

***Special
Olympics
Finland***



2/2021



***Special
Olympics
Finland***



so_finland



SpecialOlympicsFinland



SO_Finland



**SUOMEN
PARALYMPIAKOMITEA**



JULKAISIJA Suomen Paralympiakomitea

KUVAT Lauri Jaakkola, Manu Lahdes,
Anna Tanninen, Kuuseloiden kotialbumi,
Salinien kotialbumi

ILMOITUKSET JA TAITTO Scanetto Oy,
puh. 09 782 097, asiakaspalaute@scanetto.fi,
www.scanetto.fi

PAINOPIIKKA Savion Kirjapaino Oy, Kerava

- 6 Pääkirjoitus
- 7 Mistä Special Olympicsissa on kyse?
- 8 Special Olympics -uutisia
- 10 Special Triathlon
- 16 Rytminen voimistelu porskuttaa eri puolilla Suomea
- 25 Puistolan Urheilijoiden Energiset Haukat
- 30 Yleisurheilija Marko Ruotsalainen
- 35 Kansainväliset kentät ovat tuttuja Salinin veljeksille
- 39 Tulevat kilpailut ja leirit



**Special
Olympics**
Finland

Tee miten oma sydän sanoo!

Moro! Minulle sanottiin, että saan kirjoittaa pääkirjoituksen tähän lehteen ja mietin jonkun aikaa sitä aihetta, mikä olisi hyvä ja lopulta päädyin tähän: Haluan kirjoittaa siitä, että ihmisten täytyy oppia kuuntelemaan itseään. Tehkää omia päätöksiä, vaikka kuinka kaverit ynnä muut painostaisivat teitä tekemään toisin.

En oikein tiedä mikä tämän aiheen nimi voisi olla, mutta pääasia on se, että pitää oppii kuuntelemaan itseään ja tehdä miten se oma sydän sanoo. Otetaan vaikka esimerkki: Olet pitkään harkinnut muuttavasi toiselle paikkakunnalle, mutta kaikki kaverit ja perheenjäsenet sanovat, että onkohan se nyt ihan järkevää. Siinä kohtaa pitää tehdä omat päätökset ja tätä kutsutaan minun mielestäni itsenäistymiseksi.

Olen sitä mieltä, että itsenäistymistä ei pidä pelätä, vaan mennä hyvällä asenteella eteenpäin ja miettiä joka päivä positiivisesti huonoistakin asioista.

JULIA FONSÉN

Special Olympics -johtoryhmän
urheilijajäsen



MISTÄ SPECIAL OLYMPICSISSA ON KYSE?

Special Olympics on kehitysvammaisten henkilöiden urheilujärjestö. Sen tehtävänä on järjestää urheilu- ja liikuntatoimintaa lapsille ja aikuisille, joilla on kehitysvamma.

Suomessa Special Olympics -toimintaan voivat osallistua myös muut henkilöt, joilla on erityisen tuen tarve.

Special Olympics -järjestön on perustanut **Eunice Kennedy Shriver** vuonna 1968 Yhdysvalloissa. Kennedy Shriver oli Yhdysvaltain presidentin **John F. Kennedyn** sisko.

Suomeen Special Olympics saapui vuonna 1990. Nyt Special Olympics Finland on osa Suomen Paralympiakomitean toimintaa.

Special Olympics -toimintaan pääsee mukaan oman urheiluharrastuksensa kautta. Harrastaa voi esimerkiksi urheiluseurassa, vammaisyhdistyksen ryhmässä, kunnan järjestämässä ryhmässä, asuntolan tai toimintayksikön kaverien kanssa tai oman perheen parissa.

Jos kilpaileminen kiinnostaa, seuraava askel harrastamisessa on osallistua avoimille Special Olympics -valmennusleireille ja oman lajin kilpailuihin. Leireillä käymisen ja Suomessa kilpailemisen jälkeen on mahdollista päästä mukaan ulkomailla järjestettäviin Special Olympics -kisoihin.

Leireistä ja kilpailuista löydät lisää tietoa osoitteesta **www.specialolympics.fi**

Special Olympics -kesämaailmankisat järjestetään neljän vuoden välein. Samoin myös Special Olympics -talvimaailmankisat. Maailmankisat ovat kehitysvammaisten urheilun suurin tapahtuma.



Suomesta 30 urheilijaa Kazanin talvimaailmankisoihin

Special Olympics -talvimaailmankisat järjestetään 22.–28. tammikuuta 2022 Kazanissa Venäjällä. Suomesta kisoihin lähtee 30 urheilijan joukkue. Suomalaisurheilijat osallistuvat salibandyyn, maastohiihtoon, lumikenkäilyyn, alppihihtoon, lumilautailuun ja taitoluisteluun. Huom! Kisajoukkueeseen on saatanut tulla muutoksia lehden painoon menon jälkeen. Joukkueen kokoonpanon voi tarkistaa osoitteesta www.specialolympics.fi



SPECIAL OLYMPICS

**WORLD
WINTER
GAMES**

KAZAN 2022

Salibandy

Urheilijat

- Janne Ahokainen, Vantaa
- Lauri Kinnunen, Kuopio
- Antti Koljonen, Kuopio
- Arttu Paukkonen, Varkaus
- Niko Pirinen, Tuusula
- Saul Päivinen, Lempäälä
- Oskari Rantanen, Hämeenlinna
- Timo Vuosmaa, Kuopio

Valmentajat

- Markku Kinnunen, Kuopio
- Kari Seppänen, Kuopio

Maastohiihto

Urheilijat

- Mika Nyberg, Jyväskylä
- Veli-Matti Putila, Kangasala
- Ville Mäntynen, Tampere
- Anni Aalto, Tampere
- Teemu Toiviainen, Imatra
- Jarmo Sarhola, Salo

Valmentajat

- Kaisa Poutanen, Kokkola
- Mikael Pironetti, Jyväskylä
- Eeva Nyberg, Jyväskylä

Lumikenkäily

Urheilijat

- Esa Peltonen, Helsinki
- Jan Siltanen, Rovaniemi
- Aleksi Timonen, Lahti
- Janette Teerenmaa, Lahti

Valmentajat

- Mika Valavuori, Siuntio
- Virpi Palmén, Espoo

Alppihiihto

Urheilijat

- Saga Hänninen, Espoo
- Aino Miettinen, Espoo
- Marco Magi, Helsinki
- Erika Rämö, Espoo
- Teo Ruoslahti, Espoo
- Saimi Oksa, Juupajoki
- Toivo Laiho, Hollola
- Veera Luhtanen, Jalasjärvi
- Tatu Kantonen, Turku
- Kasperi Immonen, Kuopio

Valmentajat

- Virpi Mikkola, Espoo
- Juha Kantonen, Mynämäki
- Tiina Lavanti, Espoo

Lumilautailu

Urheilijat

- Adrian Frantsi, Lahti

Valmentajat

- Miika Laitinen, Rovaniemi

Taitoluistelu

Urheilijat

- Viivi Väistö, Nummela

Valmentajat

- Anna Haataja, Vihti

Joukkueenjohto

Joukkueenjohtaja:

Timo Pelkonen, Pirkkala

Apulaisjoukkueenjohtaja:

Kaisa Kiri, Helsinki

Lääkäri:

Arto Immonen, Kuopio

Tiedottaja:

Lauri Jaakkola, Vantaa

”Ollaan vain sinä sinänä ja minä minänä”

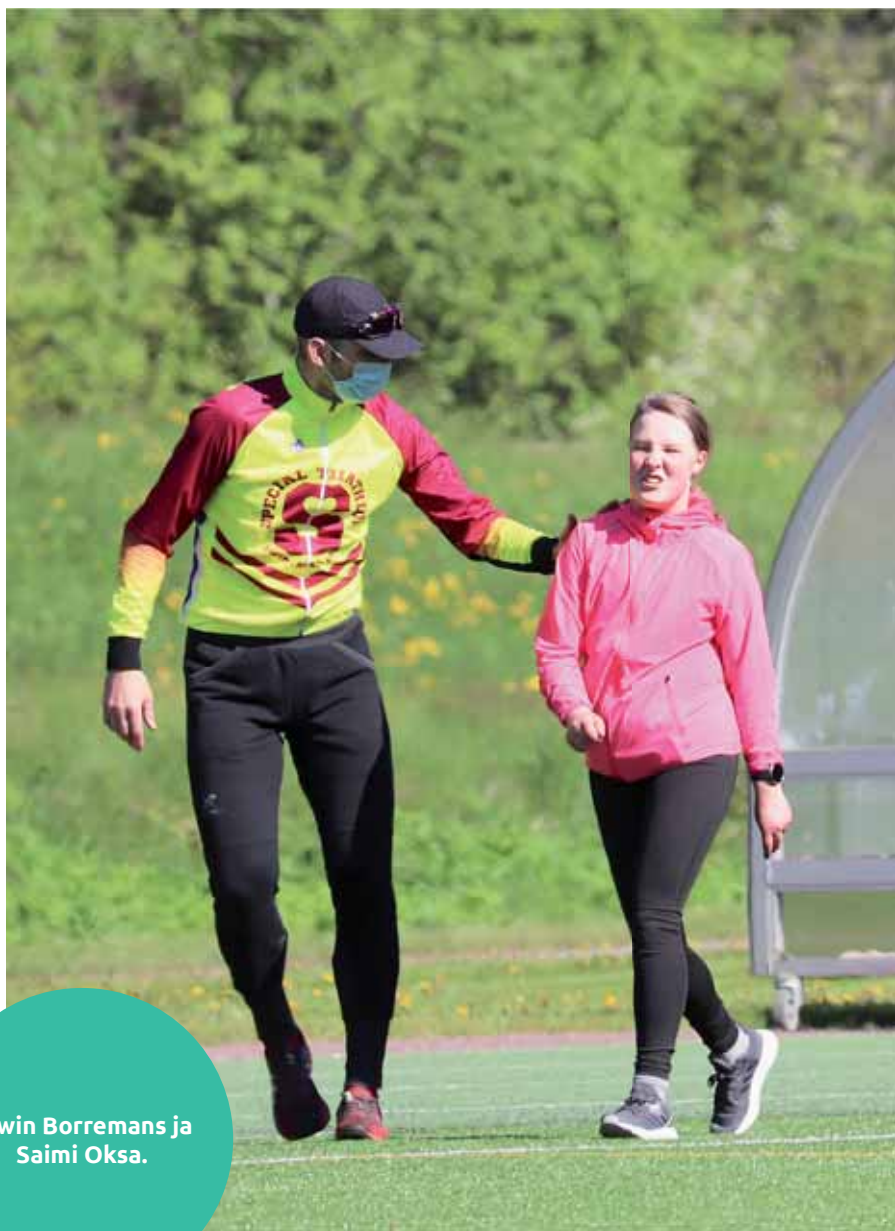
Triathlon on yksi uusimmista Special Olympics -lajeista. Se oli ensimmäistä kertaa virallisesti Special Olympics -kesämaailmankisojen lajiohjelmassa Abu Dhabissa 2019.

Suomessa Special Olympics -triathlon on ehtinyt jo saada tukevan jalansijan, kiitos pitkälti triathlonaktiivin ja erityisammattioppilaitos Liven liikunnanopettajan **Erwin Borremansin**. Belgialaistaustainen Borremans on käynnistänyt Special Triathlon -toiminnan sekä siihen kytkeytyvän Triathlonkamu-toiminnan Suomessa.

Triathlonkamut ovat vammattomia henkilöitä, jotka tsemppaavat toimintarajoitteisia triathlonisteja ja kilpailevat yhdessä heidän kanssaan. Kyse on siis hyvin pitkälti samasta asiasta kuin Special Olympicsin Unified-partneritoiminta.

Borremans ottikin ilolla vastaan kansainvälisen Special Olympics -järjestön päätöksen laajentaa Unified-toiminta myös triathlonin puolelle. Suomessa oltiin siinä jo hyvässä vauhdissa. Toukokuussa 2021, kun korona vihdoin antoi myöten, järjestettiin Liikuntakeskus Pajulahdessa Lahden Nastolassa ensimmäinen virallinen Special Olympics -Unified-triathlonleiri.

–Meillä on Hyvinkään Triathlonissa ollut jo monta vuotta Unified-triathlonharjoitusryhmä ja meidän seurastamme mukana olleet partnerit ovat ehtineet tottua tähän systeemiin. Unified on mielestäni triathlonissa ehdottomasti se oikea tapa, Borremans sanoo.



Erwin Borremans ja
Saimi Oksa.

–Nämä partnerit haluavat olla mukana tässä ja kokevat, että tämä on ihan normaalia, että kaikki pääsevät harrastamaan ja he voivat aina tarvittaessa vähän jeesata ja näyttää mallia. Ollaan vain sinä sinänä ja minä minänä. Se on kaikkein ihanin puoli Unified-toiminnassa, hän jatkaa.

Triathlon koostuu kolmesta lajista: uinnista, pyöräilystä ja uinnista. Maallikolle lajista tulee helposti ensin mieleen paahtavassa kuumuudessa Havaijilla kilpailtava Ironman-triathlonin valtavan pitkine osuusmatkoineen, mutta lajia on helppo soveltaa ja aloittelijalle on hyvä tarjota lyhyitä osuuksia, joiden kautta pääsee lajin hienouteen käsiksi.

–Se on mahtavaa seurata Special Triathlonissa sitä tunteiden vuoristorataa, kun välillä näkyy riemua, sitten taas tuskaa: ”En mä pääse enää

**Triathlonleiriläiset
lähdössä pyöräily-
harjoitukseen.**



eteenpäin”, mutta sitten näkyikin maalilinja ja endorfiinit puskevat esiin. Sitten taas se väsymys kisan jälkeen ja seuraavana päivänä riemu siitä, että mitali roikkuu kaulassa, Borremans tunnelmoi.

Erwin Borremans huomauttaa, että triathlon koostuu oikeastaan kolmen lajin sijaan viidestä lajista. Vaihdot uinnista pyöräilyyn ja pyöräilystä juoksuun ovat lyhyitä hetkiä, joita kannattaa kuitenkin harjoitella runsaasti ja sitä Pajulahden triathlonleirillä tehtiinkin.

– Jos ei osaa ollenkaan niitä vaihtoja, niin se on kyllä hankalaa. Vaihdot ovat yksi tärkeimmistä jutuista, sanoo **Eedi Imppola**, leirillä mukana ollut 13-vuotias Unified-partneri.

– Pyöräilyä kannattaa treenata myös paljon, koska se on keskilaji triathlonissa ja siinä kannattaa pitää asemansa hyvin, lisää toinen partneriurheilija, 12-vuotias **Lotte Borremans**.

– Niin, ja uinnissa tekniikka pitää olla hyvä, jotta ei sen aikana jää niin paljon muista, Eedi komppaa.

Eedi ja Lotte ovat Hyvinkään Triathlonin urheilijoita, jotka ovat nuoresta iästään huolimatta – tai ehkä juuri sen vuoksi – sisäistäneet Unified-toiminnan perusajatuksen erinomaisesti.

– Meidän pitää näyttää esimerkkiä, auttaa vähän ja luoda hyvää ilmapiiriä, Lotte luettelee.

– On ollut tosi kiva päästä tänne ja tutustua kaikkiin näihin uusiin tyypeihin, Eedi sanoo.

Tamperelainen **Saku Schrader** oli yksi Pajulahden leirin urheilijoista. Hän on urheilullinen tyyppi, harrastaa salibandya, uintia ja judoa, mutta triathloniin hän tutustui kunnolla vasta Pajulahden leirillä.

–Tämä on aivan paras laji ja Erwin on paras valmentaja. Kaikki kolme lajia ovat hyviä, mutta pyöräily on paras, isänsä kanssa leirillä ollut 17-vuotias Saku sanoo.

Triathlon on Sakulle siis jo neljäs urheilulaji, mutta mahtuu elämään vielä muutakin:

–Kuuntelen musiikkia ja äänikirjoja ja pelaan X-Boxilla Fornitea. Sitten jos äitini pakottaa minut koiran kanssa lenkille, niin harrastan myös sitä, Saku toteaa.

Juupajoelta Tampereen koillispuolelta kotoisin oleva **Saimi Oksa** puolestaan aloitti triathlonin viime vuonna. Koronaviruspandemialla oli vaikutuksensa myös ratsastuksen ja alppihihdon parissa viihtyvän Saimin harrastamiseen.

–Olenhan minä yksin treenannut, käynyt juoksemassa, pyöräilemässä ja uimahallissa, mutta on kivaa, kun saa nähdä tuttuja kavereita taas. Hyvällä tavalla erilaista, sanoo 18-vuotias Saimi.

Triathlonleirin ohjelmaan kuului uimisen, pyöräilyn, juoksun ja vaihtojen harjoittelemisen lisäksi myös mm. tutustumisleikki, seinäkiipeilyä ja leikkimielinen leirikisa viimeisenä leiripäivänä. Kisassa päästiin kokeilemaan leirillä opittuja asioita jos ei nyt ihan tosipaikas-



Saku Schrader.

INFO

Jos Special Triathlon kiinnostaa,

olet sitten toimintarajoitteinen henkilö tai Unified-partneriksi haluava henkilö, ota rohkeasti yhteyttä triathlonvalmentaja Erwin Borremansiin: puh. 040 7070 869 erwin.borremans@inlive.fi



**Special Triathlonissa
voi tarpeen mukaan
käyttää myös
erikoispyöriä.**

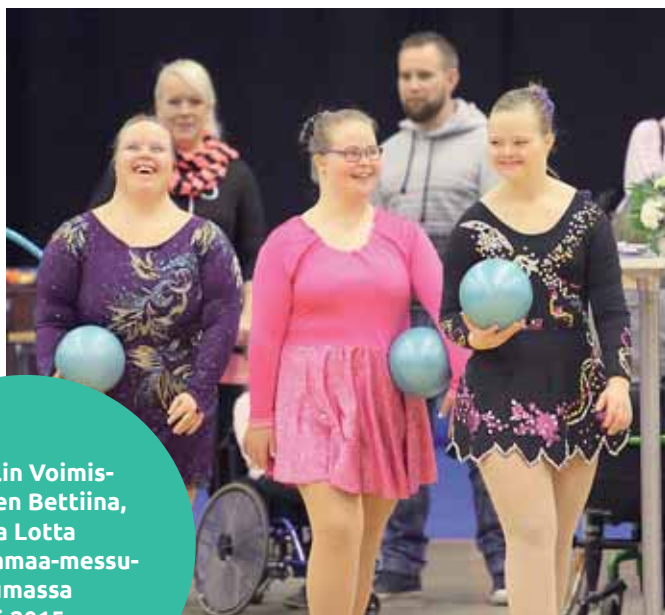
sa, niin ainakin kilpailunomaisessa ympäristössä.

– Näissä leireissä on mielestäni parasta se, että vaikka treenataan monta kertaa päivässä, niin yritetään jättää myös vähän tyhjäkäyntiaikaa, jolloin voi vähän seurustella ja tehdä vapaammin erilaisia leirijuttuja, Erwin Borremans sanoo.

– Triathlon on laji, jossa on vaikea tylsistyä, kun aina voi vaihtaa lajia treeneissä. Yritämme myös ottaa urheilijoiden ja partnereiden omia toiveita huomioon leiriohjelman suunnittelussa. On meidän ohjaajien etu, että nuoret haluavat tulla treeneihin. Siksi haluamme saada aikaan heidän itsensä näköisiä leirejä, hän jatkaa.

Rytminen voimistelu porskuttaa eri puolilla Suomea

Special Olympics -rytminen voimistelu on vahvassa nousussa. Vuosikymmen takaperin toimintaa oli vain Naantalissa, nyt järjestäviä seuroja on eri puolilla Suomea. Suomen Voimisteluliitto on ottanut Special Olympics -voimistelun siipiensä suojiin. Tässä jutussa esitellään neljä innokasta lajin harrastajaa: Olarin Voimistelijoiden **Lilli Lehmus**, Tampereen Sisun **Anniina Hassinen**, Seinäjoen Voimistelijoiden **Elle Kuusela** ja SC Vantaan **Saga Hänninen**.



Naantalien Voimistelijoiden **Bettiina**, **Emilia** ja **Lotta** Liikuntamaa-messutapahtumassa syksyllä 2015.



Lilli nauttii esiintymisestä ja kavereiden seurasta

Espoolainen **Lilli Lahdes** sai tietää Olarin Voimistelijoiden rytmisen voimistelun Supernovat-erityisryhmästä Kuitinmäen koulusta saadun esitteen kautta.

Liikunnallinen Lilli innostuu helposti uusista jutuista. Voimistelun lisäksi hän harrastaa ratsastusta Kirkkonummella Kartanon Ratsastajien tallilla ja jalkapalloa espoolaisessa FC Kasiysissä. Hän haluaisi aloittaa vielä koripallonkin, mutta kalenterista alkaa loppua tila.

Ratsastuksen kautta Lilli tunsikin myös jo pitkään kansainvälisiä rytmisen voimistelun kilpailuja kiertäneen **Saga Hännisen**, jolta hän sai lisää vahvistusta siihen, että voimistelu on kivaa. Nyt Lilli on ollut Supernovissa kaksi vuotta.

– Siellä oli jo entuudestaan tuttuja kavereita ja olen saanut sieltä uusia, 16-vuotias Lilli sanoo.

– Voimistelussa saa tehdä kaikkia uusia juttuja välineiden kanssa, se on hauskaa. Pallo on suosikkivälineeni, koska minulla on se ihan omana ja kaikilla ei ole sitä, hän jatkaa.

Ulla-äiti vahvistaa, että omasta pallosta on ollut Lillille paljon iloa ja hän järjestää perheenjäsenilleen paljon kotiesityksiä. Harkinnassa on, että muitakin rytmisen voimistelun välineitä, kuten vanne, nau-

ha ja keilat, hankitaan kotiin Lillin harrastusta tukemaan ja muun perheen iltoja ilostuttamaan.

–Varmaan keilat vaativat vielä vähän treenaamista. Osa liikkeistä on vaikeampia kuin muut, niin kuin heittämiset ja kiinniottamiset. Välillä saan kiinni ja välillä en, Lilli pohtii.

Lillin yhtenä valmentajana Supernovissa on Saga Hännisen pikkusisko **Kiia**, joka on innostunut siskonsa harrastuksen kautta erityisryhmän valmentamisesta. Lillin äiti Ulla Lahdes kiittelee Kiiaa ja muita Supernovien valmentajia – ja ylipäätään erityisryhmien valmentajia lajiin katsomatta – tekemästään työstä ja asennoitumisestaan.

–Pitää sietää sitä, että etukäteen tehdyt suunnitelmat voivatkin hetkessä mennä ihan mönkään. Pitää osata joustaa ja elää mukana, olla psykologeja ja erotuomareita ja vaikka mitä. Mutta kyllä se varmasti on sitten parhaimmillaan hirveän palkitsevaakin. Ilo onnistumisesta on niin suurta, että sitä ei joka paikassa näe. Ja se voi olla iloa vaikka viidennestä sijasta. Siinä olisi ainakin itsellä opettelemista, Ulla Lahdes sanoo.

Lilli on ehtinyt osallistua muutamiin kilpailuihinkin, muun muassa kevään 2021 virtuaalikisoihin, joissa ohjelmat videoitiin etukäteen ja lähetettiin tuomaristolle. Lilli ei ole erityisen kilpailuhenkinen, mutta pitää tosi paljon esiintymisestä.

–Minun kavereitani jännittää, mutta minua ei oikeastaan, koska se on jo ihan tuttua, Lilli sanoo.

Kaverit ovat Lillille tärkeitä ja harrastusten kautta on kertynyt iso osa hänen kavერიpiristään. Korona-aika olohuoneen lattialla tehtyine etätreeneineen on tämän vuoksi ollut Lillille hankalaa aikaa, mutta sitä paremmalta tuntuukin taas palata tavalliseen päiväjärjestykseen.



Annina haaveilee entistä isommista areenoista

Annina Hassinen on 18-vuotias tamperelainen, joka on harrastanut rytmistä voimistelua Tampereen Sisussa kolme vuotta.

Anniinan sisko on harrastanut aiemmin telinevoimistelua ja nyt viimeiset vuodet kilpa-aerobicia. Voimisteluhallit olivat tulleet sisikon harrastuksen kautta Anniinallekin tutuksi ja kiinnostus lajia kohtaan oli herännyt. Perhe olikin esittänyt Tampereen Sisulle toiveen voimistelun erityisryhmän käynnistämisestä.

Kun Special Olympics -voimistelun parissa pitkään pääkaupunkiseudulla toiminut valmentaja **Mari Mieskonen** muutti Tampereelle, käynnistyi Ikurin liikuntahallilla soveltavan rytmisen voimistelun ryhmä, johon myös Annina innoissaan liittyi.

–Kaikki ohjelmat ja välineet ovat kivoja rytmisessä voimistelussa. Suosikkejani ovat vanne ja keilat, koska ne ovat niin helppoja tehdä. Nauha on vaikein väline, Anniina sanoo.

Hän on ehtinyt osallistua useisiin kilpailuihin ja näytöksiin. Anniina oli mm. muiden Sisun voimistelijoiden kanssa esiintymässä vuoden 2019 down-urheilijoiden yleisurheilun ja pöytätenniksen Euroopan mestaruuskilpailujen päätöstilaisuudessa Varalan Urheiluopistolla.

–Tykkään esiintymisistä. Välillä vähän jännittää etukäteen, mutta ei usein sen jälkeen, Anniina toteaa.

Kesällä 2019 Anniina oli myös ensimmäisissä kansainvälisissä kilpailuissaan, down-urheilijoiden voimistelun avoimissa Iso-Britannian mestaruuskilpailuissa. Mieluusti hän lähtisi jatkossakin kisamaan ulkomaille.

–Ainakin Berliiniin Special Olympics -maailmankisoihin 2023. Sinne haluaisin, Anniina linjaa.

Voimistelu ei suinkaan ole ehtiväisen Anniinan ainoa laji.

–Pelaan salibandya Kooveessa, koripalloa BC Nokiassa ja jalkapalloa TPV Auringonnousussa, sanoo Anniina, joka käy myös Varalan Urheiluopistolla järjestettävässä erityisnuorten kuntopiirissä.

–Treenit ovat iltaisin, joten ehdin niitä ennen tekemään muutakin. Tykkään esimerkiksi kuunnella musiikkia. Korealainen K-Pop -yhtye Black Pink on ykkönen ja syksyllä menen **Antti Tuiskun** konserttiin, kertoo Luovi Ammattiopistossa liiketoimintalinjalla opiskeleva nuori nainen.



Musiikki, esiintymisasut ja välineet vetoavat Elleen

Elle Kuuselan äidillä **Mia-Marjalla** on voimistelutausta. Myös Ellen isosisko **Oona** on harrastanut voimistelua pienestä pitäen.

Kun Elle oli pieni, ei Kuuseloiden kotipaikkakunnalla Seinäjoella vielä ollut hirveän paljon liikunta-harrastustarjontaa erityislapsille. Niinpä Elle oli mukana yleisessä jumppakouluryhmässä.

Kolmisen vuotta sitten Mia-Marja Kuusela ja **Johanna Lähdesmäki** totesivat, että aika on kypsä rytmisen voimistelun erityisryhmän perustamiselle. Seinäjoen Voimistelijat näytti suunnitelmalle vihreää valoa.

Alkuun mukana oli kolme alle 10-vuotiasta tyttöä – Elle Kuusela mukaan lukien – sekä Jalasjärveltä harjoituksissa kulkenut joitain vuosia vanhempi **Veera Luhtanen**. Nyt mukana on jo yhdeksän tyttöä, mikä on lähellä maksimimäärää nykyiselle valmennusresurssille.

–Mutta jos tulijoita on lisää, niin sitten vain aletaan jakamaan voimistelijoihin omiin ryhmiinsä. Ovet pidetään kyllä aina auki, eikä kenellekään olla ikinä sanottu eitä. Mukaan saa ehdottomasti tulla, jos voimistelu yhtään kiinnostaa, Mia-Marja Kuusela sanoo.

–Mutta jos tulijoita on lisää, niin sitten vain aletaan jakamaan voimistelijoihin omiin ryhmiinsä. Ovet pidetään kyllä aina auki, eikä kenellekään olla ikinä sanottu eitä. Mukaan saa ehdottomasti tulla, jos voimistelu yhtään kiinnostaa, Mia-Marja Kuusela sanoo.

Musiikki, esiintymisasut ja välineet muodostavat kokonaisuuden, joka rytmisessä voimistelussa kiehtoo. 9-vuotiaalle Ellemme esiinty-

minen on luontaista. Hän odottaa kovasti sitä, että saa laittaa voimistelunutturan päähän, pukea voimistelupuvun ja pääsee esittämään taitojaan.

–Varsinkin Oona-siskon kanssa samoissa jutuissa on kiva esiintyä. Vähän esiintymiset jännittävät, mutta se on kivaa silti, Elle sanoo.

–Kaikki voimistelussa on kivaa. On kavereita ja puvut ovat kivoja. Vanne on suosikkivälineeni, hän jatkaa.

Seinäjoen Voimisteliijoissa on viikoittaisen harjoitusvuoron lisäksi halukkaille tarjolla myös Seinäjoen Ammattikorkeakoulun fysioterapeuttiopiskelijoiden vetämä motoriikkaliikkakerho. Muutama Seinäjoen Voimistelijoiden erityisryhmän jäsen käy Ellen tapaan myös toisessa musiikkia ja liikuntaa yhdistävässä harrastuksessa, Samba Tropicalin soveltavan samban ryhmässä.

Seinäjoella on viime aikoina putkahdellut hyvään tahtiin uusia lajivaihtoehtoja erityisryhmiin kuuluville liikkujille. Seuraavaksi Kuuselan perheessä odotellaan Seinäjoen Peliveljien aloittavan salibandyn erityisryhmätoiminnan ja toivotaan, että jossain vaiheessa kaupunkiin saataisiin myös säännöllistä uintiharrastusta erityisryhmille.



Saga on kisannut virtuaalisesti ympäri maailmaa

SC Vantaata edustava espoolainen **Saga Hänninen**, 20, on nuoresta iästään huolimatta jo kokenut konkari rytmisessä voimistelussa.

Sagan ensimmäiset isot kansainväliset kisat olivat vuoden 2015 Special Olympics -kesämaailmankisat tarunhohtoisessa Los Angelesissa.

Vuonna 2018 hän voitti pronssia down-urheilijoiden rytmisen voimistelun MM-kilpailuissa Saksassa ja vuonna 2019 kultaa down-urheilijoiden British Open -kisoissa Englannissa.

Monia muitakin kisoja on uralle mahtunut ja viimeisen vuoden aikana ohjelmaan ovat tulleet myös kansainväliset virtuaalikilpailut.

Virtuaalikisoissa maailma tulee lähelle. Ilman etäyhteyksiä nuori espoolainen ei ehkä koskaan olisi esimerkiksi osallistunut meksikolaisen voimisteluseuran Club Heymon järjestämiin kisoihin yhdessä mm. meksikolaisten, yhdysvaltalaisen ja bolivialaisten kilpakumppanien kanssa. Noista kisoista Saga voitti kultaa.

Kisoja on ollut Meksikon lisäksi Argentiinassa, Yhdysvalloissa ja Japanissa. Sagan ohjelmat eri välineillä on kuvattu SC Vantaan tiloissa, kerran syksyllä ja uudestaan vuodenvaihteessa. Niitä lähetetään kilpailuihin tuomareiden arvioitaviksi. Kilpakumppanien suoritukset ovat myös muiden katsottavissa.

Japanin kisassa kilpailtiin joukkueina. Saga muodosti neljän voimistelijan joukkueen yhdessä slovakialaisen, yhdysvaltalaisen ja mek-

sikolaisen kilpakumppanin kanssa. Yhdysvaltain kisassa puolestaan oli arvioijana Yhdysvaltain rytmisen voimistelun maajoukkueurheilijoita. Saga sai kirjallisia kommentteja ja huomioita suorituksestaan yhdeltä maailman parhaista voimistelijoista **Laura Zengiltä**.

– Minulle käy kyllä, että näitä virtuaalikisoja olisi koronan jälkeenkin, mutta pikkaisen on ollut ikävä myös ystäviä ja kavereita siellä katso-moissa, Saga sanoo.

Kansainvälisiä kilpakumppaneitaan Saga on viimeisen vuoden aikana nähnyt enemmän kuin koskaan, ei tosin fyysisesti vaan ruudun välityk-sellä. Virtuaalikisojen lisäksi Saga on osallistunut aktiivisesti kansainvä-lisen Special Olympics -järjestön organisoimiin viikoittaisiin Zoom-etät-reeneihin, joissa on ollut jopa satakunta osallistujaa ympäri maailmaa.

Treenaamaan Saga on korona-aikanakin päässyt hyvin. Asiaa hel-pottaa se, että hänen yhtenä valmentajanaan toimii oma pikkusis-ko **Kiia Hänninen**. Voimistelun lisäksi Saga harrastaa ja kilpaileekin ratsastuksessa ja alppihihdossa.

– Sitten olen Kauniaistentien McDonaldsissa töissä ja kävin Nuori toimija -koulutuksen, Saga kertoo.

Nuori toimija, eli Nuto-koulutus on Suomen Paralympiakomitean järjestämä koulutus vammaisille ja tukea tarvitseville nuorille, joita kiinnostaa urheilun ja liikunnan eri tehtävissä, esimerkiksi apuoh-jaajana, toimiminen.

Lisäksi Saga on ollut mukana Kehitysvammaliiton Palkkaamo-työ-elämäkeskusteluryhmässä sekä Special Olympics Europe-Eurasian Youth Leadership Training -koulutusjaksossa yhdessä Kiia-siskon kanssa. Sagan ja Kiian projekti käsittelee Unified-toiminnan kehit-tämistä Special Olympics -rytmiseen voimisteluun.



Arzu ja Energiset Haukat palasivat etätreeneistä vihreälle veralle

Arzu Caydam-Lehtoselle ei ollut entuudestaan juurikaan sidettä jalkapalloon, mutta pian sen jälkeen, kun hänen keskimäinen tyttärensä aloitti vuosituhannen vaihteessa jalkapalloharrastuksen, Caydam-Lehtonen tuli valituksi Puistolän Urheilijöiden halli-



Malliesimerkki niin sanotusta no look-syötöstä, jossa pelaaja katsoo toiseen suuntaan ja syöttää toiseen.



tukseen. Hänelle on ominaista hakeutua asemaan, jossa pystyy vaikuttamaan.

Caydam-Lehtosen esikoistyttärellä on Downin syndrooma. Kun pikkusisko oli löytänyt jalkapallon pariin, syntyi isosiskolle myös halu päästä kentälle.

–Helsingissä oli silloin 2000-luvun taitteessa FC Kontulla soveltavan jalkapallon ryhmä, muilla seuroilla ei vielä silloin ollut. Kun olin PuiUn hallituksessa, niin otin sitten siellä esille, että voisinko perustaa seuraan soveltavan futisjoukkueen, Caydam-Lehtonen sanoo.

PuiU näytti vihreää valoa, ja rattaat laitettiin pyörimään. Tuolloin muuten PuiUn valmennuspäällikkönä toimi nykyinen nuorten maa-joukkuevalmentaja ja Ylen jalkapalloasiantuntijana tutuksi tullut **Marianne Miettinen**.

PuiU:n Energiset Haukat kokoontuivat joukkuekuvaan treenien yhteydessä.

Pelaajia uuteen soveltavan jalkapallon joukkueeseen löytyi mm. koululuokkien sekä silloisen Suomen Kehitysvammaisten Liikunnan ja Urheilun ja paikallisen Kehitysvammatuki 57:n verkostojen kautta.

– Kun aloitimme toukokuussa 2003, oli mukana pelkästään tyttöjä. Vuoden päästä siitä alkoi mukaan tulla poikiakin, Caydam-Lehtonen sanoo.

Joukkueen nimeksi tuli Energiset Tytöt. Sittemmin muodostui poikien Haukka Pojat ja nykyään joukkueen nimi on Energiset Haukat, mukana on tyttöjä ja poikia, miehiä ja naisia. Ikähaitari on laaja. Toiseksi joukkueenjohtajaksi ryhtyi **Jarmo Nieminen**. Hänen poikansa pelaa joukkueessa edelleen.

Alkuaikoina, kun muita soveltavan jalkapallon joukkueita ei vielä ollut niin paljon kuin nykyään, pelaajia oli PuiUssa mukana ympäri pääkaupunkiseutua, jopa Järvenpäästä asti.

– Nykyään Järvenpäässäkin on oma joukkueensa ja muutenkin ryhmiä on niin paljon, että välillä suosittellemekin pelaajalle johonkin omaa kotia lähempänä olevaan ryhmään menemistä. Taksimatkoja on käytössä niin rajallisesti, että on parempi, jos harrastuspaikka on mahdollisimman lähellä. Toki meidänkin joukkueeseemme silti mahtuu lisää pelaajia, Caydam-Lehtonen sanoo.

Turkissa syntynyt ja 2-vuotiaana Suomeen muuttanut Arzu Caydam-Lehtonen painottaa olevansa nimenomaan joukkueenjohtaja. Valmentajan ja ohjaajan hommat hän jättää mieluusti muille.

– Olen aina sanonut, että minä en valmenna, minä hoidan kaiken muun: yhteistyön seuraan, Palloliittoon ja muihin yhteistyötahoihin päin sekä organisoin joukkueen treenit ja turnauksiin osallistu-

miset. Katson, että joukkueella on kaikki hyvin, Caydam-Lehtonen linjaa.

Tällä hetkellä PuiU on mukana Suomen Paralympiakomitean Avoimet ovet -hankkeessa, jossa pyritään auttamaan urheiluseuroja avaamaan ovia vammaisille ja tukea tarvitseville harrastajille. Arzu Caydam-Lehtonen on PuiUn yhteyshenkilö hankkeessa. PuiUlla on pitkä kokemus soveltavasta jalkapallosta, joten seura voi toimia mallina ja neuvonantajana toiminnassaan alkuvaiheessa oleville seuroille.

Puistolän Urheilijoiden Energiset Haukat on jo 18 vuoden ikäinen. Joukkueessa on edelleen muutama pelaaja, joka tuli mukaan toiminnan alkaessa. Caydam-Lehtosella itsellään tulee syksyllä täyteen 20 vuotta jalkapallon parissa ja hänen kaikki kolme lastaan ovat pelanneet jalkapalloa, kun kuopuskin aloitti lajin vuonna 2008.

–Kyllä tässä on oppinut kaikennäköistä, rakkaudesta lajiin on menty. Seuran sisällä olen tehnyt monenlaista ja sen lisäksi olen ollut mm. poikien Premium Cupin Euroopan lopputurnauksessa 2005 turkin kieltä osaavana yhteyshenkilönä turkkilaisen joukkueen ja Palloliiton välissä sekä naisten EM-kilpailuissa 2009 promoottorina seuramme ja Palloliiton välillä, Caydam-Lehtonen toteaa.

–Täytyy sanoa, että luulin jo nähneeni kaiken mahdollisen haasteellisen, mutta tämä korona-aika on kyllä ollut taas uudenlainen koettelemus. Erityisryhmien harrastamisen näkökulma on kaupungin tasolla unohtunut, jatkaa Caydam-Lehtonen, joka on Helsingin vammaisneuvoston jäsen.



PuiU:n Energisten Haukkojen joukkueenjohtajat Jarmo Nieminen ja Arzu Caydam-Lehtonen.

INFO

Puistolan Urheilijoiden Energisiin Haukkoihin mahtuu uusia pelaajia.

Ota yhteyttä joukkueenjohtajiin:

● Arzu Caydam-Lehtonen
puh. 0400 607 932
arzu.caydam-lehtonen@hotmail.com

● Jarmo Nieminen
puh. 045 134 3002
jarmoniemenin1805@gmail.com



– Marraskuun puolivälistä 2020 toukokuulle 2021 asti pidettiin etätreenejä Zoomin kautta, mutta suurin osa joukkueemme pelaajista ei pystynyt olemaan mukana etätreeneissä. Monet asuvat tukiasunnoissa, eikä pelaajilla ole välttämättä riittäviä välineitä. Kännykän pienen ruudun kautta on vaikea seurata, mitä valmentaja tekee.

Se, että kaksi kertaa viikossa olevat harjoitukset jäivät pitämättä puolen vuoden ajan, teki hallaa pelaajien fyysiselle kunnolle, mutta ennen kaikkea sosiaalisille kontakteille. Harrastuksilla on erityisryhmiin kuuluville henkilöille valtava merkitys nimenomaan kaverisuhteiden kautta. Se on juuri se asia, mitä päättäjät eivät Caydam-Lehtosen mukaan ole riittävästi ottaneet huomioon.

–Kyllähän meidän pelaajamme varmaan puhelimella ovat toisiinsa yhteydessä, mutta eihän se ole sama asia kuin fyysinen kohtaaminen ja yhdessä harrastaminen, Caydam-Lehtonen harmittelee.

Kesä 2021 on toivon kesä. Energiset Haukat tekivät toukokuun lopulla paluun kentille ja energia oli käsin koskeltavissa.



Elämänmittainen yleisurheilija

–Minä ajattelin kuolla kentälle. Se olisi täydellistä, sanoo **Marko Ruotsalainen**.

– Jos ihminen kuolee kentälle, niin hän on päässyt maaliin lopussa. Elämänmittaiseen maaliin. Syntymän hetkellä lähdetään, sitten eletään ja lopuksi päästään elämän maaliin, Ruotsalainen filosofoi. Ei yleisurheilukenttien konkari vielä toki mihinkään ole kuolemassa. Hän on vasta 46-vuotias. Mutta asia tuli esille puhuttaessa miehen pitkäkestä urheilu-urasta ja siitä, miten nuoruusvuosien kilpakumppanit ovat jo omat piikkarinsa laittaneen naulaan.

– Nuoruudenystävät yleisurheilukentiltä ovat lopettaneet: **Risto Wahlström, Kari Miikki, Juha Reinikainen** ja **Jukka Jämsen**. He olivat oikein kahjoimpia miehiä siihen aikaan, Ruotsalainen muistelee.

Pienessä, nykyään Raaheen kuuluvassa Vihannin kunnassa asuva Ruotsalainen innostui yleisurheilusta opiskellessaan Alavudella erityisoppilaitoksessa.

– Sieltä ammattikoululta otettiin parhaimpia urheilijoita mukaan kisoihin: hiihto- ja yleisurheilukisoihin ja lentopalloturnaukseen. Sieltä se innostus on lähtöisin. Vuoden 1993 SM-kisat Turussa olivat ensimmäiset kisani, Ruotsalainen sanoo.

Siihen aikaan kehitysvammaisten SM-kisoissa oli kymmenittäin osallistujia. Ruotsalainen kilpaili alle 20-vuotiaiden sarjassa, jossa voitti 400 metrin juoksun, oli kolmas 100 metrillä ja neljäs pituushypyssä.

– Nuorempana minä olin vikkela poika. Mutta juoksemisessa tulee vuosien mittaan ammattivaiva, eli sököet nivelet, jotka vaikuttavat juoksunopeuteen. Ne ovat tehneet tehtävänsä, Ruotsalainen harmittelee.

– Nykyinen paras lajini onkin kävely, sillä siinä vaivat eivät niin haittaa. Ulkokisoissa kävellään viiden kilometrin kisaa ja hallikisoissa



**Marko Ruotsalainen
taivaltaa radalla
paraleisurheilun
SM-kisoissa Turussa
kesällä 2020.**

kolme kilometriä. Minulla on niissä molemmissa Suomen ennätykset. Pitäisi vielä yrittää murskata paremmaksi ne lukemat, hän jatkaa.

Kolmen kilometrin kävelyn Suomen ennätyksen 21.02,21 Ruotsalainen käveli Pajulahti-hallissa tammikuussa 2016 ja viiden kilometrin kävelyn SE:n 34.37,49 kesän 2020 SM-kisoissa Turussa.

– Jos laskee pitkällä kaavalla urheilijan historian, niin siinä tulee aina muutoksia. Nuorempana voi olla hyvä juoksemaan, vanhempana voi olla joku toinen vahvempi laji, Ruotsalainen analysoi.

Hän harrastaa myös heittolajeja – erityisesti kiekonheitto ja miehen itselleen ostamat kiekot ovat ylpeydenaihe.

– Heittolajeissa, eli kuulantyönnössä, keihäänheitossa ja kiekonheitossa, kehitystä on ollut. Sitä ei tiedä mihin se menee vielä, mutta eteenpäin pitää yrittää siinäkin mennä, Ruotsalainen pohtii.

Marko Ruotsalainen asuu noin kilometrin päässä Vihannin urheilukentästä, joten harjoittelumahdollisuudet ovat hyvät.

– Yleensä menen pyörällä tai kävellen, mutta jos pitää paljon väliä ottaa kotoa mukaan, niin sitten menen kottikärryjen kanssa. Ei se ole mikään matka työntää kottikärryjä, hän toteaa.

Paikkakunnan urheiluseura Vihannin Urheilijat on kuihtunut pois, joten Ruotsalainen on edustanut jo pitkään naapurikaupungin Oulaisten Huimaa. Vuotuisen kilpailukalenteriin kuuluvat yleensä parayleisurheilun SM-hallikilpailut Pajulahdessa tammikuussa sekä kesän ulkoratojen SM-kilpailut, jotka tänä vuonna käydään 7.–8. Jyväskylässä. Lisäksi Ruotsalainen käy Special Olympics -yleisurheiluleireillä.

– Yleensä minä menen linja-autolla tai junalla Vihannista Ouluun, josta **Koljosen Kai** ottaa minut autonsa kyytiin. Sitten ajetaan Hankasalmelle, josta otetaan **Tissarin Jani** matkaan ja siitä jatketaan etelään kisoihin tai leirille, Ruotsalainen avaa kolmen yleisurheilija-kaveruksen järjestelyä.

Ruotsalaisella on hyvät kiekot, keihäänheiton Suomen ennätysmiehellä Tissarilla puolestaan keihäät. Koljonen on luotettava kuski, joka keskittyy yleisurheilukentillä enemmän juoksumatkoihin.

– Kilpailuissa kun on koko aikuisikänsä vetänyt, niin siellä on syntynyt ystäväpiiri. Kun menee kisoihin, niin heitä näkee siellä, Ruotsalainen sanoo.

Marko Ruotsalainen on kilpaillut pitkän uransa aikana kolmesti ulkomailla: vuonna 1996 Kreikan Ateenassa nykyaikaisten olympialaisten satavuotisjuhlallisuuksiin liittyneessä kisassa, vuonna 1999 Espanjan Sevillassa silloisen kehitysvammaisten urheilun INAS-FID -järjestön (nykyinen VIRTUS) yleisurheilun MM-kisoissa ja vuonna 2018 Tanskan Helsingørissa Special Olympics Idrætsfestival -kisoissa.

Ruotsalaisen mukaan hänen elämäänsä kuuluu töitä ja yleisurheilua.

– Nykyisin hoidan Vihannissa koulun ja vanhainkodin roskahommia ja teen pieniä talonmiehen huoltotöitä. On polkupyörää korjattu, viemäreitä avattu ja kaikkea, Ruotsalainen sanoo.

Vihantilainen on käsistään taitava.

– Marko antoi minulle muutama vuosi sitten kaksi itse tekemäänsä kuokkaa. Ne ovat loistavia taidonnäytteitä ja käyttöäkin niille on ollut. Aina kun tartun kuokkaan, niin tulee Marko mieleen, yleisurheilualmentaja **Jukka Lahti** sanoo.

Kansainväliset kentät ovat tuttuja Salinin veljeksille

Sasu (vas.) ja Tatu Salin (toinen oikealta) Malagassa äitinsä Ullan ja isänsä Jussin kanssa.



Sasu Salin on pelannut neljä kertaa koripallon Euroopan mestaruuskilpailuissa ja kerran maailmanmestaruuskilpailuissa. Hän ei kuitenkaan ole perheensä ensimmäinen arvokisaedustaja: isovelji **Tatu Salin** pelasi vuonna 2007 jalkapalloa Special Olympics -kesämaailmankisoissa Shanghaissa.

– Hävisimme pronssiottelussa tosi taitavalle afrikkalaiselle jengille (Norsunluurannikko). Oli kauhea kaatosade ja me rämmimme siellä mudassa. He veivät meitä kuin pässiä narussa, Tatu muistelee.

Vaikka päällimmäisenä mieleen onkin jäänyt turnauksen päättänyt tappio, kokivat Tatu ja joukkueoverit Shanghaissa ilon ja onnistumisen hetkiäkin. Tatu muun muassa onnistui maalinteossa turnauksen lopulta voittanutta Puolaa vastaan.

Nykyään Tatu Salin pelaa koripalloa espoolaisen Leppävaaran Pyrinön Unified-joukkueessa. Tosin hän harkitsee palaamista myös jalkapallon pariin, etenkin kun koripallo on ollut koronaviruspandemian vuoksi pitkällä tauolla.

Koripallo ja jalkapallo olivat Helsingin Malmilla varttuneiden Salinin perheen poikien lajit pienestä pitäen.

– Futis oli ensimmäinen lajini, aloitin 5-vuotiaana ja pelasin 13 ikävuoteen saakka. Muistan, että olen käynyt Tatun futispelejä katso-massa ja varmaan pelannutkin jossain samassa pelissä silloin, kun Tatu pelasi vielä HJK:ssa. Mutta sitten koripallo vei jossain vaiheessa voiton, Sasu sanoo.

Veljeksillä on parinkymmenen sentin pituusero Sasun hyväksi, mikä osaltaan selittää seitsemän vuotta nuoremman Sasun lopul-lista lajivalintaa. Koripalloilijaksi 191-senttinen Sasu ei toki ole eri-tyisen pitkä. Hänen vahvuutensa ovat kolmen pisteen heittojen

upottamisessa, joskin isoveljen mukaan siinäkin olisi edelleen parannettavaa.

– Joskus Sasulla menee kolmoset sisään, mutta sitten on taas niitä päiviä, kun hän ei saa mistään niitä menemään. Sasu on taitava, kun se ottaa niitä heittoja, mutta hänen pitäisi vain röyhkeämmin ajaa sinne korille, Tatu analysoi.

30-vuotias Sasu Salin on pelannut koripalloa ammatikseen ulkomailla jo yli vuosikymmenen. Päättäneellä kaudella hän edusti Teneriffalla pelaavaa CB Canariasta, joka ylsi kovatasoisessa Espanjan liigassa hienosti neljän parhaan joukkoon. Malmin Superkoriksesta eli Masu Basketista aikoinaan startannut korisharrastus on paisunut mittavaksi kansainväliseksi uraksi.

– Sasu on tehnyt aika huiman harppauksen. Onhan se hienoa, että hän on päässyt tuollaiseen jengiin ja hänellä on siellä pelikavereita ja kaikkea, Tatu Salin toteaa.

Malmi ja Masu Basket ovat olleet hyviä kasvualustoja koripalloilijoille. Salinin lisäksi samoista ympyröistä lajin eliittiin on ponnistanut muun muassa **Petteri Koponen**.

– Aikoinaan ilmestyneen kaupunginosalehden mukaan nimetty MaTaPuPu-alue, eli Malmi, Tapanila, Puistola ja Pukinmäki, oli sellainen, että siellä pelikavereita riitti ja oli helppo harrastaa. Ensinnäkin pelasin futista Malmin Palloseurassa ja sitten kun koris alkoi, niin Malmin palloiluhalli tuli tutuksi. Siellä oli aina ovet auki ja sai mennä heittelemään, Sasu muistelee.

Salinit muuttivat Malmille Sasun syntymän aikoihin. Tuolloin Tatu oli jo 7-vuotias, mutta Malmi on hänenkin lapsuutensa ja nuoruutensa kotimaisema. Jalkapallouransa hän pelasi pääasiassa Helsin-

gin Jalkapalloklubin paidassa ja viimeiset vuodet hän on pelannut koripalloa LePyssä Espoossa.

– Silloin kun pelataan korista PuHua vastaan, niin joskus vähän röpsähtää tunteet valloilleen, kun ne pussihukkalaiset ovat niin paljon isompia kuin me, eikä me saada palloa sinne pussiin. Pitäisi vain ajaa korille ja ottaa niitä iskuja vastaan. Ja kun kaveri tulee ja yrittää tehdä korin, niin siinä pitää vain olla kädet ylhäällä koko ajan, että he eivät pääse tulemaan, Tatu pohtii.

Rakkaus urheiluun on selkeä Salinin veljeksiä yhdistävä tekijä, mutta löytyykö muita yhteisiä kiinnostuksenaiheita?

– Kyllähän me pelataan molemmat Pleikkaria, Sasu sanoo.

– No joo, minä en ole kyllä pelannut enää moneen vuoteen, Tatu kuittaa.

Musiikin puolelta molemmilla on laaja-alainen maku, joten sieltä löytyy yhteistä, mutta myös erottavaa.

– Tatu ehkä tykkää enemmän vanhoista hittibiiseistä, Sasu pohtii.

– No joo, Lordi oli kyllä hyvä. Se on hevibändi ja osaavat soittaa sellaista musiikkia, Tatu myöntää.

– Niin kuin minä sanoin: **Katri Helena** ja Lordi, Sasu virnistää.

Huom! Tapahtumien toteutuminen on riippuvainen koronavirustilanteesta. Seuraa tapahtumien toteutumista osoitteessa www.specialolympics.fi (Tapahtumat).

RATAMELONNAN SPECIAL OLYMPICS -KILPAILUT

Tampereen Vihuri järjestää ratamelonnan Special Olympics -kilpailut SM 2 -kisojen yhteydessä **21.–22. elokuuta** 2021 Tampereella. Melojalla pitää olla voimassa vakuutus, joka kattaa myös melontakilpailut (kilpailuli-senssi) sekä oma kanootti ja kelluntaliivi.

Matkat: 200 m ja 500 m kajakkiyksiköllä. Molemmat matkat pyritään järjestämään samalle kisapäivälle. Myös kajakkikaksikkosarja mahdollisesti mukana.

Ilmoittautuminen suoraan kisajärjestäjälle.

Lisätiedot: Janne Piitulainen, janne.piitulainen@pajulahti.com,
puh. 044 77 55 329

LIVE SPECIAL TRIATHLON JA SPECIAL OLYMPICS -MESTARUUSKISAT

Live Special Triathlon ja Special Olympics -triathlonin mestaruuskisat järjestetään Vantaa Triathlonin yhteydessä lauantaina **21. elokuuta** 2021 Vantaan Kuusijärvellä.

Matka: 100 m uinti + 3 km pyöräily + 1 km juoksu

Lisätiedot: Erwin Borremans, erwin.borremans@inlive.fi,
puh. 040 707 086

SPECIAL OLYMPICS -GOLFLEIRI

Special Olympics -golfleiri järjestetään **28.–29. elokuuta** 2021 Hämeenlinnassa. Leirillä harjoitellaan ja pelaillaan yhdessä, katsotaan, miten kukin on kehittynyt/harjoitellut/kisailut kauden aikana sekä pohditaan tulevaa. Lauantaina pelataan Tawast Golfissa 9r tai 18r ja sunnuntaina Aulanko Golfin Hugo-kenttää 9r. Leiri alkaa lauantaina klo 11 ja päättyy sunnuntaina klo 16.

Ruokailut ja majoitukset kukin maksaa itse. Urheilijoiden Green feet maksaa Paralympiakomitea, huoltajien Green fee omakustanteinen. Majoitustarjous: Scandic Hämeenlinna City; 1hh 89€, 2hh 89€ ja 3hh 119€.

Leirille sekä yhteismajoitukseen ilmoittautuminen 14.8.2021 mennessä päävalmentaja Tuulialle. Ilmoittautumisen yhteydessä tarvitaan kehitysvammaisen pelaajan seura ja tasoitus sekä mahdollisen muun pelaajan seura sekä tasoitus. Leiri toteutetaan koronaturvallisesti.

Ilmoittautuminen ja lisätiedot: Tuulia Suominen, Special Olympics -golfin päävalmentaja, tuulia.suominen@gmail.com, puh. 044 7334 555

BEACH VOLLEYN SPECIAL OLYMPICS -UNIFIED-TURNAUS JA KOKEILUTAPAHTUMA

Beach volleyn Special Olympics -Unified-turnaus järjestetään lauantaina **4. syyskuuta** 2021 klo 12.00–16.00 Helsingissä, Konalan Hiekka Beach Volley Club -hallissa (Ristipellontie 1 A, 00390 Helsinki). Samassa yhteydessä järjestetään myös Special Olympics -beach volleyn tutustumis- ja kokeilutapahtuma, josta lisätietoa alempana. Special Olympics Unified-urheilussa kehitysvammaisen tai erityistä tukea tarvitseva urheilija ja vammauton partneri-urheilija urheilevat yhdessä.

Beach volley -turnaukseen voi ilmoittautua yksittäisenä pelaajana ja Unified-partnerina. Turnaus on maksuton ja sisältää patongin & hedelmän sekä saunan pelien jälkeen. Patongeissa vaihtoehtoina liha- ja kasvisversio, allergiat huomioidaan, kunhan niistä kertoo ilmoittautumisen yhteydessä. Tapahtuman ajan kahvio avoinna.

Ilmoittautumiset turnaukseen sähköisesti 25.8. mennessä osoitteessa www.paralympia.fi (Tapahtumat)

Lisätiedot: Eija Helander-Nieminen, puh. 040 715 3505, eija.helander@gmail.com

Turnauksen yhteydessä voi tulla maksutta ohjatusti kokeilemaan ja harjoittelemaan beach volleyta! Huom! Kokeiluun erillinen ilmoittautuminen (alla).

Special Olympics -Unified -beach volleyn tutustumis- ja kokeilutapahtuma järjestetään Special Olympics -turnauksen yhteydessä lauantaina **4. syyskuuta** Helsingin Konala Hiekka Beach Volley Club -hallissa klo 12.00–16.00.

Osallistuminen ei vaadi aiempia lentopallotaitoja. Kokeilutapahtumaan ovat tervetulleita sekä pelaajat että Unified-partnerit. Tapahtuma on maksuton. Ohjattua kokeilua ja harjoittelua on tarjolla koko turnauksen ajan klo 12.00–16.00 yhdellä beach volley -kentällä, kun turnausta pelataan kahdella kentällä. Kokeilujen aloitus tasatunnein klo 12.00, 13.00, 14.00 ja 15.00. Ilmoittautuessa kerro saapumisaikasi. Ilmoittautua voivat yksilöt tai ryhmät. Tapahtuman ajan kahvio avoinna.

Ilmoittautuminen tutustumistapahtumaan 25.8. mennessä sähköisellä ilmoittautumislomakkeella osoitteessa www.paralympia.fi (Tapahtumat)

Lisätiedot: Eija Helander-Nieminen, puh. 040 715 3505, eija.helander@gmail.com

SPECIAL OLYMPICS -UNIFIED-JALKAPALLOTURNAUS

Suomen Paralympiakomitea järjestää jalkapallon Special Olympics Unified-turnauksen Liikuntakeskus Pajulahdessa, Lahden Nastolassa sunnuntaina **5. syyskuuta** 2021 klo 11.00–17.00. Unified-turnauksessa kehitysvammaiset urheilijat ja vammattomat Unified-partnerit pelaavat yhdessä. Turnaus pelataan keinonurmella ulkona Jari Litmanen -kentällä. Turnaus on joukkueille maksuton, ruokailu maksullinen.

Ateriavaraukset joukkueittain sähköpostitse sari.eloranta@pajulahti.com: aikuinen 11,85e/hlö/ateria, juniori (6–16v) 8,75e/hlö/ateria. Lounas klo 11.00–13.30 ja päivällinen klo 16.00–18.00 (myös muut ajat mahdollisia sopimuksen mukaan).

Ilmoittautumiset 22.8. mennessä

Lisätiedot: Pauli Saksa, petteri.saksa@gmail.com, puh. 040 761 6788, Oskari Lappalainen, oskari.m.lappalainen@gmail.com, puh. 040 485 8614.

RATAMELONNAN SPECIAL OLYMPICS -KILPAILUT

Vanajaveden Vesikot järjestävät ratamelonnan Special Olympics -kilpailut Suomen Cup -kisojen yhteydessä lauantaina 11. syyskuuta 2021 Hämeenlinnassa, Ahveniston järvellä. Melojalla pitää olla voimassa vakuutus, joka kattaa myös melontakilpailut (kilpailulisenssi) sekä oma kanootti ja kelluntaliivi.

Matkat: 200m ja 500m kajakkikyksiköllä. Molemmat matkat pyritään järjestämään samalle kisapäivälle. Myös kajakkikaksikkosarja mahdollisesti mukana.

Ilmoittautuminen suoraan kisajärjestäjälle.

Lisätiedot: Janne Piitulainen, janne.piitulainen@pajulahti.com, puh. 044 77 55 329

RATSASTUKSEN SPECIAL OLYMPICS -MESTARUUSKISAT

Kartanon Ratsastajat järjestää ratsastuksen Special Olympics -mestaruuskisat 18.–19. syyskuuta 2021 Harjun oppimiskeskuksessa Ravijoella. Kilpailuissa ratsastetaan Special Olympics -mestaruuksista kaikissa luokissa. Kilpailut ratsastetaan arvotuilla lainahevosilla.

LAUANTAI 18.9.

Luokka 1 Working Trail käynti

Luokka 2 Working Trail ravi

Luokka 3 Working Trail laukka

SUNNUNTAI 19.9.

Luokka 1 Käynti 2019

Luokka 2 Ravi 2019

Luokka 3 Laukka 2019

Erityismääräykset:

1. Kilpailuissa noudatetaan SRL:n pararatsastussääntöjä ja Special Olympics -sääntöjä
2. Working Trail -ratapiirros julkaistaan elokuussa
3. Osallistumismaksu 25€/luokka ja hevosmaksu 25€/luokka. Maksut voi maksaa tilille FI40 5720 2320 0632 86 Kartanon Ratsastajat, kuitti mukaan tai maksaa käteisellä kilpailukansliaan kilpailupäivänä.
4. Ratsastaja osallistuu taitotasonsa mukaisiin luokkiin, max. 11k/päivä
5. Luokat jaetaan taitotason mukaan, 3–8 ratsastajaa/ryhmä, kaikki ryhmät palkitaan omina luokkinaan.
6. Kilpailijalla on oltava seurakilpailulupa
7. Sekä verryttely, että kilpailut ovat maneesissa.
8. Kilpailujen johtajana toimii Maritta Enqvist, hevosvastaavana Johanna Pulkkinen ja kouluratsastustuomarina Johanna Huovinen.
9. Mikäli ratsastaja tarvitsee henk.koht.avustajaa, on hänen järjestettävä avustaja itse

10. Hevosten arvonta ja koeratsastus la 18.9.klo 10 alkaen maneesissa.
11. Palkintoina Special Olympics -mitalit ja ruusukkeet
12. Ilmoittautumiset 10.9. mennessä: marittanqvist@gmail.com tai puh. 0400 444 164
13. Majoittumiset ja ruokailut voi varata Harjun ravintola Aurasta: puh. 044 739 4040 tai ravintola@harjunopk.fi

SOVELTAVAN TAITOLUISTELUN JA SPECIAL OLYMPICS -TAITOLUISTELUN LEIRI

Tervetuloa soveltavan taitoluistelun ja kehitysvammaisten Special Olympics -taitoluistelun avoimelle leirille Liikuntakeskus Pajulahteen Lahden Nastolaan **18.–19. syyskuuta** 2021. Leiriläisellä voi olla mukana oma avustaja tai perhe.

Hinta: leiriläinen + tarvittaessa yksi avustaja / perheenjäsen maksuton, seuraavat mahdolliset perheenjäsenet 75 euroa/hlö, (laskutetaan leirin jälkeen, sisältää majoituksen, ruokailut, ohjauksen ja vakuutuksen).

Ilmoittautumiset leirille 27.8. mennessä sähköisellä ilmoittautumislo-makkeella osoitteessa www.paralympia.fi (Tapahtumat)

Lisätiedot: Suomen Paralympiakomitea, Elina Ahtiainen, elina.ahtiainen@paralympia.fi, puh. 045 139 7373.

Leiri toteutetaan Suomen Taitoluisteluliiton tuella kaudelta 2020–2021 vammaisluistelijoiden tukemiseen ohjatuista Season Pass -katseluoi-keusmaksuista.

KAHDEKSAN LAJIN SPECIAL OLYMPICS -MONILAJILEIRI

Tervetuloa avoimelle kehitysvammaisten kahdeksan lajin Special Olym-pics -leirille Pajulahteen Lahden Nastolaan **1.–3. lokakuuta** 2021.

Lajeina: salibandy, tennis, uinti, ratsastus, triathlon, rytmisen voimistelu, yleisurheilu ja Unified-jalkapallo.

Leiri on avoin kaikille kehitysvammaisille urheilijoille (ikäsuositus yli 13 v) sekä jalkapallon vammattomille partner-pelaajille. Leirillä toimitaan itsenäisesti lajivalmentajien ohjauksessa, tarvittaessa mukana voi olla oma avustaja. Uintiin osallistuvien tulee olla uimataitaisia (minimi 25 m uimataito). Ratsastukseen otetaan 8 urheilijaa ilmoittautumisjärjestyksessä. Urheilija voi osallistua vain yhden lajin valmennukseen.

Hinta: 125 euroa/hlö (laskutetaan leirin jälkeen, sisältää majoituksen, ruokailut, ohjauksen ja vakuutuksen). Huoltajien/avustajien hinta sama kuin leiriläisellä.

Ilmoittautumiset leirille 3.9. mennessä sähköisellä ilmoittautumislomakkeella osoitteessa www.paralympia.fi (Tapahtumat)

Lisätiedot: Suomen Paralympiakomitea, Elina Ahtiainen, elina.ahtiainen@paralympia.fi, puh. 045 139 7373.

SPECIAL OLYMPICS URHEILIJAFUORUMI

Special Olympics -urheilijoiden keskustelutilaisuus, Urheilijafoorumi, pidetään Liikuntamaan yhteydessä Tampereen Messu- ja urheilukeskuksessa (Ilmailunkatu 20) lauantaina **30. lokakuuta** klo 13.30–15.00. Tila: Blenheim-, Convair- ja Douglas -kokoustilat hallin 2. kerroksessa. Tilaisuus on suunnattu kaikille Special Olympics -urheilijoille ja aiheesta kiinnostuneille.

Tilaisuudessa Special Olympics -urheilijat pohtivat ohjatusti urheilijana olemista ja Special Olympics -toiminnan tämän hetken tilaa. Tilaisuuden vetäjinä ovat Athlete Leader -urheilijat ja keskustelun ohjaajina Special Olympics -johtoryhmän jäsenet. Tilaisuutta ennen lounas omaan tahtiin Barcelona-messuravintolassa ja tutustumista Liikuntamaahan.

Tilaisuus on maksuton ja osallistujille tarjotaan lounas.

Ilmoittautumiset 24.10. mennessä

Lisätiedot: Special Olympics -lajipäällikkö Elina Ahtiainen, puh. 045 139 7373, elina.ahtiainen@paralympia.fi

RYTMISEN VOIMISTELUN SPECIAL OLYMPICS -KILPAILUT

Sport Club Vantaa järjestää rytmisen voimistelun Special Olympics -kilpailut (Level 1–4) lauantaina **13. marraskuuta** 2021 Vantaalla.

Lisätiedot: Mari Mieskonen, puh. 040 158 0767, mari.mieskonen@hotmail.com

TAPAHTUMAKALENTERI

Lisätietoja tapahtumista osoitteesta www.specialolympics.fi (Tapahtumat). Tapahtumien toteutuminen on riippuvainen vallitsevasta koronavirustilanteesta.

- 4.–8.8. Special Olympics -purjehduksen leiri ja kisat, Turku
- 7.8. Special Olympics -keilailun päiväleiri, Santasport, Rovaniemi
- 7.8. Special Olympics Unified-golf 9r -kilpailu, Turku
- 7.–8.8. Parayleisureheilun SM-kilpailut, Jyväskylä
- 13.–15.8. Uinnin, yleisurheilun, tenniksen ja melonnan Special Olympics -monilajileiri, Pajulahti
- 13.–15.8. Special Olympics -perheleiri, Pajulahti
- 13.–15.8. Athlete Leader -koulutus, Pajulahti
- 14.8. Erityisjalkapallon SM-turnaus, Hämeenlinna
- 14.–15.8. Special Olympics -talvimaailmankisojen 1. valmistautumisleiri, Pajulahti
- 18.–21.8. World DanceSport Event, Graz, Itävalta

- 21.8. Live Special Triathlon ja Special Olympics -mestaruuskisat, Vantaa
- 21.–22.8. Ratamelonnan Special Olympics -kilpailut, Tampere
- 28.8. Special eSports MM-kilpailut, Tampere
- 28.–29.8. Special Olympics -golfleiri, Hämeenlinna
- 4.9. Special Olympics Unified 3x3 -koripalloturnaus, Tripla, Helsinki
- 4.9. Beach volleyn Special Olympics -Unified-turnaus ja -kokeilutapahtuma, Helsinki
- 5.9. Special Olympics Unified-jalkapalloturnaus, Pajulahti
- 11.9. Ratamelonnan Special Olympics -kilpailut, Hämeenlinna
- 11.–12.9. Särkänniemi Salibandy Cup, Tampere
- 18.–19.9. Ratsastuksen Special Olympics -mestaruuskisat, Ravijoki
- 18.–19.9. Soveltavan taitoluistelun ja Special Olympics -taitoluistelun leiri, Pajulahti
- 23.–30.9., Euroopan Special Olympics -jalkapalloviikko
- 30.9.–1.10. Special Olympics European Leadership and Sports -konferenssi, Webinaari
- 1.–3.10. Kahdeksan lajin Special Olympics -monilajileiri, Pajulahti
- 2.10. Special Olympics -keilailun päiväleiri, Kauppi, Tampere
- 8.10. Taitoluistelun kansainvälinen Special Olympics -kutsukilpailu Finlandia Trophyn yhteydessä, Espoo
- 14.–17.10. Special Olympics European Unified-koripallon nuorisoturnaus, Sansepolcro, Italia
- 24.–27.10. Special Olympics European Unified futsal-turnaus, Kaunas, Liettua
- 28.–30.10. Apuvälinemessut ja Liikuntamaa-messutapahtuma, Tampere
- 30.10. Special Olympics Urheilijafoorumi, Tampere
- marraskuu, Special Olympics -Unified-tutustumistapahtuma, Nokia
- 13.11. Rytmissen voimistelun Special Olympics -kilpailut, Vantaa
- 20.–21.11. Unified-koripalloleiri, Kisakallio, Lohja
- joulukuu, Special Olympics Euroopan taitoluistelukisa, Graz, Itävalta
- 27.11.–6.12. Euroopan Special Olympics -koripalloviikko
- 11.–12.12. Special Olympics -talvimaailmankisojen 2. valmistautumisleiri, Jyväskylä

- 17.–19.12. Euroopan Unified Futsal “Christmas Cup” Halle, Vlaams-Brabant, Belgia
- 14.–17.1.2022 Keilailun Special Olympics -kisaleiri Parakeilacupin kisan yhteydessä, Santasport, Rovaniemi
- 22.–28.1.2022 Special Olympics -talvimaailmankisat, Kazan, Venäjä
- helmi-maaliskuu 2022 Special Olympics -hiihtoleiri Para Hiihto Cupin kisan yhteydessä, paikka avoin
- 4.3.2022 Lumikenkäilyn Special Olympics -kilpailut, Oittaa, Espoo
- 4.–6.3.2022 Lumikenkäilyn Special Olympics -leiri, Kisakallio, Lohja
- 4.–6.3.2022 Alppihiihdon ja lumilautailun Special Olympics -leiri, paikka avoin/Suomu?
- 2.–3.4.2022 Unified-koripallon lopputurnaus, Kisakallio, Lohja
- 13.–18.5.2022 Special Olympics Invitational Games (yleisurheilu, uinti, Unified-keilailu, Unified-pöytätennis), Malta
- 20.–22.5.2022 Special Olympics Sports Festival, Kolding, Tanska
- 20.–29.5.2022 Special Olympics Euroopan jalkapalloviikko kesäkuu, Special Olympics European 5-a-side -jalkapalloturnaus, Viljandi, Viro
- 19.–24.6.2022 Special Olympics National Games (testikisat 2023 maailmankisoihin), Berliini, Saksa
- 17.–21.7.2022 Gothia Special Olympics Trophy European 7-a-side -jalkapalloturnaus, Göteborg, Ruotsi
- 9.–11.12.2022 Special Olympics -lumilajileiri (hiihto, alppihiihto, lumilautailu, lumikenkäily), Jyväskylä
- 16.–25.6.2023 Special Olympics -kesämaailmankisat, Berliini, Saksa