



ESPOON AKILLES TIEDOTTA



Marraskuu 2009

Numero 48

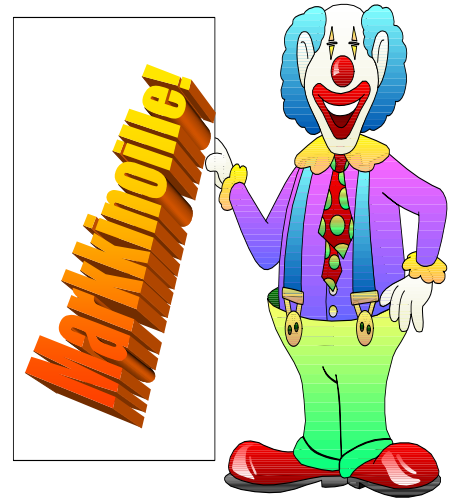
AKILLESMARKKINAT 21.11. KLO 10.00

Akillesmarkkinat pidetään lauantaina 20. 11.
Matinkylän koululla klo 10.00 - 13.00.

Kirpputori, arpajaiset, Akilles-tuotteita.
Kahvio.

Markkinoilta voi vuokrata myyntipöydän, hinta
10 €. Pöytävaraukset: koris@espoonakilles.fi.

Tervetuloa markkinoille.



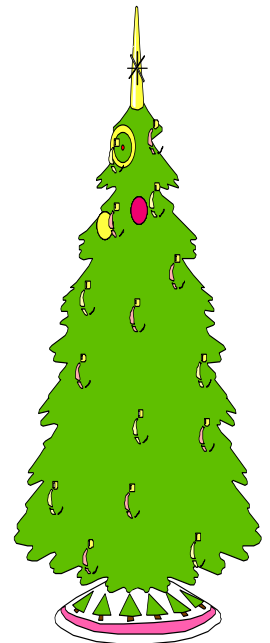
PIKKUJOULUJUHLA LA 19.12. KLO 17.00

Espoon Akilleksen perinteiset, koko perheen pikkujoulujuhlat
järjestetään lauantaina 19.12. alkaen klo 17.00 Matinlahden
koululla.

Ohjelmassa on luvassa Harlekiini Arto Nybomin musisointia.
Mukana myöskin Martti, karvainen käsinukkekoira.

Joulupukki on myös lupautunut vierailemaan tilaisuudessa.

Tilaisuus maksaa tarjoiluineen lapsilta 1 euron ja aikuisilta 2 eu-
roa. Aikuisten hinta sisältää kahvitarjoilun sekä lasten hinta li-
mutarjoilun. Ja voi olla, että joulupukillakin on jotain matkas-
saan lapsille...



sisältää...

Akilles-markkinat, Pikkujoulujuhla sivu 1. Akilleksen harjoitusvuorot,
kesäkorista sivu 2. Loppiaisturnaus, jumppaa sivu 3. Akilles Erä-
SM:ssä sivu 4. AC cup, Egames, Vuoden suunnistusteko sivu 5.
Nuorten Jukola, Korttelirastit sivu 6. Uusi Suunnistusjaosto ja
Akilleksen yhteystiedot sivu 7. Akilleksen vuosikokous sivu 8 .

AKILLEKSEN SALIVUOROT 2009-2010



Koriskausi on pyörähtänyt käyntiin. Muutama uusi joukkue on aloittanut ja uusia pelaajia on tullut toimintaamme mukaan.

valmentaja/vetäjä

Vanhempi-lapsi 1-3v Kaisa Vuorinen
lauantai 10.00-10.45 Matinlahti Marjo Glumow

Satukoris 3-4v Kaisa Vuorinen
lauantai 11.00-11.45 Matinlahti Terhi Toivonen

Satukoris 4-5v. Emma Liljeström
lauantai 12.00-12.45 Matinlahti Kata Aarnio

Koriskerho 6-7v. Tuija Pakkala
sunnuntai 12.00-13.30 Matinlahti Mona Tähtinen, Sanna Kalliomäki

Pojat 96-98 Juha Salmen
lauantai 13.00-14.30 Matinkylä

Pojat 99-01 Satu Lindqvist
lauantai 14.00-15.00 Matinlahti

Tytöt 97-99 Satu Lindqvist
maanantai 18-20 Matinlahti Niina Pohjolainen
lauantai 13.00-14.00 Matinlahti Leena Kolari
sunnuntai 13.30-15.00 Matinlahti

Ladyliikkari Sanna Kalliomäki
sunnuntai 16.30-17.30 Matinlahti

Äijäliikkari Heikki Vuorinen
perjantai 19.30-21.00 Matinlahti

Naiset Reijo Salmi
tiistai 16.30-18.30 Matinkylä
perjantai 18.00-19.30 Finno skola
sunnuntai 16.00-18.00 Matlidens skola

Gubbet (35/50v) Raimo Nordqvist
perjantai 19.30-21.00 Finno skola
sunnuntai 19.00-20.30 Nöykkiö

Miehet Eerik Bondarenko
lauantai 14.30-16.30 Matinkylä

KESÄKORISTA

Akilleksen järjesti viime kesänä kolmannen kerran maksuttomia Kesäkoris-tapahtumia.

Kesäkoriksen tarkoituksena oli antaa lapsille mahdollisuus tutustua koripalloon leikkien ja pelaten.



LOPPIAISTURNAAUS



TAMMIKUUSSA 2010



KUNTOKORISTA

Miesten kuntokorisjoukkue Gubet harjoittelee perjantaisin klo 19.30 Finnos Skolanissa ja sunnuntaisin klo 19.00 Nöykkiön koululla. Gubet osallistuvat Espoon 35- sekä 50-sarjaan.



Lisätietoja Raimo Nordqvistilta (raimono@suomi24.fi).

JUMPAT

Matinlahden koululla sunnuntaisin 13.12 saakka (ei 6.12). Jumpat jatkuvat jälleen keväällä

sunnuntaisin 18.00 - 19.00

Ohjaaja Tuula Kolari.

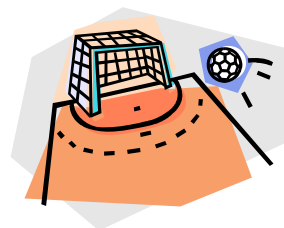
Kausimaksu: jäsenet 40 €, ei jäsenet 60 €

Lisätiedot: Monica Grönlund iltaisin 803 4142.



Sähly ja jumppa

Suunnistajien sähly ja jumppa on lauantaisin klo 15.00 - 17.00 Tähtiniityn koululla alkaen 7,11.



Suunnistuskoulu lauantaisin



Talvella lasten ja nuorten harjoitukset jatkuvat Tähtiniityn koulun salivuorolla lauantaisin klo 14.00-15.00 7.11. alkaen. Pääsääntöisesti pienille tehdään temppuratoja ja isommat pelaavat sählyä.

Lisätietoja:
Teija Sahlström p. 050 4421286,
teija.sahlstrom@espoonakilles.fi

Hannu Numminen p. 050 3598864,
hannu.numminen @ espoonakilles.fi



AKILLES ERÄVAELLUKSEN SM-KISASSA

Erävaelluksen sm-kilpailut järjestettiin tänä vuonna 3.-6.9.2009 Reisjärvellä. Akilleksen parivaljakko Vesa Vuopala ja Hannu Numminen osallistuivat kisaan. Kisan jälkeen Vesa on laaatinut "huipulla tuulee"-listan niistä pienemmistä - ja vähän isommistakin - puutteista, mitkä tuli havaittua kilpailuun valmistauduttaessa ja itse vaelluksen kuluessa. Lista on vaikuttava ohje uusille kisaajille::

1. Älä lähde kilpailemaan Pohjois-Pohjanmaalle
2. Älä tyydy vedenpitävästä paperista valmistettuun kilpailukarttaan...
3. Älä jätä henkilökohtaisten varusteidesi pakkaamista lähtöpäivään...
4. ...Älä unohda sadevaatteitasi kotiin
5. Älä jätä otsalamppuasi paikalliseen vuokramökkiin
6. Älä hukkaa kompassiasi maastoon
7. Älä hävitä sadelippaasi maastoon
8. Älä tiputa tehtävämateriaaleja - kuten liuskekiven palaa - maastoon
9. Älä ole ylenpalttisen innostunut taivaan pilvityypeistä
10. Älä valitse eläkeiän kynnyksellä vaappuvaa vaeltajaa pariksesi



Vesan kommentin mukaan kohdat 1-2 käsittelevät kilpailujärjestelyjä, kohdat 3-9 Vesan omaa toimintaa ja kohta 10 Hannu Nummisen toimintaa. Kun kaikesta huolimatta parivaljakko saavutti kisassa 7. sijan kovatasoisessa kisassa niin muilla on käynyt vielä huonommin. Koko tarina on luettavissa Akilleksen suunnistajien nettisivuilta.



Akilleksen erävaellus kaksikko: vasemmalta Vesa Vuopala, oikealla Hannu Numminen. Kisa oli Vesan 12. ja Hannun 18. kerta Erävaelluksen SM-kisoissa.

AKILLES-CUP 2009

Suunnistajien, eri osakilpailuista koostuva Akilles Cup, saatiin syksyllä päätökseen. Sarjoissa A ja B kisat käytiin tasoituksilla, jossa kilpailuaikojä muokattiin kertoimilla iän mukaan. A-sarjassa kisasivat miehet 18-49 -vuotiaat, B-sarjassa naiset 18-49 sekä miehet 50-64 ja C-sarjassa muut. Kunkin sarjan kolme parasta saivat halutut Akilles-tuopit. Cuppiin kuului 8-osakilpailua korttelisuunnistuksesta Jotokseen.



AKILLES CUPIN VOITTAJIKSI JANI, TIINA JA PETRUS

A-sarjan mestaruus ratkesi viimeisessä kisassa, johon Jani lomamatkan takia ei voinut osallistua. Janin onneksi Tuomo sairastui flunssaan eikä osallistunut sprinttiin. Näin ollen **Jani Riissanen** voitti sarjan 70 pisteellä Tuomo Koutin jäädessä 68 pisteeseen. Kolmas oli Tuomas Puskala.

B-sarjan voitto ratkaistiin viimeisessä kisassa, jossa kaikilla mitalisteilla oli mahdollisuus voittaa. Sprintin kolmas sija riitti viemään **Tiina Rautakorven** voittoon 62 pisteellä. Sprintti kisan valvojana ollut Hannu Mattila keräsi 61 pistettä. Kolmas oli Aimo Ruohoniemi, 58 pistettä.

C-sarjan voitti **Petrus Hanhijärvi**, 82 pistettä. Petrus sai sarjasta täydet pisteet voittamalla kuusi osakilpailua. Muutkin mitalistit olivat Hanhijärviä: Marjukka 71 ja Leenukka 68 pistettä.



EGAMES 2009



Akikkles järjesti yhdessä Espoon Suunnan kanssa eGames-suunnistuskisat 7.-8.8. Aavarannassa Kirkkonummella. Kisoihin osallistui yli 1200 suunnistajaa. Lauantain osuudesta Huippuliiga televisioitiin,

Akilleslaiset vastuuhenkilöt: **Tuomas Puskala** toimi kisojen varajohtajana. Muissa vastuuhommissa olivat lauantain eGames-ratamestarit **Aimo Ruohoniemi** (aikuiset) ja **Janne Kuusivaara** (asten radat), eGames-lähdöistä vastasi **Kalle Poikonen**, ravintolasta **Sari Siivola**, muksulasta ja rastirallista **Teija Sahlström** sekä kuntosuunnistusta **Jarmo Könönen**.

Kiitokset kaikille järjestelyihin osallistuneille!

VUODEN SUUNNISTUSTEKO

Jani Riissanen palkittiin vuoden 2009 suunnistusteko poikaalilla. Janin tämän vuoden ansioluettelo on pitkä: hopeaa Hiihtosuunnistuksen pitkien matkojen SM-kisan H35-sarjassa. Kulta jäi vain kahden sekunnin päähän 16.2 kilometrin matkalla. Hiihtosuunnistuksen SM-keskimatkalta tuli pronssia ja SM-sprintistä myöskin hopeaa.

Kesällä Janin saavutuksena oli joutua FIN5-rastiviikon toisena päivänä päivän kasvoksi(kuva).

Syksyllä Jani selviytyi Akilles Cupin A-sarjan voittajaksi.



AKILLES NUORTEN JUKOLASSA

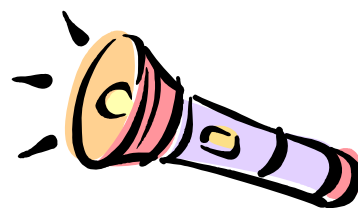
Akilles oli jälleen mukana Vaasassa juostussa Nuorten Jukolassa sijoittuen komeasti sijalle 111. Parannusta viime vuoteen tuli 57 sijaa.

Kuvassa vasemmalta Petrus Hanhijärvi, Urho Vepsäläinen, Lauri Junkkari, Elmeri Numminen, Marjukka Hanhijärvi, Leenukka Hanhijärvi, Annukka Hanhijärvi.



KORTTELIRASTIT 2009-2010

Perinteiset tiistaiharjoitukset jatkuvat Espoorastien loputtua kaikille Akilleslaseille avoimilla korttelirasteilla.



Tapahtumissa on yhteislähtö kello 18.00 ja rasteilla ei leimata, vaan reipästä lipuke rastilipun virkaa toimittavasta paperista. Kukin ratamestari laatii mieleisensä radan ja suunnistustehtävän, jossa karttana voi olla kaikkea kunnollisesta suunnistuskartasta, monisteeseen tai jopa puhelinluettelon kartta.

Ratavaihtoehtoja on yleensä kaksi: A-rata n. 6-8 km, ja B-rata n. 4-5 km. Radasta selviää yleensä vajaassa tunnissa. Rasteja voi toki kiertää ilman yhteislähdön huumaa ja kilpailuhenkeä, mutta ole kuitenkin paikalla jo ennen klo 18.00.

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

Päivää, paria ennen tapahtumaa on Akilleksen pulinaboksissa ratamestarin ennakkotietoja tapahtumasta. Tarkista myös tarkka kokoontumispaikka sieltä.

- | | | |
|--------|------------------------------|---------------|
| 10.11. | Malminmäki | Tiina ja Kari |
| 17.11. | Kilo | Aimo |
| 24.11. | Laaksolahti | Niina ja Jani |
| 1.12. | Martinlaakso | Janne |
| 8.12. | Karakallio | Eero (LeSi) |
| 15.12. | Haukilahti | Tuomas P |
| 26.12. | Mynttilä, lauantai n. klo 10 | Hannu M |

Kevään vuorot löytyvät suunnistajien pulinapoksista ja netistä.

Suunnistusjaoston hallitus

Suunnistajien vuosikokouksessa valittiin uusi suunnistusjaosto. **Reijo Toivonen** jatkaa puheenjohtajana ja Leena Hanhijärvi sihteerinä. Muina jaoston jäseninä jatkavat Pia Keyriläinen, Suvi Vuorinen, Aimo Ruohoniemi, Markku Virtanen, Hannu Mattila, Tommy Selin ja Hannu Numminen.

Uusina jäseninä tulivat Anu Salokangas ja Kalle Poikonen. Anu otti vastuulleen naisten viestijoukkueiden valinnan ja Kalle Espoorastien organisoimisesta.

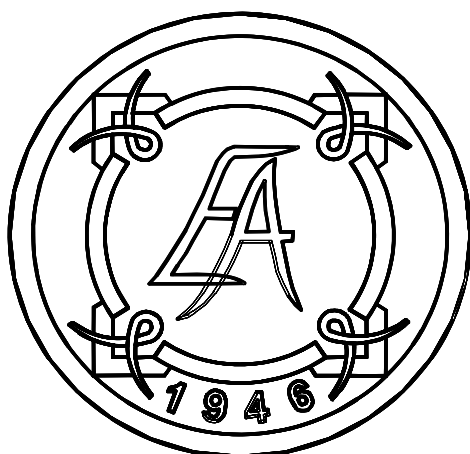


Espoorastit jatkuvat jälleen huhtikuussa yhteistyössä Leppävaaran Sisun kanssa.



POSTIA AKILLEKSELLE

Osoitteenmuutokset voit lähettää sähköpostin välityksellä osoitteella
akilles@espoonakilles.fi



ESPOON AKILLES TIEDOTTA

<http://www.espoonakilles.fi>

Espoon Akilles ry
c/o Kaarina Nordqvist puh. 050 301 9155
Tähdennonnenkuja 10 B
02240 Espoo

Vastaava toimittaja
Raimo Nordqvist puh. 0400 454 613
raimo.nordqvist@espoonakilles.fi

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

Koripallo: Satu Lindqvist,
satu.lindqvist@espoonakilles.fi

Suunnistus: Reijo Toivonen, 041 - 534 6908
reijo.toivonen@espoonakilles.fi

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

Kunto: Raimo Nordqvist, 0400 - 454 613

AKILLEXEN VUOSIKOKOUS

Akilleksen sääntömääräinen vuosikokous pidetään torstaina 19.11. kello 19.00 Akilleksen "toimistolla" Aapelinkatu 13 G:n kerhohuoneessa.



pi-
sen

Kokouksessa valitaan Akilleksen hallitus, päätetään ensi vuoden toiminnasta ja jäsenmaksusta. Kokoukseen ovat oikeutettuja osallistumaan kaikki Akilleksen jäsenet.

Kahvitarjoilu!

Tervetuloa!

Timo Tilli puheenjohtaja

SUUNNISTUSKOULUTUSTA



Espoon Akilles järjestää suunnistuksen alkeisiin keskittyvän suunnistuskoulun aikuisille ensi keväänä. Kurssi sisältää kaksi opetuskertaa ja on avoin kaikille kiinnostuneille.

Tarkemmat tiedot löytyvät keväällä suunnistajien nettisivuilta.

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

2

