

ESPOON AKILLES TIEDOTTA

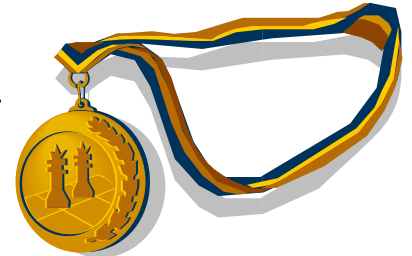


Tammikuu 2007

Numero 39

KULTAA JA KUNNIAA

Akilleksen 60-vuotisjuhlissa palkittiin Akilleksen seuratyössä mukana pitkään olleita "työnsankareita".



Kultaisten seuratyömerkin sai:

Markku Virtanen. Toiminut seuran hallituksessa, Suunnistavan Uudenmaan kartta-asiamiehenä, suunnistusjaoston monitoimimiehenä, aktiivi kilpasuunnistajana.

Kultaisten ansiomerkit saivat:

Kaarina Nordqvist: Seuran sihteeri, toiminut myös seuran taloudenhoitajana, aktiivinen liikkuja ja suunnistaja sekä monipuolinen seuratoimija.

Reijo Salmi: Koripallojaoston monipuolinen puuhamies. Pitkäaikainen lukuisten juniorikoripallojoukkueiden valmentaja ja innostaja.

Aimo Ruohoniemi: Toiminut seuran sihteerinä, laaja ja monipuolinen toiminta suunnistusjaostossa, aktiivi kilpasuunnistaja.

Risto Heiskanen: Toiminut seuran hallituksessa, suunnistusjaoston taloudenhoitaja, kilpailuihin ilmoittaja ja monipuolinen toiminta suunnistusjaoston eri tehtävissä.

Hopeisen ansiomerkin saivat:

Monica Grönlund: Pitkäaikainen seuran hallituksen jäsen ja voimistelujaoston vetäjä.

Hannu Mattila: Toiminut seuran hallituksessa ja monipuolinen toiminta suunnistusjaoston tehtävissä, mm. Espoorastien ja Akilleksen hiihtomajatoiminnan järjestelyissä, aktiivi kilpasuunnistaja.

Hannu Numminen: Seuran hallituksen jäsen, suunnistusjaoston puheenjohtaja jo neljättä kautta. Jaoston toiminta on Hannun aikana ollut vilkasta, jäsenmäärä on noussut ja nuorisotyö saatu hyvään nousuun. Aktiivi kuntoilija ja kilpasuunnistaja.

JÄSENMAKSUISTA

Tämän tiedotteen mukana tulee jäsenmaksulomake.

Jäsenmaksu on aikuisilta 20 euroa, alle 18-vuotiailta ja perheen toiselta aikuisjäseneltä 10 euroa.

Muista käyttää viitenumeroa.

Korisjunnut maksavat jäsenmaksunsa pelaajamaksun osana, joten heille ei maksulappua lähetetä.

Mahdolliset jäsenmaksuvapautuspyynnöt anotaan Akilleksen hallitukselta. Epäselvissä tapauksissa ota yhteys jäsenkirjuri Raimo Nordqvist, akilles@espoonakilles.fi



sisältää...

Sivu 1: Kultaa ja kunniaa, jäsenmaksut Sivun 2: Loppiaisturnaus 2007. Sivun 3: Koriksen kevätleiri Sivun 4: Akilles Cup Sivun 5: Suunnistajien leiri, Kevätkirjaus, Jukola 2007 Sivun 6: Hiihtomaja, Espoorastit, Jumppa, kunto Sivun 7: Vuosikokous, Akilleksen lajivastaavat Sivun 8: Keskuspuisto-Olari kierros ja Teboil-puolimaraton.



KORIPALLO-ASIAA:



Loppiaisturnaus 2007

Kevään koripalloilun aloitti Loppiaisturnaus. Joukkueita oli mukana 24. Ottelut pelattiin Matinkylän ja Kaitaan kouluilla

Loppiaisturnauksen tulokset:

Pojat-94

Lohko A

Akis – Pantterit m	33-44
Pantterit m – RU	38-47
RU - Akis	43-19

Lohko B

HNMKY Pakila – EBT	36-23
EBT – Visa-Basket	45-10
Visa-Basket – HNMKY Pakila	4-3

Lohko C

PakVi – Pantterit k	12 -67
Pantterit k - Mesuca	14 - 45
Mesuca – PakVi	64 - 2

Lohko D

HNMKY stadi – JKS	59 - 15
JKS - Honka green	30 - 33
Honka green – HNMKY stadi	17 - 40

Jatkosarja:

HNMKY,Pakila – Honka green	40-11
Akilles - PakVi	40-25
Pantteri,kelt – HNMKY,stadi	42 -19
RU – EBT	38 - 29
HNMKY,stadi – Akilles	25 - 35
Pantterit ,kelt – EBT	29 - 11
RU – Pantterit	46- 36
Mesuca – Pantterit, musta	45 - 12
HNMKY,stadi - EBT	25 - 26
Visa-basket- JKS	23 - 28

Sijoitusottelut

Pantterit, musta – Honka green	54- 17
Mesuca – HNMKY,Pakila	53 - 24

Honka green – JKS	27 - 18
Pantterit, musta – HNMKY,Pakila	35 - 23
PakVi – Visa- Basket	30 - 7
HNMKY, stadi – JKS	23 - 12
Akilles – Honka green	37 - 13
EBT -HNMKY, Pakila	23 -35

Mitaliottelut:

Pantterit ,kelt – Pantterit, musta	27 – 26
RU – Mesuca	2 - 50

1.Mesuca

- 2.RU
- 3.Pantterit, kelt
- 4.Pantterit, musta
- 5.HNMKY,pakila
- 6.EBT
- 7.Akilles
- 8.Honka green
- 9.HNMKY,stadi
- 10.JKS
- 11.PakVi
- 12 Visa-basket



UUDET PELAAJAT
OVAT
TERVETULLEITA !

Tytöt 96/97

1. EBT 1
2. Pantterit
3. EBeT 2
4. LPy
5. Akilles

Tytöt, extra sarja:

1. Mesuca
2. Akilles A
3. Akilles B

**Pojat-96/97**

Visa-B – JKS 27-28
 EBT - Visa-B 19-55
 JKS – Akilles 13 -27
 Akilles - Visa-B 28 -38
 EBT – JKS 11-37
 JKS - EBT 37-9
 Visa-Basket Akilles 34-30

Sijoitukset:

1. Visa-Basket, 2. Akilles, 3. JKS, 4. EBT



KEVÄTKAUSI KÄYNTIIN LOPPIAISTURNAUKSELLA

Kiitoksia kaikille jälleen hyvin onnistuneesta
Loppiaisturnauksesta

Koriksen kevätleiri 24. - 25.3. Kisakeskuksessa. Ilmoittautumiset helmikuun loppuun valmentajille, joilta myös tarkempaa tietoa leiristä.

Kesäleiri elokuun 6. -10. päivä, Kisakeskuksessa. Kesäleiristä saa lisätietoa maaliskuussa.

Kevään korisharkat ovat käynnistyneet. Kaikkiin ryhmiin otetaan uusia pelaajia. Yhteystiedot ja harkkaajat löytyvät Akilleksen nettisivuilta (www.espoonakilles.fi).

Koriksen
Kevätleiri
Kisakeskuksessa
24. -25.3.2007



Koriksen
Kevätleiri
Kisakeskuksessa
6. - 10.8.2007

Akilles-tuotteita myynnissä:

Akilles-collage värit musta ja punainen koot:	20 €
Akilles t-paita väri musta koot: 128 -XL	10 €
Akilles - sukat 34-36, 37-39, 40-42 ja 43-45	5 €

Kysy lisää valmentajilta tai Tuijalta.

AKILLES-CUP 2007

AC-CUP pyörii kiivaana ja kuumana taas tänäkin kautena

Osakilpailujen määrä (8 kpl) säilytetään ennallaan. .

AC-tuloksiin pääsee mukaan A-sarjassa 20-49 vuotiaat miehet, B-sarjassa 18-49 vuotiaat naiset sekä 50-64 vuotiaat miehet ja C-sarjassa muut. Tosin "epävirallisesti" voi osallistua mihin sarjaan vain. Kisassa kilpailijan lopullinen AC-aika lasketaan ikätaulukon kertoimelle korjattuna (tarkemmin netissä).

Vuonna 2007 järjestetään 8 osakilpailua, joista 6 parhaan sijoituspisteet huomioidaan lopullisissa tuloksissa. Osallistuminen palkitaan kuitenkin aina ja vähintään osallistumispisteen (2 tai 1) saa kaikista 8 osakilpailusta samoin ratamestaripisteet.

Osakilpailu	Ajankohta	Paikka	Vastuu
1 HS-seuraottelu	?? ??	Avoim	Jyry
2 Korttelikisa	Ti 20.03.2007	Kirkkonummi	Risto H
3 Pikakisa	xx.0x.2007	avoim	Lesi
4 Seuraottelu	xx.0x.2007	avoim	Lesi
5 Mestaruuskisa	To 23.08.2007	avoim	EsAk
6 Yöseuraottelu	To 06.09.2007	avoim	EsAk
7 Syysjotos	La 29.09.2007	avoim	LeSi
8 Syyssprintti	La 06.10.2007	avoim	EsAk

Kaikki jäsenet toivotetaan mahdollisimman runsaslukuisesti ja ennakkoluulottomasti tervetulleiksi mukaan näihin yhteisiin tapahtumiimme, joissa ei suunnistuslisenssejä kysellä.

Aimo (aimo.ruohoniemi@tietoenator.com)

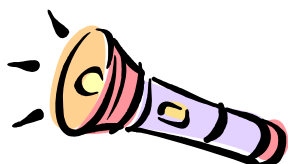
Korttelirastit

Lähtö on yhteislähtö tasan kello 18.00. Ratavaihtoehtoja on yleensä kaksi: n. 6-8 km. ja n. 4-5 km. Radasta selviää yleensä vajaassa tunnissa.

Pääsääntöisesti liikutaan valaistuilla kaupunki / taajama-alueilla. Pieni taskulamppu voi tosin olla tarpeen kartanluvussa.

Päivää ennen tapahtumaa on Akilleksen pulinaboksissa ratamestarin tieto kokoontumispaikasta.

Pvm	Paikka	Vastuuhenkilö
23.01..	Saarnilaakso	Eerikki
30.01..	Pirkkola	Markku V.
06.02.	Matinkylä(?)	Tuomo K.
13.02.	Tontunmäki	Pekka S.
20.02.	Laajalahti	Sisu/Eero L.
27.02.	Olari	Jarmo K., Alekski C.
06.03.	Tapiola	Janne K
13.03.	Pihlajarinne	Markku T
20.03.	AC-korttelit/Kirkkonummi	Risto H.
28.03.	Kaupunginkallio	Tommy S.



Hiihtosuunnistuksen seuraottelu ja AC1 kilpailu

Akilles-Cupin ensimmäisen osakilpailun järjestää Rasti-Jyry heti, kun lunta saadaan tarpeeksi. Kisa on samalla myös hiihtosuunnistuksen seuraottelu Akilleksen, Lesin ja Jyryn kesken.

Lisätietoja pulinapoksista ja Akilles-Cupin sivuilta, kun lunta on metsässä.

AC2 eli korttelisuunnistusestaus

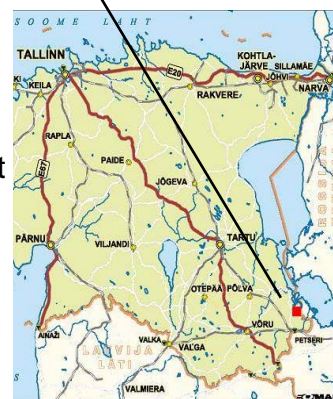
Korttelisuunnistuksen Akilles-mestaruus ratkaistaan Kirkkonummella ratamestari Risto Heiskasen suunnitelmien mukaisesti yhteislähdöllä tiistaina 20.3. klo 18.00.

Tarkemmat ohjeet kisasta julkaistaan suunnistajien pulinapoksissa. Kisassa juostaan pääasiallisesti teitä ja polkuja, mutta varmaankin ainakin alkupään rasteja on metsässä. Jonkilainen ledilamppu tai fikkari saattaa olla tarpeen.

Kisoihin on ennakkoilmoittautuminen neljä päivää ennen kilpailua. Kaikki Akilleksen suunnistajat voivat osallistua haluamaansa sarjaan. AC-pisteille haluavien pitää kuitenkin ilmoittautua AC-sääntöjen mukaiseen ikäsarjaan.



Suunnistajien leiri 13. - 15.4.



Espoon Akilles järjestää suunnistusleirin 13. - 15.4. Eestin Värskässä noin 270 km Tallinnasta kaakkoon. Leirin aikana osallistutaan kaksipäiväisiin päivakilpailuihin "Peko Kevad" suunnistuskisoihin Värskän Koreilassa (suppamaastoa) sekä Pölvamaan yösuunnistuksen mestaruuskisoihin Oravassa. Yökisassa on ollut mukana myös ledilampuilla osallistuvia (=vaikeampaa).

Lähtö leirille on perjantaina 13.4. klo 12.30 Helsingistä ja paluu sunnuntaina 10.4. klo 21.40. Liikkuminen Eestissä tapahtuu henkilöautoilla. Majoitus on 2-hengen huoneissa Hirvemäen hotellissa.

Matka maksaa suunnistusjaoston jäsenille 60 euroa sisältäen matkat, majoituksen 2-h huoneissa, aamiaiset, 3 ruokailua ja suunnistukset. Myös jaoston ulkopuolisilla on mahdollisuus osallistua omakustannushinnalla matkaan.

Ilmoittautuminen ja lisätietoja leiristä: akilles@espoonakilles.fi tai soittamalla (tai tekstiviestillä) Raimo Nordqvistille, 0400-454613 helmikuun loppuun mennessä.

Teretulemast Värskään!

15. KEVÄT-KIRMAUS

Akilles järjestää sunnuntaina 3.6. Kevätkirmauksen. Kilpailumaasto on Latokasken pohjoispuoleinen alue, josta on tehty uusi kartta.

Kilpailunjohtajana toimii **Risto Heiskanen**, ratamestarina **Tommy Selin** ja **Hannu Numminen** vastaa tuloslaskennasta. Mukaan järjestelyihin pääsee mukaan ilmoittautumalla Tommylle.



JUKOLAAN 2007?

Suunnistusvuoden päätapahtuma Jukola 2007 järjestetään 16 - 17.6. Lapuan Simpsiövuorella 382 km: Espoosta pohjoiseen. Ensimmäinen ilmoittautumiskierros Virkiä-Jukolaan päättyy jo helmikuun lopussa (viimeinenkin jo 15.5.), joten kerro ajoissa **oletko osallistumassa** Akilleksen joukkueisiin. Vain näin voimme varmistaa kaikkien halukkaiden mukaan pääsyn.

Venlojen 4-osuuksisen viestisuudet alkavat kahdella 5,6 km:n osuudella, 3-osuus on 6.2 km ja ankkuriosuus 7.7 km. Venlat aloittavat kilpailunsa lauantaina 18.6. klo 15.00 yhteislähdöllä.

Miesten 7 osuutta alkavat 10,6 km hämäräosuuksilla jatkuen 7,5-13.9 km:n osuuksilla. Ankkuri saa tutustua maastoon 14,8 km:n verran. Kilpailu alkaa lauantaina 18.6. klo 23.00 yhteislähdöllä.

Urheilukanava televisioi Virkiä-Jukolan, johon Akilleksesta osallistunee 2-3 nais- ja 3-5 miesjoukkuetta.



AKILLEKSEN HIIHTO- MAJA AUKEAA, KUN ON LUNTA

Akilleksen hiihtomajakahvio toimii hiihtokelien aikana taas Puolarmarissa, kun ja jos saamme lunta. Maja on auki hiihtokeleillä lauantaisin ja sunnuntaisin klo 10.00 - 16.00 (säävaraus!). Majatoimintaa pyörittää talkoovoimin Akilleksen hiihto- ja suunnistusjaosto. Majavastaavana toimii **Hannu Mattila**.



Majalta lähtee latu Espoon Keskuspuiston mukavalle 4.3 km:n ladulle. Muutaman isomman mäen takia latua ei suositella aivan pienille, vaan he voivat suksitella joko Kuurinniittyyn tai Olarin pururatalenkille.

Akilleksen maja sijaitsee Puolarmaarin länsipuolella (katso kartta). Pitempiä matkoja haluavat voivat lähteä Puolarmarista hiihtää tai kävellä Luukkiin tai Solvallaan asti. Tietoja latujen kunnosta löytyy Espoon kaupungin osoitteesta: www.espoo.fi, liikunta, ulkoilu, hiihto ja latujen kuntatiedot.



ESPOORASTIT 2007

alkavat tiistaina 3.4. ja sen jälkeen joka tiistai syyskuun loppuun asti. Rasteja on 30 kertaa järjestäjinä Akilleksen ja Leppävaaran Sisun suunnistajat. Katso kalenteri netistä maaliskuussa.

JUMPPAA

Sisäjumppat jatkuvat Matinkylän Ammattikoululla maanantaisin toukokuun puoleen väliin asti.

Naisten Kunto- ja Kiinteytysliikunta
19.00-20.00

Ohjaajana Tuula Kolari

Voimistelusta kiinnostuneet voivat ottaa yhteyttä Monica Grönlundiin (803 4142).

Puistojumppaa toukokuussa!



KUNTOKORISTA

NAISILLE:

ma 20.00 –21.00 Matinkylän Ammattikoulu

MIEHILLE:

pe 20-21.30 Soukan koulu
su 19-20.30 Nöykkiön koulu

Lisäinfo: akilles@espoonakilles.fi



AKILLEKSEN VUOSIKOKOUS

Espoon Akilleksen vuosikokous pidetään Akilleksen kerhohuoneistossa Aapelinkatu 13:ssa Matinkylässä keskiviikkona **18.4. klo 19.00.**

Kokouksessa käsitellään vuoden 2006 toimintaa ja taloutta.



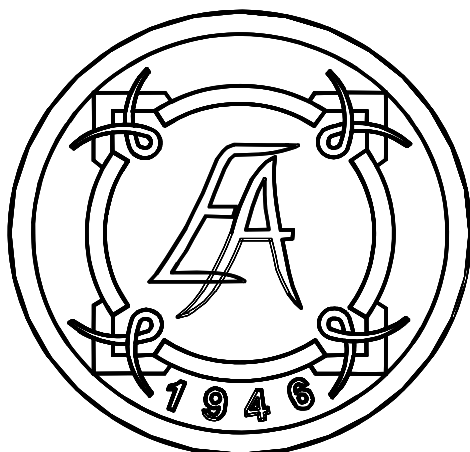
Kaikilla Akilleksen jäsenillä on osallistumisoikeus ja yli 15-vuotiailla on myös äänioikeus.

Kahvitarjoilu!

Tervetuloa!
Espoon Akilleksen hallitus

POSTIA AKILLEKSELLE

Osoitteenmuutokset voit lähettää myös Internetin välityksellä osoitteella:
akilles@espoonakilles.fi.



ESPOON AKILLES TIEDOTTAA

<http://www.espoonakilles.fi>

Julkaisija :
Espoon Akilles ry
c/o Kaarina Nordqvist puh. 884 9101
Tähdennonnenkuja 10 B
02240 Espoo

Vastaava toimittaja
Raimo Nordqvist puh. 884 9101
Tähdennonnenkuja 10 B
02240 Espoo

Yhteyshenkilöt :
Puheenjohtaja: Timo Tilli, 803 0940
timo.tilli@espoonakilles.fi

Koripallo: Tuija Pakkala, 804 3119
tuija.pakkala@espoonakilles.fi

Suunnistus: Hannu Numminen, 050-359 8864
hannu.numminen@espoonakilles.fi

Voimistelu: Monica Grönlund, 803 4142
monica.gronlund@espoonakilles.fi

Kunto: Raimo Nordqvist, 0400-454613

Kolmastoista KESKUSPUISTO-OLARI KIERROS

4. TEBOIL PUOLIMARATON

ESPOOSSA

SUNNUNTAINA 6.5. KLO 12.00

ESPOON AKILLEKSEN MAJALLA .
PUOLARMAARISSA (Puhelinluettelo sivu 49, ruutu 76/CV)

Sarjat:

Puolimaraton M, N	21,2 km
Miehet yleinen	10,2 km
Miehet 40 v.	10,2 km
Miehet 50 v.	10,2 km
Naiset	10,2 km
Tytöt alle 15 v.	5,1 km
Pojat alle 15 v.	5,1 km
Kunto- ja kävelysarja	5,1 km



Sarjapalkintojen lisäksi arvotaan kaikkien osallistujien kesken palkintoja.
Miesten yleisessä sarjassa kiertopalkinto.

Osallistumismaksu puolimaratonille 15 € (juoksijakortilla 12 €), aikuisten
kilpasarjoissa 10 € (8 €), muut sarjat 6 € Akilleslaisille osallistuminen on ilmaista.

Osallistumismaksuun sisältyy MITALI, mehutarjoilu sekä sauna.

Ilmoittautumiset paikan päällä kello 10.00 - 11.30.

Tiedustelut Kari Uotila, puh. k. 884 9582, t. 4321, gsm. 050 511 3113

JÄRJESTÄÄ: ESPOON AKILLES, OLARIN HÖLKKÄ JA OLARIN
TARMO -77



Mikäli vastaanottajaa ei tavoiteta,
pyydetään lehti palauttamaan
osoitteella :
Raimo Nordqvist
Tähdennonkuja 10 B
02240 Espoo