 kertaa.

Iskun naisten edustusjoukkue keväällä 2014.



Takarivissä vasemmalta: Taito Tommila (valmentaja), Eerika Mäkitalo, Olga Kuznetsova, Heidi Horelli, Linda Tuomi, Jenni Väättäjä, Henna Paalosalo ja Katariina Valla.  
Eturivissä vasemmalta: Heli Viitanen, Silja Alantie, Anu Rantala, Liisa Vainio, Jenna Ylikoski. (kakkosjoukkueen Maria Huhtamaa) ja Johanna Rantanen. Kuvasta puuttuvat Julija Kondrachova ja Terhi Sevänen.

Kevään pelien tulokset:

##### Ylempi jatkosarja

12.1.2014	RaisU2-Kolsku	3-1	(18-25,25-13,25-21,25-19)
19.1.2014	Kolsku-Kura	3-0	(25-16,25-16,25,15)
30.1.2014	TeamNarvi-Isku	0-3	(19-25,22-25,15-25)
9.2.2014	Kolsku-RaisU2	3-1	(25-22,27-25,23-25,25-12)
29.2.2014	Ura-Kolsku	0-3	(17-25,18-25,24-26)
8.3.2014	Kolsku-Team Narvi	3-0	(25-10,25-12,25-12)
Sijoitus 1			

##### Puolivälierät

15.3.2014	Nurmon Jymy 2-Kolsku	3-1	(25-20,24-26,25-18,25-10)
-----------	----------------------	-----	---------------------------

23.3.2014 Kolsku-NJ2 0-3 (23-25,12-25, 21-25)

### **Naisten 1- joukkue syksy 2014:**

Kevään pelillisen onnistumisen vuoksi Isku päätti anoa lentopalloliitolta 1-sarjapaikkaa. Sarjapaikka myönnettiin Iskulle. Joukkueeseen saatiin mukaan myös pitkään linjan iskulainen Taru Lindberg. Lisäksi syksyn yhdessä pelissä oli mukana myös Heidi Nieminen. Joukkueen valmennusvastuuta Taito Tommilan, Heidi Horellin ja Anu Rantalan kesken. Syksyn harjoituksissa valmennusoppia iskulaiset saivat myös liigatason valmentajalta Jukka Koskiselta.

Syyskaudella harjoiteltiin 62 kertaa, pelattiin 2 harjoitusottelua Lapin Narvipalloa vastaan sekä osallistuttiin Suomen Cupiin. Suomen Cupin ottelussa Isku sai vastaan LP Vampulan. Vampula voitti pelin 3-0.

Syksyllä Iskun naisten 1-joukkue pelasi 1-sarjassa lohossa 1.

Syksyn runkosarjassa Isku keräsi 4 voittoa. Kuitenkin Isku antoi myös hyvän vastuksen lohkon kärkijoukkueille. Joulutauolla Iskun joukkueeseen liittyivät myös Nakkilan Patereiden Julia Kuusisto ja Jutta Viinamäki.

Keväällä Isku pelaa alemman jatkosarjan karsintapelejä yhdessä Alajärven Ankkureiden, Ylöjärven Ryhdin, Kuortaneen sekä Oulun Etan kanssa.

Harjoituspelit syksyllä 2014:

	Team Narvi- Kolsku	1-3	(25-13,19-25,21-25,20-25)
18.9.2014	Team Narvi- Kolsku	1,5-1,5	(16-25,25-21,18-18)

Suomen Cup – peli 2014:

22.9.2014	Kolsku-LP Vampula	0-3	(15-25,15-25,12-25)
-----------	-------------------	-----	---------------------

Iskun naisten edustusjoukkue syksyllä 2014



Takarivissä vasemmalta: Liisa Vainio, Olga Vuori, Terhi Sevänen, Erika Mäkitalo, Julija Kondrachova, Silja Alantie, Taito Tommila.







Eturivissä vasemmalta: Heli Viitanen, Anu Rantala, Linda Tuomi, Heidi Horelli.

Kuvasta puuttuvat Taru Lindberg.

## Naisten 1-sarja Lohko 1

Nro	Pv	Pvm	Koti	Vieras	Katsojia
114	La	27.09	Kolsku	Nice	1-3 (25-20 25-27 18-25 19-25)
119	Su	28.09	Kolsku	PuWo 1	0-3 (16-25 16-25 16-25)
123	La	04.10	Etta	Kolsku	1-3 (8-25 15-25 25-21 19-25)
132	Su	12.10	YlöR	Kolsku	2-3 (24-26 25-21 25-14 20-25 7-15)
143	Su	26.10	NJ 1	Kolsku	3-1 (25-6 25-10 28-30 25-22)
147	Su	02.11	Kolsku	AA	0-3 (28-30 11-25 23-25)
150	Su	09.11	Kolsku	Kuortane	1-3 (25-19 23-25 22-25 16-25)
152	La	15.11	Nice	Kolsku	3-0 (25-16 25-15 25-12)
157	Su	16.11	PuWo 1	Kolsku	3-2 (20-25 25-22 18-25 25-17 15-8)
160	Su	23.11	Kolsku	NJ 1	0-3 (18-25 13-25 14-25)
162	La	29.11	Kolsku	Etta	2-3 (18-25 20-25 25-14 25-22 12-15)
169	Su	30.11	AA	Kolsku	3-0 (25-20 25-20 25-14)
172	Pe	05.12	Kolsku	YlöR	3-0 (25-18 25-19 25-14)
174	Su	07.12	Kuortane	Kolsku	0-3 (22-25 26-28 16-25)

## Lohko 1

Joukkue	O	3	2	1	0	E	EP	P
 PuWo 1	14	10	3	0	1	39-14	1251-104	136
 NJ 1	14	9	2	1	2	36-15	1183-979	32
Nice	14	9	2	1	2	37-17	1256-1048	32
 AA	14	5	1	3	5	26-27	1132-1128	20
 Etta	14	4	1	2	7	21-30	1009-1105	16
Kuortane	14	2	3	2	7	22-35	1149-1265	14
 Kolsku	14	3	1	2	8	19-33	1040-1161	13
 YlöR	14	1	0	2	11	11-40	905-1198	5

## 4.2 Naiset 2- joukkue

### Kevät 2014:

Naisten 2-joukkue pelasi syksyllä Karhulentissarjaa. Joukkue koostui jäähdyttelijäpelaajista ja lisäksi B- ja C-tytöistä. Joukkue lähti pelaamaan karhulentis-sarjaa, jotta nuoremmat pelaajat saisivat hyvää harjoitusta ja kokemusta pelien suhteen ja myös ns. jäähdyttelijät pääsisivät pelaamaan.



Takarivistä vasemmalta: Katja Levo, Sanni Nokelainen, Stiina Kähtävä, Julia hannukainen, Eveliina Elo, lida Kulmala. Eturivissä vasemmalta: Maria Huhtamaa, Krista Heinänen, Katja Valverinne, Jenna Sottinen, Assi Suoniemi, Pa Le Wah. Kuvasta puuttuu: Sari Rajala

#	Joukkue	Ott.	2p	1p	0p	Erät	Eräpisteet	Pist.
1	PyMy	12	9	3	0	33 - 14	1068 - 858	21
2	NaWi	12	9	2	1	32 - 15	1052 - 914	20
3	LuLe	12	8	0	4	25 - 19	975 - 912	16
4	LaLe	12	3	1	8	15 - 30	886 - 987	7
5	Isku	12	1	0	11	7 - 34	681 - 991	2

### Naiset 2-joukkue syksy 2014:

Naisten 2-joukkue pelasi syksyllä Karhulentissisarjaa. Joukkue koostui pääasiassa B- ja C-tytöistä.



Takarivi vas. valmentaja Markku Grönberg, Jemina Grönberg, Stiina Kähtävä, Eeva Kortesoja, Karla Uusitalo, Vera Kurkinen. Eturivi vas. Eveliina Elo, lida Kulmala, Mikaela Lindberg, Adalmina Rosendahl.

<b>I KIERROS 6.10 - 2.11.2014</b>						
Koti	-	Vieras	Peli aika ja -paikka		tulos	erä pisteet
<b>6 - 12.10.2014 vko 41</b>						
Isku	-	NaWi	8.10	ke klo.20.00	Isosannan ala-aste	0 - 3 15-25, 17-25, 13-25
LuLe	-	LaLe	9.10	to klo.20.00	Luvian kirkonkylänkoulu	3 - 1 25-23, 25-20, 17-25, 25-17
<b>13 - 19.10.2014 vko 42</b>						
NaWi	-	LaLe	13.10	ma klo.19.00	Nakkilan Liikuntahalli	0 - 3 23-25, 22-25, 20-25
LuLe	-	Isku	16.10	to klo.20.00	Luvian kirkonkylänkoulu	3 - 0 25-3, 25-5, 25-7
<b>27.10 - 2.11.2014 vko 44</b>						
NaWi	-	LuLe	27.10	ma klo.19.00	Nakkilan Liikuntahalli	2 - 3 19-25, 25-23, 19-25, 25-23, 8-15
LaLe	-	Isku	30.10	to klo.20.30	Lapin Palloiluhalli	3 - 0 25-7, 25-5, 25-9
<b>II KIERROS 10 - 30.11.2014</b>						
Koti	-	Vieras	Peli aika ja -paikka		tulos	erä pisteet
<b>10 - 16.11.2014 vko 46</b>						
NaWi	-	Isku	10.11	ma klo.19.00	Nakkilan Liikuntahalli	3 - 0 25-18, 25-13, 25-18
LaLe	-	LuLe	13.11	to klo.20.30	Lapin Palloiluhalli	3 - 0 25-15, 25-16, 25-23
<b>17 - 23.11.2014 vko 47</b>						
Isku	-	LuLe	19.11	ke klo.20.00	Isosannan ala-aste	0 - 3 23-25, 12-25, 13-25
LaLe	-	NaWi	20.11	to klo.20.30	Lapin Palloiluhalli	1 - 3 20-25, 13-25, 25-22, 11-25
<b>24 - 30.11.2014 vko 48</b>						
Isku	-	LaLe	26.11	ke klo.20.00	Isosannan ala-aste	0 - 3 17-25, 15-25, 18-25
LuLe	-	NaWi	27.11	to klo.20.00	Luvian kirkonkylänkoulu	1 - 3 16-25, 21-25, 25-16, 22-25

#### 4.3 B-tytöt kevät

##### **B-tytöt kevät 2014:**

Valmennuksesta vastasi Markku Grönberg apunaan Urho Jalava. Joukkue pelasi B-tyttöjen Lounais-Suomen aluesarjaa. Joukkueessa pelasi myöskin useita C-ikäisiä, jotta saatiin joukkue täysilukuiseksi. Kevään aikana joukkueelle kirjattiin 33 harjoituskertaa ja joukkueella oli 3 turnausta, joista yksi järjestettiin Iskun toimesta Porissa.

Joukkueessa pelasivat:

Jemina Grönberg, Ida Kulmala, Jenna Sottinen, Eeva Kortesoja, Vera Kurkinen, Stina Kähtävä, Adalmiina Rosendahl, Magda Michalik, Margaret Aamodt, Mikaela Lindberg sekä Etti Välimaa  
Valmentajat: Markku Grönberg sekä Urho Jalava.



## B-tytöt keväällä 2014



Takaa vas. Adalmina Rosendahl, Emilia Jokela, Pa Le Wah, Stiina Kähtävä, Mikaela Lindberg, Karla Uusitalo, Margaret Aamondt. Edessä vas. Eeva Kortesoja, Jemina Grönberg, Jenna Sottinen, Magdalena Michalik ja Iida Kulmala.

### **B-tytöt tsemppisarja Power Cup Raahen turnauksessa 5–8.6.14 tulokset:**

Isku – AK 0-2 (13-25, 7-25), Ploki – Isku 2-1 (23-25, 25-17, 15-13)  
Joen Juju – Isku 2-1 (23-25, 25-13, 15-13), Isku – WoVo 0–2 (16-25, 16,25)  
Arsi – Isku 2-0 (25-22, 25-17), Joen Juju – Isku 2-1 (23-25, 25-13, 15-13)  
Isku – Espoo 0-2 (17-25, 11-25), Raahen Power – Isku 2-0 (26-24, 25-17)  
Isku – SoJy 2-0 (25-21, 25-16), Dynamo - Isku 2-0 (26-24, 25-9)  
PaiY – Isku 1-2 (25-20, 17-25, 15-17), Raahen Power – Isku 2-0 (25-20, 27-25)  
Iskun päätyi sijalle 30 tässä 35 joukkueen turnauksessa.

## 4.5 D-tytöt

### **Syksy 2014**

Syksyllä muodostettiin kaksi D-tyttöjen joukkuetta. Joukkueet harjoittelivat yhdessä ja opettelimme uuden tavan pelata eli koppiavusteiset passit eivät enää sallittuja ja kentällä neljä pelaajaa kolmen sijaan.

Tavoitteeksi asetettiin että mahdollisimman moni tyttö jatkaa pelaamista ja laji saa harrastajia, kilpailulliset tavoitteet asetetaan vasta myöhemmin. Harjoituksista ja peleistä yritettiin saada mukavia ja innostavia, mutta silti taitoja eteenpäin vieviä. Pelaajien tasoeroista huolimatta kaikilla oli mahdollisuus osallistua peleihin ja harjoituksiin. Joukkueet jaettiin mahdollisimman tasaisiksi, jotta onnistumisia saavutettaisiin peleissä. Valmentajat ja joukkueenjohtajat olivat samat kuin keväällä. Pelit pelattiin turnauksina ja molemmat joukkueet pelasivat samoissa turnauksissa.

#### Joukkueet:

Koiviston Isku / Ruusut joukkueessa pelasivat: Kristiina Erkkilä, Henriikka Jokela, Ellen Hakakoski, Aino Iisakkala, Janette Pirinen, Tinka Valle ja Laura Lammi. Valmentajana Erkki Roiha.

Koiviston Isku / Orvokit joukkueessa pelasivat: Erika Kannisto, Maija Järnfors, Selina Renfors, Selina Grönberg, Hannele Harjuntausta, Lottaliina Akola. Valmentajan Minna Järnfors.

## D-tytöt syksyllä 2014







Ylärivi vas. oikealle: Aino Iisakkala, Ellen Hakakoski, Kristiina Erkkilä, Erika Kannisto, Tinka Valle, Janette Pirinen ja Maija Järnfors.

Alarivi vas. oikealle Selina Renfors, Anni Halmela, Henriika Jokela, Venla Hakakoski, Selina Grönberg, Hannele Harjuntausta ja Lottaliina Akola.

Kuvasta puuttuvat Laura Lammi ja Veera Elonen.

Valmentajat Erkki Roiha ja Minna Järnfors.

D-tytöt tiikerisarja

	Joukkue	O	V	H	E	EP	P
<b>EuRa</b>	<a href="#">EuRa Hakkurit</a>	12	12	0	24-0	600-247	24
	<a href="#">VU</a>	12	9	3	18-9	575-479	18
	<a href="#">VaLePa Legacy 2</a>	12	7	5	16-11	545-481	14
<b>EuRa</b>	<a href="#">EuRa Passarit</a>	12	7	5	16-13	584-513	14
	<a href="#">LP Kangasala 2</a>	12	5	7	14-15	542-563	10
	<a href="#">KoIsku Ruusut</a>	12	2	10	4-20	348-556	4
	<a href="#">KoIsku Orvokit</a>	12	0	12	0-24	245-600	0

Nro	Pv	Pvm	Klo	Kenttä	Koti	Vieras	Tulos	Katsojia
<a href="#">1171</a>	La	11.10	--:--	Vampula	<a href="#">KoIsku Orvokit</a>	<a href="#">KoIsku Ruusut</a>	0-2 (14-25 20-25)	
<a href="#">1174</a>	La	11.10	--:--		<a href="#">EuRa Passarit</a>	<a href="#">KoIsku Orvokit</a>	2-0 (25-9 25-9)	
<a href="#">1175</a>	La	11.10	--:--		<a href="#">KoIsku Ruusut</a>	<a href="#">VaLePa Legacy 2</a>	0-2 (11-25 8-25)	
<a href="#">1176</a>	La	11.10	--:--		<a href="#">EuRa Hakkurit</a>	<a href="#">KoIsku Orvokit</a>	2-0 (25-10 25-3)	
<a href="#">1177</a>	La	11.10	--:--		<a href="#">EuRa Passarit</a>	<a href="#">KoIsku Ruusut</a>	2-0 (25-17 25-17)	
<a href="#">1179</a>	La	11.10	--:--		<a href="#">KoIsku Orvokit</a>	<a href="#">VaLePa Legacy 2</a>	0-2 (5-25 14-25)	
<a href="#">1180</a>	La	11.10	--:--		<a href="#">KoIsku Ruusut</a>	<a href="#">VU</a>	0-2 (11-25 11-25)	
<a href="#">1182</a>	La	01.11	--:--	Eura	<a href="#">EuRa Hakkurit</a>	<a href="#">KoIsku Ruusut</a>	2-0 (25-5 25-3)	
<a href="#">1183</a>	La	01.11	--:--		<a href="#">KoIsku Orvokit</a>	<a href="#">VU</a>	0-2 (14-25 8-25)	
<a href="#">1186</a>	La	01.11	--:--		<a href="#">KoIsku Ruusut</a>	<a href="#">LP Kangasala 2</a>	0-2 (11-25 19-25)	
1190	La	01.11			LP Kang	KoIsku Orvokit	2-0 (25-20, 25-8)	
<a href="#">1192</a>	La	22.11	--:--	Pori	<a href="#">KoIsku Orvokit</a>	<a href="#">KoIsku Ruusut</a>	0-2 (15-25 7-25)	
<a href="#">1195</a>	La	22.11	--:--		<a href="#">EuRa Passarit</a>	<a href="#">KoIsku Orvokit</a>	2-0 (25-2 25-9)	
<a href="#">1196</a>	La	22.11	--:--		<a href="#">KoIsku Ruusut</a>	<a href="#">VaLePa Legacy 2</a>	0-2 (13-25 20-25)	
<a href="#">1197</a>	La	22.11	--:--		<a href="#">EuRa Hakkurit</a>	<a href="#">KoIsku Orvokit</a>	2-0 (25-5 25-3)	
<a href="#">1198</a>	La	22.11	--:--		<a href="#">EuRa Passarit</a>	<a href="#">KoIsku Ruusut</a>	2-0 (25-20 25-17)	
<a href="#">1200</a>	La	22.11	--:--		<a href="#">KoIsku Orvokit</a>	<a href="#">VaLePa Legacy 2</a>	0-2 (4-25 15-25)	
<a href="#">1201</a>	La	22.11	--:--		<a href="#">KoIsku Ruusut</a>	<a href="#">VU</a>	0-2 (6-25 11-25)	
<a href="#">1203</a>	La	13.12	--:--	Kangasala	<a href="#">EuRa Hakkurit</a>	<a href="#">KoIsku Ruusut</a>	2-0 (25-7 25-7)	
<a href="#">1204</a>	La	13.12	--:--		<a href="#">KoIsku</a>	<a href="#">VU</a>	0-2	

				<a href="#">Orvokit</a>		(14-25 8-25)
<a href="#">1206</a>	La	13.12	--:--	<a href="#">EuRa</a> <a href="#">Passarit</a>	<a href="#">VaLePa</a> <a href="#">Legacy 2</a>	2-1 (17-25 25-18 15-8)
<a href="#">1207</a>	La	13.12	--:--	<a href="#">KoIsku</a> <a href="#">Ruusut</a>	<a href="#">LP Kangasala</a> <a href="#">2</a>	0-2 (14-25 20-25)
<a href="#">1211</a>	La	13.12	--:--	<a href="#">LP</a> <a href="#">Kangasala</a> <a href="#">2</a>	<a href="#">KoIsku</a> <a href="#">Orvokit</a>	2-0 (25-12 25-17)

Syyskausi päätettiin seuran toimitilalla pikkujoulujuhlissa, jonne pukki oli tuonut joukkueille lahjaksi omat juomatelineet ja juomapullot jokaiselle pelaajalle. Harjoitteluaktiivisuus ja pelaajien kehittyminen on ollut hyvin yksilöllistä ja vaihtelevaa, mutta kokonaisuudessa taidollisesti olemme menneet eteenpäin ja liikunnan riemu on säilynyt harjoituksissa.

#### 4.4 E-tytöt

##### **Kevät 2014:**

E-tytöt harjoittelivat kevätkauden Herralahden koululla, Isosannan koululla ja Söörmarkun koululla maaliskuuhun Herralahden mentyä kiinni. Harjoituksissa kävi säännöllisesti väkeä ja valmentajat vuorottelivat harjoitusten ohjaamisessa.

Valmentajat osallistuivat lentopalloliiton kouluttajan Hanna Kanasuon järjestämään tekniikkakoulutukseen 13.3.2014 klo 18-21, missä käytiin läpi junnulentopallon perusasiat ja niiden opettaminen.

Joukkueessa pelasivat syksyllä: Selina Grönberg, Anni Halmela, Erika Kannisto, Kristiina Erkkilä, Henriikka Jokela, Venla Hakakoski, Hertta Mielonen, Aino Iisakkala, Janette Pirinen, Maija Järnfors, Ellen Hakakoski, Tinka Valle ja Selina Renfors. Maija ja Venla vuorottelivat peleissä, koska olivat yli-ikäisiä ja vain yksi yli-ikäinen sai olla pelissä mukana. Valmentajina toimivat Erkki Roiha ja Minna Järnfors, joukkueenjohtajana Anu Hakakoski.

Pelit pelattiin turnauksina, joita oli yhteensä viisi, kaksi kotona ja kolme vieraisissa. Kotiturnauksissa vanhemmat pitivät buffettia ja siitä saatiin joukkueelle rahaa hankintoihin esim. pelihousuihin. Joukkue sijoittui sijalle 29 ja joukkueita oli sarjassa 35. Kauden päätökseksi 23.4 pelattiin vanhemmat vastaan lapset "turnaus" ja sitten lähdettiin kesätauolle.

## E-tytöt keväällä 2014



Vasemmalta Janette Pirinen, Erika Kannisto, Hertta Mielonen, Kristiina Erkkilä, Henrika Jokela, valm. Erkki Roiha, Venla Hakakoski, Aino Iisakkala, Ellen Hakakoski, Tinka Valle, Selina Renfors, Maija Järnfors.

### ET Tiikerisarjan sijoitukset kaudella 2013-2014

Sija	Seura	Joukkueen nimi
1	ETT Virtain Veikot	Virtain Veikot Ett
2	ETT Team Tawast-Volley	TT-Volley Ett
3	ETT Humpvila Yri	HYri Ett
4	ETT Someron Pallo lentopallo	Takut Ett
5	ETT Loimaan Jankko	Vuokot Ett
6	ETT Rikalavolley	RV Superstars Ett
7	ETT Someron Pallo lentopallo ry	Tikut Ett
8	ETT Koijärven Kunto 1	KoiKu 1 Ett
9	ETT Piikkiön Kehitys Ry	PIKE Ett
10	ETT Lempäälän Kisa	LeKi Ett
11	ETT FC-57 ry	Typyt Ett
12	ETT Lapin Narvi-Pallo ry	Leopardit Ett
13	ETT Oriveden Ponnistus	Gepardit Ett
14	ETT A-Volley	A-Volley Ett
15	ETT Oriveden Ponnistus	Leopardit Ett
16	ETT Vammalan Lentopallo ry	VaLePa STI Racing 2 Ett

17	ETT Maskun Kataja	Sudet Ett
18	ETT Littoisten Työväen Urheilijat 1	LTU 1 Ett
19	ETT Ylöjärven Ryhti	Ryhti Skidit Ett
20	ETT Someron Pallo lentopallo	SOPA-Peipit Ett
21	ETT Vampulan Urheilijat	VU Briljantit Ett
22	ETT Vammalan Lentopallo ry	VaLePa STI Racing 1 Ett
23	ETT FC-57 ry	FC-57 Tipit Ett
24	ETT Paimion Yritys	Nopsat Ett
25	ETT Rikalavolley	RV Karkit Ett
26	ETT Paimion Yritys	Super Ett
27	ETT Salon Viesti	Salon Viesti Ett
28	ETT Loimaan Jankko	Kielot Ett
29	ETT Koiviston Isku	Koiviston Isku Ett
30	ETT Someron Pallo lentopallo	SOPA-Jujut Ett
31	ETT Ylöjärven Ryhti	Ryhti Minit Ett
32	ETT Salon Viesti	Salon Viesti 1 Ett
33	ETT Perniön Sisu	Perniön Sisu Ett
34	ETT Vilppulan Tähti	Vilppulan Tähti Ett
35	ETT LP -Kangasala	LP-1 Ett

1

Kesällä E-tytöt osallistuivat Power Cup turnaukseen 5-8.6 Raahessa. Pelaajina Anni Halmela, Selina Grönberg, Erika Kannisto, Tinka Valle ja Kristiina Erkkilä. Valmentajana Erkki Roiha.

#### **E- tytöt tsemppisarja Raahen Power Cup turnauksessa 5 - 8.6-14 tulokset:**

KauWi – Isku 2-0 (25-18, 25-12), Isku – Orpo Leopardit 0-2 (14-25, 14-25)  
Isku – Sibbo mansikat 2-0 (25-19, 25-7 ), KLP – Isku 2-0 (25-17, 25-20)  
JyLe – Isku 1-2 (25-19, 12-25, 5-15), Isku – Kausala 2-0 (25-13, 25-12)  
Isku – TäWo 2-1 (25-17, 15-25, 15-12), Isku – VaLePa 2-1 (21-25, 25-22,3-15)  
Osva - Isku 1-2 (25-20,12-25, 3-15)  
Tähän sarjaan osallistui 75 joukkuetta, Iskun sijoitus 49:s

#### **Syksy 2014:**

Kevätkaudella pelanneiden E-tyttöjen kasvettua D-ikäisiksi he siirtyivät pelaamaan Iskun D-tyttöjoukkueeseen. Syksyllä muodostettiin pelikaudelle 2014-2015 Iskun uusi E-tyttöjen joukkue pelaajista jotka vielä kevätkaudella harjoittelivat lentopallokouluissa.

Harjoituspaikkana on ollut Isosannan koulu jonne harjoituksiin on kokoontunut kahdesti viikossa. Harjoituskertoja syyskaudella kertyi 29 kappaletta.

Joukkue pelasi Lounais-Suomen alueen E-tyttöjen tiikeri sarjassa. Ottelut pelattiin turnauksina Säskylässä, Porissa Iskun järjestämänä, Oripäessä ja Eurassa. Viidestätoista turnauksissa pelatuista otteluista voitettiin 7-ottelua ja hävitettiin 8. Kuuden joukkueen alkulohkossa saavutettiin kolmas sija.

Tyttöjen vanhemmat ovat suorittaneet kaikki tyttöjen turnausmatkojen kuljetukset.

Joukkueessa ovat pelanneet: Sanni Pakkanen, Katrin Pihlavisto, Erika Mansikka, Jenni Fast, Kaisla Laaksonen, Julia Riihimäki ja Helmi Heikkilä. Joukkuetta on valmentanut Urho Jalava.

## E-tytöt Syksyllä 2014



Takanarivi vas. Erika Mansikka, Julia Riihimäki, Jenni Fast, Helmi Heikkilä  
Eturivissä vas. Sanni Pakkanen, Katrin Pihlavisto ja Kaisla Laaksonen.

### E-tytöt tiikerisarja/3



[Näytä tuomarit](#)

Joukkue	O	V	H	E	EP	P	
EuRa Jellonat	15	14	1	28-2	737-355	28	●●●●
NarPa	15	13	2	26-5	740-436	26	●●●●●
Kolsku	15	7	8	15-20	611-711	14	●●●●●
EuRa Lissut	15	6	9	13-21	555-718	12	●●●●●
OU E-tytöt	15	4	11	11-24	565-750	8	●●●●●
SU	15	1	14	7-28	551-789	2	●●●●●

1764	La	04.10	--:--		Kolsku	NarPa	0-2 (3-25 6-25) 2-1
1766	La	04.10	--:--		EuRa Lissut	Kolsku	(25-16 20-25 15-12) 2-0
1769	La	04.10	--:--		EuRa Jellonat	Kolsku	(25-7 25-6) 0-2
1774	La	25.10	--:--	Koiviston Isku	Kolsku	OU E-tytöt	(19-25 16-25) 0-2
1779	La	25.10	--:--		Kolsku	NarPa	(7-25 15-25) 0-2
1781	La	25.10	--:--		EuRa Lissut	Kolsku	(21-25 20-25) 2-0
1784	La	25.10	--:--		EuRa Jellonat	Kolsku	(25-13 25-7) 1-2
1777	La	08.11	--:--	Oripään Urheilijat	SU	Kolsku	(19-25 25-23 12-15) 2-0
1789	La	08.11	--:--		Kolsku	OU E-tytöt	(25-10 25-16) 0-2
1792	La	08.11	--:--		SU	Kolsku	(24-26 16-25) 0-2
1794	La	08.11	--:--		Kolsku	NarPa	(8-25 15-25) 1-2
1796	La	06.12	--:--	Euran Raiku	EuRa Lissut	Kolsku	(25-23 14-25 2-15) 2-0
1799	La	06.12	--:--		EuRa Jellonat	Kolsku	(25-21 25-13) 2-1
1804	La	06.12	--:--		Kolsku	OU E-tytöt	(21-25 25-14 15-4) 1-2
1807	La	06.12	--:--		SU	Kolsku	(20-25 26-24 8-15)

#### 4.6 Lentopallokoulut

Iskun ja Pori Lentiksen yhteisissä lentopallokouluissa on annettu lentopallo-oppia 7-10 v. tytöille ja pojille. Lentiskoulujen organisaattorina on toiminut Juha Silvanto. Lentiskoululaisille järjestettiin F-junnuturnauksia pelikokemuksen kartuttamiseksi ja hankittujen taitojen mittaamiseksi.

Alla lentiskoulujen luettelo jossa ylinä Ryhmän nimi ja toiminta-aika, alla harjoituskertojen lukumäärä, keskimääräinen osanottajien määrä harjoituksessa, toimintakertoja yhteensä, toimintapaikka ja ohjaajat.

Länsi-Pori 1.1. - 31.10.

21

4,3

90

Vähärauman koulu, Eeva Kortesoja, Petteri Tuura

Pohjois-Pori 1.1. - 31.12.

27

5,3

143

Isosannan koulu Jyri Sallinen, Julia Pihlavisto

Itä-Pori 1.2. - 30.4.

8 -

4,3 -

36 -

Väinölän koulu - Teemu Elomaa

Itä-Pori 1.1. - 15.3.

8



3.5  
28  
Herralahden koulu Julia Pihlavisto

Noormarkku 1.3. - 30.4  
7  
12,1  
85  
Kankaan koulu - Juha Silvanto

Noormarkku 1.9. - 15.10.  
6  
4  
24  
Kankaan/Söörmarkun koulu Juha Silvanto

"F-junnut" 1.9-31.12.  
12  
5,4  
65  
SAMK Tiilimäki Marjo Keckman, Marika Leppäniemi

Lentiskoulujen väliset Karhuliiga turnaukset:  
20.9.2014 Porin Urheilutalo  
2.11.2014 Isosannan koululla  
13.12.2014 Nakkilan liikuntahallilla.



Vähärauman koulun lentopallokoululaisia, ohjaajina Eeva Kortesoja ja Petteri Tuura

#### 4.7 Miehet

##### **Kevät 2014:**

Miehet harjoittelivat keväällä 2014 kahdesti viikossa Sampolan koululla., jossa myös joukkueen kotiottelut pelattiin. Harjoituskertoja kertyi kevätkaudella yhteensä 36 kertaa. Miesten joukkue pelasi paikallista Karhulentis-sarjaa. Kevätkierroksen päättyessä joukkue saavutti tosien sijan tässä kuuden joukkueen sarjassa. Joukkueen vetäjänä on toiminut ansiokkaasti Jorma Ukkonen.

Joukkueessa ovat pelanneet: Markku Grönberg, Juha Elomaa, Teemu Elomaa, Jarno Jänttilä, Mikael Jansson, Harri Lehti, Kauko Ruokolainen, Tero Louhelainen, Juha Silvanto,

Jalle Aaltonen, Veikko Mäkelä ja Julia Kondrachova joka pelasi miesjoukkueemme vahvistuksena ja piristykseenä.

Kevätkauden ottelutulokset puuttuu, ei näytä enää löytyvän Karhilentiksen sivuilta.

Kevään 2014 lopullinen sarjataulukko:

#	Joukkue	Ott.	2p	1p	0p	Erät	Eräpisteet	Pist.
1	Lukot	10	8	0	2	25 - 13	848 - 699	16
2	Isku	10	7	1	2	25 - 14	884 - 788	15
3	NoNo	10	4	4	2	21 - 23	887 - 898	12
4	Paterit	10	4	3	3	20 - 21	891 - 873	11
5	KullU	10	5	0	5	17 - 20	796 - 685	10
6	MeLu	10	2	1	7	10 - 27	500 - 863	5

### **Syksy 2014:**

Miesten joukkue jatkoi harjoituksiaan syyskaudella kahdesti viikossa Sampolan koululla. Edelliskausien mukaan ilmoitauduttiin pelaamaan paikalliseen Karhulentis sarjaan.

Syyskaudella joukkue pääsi hyvään pelivireeseen ja on käymistään kuudesta ottelusta hävinnyt vain kaksi ottelua naapuriseura Pori Lentiksen Lukoille. Sarjataulukossa joukkue on toisella sijalla toimintakertomusvuoden lopussa.

Harjoituskertoja kirjattiin syyskaudella 32 kpl. Karhulentisotteluissa kamppailtiin voitosta kuudessa ottelussa.

Miehet osallistuivat Lentiksen järjestämään turnaukseen 14 – 15.9. Porissa.

Joukkuetta on luotsannut Jorma Ukkonen.

Miesten joukkue syksyllä 2014



Takana vasemmalta: Tero Louhelainen, Markku Grönberg, Kauko Ruokolainen, Julija Kondrachova, Jarno Jänttilä. Edessä vasemmalta: Juha Elomaa, Mikael Jansson, Juha Toivonen, Harri Lehti

**I KIERROS 6.10 - 2.11.2014**

Koti	-	Vieras	Pelipaikka ja -paikka	tulos	eräpisteet
<b>6 - 12.10.2014 vko 41</b>					
Paterit	-	KullU	ma 6.10 klo 19.00 Nakkilan Liikuntahalli	1 - 3	21-25, 25-20, 18-25, 17-25
Lukot	-	Isku	to 9.10 klo 20.00 Isosannan ala-aste	3 - 0	25-22, 25-21, 25-12
<b>13 - 19.10.2014 vko 42</b>					
Lukot	-	Paterit	to 27.11 klo 20.00 Isosannan ala-aste	3 - 1	15-25, 25-15, 25-15, 25-21
Isku	-	KullU	ti 2.12 klo 19.30 Itä-Porin yhtenäiskoulu	3 - 1	25-17, 23-25, 25-19, 25-13
<b>27.10 - 2.11.2014 vko 44</b>					
KullU	-	Lukot	ti 9.12 klo 18.00 Koskin koulu	1 - 3	26-24, 14-25, 11-25, 23-25
Isku	-	Paterit	pe 31.10 klo 19.30 Itä-Porin yhtenäiskoulu	3 - 2	22-25, 19-25, 25-22, 25-15, 15-13

**II KIERROS 3 - 23.11.2014**

Koti	-	Vieras	Pelipaikka ja -paikka	tulos	eräpisteet
<b>3 - 9.11.2014 vko 45</b>					
Paterit	-	KullU	ti 11.11 klo 18.00 Viikkalan koulu	3 - 0	25-14, 25-14, 25-16
Isku	-	Lukot	pe 7.11 klo 19.30 Itä-Porin yhtenäiskoulu	2 - 3	25-18, 26-28, 27-29, 25-14, 13-15
<b>10 - 16.11.2014 vko 46</b>					
Lukot	-	Paterit	to 13.11 klo 20.00 Isosannan ala-aste	3 - 1	25-18, 25-13, 19-25, 25-17
KullU	-	Isku	pe 14.11 klo 19.00 Koskin koulu	1 - 3	12-25, 21-25, 25-18, 19-25
<b>17 - 23.11.2014 vko 47</b>					
Paterit	-	Isku	ma 17.11 klo 19.00 Nakkilan Liikuntahalli	1 - 3	21-25, 15-25, 25-10, 21-25
Lukot	-	KullU	to 20.11 klo 20.00 Isosannan ala-aste	3 - 1	25-23, 25-13, 22-25, 25-9

**5. Valmennus- ja tuomaritoiminta**Valmentajat:

## Kevät 2014:

- |                    |  |
|--------------------|--|
| ▪ Naiset 1-joukkue | Taito Tommila                                    |
| ▪ Naiset 2-joukkue | Eveliina Elo, otteluvalmentajana Taito Tommila   |
| ▪ B-tytöt          | Markku Grönberg                                  |
| ▪ C-tytöt          | Markku Grönberg                                  |
| ▪ E-tytöt          | Erkki Roiha, Minna Järnfors                      |
| ▪ Lentopallokoulu  | Julia Pihlavisto, Jenna Sottinen, Eeva Kortesoja |
| ▪ Miehet           | Jorma Ukkonen                                    |

## Syksy 2014:

- |                    |  |
|--------------------|--|
| ▪ Naiset 1-joukkue | Taito Tommila, Heidi Horelli, Anu Rantala        |
| ▪ Naiset 2-joukkue | Markku Grönberg                                  |
| ▪ D-tytöt          | Erkki Roiha, Minna Järnfors                      |
| ▪ E-tytöt          | Urho Jalava                                      |
| ▪ Lentopallokoulu  | Julia Pihlavisto, Jenna Sottinen, Eeva Kortesoja |
| ▪ Miehet           | Jorma Ukkonen                                    |

Joukkueiden harjoittelusalit:

- |                      |   |
|----------------------|---|
| • Porin Urheilutalo  | 1-joukkue   |
| • Isosannan ala-aste | 1-joukkue, naisten 2-joukkue, B- ja E-tytöt, Lent.koulu |
| • Herralahden koulu  | E-tytöt, Lentopallokoulu                                |

- |                           |                 |
|---------------------------|-----------------|
| • Itä-Porin yhtenäiskoulu | Miehet          |
| • Vähärauman koulu        | Lentopallokoulu |
| • Söörmarkun koulu        | E-tytöt         |
| • Kankaan koulu           | Lentopallokoulu |
| • Väinölän koulu          | Lentopallokoulu |

Naisten edustusjoukkueen kotiotteluiden toimitsijat:

- |                     |  |
|---------------------|--|
| • Kirjurit          | Terhi Heikkilä, Leena Lehto ja Minna Järnfors                |
| • Kuulutus          | Urho Jalava, Lauri Turtola                                   |
| • Arpamyyni         | Sinikka Tommila, Mäkitalo, Päivi Sevänen                     |
| • Pallotytöt        | B-C- ja E-tytöt  |
| • Salijärjestelijät | Jorma Ukkonen, Keijo Ukkonen, Kauko Ruokolainen, Harri Lehti |

Erotuomarit Karhulentis ja nuortenjoukkueiden otteluissa:

- Urho Jalava
- Taito Tommila
- Kauko Ruokolainen
- Markku Grönberg
- Julia Pihlavisto
- Eveliina Elo
- Heidi Horelli
- Olga Vuori
- Heli Viitanen

Salijärjestelijät:

- Jorma Ukkonen
- Keijo Ukkonen
- Kauko Ruokolainen
- Harri Lehti

Lentopallojaoston kotisivujen päivityksestä on vastannut Taru Lindberg.

## 6. Talous

Suurimmat tulot jaoston kassaan toivat käsiohjelman ja peliasumainosten ilmoitus- ja mainostulot, yhteensä noin 11 320 euroa. Kilpailujen järjestelytuottoja, eli pääosin naisten 1-joukkueen kotiotteluiden pääsylipputulot ja arpojen myynnistä saatuja tuloja, kertyi kassaan noin 2920 euroa. Harrastajilta kerättyjä kausimaksuja, joihin sisältyi seuran 10 euron suuruinen jäsenmaksu, kertyi 3285 euroa. Pääseuran tuki jaostolle oli 6000 euroa.

Toimintakertomusvuoden suurimman kuluerän muodostivat noin 6582 euron matkakulut. Matkakulut muodostuivat pääosin naisten edustusjoukkueen pelimatkoista, jotka olivat ennakoitua pidempiä joukkueen pelatessa syyskaudella naisten 1-sarjan pohjoislohkossa. Seuraavaksi suurimmat menot koostuivat noin 5843 euron pelaajalisenssikuluista sekä noin 5572 euron liikuntapaikkavuokrista.

Lentopallojaoston vuoden 2014 tilinpäätös muodostui 4868,97 euroa alijäämäiseksi. Tämä johtui pääosin naisten edustusjoukkueen 1-sarjapaikasta aiheutuneista lisäkuluista (sarjamaksu, kaksinkertaiset lisenssikulut 2-sarjaan nähden, pitkien pelimatkojen kulut,

tuomarikulut), edustusjoukkueen kevään pelaajaloukkaantumisien aiheuttamista kuluista (lisäpelaajien lisenssit) sekä hieman ennakoitua pienemmistä käsiohjelmatuotoista.

Maaliskuussa 2015

KOIVISTON ISKU  
Lentopallojaosto

# Pyöräilyjaoston toimintakertomus 2014

## Kilpailumenestys

Vuosi 2014 oli Koiviston Iskun historiassa pyöräilyn toiseksi menestyksekkäin kausi vuoden 2012 huippumenestyksen jälkeen. Iskun pyöräilijät voittivat yhteensä neljätoista SM- ja ISM –mitalia (vuonna 2012 13 SM-mitalia ja 6 ISM-mitalia ja 2013 7 SM-mitalia ja 6 ISM-mitalia).

Kauden paras pyöräilijä, toisena vuonna peräkkäin, oli **Matti Manninen**, joka voitti kultaa U23-sarjan aika-ajossa ja edusti maamme MM- ja EM-kilpailuissa, joissa maantieajon yhteislähtökilpailussa hän oli hienosti viides U23-luokassa. Kotimaassa SM-kilpailuhjen lisäksi matti ajoi vain Porvoon ajot, jotka hän voitti. Lisäksi Matti voitti useita kilpailuja Ruotsissa ja Keski-Euroopassa Team Bliz-Meridan paidassa. Matti asui talven Ruotsin Skarassa ja kesällä team asui viikkokausia Belgiassa kilpailumatkoilla.

Jarkko Niemi, vuoden 2012 Suomen maantiemestari, jatkoi hyviä esityksiä myös vuonna 2014. Jarkko sai SM-kultaa radalla Linja-ajossa ja SM-hopeaa pisteajossa sekä M-30 ISM-kultaa 3km takaa-ajossa ja maantiellä M-30 ISM-hopeaa maantieajossa ja ISM-pronssia aika-ajossa. Paritempossa hän sai SM-hopeaa Tommi Martikaisen kansa ja joukkueaika-ajossa SM-kultaa ja 4km joukkuetakaa-ajossa SM-hopeaa.

Tommi Martikainen voitti joukkueaika-ajon SM-kultaa ja ajoi SM-hopeaa paritempossa Jarkko Niemen kanssa ja M30 ISM-hopea aika-ajossa. Tommi toimi myös Chebici-Isku teamin joukkueenjohtajana sekä valmensi useita teamin ajajia. Lisäksi Tommi toimi parapyöräilijä Jarmo Ollankedon pilottina maailman Cupin osakilpailuissa ja he osallituivat myös Parapyöräilyn MM-kilpailuihin USA:ssa, mutta joutuivat keskeyttämään aika-ajokilpailussa Jarmon saamien rytmihäiriöiden vuoksi. Lisäksi Tommi ajoi kauden aikana useita triathlonkilpailuja hyvällä menestyksellä.

Santtu Pasanen ajoi aika-ajon SM-kulta joukkueessa ja voitti myös radalla 3km takaa-ajossa ISM-kultaa ja M-40 aika-ajossa ISM-hopeaa.

Jari Nieminen ajoi radalla SM-pronssille pisteajossa ja 4km joukkuetakaa-ajoujoukkuessa SM-hopeaa.

Joonas Haapala ja Antti Träskelin ajoivat 4km joukkuetakaa-ajossa SM-hopealle.

Iskun naispyöräilijät, tänä vuonna lanseeratussa Team Chebici-Isku Donna –joukkueessa, jatkoivat myös hyvää menestysputkeaan ja ottivat SM-pronssia aika-ajon joukkuekilpailussa. Joukkueessa ajoivat Terhi Martikainen, Katri Lehtonen ja Outi Seppä. Terhi ja Venla Koivula keskittyivät SM-kilpailuja lukuun ottamatta triatloniin. Katri Lehtonen voitti maantiecupissa yhden kilpailun ja sijoittui kokonaispisteissä viidenneksi. Donna-joukkueessa ajoi myös Suvi Lavonen, joka edusti SM-kilpailuissa OTC-seuraansa. Suvi voitti kaksi maantiecupin osakilpailua ja Katri oli kerran toinen. Cupin yhteispisteissä Suvi oli kuudes ja Katri seitsemäs.

TUL:n Satakunnan piirin parhaana joukkueena palkittiin jo kuudennen kerran peräkkäin Iskun pyöräilyjoukkue, tällä kertaa aika-ajon SM-kultaa ajanut joukkue Jarkko Niemi, Tommi Martikainen ja Santtu Pasanen. TUL:n piirin parhaana urheilijana palkittiin Matti Manninen. Porin kaupunki palkitsi vuoden 2014 lupaavana nuorena urheilijana Matti Manninen Satakunnan Urheilugaalassa. Matti Manninen sai myös Porin kaupungilta 500 euroa sponsorirahaa.

## Kilpailutoiminta

### *Kilpailujen järjestäminen*

### **Lattomeriajo ja Satakunnan ajot**

17. Lattomeriajo ajettiin normaalia myöhemmin vasta 21.4.2014 pääsiäismaanantaina. Kilpailu oli nyt ensimmäistä kertaa maantiecupin osakilpailu, joten nyt oli erikseen M-elite-lähtö, johon oli ilmoittautunut 57 ajajaa, kilpalähdössä oli 54 ajajaa ja kolmannessa lähdössä (N-elite, M-50 ja kunto) oli 49 osanottajaa eli yhteensä 160 ajajaa, mikä on Lattomeriajon osanottajaennätys. TWD-

Länkenin joukkue oli ylivoimainen ja vei neljä ensimmäistä sijaa Sami Tiaisen voittaessa. Kilpaluokan voitti Antti Olenius (PoTa) ja naisten eliteluokan voitti Laura Vainionpää (KaKa) ennen Katri Lehtosta.

M-50 –sarjan voitto Ilpo Kyllönen ja Kimmo Lampioinen oli toinen ja Pekka Saari nappasi kolmannenkin sijan Iskulle.

21. Satakunnan ajot ajettiin taas toukokuun ensimmäisenä viikonvaihteena 3.-4.5. Ulvilan Kaasmarkussa. Aikaisesta ajankohdasta huolimatta kilpailu keräsi paljon osanottajia. Maantiecupin sarjoissa oli 130 ajajaa ja mastersarjoissa 43 eli yhteensä 173 kilpailijaa.

Muutosta edellisvuoteen oli sunnuntain etapin ajo vastapäivään kun aina aiemmin on ajettu myötapäivään. Suunnan muutoksella saatiin maali turvallisempaan paikkaan Kuorilan mäkeen ja lisäksi myös sunnuntaille saatiin välikirit lauantain etapin tapaan. Nyt välikireistä (4) tehtiin oma kilpailu, jonka voittaja sai rahapalkinnon. Marek Salermo oli kirikilpailussa ylivoimainen viemällä kolme kiriä ja Turun Lauri Seppä vei yhden ja oli kirikilvan kolmas. Kirikilvan toinen oli Jaakko Toppari kolmella kakkossijalla. Kahdeksan ajajaa sai pisteitä (3/kiri). Yhden kiripisteen saivat Jarkko Niemi ja Antti Träskelin.

Yhteiskilpailun voiton vei Jaakko Toppari (JurVo), toinen oli Akilleen Marek Salermo ja kolmas Finfalzin Henri Järvinen. Kuudes oli PoPyKan Joni Loukkola ja Iskun ainoa maaliin ajanut oli Antti Träskelin 27.

Lisäksi järjestimme perinteiseen tapaan aluekilpailuina Satakunnan mestaruuskilpailut maantiellä ja maastoajossa sekä Satakunta Cupin uutuuksena cyclocrosskilpailun. Ratakilpailu järjestettiin yhdessä muiden porilaiseurojen kanssa.

### **Satakunnan Rinki –kuntoajo**

Kuntopyöräilytapahtuma Satakunnan Rinki ”herätettiin henkiin” reilun kahdenkymmenen vuoden tauon jälkeen. Satakunnan ajothan on jatkoa Ringille. Tapahtuma järjestettiin Harjavallan Honkalan liikuntakeskuksessa ja reitti suuntautui Panelia-Eurajoki-Hormisto-Hiirijärvi-lenkille. Osanottajia oli viitisenkymmentä. Tapahtumaan oltiin tyytyväisiä ja jatkoa toivottiin taas ensi syksylle.

### ***Edustusjoukkueet Team Chebici-Isku ja Team Chebici-Isku Donna***

Koiviston Iskun elite-pyöräilijöistä kootussa **Team Chebici-Isku** -joukkueessa ajoivat kaudella 2014 Tommi Martikainen, Jari Nieminen, Jarkko Niemi, Kari Holma, Joonas Haapala, Matti Manninen, Antti Träskelin ja Santtu Pasanen.. Teamin päätukijana on Järvenpäälinen **Chebici**-pyöräiliike, joka antaa joukkueen käyttöön pyörät ja muita varusteita.

Team Chebici-Isku Donna –joukkue aloitti toiminnan keväällä 2014 ja joukkueessa ajoivat Katri Lehtonen, Outi Seppä, Suvi Lavonen (OTC), Terhi Martikainen ja Venla Koivula.

Chebici Isku -teamien lisäksi oli kilpailuihin aktiivisesti osallistuvia lisenssipyöräilijöitä kymmenkunta ja lisäksi Satakunnan aluekilpailuihin osallistui useita pyöräilijöitä.

### ***Parapyöräily***

Parapyöräilijä Jarmo Ollanketo siirtyi Koivistoon Iskuun ja Tommi Martikainen ryhtyi Jarmon pitotiksi. He osallistuivat maailmancupin kilpailuihin ja MM-kilpailuihin USA:ssa mutta matka päättyi sairaalaan aika-ajokilpailun alussa Jarmon rytmihäiriöiden vuoksi.

### ***SM- ja ISM-kilpailut ja muut arvokilpailut***



Edellä jo käsiteltiin kauden kilpailumenestystä ja tässä yhteydessä voidaan todeta SM-kilpailujen mitalisaldo

3 kultaa, 3 hopeaa ja 2 pronssia ja ISM-mitalisaldo oli 2 kultaa, 2 hopea ja 2 pronssia. Kaikkiaan pyöräilijämme saavuttivat 14 mitalia.

Matti Manninen osallistui U23-luokan MM- ja EM-kilpailuihin. Matti kiri EM-kilpailuissa viidenneksi. Parapyöräilijä Jarmo Ollanketo ja Tommi Martikainen osallistuivat myös MM-kilpailuihin ja joutuivat keskeyttämään.

### ***Kansainväliset kilpailut***

Matti Manninen ajoi suurimman osan kaudesta Ruotsissa, Belgiassa ja Hollannissa Team Bliz-Meridassa ja hän ajoi useita voittoja ja muita hyviä sijoituksia. Matti osallistui myös EM-kilpailuihin Sveitsissä, ollen viides.. Kauden päätteeksi Matti allekirjoitti ammattilaissopimuksen englantilaiseen Team Raleigh-Gac teamii, joka tulee kilpailemaan pääasiassa keski-Euroopassa ja Englannissa kaudella 2014.

### ***Maantiepyöräily/Maantiecup***

Chebici-Isku teamit osallistuivat useimpiin maantiecupin osakilpailuihin ja kauden aikana tuli useita voittoja ja muita podiumsijoituksia. Teamien lisäksi maantiecupin kilpailuihin osallistui kilpasarjan ja mastersarjojen ajajia.

Maamme arvostetuimman maantiekilpapyöräilykilpailun Porvoon ajot voitti kesäkuussa Matti Manninen.

### ***Maastopyöräily ja cyclocross***

Maastopyöräily- ja Cyclocrosskilpailuihin osallistuttiin maantiekilpailuohjelman salliessa. vuonna 2014 ei maasto- cyclocrosskilpailuissa ei tullut mainittavaa menestystä.

### ***Valmistautuminen tulevaan kauteen***

Talvikaudella pyöräilijät valmistautuvat keväällä käynnistyvään uuteen kilpailukauteen mm. Karhuhallin harjoitusvuoroilla sekä cyclocross- ja maastopyörillä läpi talven pitkiä peruskestävyysslenkkejä. Lisäksi tehdään hiihtolenkkejä, pelataan sählyä ym. tuki- ja oheisharjoitteita. Peruskuntokaudella järjestetään muutama viikonlopun leiri Porissa tai Tampereella. Keväällä osa pyöräilijöistä harjoittelee Espanjassa muutaman viikon ajan.

### ***Kunto- ja harrastepyöräily***

Kilpailutoiminnan lisäksi jaosto järjesti yhdessä muiden porilaisten pyöräilyseurojen kanssa yhdeksän kuntolenkkiä harrastepyöräilijöille sekä viikoittain tempoharjoituksen Lattomerellä kesän aikana ja kauden päätteeksi lokakuussa ajettiin vielä yli sadan osanottajan Tour de Pori – maastopyöräretki Porin ja Ulvilan poluilla ja metsäteillä.

### ***Jaoston kokoonpano 2014***

Jaostoon ovat kuuluneet vuonna 2014 puheenjohtaja Ilpo Kyllönen, sihteeri Jari Wiksten, rahastonhoitaja Harri Peltomaa ja jäsenet Jyri Kosonen (uusi), Jussi Laine, Kimmo Lampioinen, Pentti Muukkonen ja Pekka Saari.

### ***Jari Wiksten***

*pyöräilyjaoston sihteeri*





## • TRIATHLON JAOSTON TOIMINTAKERTOMUS KAUELTA 2014



Triathlonin toiminta oli kuluvana vuonna vilkas ja tapahtumarikas. Venla Koivula yllätti voittamalla sarjansa Ironmankisan Ruotsin Kalmarissa ja sai ikäryhmänsä paikan Havaiji Ironman World Championship kisaan joka käytiin 11 Lokakuuta Havaijin Konassa. Kai Söderdahl karsi v.2015 ikäryhmään Havaijille. Barcelonan Ironmanissa 5.9.14. josta hän sai paikan v. 2015 Havaijin Ironmaniin.

Tuukka Miettinen aloitti kauden 2014 Voittamalla Suomenmestaruuden Duathlonissa toukokuussa. Tuukka jatkoi 29.6 Vierumäellä voittojen tiellä voittamalla 1/4 matkan Finrathlonin, Kai Söderdahl oli 5: samassa sarjassa ja Venla Koivula naisten sarjan 6:s. 20.7 kisattiin täyteen myyty Joroisten Legendaarinen 1/2 matkan SM-kisa. Kisassa ei seuramme Triathlonistit yltäneet ihan Podium paikoille sillä Tuukka ja Venla jäivät täpärästi juuri harmittavalle 4. sijalle. Yleisessä sarjassa Kai Söderdahl kokeili vielä ikämies kuntoaan ollen 9:s. Pyöräilystä tuttu Tommi Martikaisen kokeilu Triathloniin toi Tommille sijan 13.

10.8 Kuopion Olympiamatkoilla Tuukka Miettinen oli 5:s. Pro sarjassa. Tommi Martikainen yllätti voittamalla Suomen Mestaruuden omassa ikäryhmässään M30-34 sarjassa.

17.8 Tuukka Miettinen löysi vanhan oman tasonsa voittamalla Tahkon1/2 matkan ylivoimaisesti tasokkaassa kisassa jättäen monet Suomenmestaruuden voittaneen Jarmo Hastin toiseksi, samassa sarjassa Kai Söderdahl kiri vielä kuudenneksi.

**11.10 Venla Huttunen Havaijin World Championship Ironman kisassa sarjassa 30-34 v 32 aika 11h 21min.  
(lainaus Venlan kisaraportista)**

Laavakenttien polttava kuumuus ja etenkin kisassa puhaltanut hurja sivuvastaihanouto-tuuli asettivat hieman erilaisen haasteen kuin Säijän suoran vastatuuli. Kiitin Anssin ideaa sekä Signaturea & Samua matalaprofiilisesta etukiekon lainasta. Kyllä tuli tarpeeseen!

### **Kisa-aamu**

oli ihan kutkuttavan upea. Olin seurannut startteja monena vuotena peräkkäin telkkarista netin välityksellä



ja miettinyt, minkälaiselta tuntuisi olla mukana menossa. Pysyin aamun ihmeen rauhallisena ja fiilistelin tunnelmaa & isoa kasaa perhosia vatsanpohjassa.

Yhdysvaltain kansallislaulun aikana ilmeet vakavoituivat. Keskittynyt ja jännittynyt fiilis valtasi Kailua-Konan pienen lahdenpoukaman. Pro-miesten ja -naisten lähtökanuunat sauhusivat ensin. Ikäluokat odottivat hermostuneena omaa lähtövuoroaan.

Tässä vaiheessa en nauttinut tai "fiilistellyt". Jännitti ihan hurjasti. Kurkkua kuristi niin, että uintipuvun vetoketjukiin pompsahti niskasta rikki Kädet olivat kohmeiset & tärisevät, sydän pamppaili villisti. Hyvä kun pystyin uimaan 100 metrin matkan lähtöviivalle.

### UINTI

**3.8km**

Starttasin rohkeasti kakkosrivistä aivan oikeasta reunasta. Välittömästi matkaan päästyäni kohmeiset kädet kaikkosivat ja olo helpottui. Samaan aikaan sähisi matkaan noin 700 naista. Uinti oli täyttä kaaosta koko 1h10min. Lähtö sujui ongelmitta, mutta jouduin todella taistelemaan paikastani porukassa. Normaalisti olen tottunut samanlaiseen riuhtomiseen maksimissaan ensimmäisen kilometrin.

Välillä joku veti nilkasta taaksepäin, yhdellä pojilla sain kyynärpästä kasvoihin ja seuraavassa käänöksessä joku ui puoliksi päälläni. Tätä jatkui koko 3.8km. Tappelusta huolimatta tuntui siltä, että pystyin pitämään parasta uintivauhtia ikinä tällä matkalla. Tein koko ajan paljon töitä säilyttääkseni hyvän käsifrekvenssin. Vauhtikin tuntui kovalle. En vielä kukaan ymmärrä, mitä tapahtui ja miten kello uinnin jälkeen näytti niin huonoa aikaa. Piti oikein tarkistaa pariin otteeseen tilanne uudestaan.



### PYÖRÄ

**180km**

Pyöräily lähti yllättävän nihkeästi liikkeelle. Pitäydin kerrankin ennalta laaditussa suunnitelmassani tehon(wattien) ja sykkeen suhteen. Tankkaus sujui koko matkan kellontarkasti. Tällä kertaa ei vaan jostain syystä tehnyt mieli mennä yhtään kovempaa. Pienikin vauhdin lisäys tuntui jaloissa todella epämiellyttävältä.

Kalmarissa jouduin pidättelemään itseäni, ettei alkuvauhti olisi liian lujaa. Ruotsissa pyöräytin helposti watit 180-200 paikkeille sykkeen huidellessa herkästi 160-165 välissä. Havaijilla sain hädin tuskin aikaiseksi

170 wattia. Myös syke oli oudon alhaalla alusta alkaen.

Päätin jatkaa suunnitelman mukaan. Poljin tasaisella teholla, enkä lähtenyt kisailemaan kenenkään kanssa. Pääsin kokemaan myös Havaijin karuimmat olosuhteet. Tuuli oli kisapäivänä järkyttävän kova. Vauhti saattoi laskea alamäessä alle 20km/h.



Poljimme Kasurisen Marian kanssa samassa porukassa Hawin nousua ja hymyilimme toisillemme. Tämä oli sitä ihka-aitoa Havaiji- tunnelmaa kaikessa raakuudessaan, vastatuuli, ylämäki, polttava aurinko. Ja ihan tosissani ainakin minä nautin siitä 😊Konan käsittämättömyksiä oli myös se, että kääntöpaikalla ajattelin, että pääsisimme polkemaan



myötätuulella takaisin. But no, tuuli kääntyi ja toiset 90km tuuli heitteli taas minne sattui. Tähän asti pyöräily oli tuntunut hyvältä. Mitään ongelmia tai pahanolon tuntemuksia ei ensimmäisen 140km:n aikana tullut. En vaan yksinkertaisesti uskaltanut (tai pystynyt) polkemaan lujempaa. Keskisyke koko pyöräilylle oli vain 149.

140 km:n kohdalla iski samanlainen kylkikramppi kuin Kalmarissa. Hiljensin vauhtia, sillä Kalmarin kivut kummittelivat mielessä. Matkaa oli enää vähän jäljellä ja halusin selviytyä hyvissä voimin ilman pistoksia juoksuosuudelle. Ajoin loppumatkan lähes kokonaan pystyasennosta. (Kylkikramppi juontaa luultavasti juurensa ajoasentoon ja sitä selvittelemme parhaillaan.)

Kahdeksan kilometriä ennen vaihtoa olin täysin omista ajatuksistani tulevaan juoksuosuuteen valmistautuessa. Poljin liian lähellä edellä menevän takarengasta. Moottoripyörä ajoi viereeni ja antoi rangaistuksen peesaamisesta. Voi v...., se otti kyllä niin syvältä sydämeistä. En edes voinut syytellä ja kyseenalaistaa tyhmiä

tuomareita, niin selvä juttu ja ihan täysin oma moka rangaistus oli. Eikun penalty boxiin pörräämään itselle neljäksi minuutiksi.

### **JUOKSU 42.2km**

Pistos hellitti heti hypättyäni pyörän selästä. Ensimmäiset kilometrit menivät reippaasti 5.00-5.15-vauhtia. Meno tuntui hyvältä ja nautin taas Havaijin fiiliksestä, kuumuudesta, jääpaloista ja kylmistä suihkuista. Anssi ja Ilmari kannustivat juuri sopivassa kohdassa. Hehkuin Havaijin helteessä hyvää oloa. Taisi olla yksi elämäni hienoimmista hetkistä. Tässä vaiheessa taisi tossu nousta jo vähän liikaakin maanpinnalta.



Tankkaus oli sujunut Merjan suunnitelman mukaan. Otin geeliä, juomaa ja suolatabletteja tasaisin väliajoin. Noin 18km:n kohdalla omat Squeezyn geelit loppuivat ja nappasin järjestäjien geelin huoltopisteeltä. Muutaman minuutin kuluttua sain pistoksen vasemmalle puolelle vatsaan. Pistos paheni kilometri kilometriä. En pystynyt enää ottamaan kiinteätä energiaa lainkaan. Join mailin välein vettä ja urheilujuomaa. Parin kympin kohdalla pistos tuli myös oikealle puolelle.

Jatkoin juoksua kaksin kerroin. Olin aika varma, että en selviä sieltä koskaan pois ja itkin itsekseni muka niin surkeata kohtaloani. Se oli paha paikka.

Kiersin veistä pistoskohdassa miettien kaikkia kannustajia ja tukijoita, jotka minut ylittäään Havaijille saivat. Ja voi apua, Mikko & Kaisa ja kumppanit siellä kisakatsomossa valvovat ja jännittävät laahustamistani turhaan. Vajosin syvälle itsesäälin syövereihin—pettäisin itseni ja erityisesti tukijoukkoni.

Loppujen lopuksi taisin saada syöveripohdinnoistani aika paljon lisää sisua ja tsemppiä. Aallonpohjassa edetessä mietin vaan kaikkia niitä keinoja, miten pääsisin pikimmiten sieltä pois. Sitä paitsi vierellä raahautui konkkaavia, oksentelevia, käveleviä ja muitakin katkenneita kilpailijoita paljon pahemmassa jamassa. Ja kukaan ei niistä ei todellakaan ollut luovuttamassa.

Ajatukset säilyivät kuitenkin pirteinä ja pääkopassa raksutti koko ajan. Ymmärsin, että energia loppuu, jos en pian saisi jotain syötyä. Kelasin taas mahdollisuuksia ja muistin Merjan ohjeen "ota jotakin, mitä tekee mieli". Juoksin huoltopisteiden ohi ja etsin katseella sitä "jotakin". Kokista, bretzelä, banaania, patukkaa—yök!

Mutta yhtäkkiä ojennettiin kutsuvasti jotakin valkoisesta mukista. Kanakeittoa(lientä), avot ja nam. Olen aina ihmetellyt, kuka hullu juo kanakeittoa kesken kisan.. Nyt ymmärrän. Pistokset hävisivät 28 km:n kohdalla juuri ennen paljon puhuttua Energy labia.

Olin niin onnessani ja helpottunut, että nauratti. Pystyin juoksemaan ilman kipuja. Vauhtikin oli ihan ok(5:20-5:30min/km), vaikka tunsin että energiat olivat lopussa. Näin Marian Energy labilla ja pystyin tällä kertaa jopa hymyilemään. Pääsisin sittenkin maaliin ihan sata varmasti.

Aurinko laski, näin kaupungin kutsuvat valot ja kuulin maalialueen kuulutukset. Jatkoin kanaliemen kittaamista ja juoksu tuntui pikku hiljaa juoksulta. Kylmät väreet nousivat iholle. Katsoin kelloa, voi herranjumala, miten mulla on näin kauan aikaa tänne tuhraantunut. No, nautinpa koko rahan edestä. Ei sitä tiedä, vaikka olisi viimeinen kerta.

Viimeiset kilometrit olivat sanoin kuvailemattoman upeita. Sain juoksurytmistä kiinni ja päätin, että ehtisin vielä kiihdyttämään alle 4h maratonajan. Se olikin jo vähän hullun hommaa, mutta aika monen kilometrin loppukirillä ajattelin sen olevan mahdollinen.



Vielä 500 metriä ennen maalia näin vielä Anssin ja Ilmarin hymyilemässä. Anssi näytti ylpeältä. Oliskohan vanhemmat tai valmentaja, vaikka ajatuksena varmaan oli kovempi aika ja sijoitus..? Tiukille meni, mutta pari minuuttia alle 4 tuntia tuntui/tuntuu edelleen hemmetin hyvälle.

## MAALISSA

**11h21min**

Olin helpottunut ja onnellinen. Olin etukäteen jännittänyt aavistuksen hataraa treenipohjaa ja palautumista kahdeksan viikon takaisesta Kalmarista sekä sen jälkeen tehdystä muutaman viikon kovemmasta treenijaksosta. Ilmassa oli katastrofin aineksia. Sen verran elimistö käyttäytyi oudosti..Kaikki meni kuitenkin ihan hyvin. Etenin koko kisan tasaisen tyydyttävästi ja tuuletin maalissa ihan täysillä ja hieman häkellyksissä kaikkein kovimman triathlonkilpailun selättämistä. On siinä vaan sitä jotain.

Olin n30-34-sarjassa sijalla 32/76. Naisista 167/621 ja kaikista miehistä ja naisista 1093/2160

Havaijilta kotiuduttuani ja ihmisiä tavatessani ensimmäinen kysymys on kuulunut, oliko Havaijin kokemus niin hieno kuin kuvittelin ja kannattiko se. Pohdiskelin itsekkin moneen otteeseen ennen reissua, miksi Havaiji on niin haluttu ja hehkutettu. Olin aavistuksen epäileväinen, onko henkinen, fyysinen ja taloudellinen panostus kaiken tämän arvoista.

Vastaus helppo. Kyllä. Nyt ymmärrän, miksi urheilijat kerta toisensa jälkeen haluavat osallistua juuri tähän kaikista kovimpaan koitokseen. Matkustaa maailman ääristä, maksaa itsensä kipeäksi, kärsiä, nauttia, testata elimistön äärimmäisyyksien sietokykyä, tuulettaa, hymyillä ja itkeä Ali Driven maalisuoralla.

Havaiji ja Ironman-kilpailu ovat ehdottomasti yksi elämäni hienoimmista kokemuksista. Olen todella onnellinen ja onnekas, kun pääsin lähtemään matkaan. Kaikkea on vaikea pukea sanoiksi, mutta muutama juttu on jaettava blogilukijoiden kesken. Jos Havaiji-hehkutus pursuaa korvista jo tässä vaiheessa, kannattaa hypätä pari kappaletta alaspäin.

## Olosuhteet

mietityttivät, jopa hieman pelottivat eniten ennen lähtöä. Tuuli, kuumuus, meri ja mainingit saivat kuitenkin aikaan juuri sen Havaijin tunnelman, mistä nautin suunnattomasti. Kun tähän ynnätään vielä pikkukaupungin asukkaiden ainutlaatuinen sydämellisyys ja leppoisuus, taivaallisen makuinen Kona-kahvi sekä ruoka, vaikutus on lähtemätön. Myös puoli seitsemän auringonlasku meren äärellä sekä samantien laskeutuva pilkkopimeys jäivät pysyvästi mieleen.





**Koiviston isku ry.**

## **Kunto- ja veteraanijaosto**

### **Toimintakertomus vuosi 2014**

Kunto- ja veteraanijaosto kokoontui vuoden 2014 aikana 4-kertaa

#### **Toteutunut toiminta**

Jaoston perustama joogaryhmä aloitti toimitiloissa 14.1.2014 jooganopettaja Sari Mattilan ohjaamana. Ryhmään ilmoittautui 18- henkilöä. 12- 14 henkilöä osallistui aktiivisesti kevätkauden 22.4 asti. Syyskauden jooga aloitettiin samalla kokoonpanolla 16.9.2014

Pyöräilyjaoston kilpailutapahtumiin apujoukkoina osallistui: Pentti Lamberg, Sylvi Mattila ja Sirkka Suominen. Sirkka Suominen talkoovoimina paperisuulilla.

TUL- Liittojuhlat Seinäjoella 6- 8.6.2014. Naisjaoston Hilikka Söderlundin vetämänä Kunto-ohjelmaan "Tanssilavalla tavataan", osallistui: Naisjaostosta Sinikka Österlund ja Kunto-veteraanijaostosta Sylvi Mattila ja Sirkka Suominen.

Yleisönä liittojuhliin jaostosta osallistui Pentti ja Raija Lamberg ja Eero Viljanen.

Sylvi Mattila täytti 21.6.2014 70- vuotta. Pääseura ja jaosto onnittelivat tasavuotia täyttäneitä.

TUL- Satakunnanpiirin veteraanien kesätapahtumaan Luvian Krikutillissä 30.7.2014 osallistui Pentti ja Raija Lamberg ja Sylvi Mattila.

Kunnioitettu koko seuran keskeinen ja Kunto-veteraanijaoston jäsen Veijo Länsiharju kuoli sairauskohtaukseen 9.8.2014. Hänen elämäntyötään kunnioitettiin muistokirjoituksella Satakunnan Kansa lehdessä.

Pentti Lamberg ilmoitti eroavansa puheenjohtajan tehtävästä. Jaosto valitsi Sylvi Mattilan hänen tilalleen. Terttu Haapala, pitkäaikainen seuran jäsen pyydettiin uudeksi jäseneksi. Jaoston sisällä Pentti Lamberg jatkaa kuntovastaavana , Sylvi Mattila edelleen taloudenhoitajana ja Sirkka Suominen otti sihteerin tehtävät. Johtokunta hyväksyi muutokset.

Hoitotarvike Karpalopiste esittäytyi toimitiloissa 23.10.2014. Tapahtumassa oli vähän kävijöitä. Esittely sinänsä oli hyvä. Yritämme löytää mielenkiintoisempia tapahtumia.

Seuran joulukahvitus järjestettiin 16.12.2014 klo 15.00 -1800. Lentopallojaoston tyttöjen ja lasten vanhempien joulujuhla järjestettiin samaan yhteyteen. Piristävä tapahtuma. Pyöräily- ja Fitness jaostot järjestivät kokouksen samaan aikaan. Kävijöitä oli yli 50.

Porissa 20.1.2015

Sylvi Mattila



## **KOIVISTON ISKU ry.**

*Naisjaosto*



### **Naisjaoston toimintakertomus v.2014**

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

- Salikausi käynnistyi heti Joulutauon jälkeen maanantaina Tammikuun 13 pv. kestäen toukokuun lopulle asti, osallistuminen on ollut runsasta ja innostunutta, koulusali on välillä tuntunut jopa liian pieneltä kun illan aikana kävijöitä on ollut 35-45.
- Jumppakauden päättäjäiset järjestettiin Ulvilan Massin majalla, lenkkeillen, saunoen ja kahvitellen. Mukavassa yhdessä olossa oli n. 30 henkeä. Nootin postia oli tullut samana päivänä Väinölän koulun jumppasali kokosyksen pois käytöstä. Päätimme jatkaa liikuntaa joka maanantia Itäporin pururadalla klo.18 sauva kävellen tai ilman. Lenkkeilimme koko syksyn osallistujien vaihdellessa 8-15 henkeä.
- Kesäkuussa osallistuimme TUL:n perinteiseen Liittojuhlaan 6-8.6 Seinäjoella Lakeudenkisoihin "Yhressä hyvää tuloo" Osallistuimme 4 naisen voimin yhteis-voimistelu esitykseen, joka oli mieleenpainuva kooste (Vauvasta vaariin) Lisäksi osallistuttiin Tanssilavalla tavattiin ohjelma esitykseen. Kolmen päivän aikana koimme liikuntaa ja kulttuuria mieleen painuvin esityksin.
- Tästä on hyvä jatkaa liikuntaharrastusta oman terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi.
- Naisjaosto osallistui Seuran Pyöräilyjaoston järjestämiin 2-päiväsiin Satakunnan ajoihin ja syksyllä Harjavalla järjestettyyn Satakunnan rinkiin.
- Lattomeriajon kilpailun toimitsija tehtäviin.

Naisjaosto on hoitanut vuosikokouksien kahvitukset.