

# KENSULAINEN



1/2015



## Sisältö

Puheenjohtajan palsta	3
ISU=International Scandinavian Project	4
Kohti Master kautta 2015–16	5
KENSU:laiset aikuisluisteluissa	6
KENSU:n joukkue voitti Rice Cycle Store cupin	7
Jyväskylän soutu 11.6.2015	8
Verkun terveiset	10
Vanhojen KeNsU:n aikojen muistelot 3.6.2015	11
Jaken terveiset	12

Mainosten hankintaa juhluvuoden lehteen	13
KENSUN luistelukoulut	14
Tuloksia	14
Kilpailukutsuja	22
KENSU - CUP 2015-2016	22
Tapahtumakalenteri	24

- \* Jäsenlehti 35. vuosikerta
- \* Painosmäärä: 200 kpl
- \* Toimittaja: Keijo Ilmavirta

KENSULAISEN julkaisu-aikataulu:  
Seuraa tiedottamista nettisivuillamme

KENSU verkossa: <http://www.kensu.fi>

**Johtokunta vuonna 2015:**

Puheenjohtaja	Keijo Ilmavirta	p. 050-595 7892, keijo.ilmavirta at gmail.com, pj at kensu.fi
Varapuheenjohtaja	Kari Niittylä	p. 040-341 5571, kari.niittyla at jao.fi
Jäsenet	Hannu Luoma	p. 050-5587671, hanskiluoma at gmail.com
	Kalle Sumelles	p. 050-527 1457, kalle.sumelles at gmail.com
	Lasse Saari	p. 0500-543 525, eerikkisaari at gmail.com
	Aimo Väisänen	p. 040-760 4851, aimoeavaisanen at gmail.com,
	Risto Palttala	p. 040-841 6934, risto.palttala at saarijarvi.fi, risto.palttala at gmail.com
Varajäsen	Jukka Iitti	p. 0500-559 171, juiitti at elisanet.fi
	Vesa Ilvessuo	p. 045-645 4350, vesa.ilvessuo at elisanet.fi
	Rahastonhoitaja & kirjanpitäjä	Keijo Ilmavirta
Jäsenrekisteri	Lasse Saari	
Kieppivastaavat	Jukka Iitti Kalle Sumelles	p. 0400-559171, juiitti at elisanet.fi
<b>JÄSENMAKSU 2015</b> (perhe 20 eur, aikuinen 10 eur, lapsi alle 15 v. 10 eur) <b>maksetaan seuran tilille:</b> OP 529002-2260747, Bic:OKOYFIHH Iban:FI3552900220260747.		
<b>Kansikuvassa</b> KENSUn joukkue Jyväskylän Jyväskokous 2015. Kuvan otti Jukka Iitti.		

**KENSU ry:n syyskokous ja Kiepin päättäjät**

lauantaina 14.11.2015 klo 14:00 Jyväskylän Ammattiopistolla Viitaniementie 1C

**Ohjelma:**

- syyskokous klo 14.00
- Kiepin päättäjät / palkitsemiset klo 15.00

**Tarjoilu:**

- suolainen ja makea kahvileipä
- kahvi / tee / limsa / mehu

**TERVETULOA!**

Käy päivittämässä jäsentietosi seuran jäsensivuilla:

<http://www.kensu.fi/seura/jasenille/>  
t. Lasse

## Puheenjohtajan palsta

**Kiitos jäsenistölle luottamuksesta, että sain ja innostuin vielä kerran tulla mukaan aktiiviseen KENSUn toimintaan. Haasteita on, kuten seuratoiminnassa aina. Tärkeää on taata toiminnan monipuolinen jatko tulevaisuudessakin – niin liikkumisen kuin liikuttamisenkin osalta. Vaikeina yhteiskunnallisina aikoina omaan hyvinvointiin kannattaa panostaa, ja liikunta on siinä mitä parhainta.**

*Keijo Ilmavirta*

Seuran 69. toimintavuosi on loppuillaan. Jyväskieppi sai arvoisensa päätöksen, kun viimeinen osakilpailu (juoksu) kilpailtiin hyvissä olosuhteissa ja onnistunein järjestelyin. Kokonais- tuloksissa naisten paras oli Ulla Yrjölä ja miehissä Tomi Lehtola. Joukkuekilpailun voitti K-Pau. Kuntokiepin kiertäjistä vastaavasti parhaita olivat Laura Kanervo ja Jani Maukonen. Kiitos kaikille Kieppiin osallistuneille ja tervetuloa uudelleen mukaan. Haastankin jokaisen markkinoimaan Kieppiä ja etsimään uusia osallistujia / joukkueita mukaan, sillä kokonaisosallistujamäärät ovat kuitenkin laskussa.



Ensi vuodeksi on kieppisääntöihin tulossa pieni muutos. Parisuunnituksen pistevähennys pienenee -20% → -10%. Mainitaan vielä, että

Jyväskiepin “isoveveli”, valtakunnallinen tapahtumasarja Kalevan kierros, toi myös KENSUlle menestystä.

Pikaluistelun osalta menestyksemme oli viime kaudella loistavaa. Kirkkain tähtemme Verner Kinnunen luistelee jo A-maajoukkueetasolla ja on aikojensa puolesta valmis MC-kisoihin ensi kaudella. Juniorit menestyivät ja kehittivät erinomaisesti Jutta Niittylän ja Paju Kilpeläisen johdolla. Veteraanit voittivat useita SM –mitaleita laajalla rintamalla, saavutimme toistamiseen Suomen Aikuisurheiluliitto SAULn joukkue mestaruuden ja oli KENSUlla edustus jopa veteraanien MM-kisoissa (Kari Niittylä). Ja vielä on suuri joukko niitä iloisia Viitaniemen radan kiertäjiä, jotka keskittyivät kuntoiluun, fiilistelyyn, Jyväskieppiin ja kuka mihinkin. Hyvä me, hyvä KENSU.

Jyväsjärvisoutu onnistui loistavasti, siitä suurkiitos Anneli Mörä-Leinolle ja lukuisille muille talkoolaisille. Näinä vaikeina talousaikoina on tärkeää, että tapahtuma oli myös taloudellisesti onnistunut. Taloustilanteemme onkin tiukka, jonka vuoksi johtokunta linjasi (tiukensi) tälle ja ensi kaudelle kilpailuyms. avustusten sääntöjä. Lisäksi korotamme luistelun kausimaksua 40

→ 60€ ja kertamaksua 5 → 10€. Luistelumaksujen korotuksista huolimatta on pikaluisteluharrastuksemme raskaasti tappiollista. Kaikella muulla toiminnallamme yritämme taata sen, että ainoa pikaluisteluun erikoistunut keskisuomalainen seura toimisi jatkossakin.

Seura täyttää 70 vuotta ensi vuonna. Juhla järjestetään lokakuun lopulla 2016, samassa yhteydessä pidetään myös seuran syyskokous ja Kiepin

päättäjäiset. Juhla-Kensulainen ilmestyy ensi keväänä ja lehteen on mahdollisuus kerätä ilmoituksia seuran tukemiseksi tässä esim. numerossa olevan aineiston avulla. Ilmoituksia voi kerätä jo nyt, takarajana on 28.2.2016.

Kiitos johtokunnalle, aktiivisille seuraihmisille ja talkooväelle työstä, jolla olemme luoneet liikkumisen mahdollisuuksia monelle.

## ISU=International Scandinavian Project

**Kansainvälisen luisteluliiton osittain tukemaan projektiin on valittu 12 luistelijaa Suomesta, Ruotsista, Norjasta sekä Tanskasta.**

*Paju Kilpeläinen*

Suomalaisista luistelijoista neljä on tyttöjä. Tänä vuonna projektiin sisältyy kolme leiriä. Aloituseleiri oli Göteborgissa, Ruotsissa 6.-9.8. Jääleirit sen sijaan ovat Berliinissä 7.-14.10 ja 3.-8.1.2016. Projektissa on mukana myös harjoittelijavalmentajia jokaisesta maasta. Esimerkiksi valmentajani Jarkko on mukana tässä projektissa.

Itse olen mukana ensikertalaisena ja yksi nuorimmista luistelijoista. Göteborgin leiri oli melko lyhyt, mutta oikein onnistunut, sillä pääsimme tutustumaan toisiimme ja oppimaan paljon uutta!! Leirin majoituksessa ei tosin ollut paljoa kehumista, mutta tarkoituksena olikin, että tutustuisimme toisiimme paremmin. Seuraavalla leirillä yövyimme hotellissa. Odotan jo todella innolla Berliinin leiriä, koska pääsen luistelemaan jälle pitkästä aikaa:).

**KENSU ry:llä on retkiluistelukalustoa.** Varaa yhteisöllesi ulkoilupäivä ohjatun retkiluistelun parissa tai vuokraa kalustoamme. Yhteyshenkilö Aimo Väisänen 040-7604851.

## Kohti Master kautta 2015–16

**Mastereille järjestetään MM-kilpailut joka vuosi sekä sprinttereille, että yleisluistelijoille. Itse olen ollut kahtena talvena mukana näissä yleisluistelukilpailuissa. Ensin olin Norjan Stavangerissa vuonna 2014 ja viime talvena Kanadan Calgaryssa. Kokemuksena nämä kisat ovat hienot. Kisat järjestetään hallissa, missä olosuhteet ovat erinomaiset tulosten tekemiseen.**

*Kari Niittylä*

Ensi talven kisat järjestetään sprinttereille Italian Paselga de Pinessä 26.–28.2.2016 ja yleisluistelijoille Hollannin Leeuwardissa 4.–6.3.2016. Sprintteiden kisoihin ei ole maakohtaisia osallistujia rajoituksia. Yleisluistelukisoihin Suomella on kiintiö kymmenelle luistelijalle. Viisi paikkaa jaetaan viime talven Suomen Master cupin viidelle parhaalle ja loput viisi paikkaa tulevan talven kisojen mukaan. Ei muuta kuin joukolla treenaamaan ja tähtäimenä mennä halliin tekemään kunnan ennätykset.

Itse sain Suomen edustuspaikan jo viime talven menestyksen mukaan, joten valmistuminen kisoihin on jo alkanut ja tavoitteet asetettu. Yhteistreenit Laajavuoressa on pyörinyt toukokuun alkupäivistä lähtien kerran viikossa. Olemme tehneet sopivia kuivaluistelutreeniä nousujohteisesti talvea kohti. Olemme lisänneet kuukausittain määriä ja teho-



ja, jotta talvella olisi radalla helpompaa. Mukana treeneissä on ollut kahdesta seitsemään osallistujaa. Lisääkin treenaajia mahtuisi porukkaan.

Kävimme Palttalan Riston ja Jutan kanssa heinäkuun lopussa kymmenen päivän kesäjääleirillä Saksan Inzellissä. Olimme kaikki ensimmäistä kertaa katselemassa Alppien juurella vanhaa ja tunnettua pikaluistelupaikkakuntaa. Idyllisessä Alppikylässä oli todella hieno harjoitella hallissa muiden kansainvälisten

huippujen kanssa ja seurata heidän tekemisiään ennen jäälle menoa ja jäällä. Hollantilaisiakin oli kolmen viikon aikana treenailemassa ja lomailemas-

sa kolmisen sataa luistelijaa. Outoa oli treenata jäällä, kun hallin ulkopuolella oli kolmekymmentä astetta lämmintä. Jäätreenien lomassa paikkakunnalta löytyi hyvät pyöräilymaastot, uimapaidat, urheilukentät yms. Yhdistimme ”työn ja hovin” samalle reissulle. Ku-

vassa on PoPy:n, HLK:n ja Kensun luistelijoita hallin edessä.

Lokakuussa olisi tarkoitus käydä jäällä Berliinin hallissa ja kokeilla kilpailemistakin.

Toivottavasti ilmat viilenevät loka-kuun lopulla, jotta Viitaniemen jäätä

pääsisi jäädyttämään meille luisteltavaksi.

Kaikki joukolla kenttää kiertämään Viitaniemeen!

## **KENSU:laiset aikuisluisteluissa**

**Suomen Aikuisurheiluliitto, joka oli aiemmin nimetty Suomen Veteraaniurheilijoiksi, on järjestänyt vuosittain Suomen mestaruuskisat myös pikaluistelussa. KENSU on ollut vahvasti mukana näissäkin riennoissa.**

*Risto Palttala*

Talvella 2014 seuramme vastasi SAUL:n SM-kilpailujen järjestämisestä.

Kilpailut onnistuivat hienosti ja saimme paljon myönteistä palautetta mukana olleiden seurojen luistelijoilta.

Viime talvena kilpailtiin Oulussa Niittyaron kentällä. KENSU järjestää kisat tulevanakin kautena, joten helmikuun 14. päivänä Viitaniemen montun ovaalille saapuu Suomen pikaluistelu-paikkakunnilta varttuneita aikuisluistelijoita kolmekymppisistä kahdeksankymmppiin. Kilpailut ovat samalla seuramme 70-vuotistaipaleen juhlakilpailut.

Aikuisluistelijamme ovat startanneet ahkerasti SM-mitalijahtiin niin Suomen Luisteliiton Master-sarjoissa kuin SAUL:n pikaluisteluissakin. KENSU:laiset ovat menestyneet hienosti SAUL:n kisoissa. Vuonna 2014 kaappasimme seurojen välisen voittopokaalin, mutta tänä vuonna Oulun luistelijat saivat sen kotikisoissaan haltuunsa. Jospa ensi talvena ottaisimme sen takaisin palkintokaappiimme 70-vuotisen olemassaolomme kunniaksi.

SAUL:n kaksissa edellisissä SM-kisoissa Jyväskylässä ja Oulussa KENSU:n pikakiitäjät ovat nappasivat hyviä sijoja. Tulokset tulososiossa.

**Luisteluvuorot kaudelle 2015 – 2016** ovat ennallaan. Tiistaisin klo 19:15-20:45, torstaisin klo 16:15-17:45 ja lauantaisin klo 8:45-10:00

## KENSU:n joukkue voitti Rice Cycle Store cupin

Kensulta osallistui oma joukkue Ride Cycle Store Cup:iin myös tänä vuonna. Joukkueessa pyöräilivät Eemeli Kanervo, Erik Nieminen, Pekka Aho, Lasse Saari ja Marko Korhonen. Joukkue voitti lähimmän kilpailijansa JYPS Äänekosken vahvalla osallistumisella sekä hyvällä hajonnallaan eri ikäsarjoissa, sijoituksia napsittiin nimittäin M50, M40, Miesten kunto ja M12 -sarjoissa.

*Lasse Saari*



Henkilökohtaisissa sarjoissa ikäsarjojensa voittajina maaliin tulivat Marko Korhonen (Miehet kunto), Lasse Saari (M40) ja Erik Nieminen (M50). Eemeli keräsi joukkueelle pisteitä viidessä osakilpailussa ja jäi omassa sarjassaan vain vähän 6-8 osakilpailuun osallistuneille. KENSU voitti myös joukkueena Keski-Suomen maantiemestaruuden ja oli toinen maastomestaruuskisoissa.

Itse kisat olivat ainakin allekirjoittaneelle aikamoisia kokemuksia. Äänekosken Route Mäkikylä ajettiin keväässä noin 10 asteen lämmössä ja kohdalaisessa vesivihmeessä. Viimeisillä kilometreillä alkoivat sekä sormet että

varpaat mennä tunnottomiksi ja alamäkiä piti ajaa täysillä silmät hiekanjyviä täynnä, kun ei niitä laseja viitsinyt laittaa sateessa päähän.. Maastopyöräkisat olivat muutenkin aika hyviä peruskuntolenkkejä varmaan kaikille!



Polkupyöräsuunnistus Killerin mutkamäkimaastoissa oli hieno kokemus. Reitillä sai ajaa sekä polkuja että maantietä, sekä suunnistaa juuri sopivassa suhteessa. Leppälahden 13km:n aika-ajo jätti vielä hampaankoloon, kun matka loppui niin nopeasti, ettei ollut vielä riittävän poikki maaliin tullessa.

Kokonaisuudessaan pyöräilykiertu-etta voi suositella muillekin, vaikka se onkin ajoittain aika rankka, riippuu tietenkin vähän miten tosissaan sen aikoo ottaa. Toivotaan ensivuodellekin yhtä hyvää joukkuetta, mutta vähän parempia kelejä!

## Jyväsjärvi-soutu 11.6.2015

**23. Jyväsjärvi-soutu soudettiin tänä vuonna tuulisessa säässä. Länsituuli puhalteli parhaimmillaan 6 m/s. Soutuun osallistui 40 joukkuetta, joista puolet olivat kilpasarjassa ja puolet kuntosarjassa.**

*Anneli Mörä-Leino, kilpailunjohtaja*

Molemmissa sarjoissa oli mukana urheiluseuroja, työporukoita, kaveriporukoita ja muita sekalaisia porukoita, sillä sarjajaon kannalta ratkaisevinta on soudettava vene. Kilpasarjassa oli käytössä Vihtavuoren Pamauksen veneet, jotka ovat selkeästi nopeampia kuin Sulkavan Veneeltä vuokratut veneet. Moni joukkue ihmetteli edellisvuodesta selkeästi parantunutta tai huonontunutta aikaa – ja useimmissa tapauksissa ratkaiseva asia oli se, millä veneellä porukka tänä vuonna souti. Lähtöviiva on vuodesta toiseen sama, mutta yliopiston tutkimuslautan paikka siirtyi hieman vuosittain, vaikka se onkin ankkuroitu periaatteessa paikalleen. Yliopistolta saamani tiedon mukaan jäät siirtävät aina lauttaa jonkin verran. Kääntämiseen kuuluva aikakin vaihtelee vuosittain mm. siitä johtuen, että kisaa varten laitettut lisäpoijut ovat aina hieman eri paikassa. Tänä vuonna poijujen laitossa oli ongelmia, koska niissä oli liian lyhyet narut. – Poiju oli sijoitettava sellaiseen paikkaan, että sen ankkurinaru ulottui pohjaan.

Useimmat joukkueet ovat mukana kisassa pelkästään yhdessä olemisen ilosta. Joukkueet riemastuivat siitä, että soututahti löytyi ja monella riitti kisan jälkeen kerrottavaa soudun aikana

syntyneistä kammelluksista. – Joltakin katkesi airo, joltakin rikkoutui peräsin, joltakin tipahti joku soutajista (tai peräti useampi) penkiltä ja joltakin meni käännös ylipitkäksi. Lähtötilanteessa-kin sattui kammelluksia, kun joukkueiden veneitä veti joku ihmeellinen veto-voima lähelle toisiaan ja sitten ei ollutkaan oikein tilaa soutaa.



Oli kiva kuulla, että yksi soutajista oli viime vuonna tullut varamiehenä mukaan työpaikkansa joukkueeseen. Vuoden aikana hän oli siirtynyt toiseen työpaikkaan ja toi sieltä mukanaan uuden joukkueen. Toinen soutaja taas

souti viime vuonna kaveriporukassa ja innostui niin, että souti tänä vuonna kaveriporukansa lisäksi myös työpaikkansa joukkueessa, jonka värväsi mukaan. Kiitos, kiitos!

Kilpasarjan kärkijoukossa oli useita tuttuja joukkueita, mutta yllättäen nopeimmin matkan taittoi kuitenkin kisan uusi joukkue, HH2000 Ski Teamn Seniors. Joukkueessa oli paljon kokeneita soutavia hiihtäjiä (tai hiihtäviä soutuja), mutta myös ensikertalaisia. HH2000:n junioreiden 9. tila osoitti, että hiihto ja soutu tukevat toisiaan. Pienelläkin soutukokemuksella hiihtäjät soutavat rivakasti.



Kisan järjestäjien sydäntä lämmitti JVA:n (Jyväskylän Vuokra-asunnot) mukanaolo ja silmä kostui, kun he pysähtyivät kesken soudun laskemaan veteen ruusuja vuosi sitten soudussa menehtyneen työkaverinsa muistoksi. Kaunis ja pysäyttävä ele. JVA:n joukkue sai tämän vuoden erikoispalkinnon.

Erikoispalkinto tuli siitä, että JVA on lämminhenkinen, toisistaan huolta pitävä soutuporukka. Viime vuoden koetelemuksista huolimatta se päätti lähteä mukaan tämänkin vuoden soutuun. Jyväsjärvi-soutu on kuntoilutapahtuma ja JVA:n kaltainen joukkue on hyvä esimerkki yhteisöllisestä, huumori silmäkulmassa kisailevasta ja sitkeästä Jyväsjärvi-joukkueesta.

Vielä kerran kiitos kaikille osallistuneille sekä talkooporukalle – monivuotisille konkareille sekä uusille talkoolaisille. – On ihanaa nähdä vanhoja kavereita mukana järjestelyissä ja on kiva saada uusia kavereita, jotka toivotavasti tulevat ensi vuonnakin mukaan järjestelyihin.

Ensi vuonna kisa soudetaan 9.6.2016. – Tule mukaan, jos soudit tänä vuonna ja tule mukaan, vaikka et olisi koskaan aiemmin soutanut. Haastan sinut tuomaan mukaan myös jonkun uuden joukkueen!

## Verkun terveiset

**Rikottuani maailmancupin aikarajat 1000 ja 1500 metrillä maaliskuussa Kanadan Calgaryssä otin muutaman viikon henkeä luistelusta.**

*Verner Kinnunen*

Kuitenkin huhtikuun puolen välin tienoilla lähdin rullaluistelun Eurooppa cupin osakilpailuihin Saksan Geisingeniin ja Gross-Gerauhun. Geisingenissä kilpailut luisteltiin muutama vuosi sitten avatussa sisähallissa, joten sade ei kilpailuihin pystynyt vaikuttamaan. Tavoitteena kilpailuille oli saada kisa-kokemusta kansainvälisistä rullaluistelukisoista ja saada tietenkin heti kuiva-harjoittelukauden alkuun paljon kilometrejä. Kisat menivät omalta osalta hyvin kovassa seurassa, kun kilpailuisa oli mukana maailman parhaita luistelijointa Etelä-Amerikasta lähtien.

Toukokuussa loukkasin juoksulenkillä nilkkani ja jouduin muotoilemaan harjoitusohjelmat uusiksi kolme kuukautta eteenpäin. Näin myös rullaluistelukausi loppui ennen kuin Suomessa pääsi kunnolla edes luistelemaan. Kuitenkin perusharjoittelu saatiin hyvin kasaan valmentajieni ja lääkärieni avulla. Pyörän selässä vietin kesällä enemmän aikaa kuin koskaan aikaisemmin ja toivon myös pohjakuntoni olevan kovempi ensi talvella.

Nilkan parannuttua lähdin elokuussa ruotsalaisen valmentajani Mattias Haddersin ja muiden ruotsalaisluistelijoiden kanssa kesäjälle Norjan Hamariin. Hyvää harjoittelua yhdessä ruotsalais-

ten, Norjan A-maajoukkueen ja yksityisen Norges Skøyteakademin kanssa.



Oli mahtava päästä luistelemaan yhteisiä harjoituksia yhdessä maailman parhaiden luistelijoiden kanssa. Leirin aikana sain myös tarjouksen Norges Skøyteakademilta haluaisinko tulla osaksi tiimiä? Vastasin tietenkin ”once in life time” mahdollisuuteen myöntävästi ja nyt olen osana norjalaista luistelutallia, jossa mukana on viisi olympialuistelijaa ja yhdeksän maailmancup-kiitäjää. Heistä tunnetuimpia ovat Artur Was (POL), Artur Nogal (POL), Christoffer Rukke (NOR) ja David Andersson (SWE), vain muutaman nimenäkseni. Valmentajina tiimissä ovat muun muassa 500 metrin ME-luistelija kanadalainen Jeremy Wotherspoon sekä Arne Ihle Skuterud, Tom Erik Oxholm ja Even Johansen. Kuitenkin haluan pitää hyvää työtä kanssani tehneen Ruotsin A-maajoukkuevalmentajan Mattias Haddersin henkilökohtaisena

valmentajanani myös jatkossa ja yhteistyömme jatkuu edelleen.



Olen leireillyt alkukaudesta kuitenkin nyt yhdessä ruotsalaisten ja Suo-

men A-maajoukkueen kanssa Berliinissä ja tällä hetkellä (5.10) olemme leirillä Baijerilaisessa vuoristokylässä Inzellissä. Nilkkani oli vielä hieman kysymysmerkki elokuussa, joten en halunnut ottaa mitään riskejä sen kuntoutuksen suhteen. Tämän vuoksi en osallistunut Skøyteakademin kuukauden leirille Yhdysvaltojen Salt Lake Cityssä.

Tällä hetkellä kunto tuntuu hyvältä ja odotan innolla kauden käynnistymistä. Toivottavasti kohta päästään myös luistelemaan Jyväskylässä! Hyviä treenejä kaikille syksyyn ja nähdään taas talvella Viitaniemessä!

## Vanhojen KeNsU:n aikojen muistelot 3.6.2015



Entisiä ja nykyisiä KENSUn aktiiviliikkujiä muistelemassa seuran alkuaikoja ja suunnittelemassa KENSUn 70 vuotisjuhlaa. Arvokasta perimätietoa oli kuulemassa mm. Risto Palttala, joka on lupautunut KENSUn 70 –historiikin kirjoittajaksi. Riston esitelmän kuulemme sitten myöhemmin juhlallisuuksissa.

## Jaken terveiset

### Kensun valmennusryhmän kuulumisia viimekaudelta, kesältä ja tulevan kauden ennakkointia.

*Jarkko Viertola*

Viimekaudella Kensun valmennusryhmässä luisteli ja kilpaili 6 luistelijaa: Jutta Niittylä, Pihla Kilpeläinen, Paju Kilpeläinen, Pinja Kilpeläinen, Pyry Kilpeläinen sekä Aaro Korpijärvi.

Kensun valmennusryhmän viimekausi oli erittäin onnistunut. Jokainen luistelija paranteli ennätyksiään ja otimme ison harppauksen kohti maamme terävintä kärkeä, tästä osoituksena SM-mitali ja pistesijoja Suomenmestaruus kilpailuissa. Lisäksi kaksi luistelijaa edusti Suomea suomiruotsi-norja ikäkausimaaottelussa, johon valitaan suomesta kunkin ikäluokan kolme parasta.

Samaiset kaksi luistelijaa luistelivat myös ikäluokkien epävirallisissa EM-kilpailuissa Viking Recessa ja hakivat tätä kautta tuntumaa kansainvälisestä vauhdista. Tämä kertookin minulle valmentajana, että ryhmässä on todella lahjakkaita nuoria urheilijoita. Odotankin tulevaa kautta todella mielenkiinnolla, sillä odotan luisteliijoiltani todella isoa kehitysharppausta ensikaudelle.

Kesän treeneissä en valmentajana ehtinyt olemaan läsnä kesätöistäni johtuen, mutta urheilijoilta olen kuullut,

että kesätreenit ovat sujuneet hyvin, eikä isompia loukkaantumisia ole ollut.



Tämä antaakin hyvät lähtökohdat ensi kaudelle ja odotettavissa onkin, että Kensun valmennusryhmän jäsenet nappaavat jälleen SM mitaleita ikäluokkiensa SM kilpailuissa. Luistelijat tuntuvatkin odottavan innokkaasti jo jälle pääsyä ja Jutta ja Paju ovatkin lähdössä hakemaan varaslähtöä jääkauteen Berliinistä hallijailta.

Kensun päävalmentaja  
Jarkko Viertola

# Mainosten hankintaa juhlavuoden lehteen

## ARVOISA YRITYKSEN JOHTO

*KENSU ry on jyvaskyläläinen urheiluseura, joka liikuttaa vuosittain yli sataa 3-8 -vuotiasta luistelukoululaista ja järjestää lasten, nuorten ja aikuisten pikaluisteluvalmennusta. Aikuisten terveysliikuntaa ovat mm. Jyväskylän kirkkovenesoutu, retkiluistelu (ohjatut ryhmät ja välinevuokrausta), kuuden lajin kuntokierros Jyväskieppi ja pikaluistelu. Olemme Nuori Suomi sinettiseura, jossa lasten liikuttaminen pyritään pitämään kohtuullisissa ja yhdenvertaisissa kustannuksissa. KENSU ry on ainoa keskisuomalainen, pikaluisteluun erikoistunut seura.*

*Toiminnan rahoittamiseksi tarvitsemme yhteistyökumppaneita. KENSU ry täyttää v. 2016 70 vuotta. Painamme juhlaulkaisun A5 –kokoa, joka ilmestyy maaliskuun lopulla 2016. Lehteen on myytävänä mainostilaa. Koko sivun hinta on 750€, puoli sivua 500€, neljännessivu 250€ ja rivi-ilmoitus 150€, alv. 0%. Mainosmateriaalin voi toimittaa 28.2.2016 mennessä osoitteeseen [keijo.ilmavirta@gmail.com](mailto:keijo.ilmavirta@gmail.com).*

*Kiitos jo etukäteen tuestanne hyvän asian puolesta !!!*

Yhteistyöterveisin  
KENSU Ry

Keijo Ilmavirta  
Sysmääläntie 23 B 7  
0050-5957892

YRITYS \_\_\_\_\_

LASKUTUSOSOITE \_\_\_\_\_

MAINOSRAHAN MÄÄRÄ \_\_\_\_\_

LASKUTUSPÄIVÄMÄÄRÄ \_\_\_\_\_

MERKKI/VIITE \_\_\_\_\_

YRITYKSEN YHTEYSHENKILÖ \_\_\_\_\_

PÄIVÄYS/KUITTAUS \_\_\_\_\_

MAINOKSEN HANKKIJJA \_\_\_\_\_

*Täytä kahtena kappaleena, joista toinen jää yritykselle ja toinen seuran toimia varten.*

# KENSUN luistelukoulut

Viitaniemen tekojäällä alkavat torstaina 12.11. ja lauantaina 14.11.2015. Opetusta on yhteensä 5 kertaa torstaisin klo 16.30–17.30 tai lauantaisin klo 9–10. Syyskausi vko 46–50 ja kevätkausi vko 3–7. Voitte valita päivän!

Tarjolla on perusluisteluryhmiä sekä pikaluistelun opetusta:

- Luistelun alkeet 3-5 v.
- Luistelun jatkoalkeet 4-8 v.
- Perusluisteluryhmä "isot" 5-10 v.
- Pikaluistelukoulu
- Pikaluistelun valmennusryhmä

Lue lisää ryhmistä: [http://www.kensu.fi/luistelu/lasten\\_luistelukoulu/](http://www.kensu.fi/luistelu/lasten_luistelukoulu/)

Hinta 40 € (sis. opetusta 5 kertaa, vakuutuksen ja luistelupassin).

Ilmoittautumiset 10.11. mennessä: [luistelukoulut@gmail.com](mailto:luistelukoulut@gmail.com).

Luistelukoulujen vastaavana toimii Roosa Leinonen sekä pikaluistelun valmentajana Jarkko Viertola.

Lisätietoa KENSUn toiminnasta ja luisteluvuoroista [www.kensu.fi](http://www.kensu.fi).

## Tuloksia

### Suomen Aikuisurheiluliiton Oulun kisat helmikuussa 2015:

#### 500m

Miehet 45

1. Marko Korhonen KENSU 49,10

Miehet 50

2. Vesa Ilvessuo KENSU 47,50

Miehet 55

1. Kari Niittylä KENSU 47,53

2. Oiva Lipsanen KENSU 49,66

Miehet 60

1. Hannu Luoma KENSU 49,79

2. Aimo Väisänen KENSU 53,03

#### 3000 metriä

Miehet 45

1. Marko Korhonen KENSU 5.29,62

Miehet 50

1. Vesa Ilvessuo KENSU 5.22,62

Miehet 55

1. Kari Niittylä KENSU 5.11,15

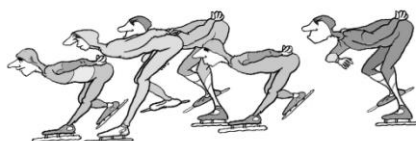
2. Oiva Lipsanen KENSU 5.43,04

#### 1500 metriä

Miehet 60

1. Aimo Väisänen KENSU 2.34,85

2. Hannu Luoma KENSU 2.39,19



*Piirrokset Risto Oikarinen*



**Suomen Aikuisurheiluliiton SM-pikaluistelut Jyväskylässä 15.2.2014****500 metriä**

Naiset 35

1. Laura Kanervo KENSU 1:06.07
2. Susan Humppi KENSU 1:09.53

Naiset 40

1. Ulla Yrjölä KENSU 59.65

Naiset 45

1. Tuija Kilpeläinen KENSU 1:16.01

Naiset 65

1. Terhi Kokkonen KENSU 1:07.84

Naiset 70

1. Pirjo Karetie KENSU 1:17.50

Miehet 35

1. Jarmo Kouko KENSU 56.27

Miehet 40

1. Ari Häyrinen KENSU 45.32

Miehet 45

1. Veli-Jussi Koskinen KENSU 46.96
2. Jukka Iitti KENSU 50.75
3. Vesa Santala KENSU 53.82
6. Erik Nieminen KENSU 1:08.56

Miehet 50

2. Kari Niittylä KENSU 46.14 5
3. Oiva Lipsonen KENSU 47.64
4. Vesa Ilvessuo KENSU 48.26
6. Pekka Aho KENSU 51.87

Miehet 55

1. Hannu Luoma KENSU 47.95
2. Risto Palttala KENSU 48.04
4. Kari Köninki KENSU 52.86
5. Erkki Patrikainen KENSU 1:02.39

Miehet 60

3. Johannes Leppänen KENSU 48.62
5. Aimo Väisänen KENSU 51.79

**3000 metriä**

Naiset 35

1. Susan Humppi KENSU 7:04.34

Naiset 40

1. Ulla Yrjölä KENSU 6:16.10

Naiset 45

1. Tuija Kilpeläinen KENSU 7:54.23

Miehet 40

1. Ari Häyrinen KENSU 5:26.62

Miehet 45

1. Jukka Iitti KENSU 5:28.09
2. Veli-Jussi Koskinen KENSU 5:28.61
3. Vesa Santala KENSU 5:33.72
4. Erik Nieminen KENSU 5:56.07

Miehet 50

2. Kari Niittylä KENSU 5:07.20
3. Oiva Lipsonen KENSU 5:29.25
4. Vesa Ilvessuo KENSU 5.34.91
5. Pekka Aho KENSU 5:48.98

Miehet 55

1. Hannu Luoma KENSU 5.13.37
2. Kari Köninki KENSU 5.50.60
3. Erkki Patrikainen KENSU 6.01.46

**1500m**

Naiset 65

1. Terhi Kokkonen KENSU 3:43.6

Naiset 70

1. Pirjo Karetie KENSU 3:49.22 SE

Miehet 60

1. Aimo Väisänen KENSU 2.34,85
2. Hannu Luoma KENSU 2.39,19

**Junnukieppi 2015**

T13		Hiihto		Luistelu		Suunn.		Pyöräily		Juoksu		L	Yht.	
Sija	Nimi	Seura	Aika	Pisteet	Aika	Pisteet	Aika	Pisteet	Aika	Pisteet	Aika	Pisteet	L	Yht.
1	Iiris Kanervo	KENSU							0:20:27,0	1000,00			1	1000,0
P13		Hiihto		Luistelu		Suunn.		Pyöräily		Juoksu		L	Yht.	
Sija	Nimi	Seura	Aika	Pisteet	Aika	Pisteet	Aika	Pisteet	Aika	Pisteet	Aika	Pisteet	L	Yht.
1	Eemeli Kanervo	KENSU	0:23:14,3	1000,00	0:02:39,2	1000,00	0:28:53,0	1000,00	0:11:34,0	1000,00			4	4000,0
P16		Hiihto		Luistelu		Suunn.		Pyöräily		Juoksu		L	Yht.	
Sija	Nimi	Seura	Aika	Pisteet	Aika	Pisteet	Aika	Pisteet	Aika	Pisteet	Aika	Pisteet	L	Yht.
1	Sakari Hynynen	HH 2000	0:35:43,1	1000,00	0:13:44,0	1029,13	DNF	200,00	0:41:24,0	979,47	0:27:39,0	1000,00	5	4208,6
2	Vilho Happonen		0:48:47,8	731,98	0:14:08,0	971,70			0:40:33,0	1000,00	0:28:57,0	955,09	4	3658,8

**Jyväskieppi 2015 – tulosten osa 1**

Sija		Nimi	Joukkue	Hiihto		Luistelu		Suunnistus	
				Aika	Pisteet	Aika	Pisteet	Aika	Pisteet
1	M	Tomi Lehtola	ei joukkuetta	1:18:27,4	1000,00	0:22:00,0	838,64	1:01:30,0	1000,00
2	M50	Vesa Ilvessuo	Team Nitro	1:33:50,6	836,04	0:20:27,0	902,20	1:39:40,0	808,53
3	N40	Ulla Yrjölä	Landis+Gyr	1:35:09,4	824,50	0:20:46,0	888,44	1:34:23,0	825,80
4	M60	Hannu Luoma	K-Pau	1:51:35,7	<b>703,05</b>	0:18:27,0	1000,00	1:39:47,0	808,17
5	M60	Aimo Väisänen	Team Nitro	1:46:34,4	736,18	0:18:28,5	998,65	1:39:44,0	808,32
6	M40	Janne Varis	K-Pau	1:24:50,5	924,74	0:22:37,0	815,77	2:08:29,0	<b>739,33</b>
7	M50	Hannu Hyvönen	Team Nitro	1:32:11,0	851,09	0:21:57,0	840,55	1:56:28,0	<b>764,02</b>
8	M40	Esa Hynynen	ei joukkuetta	1:20:03,1	980,08	0:21:56,4	840,93		
9	M50	Keijo Ilmavirta	K-Pau	1:51:34,2	<b>703,21</b>	0:18:43,2	985,58	1:40:25,0	806,22
10	M50	Jari Yläne	ei joukkuetta	1:37:44,1	802,75	0:21:32,0	856,81	1:29:06,0	845,12
11	M	Veikko Turunpää	ei joukkuetta	1:29:35,1	875,78	0:22:00,0	838,64	1:46:06,0	789,82
12	N40	Kirsi Korpijärvi	HiMan Mimmit	1:32:22,8	849,28	0:18:41,0	987,51	1:28:54,0	845,89
13	M	Jarmo Kouko	Kopla			0:24:02,8	767,26	1:28:56,0	845,76
14	M60	Raimo Hyvärinen	K-Pau	1:54:22,9	<b>685,92</b>	0:21:03,0	876,48	2:23:30,0	714,29
15	M40	Juha Salmela	Kopla	2:17:58,7	<b>568,62</b>	0:25:38,0	719,77	1:55:10,0	767,00
16	N	Tanja Laine	HiMan Mimmit	1:34:25,3	830,92	0:24:51,0	742,45		
17	M40	Jarkko Happonen	Landis+Gyr	1:58:31,2	<b>661,97</b>	0:26:35,2	693,96	1:56:36,0	763,72
18	M	Juha Lauttamus	Landis+Gyr	1:58:30,4	662,04	0:27:51,0	662,48	1:32:44,0	831,60
19	M40	Jukka Iitti	YIT-Rakennus1	1:42:32,1	765,17	0:18:33,0	994,61	1:14:00,0	915,54
20	M	Pasi Heinonen	ei joukkuetta	1:23:30,4	939,53			1:17:02,0	899,18
21	M50	Erik Nieminen	Kopla	1:32:54,2	844,50	0:18:41,0	987,51	1:39:41,0	808,48
22	M60	Elias Retulainen	Kopla			0:27:49,9	662,91	3:20:56,0	653,04
23	N	Anne Kiljunen	HiMan Mimmit			0:29:36,0	623,31	2:08:27,0	739,39
24	M	Juha-Matti Valjus	Landis+Gyr	DNS		0:26:42,0	691,01	2:19:35,0	720,30
25	M	Tero Joutsen	Kopla	1:23:18,0	941,86	0:22:00,4	838,36	1:52:20,0	773,74
26	M	Seppo Salmela	Landis+Gyr					1:41:18,0	803,55
27	M	Esa Tarkiainen	Landis+Gyr	1:50:43,6	708,56			1:24:19,0	864,70
28	N40	Jaana Pietilä	HiMan Mimmit	1:36:18,7	814,61			1:53:57,0	769,86
29	M50	Pekka Aho	Team Nitro			0:18:43,0	985,75		
30	M40	Marko Korhonen	Kopla			0:18:27,5	999,55		
31	M	Roope Kinnunen	ei joukkuetta	1:22:06,4	955,55			1:39:49,0	808,06
32	M40	Jari Hämäläinen	YIT-Rakennus1	DNF	200,00	0:26:50,0	687,58	1:56:48,0	763,27
33	M	Timo Minkkinen	YIT-Rakennus1	1:41:22,8	773,89	0:25:11,0	732,63		
34	M	Atte Salmijärvi	YIT-Rakennus1	1:53:47,7	689,46	0:23:22,0	789,59		
35	M50	Veikko Vuorinen	K-Pau			0:24:29,0	753,57	2:23:34,0	714,19
36	N40	Sirpa Hukari	HiMan Mimmit			0:28:10,0	655,03	1:53:59,0	769,78
37	M60	Risto Oikarinen	K-Pau	2:10:44,3	600,10	0:23:52,1	772,99		
38	M	Tuomo Kahilainen	ei joukkuetta	DNF	200,00			1:56:45,0	763,38
39	M	Petteri Hujanen	YIT-Rakennus1	1:43:08,7	760,64				
40	M50	Jari Toropainen	YIT-Rakennus1	1:46:26,1	737,13				
41	M	Otto Hannunen	ei joukkuetta	2:03:20,3	636,11				



Piirroksat Risto Oikarinen



**Jyväskieppi 2015 – tulosten osa 2**

Soutu		Pyöräily		Juoksu							
Aika	Pisteet	Aika	Pisteet	Aika	Pisteet	Lajeja	Yht.pist.	Sija		Nimi	
		1:07:41,0	873,18	0:52:00,0	1000,00	5	4711,8	1	M	Tomi Lehtola	
1:14:38,0	1000,00	1:07:07,0	880,56	1:07:02,0	<b>775,73</b>	6	4582,5	2	M50	Vesa Ilvessuo	
1:02:39,0	1000,00	1:08:20,0	864,88	1:14:08,0	<b>701,44</b>	6	4543,9	3	N40	Ulla Yrjölä	
1:11:28,0	876,63	1:10:46,0	835,14	0:59:28,0	874,44	6	4535,0	4	M60	Hannu Luoma	
1:05:51,0	951,40	1:08:48,0	859,01	1:11:08,0	<b>731,02</b>	6	4499,8	5	M60	Aimo Väisänen	
1:11:28,0	876,63	1:05:57,0	896,13	1:03:15,0	822,13	6	4483,3	6	M40	Janne Varis	
1:08:37,0	913,04	1:09:59,0	844,49	1:02:21,0	834,00	6	4436,0	7	M50	Hannu Hyvönen	
0:54:47,0	743,34	1:06:23,0	890,28	0:54:21,0	956,76	5	4411,4	8	M40	Esa Hynynen	
1:14:48,0	837,57	1:10:11,0	842,08	1:06:12,0	785,50	6	4397,6	9	M50	Keijo Ilmavirta	
1:07:12,0	932,29			0:54:22,0	956,47	5	4393,4	10	M50	Jari Yläne	
1:44:17,0	<b>715,68</b>	1:03:07,0	936,36	1:04:17,0	808,92	6	4392,7	11	M	Veikko Turunpää	
0:54:32,0	746,75	DNS		1:01:35,0	844,38	5	4273,8	12	N40	Kirsi Korpjärvi	
1:28:46,0	840,78	1:07:39,0	873,61	1:00:24,0	860,93	5	4188,3	13	M	Jarmo Kouko	
1:14:48,0	837,57	1:12:25,0	816,11	1:11:13,0	730,17	6	4111,8	14	M60	Raimo Hyvärinen	
1:28:18,0	845,22	1:07:49,0	871,47	1:11:12,0	730,34	6	4047,5	15	M40	Juha Salmela	
0:54:32,0	746,75	1:09:26,0	851,18	1:00:00,0	866,67	5	4038,0	16	N	Tanja Laine	
0:54:47,0	743,34	1:08:19,0	865,09	1:10:14,0	740,39	6	3938,9	17	M40	Jarkko Happonen	
1:17:30,0	808,39			0:58:55,0	882,60	5	3847,1	18	M	Juha Lauttamus	
1:11:51,0	871,96	DNF	200,00			5	3747,3	19	M40	Jukka Iitti	
		1:06:16,0	891,85	0:52:38,0	987,97	4	3718,5	20	M	Pasi Heinonen	
1:21:08,0	919,88					4	3560,4	21	M50	Erik Nieminen	
1:17:41,0	960,74	1:12:20,0	817,05			4	3093,7	22	M60	Elias Retulainen	
		1:12:15,0	817,99	0:59:04,0	880,36	4	3061,1	23	N	Anne Kiljunen	
1:17:30,0	808,39	1:18:57,0	748,58			4	2968,3	24	M	Juha-Matti Valjus	
						3	2554,0	25	M	Tero Joutsen	
		1:03:13,0	934,88	1:05:29,0	794,10	3	2532,5	26	M	Seppo Salmela	
		1:04:01,0	923,20			3	2496,5	27	M	Esa Tarkiainen	
0:54:32,0	746,75					3	2331,2	28	N40	Jaana Pietilä	
		0:59:06,0	1000,00			2	1985,8	29	M50	Pekka Aho	
		1:01:32,0	960,46			2	1960,0	30	M40	Marko Korhonen	
						2	1763,6	31	M	Roope Kinnunen	
						3	1650,8	32	M40	Jari Hämäläinen	
						2	1506,5	33	M	Timo Minkkinen	
						2	1479,0	34	M	Atte Salmijärvi	
		DNS				2	1467,8	35	M50	Veikko Vuorinen	
						2	1424,8	36	N40	Sirpa Hukari	
						2	1373,1	37	M60	Risto Oikarinen	
						2	963,4	38	M	Tuomo Kahilainen	
						1	760,6	39	M	Petteri Hujanen	
		DNS				1	737,1	40	M50	Jari Toropainen	
						1	636,1	41	M	Otto Hannunen	



Piirroset Risto Oikarinen



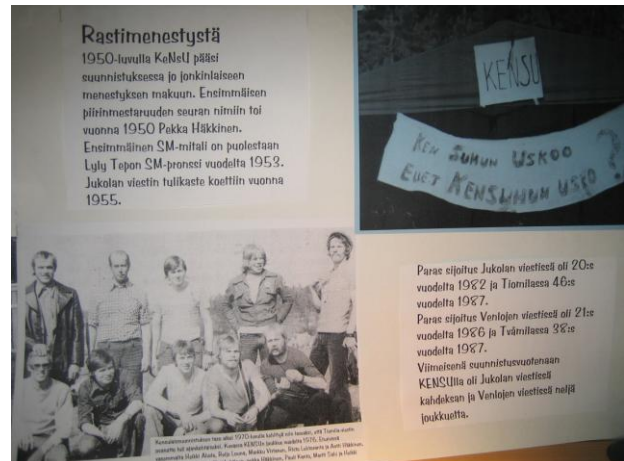
**Jyväskieppi 2015 joukkueet**

Sija	Joukkue	Hiihto	Luistelu	Suunnistus	Soutu	Pyöräily	Juoksu	Yhteensä
1	<b>K-Pau</b>							
	Raimo Hyvärinen	685,92	876,48	714,29	837,57	816,11	730,17	
	Keijo Ilmavirta	703,21	985,58	806,22	837,57	842,08	785,50	
	Hannu Luoma	703,05	1000,00	808,17	876,63	835,14	874,44	
	Risto Oikarinen							
	Janne Varis	924,74	815,77	739,33	876,63	896,13	822,13	
		<b>3016,92</b>	<b>3677,83</b>	<b>3068,01</b>	<b>3428,40</b>	<b>3389,46</b>	<b>3212,24</b>	<b>19792,9</b>
2	<b>Landis+Gyr</b>							
	Jarkko Happonen	661,97	693,96		743,34	865,09	740,39	
	Juha Lauttamus	662,04	662,48	831,60	808,39		882,60	
	Seppo Salmela			803,55		934,88	794,10	
	Esa Tarkiainen	708,56		864,70		923,20		
	Juha-Matti Valjus		691,01		808,39			
	Ulla Yrjölä	824,50	888,44	825,80	1000,00	864,88	701,44	
		<b>2857,08</b>	<b>2935,89</b>	<b>3325,65</b>	<b>3360,11</b>	<b>3588,04</b>	<b>3118,53</b>	<b>19185,3</b>
3	<b>Kopla</b>							
	Tero Joutsen	941,86	838,36	773,74				
	Marko Korhonen		999,55			960,46		
	Jarmo Kouko		767,26	845,76	840,78	873,61	860,93	
	Erik Nieminen	844,50	987,51	808,48	919,88			
	Elias Retulainen				960,74	817,05		
	Juha Salmela	568,62		767,00	845,22	871,47	730,34	
		<b>2354,97</b>	<b>3592,68</b>	<b>3194,98</b>	<b>3566,63</b>	<b>3522,59</b>	<b>1591,26</b>	<b>17823,1</b>
4	<b>Team Nitro</b>							
	Pekka Aho		985,75			1000,00		
	Hannu Hyvönen	851,09	840,55	764,02	913,04	844,49	834,00	
	Vesa Ilvessuo	836,04	902,20	808,53	1000,00	880,56	775,73	
	Roope Minkkinen							
	Aimo Väisänen	736,18	998,65	808,32	951,40	859,01	731,02	
		<b>2423,31</b>	<b>3727,15</b>	<b>2380,87</b>	<b>2864,45</b>	<b>3584,05</b>	<b>2340,76</b>	<b>17320,6</b>
5	<b>HiMan Mimmit</b>							
	Sirpa Hukari		655,03	769,78				
	Mari Härmälä							
	Tanja Laine	830,92	742,45		746,75	851,18	866,67	
	Anne Kiljunen		623,31	739,39		817,99	880,36	
	Kirsi Korpijärvi	849,28	987,51	845,89	746,75		844,38	
	Jaana Pietilä	814,61		769,86	746,75			
		<b>2494,81</b>	<b>3008,31</b>	<b>3124,92</b>	<b>2240,24</b>	<b>1669,17</b>	<b>2591,41</b>	<b>15128,9</b>
6	<b>YIT-Rakennus 1</b>							
	Petteri Hujanen	760,64						
	Jari Hämäläinen		687,58	763,27				
	Jukka Iitti	765,17	994,61	915,54	871,96	200,00		
	Timo Minkkinen	773,89	732,63					
	Atte Salmijärvi		789,59					
	Jari Toropainen	737,13						
		<b>3036,83</b>	<b>3204,40</b>	<b>1678,81</b>	<b>871,96</b>	<b>200,00</b>	<b>0,00</b>	<b>8992,0</b>

## Kuntokieppi 2015 joukkueet

Sija	Joukkue	Hiihto	Luistelu	Suunnistus	Soutu	Pyöräily	Juoksu	Yhteensä
1	<b>Onerva Mäen koulun naiset</b>							
	Heljä Happonen	657,28	789,89	712,68		850,51	726,08	
	Laura Kanervo		894,40	706,54	743,34	847,73	539,03	
	Hanna Koponen	664,72	692,61	706,12	743,34		748,02	
	Heidi Kröger	687,98						
	Tuija Piili-Jokinen	670,42			743,34	821,50	728,71	
	Riikka Vainio		756,73	706,08	743,34	737,27		
		<b>2680,41</b>	<b>3133,63</b>	<b>2831,42</b>	<b>2973,35</b>	<b>3257,01</b>	<b>2741,85</b>	<b>17617,7</b>
2	<b>Mä En Jaksa</b>							
	Leevi Kotamäki	695,53		854,72		829,73	804,50	
	Lasse Saari		981,84	712,29	746,75		828,10	
	Kalle Sumelles	720,89	988,75	806,10	746,75	880,15	791,05	
	Jukka Utriainen							
	Riku Väливаara	787,19		866,61	746,75	968,21	998,76	
			<b>2203,60</b>	<b>1970,59</b>	<b>3239,72</b>	<b>2240,24</b>	<b>2678,09</b>	<b>3422,41</b>
3	<b>Onerva Mäen koulun miehet</b>							
	Jukka-Pekka Hirvinen	169,91		638,39	743,34	656,63	825,98	
	Sami Hytönen	573,64		676,25	743,34		539,03	
	Antti Junikka	169,88			743,34			
	Sami Lahtinen		756,81					
	Mika Minkkinen	700,34	914,77	638,33	743,34	888,84	1000,00	
	Hannu Oksanen			676,35			679,48	
		<b>1613,77</b>	<b>1671,58</b>	<b>2629,31</b>	<b>2973,35</b>	<b>1545,47</b>	<b>3044,48</b>	<b>13478,0</b>
4	<b>Husu</b>							
	Jussi Hietala	DNQ		1000,00				
	Anssi Häkkinen	708,74	826,48		746,75			
	Ulla Koskiahde	554,91	681,20	762,13				
	Ismo Laitinen	689,97	892,13	762,58	746,75			
	Jouni Utra			851,63	746,75			
			<b>1953,63</b>	<b>2399,81</b>	<b>3376,34</b>	<b>2240,24</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>

## KENSU 60 vuotta –juhlanäyttelystä



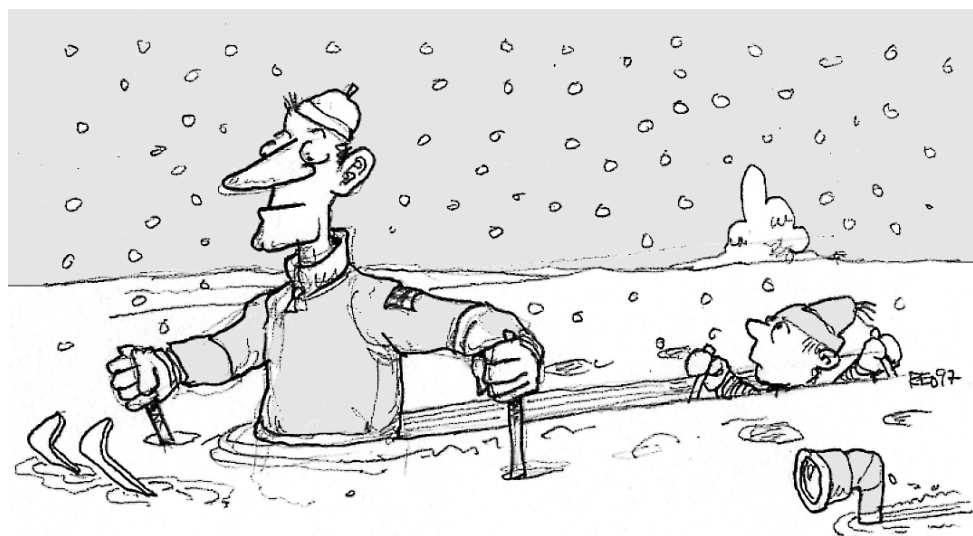
**Kuntokieppi 2015 – tulosten osa 1**

Sija	Nimi	Joukkue	Hiihto		Luistelu		Suunnistus	
			Aika	Pisteet	Aika	Pisteet	Aika	Pisteet
1	Jani Maukonen	ei joukkuetta	0:39:46,3	908,18	0:11:43,0	1000,00	0:44:06,0	<b>851,10</b>
2	Mika Minkkinen	Onerva Mäen koulun miehet	0:51:34,5	<b>700,34</b>	0:12:48,5	914,77	1:51:56,0	<b>638,33</b>
3	Riku Väliavaara	Mä En Jaksa	0:45:53,1	787,19			0:42:14,0	866,61
4	Kalle Sumelles	Mä En Jaksa	0:50:06,3	<b>720,89</b>	0:11:51,0	988,75	0:50:35,0	806,10
5	Aaro Happonen	ei joukkuetta	0:36:07,2	1000,00	0:13:08,0	892,13	0:47:12,0	828,04
6	Laura Kanervo	Onerva Mäen koulun naiset	0:55:28,3	<b>651,14</b>	0:13:06,0	894,40	1:14:58,0	706,54
7	Heljä Happonen	Onerva Mäen koulun naiset	0:54:57,2	<b>657,28</b>	0:14:50,0	789,89	1:12:48,0	<b>712,68</b>
8	Lasse Saari	Mä En Jaksa			0:11:56,0	981,84	1:12:56,0	712,29
9	Leevi Kotamäki	Mä En Jaksa	0:51:55,9	695,53			0:43:39,0	854,72
10	Ismo Laitinen	Husu	0:52:21,0	689,97	0:13:08,0	892,13	0:58:58,0	762,58
11	Hanna Koponen	Onerva Mäen koulun naiset	0:54:20,3	<b>664,72</b>	0:16:55,0	692,61	1:15:07,0	706,12
12	Tuija Piili-Jokinen	Onerva Mäen koulun naiset	0:53:52,6	670,42				
13	Riikka Vainio	Onerva Mäen koulun naiset			0:15:29,0	756,73	1:15:08,0	706,08
14	Jukka-Pekka Hirvinen	Onerva Mäen koulun miehet	3:32:35,0	<b>169,91</b>			1:51:53,0	638,39
15	Sami Hytönen	Onerva Mäen koulun miehet	1:02:58,0	573,64			1:27:51,0	676,25
16	Anssi Häkkinen	Husu	0:50:57,8	708,74	0:14:10,6	826,48		
17	Ulla Koskiahde	Husu	1:05:05,5	554,91	0:17:12,0	681,20	0:59:04,0	762,13
18	Jussi Hietala	Husu	0:39:11,1	921,78			0:30:58,0	1000,00
19	Väinö Jurvanen	ei joukkuetta	0:51:18,1	704,07				
20	Jouni Utra	Husu					0:44:02,0	851,63
21	Hannu Oksanen	Onerva Mäen koulun miehet	3:32:45,1	169,78			1:27:48,0	676,35
22	Pirjo Karetie	ei joukkuetta	0:49:57,0	723,12				
23	Antti Junikka	Onerva Mäen koulun miehet	3:32:37,2	169,88				
24	Mika Kanervo	ei joukkuetta			0:11:49,0	991,54		
25	Eemeli Schemeikka	ei joukkuetta	0:41:31,2	869,94				
26	Sami Lahtinen	Onerva Mäen koulun miehet			0:15:28,9	756,81		
27	Heidi Kröger	Onerva Mäen koulun naiset	0:52:30,1	687,98				
28	Santeri Penttinen	ei joukkuetta						
29	Jukka Utriainen	Mä En Jaksa						

**KENSU 60 vuotta –juhlakuvia**

**Kuntokieppi 2015 – tulosten osa 2**

Soutu		Pyöräily		Juoksu		Lajeja	Yht.pist.	Nimi	Sija
Aika	Pisteet	Aika	Pisteet	Aika	Pisteet				
		0:34:31,0	1000,00	0:28:45,0	932,75	5	4011,16	Jani Maukonen	1
0:54:47,0	743,34	0:38:50,0	888,84	0:26:49,0	1000,00	6	3814,68	Mika Minkkinen	2
0:54:32,0	<b>746,75</b>	0:35:39,0	968,21	0:26:51,0	998,76	5	3770,12	Riku Väliavaara	3
0:54:32,0	<b>746,75</b>	0:39:13,0	880,15	0:33:54,0	791,05	6	3759,58	Kalle Sumelles	4
0:54:47,0	<b>743,34</b>	0:39:00,0	885,04			5	3753,88	Aaro Happonen	5
0:54:47,0	743,34	0:40:43,0	847,73	0:49:45,0	<b>539,03</b>	6	3430,04	Laura Kanervo	6
0:54:47,0	743,34	0:40:35,0	850,51	0:36:56,0	726,08	6	3383,82	Heljä Happonen	7
0:54:32,0	746,75			0:32:23,0	828,10	4	3268,98	Lasse Saari	8
		0:41:36,0	829,73	0:33:20,0	804,50	4	3184,47	Leevi Kotamäki	9
0:54:32,0	746,75					4	3091,43	Ismo Laitinen	10
0:54:47,0	743,34			0:35:51,0	748,02	5	3023,04	Hanna Koponen	11
0:54:47,0	743,34	0:42:01,0	821,50	0:36:48,0	728,71	4	2963,97	Tuija Piili-Jokinen	12
0:54:47,0	743,34	0:46:49,0	737,27			4	2943,42	Riikka Vainio	13
0:54:47,0	743,34	0:52:34,0	656,63	0:32:28,0	825,98	5	2898,31	Jukka-Pekka Hirvinen	14
0:54:47,0	743,34			0:49:45,0	539,03	4	2532,25	Sami Hytönen	15
0:54:32,0	746,75					3	2281,97	Anssi Häkkinen	16
						3	1998,24	Ulla Koskiahde	17
						2	1921,78	Jussi Hietala	18
0:54:32,0	746,75	1:18:42,0	438,59			3	1889,40	Väinö Jurvanen	19
0:54:32,0	746,75					2	1598,37	Jouni Utra	20
				0:39:28,0	679,48	3	1525,60	Hannu Oksanen	21
0:54:32,0	746,75					2	1469,87	Pirjo Karetie	22
0:54:47,0	743,34			1:00:10,0	445,71	3	1358,92	Antti Junikka	23
						1	991,54	Mika Kanervo	24
						1	869,94	Eemeli Schemeikka	25
						1	756,81	Sami Lahtinen	26
						1	687,98	Heidi Kröger	27
								Santeri Penttinen	28
		DNS						Jukka Utriainen	29



*Joko on sukset valmiina talven koitoksiin. Piirros Risto Oikarinen.*

## Kilpailukutsuja

### KENSU - CUP 2015-2016

Ti 8.12.2015 klo 18.15 **3000m**, 9 kierrosta yhteislähtö, juniorit **500m**  
Ti 5.1.2016 klo 18.15 **5000m**, 15 kierrosta yhteislähtö, juniorit **1000m**  
Ti 9.2.2016 klo 18.15 **500m ja 1000m**

**Paikka:** Viitaniemen tekojää, Jyväskylä  
**Sarjat:** Juniorit, N, M, N50 ja M50  
**Pisteytys:** Kolmen osakilpailun tulos huomioidaan loppusijoituksessa.

Kilpailuihin voi osallistua kaikki, myös hokkareilla ja taitoluistimilla

**Maksu:** Kensulaisille ilmainen, muille 5 €

**Ilmoittautuminen:** Paikan päällä 15min ennen starttia

Lisätietoa: Kari Niittyä p 040-3415571 e-mail: [kari.niitty@jao.fi](mailto:kari.niitty@jao.fi)

**Tervetuloa!**

**KENSU ry**

### ***Jyväskiepin hiihto 25 km (v) vapaalla tyylillä, Neljän Vuoren hiihdon yhteydessä***

**Järjestäjä:** Huhtasuon Hiihto 2000 ry  
**Aika:** Sunnuntaina 7.2.2016  
**Paikka:** Vaajakosken urheilukentällä, Urheilutie 36, 40800 Vaajakoski  
Ilmoittautumiset ja tarkat tiedot [www.huhtasuonhiihto2000.fi](http://www.huhtasuonhiihto2000.fi)

### **SUOMEN AIKUISURHEILULIITTO SAUL:n SM-PIKALUISTELUKILPAILUT**

**Aika:** Sunnuntai 14.2.2016 klo 12.00  
**Paikka:** Jyväskylä, Viitaniemen tekojää, Kisakatu 18

**Sarja ja matkat:** M/N 30, 35, 40, 45, 50, 55: 500 m ja 3000 m  
M/N 60, 65, 70, 75, 80, 85, 90: 500 m ja 1500 m

**Osallistumisoikeus:** SAUL:n jäsenseurojen jäsenet ja SAUL:n henkilöjäsenet  
**Ilmoittautuminen:** Ennakoilmoittautuminen to 4.2.2016 mennessä.  
Ensisijaisesti <http://www.kensu.fi> tai  
Hannu Luoma p. 050-558 7671 [hannu.luoma@jkl.fi](mailto:hannu.luoma@jkl.fi)

**Osallistumisen varmistus:** 60 min ennen kilpailun alkua.  
**Osallistumismaksu:** Osallistumismaksu 12 €, maksettava 6.2.2016 mennessä.

Maksut KENSU:n tilille (kuitti mukaan) tai paikan päällä.  
Pankkiyhteys Iban: FI3552900220260747 viitenumeraalla  
13097

Varautukaa esittämään kilpailupaikalla todiste maksun suorittamisesta.

Arvonta: Pe 12.2.2016 klo 18.00 Viitaniemen tekojää pukutila  
Tiedustelut Hannu Luoma p. 050-558 7671 tai Aimo Väisänen p. 040-760  
4851  
Järjestäjä: <http://www.kensu.fi>  
Tervetuloa Jyväskylään uusitulle Viitaniemen tekojäärädalle

### ***Jyväskiepin luistelu***

Aika: la 20.2.2016 klo 10.00  
1. erä klo 10.00, aikatavoite 19:30-25 min  
2. erä klo 10.50, aikatavoite 18-19:30 min.  
3. erä klo 11.30, aikatavoite alle 18 min.  
4. erä klo 12.10, 5 km kuntoluistelijat  
5. erä klo 12.40, Junnut D-, E-, F-, tytöt ja pojat 1 km  
6. erä klo 12.45, Junnut C- ja B –tytöt ja pojat 3 km ja A-Tytöt  
ja pojat 5 km  
Mikäli osanottajia on vähän, sarjoja ja lähtöjä yhdistetään.

Paikka: Viitaniemen tekojää, Kisakatu 18, Jyväskylä  
Sarjat ja matkat: Kiepin sarjat ks. <http://www.kensu.fi>  
10 km ja kuntosarja 5 km sekä junnut 1,3 ja 5 km.

Kierroslaskenta: Jokaisella kilpailijalla tulee olla oma kierroslaskija. Tarvittaessa  
KENSU järjestää laskijan (10 €), joka on varattava ennakoil-  
moittautumisen yhteydessä.

Osallistumis- Osallistumismaksu 15 €, kuntosarja 5 km 10 €, D-juniorit ja nuo-  
maksu: remmat 12€.

Pankkiyhteys: Maksut KENSU:n tilille (kuitti mukaan) tai paikan päällä.  
Iban: FI3552900220260747

Osallistumisen varmistaminen: Viitaniemessä 1 tunti ennen omaa erää.

Ilmoittautuminen: Ennakoilmoittautuminen ti 16.2.2016 klo 16 mennessä.  
Esisijaisesti <http://www.kensu.fi> tai  
Kari Niittylä, kari.niittyla@jao.fi, puh. 040-341 5571  
(Aimo Väisänen puh. 040-760 4851)

Palkinnot Sarjojen 3 parasta palkitaan ja kuntosarjassa palkinnot arvotaan.  
Lisäksi kaikkien osallistujien kesken arvontapalkintoja.

Järjestäjä KENSU ry

# 2

KENSU RY / Keijo Ilmavirta  
Sysmälantie 23 B 7, 40530 Jyväskylä

## Tapahtumakalenteri

### **KENSU ry:n syyskokous ja Kiepin päättäjäiset**

14.11. klo 14 syyskokous, klo 15 Kiepin päättäjäiset  
Jyväskylän ammattiopisto, Viitaniemi, 1C



### **Jyvä- ja Kuntokieppi**

7.2.2016 Jyväskiepin hiihto / Vaajakoski. Järjestää HH2000

20.2.2016 Jyväskiepin luistelu / Viitaniemi. Järjestää KENSU

**Tarkista nettisivuiltamme viimeisimmät aikataulut ja tiedotteet!**

<http://www.kensu.fi>

**Huomaa – kisat ja tapahtumat ovat kaikille  
avoimia!  
Tervetuloa mukaan!**