



Nurmijärven

YLEISURHEILU

Nurmijärven Yleisurheilu ry:n tiedotuslehti

7.4.2018 N:o 33

Erin haluaa huippu-urheilijaksi



Nurmijärven Yleisurheilun 16-vuotias lupaus **Erin Karjalainen** kaipasi harjoitteluunsa enemmän panostusta ja parempia olosuhteita. Niinpä hän siirtyi ammattivalmentaja **Anne Suorannan** oppeja imemään. Erinin kehitys on jo puolessa vuodessa mennyt suurin harppauksin eteenpäin. NYU:n värejä Erin ei kuitenkaan hylännyt. Erin Karjalaisen ja Anne Suorannan valmennussuhteesta tarkemmin **sivulla 3**.

Kilometrinnieliä Klaukkalasta



Koko ikänsä Klaukkalassa asunut **Tommi Hytönen**, 27, juoksi toissavuonna elämänsä ensimmäisen täysmaratonin ja kellotti mainion, alle kahden ja puolen tunnin ajan. Ensimmäiseksi puolimaratoneihin toistaiseksi panostanut Hytönen "ajautui" aikoinaan vantaalaiseen yleisurheiluseuraan, mutta edustaa nyt Nurmijärven Yleisurheilua.

Tommi Hytösestä enemmän **sivulla 5**.

Superlupaavat seiväshyppääjäsisarukset

Erittömän seiväshyppyyden panostavat superlupaavat yleisurheilijasisarukset **Maria** ja **Marcus Kytölä** siirtyivät talvella Nurmijärven Yleisurheilun väreihin. Erittömän tavoitteellisesti urheilevat Kytölät uskovat NYU:n tarjoaman tuen paremmin siivittävän heitä kohti tulevien vuosien päämääriä. Maria ja Marcus Kytölästä lisää **sivulla 5**.



Outi Mäkelän uusi näkökulma



Pitkään kansanedustajana ja Nurmijärven kunnanhallituksen puheenjohtajana toiminut **Outi Mäkelä** katselee uutena kunnanjohtajana Nurmijärven asioita eri näkövinkkelistä. – Vaikutusmahdollisuudet esimerkiksi nurmijärveläiseen urheilu- ja liikuntaelämään ovat nyt erilaiset. Pystyn konkreettisemmin vaikuttamaan muun muassa valtuuston linjauksiin. Outi Mäkelän haastattelu **sivulla 10**.

Tässä lehdessä lisäksi mm.

Puheenjohtajan palsta

s. 2

Viime kauden palkintogaala

s. 6-7

LiikuntaSankarit-hanke

s. 9

Huhdan heittäjäsisarukset

s. 5

Kilpailukalenteri 2018

s. 8

Kunniakierros 29.5.

s. 11

www.nurmijarvenyleisurheilu.fi

Kesäiset kentät kutsuvat!

Kevät voittaa vihdoin talven ja sulattaa lumen ja jään. Alkaa yleisurheilun ulkokausi. Nurmijärven Yleisurheilun suosittu urheilukoulu starttaavat toukokuussa. Ne ovat erinomainen reitti saattaa lapset urheiluharrastusten pariin. Urheilukouluissa opetellaan liikkumaan monipuolisesti ja nauttimaan siitä osaavassa ohjauksessa.

Myös seuran monet valmennusryhmät ja urheilijat pääsevät ulos harjoittelemaan ja kilpailemaan. Hallikauden aikana hankitut valmiudet hiotaan lajisuorituksiksi. Talven monet hallikilpailut ovat sujuneet hyvissä merkeissä, ja kauteen startataan lupaavin odotuksin. Luvassa on omia ennätyksiä sekä tiukkoja kil-



pailuja kesän SM-, pm- ja seuranmestaruuskilpailuissa.

Kilpaileminen ja omien tulosten mittaaminen kuuluvat tietysti yleisurheiluun. Sitä opetellaankin jo urheilukou-

lujen viikkokilpailuissa. Niissä myös lasten vanhemmat pääsevät osallistumaan ja seuraamaan suorituksia vierestä erilaisten toimitsijatehtävien myötä.

Seurasiirtojen myötä olemme saaneet Nurmijärven Yleisurheiluun muutamia kovatasoisia uusia urheilijoita. Heitä esitellään tässä lehdessä (s. 5). Seurojen välisissä seuracupeissa ja rankingeissa onkin toiveissa nousta yhä paremmille sijoille. Viime kesän lopuksi seuramme kilpaili Suomen 16 parhaan seuran joukossa nuorten finaaleissa.

Seuran ykkösurheilijat tähtäävät korkealle. Oskari Lehtosen realistinen mutta vaativa tavoite on päästä aikuisten EM-kilpailuihin. Useampikin urheilija tavoittelee Kalevan kisojen finaaliapaikkoja. Seurassamme on siis mahdollisuudet nousta lajin huipulle saakka, ja pyrimme järjestämään kaikille lajiin tosissaan

panostaville valmennuksen ja tuen sen onnistumiseksi.

Seura tarjoaa myös monenlaista muuta tekemistä. Järjestämme kaksi kesäleiriviikkoa koululaisille kesäkuun alussa Harjulassa. Olemme myös mukana Unelmien Liikuntapäivässä, järjestämässä koulujen viestimestaruuskilpailuja ja tarjoamassa uusille harrastajille kokeilumahdollisuuksia LiikuntaSankarit -projektissa.

Kutsunkin taas kaikki kuntalaiset mukaan yleisurheilun iloiseen ja hyvähenkiseen toimintaan!

*Jukka Leskelä
puheenjohtaja*

Nurmijärven Yleisurheilu ry

Tule mukaan paikalliseen seuratoimintaan

Nurmijärven Yleisurheilu ry. tarjoaa monenlaisia mahdollisuuksia olla mukana paikallisessa toiminnassa. Voit liittyä jäseneksi täyttämällä seuran nettisivuilla www.nyu.fi/seura olevan jäsenhakemuksen.

Jäsenmaksu on vuonna 2003 tai myöhemmin syntyneiltä (eli 15-vuotiailta tai sitä nuoremmilta) 13 euroa, vuonna 2002 tai aiemmin syntyneiltä 26 euroa. Perhekohtainen jäsenmaksu on 52 euroa, jonka maksamalla kaikki samaan perheeseen kuuluvat ovat seuran jäseniä.

HUOM! Urheilukouluun ilmoittautumalla lapsi/nuori ilmoittautuu samalla seuran jäseneksi. Muiden perheenjäsenten on liityttävä erikseen. Tiedusteluihin vastaa Tapani Markkula, p. 045 208 6121, tapani.markkula@kolumbus.fi.

Nurmijärven Yleisurheilu etsii myös uusia, innokkaita ohjaajia vetäjiksi urheilukouluun, joita järjestetään eri puolilla Nurmijärveä. Aloitettavat ohjaajat pääsevät aluksi halutessaan apuohjaajiksi ja voivat kokemuksen kartuttua siirtyä vetämään omaa ryhmää. Vetäjiltä vaaditaan vähintään 15 vuoden ikää, innostuneisuutta, sitoutumista ja halukkuutta koulutustautua.

Tiedusteluihin vastaa Elina Paananen, p. 040 563 6864, elinavoittaja@hotmail.com.

Seura kaipaa myös lisää valmentamisesta kiinnostuneita henkilöitä valmentajiksi ja apuvalmentajiksi nuorisovalmennusryhmiin sekä kouluttajiksi lajikouluun.

Innostuksen, sitoutumisen ja terveen kilpailuhengen lisäksi aiempi kokemus valmentamisesta ja yleisurheilusta on eduksi.

Tiedusteluihin vastaa Maarit Vaitinen, p. 040 703 8828, maarit.andersson@hotmail.fi.

Nurmijärven Yleisurheilu ry

www.nyu.fi nurmijarvenyleisurheilu@nurmijarvenyleisurheilu.fi

Johtokunta 2018

Jukka Leskelä, puheenjohtaja, kilpailutoiminta
Koivusillantie 6 A, 01800 Klaukkala, 050 593 7233, jukka.leskela@energia.fi

Merja Asikainen, sihteeri, kioskitoiminta
Kalkierintie 5, 01830 Lepsämä, 040 513 8604 merja.asikainen@kolumbus.fi

Petteri Kakkola, varainhankinta
Pietarinnmäentie 9 D, 01800 Klaukkala 044 054 4050 petteri.kakkola@taskut.fi

Ari Ketomäki, varapuheenjohtaja, nuoriso- ja aikuisurheilu
Savikiventie 6, 01840 Klaukkala, 040 500 9312, perhe.ketomaki@gmail.com

Markus Lehtonen
Kalkierinlenkki 11, 01830 Lepsämä 040 576 1104 markus.lehtonen@nic.fi

Tapani Markkula, kirjanpito, maksut, jäsenrekisteri
Koskitie 11, 01800 Klaukkala, 045 208 6121, tapani.markkula@kolumbus.fi

Tomi Nurminen, varainhankinta
Härkäpurontie 1 E 2, 01800 Klaukkala, 040 181 9956, tomi.nurminen@jt-logistiikka.fi

Elina Paananen, nuorisovastaava
Meerintie 1 B, 01800 Klaukkala, 040 563 6864, elinavoittaja@hotmail.com

Mikko Pöllänen, kilpailutoiminta
Peukaloisentie 12, 01800 Klaukkala, 045 196 2870, mikko.pollanen@hotmail.fi

Maarit Vaitinen, valmennus
Anttilankuja 7, 01810 Luhtajoki, 040 703 8828, maarit.andersson@hotmail.fi

Muut toimihenkilöt 2018

Ilkka Hemmilä, tilastomies, 050 569 3142, ilkka.hemmila@kolumbus.fi

Markus Pohjonen, ranking, 040 759 2192, markus.pohjonen@gmail.com


Kiinteistömaailma

Kauppakeskus Viiri
Klaukkalantie 55, 01800 Klaukkala
Puh: 044 7575 075

DOMESTA



www.domesta.fi



**Nurmijärven
YLEISURHEILU**

Julkaisija:
Nurmijärven Yleisurheilu ry

Päätöimittaja:
Jukka Leskelä

Vastaava toimittaja:
Matti Hannula
Primastory Ky

Muu toimituskunta:
Merja Asikainen, Elina Paananen

Sivunvalmistus:
Studio Ink Oy / Ari Helminen

Painos: 17 400 kpl

Painopaikka:
Salon Lehtitehdas Oy 2018

Ilmoitusmarkkinointi:
Studio Ink Oy / Marja-Liisa Louhio

Viirin Kirppis Yrittäjätie 9
Järvihaaka,
01800 Klaukkala
P. 290 3830
www.viirinkirppis.fi

39,90 €/vko
+ 3% kokonaisuunnistää
Sis. 4-taso pöytä +
rekki ja henkarit.
Yli 300m²:n huonekalualue
6,5 €/m²/vko.
Kahvila avoinna joka päivä.

AVOINNA:
MA-PE 10-19
LA 10-16
SU 11-16


Kino-Juha

Keskustie 7, 01900 Nurmijärvi
Puh. 041 518 9490
www.kinojuha.com

Iso steppi ilman seuranvaihtoa

NYU-lupaus Erin Karjalahti siirtyi ammattivalmennukseen

Teksti ja kuva:
Matti Hannula

Nurmijärven Yleisurheilua edustava Erin Karjalahti teki hienon viime kauden jälkeen päätöksen vaihtaa parempiin harjoitteluolosuhteisiin ja laadukkaampaan valmennukseen. NYU:n värejä Erin ei kuitenkaan hylännyt.

Erin Karjalahti sijoittui viime kesäkuussa kotikentällään Klaukkalassa Nuorten Eliittikisoissa N17-sarjassa 400 metrin aidoissa hienosti toiseksi. Kesän lopulla hän otti N16-sarjan SM-pronssin sekä sileältä että aidatulta ratakiertoksesta.

– NYU:ssa ei ollut samanikäisiä harjoittelukavereita. Kaipasin myös enemmän panostusta. Kun jouduin harjoittelemaan samoissa ryhmissä jopa aloittelijoiden kanssa, ei toiminta tuntunut minun kannaltani riittävän tehokkaalta, viime joulukuussa 16 vuotta täyttänyt Erin perustele ratkaisuaan siirtyä imemään Anne Suorannan valmennusoppeja, joihin hän tutustui viime kesänä Suorannan aita-klinikalla.

Hyvä diili

Suoranta on ammattivalmentaja. Tällä hetkellä hänen valmennuksessaan on 20 urheilijaa viidestä eri seurasta. Suorannan henkilökohtainen valmennettava, HIFK:ta edustava aitaajuksija ja pituus-



Erin Karjalahti harppoo nyt kohti kansallista kärkeä ammattivalmentaja Anne Suorannan ohjauksessa.

hyppääjä Matilda Bogdanoff toimii myös toisena valmentajana 17–19-vuotiaiden ryhmässä, johon Erin Karjalahtikin kuuluu.

Suorannalla on valmentamisesta parinkymmenen vuoden kokemus.

– Vastaaan Helsingin alueella nuorten aita-kliinikoista, joissa on yhteensä 45 urheilijaa eri seuroista, kertoo Suoranta. Hänen ”käsistään” on vuosien mittaan lähtenyt moni urheilija arvokisoihinkin.

– Pika-aidat ja hyppyt ovat parasta osaamisaluetani, mutta olen valmentanut moniottelijoitakin.

Suorannan kuukausipalkan maksavat hänen valmenta-

mansa urheilijat tavalla tai toisella: esimerkiksi seuran kautta tai vanhempien kukkarosta. Erinin valmennuksen kustantaa urheilijasopimuksen nojalla Nurmijärven Yleisurheilu.

– Seura on tehnyt hyvän diilin, Suoranta otaksuu.

– On hienoa, että on ymmärretty valmennuksen merkitys. Erinin kehityksessä on jo nyt puolessa vuodessa tapahtunut paljon. Hyvä pohja on toki ollut olemassa.

Selvät rutiinit

Erin Karjalahti asuu Klaukkalassa ja käy ensimmäistä vuotiaan Martinlaaksossa lukiota.

Hän harjoittelee kahtena aamuna viikossa Myyrmäkihallissa. Viidesti viikossa Erin matkustaa Liikuntamylyyn Helsingin Myllypuroon. Päivittäiset rutiinit ovat selvät:

– Koulun jälkeen menen kirjastoon tekemään läksyt, sitten hakemaan harjoitusvarusteet äidin työpaikalta Myyrmannista. Sitten junalla ja metrolla Liikuntamylyyn. Treenien jälkeen menen takaisin Myyrmanniin, mistä pääsen äidin kyydillä kotiin. Matkoihin menee aikaa, mutta tämä kannattaa, Erin vakuuttaa.

– Minulla on nyt paljon paremmat harjoitusolosuhteet, ja ryhmässä on paljon urhei-

lijoita, jotka ovat samanhenkisiä ja heillä on samat tavoitteet kuin minulla.

Maaottelupaitakin mahdollinen

Toki Erinillä oli viime syksynä ”pöydällä” seuranvaihtomahdollisuuskin. Helsingiläisiä korvaankuiskuttelijoita riitti.

– Mutta on hienoa edustaa pienempää seuraa ja tuoda sitten urheilemalla kotipaikkakuntaansa näkyville, Erin sanoo.

– Minä olen sitä paitsi vuosien varrella moneen kertaan todennut, kuinka paljon helpompaa Erinin kaltaisille nouseville tähdille on saada paikallisilta yrityksiltä tukea pienemmiltä paikkakunnilta kuin suurista asutuskeskuksesta kuten esimerkiksi Helsingistä, Anne Suoranta huomauttaa.

Mahdollisuus kisailla valtakunnallisista viestijuoksumitaleista on usein yhtenä syynä yleisurheilijoiden seuranvaihtoon.

– Minun mielestäni Erin voi tavoitella paikkaa viestijoukkueessa, joka juoksee Suomen sinivalkoisissa väreissä. Se on mahdollista jo ensi syksyn Ruotsi-maaottelussa, Suoranta uskoo.

Hyviä ominaisuuksia

Valmentaja Suoranta sanoo Erinin suhtautuvan urheiluun vakavasti, mutta kuitenkin ilon kautta.

– Hän suorittaa kaikki asiat – myös urheilun ulkopuoliset – urheilun ehdoilla. Se on valmentajan näkövinkkelistä

todella iso asia, Suoranta korostaa.

– Huipulle päästäkseen urheilijan pitää olla hyvin harjoitettava. Eli hänen pitää pystyä omaksumaan uudet harjoitteet, jotta asioissa päästään eteenpäin. Erinillä on tuo ominaisuus, valmentaja kiittelee.

– Erittäin kova halu ja oma tahto ovat niin ikään tärkeitä ominaisuuksia, ja niitäkin Eriniltä löytyy. On hienoa, että hän todella kokee saavansa ilon elämäänsä urheilusta. Kaikki nämä elementit yhdistettynä Erinin peruslajakkuuteen tuovat varmasti tulosta. Iso kiitos on tietysti annettava Nurmijärven Yleisurheilussa tehdylle perustustyölle. Siellä ohjaajat ja valmentajat ovat jo rakentaneet Erinille oikeanlaista yleisurheilumaa ilman ajattelua.

Ei aikatavoitteita

Erin Karjalahden tulevan kesän päätavoite on päästä juoksemaan 17-vuotiaiden EM-kisoissa Unkarin Győrissä ainakin 400 metrin aidat, miehitin myös sileän ratakiertoksen. Vapun tienoilla hän leireilee etelässä puolisentoista viikkoa. Melkein heti sen jälkeen on käytävä kisarajojen kimppeihin. Erinin viime kaudella tekemät henkilökohtaiset ennätyksensä (400 metrillä 59,63 ja 400 metrin aidoissa 64,35) ovat myös N16-ikäluokan seuraennätyksiä.

– Ei minulla ole aikatavoitteita. Treenaan kovaa, ja sitten katsotaan, miten kulkee.

Nurmijärven Yleisurheilu tarjoaa tulevana kesänä

SPORTTI-kesäleirit
viikoilla 23 ja 24 Harjussa

Laadukasta Yleisurheilukoulu-toimintaa 5-13 v.
7.5. alkaen Klaukkalassa ja Parkkimäessä
Aikataulut ja ryhmät: www.nyu.fi

Yleisurheiluviikonloppu Märkiössä 28.-29.4.
Tule mukaan iloiseen porukkaan!

Unelmien liikuntapäivä 10.5.

Kilparyhmätoimintaa

Viiikkokisat

Hippokisat 24.5.

Ilmoittaudu mukaan!

Lisätietoja ja ilmoittautumiset: 040-5636864 www.nyu.fi

K Market
KARPPALA

Ihantolantie 12, Nurmijärvi
Palvelemme:
ma-la 7-22, su 10-22
www.facebook.com/karppala

Nurmijärven Rakennushuolto Oy

Asiantuntevaa kiinteistöhoitopalvelua

Meiltä laaturyönä ja taloudellisesti myös:

- huoneistoremontit
- kylpyhuoneremontit
- perustustyöt
- sähkötyöt
- putkityöt

Puontilankaari 3, 01900 Nurmijärvi
Puhelin (09) 2212 211, E-mail nrh@nrh.fi
www.nrh.fi

Arkadian yhteislyseo

www.ayl.fi



NURMIJÄRVI

Tarvitsetko tonttia tai toimitiloja? Onko yritykselläsi kehittämistarpeita?

Ota yhteyttä elinkeinotoimeen tai tutustu tarjontaan:

- www.nurmijarvi.fi/yrityminen
- www.ilvesvuori.fi

Oletko perustamassa yritystä tai tarvitsetko apua yrityksesi liiketoiminnan kehittämiseen?

- apua yrityksen perustamiseen ja sen kehittämiseen saat Keski-Uudenmaan Kehittämiskeskus Keukelta, puh. 050 341 3210 tai keuke@keuke.fi
- työkaluja rekrytointiin ja osaamisen kehittämiseen saat Uudenmaan TE-palveluista, puh. 0295 040 002



Kla Fy KLAUKKALAN FYSIOTERAPIA

Klaukkalan fysioterapia Oy
Klaukkalantie 63, 01800 Klaukkala

Liikunnan, toimintakyvyn ja kivunhoidon ammattilaiset



Ajanvaraus: www.klafy.fi

Puh. 09 879 4660, soitathan mielellään klo.12-13 tai lähetä tekstiviesti tai jätä soittopyyntö numeroon: 050-4090881 tai info@klafy.fi

KORSISAARI

Kotkan parhaat – Vellamo,
Sapokka, Langinkoski
9.6.2018

Lähde mukaan tutustumaan Kotkan seutuun. Päivän aikana vierailamme Merikeskus Vellamossa, Suomen Merimuseossa ja Kymenlaakson Museossa. Teemme kaupunkikierroksen ja vierailamme Sapokan Vesipuistossa. Päivämme päättyy Langinkosken kesäkahvilaan ja vierailuun keisarillisella kalastusmajalla. Matkan hintaan sisältyy kuljetukset, sisänpääsy, opastukset, noutopöytälounas ja iltapäiväkahvit.

Osta heti:
verkkokauppa.korsisaari.fi

myynti@korsisaari.fi
(09) 8789 9050

79^{hlö}

Viikkokisat 2018

Viikkokisasarja on tarkoitettu kaikille liikuntaleikki-, urheilukoulu- ja kilparyhmäläisille, mutta myös muut seuran jäsenet ovat tervetulleita tekemään omia ennätyksiä. Viikkokisat ovat osa urheilukoulua. Kesän aikana järjestetään viisi viikkokisaa, joissa osallistutaan kahteen lajiin. Viikkokisojen toimitsijoina toimivat lasten vanhemmat yhdessä ohjaajien kanssa, siksi toivotaan vanhempien jäävän kentälle kisojen ajaksi. Kisojen järjestäminen ei onnistu ilman vanhempien apua. Viikkokisoihin ilmoittaudutaan ennakkoon nuorisovastaavan kautta tai kilpailupaikalla. Urheilija kilpailee omassa ikäsarjassa syntymävuoden perusteella. Viikkokisoissa ei jaeta palkintoja, vaan kaikki 4-5 kisaan osallistuneet palkitaan kauden päätyttyä PalkintoGaalassa.

- 5.6. Klaukkala 5-9-v.: 40 m/60 m ja pituus, 10-11-v.: pituus ja kiekko, 12-15-v.: keihäs ja korkeus
18.6. Parkkimäki 5-9-v.: pituus ja kuula, 10-11-v.: 150 m ja korkeus, 12-15-v.: 200 m ja pituus
28.6. Klaukkala 5-9-v.: 200 m ja keihäs, 10-11-v.: 60 m aj ja kuula, 12-15-v.: 60 m aj ja kuula
13.8. Klaukkala 5-9-v.: 800 m/1000 m ja pituus, 10-11-v.: 1000 m ja keihäs, 12-15-v.: 1000 m ja kiekko
23.8. Klaukkala 5-9-v.: 40 m, korkeus ja kuula, 10-11-v.: 60 m, korkeus ja keihäs, 12-15-v.: 60 m, pituus ja keihäs (SEURAKISA)

5-7-v. 2011 ja myöhemmin syntyneet
8-9-v. 2010-2009 syntyneet
10-11-v. 2008-2007 syntyneet
12-15-v. 2006-2003 syntyneet



NYU:n Kilparyhmät kesä 2018 (3.5.-23.9.)

Kilparyhmät on tarkoitettu tavoitteellisesti ja jo yleisurheilua harrastaville urheilijoille tai jo aiemmin kilpailleille. Kilparyhmäläiset ovat veloitettuja osallistumaan seuran omien kilpailujen lisäksi pm-kilpailuihin ja seuracupiin. Harjoittelun pääpaino on lajiharjoittelun lisäksi lihaskunnan kehittämisessä sekä kestävyys-, nopeus- ja taito-ominaisuuksien harjoittelussa. Kausimaksu sisältää valmennuksen lisäksi lisenssin, vakuutuksen, t-paidan sekä maksuttoman osallistumisen viikkokisoihin, seuran omiin kilpailuihin ja pm-kilpailuihin. Uudet halukkaat ilmoittautuvat seuran nettisivuilla olevan linkin kautta, mikä ei kuitenkaan vielä takaa ryhmään pääsyä. Valmentaja tekee urheilijavalinnat ilmoittautumisten perusteella! HUOM! Urheilija itse täyttää perustelut, miksi haluaa tulla valituksi ryhmään. Ryhmään pääsystä ilmoitetaan n. 2-4 viikkoa ennen kauden alkua.

Kilpurit 9-11 v. (2009-2007 syntyneet)

Valmentaja: Elina Paananen

Harjoitukset Klaukkalassa kolme kertaa viikossa:

Ma klo 17.30-19.00
Ti klo 18.00-19.30
To klo 17.30-19.00
Kausimaksu 190 €

Kilparyhmä 12-14 v. (2006-2004 syntyneet)

Valmentaja: Mikko Pöllänen

Harjoitukset Klaukkalassa kolme kertaa viikossa:

Ma klo 17.30-19.00
Ti klo 18.00-19.30
To klo 17.30-19.00
Kausimaksu 190 €

Yhteistyössä mukana Suomen Urheiluliitto ja
Voitto Önninen

Lisätietoa antavat valmentajat

Elina Paananen 040 563 6864 elinavoittaja@hotmail.com ja
Mikko Pöllänen 044 598 2220 mikko.pollanen@hotmail.fi



Nurmijärven Yleisurheilu tarjoaa tulevana kesänä



Ilmoittaudu
mukaan!

SPORTTI-kesäleirit

6-12-vuotiaille lapsille
Harjulan koululla
viikoilla 23 ja 24

Hinta NYUn jäseniltä
100€/viikko
180€/2 viikkoa
ei jäseniltä
120€/viikko
200€/2 viikkoa

Hinta sisältää:
lämpimän lounaan,
välipalan,
vakuutuksen,
leiridiplomin ja
ohjauksen.

Tule iloiseen seuraan yhdessä liikkumaan...
SPORTTI-leirillä kokeillaan eri lajeja
yhdessä ja leikitään mukavien ohjaajien
kanssa! Päivän aikana leirillä tarjotaan
lämmin lounas ja välipala sekä
rentoudutaan ja nautitaan kesäsäästä
joka päivä klo 9-15

Osallistu
viikoksi tai
kahdeksil

Lisätietoa ja ilmoittautumiset: 040-5636864 www.nyu.fi

Tekemisen laatu tunnetaan yli kuntarajojen

Nurmijärven Yleisurheilu vetää lupauksia puoleensa

Teksti ja kuvat:
Matti Hannula

Viime ja tämän vuoden aikana usea lupaava yleisurheilija naapurikunnista ja vähän kauempaakin on vaihtanut Nurmijärven Yleisurheilun väreihin. NYU:n tekemisen laatu eritoten kasvattajaseuran tunnetaan laajalti.

Huippulupaavat hyvinkäläiset yleisurheilijasisarukset, eritoten seiväshyppyyn panostavat **Maria ja Marcus Kytölä** vaihtoivat talvella Hyvinkään Seudun Urheilijoiden värit Nurmijärven Yleisurheilun väreihin. Eteläisestä rajanaapurikunnasta uskotaan löytyvän paremmat edellytykset tulevien vuosien tavoitteisiin pääsemiseksi.

Maria Kytölä, 20, opiskelee Vierumäellä liikunnanohjaajaksi ja harjoittelee lähinnä siellä sekä Pajulahdessa ja Liikuntamylyssä Helsingissä. Toukokuussa 17 vuotta täyttävälle Marcuksellekin harjoitteleolosuhteet Hyvinkäällä olivat jo käyneet liian rajallisiksi.

– Nurmijärven Yleisurheilun tarjoama tuki aikuisille ja tuleville aikuisille kilpaurheilijoille on selkeästi laadukkaampaa kuin HSU:ssa, sisarusten valmentajaisä **Markku Kytölä** perustelee lastensa seuranvaihtoa.

Hyvinkään Sveitsin lukiossa opiskeleva Marcus tekee seiväshyppyn lajiharjoitteet pääasiassa Liikuntamylyssä. Markku-isä vastaa edelleen lastensa fysiikka- ja juoksuharjoitteista. Seiväshyppyn lajivalmennuksesta vastaa **Teemu Vääräniemi**.

Uudelle metriluvulle

Sekä Maria että Marcus Kytölä ovat aiemmin olleet moniottelijoita, mutta sittemmin seiväshyppy on muotoutunut molempien päälajiksi. Maria, jonka ennätys seiväshypyssä on 385, on jo kahdesti peräkkäin ylittänyt Kalevan kisoissa finaaliin.

– Toissakesäinen Kalevan kisojen kahdeksas sija on tois-



Maria Kytölä aikoo ylittää tulevana kesäkaudella neljän metrin korkeudella olevan riman.

taiseksi paras saavutukseni, Maria kertoo. Marcuksella moniottelut ovat edelleen ohjelmassa, mutta painotus on jo hänelläkin kääntynyt seiväshyppyn puolelle.

– Päättäin on hypätä ensi kesänä 17-vuotiaiden EM-kisoissa seivästä, sanoo Marcus, joka viime kesänä taivutti toiseksi Euroopan nuorten olympiafestivaaleilla Unkarin Győrissä tuloksella 495.

– Se on minun paras saavu-

tukseni – toistaiseksi.

Viiden metrin "haamuraja" meni Marcuksella rikki viime kesänä Somerolla, missä hän sai tuloksekseen 501. Se olisi avannut ovet jo Kalevan kisoihin, mutta olympiafestivaalit olivat samaan aikaan.

Marian tulevan kauden tavoitteet ovat kansallisissa mestaruuskisoissa.

– Ja neljän metrin ylitys tietysti myös. Nyt se kyllä menee, hän uskoo.



Marcus Kytölä tähtää 17-vuotiaiden EM-kisoihin.

Kilometrinniellä Klaukkalasta

Pitkänmatkanjuoksija **Tommi Hytönen** siirtyi talvella Nurmijärven Yleisurheilun väreihin vantaalaisesta Kenttärheiljat-58:sta. Hytönen, 27, on asunut koko ikänsä Nurmijärvellä, Klaukkalan Haikalassa.

– Kun toistakymmentä vuotta sitten aloin urheilla tavoitteellisemmin, ajauhin sattumalta KU-58:n riveihin.

Heti lenkkeilyharrastuksensa alkamisen myötä Hytönen otti tavoitteekseen pärjätä puolimaratonilla.

– Kun sitten liityin seuraan ja sain valmentajan, aloin kilpailla lyhyemmälläkin matkoilla. Puolimaraton on kuitenkin aina tuntunut minulle parhaalta matkalta.

Pari vuotta sitten Hytönen juoksi Frankfurtissa elämänsä ensimmäisen ja toistaiseksi ainoan täyspitkän maratonin. Aika oli mainio: 2.28,34. Nyt maaliskuussa Hytönen paransi Hollannin Haagissa uudeksi puolimaratonennätyskseen 1.08,04.

Vaikka Hytösen seura vaihtui nurmijärveläiseksi, häntä valmentaa edelleen KU-58:n legenda **Eero Hosio**.

Helsingin yliopistolla projektikirjanpitäjänä työskentelevän Hytösen viikkoannos on 150-200 harjoituskilometriä.

– Kesää kohti hieman kevennetään. Syksyllä määrää



Elina ja Mikko Huhta ihailevat huippu-urheilijoiden suorituksia arvokisoissa.

– Olympialaisiin kun joskus pääsisi!

lisääntyy, kun suunnitelmissa on juosta taas Frankfurtissa maraton lokakuun lopulla.

Puolimaratonilla Hytösen tavoitteena on juosta SM-mitaleille.

– Vähän pitää vielä ennätystä parantaa, että palkintopallille pääsen. Maratonilla tavoitteeni on alittaa 2.20.

Kannattavia kilometrejä

Nummelalaisessa **Huhdan** perheessä tehtiin runsas vuosi sitten suuri päätös: Jotta 16-vuotias **Elisa** ja 14-vuotias **Mikko** saisivat parempaa heittolajivalmennusta, oli lasten seuraedustus siirrettävä Vihdin Viestistä Nurmijärven Yleisurheilijoihin. Maaginen moukarinheittäjämagneetti Nurmijärvellä on tietysti **Hannu Rinnekari** ja hänen Perttulan kotitilansa navetan ylisille rakentamansa "Rinnekari International Throwing Center" eli lyhyesti Rits.

Matkaa Nummelasta Perttu-

laan on edestakaisin noin 70 kilometriä. Siellä Elisa ja Mikko käyvät kahdesti viikossa, mutta sen lisäksi Nurmijärvellä oheisharjoituksia tekemässä toiset kaksi kertaa viikossa. Kuskajana on useimmiten **Maija**-äiti.

– Turhaan ei ole tullut ajettua. Sekä Mikon että Elisan heittotekniikka on mennyt huimasti eteenpäin ja tulokset kohentuneet metrikaupalla, Maija Huhta sanoo.

– Huomattavaa kehitystä, Elisa ja Mikko ynnäävät kuin yhdellä suulla ensimmäisen NYU-vuotensa.

Kolmikiloinen leka lensi viime vuonna Mikon käsistä runsaat 52 metriä. Nyt hän on siirtynyt nelikiloiseen moukariin ja lennättänyt sellaisen jo harjoituskaudella lukemiin 45,54.

– 50 metrin rajan rikkominen kolmekiloisella oli viime kauden paras saavutukseni, Mikko arvottaa.

Elisan ennätys kolmekiloisella rautapallolla varren kera on 35,50 metriä, ja hän heittää samanpainoista tälläkin kaudella.

– Minun viime vuoden paras saavutukseni oli tuolla ennätyskseeni oman sarjani ykköstitä Vattenfall-seuracupissa.

Mikko, Nummelanharjun koulun seiskaluokkainen, heittää moukarin lisäksi myös kiekkoa ja työntää kuulaa. Elisa on NuHaKon yhdeksäsluokkainen, ja kuula kuuluu hänenkin repertuaariinsa. Mutta ne ovat molemmille selkeästi sivulajeja.

Mikon tulevan kauden pää tavoite on voittaa ikäluokan SM-kultaa, Elina aikoo rikkoo 40 metrin rajan.

Pidemmillä tähtäimellä sisarusten horisontissa siintävät olympialaiset. Vuonna 2028 ehkä haistelemaan, 2032 pärjäämään...

UUDENMAAN HAMMASPALVELU

KLAUKKALA, Lepsämäntie 1
NURMIJÄRVI, Keskustie 5

P. 020 741 1420

www.hammaspalvelu.fi

NSP-SÄHKÖPALVELU OY

Ketunkopintie, 05100 Röykkä
Puh. 0500 439 224, 0500 469 021

www.nsp-oy.com

VÄLIMÄEN-HUNAJA

Hunajaa

Mäkeläntie 39, 05200 Rajamäki
050 543 0062

valimaen-hunaja@luukku.com

**nord
stock**

Pinnoite- ja
sisustusmateriaalien
maahantuonti ja
tukkukauppa.

www.nordstock.fi

Maanrakennus
M & R Vaulamo Oy
www.vaulamo.fi

UUDENMAAN
IMUPALVELU

www.imupalvelu.fi

Puh. 040 533 9949

Parhaat saivat taas palkintonsa päättäjaisgaalassa Rientolassa

EM-pronssimitalisti Oskari Lehto

Nurmijärven Yleisurheilun kauden 2017 päättäjaisiä vietettiin sunnuntai-
na 26. marraskuuta Perttulan nuorisoseurantalolla Rientolassa perinteisin
menoin.

Gaalassa palkittiin muun muassa ikäluokkien
parhaat urheilijat, viikkokisoihin aktiivisimmin
osallistuneet lapset ja nuoret sekä vuoden 2017
ansioituneimmat urheilijat ja seuran toimijat.

NYU:n vuoden parhaana urheilijana palkittiin
sprintteri **Oskari Lehtonen**, joka kuului heinä-
kuussa Puolan Bydgoszczissa alle 23-vuotiaiden
EM-kisoissa upeasti pronssille yltäneeseen Suo-
men 4x100 metrin viestijoukkueeseen.

Parhaat urheilijat 2017

Vuoden poikaurheilija	Samu Käyhkö
Vuoden tyttöurheilija	Janette Lohilahti
Vuoden tsemppari	Matias Ketomäki
Vuoden tulokas	Greta Laukala
Vuoden kehittyjä	Nea Kylmänen
Vuoden urheilija	Oskari Lehtonen
Vuoden veteraanuurheilija	
N40-sarjan SM-viestijoukkue	

Viikkokisojen palkitut

Viidessä kisassa käyneet (yhteensä 38):

T/P 2010 ja nuoremmat: **Inka Pantsar, Mart-
ta Mösö, Sara Juutinen, Vera Ahlfors, Onerva
Pennonnen, Emma Paananen, Ronja Pantsar,
Regina Rekola, Mira Montonen, Salla Jaakola-
Siimes, Lotta Parviainen, Olli Auranen, Riku
Korhonen, Viljo Hanni, Elias Saari, Jyri Kor-
honen, Juhani Ylinen**

T/P2009: **Jenna Pyykkö, Jere Paananen, Evert
Hämäläinen, Jenna Ylinen, Milla Louhivuori,
Kaisla Jaakola-Siimes**

T/P2008: **Oona Korhonen, Lotta Ylinen, Joon
Paananen, Severi Heikkola**

T/P 2007: **Milla Pihlava, Pihla Jaakola-Siimes,
Jonne Mourujärvi**

T/P 2006: **Sara Parviainen, Elena Hämäläi-
nen, Charlotte Kajander, Sanni Lehtonen,
Emma Lehtonen, Tuomas Teimonen, Juh
Auranen**

T/P 2005: **Jami Saari**

Neljässä kisassa käyneet (yhteensä 28):

T/P 2010 ja nuoremmat: **Anna Ollikainen, So-
fia Vesterinen, Taimi Myllykangas, Tia Vir-
konmaa, Nelli Mahkonen, Siiri Kujala, Romeo**



Oskari Lehtonen palkittiin seuran parhaana urheilijana.



Kaikissa viidessä viikkokisassa oli viime v

**Nudel, Aleksi Juutinen, Topi Toivonen, Jamie
Lawrence**

T/P 2009: **Raakel Rekola, Emma Liikkanen,
Sylvester Ketonen, Eino Lahti, Elmeri Pajas-
maa, Jere Mourujärvi, Eino Erkkilä, Mikael
Koski**

T/P 2008: **Kerttu Saari**

T/P 2007: **Sarla Kakkola, Nea Pyykkö**

T/P 2006: **Sara Ahlfors, Isabella Edelman,
Valtteri Vasama, Aapo Ruhanen, Kasper
Kempainen**

T/P 2005: **Thea Kolu, Jesse Virkonmaa**

Seuracup-voittajat 2017 ikäluokittain

**P15 Sauli Mokka
P13 Leevi Leskelä
P12 Jami Saari
P11 Luukas Lahti
P10 Jonne Mourujärvi
P9 Joon Paananen
P8 Jere Paananen
P7 Riku Korhonen**

**T15 Jemina Saari
T13 Inkaliina Nurminen
T12 Vaula Pispala
T11 Charlotte Kajander
T10 Minni Tuppur
T9 Viiviliina Nurminen
T8 Jenna Pyykkö
T7 Vera Ahlfors**

B-pikari

(B-tulosrajan rikkomisesta)
Essi Kärhä, seiväs (310 cm)
Janette Lohilahti, korkeus (157 cm)
Nea Kylmänen, seiväs (255 cm)

Tmi Kivi Viitanen
Pihakivetykset
puh. 0400 989 068
www.kiviviitanen.fi

MAA ELG
RAKENNUS
P. 0400 212 502 www.maarakennuselg.fi

SaKoTe *Sähköasennukset
*Huoneistorempat
*Laatoitukset
040 824 5180 taisto.malinen2@pp.inet.fi

Tavallista parempi Ruokakauppa
K Supermarket
NURMIJÄRVI
Mahlamäentie 2, 01900 Nurmijärvi Puh: 044 704 7749
Palvelemme ark. 7-21, la 8-21, su 10-20
Tilaa verkosta, kotiinkuljetus
ti ja to klo 14-18 välillä
k-ruokakaupat.fi/k-supermarket-nurmijarvi



STEN NURMIJÄRVI
WWW.STEN.FI
myynti@sten.fi
Puh.: 0207 434 610
Fax.: 0207 434 629
teräksellä tulokseen

Parturi-Kampaamo
Johanna Aaltio-Hyvärinen
Myös kotikäynnit
NYT MYÖS KOTISIIVOUSPALVELUT
SEKÄ AVUSTAVAT PALVELUT ESIM. KAUPASSAKÄYNTI YM.
Puh. 040 520 8995
Metsäkyläntie 68,
Klaukkala

onon NYU:n ykkösurheilija 2017



Sarjojen parhaat urheilijat

P9	Joona Paananen
P10	Jonne Mourujärvi
P11	Luukas Lahti
P12	Jami Saari
P13	Mikko Huhta
T9	Viiviliina Nurminen
T10	Sarla Kakkola
T11	Charlotte Kajander
T12	Oona Ketomäki
T13	Inkaliina Nurminen
P14	Samu Käyhkö
P15	Aleksi Viisanen
T14	Kajsa Henriksen
T15	Janette Lohilahti
N17	Erin Karjalahti
N19	Kati Rinnekari
N22	Tiina Rinnekari
M17	Matias Meriläinen
M19	ei valittu
M22	Oskari Lehtonen
M	Markus Pohjonen
N	Heli Rinnekari

Muut palkitut

Vuoden valmentaja	Hannu Rinnekari
Vuoden toimitsija	Riitta Rättyä
Kunniakierrospalkinto	Paavo Teräväinen
Seuran viiri	Merja Asikainen

Kuvat: Matti Hannula ja Ilkka Hemmilä

Vuonna käynyt peräti 38 nuorta urheilijaa.

Ranking 2017 top 10

1. Janette Lohilahti	249
2. Essi Kärhä	200
3. Charlotte Kajander	185
4. Nea Kylmänen	161
5. Samu Käyhkö	115
6. Joona Paananen	110
7. Luukas Lahti	102
8. Viiviliina Nurminen	94
9. Sarla Kakkola	93
Jemina Saari	93



Riitta Rättyä (vas.) sai Vuoden toimitsija -palkinnon, Hannu Rinnekari palkittiin taas Vuoden valmentajana ja Merja Asikainen vastaanotti NYU:n standardin.



Nea Kylmänen (oik.) palkittiin Vuoden kehittyjänä. Pystin ojensi valmennuksesta vastaava johtokunnan jäsen Maarit Vaitinen.

TILIPALVELU P NIINIKOSKI OY

Ilvesvuorenkatu 5 B, 01900 Nurmijärvi
Puh. 250 4506 Fax 2769 5360

Taksiliikenne Laurila Oy

Puh. 045-6357751 (1+6+pyörätuolimahdollisuus) Autot 615
045-6357752 (1+6) 629
045-6357753 (1+6) 891
Toimisto: 045-3263682 Taksiautoilua vuodesta 1966



Café Muru Oy

Keskusraitti 4, 05200 Rajamäki
Avoinna: ma - pe 6 - 18, la 10 - 16
Puh 050 - 370 6996
www.cafemuru.fi

MAANRAKENNUS ARTO LAAKSONEN

Metsärannantie 14, Perttula
puh. 0400 457 017

Virkki T Ky

Hannu Haapakorpi 040 5153430, 09-2765209
Partiokorventie 109, 01860 PERTTULA
Likakaivojen tyhjennykset

NETRINGIN PESULA

KEMIAALLINEN PESU, PALVELU- JA ITSEPALVELUPESULA
Punamullantie 12 C, Nurmijärvi Puh. 09 - 250 8260

♥ ARKI- JA JUHLA-ASUT ma-pe
♥ MATTOPESUT 8.30-17.30
♥ KODIN TEKSTIILIT la 9.00-13.00

ARKENA ja LAUANTAINA

www.netrinki.fi



INTERNATIONAL ROAD TRANSPORT

Ilmastointilaitteiden asennus
Ilmalämpöpumput, huollot,
mittaukset ja säädöt
Kanavistojen puhdistus

HotuLuft Oy Puh. (09) 276 1878
Auto 0400 302 963
www.hotuluft.fi

KAUKO KAJOLINNA KYErilaisia rakennus- ja myymälä-
REMONTOINTIA

Siippoontie 363, 01940 Palojoki

P. 250 3587, 0400 459 896, 040 523 4336

The Art of Enzymes

roalTykkimäentie 15 b
05200 Rajamäki
www.roal.fi**TILITOIMISTO
Raija Räsänen Oy**Viljelystie 15 D, 01840 Klaukkala
Puh. 879 9077**NUKARIN RENGAS OY**• Uudet ja käytetyt renkaat
• Erikoisvanteet, myös käytetytPuh. (09) 250 7747, Pertuntie 190 C, 05400 JOKELA
www.nukarinrengas.fi**SINUSTAKIN
TANSSIJA!**

Laadukasta taitteen perusopetusta Nurmijärvellä.

Lastentanssi, baletti, mykätanssi, showjazz,
street, breikki, poikien tunnit, aikuisten tunnit

Nurmijärven tanssiopisto puh (09) 879 9284 www.nto.fi

**BETONIPUMPPAUS
LAATIKAINEN**

www.betonipumppaus.fi



www.kuntosalifeelis.fi

**Noname
toimittaa
seura-asut**Nurmijärven Yleisurheilun
virallisten kilpailu- ja ver-
ryttelyasujen toimittaja on
Noname.Asuja toimitetaan etukäteis-
tilausten perusteella.Jos sinulla on kysyttävää,
ole yhteydessä Maarit Vait-
tiseen, puh 040 703 8828 tai
maarit.andersson@hotmail.fi**Nurmijärven Yleisurheilu
tarjoaa tulevana kesänä****Laadukasta
URHEILU- ja
LIIKUNTALEIKKOULU-
toimintaa**

Klaukkalassa ja Kirkonkylällä

**Kesäkausi
7.5.-16.9.****Klaukkalassa:**

Liikuntaleikkikoulu 5-6v. to klo 17.30-19.00

Urheilukoulu 7-10v. ma ja ti klo 17.30-19.00

Urheilukoulu 11-13v. ti ja to klo 17.30-19.00

Kirkonkylällä, Parkkimäki:

Urheilukoulu 6-13v. ma ja ke klo 17.30-19.00

**Viikkokisat
sisältyvät
toimintaan**Hinta:
Liikuntaleikkikoulu 120€
Urheilukoulu 170€
Ilmoittautumalla urheilukouluun
ensimmäistä kertaa löytyy myös
seuran jäsenkortti, josta maksu 13€
laskutetaan erikseen**Ilmoittaudu
mukaan!**

Lisätietoa ja ilmoittautumiset: 040-5636864 www.nyu.fi

Kilpailukalenteri 2018**Seuran järjestämät kilpailut ja tapahtumat**

ma 9.4.maastojuoksu	Maaniittu
ma 23.4.seuran mestaruusmaastot	Parkkimäki
28.-29.4.Märkiön urheiluleiri	Märkiön leirikeskus
la 5.5.Klaukkalan kevätmoukari 1	Klaukkalan moukarikenttä
to 10.5.Klaukkalan kevätmoukari 2	Klaukkalan moukarikenttä
to 10.5.Unelmien liikuntapäivä	Klaukkalan urheilukenttä
ma 14.5.Pikajuoksukisat	Klaukkalan urheilukenttä
to 24.5.Hippokisat	Klaukkalan urheilukenttä
ti 29.5.Kunniakierros	Klaukkalan urheilukenttä
ke 5.6.Viikkokisa 1	Klaukkalan urheilukenttä
ke 18.6.Viikkokisa 2	Kirkonkylän urheilukenttä
to 28.6.Viikkokisa 3	Klaukkalan urheilukenttä
ti 7.8.Seuracup 2. osakilpailu	Klaukkalan urheilukenttä
ma 13.8.Viikkokisa 4	Klaukkalan urheilukenttä
to 23.8.Viikkokisa 5 (NYU:n avoimet seurakisat)	Klaukkalan urheilukenttä
25.-26.8.Märkiön urheiluleiri	Märkiön leirikeskus
ti 28.8.Seuranmestaruuskisat 1	Klaukkalan urheilukenttä
ti 4.9.Klaukkalan syysmoukari 1 ja seuranmestaruustonnit.	Klaukkalan moukarikenttä ja urheilukenttä
ti 11.9.Klaukkalan syysmoukari 2	Klaukkalan moukarikenttä
to 1.11.NYU:n seuranmestaruus vauhdittomat hyyt	Klaukkalan ylä-aste
su 25.11.NYU:n Palkintogaala	Perttulan Rientola

**Uudenmaan Yleisurheilu Uudy ry:n pm- ja
aluemestaruuskisat 2018**

Näihin seura maksaa osallistumismaksun. Juniorien (9-15-v.) osalta kilpailut ovat merkittävä osa seuraranking-kilpailua.

la 21.4.Am-maantiekävelyt	Tuusula
su 22.4.Pm-maantiejuoksut	Porvoo
la 28.4.Am- ja pm-maastot	Kerava
la 19.5.Junnuottelut 1 (9-15-v.)	Janakkala
la 26.5.Pm-junnuviestit	Järvenpää
ma 11.6.Seuracup 1	Riihimäki
ma-ti 18.-19.6.Am-moniottelut M/N, 17/19 M/N.....	Eläintarhan kenttä, Helsinki
ke-to 25.-26.7.Am-17-19-v.	Hyvinkää
ti 7.8.Seuracup 2	Klaukkala
ti-ke 14.-15.8.Am-viestit	Porvoo
la-su 18.-19.8.Pm 9-15-v.	Riihimäki
ke 12.9.Am 10 000 m	Vantaa
la 15.9.Junnuottelut 2 (9-13-v.)	Vihti

SM-kilpailut 2018

14.4.SM-maantiejuoksut	Heinola
6.5.SM-maastot	Salo
17.6.SM-maantiekävelyt	Espoo
19.-22.7.Kalevan kisat	Jyväskylä
3.-5.8.SM M/N22,19	Laitila
10.-12.8.SM P/T15,14	Saarjärvi
10.-12.8.SM M/N17,16	Espoo
25.-26.8.SM-moniottelut M/N22-17, P/T15,14	Oulu ja Kempele
1.9.Seuracup-finaalit	Tampere
8.-9.9.SM-viestit	Mikkeli
15.-16.9.KLL:n mestaruuskilpailut	Hämeenlinna
22.9.SM-maraton	Lappeenranta

LiikuntaSankarit-hanke houkutti eskarilaisia tutustumaan eri urheilulajeihin

Teksti: Matti Hannula
Kuva: Tommi Mäkeläinen

Nurmijärven LiikuntaSankarit -pilottihanke on talven aikana tarjonnut esikouluikäisille lapsille mahdollisuuden tutustua eri liikuntalajeihin ilmaiseksi. Mahdollisuutta on käyttänyt pitkälti toistasataa 2011-syntyneitä lasta.

Kuuden nurmijärveläisen seuran ja Nurmijärven kunnan kanssa yhteistyössä toteutetun hankkeen tavoitteena on ollut kannustaa lapsia liikkumaan, kokeilemaan rohkeasti eri lajeja ja löytämään oma laji ja ilo liikkumiseen.

Idea lähti liikkeelle Olympiakomitean Unelmat liikkeelle -hankkeesta. Kunta kutsui vuosi sitten talvella seurojen edustajia pohtimaan, miten lapset saadaan liikkumaan. Esille nousi liikuntapassi-idea, joka viime elokuussa lähti jalostumaan ensin kolmen ja lopulta kuuden nurmijärveläisseuran voimin, kertoo **Eero Santala**, Nurmijärven Jalkapalloseuran johtokunnan jäsen ja webmaster, joka toimii LiikuntaSankarit-hankkeessa koordinaattorina.

Mukana pilotissa ovat olleet **NJS, Seven Ringettes, Klaukkalan NMKY, Kurra Hockey, SB-Pro** ja **Nurmijärven Yleisurheilu**. Piloti alkoi marraskuussa ja päättyi kuluvan huhtikuun lopussa.

– Ensi syksynä on tarkoitus aloittaa uusi lukuvuosi, Santala kertoo.

– Silloin ehkä laajennamme hieman vanhempiin ikäluokkiin, ja ajatuksena on myös ottaa lisää paikallisia liikuntaseuroja mukaan.

Matalalla kynnyksellä

LiikuntaSankarit-passit ja muun muassa seurojen yhteystiedot sisältävät ohjekirjeet toimitettiin marraskuussa kunnan organisoimana kaikkiin esikouluikäisille jaettavaksi. Pilotin aikana eskarilaisella on ollut mahdollisuus tutustua kuuteen eri lajiin ja kerätä osallistumistarroja passiinsa. Jokaiseen lajiin on voinut käydä tutustumassa neljä kertaa ilmaiseksi. Kahdella tarralla on lisäksi päässyt Rajamäen uimahalliin vanhempansa kanssa ilmaiseksi uimaan.

– Ensisijainen tarkoitus on saada lapsia liikkeelle tarjoamalla mahdollisimman matalalla kynnyksellä tilaisuus tutustua eri lajeihin. Paikalliset seurat eivät tässä millään tavalla kilpaile keskenään, vaan kehoittavat ja kannustavat lapsia käymään tutustumassa kaikkien seurojen toimintaan, korostaa Nurmijärven Yleisurheilun nuorisovastaava **Elina Paananen**, joka on toiminut pilotissa NYU:n vastuuhenkilönä.

Yleisurheilun kannalta talvi ei tietenkään ole ollut ihanteellisin vuodenaika tutustumiseen.



LiikuntaSankarit-pilottihankkeessa ovat olleet mukana yleisurheilu, ringette, koripallo, jääkiekko, jalkapallo ja salibandy.

– Kun meillä toisaalta on kesällä muutenkin paljon enemmän harrastajia kuin talvella, niin meille oli talvikaudella paljon helpompi järjestää tällaista tutustumistointia. Halukkailla on nyt sitten mahdollisuus tulla kesällä mukaan toimintaamme, Paananen toteaa.

Hyvässä hengessä yhteen hiileen

Kaikkiin kuuteen seuraan on LiikuntaSankarit-pilotin

myötä tullut uusia harrastajia ja jäseniä.

– Ja tiedusteluja on tullut paljon, Paananen kertoo.

Nettiosoitteesta liikuntasankarit.fi on pystynyt katsomaan, milloin seuroilla on harjoitusvuoroja, joissa voi käydä tutustumassa. Netissä perheet ovat myös rekisteröineet lapsensa pilottiin. Ilmoittautumistenkin on toivottu tapahtuvan sitä kautta. 2011-syntyneitä on Nurmijärvellä kuutensataa. Pitkästi toistastataa lasta on rekisteröity.

– Tavoite oli, että saisim-

me puolet eskarilaisista mukaan, mutta on neljäosakin ihan ok, Santala toteaa.

– Ja minulla on käsitys, että lähes kaikki tutustumassa käyneistä on lapsia, jotka eivät ole aiemmin olleet seuratoiminnassa, Elina Paananen sanoo.

– Pääosin kaikki on mennyt suunnitelmien mukaan, jopa yllättävänkin hyvin, Paananen jatkaa.

– Tiesin, että seuroista löytyy yhteishenkeä, mutta itse olen ollut yllätynyt, kuinka hyvä henki seurojen

kesken on tämän hankkeen tiimoilla ollut, Eero Santala sanoo.

LiikuntaSankarit-pilottihankkeen päättäjät pidetään Klaukkalan urheilualueella Unelmien Liikuntapäivän yhteydessä 10. toukokuuta. Kaikki hankkeeseen osallistuneet seuravat tapahtumassa mukana.

– Unelmien Liikuntapäivä -tapahtuma on avoin kaikille kuntalaisille, Paananen ja Santala painottavat.

Unelmien liikuntasankarit – tapahtuma 10.5.

Klaukkalan urheilualueella klo 10-13



Koko perheen liikuntatapahtuma

Käsi kättä vastaan!

Tule kokeilemaan lajeja lajipisteille!

Yhteisjumppa

Voit sanaseikkailusta palkintoja!

Saikki mukaan!

Pomppulinna DJ

Klaukkalan Ajoneuvokatsastus Oy

Kotimainen yksityinen hyvän palvelun asema



- Henkilö- ja pakettiautot drive-in 39 € tai **ajanvarauksella 35 €** + päästömittaukset.
- Raskas kalusto ajanvarauksella
- Palvelemme myös rekisteröinti- ja vakuutusasioissa

Tervetuloa!

Järvihaantie 6 Klaukkala p. 050-560 0910
Avoinna: ma-pe 8-17 ja **lauantaina 9-13**

www.klaukkalanajoneuvokatsastus.fi

Monitoimirengas Ky
www.monitoimirengas.fi

- Rengasmyynti- ja asennus
- Autojen käsinpesut

Ilvesvuorenkatu 5C, 01900 Nurmijärvi,
p. 09 296 6970, 050 440 4195
Avoinna: arkisin 9.00-17.00, la sop.muk.

Rakennus Trowe Oy

RAPPAUSURAKOINTI

Peräkylä Jarmo
puh. 0400 850 913

www.rakennustrove.fi

Rauta
KORPISAARI
KLAUKKALA NURMIJÄRVI

Ojakkalantie 2, 01900 Nurmijärvi
Avoinna ma-pe 8-18, la 9-14. P. 09 855 3670

Yrittäjätie 10, 01800 Klaukkala
Avoinna ma-pe 7-19, la 9-16 P. 09 3484 7700

JALKAHOITOLA
HILPEÄT JALAT

Marjo Valajärvi

Puh. (09) 2504 087

Avoinna ma, ti, ke, pe 9 – 17
tai sop. mukaan

Teen myös kotikäyntejä.

Keskustie 3, Nurmijärvi kk
torin vieressä, ent. linja-autoasema

Asioi apteekissa mukavasti paikanpäällä tai vaivattomasti Videoapteekin avulla

Kysy ensin meiltä

Venlarohdos & SEITSEMÄN VELJESEN APTEEKKI

AVOINNA JOKA PÄIVÄ

Mahlamäentie 2, Nurmijärvi
puh 09 2504 085 www.lääkekaappisi.fi

Kunnanjohtajan jokainen päivä alkaa tunnin juoksulenkillä

Uusi työ ei muuta Outi Mäkelän rutiineja

Teksti ja kuva:
Matti Hannula

Kolmatta kauttaan kansanedustajana työskennellyt ja Nurmijärven kunnanhallituksessa puheenjohtajan nuijaa paukutellut Outi Mäkelä aloitti maaliskuun alussa Nurmijärven kunnanjohtajan tehtävässä. Varsinaiset virkaantajat ovat toukokuun alussa, kun 19 vuotta kunnanjohtajana toiminut Kimmo Behm siirtyi virallisesti vanhuuseläkkeelle. Uusi pesti ei ole muuttanut Mäkelän kuntoilurutiineja: joka aamu kuudelta tunnin lenkille.

Lyhentynyt työmatkakin osaltaan auttaa Mäkelää pysymään totutussa. Kotoa Rajamäeltä Nurmijärven kunnantalolle kun pääsee kolmisen varttia nopeammin kuin Arkadianmäelle.

– Edelleen voin herätä ”vasta” kuudelta. Aamulenkeily on minulle paitsi pakkomielle niin myös puhtaasti omaa aikaa ja samalla oiva tilaisuus orientoitua päivään, Mäkelä sanoo.

– Ehdottomasti mieluummin otan tuon ajan aamulla. Siitä päivä lähtee hyvin käyntiin.

Kunnanjohtajan pallilta Nurmijärven asioita katsellaan tietysti eri näkövinkkelistä kuin kunnanhallituksen ja maakuntahallituksen puheenjohtajan tai kansanedustajan perspektiivistä.

– Vaikutusmahdollisuudet esimerkiksi nurmijärveliseen urheilu- ja liikuntaelämään ovat nyt erilaiset, Mäkelä toteaa.

– Nyt olen asioiden valmistelijana ja esittelijänä. Sen myötä pystyn itse konkreettisesti vaikuttamaan muun muassa valtuuston linjauksiin, hän uskoo.

Mäkelän mielestä urheilun ja liikunnan yleinen tilanne Nurmijärvellä on erittäin hyvä.

– Täällä on aina ymmärretty, miten tärkeää liikkuminen on, hän sanoo.

– Siitä hyvänä esimerkkinä on, että liikunta otettiin aikoinaan osaksi kunnan so-



Nurmijärven uuden kunnanjohtajan Outi Mäkelän mielestä on tärkeää, että liikunta ymmärretään monipuolisena hyvinvoinnin edistäjänä.

siaali- ja terveystoimialaa. Se oli poikkeuksellinen ratkaisu; liikunnan ennaltaehkäisevä vaikutus ymmärrettiin, ja liikunta edistää paitsi fyysistä niin myös henkistä terveyttä, Mäkelä korostaa.

– Toki liikunnalla on iso rooli myös lastenkasvatuksessa ja nuorisotyössä, mutta liikunta on kaikenikäisten juttu. On tärkeää, että se ymmärretään monipuolisena hyvinvoinnin edistäjänä.

Perusta moneen muuhun

Kunnan ja liikuntaseurojen yhteistyö on Mäkelän mielestä ehdottoman tärkeää.

– Ja yhteistyötä on jo tehtykin. Se konkretisoituu esimerkiksi kokonaiskoulupäivä-ajattelumallissa, hän sanoo.

– Ajatuksena on lisätä koulupäivän yhteyteen harrastusmahdollisuuksia. Kun esimerkiksi alakoululaisilla on lyhyehkot koulupäivät, niiden perään voisi hyvin lisätä liikunnallisia tai musiikkialaisia mahdollisuuksia.

Nurmijärven Musiikkiopiston kanssa tällaista toimintamallia on jo kokeiltukin.

– Liikuntaseuratkin voisivat olla toisena tahona tässä, Mäkelä uskoo.

– Helpottaahan se huomattavasti, jos lasta ei tarvitse lähteä koulupäivän jälkeen erikseen kускаamaan harrastuksiin. Rakennelman kustannuskysymykset on toki pohdittava erikseen.

Jokainen harrastus maksaa, ja jokaisen on itsekin

oltava valmis panostamaan, jotta saa harrastuksestaan hyödyn irti.

– Yleisurheilu on joka tapauksessa harrastuksista sieltä halvemmasta päästä ja luo perustan monen muun urheilulajin myöhempään harrastamiseen, Mäkelä korostaa.

Sisäänrakennettua ylpeyttä

Outi Mäkelä on ollut viime vuosina vakiovieras Nurmijärven Yleisurheilun kauden päättäjäistapahtumassa.

– Siellä konkreettisesti näkee, kuinka laajaa yleisurheilun harrastaminen Nurmijärvellä on. On selvää, että Nurmijärven Yleisurheilu on profiloitunut kasvattajaseuraksi, mutta eihän se huono asia ole, jos täältä lähtee tulevia yleisurheilutähtiä.

Mäkelä on ilahtuneena seurannut, miten esimerkiksi päiväkodeissa on otettu liikuntaa enemmän mukaan päiväohjelmaan. Nurmijärvellä monet päiväkodit saavat hyödyntää läheisten koulujen saleja.

– Omasta lapsuudestaan muistan, että siitähän se lähtee, kun pääsee kokeilemaan eri lajeja: innostutaan ja saadaan kavereita, Mäkelä korostaa. Hän myöntää, että yleisurheilun talviharjoittelupaikkojen puute on Nurmijärvellä suuri ongelma.

– Mutta ongelma on valtakunnallinen. Urheiluinvestoinnit ovat aina pitkän pohdinnan paikkoja. Liikuntarakennusten on palveltava suuria ihmismääriä, ei ainoastaan pieniä

harrastajayhteisöjä, Mäkelä jatkaa.

– Klaukkalan yleisurheilukenttä on hyvässä kunnossa. Siitä olen todella iloinen. Ja lajien kokeilemiseen riittävät hieman vaatimattomammatkin olosuhteet, Mäkelä huomauttaa.

Kunnanjohtaja Mäkeläänkin tietysti lämmittää, kun Kalevan kisojen lähtölistassa urheilijan seurana komeilee Nurmijärven Yleisurheilu.

– On sisäänrakennettua olla ylpeä oman seudun menestyjistä.

Sukupolvet kohtaamaan

Koululaisista ja nuorista miehistä kunnanjohtaja Mäkelä on huolissaan.

– He, jotka liikkuvat, liikkuvat paljon, mutta liian moni ei liiku ollenkaan. Toivoisin, että esimerkiksi yleisurheilu houkuttelisi mukaan sellaisiakin, jotka eivät tähtää SM-kultaan tai maailmanmestariin. Lasten ja nuorten kanssa tehtävä liikunnallinen ”höntsäilykin” on todella tärkeää, Mäkelä painottaa.

– Vetäjäpulaan yhtenä ratkaisuvaihtoehtona esitän, että pyrittäisiin hyödyntämään eläkeläiset, joilla on lajien perusjutut hallussa. Siitähän voisi syntyä aivan uusi ilmiö, kun mummit ja vaarit, joilla on aikaa, vetäisivät liikuntaryhmiä. Tuollaisesta eri sukupolvien kohtaamisesta ikäihmiset saisivat omaankin elämänsä uutta sisältöä, Outi Mäkelä vinkkaa.

Raskaan kaluston renkaat!

Ruusurengas Oy

Aspinniituntie 80, 01900 Nurmijärvi
Mikko 040-670 6668
mikko.nieminen@ruusurengas.eu
www.ruusurengas.fi

SUORITAMME
-louhintatyöt
-maansiirtotyöt -konetyöt

SETPAL OY

Ruohosuontie 25, 05200 Rajamäki
puh. 0400 475 620, fax 09 290 3151
setpal.oy@kolumbus.fi
www.setpal.fi

Kunniakierros 29.5.2018



Kunniakierros on 200 paikallisen urheiluseuran ja Suomen Urheiluliiton yhteinen liikunta- ja varainhankintaprojekti. Kunniakierroksen tuotosta lähes 85 % käytetään lasten ja nuorten liikunnan tukemiseen. Vuoden 2017 keräystuotto oli lähes 900 000 euroa, josta urheilulle tuloutettiin melkein 800 000 euroa.

Nurmijärven Kunniakierrostapahtuman järjestää Nurmijärven Yleisurheilu tiistaina 29.5.2018 Klaukkalan urheilukentällä klo 18.00 – 20.00.

Kunniakierroksen perusidea: Kunniakierrokseen osallistuva henkilö hankkii itselleen ainakin yhden mutta mieluiten useamman tukijan, jotka lupautuvat maksamaan haluamansa tukisumman. Tuen voi antaa joko kertamaksuna tai kierrosmaksuna juostujen kierrosten perusteella. Pienin laskutettava tukisumma on joka tapauksessa 15 €, vaikka kierrosmaksuista tulisikin vähemmän (esim. 20x0,3 €/kierros = 6 €). Tukisummat laskutetaan tapahtuman jälkeen, ja tätä varten tukija antaa omat laskutustietonsa viralliselle keräyslistalle. Käteistä rahaa ei saa ottaa vastaan. Lasku on mahdollista saada myös sähköpostitse pdf-muotoisena, mutta myös perinteinen laskutusosoite tarvitaan sähköpostin rinnalle.

Tallennukseen on nyt uutena mahdollisuutena tulossa kevään aikana mobiilisovellus.

Kunniakierrokseen voivat osallistua kaikki halukkaat henkilöt, ja tukijoina voivat olla yksittäiset henkilöt, yritykset tai yhteisöt.

Nyt kaikki mukaan: lapset, nuoret, aikuiset urheilijat sekä valmentajat ja vanhemmat!

Seura pyrkii hankkimaan tänäkin vuonna muutaman tarratukijan, jotka ovat kaikkien yhteistukijoita, jolloin kuka tahansa voi osallistua tapahtumaan myös ilman tukilistan täyttämistä.

Keräyslistoja jaetaan kevään urheilukouluissa, mutta niitä on jaossa myös tapahtumapaikalla 29.5.



Illan ohjelma:

- Klo 17.45-18.30** Kunniakierrokselle ilmoittautuminen ja keräyslomakkeiden vastaanotto
Klo 18.10 Yhteisverryttely kaikille osallistujille urheilukoulun vetäjien johdolla
Klo 18.30 Urheilukoululaisten välinen sukkulaviesti
Klo 18.45 Kunniakierroksen lähtölaukaus
 Urheilukoululaisilla mahdollisuus muutaman kierroksen jälkeen siirtyä ohjattuun urheilukouluun ja lajikokeiluihin tai jatkaa urheilukentän kiertämistä kunniakierroksen tahtiin
Klo 19.45 Kunniakierroksen päätöslaukaus
Klo 19.45-20.00 Tilaisuuden loppuosoitus, yllätyspalkinto osallistujille

Nurmijärven Yleisurheilu on asettanut omaksi keräystavoitteekseen 25 000 €, jolloin keräyksen tuotosta seuralle tulee 75 % eli lähes 19 000 euroa. Viime vuonna Nurmijärven Yleisurheilu keräsi yli 23 000 €. Nurmijärven Yleisurheilu käyttää Kunniakierroksen keräystuoton nuorten urheilijoiden valmennus-, leiri- ja kilpailutoiminnan kulujen kattamiseen.

Keräyslistoja voi keväällä noutaa ja palauttaa urheilukouluun sekä harjoitusten vetäjille.

Keräyslistoja saa myös soittamalla Lauri Laineelle 040 335 5501 tai pyytämällä sähköpostitse lauri.laine74@gmail.com.

Keräyslistat palautetaan viimeistään juoksupaikalle 29.5.2018 Klaukkalan urheilukentällä. Juoksupaikalle on hyvä tulla paikalle viimeistään klo 18. Lisätietoja myös: <http://www.nurmijarvenyleisurheilu.fi>

Räätälöityä logistiikkaa.

Tavarat oikeassa paikassa oikeaan aikaan.



www.jt-logistiikka.fi



JT-LOGISTIikka

Kilpailukutsu

31. HIPPO -kisoihin

torstaina 24.5.2018 klo 17:30 Klaukkalan urheilukentällä Kuntotie 3



Sarjat ja lajit:

- Tytöt ja pojat 2014, 2013 ja 2012 syntyneet: 40 m ja pituus
- Tytöt ja pojat 2011 ja 2010 synt: 40 m ja pallonheitto
- Tytöt ja pojat 2009 synt: 40 m ja kuula
- Tytöt ja pojat 2008 synt: 60 m ja kuula

Sarjat ovat erikseen tytöille ja pojille sekä erikseen kullekin syntymävuodelle. Osallistua voi joko yhteen tai kahteen lajiin. Vuonna 2015 tai myöhemmin syntyneet toivotamme tervetulleeksi tulevina vuosina.

Ilmoittautuminen

Su 20.5. klo 18:00 mennessä sähköpostilla hippo@nurmijarvenyleisurheilu.fi. Ilmoita sukunimesi, etunimesi ja sarjasi (T/P+ syntymävuosi) ja lajit, joihin osallistut.

Ilmoittautuminen vahvistetaan. Jos et saa vastausta 2-3 päivän sisällä, ota yhteys Tapani Markkulaan tapani.markkula@kolumbus.fi tai 045 208 6121.

Kentällä ei voi enää kilpailupäivänä ilmoittautua. Kaikki osallistujat palkitaan, lisäksi jokaisen lajin kolme parasta saavat Hippon-mitalin. Ei osanottomaksua. Vapaa pääsy. Kilpailun järjestävät OP Keski-Uusimaa ja Nurmijärven Yleisurheilu.

Lisää Hippon-kisätietoa osoitteesta www.nurmijarvenyleisurheilu.fi

Tervetuloa iloiseen yleisurheilutapahtumaan Nurmijärven Klaukkalaan! Mukaan on kutsuttu myös Hanna Hippon.

OP Keski-Uusimaa



**Kuljetus
Timo
Åberg Oy**

0500-450 646

- ◆ Sauva-,
◆ mosaiikki-,
◆ lauta-,
◆ korkkiparketit
- ◆ Asennus-,
◆ hionta-,
◆ sävytys-,
◆ remonttityöt

Kaikki lattiatyöt ammattitaidolla
ja edullisesti. Pyydä tarjous!

PARKETTI LOUHIQ KY

Koivusillantie 33, 01800 Klaukkala
Puh. 0400-456066

parkettilouhio@par.as www.parkettilouhio.fi

TÄYDEN PALVELUN PAINOTALO

NurmiPrint Oy

Paina mitä painat,
painotalosi on
NurmiPrint.

**PAINAVAA ASIAA
VUODESTA 1989**

Iivessuurenkatu 5 A • 01900 Nurmijärvi
puh. 09-250 8460 • nurmiprint@nurmiprint.fi

www.nurmiprint.fi



**RAJAMÄEN
UIMAHALLI**

Puh. (09) 276 6720 www.rajamaen-uh.fi

Hyvää oloa jo vuodesta 1974!



*Ruusulinna
urheilijat
tanssittaa*



**TANSSIVA
Ruusulinna**

Aspinniituntie 80, Nurmijärvi p. 0400-867976



Oletko jo **ONLINE?**

Online-palvelussamme asioit silloin kun se itsellesi parhaiten sopii. Sähkökulutus, -sopimukset ja monet muut hyödylliset tiedot ovat saatavillasi ajantasaisesti missä ja milloin vain!

REKISTERÖIDY!
www.nurmijarvensahko.fi



NURMIJÄRVEN SÄHKÖ

Nurmijärven Sähkö Oy
Y-Tunnus 0911384-5

Kauppanumtie 1 01900 NURMIJÄRVI
Puh. (09) 878 071, faksi (09) 8780 7207

www.nurmijarvensahko.fi

Palveleva - Paikallinen - Ympäristövastuullinen

Nopeusvoimaleiri 4-8.6.2018

Laadukas pikajuoksu-
huippuvalmentajien
johdolla.

Leiri pidetään Klaukkalan urheilukeskissä klo 10-14
riippuen osallistujamäärästä. Harjoituksen kesto 2h/pv.
Leiri soveltuu kaikille 10-15-vuotiaille yksilö- ja
joukkueajajien harrastajille, jotka haluavat kehittää
nopeusominaisuuksia.



Valmentajat

Vesa Sjöstedt

Valmentanut 1996 lähtien lukuisia
yksilö- ja joukkueajajien urheilijoita
SM-tasolla.

Erikoistunut pikajuoksu-
valmennukseen.

Oskari Lehtonen

Lukuisia SM-mitaleita eri ikäkausista
pikajuoksussa
Nuorten 22-v. EM-kisojen viestipronssi
4 x 100m, 300m 10.
Tavoitteena Berliinin EM-kisat 2018

Hinta 50€/leiri.
Ilmoittaudu mukaan
20.5.2018 mennessä

Lisätietoa ja ilmoittautumiset: www.nyu.fi

NURMIJÄRVI

