

1999

JUOKSUA

1971-80	38.500 KM
1981-90	52.000 KM
1991-99	30.800 KM
	121.300 KM

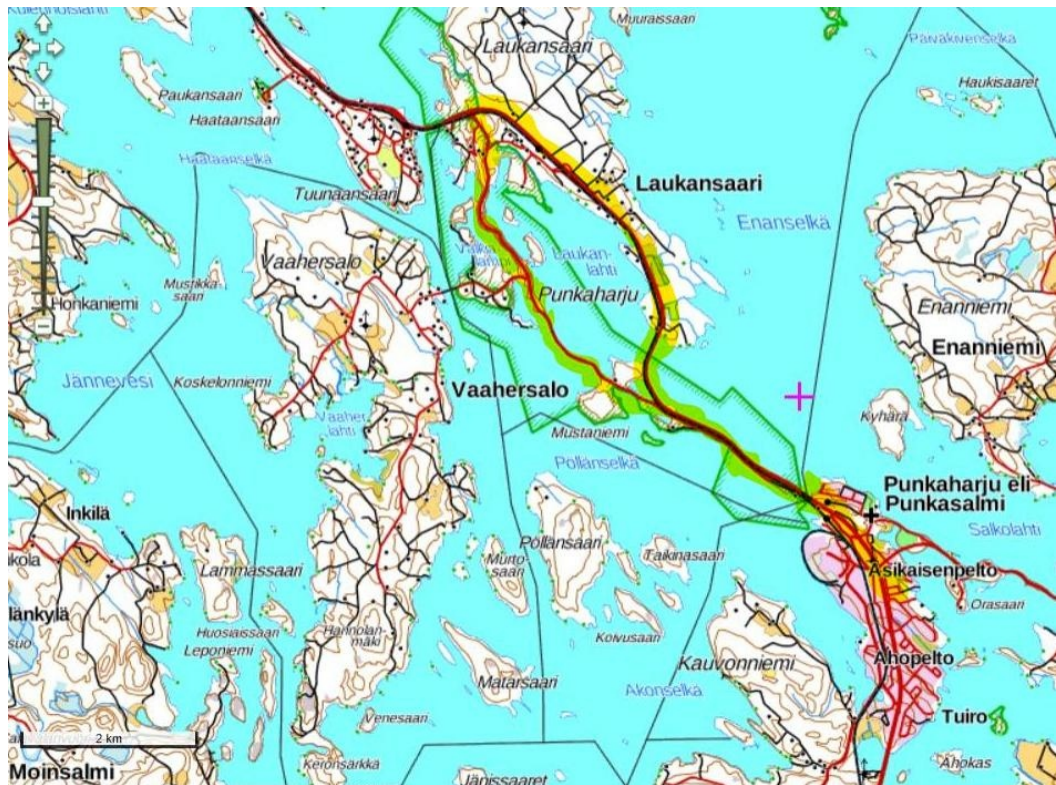
JUOKSUA:	TAMMI	330
	HELMI	415 / 745
	MAALIS	515 / 1260
	HUHTI	650 / 1910
	TOUKO	540 / 2450
	KESÄ	550 / 3000
	HEINÄ	600 / 3600
	ELO	600 / 4200
	SYYS	300 / 4500
	LOKA	310 / 4810
	MARRAS	240 / 5050
	JOUKU	250 / 5300

KILPAILUT YMS.

	PÄIVÄMÄÄRÄ	MATKA	AIKA	SIJUUTUS SARJASSA (KAIKI)
1. ULTRAJUOKSIJAN KOTIRATAKISA	27.2.	50 KM	7.02.30	
2. SUOMI-JUOKSU. TURKU. RUUSSALO	29.5.	100 KM	8.27.40	1. (1.)
3. SUOMI JUOKSEE -VIESTI JUOKSIN OSUudet 8-9, 22-23, 56-57, 72-73, 88-89, 98-99 ja 118-119	2.-8.7.	153,6 KM		
4. KULLERO-MARATON. JOUTSENO VETERAANIN SM	18.9.	42,2 KM	2.45.58	2. (22.)
5. PUNKAHARJUN HALKIJUOKSU	3.10.	10 KM	35.23	1.
6. OSMON SUPERHÖLKKÄ. PIEKSÄMÄKI	10.10	42.2 KM	2.46.37	1. (4.)

Ahkerasti lenkkeilin, mutta laiskasti kisailin. Vakiojuttuja. Sain Anne-siskoltani ([Barbie-nuken](#) ikätoveri) sykemittarin kun 50 kierrosta tuli täyteen vuorokausi Juha Miedon perässä. Pari kertaa käytin seuraavaa vuonna, mm. harjun lenkki, 16 km täysillä (alle tunnin pääsin joskus), syke koko ajan n. 170. Kovilla olin, sen tiesin ilman mittariakin, jouti pois käytöstä. Kello, kilometrit ja kokemus. Niihin olen luottanut. Varmaan olisin hyötynyt näistä vimpaimista, jos olisin ottanut lenkkeilyn vakavammin. Näillä geeneillä ei kiinnostanut.

Yllättävän hyvin menivät kisat, ehkä into löytyi M50-sarjaan pääsemisestä (kotimaisissa kisoissa).



Ultrajuoksija 2/99

SUOMALAISTEN ULTRAJUOKSIJOIDEN JA ELÄMÄNTAPAMARATOONAREIDEN SANANSAATTAJA

6. KOTIRATAULTRA / 7. YOURS TRULY 50 KM 1999

1 Mark Bomhower CAN	3.53.20	Waterloo, ON CAN	Tammi
2 Chris Wytyczak CAN	3.57.30	Waterloo, ON CAN	Tammi
3 Dave Brown CAN	3.59.24	Waterloo, ON CAN	Tammi
4 Giles Malet CAN	3.59.26	Waterloo, ON CAN	Tammi
5 Pekka Termonen FIN	4.02.30	Punkaharju FIN	Helmi
6 Luke Hohenadel CAN	4.06.00	Waterloo, ON CAN	Tammi
7 Jerry Dezutter USA	4.06.40	Oxford MA USA	Helmi
8 Erkki Halkivaha FIN	4.11.35	Oripää FIN	Tammi
9 Mark Sherman CAN	4.13.00	Maple Ridge BC CAN	Helmi
10 Rob Lang CAN	4.13.00	Maple Ridge BC CAN	Helmi
11 Lasse Hämäläinen FIN	4.20.00	Juva FIN	Tammi
12 Ryne Melcher CAN	4.20.00	Waterloo, ON CAN	Tammi
13 Janice Anderson USA	4.28.16	Atlanta GA USA	Helmi
14 Joe Schroeder USA	4.28.16	Atlanta GA USA	Helmi
15 Scott Wilson USA	4.28.16	Atlanta GA USA	Helmi
16 Veijo Leinonen FIN	4.29.40	Kajaani FIN	Helmi
17 John Hawkins CAN	4.32.16	Waterloo, ON CAN	Tammi
18 Janne Kankaansyrjä FIN	4.32.28	Kerava FIN	Tammi
19 Timo Ronkainen FIN	4.32.28	Kerava FIN	Tammi
20 Kevin Hynes USA	4.33.14	Oxford MA USA	Helmi
21 Ron Gehl CAN	4.33.48	Waterloo, ON CAN	Helmi
22 Eugene Trahern USA	4.35.21	Kirkland WA USA	Helmi
23 Mark Hartinger USA	4.35.21	Kirkland WA USA	Helmi
24 Petri Lietzen FIN	4.36.29	Turku FIN	Tammi
	4.53.04	Turku FIN	Helmi
24 Ari Mustala FIN	4.36.29	Turku FIN	Tammi
26 Tero Töyrylä FIN	4.36.53	Turku FIN	Tammi
27 John McDonald CAN	4.37.14	Maple Ridge BC CAN	Helmi
28 Tapio Koivu FIN	4.38.34	Turku FIN	Tammi
	4.53.04	Turku FIN	Helmi
28 Sakari Väisänen FIN	4.38.34	Turku FIN	Tammi
	5.32.42	Loimaa FIN	Helmi
30 Jouko Heikkilä FIN	4.38.35	Fuengirola ESP	Tammi
30 Teuvo Törhönen FIN	4.38.35	Fuengirola ESP	Tammi
32 Joe Hewitt CAN	4.41.09	Hamilton ON CAN	Helmi
32 Les Michalak CAN	4.41.09	Hamilton ON CAN	Helmi
34 Laurier Quesnel CAN	4.42.12	Montreal QUE CAN	Tammi
35 Ken Lemerise USA	4.42.55	Oxford MA USA	Helmi
36 Rauno Tamminen FIN	4.52.30	Oripää FIN	Tammi
37 Dave Dutton CAN	4.54.30	Maple Ridge BC CAN	Helmi
38 Eero Niskanen FIN	4.58.40	Sotkamo FIN	Tammi

38 Heikki Ohtonen FIN	4.58.40	Sotkamo FIN	Tammi
40 Maire Kukkonen FIN	5.01.40	Sotkamo FIN	Tammi
41 Reijo Kainulainen FIN	5.05.15	Helsinki FIN	Tammi
41 Timo Yrjönen FIN	5.05.15	Helsinki FIN	Tammi
43 Simon Laporte CAN	5.11.31	Joliette QUE CAN	Tammi
44 Juhani Kärkkäinen FIN	5.13.36	Sotkamo FIN	Tammi
45 Maria Tähkävuori FIN	5.16.00	Turku FIN	Tammi
46 Hans Waack GER	5.18.00	Aachen-Maastricht GER/HOL	Tammi
46 Henning Köster GER	5.18.00	Aachen-Maastricht GER/HOL	Tammi
46 Svetlana Waack GER	5.18.00	Aachen-Maastricht GER/HOL	Tammi
46 Tobias Lagemann GER	5.18.00	Aachen-Maastricht GER/HOL	Tammi
50 Brenda Hann CAN	5.19.00	Winnipeg MB CAN	Helmi
50 Les Harder CAN	5.19.00	Winnipeg MB CAN	Helmi
52 Martti Moilanen FIN	5.19.20	Järvenpää FIN	Tammi
52 Pekka Heikkinen FIN	5.19.20	Järvenpää FIN	Tammi
52 Raimo Hautanen FIN	5.19.20	Järvenpää FIN	Tammi
55 John Carey USA	5.19.29	Oxford MA USA	Helmi
56 Cheri Gillis USA	5.23.11	Redmond WA USA	Tammi
	5.59.30	Maple Ridge BC CAN	Helmi
56 Byron Chikinda CAN	5.23.11	Edmonton AL CAN	Helmi
58 Lynne Werner USA	5.23.12	Redmond WA USA	Tammi
59 Deb Reno USA	5.23.29	Oxford MA USA	Helmi
60 Jouko Pietikäinen FIN	5.25.00	Vieremä FIN	Tammi
60 Seppo Heiskanen FIN	5.25.00	Vieremä FIN	Tammi
62 Risto Kärkkäinen FIN	5.26.30	Sotkamo FIN	Tammi
62 Ulla Keränen FIN	5.26.30	Sotkamo FIN	Tammi
64 Jim Winne USA	5.28.00	Walnut Creek CA USA	Tammi
65 Tony Covarrubias USA	5.28.25	Redmond WA USA	Tammi
66 Kari Peltoniemi FIN	5.31.00	Helsinki FIN	Tammi
67 Kerl Jensen CAN	5.35.15	Maple Ridge BC CAN	Helmi
67 Ron Nicholl CAN	5.35.15	Maple Ridge BC CAN	Helmi
69 Steven Pierce USA	5.36.50	Canfield Challenge ID USA	Helmi
	5.47.10	Blue Creek Summit ID USA	Tammi
70 Peter Suomela CAN	5.45.00	Ottawa CAN	Tammi
71 Deborah Askew USA	5.49.57	Weimar CA USA	Tammi
72 Ted Moore USA	5.49.57	Weimar CA USA	Tammi
73 Amanda Preble USA	6.03.40	Alexandria VA USA	Helmi
74 Jeff Riddle USA	6.22.01	Mahomet IL USA	Tammi
75 Cilla McMillen USA	6.51.00	Austin TX USA	Helmi
76 Gord Harthun CAN	7.15.00	Hamilton ON CAN	Helmi
77 Mike Wardas CAN	7.24.00	Deep Cove BC CAN	Helmi
78 Terry Sayyari CAN	7.24.00	Deep Cove BC CAN	Helmi
79 Reino Uusitalo FIN	9.30.00	Fuengirola ESP	Tammi
80 Seppo Huhtamäki FIN	16.20.52	Tampere FIN	Helmi

Kunniakirja



Pekka Termonen

on osallistunut kansainväliseen kotirataultraan vuonna 1999 taivaltamalla 50 km:n matkan ajassa

4 tuntia 2 minuuttia 30 sekuntia.

Tero Töyrylä
Kotirataultra * 50 km * Yours Truly

Punkaharjulla "hölkötellen" neljän tunnin pintaan

Hyvät ultraajat!

Talviset terveiset Punkaharjulta. Siirsin oman juoksuni helmikuulle, jotta ehtisin hieman kuntoutua. Lähdin kisaan (27.2.) aamulla klo 7.50. Keli oli ihanteellinen, tyyntä ja kuivaa. Lähtiessä oli pakkasta 11 astetta, mutta lopettaessani enää 5. Samaa reittiä käytin kuin 2 edellisenä kertana. Suoritus oli ajallisesti paras, mutta niin oli ratakin. Ensimmäinen osuus oli valtatietä 14 kohti Savonlinnaa 17 km ja takaisin. Sen jälkeen 2 minuutin juomatauko ja ns. harjun lenkki 16 km.

Yhtään pinnistämättä rentouden ja tasaisen vauhdin säilyttäen pyrin hölköttelemään. Hyvävoimaisena 'maaliin' tulinkin. Kymmit sujuivat seuraavin ajoin: 47.45, 48.00, 48.15, 50.00 (juomatau'on vuoksi 2 min hitaampi) ja 48.30. Loppuaika 4.02.30. Kovin olin tyytyväinen. Kantapääkään ei suuremmin vihoitellut.

Harjoitteluni on ollut jo pitkään kaksijakoista. Ensimmäisenä vuosipuoliskona luodaan pohja kesän kisoihin ja syksy 'lepäillään'. Näin myös vuonna 1998. Tammi-heinäkuussa tuli tasan 3000 km, elojoulukuussa 1000 km.

Kilpailukauteni 1998 alkoi satasella (8.24). Seuraava kisa sattuikin rapakon taakse. Innostuin lähtemään 30 vuotis- luokkakokoukseen Iowaan. Kilpatossuja ei tullut mukaan ja tasan viikon juoksu- taukokin, mutta kun paikan päällä kuulin puolimaratonista, päätin heti osallistua. Hellekisan selvitti yli 300 juoksijaa. Kaikista oli 16. ja oman sarjani (45-49 v.) voitin, vaikka aika oli vain 1.25. Mukava oli palkintojenjaossa kuulla: "Here comes a man all the way from Finland and beats you".

Kesän ohjelmaan kuului vielä 2 maratonia, Savonlinna ja Joutseno, ajoin 2.50 ja 2.49. Nähdään, Turkuun on aikomus tulla, jos kunto edellyttää.

P.S. Vain tervejärkinen voi tulla hulluksi. Stanislaw Jerzy Lec. - Pekka Termonen, Punkaharju.

Ruissalossa juostaan 100 km.

Ruissalon saarella Turussa esitellään suomalaista sisua parhaimmillaan, kun nelisenkymmentä juoksijaa starttaa lauantai-iltana Terveyskylpylä Ruissalon edestä tavoitteenaan taivaltaa 100 kilometrin matka omin jaloin.

Euroopan vanhimpiin 100 kilometrin juoksukilpailuihin kuuluva Suomi-juoksu järjestetään jo 28. kerran, mutta vasta toista kertaa Turussa.

Nopeimpien 100 kilometrin juoksijoiden odotetaan selviytyvän matkasta alle kahdeksassa tunnissa, jolloin he tulevat maaliin yöllä ennen kahta. Rauhallisemmin taivaltaan tekeville on varattu aikaa 16 tuntia, sunnuntai-aamuun klo 10 asti.

Viime vuoden Suomi-juoksun voittaja Ari Mustala ei ole mukana juoksussa, sillä hän voitti viime lauantaina Lohjalla kansainvälisen 12 tunnin ratajuoksun Pohjoismaiden ennätyksellä 145,003 km.

Viime vuoden kakkonen **Pekka Termonen** Punkaharjun Urheilijoista sen sijaan nähdään Ruissalossa. Tänä vuonna 50 vuotta täyttävä Termonen voitti Suomi-juoksun jo vuonna 1976 ja pistäneen tänäkin vuonna kovasti kamppoihin nuorille haastajilleen.

Naisten kilpailu viime vuonna ajalla 10.13.12 voittanut Vaasan Vasaman Anna-Maija Koskela tavoittelee tänäkin vuonna voittoa ja 10 tunnin alitusta viidentenä suomalaisnaisena kautta aikojen. Mukana on myös viime vuoden kakkonen Maria Tähkävuori Paimiosta.

Kokeneisuutta Suomi-juoksussa edustavat mm. oripääläiset Montelan kaksoiset Olavi ja Kalevi, joille tämänvuotinen Suomi-juoksu on jo 25:s. Vieremäläisen jo 75-vuotiaan Seppo Heiskasen tähtäimessä puolestaan on 20:nneen Suomi-juoksun taivaltaminen.

100 kilometrin juoksun lisäksi tapahtumassa kilpaillaan ja kuntoillaan myös maratonilla ja puolimaratonilla. Niiden lähtö tapahtuu yhtä aikaa 100 kilometrin juoksun kanssa klo 18 lauantai-iltana. Kiirettä ei tarvitse pitää, sillä myös lyhyemmällä matkoilla suoritusaikaa on aamuun asti.

Kaikilla matkoilla pääreitinä on 14 km:n mittainen kierros Ruissalon teillä, pyöräteillä ja ulkoilureiteillä. Mukaan odotetaan yhteensä runsaat 200 osanottajaa.

Lisätietoja:
Tero Töyrylä
p. 02-2307051 työ
p. 050-5979093 gsm

Kunniakirja



Pekka Termonen

on taivaltanut 100 km:n
SUOMI-JUOKSUN
29-30.5.1999
Turun Ruissalossa ajassa

8 h 27 min. 40 s.

Sijoitus sarjassa M50 oli 1.

Maarian Mahti

Turun Sanomat
Maanantai 31. toukokuuta 1999



TS/Jari Laurikko

Pekka Termonen kuuluu niihin, jotka juoksevat mutta eivät väsy. Termonen voitti Suomi-juoksun kokonaiskilpailun toisen kerran 23 vuoden tauon jälkeen.

Suosikit pitivät Suomi-juoksussa

TS

Suosikit pitivät pintansa suunnuntain vastaisena yönä Ruissalossa juostussa Suomi-juoksussa.

Miesten nopein oli Punkaharjun **Pekka Termonen** Naisten kilpailussa Häjyjen **Anna-Maija Koskela** uusi viimevuotisen voittonsa.

Termosen, 49, voitossa kävi historian siipien havina, sillä hänen edellisestä Suomi-juoksun voitostaan ehti kulua peräti 23 vuotta.

Tasoltaan Suomi-juoksu ei noussut lähellekään huippuvuosia. Toinen syy löytyy Ruissalon uuvuttavasta reitistä, mutta myös yrittäjien joukko on harventunut.

Suomi-juoksun suoritti loppuun nyt ainoastaan 21 osanottajaa, mikä on kilpailun vuodesta 1972 alkaneen historian pohjanoteraus.

– Yksi syy laihan osanottoon oli varmasti Lohjan 12 tunnin juoksussa. Kilpailut olivat liian lähellä toisiaan, ja kun Lohjalla oli mukana kahdeksan suomalaista, se oli suoraan Suomi-juoksulta pois, kilpailun järjestelyihin osallistunut **Tero Töyrylä** arveli.

Järjestäjät saivat kilpailijoita kuitenkin positiivista palautetta kilpailun puutteista. Kilpailukeskus oli nyt kylpylähotellissa, kun se vii-

me vuonna sijaitti Kansanpuistossa.

– Kiersin itsekin reitillä pari kierrosta aamuyöllä. Tunnelma oli kieltämättä aika eksoottinen, kun juomapisteilä oli kynttilävalaistus, Töyrylä ihmetteli.

Voittajat aina pirteitä

Töyrylä juoksi yöllä hetken aikaa myös Termosen ja Koskelan seurassa.

– Aika mielenkintoinen juttu, että voittajat ovat aina niin hyvävoimaisia. Termosenkin askel oli lennokka loppuun saakka eikä juttu katkenut missään vaiheessa, Töyrylä ihmetteli.

Termosen oli ajallaan 8.27.40 omilla teillään. Salonen **Jyrki Koski** voitti M40-sarjan ja oli Termosen jälkeen toiseksi nopein ajallaan 8.39.40.

Maarian Mahdin **Tapio Koivu** juoksi Suomi-juoksun parhaalla sijoituksensa sijoittumalla M40-sarjassa toiseksi ja kokonaiskilpailussa kolmanneksi.

Satosen suoritti loppuun kaksi naista. Paimion **Maria Tähkävuori** oli toinen Ruissalon sankaritarista.

Suomi-juoksun, Mahti-maratonin tai puolimaratonin loppuun suorittaneita oli kaikkiaan 164.

Suomalainen ultrajuoksuvuosi 1999:

Tulokset ja menestys upeaa, mutta harrastus hiipuu ...

Ari Mustala hurjasteli toukokuussa Pohjoismaiden ennätyksen 12 tunnin ratajuoksussa ja sijoitti syksyllä upeasti 11:nneksi 246 km:n Spartathlonissa. **Janne Kankaansyrjä** menestyi myös erinomaisesti kumpassakin kilpailussa. **Pekka Aalto** – aivan uusi tulokas – säväytti New Yorkissa syyskuun lopulla voittamalla 700 mailin kilpailun miesten sarjan. **Pekka Termonen** palasi Suomi-juoksun voittajaksi 23 vuoden tauon jälkeen ja **Anna-Maija Koskela** uusi voittonsa naisten satasella. **Jyrki Koski** hurjasteli päälle 225 km:n ja **Maria Tähkävuori** teki naisten SE:n 24 tunnin ratajuoksussa Salossa. **Jussi Hamalainen** jatkoi upeita suorituksiaan pitkissä maastoultrissa rapakon takana.

Uudelle vuosituhannele siirryttäessä suomalaisen ultrajuoksu on mielenkiintoisessa tilanteessa. Vanhan tuhatluvun viimeisenä vuotena suomalaiset lajin harrastajat ylsivät kansainvälisesti merkittäviin tuloksiin/saavutuksiin laajemmalla joukolla kuin koskaan aikaisemmin ainakaan 90-luvulla. Näin siitkin huolimatta, että lajin suomalaisena ykkösnimellä yli kymmenen vuotta maailmaa kiertänyt **Seppo Leinonen** ei ollut mukana mainetta nauttimaan eivätkä myöskään eräät muut 1990-luvulla kansainvälisillä kentillä edukseen näyttäneet suomalaiset.

Edellä mainitut erinomaiset suoritukset vuonna 1999 antavat aihetta riemuun, mutta hurja osanottajakato kotimaissa koitoksissa vetää otsan väkisin rypyy. Kun vuorokauden juoksuhiin on aiemmin saatu mukaan runsaat kolmekymmentä osanottajaa, jäätin viime vuonna Salossa alle puolen tusinan. Surkea osanottajamäärä koettelee järjestäjien uskoa, eikä tapahtuman jatkosta ole tietoa. Vuodesta –72 järjestetty Suomi-juoksu meinaisi pari vuotta sitten loppua kokonaan, kun hartolalaiset pistivät hanskat nauttimaan. Viime vuonna toista kertaa Turussa järjestetyssä tapahtumassa oli satasten juoksijoihin vähemmän kuin koskaan sen 28-vuotisen historian aikana. Varmalan 64-kilometrin Lauajan lenkki järjestettiin viime vuonna jo 10. kerran, mutta sekin uhkaa näillä näkymin jäädä viimeiseksi, sillä järjestäjät ovat saaneet tarpeekseen. Lohjan Hämy-yön 12 tunnin juoksu peruttiin jo viime vuonna.

Jotakin uutta ja uljasta kotimaassa tuki tapahtui, sillä Lohjalla toukokuussa radalla juosti 12 tunnin kutsukilpailu antoi maamme parhaimmistolle mah-



Suomi-juoksun ja Mahti-maratonin osanottajat lähtivät liikkeelle lauantai-iltana. Viimeisiä satasen juoksijoita odotellaan maaliin sunnuntaina aamupäivällä.

TS/Jari Laurikko

Hitaasti kiiruhtavilla omat juhlat Ruissalossa

Turun Sanomat
30. 5. 1990

TS
TIMO KUJANPÄÄ

Ennen vanhaan irvailtiin, että maratoonarit ovat vanhoja ratajuoksuun liian hitaita koukkupolvisia ukkoja.

Siihen aikaan kun kuntojuoksijoista ei tiedetty mitään, maratoonarin taipaleen pituudessa riitti siunattavaa. Epäillä jopa sopi, onko kaikki kotona kun tuommoista matkaa pitää juosta.

Nyt kehitys on kehittynyt niin paljon, että hitaat maratoonaritkin voivat vaihtaa entistä pidemmille matkoille.

Ja kun maratonin juoksemisesta on nyt tullut myyntipäälikkötasolla statussymboli, sopii sormea pyörittää ohimolla kun toiset juoksevat sataa kilometriä.

Lauantai-iltana klo 18 oli pakko pysähtyä miettimään ihmiskyvyn rajoja, kun Suomi-juoksun osanottajat hiipivät Ruissalossa sataselleen.

Yli 8000 suomalaista juoksi viime vuonna maratonin – suoritus sekin, mutta mieltä kääpää, maittaisiko sen päälle vielä toinen maraton ja sen jatkoksi vielä knahti 16 kilometriä.

Suomi-juoksussa satasen maiskuttelijoita lähti taivalle 24. Määrä ei huimaa, mutta eipä ole matkakaan ihan jokamiesluokkaa.

Tunnelman kohottamiseksi



Veli Björkberg tenttasi Tapio Koivulta Suomi-juoksun lähtö-tunnelmia Ruissalossa.

si Suomi-juoksun järjestelyistä vastaava Maarian Mahti on ottanut ohjelmaan myös maratonin ja puolimaratonin. Niinpä hotellin edestä nytkähtäen liikkeelle parisatapäinen joukko juoksijoita.

– Tällaista tapahtumaa ei tietenkään kannata järjestää tappiokseen, ja pelkillä satasen juoksijoilla tämä olisi kannattamatonta. Kunhan saamme tänne sellaiset

300–400 osanottajaa, kisa ei ole enää pelkkä rasite seuralle, Veli Björkberg Maarian Mahdista totesi.

Mahti otti Suomi-juoksun järjestelyt kontolleen viime vuonna kun oli käynyt ilmi, että Hartolassa järjestäjien takki alkoi olla tyhjä 26 Suomi-juoksun jälkeen.

Björkbergin sai innostumaan ultrajuoksija ja lajin tietopankki Tero Töyrylä, joka hänkin on mukana juok-

sun järjestelyissä.

– Tämä on kieltämättä seuralle kova urakka, mutta myös tapahtumana upea, Björkberg hehkutti.

Maraton ja puolimaraton vaativat luonnollisesti toimitsijavoimia nekin. Lyhyempien matkojen juoksijat kuitenkin olivat maalissa puoleenyöhön mennessä. Suomijuoksijoita jäi yön tunteiksi päivystämään parinkymmenen hengen joukko mahtilaisia.

Turkulainen Tapio Koivu on jo kokenut satasen juoksija. Takana oli ennen lauantain starttia jo seitsemän 100 kilometrin kisaa. Vain kerran Koivu on joutunut jättämään satasen kesken, mutta suhtautuu silti terveellä kunnioituksella matkaan.

– Sitähän ei tiedä, pääseekö maaliin asti. Sata kilometriä on vähän eri juttu kuin maraton, Koivu muistutti.

Koivu on tahtanut matkan kahdeksaan ja puoleen tuntiin. Energiatankkauksella onkin tärkeä rooli pitkässä suorituksessa.

– Juoda pitää alusta lähtien, ja joskus 30–40 kilometrin kohdalla kannattaa haukata jo energiapatukkaa.

Kilpailun suosikkina lähti matkaan Punkaharjun Pekka Termonen, joka voitti Suomi-juoksun jo 1976. Hän käytti tuolloin aikaa 7.27 ja rapiat.

Termonen ja Koskela kärjessä

Ultrajuoksija 1/2000

Suomalaisten Ultrajuoksijoiden ja elämäntapaamatoneiden
seka sen sellaisten vaatimaton asennekannattaja

ITÄ-SAVO 31.5.1999

Pekka Termonen hallitsi 100 km:n Suomi-juoksua

Punkaharjun Kuntoilijoiden Pekka Termonen voitti 100 km:n mittaisen 28. Suomi-juoksun Turussa lauantain ja sunnuntain välisenä yönä. Viisikymmentävuotiaan Termosen voittoaika Ruissalon saarella vaativalla reitillä käydyssä kisassa oli 8 tuntia 27 minuuttia 40 sekuntia. Voitto oli Termosen toinen kautta aikojen. Nyt kymmenettä kertaa Suomi-juoksuun osallistunut punkaharjulainen oli juoksun ykkönen peräti 23 vuotta sitten vuonna 1976, jolloin kisa käytiin Hartolassa.

Tällä kertaa eivät uudet ja nuoret yrittäjät pärjänneet konkareille. Myös kakkoseksi ajalla 8.39.40 sijoittunut salolainen Jyrki Koski sekä turkulaista järjestäjäseuraa Maarian Mahtia edustava Tapio Koivu ovat kokeneita ultrajuoksijoita.

Naisten kilpailussa 38-vuotias Anna-Maija Koskela Vaasan Vasamasta uusi viimevuotisen voittonsa. Hän oli ajallaan 10.31.03 vajaa puoli tuntia Paimion Maria Tähkävuorella.

Juoksun vanhin osanottaja, 75-vuotias Seppo Heiskanen Viemäeltä selviytyi 20. kerran Suomi-juoksun maaliin ajassa 15.37.50. Vielä useammin ovat

mukana olleet 51-vuotiaat Olavi ja Kalevi Orivedeltä. Kaksoille Turun tämänvuotinen satanen oli jo 25:s.

Suomi-juoksun yhteydessä juostulla Mahti-maratonilla Kerkoon Urheilijoiden Seija Nurmijoki juoksi reitin raskauden huomioon ottaen erinomaisen voittoajan 3.03.31. Kaikkiaan tapahtumaan osallistui noin kaksisataa kilpailijaa ja kuntoilijaa.

Punkaharjun 50-vuotias Pekka Termonen palasi Suomi-juoksun voittajaksi 23 vuoden tauon jälkeen. Vaikka Pekka viime vuonna siirtyi Punkaharjun Urheilijoista Punkaharjun Kuntoilijoihin, ei se merkinnyt sitä, että vauhti olisi hidastunut. Termosen voittoaika vaativalla reitillä oli 8.27.40.

Myös muut kärkisijat menivät kokeneille ultrajuoksijoille. Kakkoseksi ajalla 8.39.40 sijoittui muutaman talonrakennusvuoden jälkeen onnistuneen come-backin tehnyt Jyrki Koski. Kolmas oli järjestävää seuraa Maarian Mahtia edustanut Tapio Koivu.

Naisten kilpailussa 38-vuotias Anna-Maija Koskela uusi viimevuotisen voittonsa. Aika 10.31.03 oli vajaat puoli tuntia parempi kuin toiseksi sijoittuneella Paimion Maria Tähkävuorella.

Juoksun vanhin osanottaja, 75-vuotias Seppo Heiskanen Viemäeltä selviytyi 20:n kerran Suomi-juoksun maaliin ajassa 15.37.50 ja sai perinteisesti "kenkää". Kymmenennestä Suomi-juoksusta kenkäisen kunniapalkinnon saivat Pekka Termonen ja Heimo Hautajoki. Kaikkein kokeneimmät Suomi-juoksijat Olavi ja Kalevi Montela olivat molemmat mukana nyt jo 25. kerran.

Kilpailu juosti nyt toisen kerran Turun Ruissalossa suhteellisen vaativalla 14 km:n lenkilla. Kilpailukeskus oli siirretty Terveyskylpylä Ruissalon tiloihin, mikä takasi edellisuutta mukavammilla ja nykyaikaisemilla puitteilla. Osanottajamäärä päämatkalla oli valittavan alhainen, mutta lyhyempien matkojen juoksijoiden määrä nousi sitäkin enemmän.

Satasen juoksijat lyhyesti

Tuomo Ahonen: Ensikertalainen Keuruulta jakoi voimansa hyvin ja tuli maaliin yleisen sarjan ykkösenä hieman päälle 9½ tunnin. Tästä on hyvä jatkaa!

Pekka Aalto: 29-vuotias helsinkiläinen oli ensimmäisellä ultrallaan, joka sujui helpommin kuin odotettiin. Suunnitelmissa olivatkin jo huomattavasti hurjemmat matkat...

Petri Lietzén: Salolainen hiihtäjä ei onnistunut toivomallaan tavalla. Edellisuonna kilpailu päättyi keskeytykseen; nyt Petri tuli maaliin 11½ tunnin ajalla. Kolmas kerta toden sanoo?

Jorma Jääntti: Turkulainen kunnallispoliitikko lähti mukaan melkein hetken mielijohteesta. Maaliin ensimmäiseltä ultralta yhdessä Lietzénin kanssa.

Jari Tuovinen: Viides ja viimeinen yleisen sarjan maaliintulijoista juoksi hänkin ensimmäisen satasensa. Jari on Tampereelta.

Mikko Tikkanen: Turun seudulta Ilmarisista kotoisin oleva nuori mies on harrastanut triathlonia ja juossut muutaman maratonin. Satanen jäi nyt kesken 72 km:n jälkeen, mutta tänä vuonna nuori mies on onnistuessaan kärkipäässä.

Jyrki Koski: Kuten sanottu, onnistunut come-back! Salolainen sävyytti toden teolla loppukesästä kotikaupunkinsa 24 tunnin juoksussa.

Tapio Koivu: Satasen konkareita. Kotikaupungissa tuli nyt viisaan juoksun jälkeen kaikkien aikojen parhaimmat sijoitukset: kolmas kokonaiskilpailussa, toinen sarjassaan M40.

Reijo Kainulainen: Ensimmäisen satasensa juossut helsinkiläinen oli välillä vaikeuksissa suolatasapainon kanssa, mutta tilanne korjaantui. Illoisesti maaliin vähän päälle 9½ tunnin.

Sakari Väisänen: Turkulaisia ultrajuoksun veteraaneja; tällä kertaa selvästi alle 10 tunnin ajalla M40-sarjan neljäs.

Pekka Lehtisola: Taas yksi ensikertalainen! Ahkerasti maratoneja kiertävä Häjy pisteli satasen kuin vanha tekijä erittäin tasaisella vauhdinajalla 12½ tuntiin.

Allan Kaplan: Ainoa ulkomaalainen osanottajamme tuli USA:sta. Paljon pitempiäkin ultrat lähinnä maastossa juossut kalifornialainen ei ollut aivan parhaimmillaan, mutta viihtyi erinomaisesti Ruissalossa runsaat 13½ tuntia.

Jari Jumisko: Lähti mukaan viikko Lohjan 12-tuntisen jälkeen. Keskeyttämiseksihän se meni.

Keijo Kokkonen: Ystävämme jäi kotiin Varpaisjärvelle kyytiöngelman takia. Keijo paikkasi tilanteen runsasta kuukautta myöhemmin Varpaisjärven yömaratonilla, juosten 100km aikaan 11.17.47.

Pekka Termonen: Hieno juhla juoksu: kymmenennellä kerralla toinen voitto!

Reino Uusitalo: Pyhtäläinen paikkasi edellisuoden keskeytyksen juoksemalla maaliin 10½ tunnissa.

Kalevi ja Olavi Montela: Yhteensä 50 Suomi-juoksua juossesta kaksosparista ensimmäinen repäisi kirikierroksella runsaan minuutin eron veljeensä. Ajat vähän alle 11 tunnin.

Heimo Hautajoki: Laukaalainen oli viime vuonna terveydellisistä syistä estynyt suorittamasta kymmenettä peräkkäistä Suomi-juoksuaan, mutta nyt tuli kymmenes täyteen selvästi alle 13 tunnin ajalla.

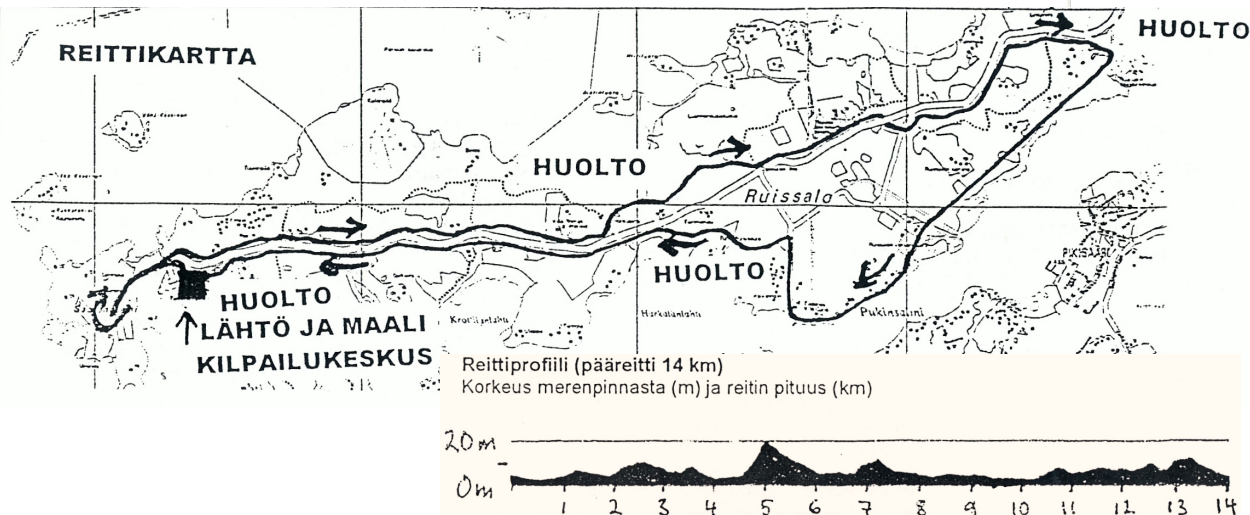
Terho Pekkinen: Sataplussalaisena sinnitteli ensimmäisen satasensa kunnialla läpi, aika 14½ tuntia.

Jouko Heikkilä: Hyvinkäläinen konkari oli puolimatkan jälkeen kilpailun johdossa, mutta jalkakrampit vaivasivat ja matka päättyi 72 kilometriin.

Tauno Rautopuro: Viime vuonna ensikertalaisena satasen läpi sinnitellyt järjestäjäseuran jäsen katsoi tällä kertaa viisaammaksi antaa keskenkuntoisena tilaa muille runsaan maratonin mittaisen matkan juostuaan.



Kalevi Montela,
Olavi Montela
ja
Tero Töyrylä



Suomi-juoksu 100km 1999

Olipa tasavauhtista nuo ensimmäiset
70 kilometriä.

Tulokset ja väliajat sarjoittain

Sarja: Yleinen 100 km

Sija	Nimi	2Km	16 km	30 km	42,195km	44 km	58 km	72 km	86km	Maali
1	Ahonen Tuomo	0:09:38	1:23:02	2:35:50	3:41:42	3:51:20	5:11:48	6:34:22	8:00:06	9:32:31
			1:13:24	1:12:48		1:15:30	1:20:28	1:22:34	1:25:44	1:32:25
2	Aalto Pekka	0:10:11	1:23:46	2:40:13	3:50:26	4:00:59	5:28:37	7:09:42	9:07:30	10:55:42
			1:13:35	1:16:27		1:20:46	1:27:38	1:41:05	1:57:48	1:48:12
3	Lietzén Petri	0:09:38	1:22:18	2:35:50	3:41:41	3:52:20	5:24:30	7:21:00	9:22:18	11:33:47
			1:12:40	1:13:32		1:16:30	1:32:10	1:56:30	2:01:18	2:11:29
4	Jäntti Jorma	0:09:37	1:22:18	2:35:50	3:41:43	3:51:20	5:27:16	7:21:00	9:27:54	11:33:47
			1:12:41	1:13:32		1:15:30	1:35:56	1:53:44	2:06:54	2:05:53
5	Tuovinen Jari	0:10:24	1:22:18	2:35:50	3:43:49	3:53:45	5:25:40	7:43:54	10:27:00	13:43:10
			1:11:56	1:13:32		1:17:55	1:31:55	2:18:14	2:43:06	3:16:10
	Tikkanen Mikko	0:09:37	1:22:18	2:35:50	3:41:41	3:51:20	5:11:48	6:37:20		DNF
			1:12:41	1:13:32		1:15:30	1:20:28	1:25:32		

Sarja: M40 100 km

Sija	Nimi	2km	16km	30km	42,195km	44km	58km	72km	86km	Maali
1	Koski Jyrki	0:09:26	1:16:30	2:24:15	3:23:20	3:32:13	4:43:55	5:59:10	7:20:01	8:39:40
			1:07:04	1:07:45		1:07:58	1:11:42	1:15:15	1:20:51	1:19:39
2	Koivu Tapio	0:09:38	1:22:18	2:35:50	3:41:41	3:51:20	5:11:48	6:34:22	8:00:06	9:22:18
			1:12:40	1:13:32		1:15:30	1:20:28	1:22:34	1:25:44	1:22:12
3	Kainulainen Reijo	0:09:37	1:17:46	2:28:50	3:32:13	3:41:47	5:06:18	6:44:15	8:13:20	9:38:37
			1:08:09	2:19:13		1:12:57	1:24:31	1:37:57	1:29:05	1:25:17
4	Väisänen Sakari	0:10:25	1:23:30	2:39:30	3:49:10	3:59:50	5:23:35	6:51:15	8:22:51	9:52:28
			1:13:05	1:16:00		1:20:20	1:23:45	1:27:40	1:31:36	1:29:37
5	Lehtisola Pekka	0:12:59	1:56:38	3:45:45	5:10:07	5:22:06	7:02:06	8:54:51	10:43:16	12:32:57
			1:43:39	1:49:07		1:36:21	1:40:00	1:52:45	1:48:25	1:49:41
6	Kaplan Allan	0:11:42	1:37:18	3:14:13	4:44:56	4:58:25	6:52:11	9:01:57	11:07:52	13:43:10
			1:25:36	1:36:55		1:44:12	1:53:46	2:09:46	2:05:55	2:35:18
	Jumisko Jari	0:09:11	1:16:13	2:29:57	3:43:50	3:57:25				DNF
			1:07:02	1:13:44		1:27:28				
	Kokkonen Keijo									DNS

Sarja: M50 100 km

Sija	Nimi	2km	16 km	30 km	42,195 km	44 km	58 km	72 km	86 km	Maali
1	Termonen Pekka	0:09:10	1:17:00	2:26:07	3:26:37	3:35:42	4:45:14	5:54:47	7:09:47	8:27:40
			1:07:50	1:09:07		1:09:35	1:09:32	1:09:33	1:15:00	1:17:53
2	Uusitalo Reino	0:11:22	1:30:05	2:51:26	4:04:17	4:14:44	5:49:31	7:26:05	9:03:40	10:34:05
			1:18:43	1:21:21		1:23:18	1:34:47	1:36:34	1:37:35	1:30:25
3	Montela Kalevi	0:11:37	1:35:30	3:02:10	4:21:17	4:32:35	6:07:14	7:45:17	9:25:34	10:57:57
			1:23:53	1:26:40		1:30:25	1:34:39	1:38:03	1:40:17	1:32:23
4	Montela Olavi	0:11:37	1:35:30	3:02:10	4:21:17	4:32:35	6:07:14	7:45:17	9:25:34	10:59:15
			1:23:53	1:26:40		1:30:25	1:34:39	1:38:03	1:40:17	1:33:41
5	Hautajoki Heimo	0:11:47	1:38:37	3:05:25	4:28:55	4:41:47	6:40:18	8:35:37	10:49:04	12:53:48
			1:26:50	1:26:48		1:36:22	1:58:31	1:55:19	2:13:27	2:04:44
6	Pekkinen Terho	0:12:58	1:56:38	3:47:15	5:30:56	5:45:56	7:58:40	10:12:09	12:22:30	14:35:09
			1:43:40	1:50:37		1:58:41	2:12:44	2:13:29	2:10:21	2:12:39
	Heikkilä Jouko	0:09:37	1:16:25	2:23:09	3:21:09	3:29:48	4:42:48	6:15:02		DNF
			1:06:48	1:06:44		1:06:39	1:13:00	1:32:14		
	Rautopuro Tauno	0:10:24	1:25:36	2:48:43	4:09:04	4:20:13				DNF
			1:15:12	1:23:07		1:31:30				
	Tamminen Rauno									DNS

Sarja: M60 100 km

Sija	Nimi	2 km	16 km	30 km	42,195km	44 km	58 km	72 km	86 km	Maali
1	Heiskanen Seppo	0:12:58	1:56:38	3:47:15	5:30:56	5:45:53	8:01:11	10:33:16	13:19:25	15:37:50
			1:43:40	1:50:37		1:58:38	2:15:18	2:32:05	2:46:09	2:18:25
2	Kovalainen Antero	0:15:58	2:15:06	4:21:40		6:37:32	9:04:39	11:39:38	14:35:00	16:58:52
			1:59:08	2:06:34		2:15:52	2:27:07	2:34:59	2:55:22	2:23:52

Sarja: Naiset 100 km

Sija	Nimi	2km	16km	30 km	42,195km	44 km	58 km	72 km	86 km	Maali
1	Koskela Anna-Maija	0:11:22	1:30:05	2:51:26	4:04:13	4:14:44	5:40:40	7:14:18	8:55:28	10:31:03
			1:18:43	1:21:21		1:23:18	1:25:56	1:33:38	1:41:10	1:35:35
2	Tähkävuori Maria	0:11:33	1:35:52	3:02:27	4:18:57	4:30:22	6:01:47	7:34:28	9:18:42	10:59:54
			1:24:19	1:26:35		1:27:55	1:31:25	1:32:41	1:44:14	1:41:12

Edellisestä kerrasta 23 vuotta

Pekka Termonen voitti jälleen Suomi-juoksun

Punkaharjun Kuntoilijoiden Pekka Termonen voitti viikonvaihteessa Turussa juostun 100 kilometrin mittaisen Suomi-juoksun. Voitto oli jo toinen laatuaan, tällä kertaa matka taittui aikaan 8.27.40. Toiseksi tullut Jyrki Koski hävisi Termoselle 12 minuuttia.

Pitkiin matkoihin erikoistunut kirjastonhoitaja osallistui sadan kilometrin Suomi-juoksuun ensimmäisen kerran vuonna 1976, ja ensimmäinen voitto tuli jo silloin. Hopea- ja pronssimitaleita on kertynyt pari kappaletta, ja huonoinakin sijoitus on ollut seitsemäs.

Välillä Pekka Termonen piti Suomi-juoksussa 13 vuoden tauon, mutta aloitti uudestaan vuonna 1989. Nyt tuli taas voitto, kun hän osallistui kilpailuun kymmenettä kertaa. Taakse jäivät pian viisi-kymppiselle pitkien matkojen konkarille kaikki nuoremmatkin kilpailijat.

–Nyt on tietysti houkutus lopettaa, kun oli kymmenes kerta ja tuli voitto, Pekka Termonen toteaa menestyksekkään Suomi-juoksun jälkeen.

Malttaneeko mies lopettaa kuitenkin, koska tuumii kohta perään ettei koskaan kannata luvata varmasti mitään puoleen eikä toiseen.

Suomi-juoksun sadalle kilometrille Ruissalossa starttasi 24 kilpailijaa, joista 20 juoksi maaliin saakka. Kaikkiaan lähtöviivalla oli satakunta juoksijaa, sillä samalla

juostiin myös maraton sekä puolimaraton.

Maratonin kohdalla Pekka Termosen väliaika oli 3.26 ja siinä vaiheessa hän oli vielä kolmantena nelisen minuuttia kärjestä jäljessä. Kuudenkymppien paikkeilla hän meni ohi edellään olleista kahdesta juoksijasta, joista toinen joutui keskeyttämään koko kilpailun.

Koko kahdeksan ja puoli tuntia kestäneen kilpailun Pekka Termosen kertoi juosseensa syömättä välillä kertaakaan. Matka taittui urheilujuoman voimalla, jota hän pysähtyi juomaan viiden kilometrin välein.

Valmentautuminen ultramaratonille ei onnistu vain kymppien lenkkejä vetämällä, vaikka täyttä satatakaan ei oikein voi harjoitella. Tammikuun alusta lähtien Pekka Termonen kertoi juosseensa vähintään yhden 30 kilometrin lenkin viikottain. Pisimmillään meni helmikuussa 50 kilometriä. Joka päivä hän ei juossut, vaan piti vähintään yhden välipäivän viikossa.

Maalis-huhtikuussa tahti koveni, ja viidessä viikossa kertyi harjoituskilometrejä 750. Parhain viikko huhtikuussa oli 180 kilometriä. Aprillipäivänä hän juoksi maratonin ja toisen perään seuraavana päivänä, ja kolmannen vielä vapuna.

Viimeisellä viikolla ennen kilpailua hän juoksi vain 50 kilometriä.

Parhain aika Pekka Termosella sadan kilometrin juoksussa on ollut 7.27.17, joten iän karttuessa vauhti on vähän hiljentynyt. Maailmanennätys matkalla on vähän yli kuuden tunnin luokkaa.

Pitkällä matkalla ehtii ajatella

Pekka Termonen sanoo, että taista vauhtia etenevä pitkän matkan juoksu on hänelle sopiva harastus. Siinä ehtii ajatella samalla



Pekka Termonen voitti Suomi-juoksun 23 vuoden tauon jälkeen. Muistopalkintona 10. osallistumiskerrasta hän sai pikku lenkkarin.



Jyrki Koski ja Pekka Termonen

maailman menoa ja ihailla luontoakin ihan eri tavalla kuin lyhyillä pyrähdyksillä, joissa täytyy keskittyä enemmän itse harjoitukseen.

Hänestä on helppo lähteä aamulla ennen kuutta parin tunnin lenkille. Autoihin ei tienlaitaa aamuvarkaisin hölkkäävä Pekka Termosen sano paljon kiinnostavansa huomiota, mutta eläimet hän luontoharrastajana panee merkille sitä tarkemmin. Vastaan on tullut hirveä, jänistä, kettua ja majavaa pie-

nemmistä luonnon elävistä puhumattakaan.

Kerran harjutiellä syksyinen tihkusade oli jäänyt tienpintaan ja haavanlehdetkin olivat jäässä. Auringon noustessa Puruveden ylle virisi tuuli, ja havinan sijasta haavanlehdet soivat kuin pienet kellot. Se oli mieleenjäävä luonnonilmiö, jollaisen voi kokea aamuvarkainen pitkän matkan juoksija.

HEIMO PAAKKINEN

NRO JOUKKUE

- O JOHTOJUOKSIJAT
- A SUOMEN URHEILULIITTO
- B SUOMEN KUVALEHTI
- C SAMPO-RYHMÄ
- F1 FINNVERA
- F2 FORTUM Oyj
- S SOKOS HOTELS
- 1 TAKSILIITTO
- 2 KESKUSTA ON THE ROAD
- 3 OUTOKUMPU MINING
- 4 VTT-OULU
- 5 ALMAMEDIA/LUMILINNA TIIMI
- 6 PENDOLINO S 220
- 7 TEAM DEUTSCHLAND
- 8 SOTILASURHEILULIITTO
- 9 YRITTÄJÄIN FENNIA
- 10 VEIKKAUS
- 11 OSUUSPANKKITOIMIHENKILÖT
- 12 HANAKAT
- 13 POLIISI
- 14 RIEKOT
- 15 TINTTI-TEAM



- 16 PORIN KUNTOILIJAT
- 17 OULUN SEUDUN AKK
- 18 A-KLINIKKASÄÄTIÖ
- 19 HELSINGIN KAUPUNKI I
- 20 PERUTTU
- 21 VALKEALAN KUNTA
- 22 HYY-YHTIÖT
- 23 TVO-MEGAVATIT
- 24 SPORTTIKLUBIJOUKKUE A
- 25 SPORTTIKLUBIJOUKKUE B
- 26 TAPIOLA YHTIÖT
- 27 KORPILAHTI
- 28 SUOMEN PUNAINEN RISTI
- 29 VESILAHDEN KUNTA
- 30 MAA-JA METSÄTALOUSHALLINTO
- 31 KUUSAMON KARHUNKIERTÄJÄT
- 32 PAPIT

- 33 SOKUNTO / S-MARKET
- 34 YMPÄRISTÖHALLINTO
- 35 PERUTTU
- 36 HELSINGIN KAUPUNGIN LIIK.LAITOS
- 37 PETÄJÄVESI
- 38 LUOVA
- 39 VANTAAN KAUPUNKI
- 40 KOULULIIKUNTALIITTO / OAJ
- 41 TYKS
- 42 TYÖHALLINTO
- 43 YLEISRADIO
- 44 YLIOPISTOT
- 45 SALON SEUDUN TERVEYSKESKUS
- 46 VENUS RYHMÄ
- 47 LAPIN HIKISET
- 48 MYLLYKOSKI PAPER
- 49 OULUN YLIOPISTO



- 50 LÄNSITEC
- 51 ROLL BOYS VALMET
- 52 TAMROC HÄRKÄPÄÄT
- 53 NUORISOSEURAT
- 54 HÖLKKÄ TEAM
- 55 VAUHTIFARMASITIT
- 56 RAUTARUUKKI
- 57 HÄMEEN AKK / KEHITTÄMISYKSIKKÖ
- 58 PUOLUSTUSVOIMIEN MATER.LAITOS
- 59 OYKS KIITURI
- 60 KÄLVIÄ TEAM
- 61 SUOMEN FYSIOTERAPEUTTILIITTO
- 62 LEIRAS
- 63 LÄHIVAKUUTTAJAT
- 64 TYÖTERVEYSLAITOS
- 65 VANKILAVIRKAILIJAT
- 66 OSAAMISKESKUS, OULU
- 67 MAANMITTAUSLAITOS
- 68 RAHA-AUTOMAATTIYHDISTYS
- 69 KUNT. JA LIIK. KESKUS PEURUNKA
- 70 RINGSIDE CLUB
- 71 WERNERIN VIESTI
- 72 SAKU

Viestin vaihtopaikat viestin tarkat matkat ja ajat ilmoitetaan helmikuussa ilmestyvässä Joukkuekirje 1:ssä

OSUUS	LÄHTÖPAIKKA	KM
pe 2.7. klo 22.00		
1	Utsjoen keskusta	6,0
2	Vanhainkodin tienhaara	12,0
3	Kevo	12,8
la 3.7.		
4	Sopuliharju	10,4
5	Kuktesjoki	14,8
6	Petsikko	11,5
7	Säytsjärvi	13,7
8	Iijärvi-polkutien risteys	16,1
9	Kaamasen Kaamasen kievari	15,0
10	Katiniemi	13,6
11	Inari, keskusta	17,0
12	Myössäjärvi, "Karhunpesäkiivi"	11,0
13	Ukonjärvi	11,5
14	Ivalo, Neste huoltamo	8,6
15	Törmänen	9,6
16	Hirvasjärvi	12,9
17	Saariselkä, Tunturihotelli	10,6
18	Kakslauttanen	7,0
19	Vuomaselkä	14,6
20	Tankavaaranaapa	8,9
21	Vuotso	12,4
22	Lohisarriot	13,6
23	Isopoikela	11,7
su 4.7.		
24	Peurasuvanto	15,4
25	Petkula	15,1
26	Kersilö	9,8
27	Sattanen	11,5
28	Sodankylä	13,4
29	Välisuvanto-tienhaara	13,6
30	Torvinen	15,4
31	Vuojärvi. lentokoneiden varalaskupaikka	9,8
32	Raudanjoki	17,6
33	Niesi	14,1
34	Ylinampa	19,6
35	Vikajärvi	18,4
36	Napapiiri, Napapiirin maja	8,1
37	Rovanieniemi, Sokos Hotel Vaakuna	15,6
38	Hirvas	8,8
39	Murola	9,4
40	Ruikka, Pukinpaja	13,0
41	Koivu	7,0
42	Koivu	9,3
43	Loue	10,7
ma 5.7.		
44	Tervola	17,1
45	Koskenkylä	13,2
46	Liedakkala	6,7
47	Keminmaa	8,0
48	Kemi, Neste-huoltoasema	13,0
49	Maksniemi	13,4
50	Simo keskusta	9,9
51	Kuivaniemi	17,9
52	Olhava	16,2
53	Ii	17,1
54	Haukipudas	11,1
55	Pateniemi	9,3
56	Oulu, Sokos Hotel Vaakuna	10,8
57	Oulunsalo, Polar Electro	5,7
58	Kempele	14,1
59	Liminka, S-market	11,1
60	Ruutineva	14,2
61	Revonlahti	14,1
62	Pattijoki	9,5
63	Raahen	14,3
64	Piehinki	14,4

OSUUS	LÄHTÖPAIKKA	KM
ti 6.7.		
65	Pyhäjoki	10,9
66	Yppäri	8,7
67	Vasankari	11,4
68	Kalajoki	8,5
69	Kalajoki	9,9
70	Himanka, kunnanraja	11,9
71	Himanka	9,2
72	Lohtaja	9,5
73	Marinkainen	11,3
74	Peltokorpi	10,2
75	Kokkola	11,8
76	Öja	14,0
77	Luoto	12,0
78	Pietarsaari	11,1
79	Sundby	9,8
80	Uusikaarlepyy	8,5
81	Ytterjeppo	11,7
82	Jepua, "Keppo"	17,0
83	Alahärmä	12,8
84	Ylihärmä	15,4
ke 7.7.		
85	Kauhava	17,7
86	Lapua	6,8
87	Ala-Nurmo	13,3
88	Nurmo	7,2
89	Seinäjoki, Sokos Hotel Lakeus	11,5
90	Veneskoski	14,4
91	Kuorasjärvi	14,6
92	Keskikylä	11,1
93	Alavus	11,5
94	Aulava	13,0
95	Liedenpohja	18,2
96	Virrat	4,7
97	Toriseva	11,9
98	Visuvesi	7,2
99	Mustajärvi	10,3
100	Ruovesi	11,3
101	Jäminkipohja	12,5
102	Juupajoki	10,7
103	Hirsilä	7,8
104	Orivesi	12,2
105	Rönni	6,5
106	Eräjärvi	11,2
107	Kuhmalahti	7,0
108	Pohja	10,5
109	Vehkajärvi	15,0
to 8.7.		
110	Torittu	10,5
111	Arrakoski	6,1
112	Taivu, Neste-huoltoasema	12,5
113	Isoäiniö	15,3
114	Vääksy, Neste-huoltoasema	11,2
115	Paimela	12,8
116	Lahti, Sokos Hotel Seurahuone	13,3
117	Läänin- ja kunnanraja	10,5
118	Henna	11,9
119	Kaukalampi	8,8
120	Mäntsälä	8,9
121	Bussipysäkki, Opaskylti Hki 50 km ja J:pää 17km	14,7
122	Järvenpää	10,1
123	Kerava	11,2
124	Kuninkaanmäki	12,2
125	Pihlajamäki / Latokartano	8,7
VIESTI PÄÄTTYÄ HELSINKIIN Eläintarhan urheilukentälle 8.7.1999 klo 19.00		

SUOMI JUOKSEE
-viestin järjestäjät
ja yhteistyökumppanit 1999:

Järjestäjät:

SUOMEN KUVALEHTI
SUOMEN URHEILULIITTO ry

Päyhteistyökumppanit:

SAMPO-RYHMÄ
VATTENFALL

Muut yhteistyökumppanit:

SEAT

SOKOS HOTELS

FORTUM Oyj

POHTO

POLAR ELECTRO Oy

SUPERKESPORT/INTERSPORT
Tourula

TIELAITOS

COMPEED

HAPPENIX

FINNVERA

NOVO

O = Pöytä

Team Deutschland matkaa kolmen maan väreissä

14 vuotta viestissä mukana ollut IBM Deutschlandin joukkue on tuttu useimmille viestin juoksijoille. Täksi vuodeksi joukkuetta ei saatu kasaan, mutta porukan ydinryhmällä oli haluja lähteä silti mukaan viestiin. Suomessa usein lomailevat saksalaiset löysivät halukkaita juoksijoita Punkaharjulta, josta alunperin piti lähteä miltei kymmenen juoksijaa mukaan Suomi juoksee -viestiin. Lopulta punkaharjulta löytyi matkaan neljä innokasta, joten joukkuetta piti vielä täydentää.

Janne Hänninen otti yhteyttä Suomen Urheiluliittoon kysyen, löytyisikö halukkaita osallistujia SJ-viestiin, joilla ei ole vielä joukkuetta. Halukkaita löytyi neljä henkilöä, muttei aivan lähistöltä. Joukkueen täydentävät jäsenet saapuivat nimittäin Uudesta-Seelannista asti, mikä on kaukaisin paikka maapallolla Suomesta matkustettaessa.

Joukkueessamme on siis kahdeksan saksalaista, neljä uusi-seelantilaista ja neljä punkaharjulaista juoksijaa. Porukkamme jakaantuu neljään osaan, josta saksalaiset ovat kahdella autolla, Janne Hänninen kertoo.

Hurjaa joukkoa

Team Deutschlandin riveistä löytyy monenlaisen taustan omaavia juoksijoita. Kaikkia yhdistää kuitenkin juoksemisesta ja liikunnasta nauttiminen. Joukkueessa juoksee muun muassa Pekka Tervonen, jonka meriittilistalta löytyy esimerkiksi Turun 100 kilometrin juoksun voitto. Pekan maratonennätys on kunnioitettava 2.29.

Vielä astetta hurjemmaksi pistää saksalainen Stefan Schlett. Stefan urheilee ammatikseen ja melko eksoottisissa lajeissa. Stefanin ennätysluettelo käsittää matkat 10 kilometristä vajaan tuhaten kilometriin. Kaikista hurjin on kuitenkin hopeamitali Meksikon ultratriathlon-kilpailusta. Tässä lajissa normaalit triathlonin matkat kerrotaan kymmenellä. Aivan, luitte oi-



Janine Paynter

kein. Matkat ovat siis uintia 38 kilometriä, pyöräilyä 1800 kilometriä ja juoksua noin 420 kilometriä. Stefanin hopeamitaliin oikeuttava aika oli Meksikossa yhdeksän päivää ja rapiat.

Janine juoksi kevyesti

Team Deutschlandin uusi-seelant-

tilaiset olivat Lapin maisemista innoissaan. Ainoastaan itikat herättivät heissä täysin ymmärrettävää inhoa. Harmi, ettei Lappi tarjonnut heille parhaita puoliaan aurinkoisin sään voimin.

Uusi-seelantilaiset ovat ensi kertaa Suomessa, mutta Keski-Euroopan maratoneja joukolla on takanaan lukuisia.



Janne Hänninen

Janine Paynter näytti juoksukuntoaan pistelemällä yhteen menoon Ylinampasta Napapiirille. Matkaa kertyi 38 kilometriä eli miltei maratonin verran. Napapiirillä Janine ei ollut matkasta moksiskaan.

Jouksu ei ollut kovinkaan raskasta, koska vauhti on niin rauhallista. Sitäpaitsi söin tukevan aamiaisen, Janine naurahtaa.

Janinen maratonennätys on hie- man päälle kolmen tunnin ja viikossa Janine kertoo juoksevana toista sataa kilometriä.

Täällä Lapissa on upeaa, rauhallista ja omalla tavallaan kaunista. Porot ovat ihania, mutta hyttysiä en voi sietää. Myös ihmiset ovat hyvin ystävällisiä, Janine toteaa.

Jatko vielä aivoissa

Janne Hännisen mukaan SJ-viesti kiinnostaa myös jatkossa. Ensimmäistä kertaa mukana olevan Janne Hännisen mielestä viestin markkinointikeinoja tulisi laajentaa nykyaikaisemmiksi.

Internetissä löytyy Suomi juoksee -viestistä lyhyt pätkä ainoastaan suomen kielellä. Internetin kautta SJ-viesti tavoittaisi ihmiset ympäri maailman ja tieto tapahtumasta leviäisi, Janne pohtii.

Joukkueen keräämisessä on oma hommansa, joten ensi vuodesta ei vielä osaa sanoa. Jos porukka saadaan kasaan helposti, olen mukana myös ensi vuonna, Janne vakuuttaa.

Mukavat muistot Suomi juoksee viestistä

Puruvesi 4. 7. 1999

Punkaharjulaiset kansainvälisessä seurassa

Lunta odotellessa ja monien lenkitossujen vaihtuessa pian monoihin punkaharjulaiset Suomi juoksee -viestiin osallistujat ajattelevat jo tulevia juoksujia. Viisi punkaharjulaista oli kuluneena kesänä taas mukana tässä jo 21. kertaa järjestetyssä tapahtumassa osana kansainvälistä saksalais-suomalais-uusi-seelantilaista joukkuetta.

Viestiin aikaisemmin osallistuneille joukkue, IBM Deutschland, on vanha tuttu, olihan se jo 14. kerran mukana. Tänä vuonna se ei saanut tarpeeksi saksalaisia mukaan, mutta onneksi ydinryhmän usein Suomessa lomailevat jäsenet löysivät halukkaita Punkaharjulta.

Punkaharjulaista ei kuitenkaan löytynyt ihan tarpeeksi monta, joten joukkueen suomalainen puuhamies Janne Hänninen otti yhteyttä Suomen Urheiluliittoon kysyen onko siellä tietoa joukkuetta vailla olevista juoksijoista. Ja löytyihän heitä, muttei aivan läheltä, sillä neljä itselleen ryhmää etsivää juoksijaa oli kotoisin maapallon toiselta puolelta Uudesta Seelannista. Joukkueen lopulliseksi kooksi tuli 17, "kiwien" lisäksi siinä juoksi kahdeksan saksalaista ja



Suomi juoksee viestinviejien letka heinäkuussa matkalla "siellä jossakin" tässä huilivuorolla olleen Janne Hännisen ottamassa kuvassa.

viisi punkaharjulaista.

Viesti alkoi Utsjoelta ja päättyi 125 osuuden, 1 425 kilometrin ja vajaan kuuden vuorokauden kuluttua Helsinkiin. Viestikapulana ollut poronsarvea joku kuljetti yhden osuuden, toinen muutaman ja ahkerimmat yli kymmenen kertaa.

Joukkueen riveistä löytyi monenlaista tossunkuluttajaa. Kaikkia yhdisti liikunnan riemu. Saksalai-

nen Stefan Schiett urheilee ammatikseen hurjia matkoja. Vai mitä tuumaatte ultratriathlon-kilpailusta, joka muodostuu 38 kilometrin uinnista, 1 800 kilometrin pyöräilystä ja 420 kilometrin juoksusta. Meksikossa käydyssä kilpailussa Stefan sijoittui toiseksi. Yhdeksän päivää ja rapiat kului häneltä aikaa - varsinaisen teräsmies-kilpailu.

Team Deutschlandin uusi-seel-

lantilaiset ihastelivat Lappia, itimien kanssa heillä kyllä tuli erimielisyyksiä. Totesipa Termosen Pekka, ettei ikinä enää Punkaharjulla sano, että onpas itikoita, koska ei niitä tosiaan täällä ole. Termosen perheestä oli toinenkin viestinviejiä mukana, nuorempaa juoksijapolvea edustava Joni.

Hemmolan Lean lisäksi joukkueen toinen nainen Janine Payn-

ter oli myös kouliintunut maratonaari eikä ymmärtänyt miksi muut ihmettelivät, kun hän pisteli muutaman osuuden yhteen pötköön, 38 kilometriä Ylinampasta Napapiirille. "Jouksu ei ollut kovin raskasta, koska vauhti on niin rauhallista." No kaikki on suhteellista, jouksu eteni yötä päivää 5.30-6.00 min/km -vauhtia.

Saksalaiset liikkuvat kahtena ryhmänä, uusi-seelantilaiset ja kolme suomalaista olivat Tähkävuoren Arin varmoissa käsissä. Vaih- topaikoilta ei myöhästetty ja joukkuehenki oli erinomaisen kannustava.

Takavuosien lähes 200 joukkueen tasosta oli nyt jäljellä 70. Pekka Termosen mielestä markkinointia tehostamalla, ja mm. nettiä hyödyntämällä tieto jouksusta saataisiin pienin kustannuksin leviämään kaikkialle. Viesti kiinnostaisi varmasti juoksevia ulkomaalaisia. Tarjoaahan tapahtuma läpileikkauksen eksoottisesta Suomen ke- sästä. Suomea päästä päähän jouksu- semassa olleiden punkaharjulaisten mielestä viesti on kokemuksen arvoinen tapahtuma, jonka ei soisi loppuvan.



Alkumatkalla



Pekka ja Joni



Montrealin 5000
metrin loppumetrit
v. 1976

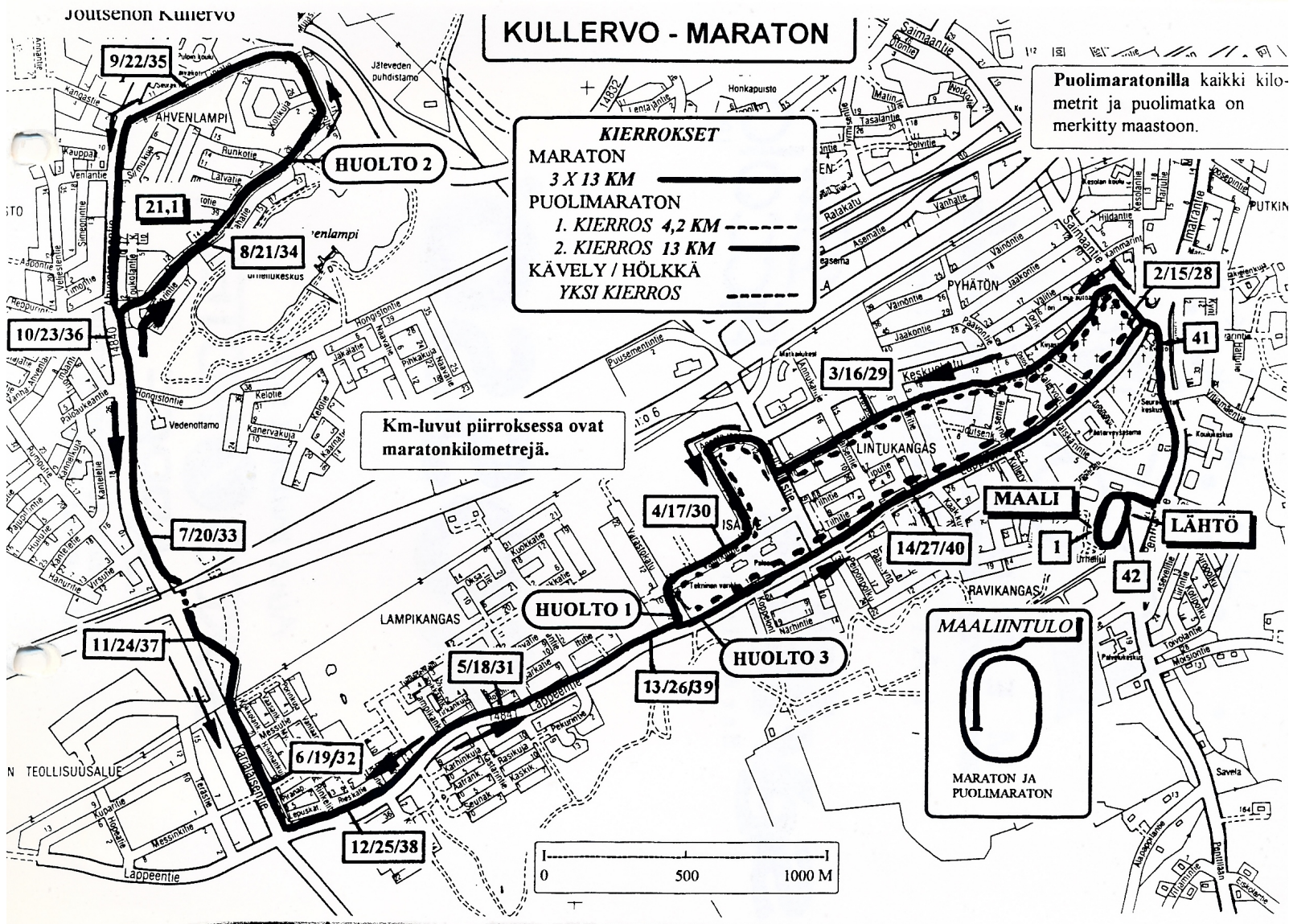


18. KULLERVO-MARATON

VETERAANIEN SM - MARATON

(SUOMEN VETERAANIURHEILULIITON JÄSENILLE)

LAUANTAINA 18.09.1999
JOUTSENON URHEILUKESKUKSESSA



Venäläiset hallitsivat Kullervo-maratonia

Uusimäen jo 11 vuotta vanha reittiennätys saa edelleen hengittää rauhassa.

HEIKKI SAIRANEN
JOUTSENSO

Venäläiset Sergei Karavanov ja Jaschenko eivät pettäneet lauantaina Joutsenossa juostussa Kullervo-maratonilla. Venäläiset olivat olivat omalla minuuttivallallaan, mutta jäivät kuitenkin reippaasti Asko Uusimäen jo 11 vuotta vanhasta reittiennätyksestä.

Kullervo-maratonin voitti Sergei Karavanov ajalla 2.36.12. Karavanovilla olisi varmasti ollut voimia kovempaan aikaan, sillä loppusuoralla mies suorastaan leijui maaliin. Toiseksi tuli Sergei Jaschenko, joka hävisi Karavanoville tasan puoli minuuttia. Karavanov on juossut maratonin aikaan 2.20, joten venäläinen jäi omasta ennätyksestään reilusti.

Kuten jäi myös Kullervo-maratonin ennätyksestä, joka on edelleenkin Asko Uusimäen nimissä. Se on 2.21.25. Vaikka sää suosi, ja Joutsenen reitti on tunnetusti nopea, saa Uusimäen 11 vuotta vanha ennätys hengittää vielä rauhassa.

Kullervo-maraton kävi Suomen ja Venäjän välisestä maastelusta. Tällä kertaa Venäjän pojat vetivät pisimmän korren, sillä paras ei-venäläinen oli



Letka on valmis. Starttipistooli on paukahtanut ja ennätysmäärä maratonaareita lähtee matkaan.

kolmanneksi tullut Teivo Stayersin Raimo Salmi. Tampere-laisen aika oli 2.37.09.

– Lähdin liikkeelle reilusti ja venäläiset jäivätkin jonkun sekunnin, mutta noin puolimat-kassa jokin iski selkään ja se

puutui, Salmi jutteli maalissa.

Olosuhteet loistavat

Kullervo-maraton kulki venä-

laisten hallinnassa. He ottivat kärkisijat heti alussa. Vielä noin 35 kilometrin kohdalla HIFK:n Mauri Mäkelä pystyi hyvin riippumaan venäläisten kyydissä, mutta kun itänaapurin pojat nykäisivät kilometriä myöhem-

min jäi Mäkelä hetkessä.

– Minä huomasin siinä vaiheessa, että minullahan on mahdollisuuksia kolmanteen sijaan, joten se antoi lisäsemppeä. Mäkelän selkä tulikin nopeasti vastaan, sillä hän käveli yhdessä vaiheessa ja taisi sitten keskeyttää, Salmi kertoi.

– Olosuhteet olivat loistavat, mutta tällä kertaa miehestä ei vain irronnut enempää. Lähdin kyllä juoksemaan aikaa, mutta kun se ei onnistunut lähdin hakemaan sitten lopussa sijoitusta ja siinä kyllä onnistuin, 35-vuotiaitten Suomen mestariksi juossut Salmi tuuletti.

Naisten maratonin voitti odotetusti Viipurin Urheilijoiden Marjaana Lähti-Koski, joka kelloitti 2.50.03.

Juoksijoita ennätysmäärä

Joutsenossa juostu maraton järjestettiin jo 18. kerran. Maratonille oli ilmoittautunut ennakkoon 420 juoksijaa, joista 350 täydelle maratonille ja loput puolikisaalle. Kun jälki-ilmoittautuneita tuli vielä paikanpäällä, kokonaismäärä nousi noin

500 osanottajaan. Se on uusi Kullervo-maratonin osanottajien ennätys. Ja se kyllä myös näkyi, kun starttipistooli paukautti maratonaarit matkaan.

Miesten yleisen sarjan puolimaratonin otti nimiinsä Mikkelin Kilpa-Veikkojen Lauri Friari ajalla 1.11.07. LUM:n Ari-Pekka Leppänen kiri hienosti toiseksi ajalla 1.11.49. Kolmas oli Hämeenlinnan Kari Virtanen, joka hävisi lummilaiselle kymmenen sekuntia.

Naisten puolimaratonin voitti ylivoimaisesti Viipurin Urheilijoiden Päivi Tikkanen ajalla 1.18.47. Toinen ja kolmas sija menivät Lappeenrannan Urheilulu-Miehille, tai siis naisille, sillä toiseksi tuli Päivi Friari ja kolmanneksi Hanna-Kaisa Suurhasko. Friarin aika oli 1.24.20 ja Suurhaskon 1.26.11.

Kullervo-maratonin yhteydessä ratkaistiin myös Etelä-Karjalan, Kymenlaakson, Lahden ja Uudenmaan piirien mestaruudet, sekä insinöörien ja veteraanien mestaruudet. Miesten yleisen sarjan Etelä-Karjalan piirimestariksi juoksi Parikkalan Urheilijoiden Ilkka Lötjönen. Lötjösen aika oli 2.43.15.

URHEILU A19

ITÄ-JÄRVO 21.9.99

Savonlinnalaisilla veteraanimaratonjuoksijoille hyvää SM-kisamenestystä

Savonlinnan ja kaupungin lähiseudun veteraanimaratonarit menestyivät mukavasti viikonvaihteessa Joutsenossa käydyssä 35-vuotiaiden ja vanhempien SM-kisassa.

Parhaat hedelmät seutukunnalle tarjoiltiin 50-vuotiaissa miehissä, jossa Savonlinnan Seudun Veteraaniturheilijoiden (SSV) Pekka Termonen oli toinen ja Jorma Nuopponen kolmas. Kak-sikko korjasi myös yhdessä kahdeksanneksi sijoittuneen Juha Viuhon kanssa joukkuekultaa.

55-vuotiaissa SSV:n Seppo Myllys oli toinen ja naisten yleisessä sarjassa (ei SM-kilpailu) Viestin Pirkko Malmstedt komeasti toinen. Miesten yleisessä sarjassa (ei SM-kilpailu) Parikkalan Ilkka Lötjönen oli neljäs.

Miehet yleinen: 1) Sergei Karavanov 2.36.12, 4) Ilkka Lötjönen PaU 2.43.15, 16) Ilmari Laitinen RU 3.04.20, 32) Esa Varis PaU 3.56.47.

M35: 20) Unto Palojarvi PuVi 3.08.58, 24) Vesa Ahonen Su-Ta 3.12.22, 28) Jari Sairanen Savonlinna 3.16.13, 34) Jarmo Leino RuSu 3.33.12, 39) Kyösti Jormanainen Savonlinna 3.53.21.

M40: 12) Markku Suvela Savonlinna 2.58.51, 18) Jörg Steenbeck STU 3.04.03, 23) Antero Tarhonen Puumala 3.16.42, 34) Juhani Mustonen JuvU 3.33.06.

M45: 20) Esa Kannonmäki SSV 3.09.54, 31) Ari Tiainen KiU 3.36.50, 34) Pekka Purho Savonlinna 3.46.01, 38) Antti Paloheimo Kerimäki 3.55.27, 40) Reino Antikainen Savonlinna 3.58.21.

M50: 2) Pekka Termonen SSV 2.45.58, 3) Jorma Nuopponen SSV 2.47.09, 8) Juha Viuhon 2.57.41, 19) Hannu Kosonen Ker-Kun 3.25.06, 24) Taisto Kumpula Parikkala 3.31.52, 41) Raimo Tantt KerKun 4.17.14.

Joukkueet: 1) SSV.

M55: 2) Seppo Myllys SSV 3.02.33, 15) Oiva Savolainen PaU 3.31.44.

M60: 8) Kyösti Löppönen SSV 3.25.18.

M65: 9) Taavi Juuti SSV 4.23.16.

M70: 5) Pentti Virta SSV 4.43.46.

Naiset yleinen: 1) Marjaana Lähti-Koski VU 2.50.53, 2) Pirkko Malmstedt SaVi 2.53.56.

N40: 7) Sinikka Tarhonen PuVi 3.32.17.

KULLERVO-MARATONIN OSANOTTAJA

Oheissa 18. Kullervo-maratonin tulokset 18.09.1999

Joutsenon Kullervon 18. maraton suoritettiin loisteliaassa syyskäsä. Lämpimä oli noin +14 astetta, tuulta ei juuri lainkaan ja aurinko sopivasti lämmitti niin juoksijoita kuin katsojakin.

Etenkin veteraanit tekivät tuntuja muutoksia Kullervo-maratonin kaikkien aikojen 10 parhaan varsin kovatasoisiin tilastoihin, joihin tuli yhteensä 34 muutosta. Ainoan reittiennätyksen teki M50-sarjan voittaja Risto Laitinen

Veteraanisarjojen Suomen kaikkien aikojen TOP20 –tilastoihin tuli peräti 13 muutosta. Tilastollisesti kovimmat ajat tekivät Suomen kaikkien aikojen tilaston 3. parhaan ajan N45-sarjassa juossut Marita Yli-Ilkka ja N60 –sarjan voittajan Marja-Terttu Tannisen 2. paras tulos. Miesten puolella kovimman tuloksen teki M50 –sarjassa Risto Laitinen. Erikoismaininnan ansaitsee toisena suomalaisena M80-sarjassa maratonin juossut Aimo Virolainen. Hän juoksi tämän sarjan uuden Suomen ja Pohjoismaiden ennätyksen 4.19.15, jäädessä ME-tuloksestaikin vain 11 minuuttia.

Erittäin moni maratonari teki täällä jälleen oman ennätyksensä tai kauden parhaansa ja kolmen tunnin alittajia oli kaikkiaan 71 juoksijaa (6 naista) ja yksi pyöräutikelaja. Joillekin tämä alitus oli myös ensimmäinen, mutta toivottavasti ei viimeinen.

Kisaan lähti 373 maratonaaria, 24 keskeytti, 108 puolimaratonaria, 3 keskeytti ja kävely-hölkän taivalsi 22 osanottajaa eli matkaan lähti kaikkiaan 503 osanottajaa. Maaliin tuli siis 349 maratonaaria (238/98), 105 (109) puolimaratonaria ja 22 (14) kävelijää. Näistä luvuista muodostui siten Kullervo-maratonien kaikkien aikojen ennätysosanottomäärä. Ennakkoilmoittautuneista 32 jäi lisäksi lähtemättä.

Kaikkien maaliin saapuneiden kesken arvotut palkinnot on toimitettu voittajille.

Tulosten lopussa on mukana kaikkien aikojen TOP 10-tilastot, joihin siis tuli tänä vuonna reippaanlaaisesti muutoksia.

Jos Sinulle tuli nyt viides, yhdeksäs tai viidestoista kerta täyteen täällä Joutsenossa tulet saamaan ensi vuoden kisan yhteydessä 5-, 10 tai 15-vuotismitalin.

Kiitän mielenkiinnostasi maratoniimme kohtaan. Te kaikki osallistuneet teitte tästä varsin huomattavan yli 500 osanottajan maratontapahtuman.

Toivottavasti olitte myös tyytyväisiä reittillemme, järjestelyihimme, tulospalveluumme ja palkinnonsaajat palkintoihinsa.

TERVETULOA UUDEN VUOSITUHANNEN MARATONIIMME SYYSKUUSSA VUONNA 2000.

Jaakko Lehtonen
kilpailunjohtaja

MARATON MIEHET 50 V

1	505	Laitinen Risto		Raahen Sporttivete	2:38.53,0	00.00,
2	528	Termonen Pekka		Savonl Seudun VetU	2:45.58,0	07.05,
3	508	Nuopponen Jorma		Savonl Seudun VetU	2:47.09,0	08.16,
4	538	Metsälä Leo		Teuvan Tuisku	2:53.32,0	14.39,
5	502	Ojennus Reijo		Kankaanpään Urheil	2:54.33,0	15.40,
6	514	Kuningas Kauko		Kymen Urh.veteraan	2:55.27,0	16.34,
7	540	Harjumaa Seppo		Ranuan Peura	2:55.53,0	17.00,
8	506	Viuho Juha		Savonl Seudun VetU	2:57.41,0	18.48,
9	525	Riihola Raimo		Iisalmen Visa	2:58.49,0	19.56,
10	527	Rajala Markku		Hämeenlinnan Kisa	3:00.13,0	21.20,
11	531	Ahonen Jouko		Leppävirran Urheil	3:04.10,0	25.17,
12	516	Koso Heikki	-	Anjalankoski	3:05.01,0	26.08,
13	504	Malinen Keijo	-	Riihimäen VaruskUr	3:13.49,0	34.56,
14	530	Huttunen Esko	E	Lappeenr UrhMiehet	3:14.10,0	35.17,
15	513	Rönkkö Veijo		Mäntylahden Veto	3:14.50,0	35.57,
16	500	Mikkonen Kalevi	-I	Hyvinkää	3:16.00,0	37.07,
17	546	Joukanen Seppo		Lappeenr UrhMiehet	3:17.26,0	38.33,
18	544	Ropponen Eino		Viipurin Urheilija	3:23.02,0	44.09,
19	503	Kosonen Hannu	-	Kerimäen Kuntoilij	3:25.06,0	46.13,
20	543	Miettinen Antero		Joutseno	3:25.53,0	47.00,
21	509	Suominen Jorma	I	V-Suomen VetUrh	3:27.27,0	48.34,
22	517	Vainio Risto	-	Turun Suunnistajat	3:28.21,0	49.28,
23	534	Morishita Yukio	-	Helsinki	3:29.36,0	50.43,
24	515	Kumpula Taisto	-	Parikkala	3:31.52,0	52.59,
25	522	Kokkonen Keijo		Leppävirran Urheil	3:32.43,0	53.50,
26	532	Saarin Raimo	-	Kirkkonummi	3:35.21,0	56.28,
27	548	Yijälä Veikko		Häjyt	3:37.33,0	58.40,
28	536	Siitonen Reijo	E	Imatran Urheilijat	3:41.59,0	1:03.06,
29	541	Granqvist Mauno		Mäntylahden Veto	3:42.04,0	1:03.11,
30	510	Kekoniemi Osmo	IE	Lappeenr UrhMiehet	3:43.57,0	1:05.04,
31	542	Nuutinen Raimo		Wauhti Weikot, Lov	3:48.33,0	1:09.40,
32	512	Tolvanen Esa	I	Lappeenr UrhMiehet	3:49.45,0	1:10.52,
33	741	Hänninen Pentti		Sporttiveteraanit	3:50.22,0	1:11.29,
34	523	Koskinen Heikki	E	Lappeenr UrhMiehet	3:51.01,0	1:12.08,
35	529	Savonen Jorma	-	Espoo	3:52.34,0	1:13.41,
36	742	Suurkuukka Heimo		Lappeenr UrhMiehet	3:55.12,0	1:16.19,
37	200	Mannstén Hans		Helsingin Kisa-Vei	3:56.53,0	1:18.00,
38	520	Siitonen Veikko	-	Lappeenranta	3:59.22,0	1:20.29,
39	507	Myllyn Juha	-	Lappeenranta	4:02.53,0	1:24.00,
40	521	Pietikäinen Jouko		Mäntylahden Veto	4:03.31,0	1:24.38,
41	535	Tantt Raimo	-	Kerimäen Kuntoilij	4:17.14,0	1:38.21,
42	526	Labbas Mauri	-	Hyvinkää	4:18.19,0	1:39.26,
43	518	Ahonen Eero	-	Korpilahti	4:30.07,0	1:51.14,
43	549	Rainio Markku		Imatra	4:30.07,0	1:51.14,

Noin 500 metriä maaliin



VETERAANIEEN SM-MARATONIN JOUKKUEKILPAILU

MIEHET 35 V		Joutseno 18.9.1999	
1. Teivo Stayers	351 Salmi Raimo 371 Hyvärinen Vesa 382 Kahkonen Juha	M35 M35 M35	2:37:09 2:39:57 2:48:39 8:05:45
2. Imatran Urheilijat	431 Pousi Ari 354 Hellsten Ismo 362 Nasanen Arto	M40 M35 M35	2:47:24 2:49:38 3:02:09 8:39:11
3. Mantsalan Urheilijat	361 Kempainen Juha 377 Laaksonen Arto 447 Lindholm Jari	M35 M35 M40	2:45:28 2:56:28 3:06:33 8:48:29
4. Kuntopirkat	370 Juntunen Pekka 496 Nieminen Ari 554 Lepola Martti	M35 M45 M55	2:51:39 3:07:21 3:13:05 9:12:05
5. Riihimäen Kiista-Veikot	367 Ansala Jukka 355 Mäntylä Matti 413 Kumpu Kalle	M35 M35 M40	3:10:31 3:11:13 3:17:23 9:39:07

MIEHET 40 V

1. Juuan Urheilijat	400 Halonen Sulo 435 Marjosalmi Jouko 424 Mikkonen Juha	M40 M40 M40	2:38:08 2:43:34 2:51:10 8:12:52
2. Leppävirran Urheilijat	421 Laukkanen Kimmo 425 Rönkkö Hannu 430 Havukainen Juha	M40 M40 M40	2:38:25 2:58:52 3:04:53 8:42:10
3. V-Suomen Vet.Urheilijat	406 Ojala Mauri 479 Väisänen Sakari 402 Laaksonen Kari	M40 M45 M40	2:53:54 3:17:01 3:19:52 9:30:47
4. Riihimäen Kiista-Veikot	420 Vainio Ahti 488 Patsi Kauko 483 Mäkinen Pekka	M40 M45 M45	2:58:21 3:13:49 3:20:54 9:33:04

MIEHET 45 V

1. Riihimäen Kiista-Veikot	494 Anttila Kari 459 Pokkinen Hannu 453 Wallenius Tarmo	M45 M45 M45	2:39:44 2:54:08 2:55:21 8:29:13
2. Leppävirran Urheilijat	480 Kilpeläinen Risto 475 Kauppinen Hannu 531 Ahonen Jouko	M45 M45 M50	2:42:16 2:48:08 3:04:10 8:34:34
3. Hämeenlinnan Kisa	485 Kulmala Eino 527 Rajala Markku 560 Koskinen Jouko	M45 M50 M55	2:48:12 3:00:13 3:25:05 9:13:30
4. Päijät-Hämeen Vet.Urhei	458 Metsälä Ari 497 Ruuskanen Jorma 454 Stenholm Erkki	M45 M45 M45	3:04:38 3:05:13 3:11:34 9:21:25
5. Joutsenon Kullervo	620 Kähärä Arto 610 Miettinen Pentti 482 Hovi Esko	M60 M60 M45	3:17:19 3:50:47 4:01:22 11:09:28

E-KARJALAN PM-MARATON

MIEHET

1. Ilkka Lötjönen	Parikkalan Urheilijat	2:43.15
2. Ari Pousi	Imatran Urheilijat	2:47.24
3. Ilkka Laari	LUM	2:49.00
4. Ismo Hellsten	Imatran Urheilijat	2:49.38
5. Pentti Kuutti	LUM	2:54.42
6. Lauri Jaatinen	Imatran Urheilijat	3:00.29
7. Arto Näsänen	Imatran Urheilijat	3:02.09
8. Kalevi Kallio	Savitaipaleen Urheilijat	3:10.21
9. Juha Kirves	LUM	3:12.29
10. Esko Huttunen	LUM	3:14.10

NAISET

1. Arja Tiilikainen	Ruokolahden Raju	3:23.42
---------------------	------------------	---------

KYMENLAAKSON PM - MARATON

MIEHET

1. Janne Sakkarä	Elimäen Vauhti	2:47.18
2. Olli Koivikko	Elimäen Vauhti	3:03.47
3. Jussi Nurmi	Myllykosken Kilpa-Veikot	3:04.58
4. Tapani Lepistö	Vehkalahden Veikot	3:07.45
5. Jyrki Rikkola	Virolahden Sampo	3:13.03
6. Janne Hiironen	Vehkalahden Veikot	3:22.50

NAISET (ei osanottajia)

LAHDEN PM-MARATON

MIEHET

1. Arto Laaksonen	Lahden Ahkera	2:56.28
2. Pertti Backman	Hartolan Voima	2:59.14
3. Ari Metsälä	Hollolan Urheilijat -46	3:04.38
4. Jorma Ruuskanen	Orimattilan Jymy	3:05.13

NAISET

1. Pirjo Arminen	Orimattilan Jymy	3:21.33
2. Anu Mäenrinne	Heinolan Isku	3:23.46

MIEHET 50 V

1. Savonlinnan Seudun Vet	528 Termonen Pekka 508 Nuopponen Jorma 506 Viuhko Juha	M50 M50 M50	2:45:58 2:47:09 2:57:41 8:30:48
2. Kankaanpään Urheilijat	502 Ojennus Reijo 561 Joutsenlahti Anssi 618 Gustafsson Pertti	M50 M55 M60	2:54:33 3:28:13 3:03:20 9:26:06
3. Lappeenrannan Urheilij	563 Kuutti Pentti 530 Huttunen Esko 510 Kekoniemi Osmo	M55 M50 M50	2:54:42 3:14:10 3:43:57 9:52:49
4. Mäntylahden Veto	513 Rönkkö Veijo 541 Granqvist Mauno 521 Pietikäinen Jouko	M50 M50 M50	3:14:50 3:42:04 4:03:31 11:00:25

MIEHET 55 V

1. Sporttivetaraanit I-joukku	559 Ryhänen Soini 552 Löfman Sampo 575 Tuohimaa Raimo	M55 M55 M55	3:05:15 3:06:28 3:26:24 9:38:07
2. Hämeenlinnan Kisa	571 Viippula Mikko 560 Koskinen Jouko 566 Peltola Eero	M55 M55 M55	3:17:47 3:25:05 3:26:05 10:08:57

MIEHET 60 V

1. Kuopion Seudun Vet.Urh	604 Hartikainen Matti 606 Pirskanen Matti 613 Pirskanen Jaakko	M60 M60 M60	3:29:03 3:49:29 3:51:58 11:10:30
2. Lenkki Boys Pietarsaari	614 Strengell Olof 619 Hongisto Leif 608 Brunell Göran	M60 M60 M60	3:36:17 3:40:46 3:56:58 11:14:01

MIEHET 65 V

1. Häjyt	655 Helimäki Lauri 662 Jylhä Alpo 659 Kataja-Rahko Erkki	M65 M65 M65	3:39:38 3:59:36 4:10:16 11:49:30
----------	--	-------------------	--

MIEHET 70 V

1. Sporttivetaraanit	703 Mäkitalo Veikko 800 Virolainen Aimo 753 Saukkosaari Pentti	M70 M80 M75	3:42:27 4:19:15 5:14:49 13:16:31
----------------------	--	-------------------	--

Kultaa ja hopeaa.
Palkinnoksi saamani
kelloradio edelleen
käytössä (v. 2018).





Marja-Liisa Kirvesniemi sai tuon tuosta jakaa nimikirjoituksia Punkaharjun urheilukentällä. Takavuoden huippunimi kiinnostaa edelleen.

Viime vuoden reittiennätys jäi rikkomatta Toni Paunonen jälleen halkijuoksun ykkönen



Toni Paunonen oli Punkaharjun halkijuoksussa suvereeni. Punksalmen suoralla kilpakumppanit olivat jo jääneet näkymättömiin.

Kolmaskymmenes Punkaharjun halkijuoksu oli Imatran Urheilijoi-
ta edustavan **Toni Paunosen** juh-
laa. Halkijuoksun valtikka tuntuu
nyt siirtyneen nuorempiin käsiin,
sillä Paunonen venytti eroa toisek-
si tulleeeseen **Jukka Tammisuo-**
hon peräti 1.39 minuuttia.

Paunonen sai voitollaan toisen
kiinnityksen kiertopalkintoon. Vi-
imevuotisesta reittiennätyksestään
hän jäi noin minuutin.

– Vastatuuli haittasi menoa pä-
kittäin, mutta vielä enemmän ja-
loissa painoi raskas harjoitteluviik-
ko. Parhaan kunnan löytäminen on
tänä syksynä muutenkin ollut vai-
keampaa, analysoi Paunonen juok-
suaan kisan jälkeen.

Toni Paunonen hakee tällä vii-
kolla terävyyttä ensi viikonvaiht-
teen SM-maastoihin, josta hän ta-
voittelee mitalia.

Yhdeksän kertaa halkijuoksun
voittanut **Jukka Tammisuo** oli lä-
hes yhtä suvereeni kakkonen. Kol-
manneksi tullut Enonkosken Ur-
heilijoiden **Pekka Huuskonen** jäi
Tammisuolle toista minuuttia.
Enonkosken **Sami Huoman** juok-
si neljänneksi.

Aikuisten sarjoissa tälläkäläisistä
juoksijoista kunnostautuivat par-
haiten M50 sarjan voittanut Punka-
harjun Kuntoilijoiden **Pekka Ter-**
monen ja M60 sarjan paras, Vuori-
niemen **Virin Kyösti Löppönen**.

Marja-Liisa kannusti

Juhlajuoksua läsnäolollaan juhli-
santur hiihtosankari **Marja-Liisa**
Kirvesniemi jätti juoksemisen vä-
liin, mutta kannusti tapahtumassa
ihmisiä aktiiviseen liikkumiseen.

– Ihmiset valittavat syksyisin
paljon masennusta, mutta kun sil-
loin ottaa itseään niskasta kiinni ja
lähtee ulos reippailemaan, niin



**Paikallisväriäkin saatiin karkisi-
joille ikämiessarjoissa. Vuorini-
emen Virin Kyösti Löppönen**
kuittasi kuusikymppisten mies-
ten voiton.

kohta on olo ihan toinen, vakuutti
Kirvesniemi.

– Ainahan sitä helposti keksii
kaikenlaisia verukkeita liikunnan
välttämiseksi ja lihasjäykkyyksien
iskiessä on helppo mennä hierojal-
le, mutta kyllä omatoiminen kun-
toilu on hirmu tärkeää ja hyödyttää
paljon enemmän. Eikä kaikkien

tarvitse liikkua kilpailumielessä.

Kirvesniemen oma aika menee
yhä enemmän lasten urheiluharras-
tusten parissa ja harjoitusten vetä-
misessä. Marja-Liisa vetosi erityi-
sesti kannustamaan lapsia liikun-
nan pariin.

JARI SILVENNOINEN

Tulokset:

M yleinen 10 km: 1) Paunonen
Toni Imatran Urh. 30.41, 2) Tam-
misuo Jukka Savonlinnan Riento
32.20, 3) Huuskonen Pekka Enon-
kosken Urh. 33.25, 4) Huoman Sa-
mi Enonkosken Urh. 33.58, 5) Löt-
jönen Pekka Parikkalan Urh. 34.11,
6) Husso Kalle Karttulan Urh.
34.35, 7) Rinkinen Antti EnU
35.08, 8) Kolehmainen Kari Savon-
linnan Viesti 35.15, 9) Tavi Timo
Kesälahden Urh. 36.24, 10) Tiainen
Juho Rantasalmen Urh. 36.25, 11)
Juuti Petri Sln Riento 36.49, 12)
Puurtinen Heikki Sln Jyry 37.10,
13) Hilman Franck Frankfurt 38.08,
14) Jormanainen Kyösti Sln 43.52.

M40 10 km: 1) Kilpeläinen Risto
Leppävirran Urh. 34.46, 2) Lei-
nonen Pertti Kiteen Urh. 35.05, 3)
Suvela Markku Sln 35.11, 4) Kak-
konen Seppo Pyhäselän Urh.
35.39, 5) Pesonen Kosti Kerimäen
Urh. 37.19, 6) Viuhko Juha Sln
Riento 37.26, 7) Stenbeck Jorg Sln
Työv.Urh. 37.38, 8) Sorvali Arto
Simppeleen Urh. 38.17, 9) Kannon-
mäki Esa Punkaharjun Urh. 38.40,
10) Lajunen Markku Sln Viesti
39.36, 11) Janhunen Onni Sln
Työv.Urh. 40.00, 12) Tiainen Ari
Kiteen Urh. 44.09, 13) Uimonen
Markku Parikkalan Urh. 47.14, 14)
Sistonen Esko Sln kesk.

M50 10 km: 1) Termonen Pek-
ka Punkaharjun Kuntoilijat 35.23,
2) Torni Pentti Kiteen Urh. 36.48,
3) Leinonen Matti Kiteen Urh.

38.29, 4) Kiljunen Kari PuU 39.30,
5) Koponen Hannu Kouvola
40.22, 6) Savolainen Oiva Parik-
kalan Urh. 45.28.

M60 10 km: 1) Löppönen Kyö-
sti Vuoriniemen Viri 40.47, 2) Ruha-
nen Tauno Kiuruveden Jänne 44.57,
3) Helppi Aulis Juvan Urh. 45.33,
4) Korhonen Jorma KeU 48.37.

M kuntosarja 10 km: 1) Karja-
lainen Pertti 36.22, 2) Nevakare
Janne KeU 37.13, 3) Turainen
Mika KeU 38.50, 4) Nousiainen
Markku Sln Jyry 39.36, 5) Karvi-
nen Jari JOY 40.30, 6) Summanen
Tarmo Sulkavan Tarmo 40.05, 7)
Sykkö Veikko Pharju 44.09, 8)
Kauppinen Juha Leppävirran Urh.
44.26, 9) Nikkanen Teijo Pharju
45.17, 10) Väitälä Marko Espoo
45.24, 11) Mikkonen Pauli Kiuru-
veden Jänne 47.10, 12) Wiren Arto
Sln Jyry 47.03, 13) Tuomisto Esa
Jokela 48.30, 14) Virta Pentti SU
41 52.54, 15) Ahonen Risto 53.35,
16) Kotiranta Kari Hki 55.29.

N yleinen 10 km: 1) Lappalai-
nen Mirja Tohmajärven Urh.
41.33, 2) Juuti Sari Järvenpää
42.54.

N kuntosarja 10 km: 1) Rämä-
nen Pirjo Ilomantsin Urh. 45.47, 2)
Hemmola Lea PuU 50.41, 3) Lau-
rila Pirjo Sln 50.52, 4) Ahonen
Marjatta 51.25, 5) Kotiranta Heli
Hki 55.29.

P16 4 km: 1) Mäenpää Niko
Varkauden Kenttäveikot 14.18, 2)
Kivipelto Jussi PuU 18.05, 3) Ka-
peri Janne PuU 18.30, 4) Pulkki-
nen Janne PuU 20.29.

P14 4 km: 1) Piirainen Markus
PuU 21.47, 2) Termonen Joni PuU
22.24, 3) Pesonen Mika PuU
23.20.

P12 4 km: 1) Kilpeläinen Riku
Leppävirran Urh. 17.48, 2) Murto
Joones Pharju 18.40, 3) Piirainen
Miika PuU 18.53, 4) Murto Jouni

Pharju 19.09, 5) Kuutti Leopekka
Sln Riento 21.16, 6) Salonen Timo
PuU 23.36.

P10 4 km: 1) Muhonen Nino PuU
21.17, 2) Pitkänen Junnu PuU 22.34,
3) Laamanen Niko Vuoriniemen Vi-
ri 23.32, 4) Muhonen Fenne PuU
23.37, 5) Holopainen Ville KeU
25.07, 6) Pitkänen Vili PuU kesk.

T16 4 km: 1) Savolainen Eija
PuU 26.46.

T14 4 km: 1) Kilpeläinen Riika
Leppävirran Urh. 17.42, 2) Mu-
honen Satu KeU 17.56, 3) Holo-
painen Sanna-Kaisa KeU 18.00, 4)
Häyrinen Kristiina KeU 26.01.

T12 4 km: 1) Häyrinen Marjaa-
na KeU 18.54, 2) Salminen Emmi
Kiteen Urh. 18.59, 3) Otronen San-
na PuU 19.50, 4) Kosonen Ira Sln
Riento 20.16, 5) Tick Jasmin PuU
25.36, 6) Muhonen Nita PuU 27.35.

T10 4 km: 1) Rämänen Emilia
Ilomantsin Urh. 20.18, 2) Valkea-
pää Katja PuU 20.37, 3) Kenttä-
maa Maria PuU 26.13.

Kuntosarja 4 km: 1) Partanen
Ville Hartolan Voima 14.21, 2)
Makkonen Tomi KeU 16.40, 3)
Holopainen Sirpa KeU 17.47, 4)
Heiskanen Jouni Pharju 18.06, 5)
Valkeapää Markku PuU 20.38, 6)
Anttonen Reijo Sln 20.41, 7) Si-
kanen Osmo Pharju 24.01, 8) Mu-
honen Merja PuU 25.20, 9) Pen-
nanen Risto Kiuruveden Jänne
26.00, 10) Termonen Marja-Riitta
PuU 26.47, 11) Sikanen Petri PuU
30.39, 12) Jalvanti Satu PuU
30.46, 13) Miettinen Raimo
VSVU 30.48.

Rullaluistelu
10 km: 1) Tynkkynen Heikki
Sln 27.34.

4 km: 1) Valkeapää Eveliina
16.22, 2) Tynkkynen Jere PuU.

Minihalkijuoksu P7 1 km: 1)
Pusa Samu 6.45, T7: 1) Naukkari-
nen Julia 7.27.

Osmon superissa ennätysosanotto

Markku Valkonen jälleen maratonin nopein

Pieksämäen Lehti 11.10.99

Osmon superhölkkä keräsi sunnuntaina ennätysjoukon juoksijoita. Pelkästään kymppilä, puolikkaalla ja maratonilla oli mukana reilut 300 juoksijaa. Sen päälle tulivat vielä lasten sarjat.

Upea syysää suorastaan hem-

motteli juoksijoita. Happea oli ilmassa, mikä oli hyvä apu juoksussa, eikä kuumuus haitannut.

Maratonille lähti 164 juoksijaa, mikä on yli 30 enemmän kuin viime vuonna.

Huippujuoksijat lisäisivät kilpailua

– Todella hyvä juoksu ja hyvä

reitti, mutta tänne pitäisi saada mukaan huippujuoksijoita, jotta tulisi kilpailua.

– Nämä vaativat tosin porkkanoita tullakseen. Pelkkä lätkä kouraan ei riittä, pohti maratonin pm-voittoon juossut Mikkelin Kilpa-Veikkojen **Markku Valkonen**.

Valkonen voitti maratonin myös viime vuonna.

Nyt aika oli 2.39,01. Parannusta viime vuoteen tuli noin

2,5 minuuttia. Mies oli uudella reittiennätyksellä juoksun selvä ykkönen.

Valkonen kertoi jo tuttuun tapansa harjoituksen jäsenen kovin vähiin.

Tämä oli kesän toinen maraton. Edellinen oli Puumalassa kesällä juostu Siltajuoksu.

Rakoa syntyi toisella lenkillä

Valkonen alkoi jättää muita toisella lenkillä.

Toiseksi pm-maratonilla juoksi Punkaharjun Kuntourheilijoiden **Pekka Termosen**, jonka aika oli 2.46,37.

Parkanon **Ilkka Lötjönen** kiilasi näiden väliin ajalla 2.40,38.

Puolikkaan nopein oli entinen keskimatkojen valtakunnan huippunimi Savonlinnan **Jukka Tammisuo**, 38. Jo jäähdyttelijäksi siirtynyt Tammsuo voitti seuraavaksi tullutta Mikkelin **Lauri Friaria** vajaat neljä minuuttia.

– Minä olen tällainen hie- man kovempi kuntoilija, Tammsuo naureskeli.

Mies valmentaa nykyisin nuoria juoksijoita ja juoksee siinä ohessa itsekin.

Friari tähtää Amsterdamiin

Friari on maratonin Suomen mestari ja olisi voinut juosta kovempaakin, mutta miehen tähtäimessä on Amsterdamsa viikon päästä juostava maraton ja siellä mahdollisimman kova aika.

– Kovin kunto on tähdätty sinne. Tämä oli vain hyvää harjoitusta tässä vaiheessa, Friari haasteli.

Paikallisten jäsentenväliset voitti puolikkaalla odotetusti Kuntokonnien **Kari Köninki**. Karpan aika oli 1.24,32. Aika jäi tosin viime vuodesta lähes viisi minuuttia heikommaksi.

Konnakierroksen voittoa



TUOMO TOPPINEN

Kalevi Saukkonen, vihreäpaitainen etenijä vasemmalla numerolla 261, juoksi Pieksämäellä 700:n maratoninsa.

Markku Valkonen maratonin Etelä-Savon mestariksi

■ MIKKELIN Kilpa-Veikkojen Markku Valkonen voitti ylivoimaiseen tapaan Etelä-Savon maratonin piirinmestaruuden ajalla 2.39,01. Ero toiseksi taivaltaneeseen Punkaharjun Pekka Termoseen repesi yli seitsemään minuuttiin.

Valkonen on kilpaillut niukanlaisesti. Takana hänellä on tältä kesältä vain Puumalan Siltajuoksun puolimaraton.

Puolimaratonin paras oli jo jähdyttelevä, mutta kepeä-askelinen Savonlinnan Jukka Tammisuo ajalla 1.10,57. Mikkelin Lauri Friari jäi lähes neljä minuuttia.

Naisten puolimaratonin paras oli Kuopion Pirjo Kolehmainen. Maratonin joutuisin oli puolestaan Leppävirran Irja Hynynen. Tyttöjen alle 15-vuotiaitten kympin voitti Jäppilän Terttu Lappi.

Vaikka maratonin piirinmestaruutta oli uskaltanut tavoittelemaan vain neljä kilpailijaa, niin muutoin liikuttiin ennätysmäisissä osanottolukemissa.

Osmon Superhölkkän lähtöviivalle jalkansa asetti maraton mielessään 161 osanottajaa. Kaikkiaan eri matkoille osallistui yli 300 kuntoa testannutta kilpaurheilijaa ja lenkkeilijää. (SS)

Savon Sanomat

11.10.99

Maratonin piirinmestaruuden ottanut Markku Valkonen saapumassa maaliin.



puolustanut Timo Pekkala oli toinen jään Koningille pari minuuttia.

ajalla 37.29.

Paikallisista piti maratonilla kovinta kyytiä Salomo Juupaluoma, joka paineli matkan hyvään aikaan 3.16,36.

Maratonin yhteydessä juhlittiin myös Varsinais-Suomen Veteraaniruuhkeijoita edustavaa Kalevi Saukkosta, joka juoksi 700:n maratonin.

Saukkosen aika oli 4.23,31.

Tuomo Toppinen

Aimo Raatikainen juoksi hienosti

Yli 50-vuotiaissa Konniin Aimo Raatikainen juoksi hienosti, aika 1.31,12.

Miesten kymppillä kovinta vauhtia piti Tuiskun Tero Kuha (36.28). Maaveden triathlonisti Jouko Laitinen oli toinen

Markku Valkonen juoksi maratonin pm-kultaa

Tapio Hottli

Mikkelin Kilpa-Veikkojen Markku Valkonen juoksi vattomasti Piesämäellä juostun Etelä-Savon piirin maratonmestari ajalla 2.39,01.

Valkoselle maraton oli tämän vuoden ensimmäinen.

Olen kilpaillut tänä vuonna vain yhden kerran. Osallistuin Puumalan siltajuoksuun. Tämä oli helppo juoksu, vaikka harjoittelua ei takana olekaan kovinkaan paljon. Olisin toivonut, että mukana olisi ollut huippumiehiä, jotta olisi syntynyt kunnan kilpailu. Nähtävästi maamme huiput eivät osallistu tällaisiin kisoihin, joissa ei ole palkintona muuta kuin mitali. Henkilökohtainen maratonennätykseni (2.23,05) on vuodelta -92, totesi Valkonen.

Toiseksi maratonin yleisessä sarjassa sijoittui Parikkalan Urheilijoiden Ilkka Lötjönen (2.40,38) ja kolmanneksi Savonlinnan Viestin Kari Kolehmainen (2.49,27), joka juoksi pm-kisassa pronssille.

Pm-hopeaa nappasi 50-vuotiaiden kilometrinlielajien sarjan voittanut Punkaharjun Kunnan Pekka Termosen (2.46,37).

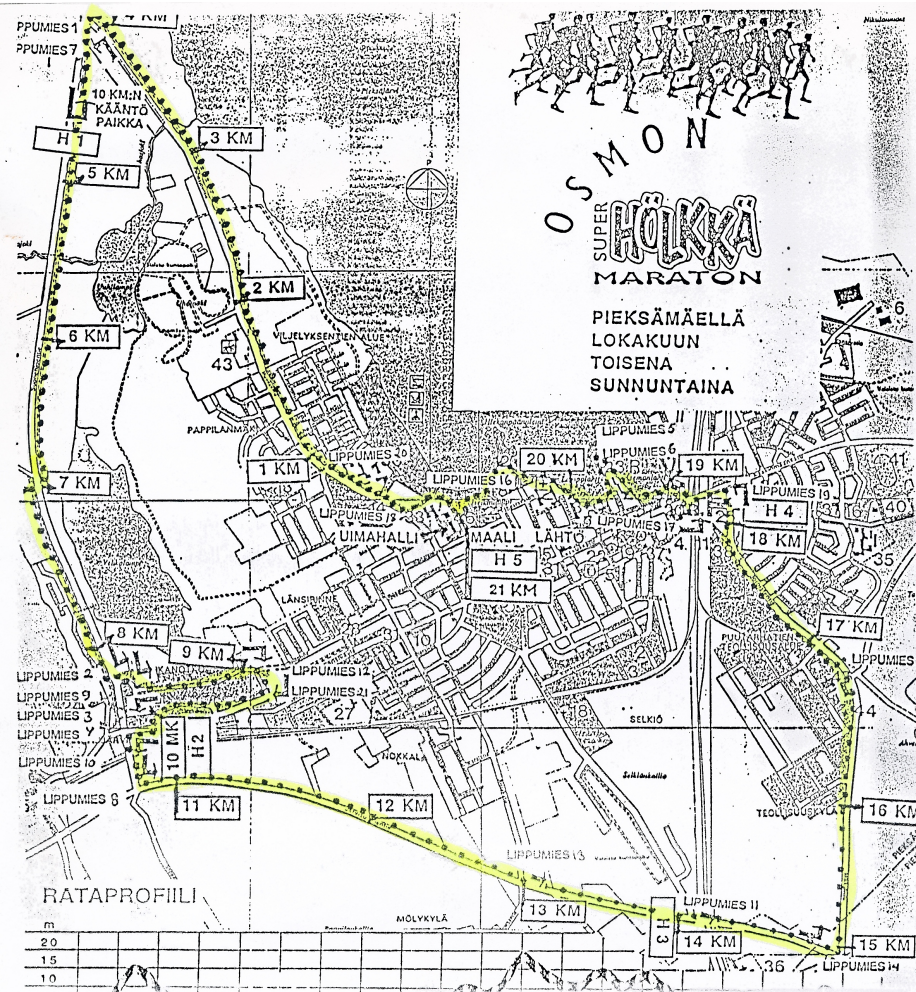
Naisten pm-maratonilla ei mitaleita päästy jakamaan, koska sarjassa ei ollut osanottajia.

Puolimaratonilla nopein oli odotetusti Savonlinnan Rienen Jukka Tammisuo (1.10,57) ennen tämän vuoden SM-maratonin voittanutta Mikkelin Kilpa-Veikkojen Lauri Friaria.

Friari ei osallistunut täydelle matkalle, koska hän keskittyy jo viikon kuluttua juostavalle Amsterdamin maratonille.

Olen jo jättänyt taakseni aktiiviurani. Pidän kuitenkin kuntoa yllä juoksemalla lenkkejä omien valmennettavieni kanssa, kertoi puolimaratonin voittanut Tammisuo.

Piesämäen perinteinen Superhölkkä ja maraton on saavuttanut juoksijoiden keskuudessa suuren suosion. Eilenkin Piesämäen katuja mittaili 300 kilpailijaa.



ITA-SAVO

Maanantai 11.10.1999

OSMON SUPERHÖLKKÄ JA MARATON 10.10.1999

M MARATON				(42,2 km)					
1	48	Valkonen Markku	MiKV ES	2.39.01	5	207	Koso Heikki	Ajanlankos	3.03.29
2	86	Lötjönen Ilkka	ParU	2.40.38	6	205	Ahonen Jouko	LepU	3.03.41
3	50	Kolehmainen Kari	SavVie ES	2.49.27	7	14	Riihola Raimo	Sukeva VHL	3.07.06
4	98	Puustinen Sakari	Heinävesi	2.50.50	8	222	Tuomi Reijo	SaaLa	3.22.10
5	99	Natunen Timo	Varkaus	3.00.27	9	89	Kosonen Hannu	KerKu	3.30.29
6	100	Tiainen Juho	RU	3.00.39	10	15	Saarinen Raimo	Veikkola	3.30.57
7	107	Järveläinen Kaj	MCSAWONSIT	3.08.38	11	60	Peltola Antti	Häijt	3.32.05
8	2	Korpelainen Markku	Kerava VHL	3.21.57	12	211	Tuppurainen Paavo	Rauhal RR	3.33.14
9	51	Marjomäki Timo	Häijt	3.42.23	13	53	Paajanen Veijo	Palokka	3.33.35
10	106	Drake Jari	Viitasaari	3.48.20	14	202	Yijälä Veikko	Häijt	3.34.42
11	97	Koivisti Ali	Tottijärvi	3.51.44	15	201	Sjöblom Jan-Erik	V-S-V_U	3.34.46
12	109	Marin Janne	Töölön Hki	3.55.26	16	219	Koskinen Heikki	Lom	3.35.04
13	105	Viinikanoja Jouko	Enocell	4.04.27	17	61	Volama Mauri	Häijt	3.35.23
14	3	Visti Timo	Kerava VHL	4.34.12	18	217	Hakanen Pertti	Outokumpu	3.41.05
15	47	Juonala Panu		4.47.48	19	72	Saari Paavo	Häijt	3.41.13
	104	Järveläinen Ari-Pekka	SiVe	KESK.	20	11	Saarinen Mikko	Turku VHL	3.45.58
					21	79	Huhtamäki Seppo	Häijt	3.46.55
					22	229	Säilä Olli	Häijt	3.49.17
					23	77	Haapaniemi Heikki	Häijt	3.52.54
					24	220	Pekkinen Terho	Häijt	3.53.44
					25	40	Ryhänen Pentti	Eno	3.55.31
					26	215	Saarikko Jarmo	Varala MC	3.57.15
					27	39	Hautajoki Heimo	Laukaa	4.02.52
					28	90	Pietikäinen Jouko	Häijt	4.04.24
					29	227	Hänninen Pentti	SPORTTIVET	4.04.26
					30	231	Mannsten Hans	HKV	4.07.07
					31	12	Heikkilä Keijo	Turku VHL	4.27.15
					32	226	Kivinen Erkki	OriJYMY	4.47.48
					33	1	Heiskanen Erkki	Heinola	5.23.52
						58	Kankaanpää Jussi	Häijt	KESK.
M40 MARATON				(42,2 km)					
1	232	Kilpeläinen Risto	LepU	2.43.45					
2	44	Poutanen Heino	ONMKY	2.52.09					
3	96	Räsänen Timo	Best-Team	2.57.38					
4	221	Rönkkö Hannu	LepU	2.58.14					
5	216	Pentikäinen Kaarlo	Kurkimäki	3.12.50					
6	36	Juupaluoma Salomo	Pmäki	3.16.36					
7	206	Vänttinen Aulis		3.16.41					
8	34	Vornanen Alpo	IisVi	3.19.41					
9	32	Karinen Osmo	Iisalmi	3.33.36					
10	22	Heinäaho Esko	UurU	3.41.55					
11	224	Puran Ilpo		3.57.58					
12	45	Liesmäki Hannu	Alavus	4.03.05					
13	4	Liukka Jorma	Kerava VHL	4.05.40					
14	42	Laitinen Jouni	Kkonnat	4.17.41					
15	55	Varpuluoma Seppo	Häijt	4.26.37					
M45 MARATON				(42,2 km)					
1	233	Ruotsala Teuvo	VeVe	2.55.24					
2	13	Komulainen Seppo	Sukeva VHL	2.58.34					
3	88	Viuho Juha	SaRi	2.59.14					
4	28	Kannonmäki Esa	PunkUrh ES	3.02.18					
5	26	Kemppi Niilo	HarVo	3.10.44					
6	16	Turunen Veli-Matti	KK-45	3.20.24					
7	212	Jumpainen Aimo	Terässiili	3.20.29					
8	57	Hautala Mauri	Häijt	3.28.10					
9	204	Aali Paavo	Best-team	3.28.20					
10	83	Makkonen Pekka	LipTa	3.28.33					
11	209	Kortesalmi Unto	Alaja	3.38.18					
12	73	Lehtisola Pekka	Häijt	3.58.25					
13	213	Lappalainen Väinä	Iisal Vesa	3.59.15					
14	225	Sundell Kjell	Kokkola	4.13.22					
15	18	Hietaniemi Kari	Kuopio	4.14.21					
M50 MARATON				(42,2 km)					
1	85	Termonen Pekka	PunkahKu	2.46.37					
2	210	Hämäläinen Pentti	LeVi	2.55.45					
3	208	Kovanen Pekka	Le-Pu	2.57.10					
4	230	Nerman Valeri	LipTaimi	3.01.50					
M55 MARATON				(42,2 km)					
1	19	Kilpeläinen Aulis	KyUV	3.05.06					
2	43	Hassinen Risto	OuVe	3.21.47					
3	276	Nykänen Urpo	KusVu	3.24.20					
4	64	Sippola Esko	Häijt	3.25.39					
5	281	Hyytiäinen Esko	HÄJYT	3.28.51					
6	273	Paukkeri Heikki	MCKempele	3.31.44					
7	93	Holappa Jaakko	Kain KÄ	3.37.48					
8	264	Kitunen Matti	SippRa	3.38.02					
9	263	Jääskeläinen Matti	Varala MC	3.41.45					
10	267	Nygård Matti	Häijt	3.47.03					
11	272	Pajula Veijo	Tei Stayer	3.51.34					
	269	Männistö Veikko	KangKi	3.51.34					
13	75	Rauhala Kauko	Häijt	3.53.32					
14	76	Martikkala Ossi	Häijt	3.57.18					
15	35	Mänttari Matti	Tampere	4.20.39					
16	9	Nuutila Matti		4.46.16					
M60 MARATON				(42,2 km)					
1	280	Gustafsson Pertti	PoKu	3.02.05					
2	66	Saha Unto	Häijt	3.27.07					
3	268	Pirskanen Matti	KuSvu	3.48.32					
4	260	Kunttu Reijo	Häijt	4.07.53					
5	271	Vaisto Erkki		4.32.45					
6	65	Kandolin Pekka	Häijt	5.29.31					
M65 MARATON				(42,2 km)					
1	67	Mäenpää Jussi	Häijt	3.36.18					
2	84	Ruhanen Tauno	KiuJä	3.42.10					
3	69	Jylhä Alpo	Häijt	3.48.28					

2	375	Friari Lauri	MikkelinKV	1.14.37
3	362	Kuorikoski Petteri	AlavU	1.30.18
4	360	Kosunen Petri	Ke-Ve	1.33.55
5	358	Holopainen Jari	Best-Team	1.35.27

M35 HÖLKKÄ (21,1 km)

M70 MARATON (42,2 km)

1	278	Kuutti Arvo	ImU	4.06.00
2	37	Heiskanen Seppo	KUSVU	4.31.15

N MARATON (42,2 km)

1	102	Puustinen Eila	JuKu	3.13.14
2	80	Maukonen Sisko	RRR	3.21.28
3	103	Järveläinen Elizabeth	Sisu-veiko	3.31.24
4	108	Koskela Anna-Maija	HäijytVaasa	3.39.05
5	101	Teräväinen Tuuli	Helsinki	3.55.44
6	52	Kahra Paula	Häijyt	4.27.36

N40 MARATON (42,2 km)

1	214	Hynynen Irja	Leppä Urh	3.07.22
2	56	Pirhonen Anna-Leena	Häijt	3.39.06
3	228	Törmä Päivi	HÄYTTVAASA	3.39.44
4	203	Laitakari Erja	Häijt	3.42.54
5	223	Huopalainen Anneli	LappRi	3.56.39
6	82	Hakala Tarja	Vantaa	4.34.31
	81	Hakala Mariatta	Hml	4.34.31

N50 MARATON (42,2 km)

1	74	Koski Riitta	Häijyt	3.58.24
2	62	Volama Marja-Liisa	Häijyt	4.27.36
3	10	Nuutila Liisa		4.46.15

M&N MARATON (42,2 km)

1	266	Hirvonen Mika		2.48.09
2	33	Korpelainen Olli	OuVe	3.07.53
3	94	Pitkänen Antti	Seinäjäjoki	3.18.21
4	277	Turtiainen Mika	KeU	3.33.24
5	31	Miettinen Jari	Best-Team	3.40.53
6	283	Jormanainen Kyösti	Savonlinna	3.45.59
7	279	Keinänen Martti	Kuopio	3.46.26
8	282	Särkkä Matti		3.55.17
9	265	Jääskeläinen Jarmo	Raja OY	3.56.01
10	262	Nurmi Esko	Pöytyän Ur	4.06.56
11	27	Ikäheimo Jari	Stamina TC	4.14.20
12	261	Saukkonen Kalevi	V-S VU	4.23.31
13	23	Hyttinen Tarmo		4.32.32
14	5	Lassila Mikko	Helsinki	4.49.31
15	274	Pöntynen Teuvo		4.51.42
	275	Sireni Veikko		4.51.42
	87	Laitsaari Matti	Mikkeli	KESK.

M HÖLKKÄ (21,1 km)

1	328	Tammisuo Jukka	SaRi	1.10.57
---	-----	----------------	------	---------

1	314	Kemppainen Juha	MäntsUrh	1.15.13
2	367	Rantanen Raimo	MuurUrh	1.15.40
3	379	Marjosalmi Jouko	JuvU	1.15.55
4	353	Kauppinen Hannu	LepU	1.17.26
5	317	Manninen Ilkka	Kkonnat	1.18.06
6	325	Suvela Markku		1.18.17
7	368	Lazarev Vladimir	Petroskoi	1.20.36
8	389	Kähkölä Juha	Teivo	1.20.56
9	340	Kotkavirta Jussi	VKuohu	1.21.48
10	311	Kilpinen Ari	Häjyt	1.23.12
11	312	Luoma Hannu	K-PaU	1.23.19
12	326	Karjalainen Pertti		1.23.23
13	373	Kotijärvi Ismo	RRR	1.23.47
14	376	Närhi Pekka	Hanka	1.24.20
15	377	Köninki Kari	KuntoKonna	1.24.32
16	352	Taipale Timo	Kuohu	1.25.13
17	361	Kailajärvi Arto	AlavU	1.30.17
18	319	Kotijärvi Antero	Sähköpari	1.30.23
19	344	Riikonen Pekka	NyNa	1.39.13
20	321	Rytkönen Tuomo	Kkonnat	1.41.24
21	382	Väätäinen Veijo	ToiU	1.45.02
22	332	Uimonen Markku	ParU	1.49.40
23	322	Kovanen Pasi	Kuntokonn	1.57.25

M50 HÖLKKÄ (21,1 km)

1	327	Nuopponen Jorma	SLN riento	1.18.13
2	350	Kuutti Pentti	LUM	1.21.38
3	303	Lehtinen Teuvo	Orimattila	1.23.05
4	343	Kilpi Kauko	SavU	1.28.45
5	388	Issakainen Pertti	KalvU	1.28.55
6	354	Kosunen Pertti	JorSPklubi	1.31.08
7	309	Raatikainen Aimo	Kkonnat	1.31.12
8	386	Immonen Pekka	Tuusniemi	1.31.47
9	310	Siltanen Matti	Kuntokonna	1.34.26
10	305	Pesonen Veijo	JLK	1.35.08
11	381	Räsänen Erkki	KULS	1.35.20
12	324	Siponen Erkki	KuSvu	1.37.23
13	330	Savolainen Oiva	ParikkUrh	1.39.09
14	336	Keltamäki Aulis	Vimpeli	1.39.14
15	369	Gustavsen Hans	SaSu	1.49.04

M60 HÖLKKÄ (21,1 km)

1	347	Löppönen Kyösti	VuoVi	1.30.43
2	370	Pylvänäinen Martti		1.38.00
3	339	Kujala Arvo	JKuohu	1.41.24
4	331	Pirskanen Jaakko	KuSvu	1.46.13
5	371	Miettinen Aapo	KuLS	1.46.25
6	351	Korhonen Niilo	LepU	1.48.35
7	374	Känninen Lauri	KuntoKonna	1.53.11

N HÖLKKÄ (21.1 km)

1	335	Kolehmainen Pirjo	Kuopio	1.29.32
2	320	Väänänen Maria-Leena	LepU	1.37.34

JAIKO, JKL	1.39.00
SIVE	1.39.17
	1.40.32
LipTai	1.40.32
Homenokat	1.41.08
T88lönHiki	1.41.23
Pmäki	1.57.45
Tuusula	2.00.20
Kerava VHL	2.04.18
Kerava VHL	2.05.03

M&N HÖLKKÄ (21,1 km)

JuUrh	1.21.22
Mäntyharju	1.21.35
Sähköpari	1.26.11
TUISKU	1.31.16
	1.32.19
PieLa	1.33.55
JorSPklubi	1.35.21
ST Telhimo	1.36.21
LukkoSavo	1.39.54
	1.42.42
KiuJä	1.42.54
	1.43.08
Kkonnat	1.43.50
Kkonnat	1.43.50
	1.44.27
VRSähkö	1.48.17
Hanko	1.53.16
	1.57.55
KickbocVar	2.02.11
KIUJä	2.03.34
	2.05.37
KUNTOKONNA	2.27.23
Kkonnat	2.35.26
Kkonnat	2.35.26
Best-Team	2.40.27

M KYPPI (10 km)

MiHIIH	32.10
SiVe	33.20
ViU	34.32
RiiKV	37.03
SulTa	41.22
SU-41	52.32
Pieksämäki	53.58

M15 KYPPI (10 km)

PIVE-98	37.53
Jäu	38.31
SUOLAH URH	40.14
PIVE-98	45.01
PIVE-98	45.23
PIVE-98	51.56
HÄJYT	53.19
PIVE-98	53.27

M19 KYPPI (10 km)

VarK-V	36.12
--------	-------

Viita Vies	38.41
PIVE-98	39.52
	43.23
Suolah URH	45.47
HAHU	48.54

N KYPPI (10 km)

TohmU	40.30
LeppViri	40.50
Mikkeli	42.21
JäU	42.38
Säynätsalo	43.37
Jyväskylä	44.25
LEPPU	50.15

N15 KYMPPI (10 km)

JäpUrh	42.10
PIVE-98	44.46
Maavesi	46.08
SUOLAH URH	46.11
LepU	48.21
Suolah URH	51.38
SuolUr	54.50

N19 KYPPI (10 km)

SUOLAH URH	48.36
Vanaja	1.05.03

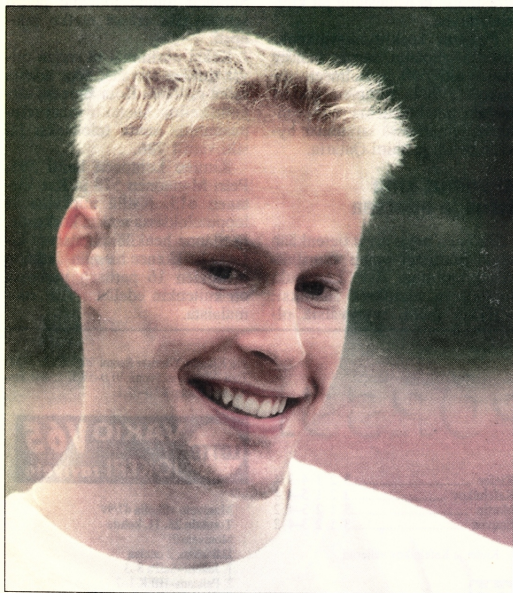
M&N KYMPPI (10 km)

TUISKU	36.28
Maavesi	37.58
SUOLA URHO	38.48
JoeY	41.07
Mikkeli	42.31
Ahlstrom	43.26
PIVE-98	43.46
	44.02
Kaip Vire	44.33
JURho	45.46
ViU	45.57
HÄJYT	48.13
KuSVU	51.24
KiiSa	51.45
KiiSa	51.45
SaSu	52.37
SaRa	54.55
	56.24
PIVE 98	1.00.10
KiiSa	1.00.26
KiiSa	1.00.27
PuU	1.01.22
Vanaja	1.05.07
Kiu Jä	1.12.55
	1.34.00

TYTÖT 6v (0,7 km)

Suolahden Urho	2.57
----------------	------

Henri Kokkonen tilastoykkönen neljässä lajissa



Kari Ikonen

Etelä-Savon yleisurheilussa ei miesten tasolla ole aikoihin näkynyt tason leveyttä. Mutta kärki on aina ollut terävä muutaman urheilijan ansiosta.

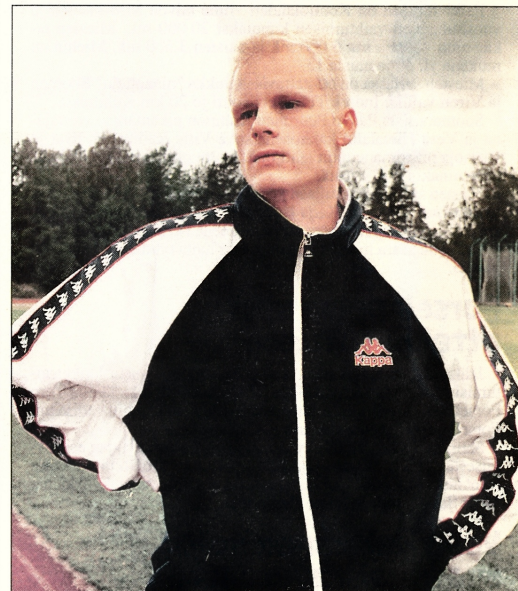
Kesä 1999 nosti Etelä-Savossa parrasvaloihin Savonlinnan Jyryä edustava kymmenottelija Henri Kokkonen. Kokkonen otte- luennätys 7759 on tilaston helmiä. Tulevaisuutta tilastomiehistä edustaa myös Kangasniemen Kalseken kuulamörssäri Tapa Reinikainen, jonka Kalevan kisoissa Seinäjoella syntynyt ennätys 19.53 on taulukkojen perusteella kesän paras Etelä-Savossa. Niin Reinikainen kuin Kokkonenkin pääsevät tuloksillaan Suomen Urheiluliiton luokittelussa mestariluokkaan. Kyseisissä lajeissa ylimmän luokan eli suurmestariluokan tulosrajat ovat 19.80 ja 8100.

Yleisurheilu on puhdasta tulosurheilua, ainakin näin tilastojen valossa tarkasteltaessa. Oheinen alueen miesten tilastokärki ei anna aihetta hurraamiseen muutamia poikkeuksia lukuun ottamatta. Olennaista on, että A-luokan tulosraja jäi saavuttamatta 14 henkilökohtaisen lajin kärkinimeltä.

Savonlinnalaisittain kesän tulosanti oli Kokkonen ja korkeushyppääjä Ville Vepsäläisen varassa. Eikä muita juuri näy. Enonkosken kaksikymppinen Sami Huoman kulkee kestävyysjuoksijan pitkän pitkää matkaa tuloksiin.

Henri Kokkonen

Ville Vepsäläinen



Etelä-Savon Yleisurheilun tilastot 1999

(tuulos, tuuli, syntymävuosi)

Miehet:

100 m (A luokan rajatulos 10,90)

10,71+0,4 Ari Pakarinen 68 MU-50
10,92+1,4 Pekka Halme 73 MiKV
11,15-0,9 Tero Koikkalainen 78 MiKV
11,23+0,0 Henri Kokkonen 78 SaJa
11,25-0,4 Ari Kauppinen 80 HaukivKi
11,39+1,9 Olli Lähteenmäki 81 MiKV
11,44-2,1 Jarmo Lantinen 80 MU-50
11,47,0 Juha-Pekka Manninen 78 MiKV
11,48+0,9 Teemu Nikkonen 80 MiKV
11,58-0,2 Mikko Jaakonsaari 80 KuvansKu

200 m (22,15)

21,23+1,2 Ari Pakarinen 68 MU-50
22,17+1,8 Ari Kauppinen 80 HaukivKi
22,52-0,6 Tero Koikkalainen 78 MiKV
22,61-0,6 Henri Kokkonen 78 SaJa
22,89+1,0 Juha-Pekka Manninen 78 MiKV
23,30+1,8 Petri Saarinen 78 MiKV
23,43-0,6 Olli Lähteenmäki 81 MiKV
23,66-0,6 Heikki Sorvali 79 HaukivKi
23,96+1,0 Mikko Jaakonsaari 80 KuvansKu
24,01+1,9 Jukka Manninen 76 MiKV

400 m (49,50)

47,86 Ari Pakarinen 68 MU-50
48,87 Ari Kauppinen 80 HaukivKi
49,60 Tero Koikkalainen 78 MiKV
50,06 Henri Kokkonen 78 SaJa
50,60 Juha-Pekka Manninen 78 MiKV
51,26 Petri Saarinen 78 MiKV
51,93 Jukka Manninen 76 MiKV
53,2 Riku Hämmäläinen 80 MiKV
53,64 Jarmo Lantinen 80 MU-50
54,48 Ville Järvinen 82 MiKV

800 m (1,49,00)

1,58,29 Jukka Manninen 76 MiKV
1,58,46 Jukka Tammissuo 61 SaRi
2,00,47 Sami Huoman 79 EnU
2,01,40 Jarkko Kovanen 78 KalvU
2,05,35 Vesa Tiihonen 80 MiKV
2,06,20 Juha-Pekka Manninen 78 MiKV
2,06,41 Antti Miettinen 83 JäppU

2,08,7 Henri Manninen 85 Kalske
2,09,62 Pekko Sohlman 81 MU-50
2,09,90 Arttu Hänninen 81 MiKV

1 500 m (3,53,00)

3,56,42 Jukka Tammissuo 61 SaRi
3,56,44 Kari Hämmäläinen 69 KalvU
3,59,36 Sami Huoman 79 EnU
4,09,83 Marko Pekurinen 75 KalvU
4,11,51 Jarkko Kovanen 78 KalvU
4,19,3 Aki Laitinen 79 KalvU
4,24,50 Antti Miettinen 83 JäppU
4,25,04 Vesa Tiihonen 80 MiKV
4,27,7 Jari Turunen JuvU
4,28,7 Ari Pakomaa RU

3 000 m (8,30)

8,43,05 Jukka Tammissuo 61 SaRi
8,56,58 Sami Huoman 79 EnU
8,59,71 Jarkko Kovanen 78 KalvU
9,20,91 Juha Hytönen 68 MiKV
9,29,61 Hannu Lappi 83 JäppU
9,48,2 Pekko Sohlman 81 MU-50
9,57,03 Ilkka Malinen 52 MiKV
10,35,0 Petri Juuti SaRi
11,13,50 Niko Hynninen 83 JäppU
11,17,0 Markku Lajunen 52 SaViesti

5 000 m (14,40)

14,40,19 Jukka Tammissuo 61 SaRi
15,14,20 Marko Seppä 67 KalvU
15,15,48 Jarkko Kovanen 78 KalvU
15,15,63 Sami Huoman 79 EnU
15,46,92 Jukka Salo 77 MiKV
15,49,04 Vesa Tiihonen 80 MiKV
16,03,0 Hannu Lappi 83 JäppU
16,23,81 Juha Hytönen 68 MiKV
16,58,8 Antti Miettinen 83 JäppU
17,07,19 Pekko Sohlman 81 MU-50

10 000 m (30,30)

32,15,6 Jukka Tammissuo 61 SaRi
32,53,1 Lauri Friari 66 MiKV
33,20,0 Juha Hytönen 68 MiKV
33,32,6 Sami Huoman 79 EnU
34,48,5 Teemu Tuhkhalainen 72 MiKV
36,43,5 Jari Turunen JuvU

Puolimaraton 21 097,5 m (1,10,40)

1,08,23 Lauri Friari 66 MiKV
1,10,57 Jukka Tammissuo 61 SaRi
1,17,43 Hannu Kokki 52 KeU
1,18,06 Ilkka Manninen M-40 MiKV

1,18,13 Jorma Nuopponen M-50 SaRi
1,18,17 Markku Suvela M-40 Savonlinna
1,19,10 Arto Rundgren Mikkeli
1,20,42 Jussi Lehtinen RU
1,22,03 Juh Tiiainen RU
1,23,08 Seppo Mylly 49 RU

Maraton 42 195 m (2,30,40)

2,22,18 Lauri Friari 66 MiKV
2,39,01 Markku Valkonen 57 MiKV
2,45,58 Pekka Tervonen 49 PunU
2,47,09 Jorma Nuopponen 48 SaRi
2,49,27 Kari Kolehmainen SaViesti
2,57,41 Juha Viuhio M-40 SaRi
2,58,51 Markku Suvela M-40 Savonlinna
2,59,01 Janne Pulkkinen Mikkeli
2,59,28 Lasse Hämmäläinen M-45 JuvU
3,00,39 Juh Tiiainen RU

110 m aidat 106,7 cm (15,20)

14,83+1,1 Henri Kokkonen 78 SaJa
16,68+1,4 Riku Hämmäläinen 80 MiKV
19,42-0,6 Juha Heinonen 79 MiKV
19,43-0,6 Juha-Pekka Manninen 78 MiKV

400 m aidat 91,4 cm (55,40)

55,70 Riku Hämmäläinen 80 MiKV
56,41 Petri Saarinen 78 MiKV
58,05 Juha-Pekka Manninen 78 MiKV

3000 m esteet (9,20)

10,47,60 Antti Nisonen 76 MiKV
13,06,44 Santeri Kenttä 63 SaRi

Korkeus (204)

217 Ville Vepsäläinen 76 SaRi
203 Henri Kokkonen 78 SaJa
186 Olli Lähteenmäki 81 MiKV
185 Pekka Ikonen 81 MU-50
180 Esa Mikkonen 73 RiU
175 Tuomas Laitinen 81 Kalske
175 Heikki Pulkkinen 82 SaJa
171 Juha Heinonen 79 MiKV
170 Esa Haapaniemi 62 Kalske
168 Erno Jussila 73 MiKV

Selvä (485)

460 Henri Kokkonen 78 SaJa
380 Keijo Pulliainen 69 MiKV
320 Anssi Tarkkainen 84 Pive-98
320 Jarmo Lantinen 80 MU-50
300 Reijo Erkkilä 62 Kalske
270 Olli Miettinen 83 MiKV

270 Juha-Pekka Manninen 78 MiKV
265 Perttu Noponen 84 RiU
260 Juha Heinonen 79 MiKV
250 Teemu Nikkonen 80 MiKV

Pituus (705)

7,49+1,4 Henri Kokkonen 78 SaJa
6,93+1,6 Olli Lähteenmäki 81 MiKV
6,75+1,6 Teemu Nikkonen 80 MiKV
6,60+1,8 Juha Heinonen 79 MiKV
6,50+0,9 Sami Laukkanen 77 SaJa
6,46+0,0 Ari Kauppinen 80 HaukivKi
6,37+0,9 Jarmo Lantinen 80 MU-50
6,24+0,9 Juha-Pekka Manninen 78 MiKV
6,21+1,4 Mika Vasara 83 Pive-98
6,08+0,4 Riku Hämmäläinen 80 MiKV

Kolmiloikka (14,70)

13,51+0,8 Juha Heinonen 79 MiKV
13,51+1,1 Olli Lähteenmäki 81 MiKV
13,40+1,6 Riku Hämmäläinen 80 MiKV
12,37+2,0 Teemu Nikkonen 80 MiKV
12,30+1,7 Pekko Sohlman 81 MU-50
12,15-0,2 Marko Laukkari 83 Pive-98
11,70+1,9 Reijo Pynnönen 48 Kalske
11,56+1,1 Jonni Hakkinen 85 Pive-98
10,74-0,5 Perttu Noponen 84 RiU
10,30+0,9 Joonas Jantti 82 SaRi

Kuula 7,26 kg (15,90)

19,53 Tapa Reinikainen 76 Kalske
14,08 Henri Kokkonen 78 SaJa
13,06 Veini Holopainen 54 Kalske
13,02 Jari Luukkainen 68 MiKV
11,94 Jukka Selin 61 Kalske
11,61 Marko Puntanen 68 MiKV
11,32 Terho Björinen 71 HiU
11,22 Erno Jussila 73 MiKV
8,99 Juha Heinonen 79 MiKV
8,48 Juha-Pekka Manninen 78 MiKV

Kiekko 2 kg (51,50)

50,18 Tapa Reinikainen 76 Kalske
44,07 Veini Holopainen 54 Kalske
42,83 Marko Puntanen 68 MiKV
41,29 Henri Kokkonen 78 SaJa
38,24 Hannu Hökkänen 64 Kalske
37,69 Jukka Selin 61 Kalske
37,11 Terho Björinen 71 HiU
34,80 Teijo Pynnönen 52 Kalske
34,16 Markku Rautasalo M-45 Kalske
32,49 Jari Luukkainen 68 MiKV

Moukari 7,26 kg (57,00)

48,88 Terho Björinen 71 HiU
44,32 Hannu Hökkänen 64 Kalske
40,93 Masa Kuitunen 80 Kalske
34,58 Jukka Selin 61 Kalske
33,29 Teijo Pynnönen 52 Kalske
32,68 Veini Holopainen 54 Kalske
29,03 Toivo Kopakkala M-50 Kalske
28,58 Kalevi Partti M-50 Kalske
20,62 Arto Manninen Kalske

Keihäs 800 gr (72,00)

75,76 Vesa Jäppinen 78 Pive-98
63,48 Hannu Holopainen 56 Kalske
58,44 Henri Kokkonen 78 SaJa
57,68 Jari Luukkainen 68 MiKV
55,03 Jukka Selin 61 Kalske
53,87 Niko Ahokas 81 PunU
52,65 Terho Björinen 71 HiU
51,36 Juha Hämmäläinen 81 Mäntyharju
50,71 Risto Pekkanen RiU
49,69 Markku Rautasalo M-45 Kalske

10-ottelu (6300)

7,759 Henri Kokkonen 78 SaJa
4,956 Juha-Pekka Manninen 78 MiKV
4,185 Juha Heinonen 79 MiKV
3,772 Erno Jussila 73 MiKV

3 000 m kävely

15,26,40 Keijo Pulliainen M-45 Kalske
17,06,15 Heikki Linna M-65 Kalske
18,09,55 Veikko Haverinen M-55 Kalske
18,22,10 Soim Ryhänen M-55 MiKV
18,25,98 Arvi Haverinen M-60 Kalske

5 000 m kävely (23,30)

29,00,26 Heikki Linna M-65 Kalske
31,15,84 Veikko Haverinen M-55 Kalske
52,45,76 Keijo Pulliainen M-45 Kalske
67,06,49 Veikko Haverinen M-55 Kalske

4x100 m

43,42 MiKV Petri Saarinen, Pekka Halme, Juha-Pekka Manninen, Tero Koikkalainen
44,32 MiKV M-19 Kotka 10,7 Teemu Nikkonen, Olli Lähteenmäki, Ville Järvinen, Riku Hämmäläinen
45,15 Haukivuoren Kisailijat M Heikki Härkönen, Jukka Kauppinen, Ari Kauppinen, Heikki Sorvali

48,50 MiKV II Erik Toivanen, Jukka Manninen, Jorma Manninen, Ilari Orava
49,68 Pive-98 M-17 Mika Vasara, Marko Laukkari, Janne Kantanen, Veli-Matti Penttinen
51,94 MiKV M-17 Matti Teittinen, Olli Miettinen, Jukka Arola, Arttu Muinonen
52,14 Kalske P-15 Tommi Kuvaja, Topi Laitinen, Henri Manninen, Mika Ukkonen
52,28 HiU P-15 Kaj-Mikael Rekilä, Juha-Pekka Ollikainen, Erik Väisänen, Janne Valentin
52,62 Kalske M-45 Heikki Kolari, Raimo Pynnönen, Toivo Kopakkala, Markku Rautasalo
52,96 Kalske M-17 Jukka-Pekka Tantt, Topi Laitinen, Tommi Kuvaja, Mika Ukkonen

4x400 m

3,21,27 MiKV M Jukka Manninen, Tero Koikkalainen, Petri Saarinen, Juha-Pekka Manninen
3,32,64 MiKV M Juha Heinonen, Petri Saarinen, Markku Manninen, Tero Koikkalainen
3,39,28 HaukivKi M Jukka Kauppinen, Heikki Sorvali, Teemu Hukkanen, Ari Kauppinen
3,43,15 MiKV M-19 Olli Lähteenmäki, Ilari Orava, Teemu Nikkonen, Riku Hämmäläinen
4,16,82 Kalske M-45 Raimo Pynnönen, Heikki Kolari, Toivo Kopakkala, Markku Rautasalo

4x800 m

8,18,21 MiKV I Juha Hytönen, Lauri Friari, Jukka Manninen, Juha-Pekka Manninen
8,18,99 KalvU II Kari Hämmäläinen, Jarkko Kovanen, Markku Kolehmainen, Marko Pekurinen
9,25,34 MiKV M-19 Riku Hämmäläinen, Olli Lähteenmäki, Arttu Hämmäläinen, Vesa Tiihonen
9,30,55 MiKV II Juha Heinonen, Ilari Orava, Petri Saarinen, Mikko Laiho
9,30,99 JäppU M-17 Toni Lintu, Hannu Lappi, Toni Heiskanen, Antti Miettinen
9,39,11 KalvU II Janne Partanen, Hannu Jääskeläinen, Ismo Kantanen, Juha Vartiainen
10,20,57 MiKV M-17 Olli Miettinen, Jukka Arola, Arttu Muinonen, Matti Teittinen

4x1500 m

16,24,10 KalvU Marko Pekurinen, Kari Hämmäläinen, Jarkko Kovanen, Marko Seppi
17,19,37 MiKV I Vesa Tiihonen, Jukka Salo, Juha Hytönen, Lauri Friari
18,16,57 MiKV II Antti Nisonen, Arttu Hämmäläinen, Ilkka Manninen, Jaakko Leppänen

Maratontilastossa käytetyt

erityismerkinnät:

*** = tulos on saavutettu reitillä, jota ei ole virallisesti mitattu.**

v = väliaika

() = tulos on merkitty sulkuihin silloin, kun ajanotto tai muut järjestelyt maratonilla ovat poikenneet olennaisesti tavanomaisesta eivätkä ole olleet tilastoinnin kannalta luotettavia.

2.17.45	Mattila Pasi 70	TuUL	M	Amsterdam	17.10.
2.20.40	Kalermo Timo-Pekka 66	KannUra	M	Hampuri	25.4.
2.27.45		Venetsia			24.10.
2.20.47	Hautala Ville 68	LahdA	M	Wien	30.5.
2.20.55	Pesonen Yrjö 64	LiperTa	M35	Venetsia	24.10.
2.22.29		Praha			23.5.
2.21.29	Kuusinen Petri 68	TeivSt	M	Praha	23.5.
2.22.21	Hänninen Harri 63	PakilVi	M35	Helsinki	14.8.
2.23.40	Vaittinen Marko 70	ForssSa	M	Berliini	26.9.
2.28.46		Rovaniemi			22.5.
2.24.24	Kero Jaakko 72	TuUL	M	Firenze	28.11.
2.26.42	Hyytiäinen Arto 63	ViipU	M35	Helsinki	14.8.
2.30.07		Vaasa			4.9.
2.26.57	Friari Lauri 66	MikkKV	M	Rovaniemi	22.5.
2.28.38		Amsterdam			17.10.
2.27.15	Ahola Asmo 64	PakilVi	M35	Rovaniemi	22.5.
2.27.33	Jaakkola Jari 66	MaarMa	M	Firenze	28.11.
2.28.37	Keihänen Wille 74	RCTaw	M	Rovaniemi	22.5.
2.29.14	Raaska Esa 72	YpäjY	M	Rovaniemi	22.5.
2.29.14	Rantakari Pekka 68	HelsKV	M	Helsinki	14.8.
2.29.53		Rotterdam			18.4.
2.29.35*	Luoto Mika 73	TuUL	M	Maarianhmn	24.10.
2.31.23	Laine Jyrki 67	ViipU	M	Berliini	26.9.
2.40.43		Helsinki			14.8.
2.44.58		Rovaniemi			22.5.
2.52.05		Forssa			19.6.
2.32.24	Mäkinen Santtu 70	TeivSt	M	Kittilä	11.9.
2.32.38*	Haj Atef 66	Kemi/ISR	M	Oulu	29.5.
2.35.32*		Kokkola			28.8.
2.37.26		Vantaa			3.10.
2.43.47		Helsinki			14.8.
2.52.18		PdCarmen			5.12.
(3.24.14)		Tampere			25.7.
2.32.39	Seppälä Jari 69	KeravU	M	Berliini	26.9.
2.42.22		Rovaniemi			22.5.
2.32.58	Pylvänäinen Pertti 62	PakilVi	M35	Berliini	26.9.
2.33.02*	Pakaslaitti Kari 66	OulNMKY	M	Oulu	29.5.
2.34.29	Kirjala Juha 65	SeinU/KK-T	M	Helsinki	14.8.
2.39.27		PdCarmen			5.12.
2.40.34		Tukholma			12.6.
2.41.19		Vantaa			3.10.
2.34.34	Jeremejeff Pasi 68	TervolTe	M	Kittilä	11.9.
2.35.00	Lehtinen Pasi 70	TeivSt	M	Helsinki	14.8.
2.35.01		Rovaniemi			22.5.
2.35.05	Järvinen Arto 68	ForssSa	M	Berliini	26.9.
2.39.02		Forssa			19.6.
2.36.01	Klemets Peter 53	IFFemman	M45	Gasteshead	8.8.
2.36.10	Zacheus Tuomas 74	TurWe	M	Rovaniemi	22.5.
2.36.39	Raittila Anssi 76	SeinU	M	Berliini	26.9.
2.36.44	Kurvinen Esa 60	OulNMKY	M35	Kittilä	11.9.
2.36.48	Mannermaa Harri 59	KU-58	M40	Vantaa	3.10.

2.39.24	Rouvali Esa 69	TaivassTa	M	Hämlinna	17.7.
2.39.44	Anttila Kari 54	RiihimKV	M45	Joutseno	18.9.
51.					
2.39.46*	Kettunen Paavo 45	KajaanKu	M50	Oulu	29.5.
2.41.46		Helsinki			14.8.
2.42.01		Budapest			3.10.
2.42.17*		Kalajoki			10.7.
2.39.48	Sieppi Erkki 59	RovRDS	M40	Kittilä	11.9.
2.40.58		Rovaniemi			22.5.
2.39.57	Hyvärinen Vesa 60	TeivSt	M35	Joutseno	18.9.
2.42.17*		Oulu			29.5.
2.39.58*	Vähäkangas Keijo	YlivKu	M40	Oulu	29.5.
2.42.11*		Haapajärvi			23.10.
2.40.22	Leppänen Ari-P 73	LappUM	M	Dublin	25.10.
2.40.38*	Lotjonen Ilkka 65	ParikkU	M	Pieksämäki	10.10.
2.43.15		Joutseno			18.9.
2.49.18		Helsinki			14.8.
2.40.50	Vuorimaa Timo 55	LahdA	M40	Berliini	26.9.
2.40.55	Reunanen Marko 71	LauttPy	M	Tukholma	12.6.
2.41.25		Berliini			26.9.
2.41.21	Kauppinen Päivi 73	KU-58	N	Tukholma	12.6.
2.41.28	Vähä-Vahe Pekka 62	MaarMa	M35	Helsinki	14.8.
2.42.05	Hyppölä Tero	KarjTri	M	Joutseno	18.9.
2.42.12*	Lamu Sulo 56	ToholU	M40	Kokkola	28.8.
2.42.13*		Haapajärvi			23.10.
2.42.16	Kilpeläinen Risto	LeppävU	M45	Joutseno	18.9.
2.43.45*		Pieksämäki			10.10.
2.44.01		Helsinki			14.8.
2.46.05*		Varpjarvi			2.7.
2.50.40		Vammala			6.11.
2.42.37	Aarrekangas Ari 60	KirkkonVU	M35	Huittinen	11.9.
2.43.06		Forssa			19.6.
2.44.21		Kokemäki			31.7.
2.45.51		PdCarmen			5.12.
2.45.57*		Tuusula			24.4.
2.47.04*		Pihtipudas			17.7.
3.01.26v*		Vla 64km			8.5. (4.33.01)
2.42.57	Kangasvieri Kari 63	ToholU	M35	Frankfurt	31.10.
2.44.09		Rovaniemi			22.5.
2.46.35		Helsinki			14.8.
2.43.26	Lilleberg Esko 55	HaparIF	M40	Vindeln	31.7.
2.43.34	Marjosalmi Jouko 58	JuuanU	M40	Joutseno	18.9.
2.45.48		Outokumpu			17.7.
2.43.40	Puustinen Sakari 68	HeinäVYU	M	Tukholma	12.6.
2.48.40*		Varpjarvi			2.7.
2.50.50*		Pieksämäki			10.10.
2.54.54		Helsinki			14.8.
2.58.03*		Kuopio			4.9.
3.14.28*		Kuopio			6.12.
3.27.49		Joutseno			18.9.
2.43.48	Kärkkäinen Reino 61	TurWe	M35	Berliini	26.9.
2.43.49	Kujala Jarmo 59	AhtVa	M40	PdCarmen	5.12.
2.44.08	Savola Raimo 66	KuopSV	M	Joutseno	18.9.
2.44.20	Kuusisto Merja 68	LaihLu	N	Tukholma	12.6.
2.44.21	Järveläinen Ari-P 63	KuopSV	M35	Joutseno	18.9.
2.46.08		Tukholma			12.6.
2.44.21*	Kaartinen Markku	PernU	M	Ahtari	29.5.
2.44.26	Taipale Veikko 58	PietHi	M40	Umeå	16.10.
2.44.31*	Miljuhin Juri	OutV/RUS	M	Pyhäselkä	25.9.
2.51.55		Outokumpu			17.7.
2.44.33	Ahonen Tuomo	Keuruu	M35	Joutseno	18.9.
3.41.42v		Tku 100km			29.5. (9.32.31)
2.44.42	Mikkonen Jorma 56	OulNMKY	M40	Kempele	28.8.
2.44.53	Honkanen Sauli 66	RovRDS	M	Kempele	28.8.
2.44.57*	Tervola Toivo 57	OulNMKY	M40	Oulu	29.5.

2.37.23	Helsinki	14.8.
2.40.27	Tukholma	12.6.
2.37.09	Salmi Raimo 64	TeivSt M35 Joutseno 18.9.
2.39.40	Rovaniemi	22.5.
2.41.30	Merikarvia	3.7.
2.42.22	Tampere	25.7.
2.37.22	Aarnisalo Simo-P 63	HämiTa M35 Joutseno 18.9.
2.37.22*	Tyni Kalervo 54	TaivaalkKu M45 Oulu 29.5.
2.37.35*	Storvall Stefan 61	IFÄsarna M35 Ptrsaari 23.7.
2.38.11*	Kokkola	28.8.
2.41.54*	Kruunupyy	19.9.
2.42.42	Merikarvia	3.7.
2.37.39	Mustonen Martti 55	RänäsIF M40 Tukholma 12.6.
2.40.23	Vindeln	31.7.
2.37.50	Nurmi Jussi 75	NakkVire M Helsinki 14.8.
2.38.05*	Erkinheimo Jaakko 67	Helsinki M Ähtäri 29.5.
2.38.08	Halonen Sulo 57	JuuanU M40 Joutseno 18.9.
2.45.18	Outokumpu	17.7.
2.38.25	Laukkanen Kimmo	KuopRi M40 Joutseno 18.9.
2.38.41	Kuopus Arto 64	PudasjU M35 Kittilä 11.9.
2.38.45*	Nousiainen Juha 65	KouvPo M Kuopio 4.9.
2.47.44	Turku	4.7.
2.38.47	Panttila Tuomo 51	KauhajKa M45 Joutseno 18.9.
2.38.53	Laitinen Risto 48	RaahV/SV M50 Joutseno 18.9.
2.45.52	Rovaniemi	22.5.
2.39.01*	Valkonen Markku 57	MikkKV M40 Pieksämäki 10.10.
2.39.04	Mäkitalo Tommi	Saksa M Frankfurt 31.10.
2.39.05	Kotomäki Simo 52	IsojU M45 Joutseno 18.9.
2.52.07	Forssa	19.6.
2.39.15	Niemi Reijo 62	PakilVi M35 Vantaa 3.10.
3.03.10	Helsinki	14.8.

2.45.01	Manninen Raimo 62	KeravU M35 Berliini 26.9.
2.45.04	Heinola Esko 63	ÄhtVa M35 Joutseno 18.9.
2.46.51*	Ähtäri	29.5.
2.45.07	Sjöblom Klaus 55	LovT/SpoV M40 Joutseno 18.9.
2.45.12*	Anttila Jouni	TeivSt M Haapajärvi 23.10.
2.45.12*	Tuuttila Pauli	NurmJy M40 Haapajärvi 23.10.
2.45.23	Leppämäki Marko 71	TampU-38 M Vaasa 4.9.
2.45.28	Kemppainen Juha	MäntsU M35 Joutseno 18.9.
2.45.29*	Ihalainen Aulis 58	IisVi M40 Iisalmi 16.5.
2.45.33	Saarinen Kai 63	Helsinki M35 Vantaa 3.10.
2.45.45	Helsinki	14.8.
2.59.30	Längelmäki	22.5.
2.45.40*	Portin Kaj 67	IFFemman M Ptrsaari 23.7.
2.45.46	Honkola Ahti 57	SoinSi M40 Vaasa 4.9.
2.46.01	Umeå	16.10.
2.58.18*	Kuopio	6.12.
2.45.48*	Byggmästar Hans 62	IFDrott M35 Kruunupyy 19.9.
2.53.21*	Ptrsaari	23.7.
2.45.50*	Härmälä Stefan 74	PedPojk M Ptrsaari 23.7.
2.46.28	Rovaniemi	22.5.
2.49.40	Toholampi	20.3.
2.45.51	Torrkulla Magnus 76	IFDrott M Turku 4.7.
2.45.58	Termonen Pekka 49	PunkahKu M50 Joutseno 18.9.
2.46.37*	Pieksämäki	10.10.
3.26.37v	Tku 100km	29.5. (8.27.40)
2.46.05	Mällinen Petri 67	OulNMKY M Helsinki 14.8.
2.46.07	Ala-Riihimäki Ari 62	IlmKi/Häj M35 Tukholma 12.6.
2.50.54	Vaasa	4.9.
2.46.13	Halkivaha Erkki 53	OripVe M45 Pöytyä 25.4.
2.49.55	Eura	15.5.
2.54.14	Kokemäki	31.7.

Ikäsarjojen parhaat

M40

2.36.48	Mannermaa Harri
2.37.39	Mustonen Martti
2.38.08	Halonen Sulo
2.38.25	Laukkanen Kimmo
2.39.01*	Valkonen Markku
2.39.48	Sieppi Erkki
2.39.58*	Vähäkangas Keijo
2.40.50	Vuorimaa Timo
2.42.12*	Lamu Sulo
2.43.26	Lilleberg Esko
2.43.34	Marjosalmi Jouko
2.43.49	Kujala Jarmo
2.44.26	Taipale Veikko
2.44.42	Mikkonen Jorma
2.44.57*	Tervola Toivo
2.45.07	Sjöblom Klaus
2.45.12*	Tuuttila Pauli
2.45.29*	Ihalainen Aulis
2.45.46	Honkola Ahti
2.46.44	Parnetti Roy
2.47.02*	Kuusisaari Kaj
2.47.24	Pousi Ari
2.48.41*	Varjo Markku
2.48.59*	Vepsäläinen Pentti
2.49.15*	Salminen Risto H
2.50.33	Virta Markku
2.51.10	Mikkonen Juha
2.51.19	Latvala Jari
2.51.26	Halonen Tuomo
2.51.33	Turunen Juha
2.52.03*	Järvinen Ensio
2.52.08	Rahikka Hannu
2.52.09*	Poutanen Heino
2.52.19	Rintamäki Antti
2.52.27*	Hastbacka Hans
2.52.52	Tschernov Vladimir
2.53.41	Suoverinaho Reijo
2.53.54	Ojala Mauri
2.53.54	Uusimäki Asko
2.54.12	Tyni Auno
2.55.12*	Honkanen Jorma
2.55.47	Eklund Håkan
2.55.56*	Morsky Jorma
2.56.13*	Väisänen Veikko
2.56.51	Välilä Harri
2.57.19*	Mäkelä Kauko
2.57.20	Ristimäki Asko
2.57.21	Issakainen Jukka
2.57.22*	Luotola Tapani
2.57.23	Syrjälä Ilkka
2.57.31	Mantere Markku
2.57.38*	Räsänen Timo
2.57.40	Aikäs Hannu
2.57.44	Mantere Timo
2.57.58	Yrjönen Timo
2.58.04	Rönkkö Hannu
2.58.14*	Suokas Markku
2.58.21	Vainio Ahti
2.58.26	Luhatala Eero
2.58.28	Mäkeläinen Matti

M50

2.38.53	Laitinen Risto (1)
2.39.46*	Kettunen Paavo
2.45.58	Termonen Pekka
2.47.09	Nuopponen Jorma
2.48.49	Winter Gunnar
2.49.30	Kuivisto Arto (1)
2.51.41	Tainioki Taavi
2.51.42*	Viitasaari Jussi
2.51.45	Saastamoinen Risto
2.51.48	Rouhiainen Jaakko
2.52.13*	Tamminen Sakari
2.52.17	Blomgren Karl-Erik
2.52.45	Ollintervo Lauri
2.53.32	Metsälä Leo
2.54.07*	Winter Tage
2.54.18	Hämäläinen Pentti
2.54.33	Ojennus Reijo
2.55.27	Kuningas Kauko
2.55.53	Harjuma Seppo
2.56.42	Nousiainen Veijo
2.57.10*	Kovanen Pekka
2.57.26	Alamaunu Kauko
2.57.41	Viuho Juha
2.58.49	Riihola Raimo
2.59.03*	Lindholm Erik (1)
2.59.07*	Koso Heikki
3.00.13	Rajala Markku
3.00.35*	Valkky Seppo
3.01.56	Järvinen Mikko
3.02.42*	Lehtinen Teuvo (1)

3.14.16 Koski Ossi

M55

2.54.42	Hämäläinen Eino
2.54.42	Kuutti Pentti
2.59.02	Nerman Valeri
3.01.29*	Huttunen Esko (1)
3.01.33	Heikkilä Jouko (1)
3.02.33	Myllys Seppo
3.03.16*	Blom Gösta
3.03.51	Tunturi Markku
3.05.06*	Kilpeläinen Aulis
3.05.15	Ryhänen Soini
3.06.28	Löfman Sampo
3.07.44	Takanen Ilpo
3.08.09*	Haarala Vesa
3.08.52	Hassinen Risto
3.09.04	Kiviniemi Lauri (1)
3.10.05*	Koskinen Jouko
3.10.22	Meronen Kyösti
3.12.26	Heikkinen Jaakko
3.13.05	Lepola Martti
3.14.57	Pesonen Veijo
3.16.12	Hotanen Martti
3.16.56	Mattila Heimo
3.17.04	Korhonen Osmo (1)
3.17.30*	Niskanen Jorma
3.17.47	Vilppula Mikko
3.18.27	Rojola Mauri
3.18.35	Haapsaari Jorma
3.19.14	Joutila Veikko
3.19.52	Ranta Kari
3.20.09	Salomaa Esko
3.20.59	Joutsenlahti Anssi
3.23.55	Fält Eero
3.24.09	Hirvonen Ahti
3.24.19*	Vilhunen Timo
3.24.20*	Nykanen Urpo
3.24.53*	Hollanti Mauno
3.24.57	Karo Pentti
3.25.00	Ikonen Kauko
3.25.00	Nuutila Matti
3.25.07*	Kosonen Taisto
3.25.39*	Sippola Esko
3.26.05	Peltola Eero
3.26.20	Paukkeri Heikki
3.26.24	Tuohimaa Raimo
3.26.47	Marjomaa Taavi
3.27.40	Rytölä Matti
3.28.36	Tolonen Lasse
3.28.39*	Harjula Jorma
3.28.51*	Hyytiäinen Esko
3.29.24*	Raatikainen Aimo
3.30.12	Sirilä Antti
3.30.32	Malinen Martti
3.30.46	Öljymäki Mauri
3.31.01*	Viitainen Jukka
3.31.17	Päkkilä Lauri
3.31.44	Savolainen Oiva
3.31.55	Grönholm Kaarlo
3.32.39*	Wassborn Bertil
3.32.55*	Viljakainen Kauko
3.33.19*	Fagerlund Caj

M45

2.36.01	Klemets Peter
2.37.22*	Tyni Kalervo
2.38.47	Panttila Tuomo
2.39.05	Kotomäki Simo
2.39.44	Anttila Kari
2.42.16	Kilpeläinen Risto
2.46.13	Halkivaha Erkki
2.48.02	Leinonen Veijo
2.48.08	Kauppinen Hannu
2.48.12	Kulmala Eino
2.48.21	Salminen Pekka
2.49.00	Laari Ilkka
2.49.59	Anttila Matti
2.50.08	Aho-Mantila Aki
2.50.42	Kotkavirta Jussi
2.50.47*	Juuma Teuvo
2.50.51*	Pehkonen Pauli
2.51.51	Kontio Erkki
2.52.09*	Ravall Boes
2.52.24	Suhonen Markku
2.52.43	Lavonen Matti
2.53.16	Simanainen Raimo
2.53.45*	Eriksson Sven
2.53.47*	Komulainen Seppo
2.53.55*	Päällyssaho Eero
2.54.00	Elovaara Harri
2.54.08	Pokkinen Hannu
2.54.12	Parviainen Hannu
2.54.13	Hänninen Markku (1)

M50 jatkoa

3.03.26	Arjanko Matti
3.03.41*	Ahonen Jouko
3.04.30	Ritala Jorma
3.05.30*	Repo Oiva
3.06.15*	Laakso Olavi
3.06.40	Rissanen Paavo
3.06.58	Lähde Teuvo
3.07.40*	Kiljunen Kari
3.07.40	Sjöblom Jan-Erik
3.07.47	Vaalamo Ari
3.08.42	Peltokorpi Pekka
3.09.04	Moilanen Martti (1)
3.09.07*	Jalkanen Pentti
3.09.08	Sääksjärvi Alpo
3.11.26	Ryyppö Leo
3.11.33*	Leinonen Matti
3.11.43	Mäkinen Arto (1)
3.11.53	Tikka Kari
3.12.02	Kokko Paavo
3.12.13	Harrila Jouko
3.12.18	Mäkelä Kai
3.12.20*	Naumanen Keijo
3.12.37*	Lappalainen Hannu
3.13.04*	Teirikko Matti
3.13.04*	Koponen Hannu (2)
3.13.43	Kankaanpää Jussi
3.13.49	Malinen Keijo
3.14.10	Huttunen Esko (2)
3.14.14	Kurkinen Jouko

M60

3.02.05*	Gustafsson Pentti
3.07.33*	Nyman Stig
3.10.21	Kallio Kalevi
3.11.38	Segaro Lapiso
3.13.26	Heinilä Venni
3.15.00	Vilkman Juhani
3.17.19	Kähärä Arto
3.18.27	Janhunen Veli
3.20.10	Löppönen Kyösti
3.23.14	Leppälähti Toivo
3.23.58	Parviainen Antero
3.25.24*	Kortell Leif
3.26.32*	Lundström Karl-Johan
3.27.07*	Saha Unto (1)
3.27.35	Juntunen Allan
3.29.03	Hartikainen Matti
3.29.55	Ihonen Tapio
3.30.18	Laurila Toivo
3.30.54	Mäkelä Jari
3.31.35	Laakola Antti
3.32.00	Pasanen Kaarlo
3.32.44	Myllykoski Kalle
3.34.24	Becker Eric
3.34.58*	Kylmäaho Toivo
3.35.02	Öling Gösta
3.35.14	Kortell Leif
3.36.17	Strengell Olof

Juoksee susien kanssa

Mitä hölkkävän ihmisen kehossa tapahtuu? Psykiatri Pekka Roponen epäilee, että urbaani nykyihminen juoksee, koska hän perimältään on vieläkin susien maailmaa ja villi-ihmisen sukua.

Susi on laiska eläin. Se ei turhaan juoksentele. Kyläisenä ja turvassa se korkeintaan vähän kisailee. Silloin sen elimistö on palannut vaaran ja stressin tilasta takaisin tyneen tasapainoon. Tässä suhteessa susi ei tippaakaan muistuta pururataa kiertävää ihmistä. Suden juoksulla on aina tarkoituksensa: pako tai taistelu. Psykiatri Pekka Roposen susipuheet tulevat kiusallisesti mieleen, kun pururadan kilometrit tahtuvat.

Olenko kyllästynyt nykyihmisen hakemassa taistele tai pakene -kokemusta? Onko tämä sudenjuoksuni kymmenien vuosien vuosien perinnettä?

– Niin voi sanoa. Juokseminen on äärimmäinen stressitilanne, joka purkaa nykyihmisen kestostressiä, Roponen sanoo.

– Ennen ihmisen elämä ei ollut tasaista puurtamista kellon mukaan kuten nykyisin. Se oli tempoilevaa työntekoa ainakin lauman metsästäville jäsenille. Stressitutkijoiden mukaan stres-

sireaktion perimmäinen tarkoitus on juuri taistelu tai pako.

PALUU SUSIEN SUKUUN

Mutta mitä minussa oikein tapahtuu, kun muutama kilometri pururadalla on tahtunut? Olenko palannut susien sukuun? Ilmeiset asiat voi havaita itsekin. Pulssi kiihtyy, hengitys syvenee. Veri kohisee korvissa. Hikirauhaset avautuvat.

Silti syvemmät reaktioiden eivät paljoa poikkea sudenjuoksusta tai alkuihmisen taistelusta: kun susi tekee sitä mikä suden luontoon kuuluu, sen elimistössä tapahtuu dramaattisia muutoksia.

Vaaran hetkellä **sympaattisen hermosto** aktivoituu. Pupillit laajenevat, jotta näkökyky parane. Sydämen toiminta ja verenkierto kiihtyvät, jotta hapetta ja ravintoa riittää taistelutilanteeseen. Pintaverenkierto supistuu, jotta verta vuotaisi taistelussa vähän. Ruuansulatus lamaantuu. Kortisoniryhmän hormoneja erittyy vereen, jolloin verensokeri sekä veren rasva-

suolapitoisuus nousevat. Näin suorituskykyä saadaan tilapäisesti lisää.

Tositistelussa myös vastustuskyky heikkenee tilapäisesti. Elimistön voimia ei silloin ole varaa tuhata heinänuhaan.

Minun vastustuskykyäni tuskin lenkillä heikkenee, mutta muuten myös omassa elimistössäni tapahtuvat nuo samat reaktiot kuin sudessakin.

GEENIEN HITAUTS

Roponen, jota evoluutiopsykiatria viehättää, arvelee että juoksuni luonne on paljolti sama kuin sudella tai alkuihmislä, vaikka minun ei enää tarvitsekaan juosta ruoan perässä.

Mutta enhän minä lenkillä ollessani taistele enkä pakene?

– Et, mutta tilanteesi muistuttaa suden tai kivikauden ihmisen tilannetta. Otat itsestäsi tilapäisesti kaiken irti.

Ihmisen historiasta suurin osa on kivikautta, ja siitäkin iso osa jääkautta. Roponen arvelee, että geneettisesti me emme ole vielä muuttuneet nykyihmisiksi.

– Ihmiselle sopisi yhä metsästäjän tai vaikka maanviljelijän elämäntapa, jossa keskitytään hetkellisiin, rajuihin työsuorituksiin ja sitten ollaan jouten.

Mutta nykyihminen elää jatkuvasti taistele tai pakene-tilanteessa, jossa hän ei kuitenkaan voi purkaa stressiään fyysisesti.

ONKO JUOKSU AIVOTYÖTÄ?

Roposen teoria ihmisen vuosituhansista on kiehtova ja hauska, mutta sitä voi myös epäillä. Roposellekin se on vain yksi mahdollinen tapa hahmottaa ihmisen osaa.

Eikö oma sudenjuoksuni Tampereen Kaupin metsässä kerro, että ihminen sentään voi jotenkin oppia elämään maailmassa, jossa ei tarvitse koko ajan juosta pakoon lihansyöjäläimiä ja saalistaa ruohonsyöjiä?

Juuri siitä Pekka Roponenkin lopulta todistaa kertoessaan, mitä minussa itse asiassa tapahtuu juostessani.

Vanha vitsi väittää, että mitä pidempi matka, sitä tyhmempi

jätää. Asia ei kuitenkaan ole ihan niin yksinkertainen. Juoksu on nimittäin aivotyötä: joidenkin mittausten mukaan aivojen verenkierto vilkastuu urheillessa jopa 30 prosenttia.

Roponen hiukan epäilee tämän vilkastumisen merkitystä:

– Ihmisen verenkierto on järjestelmä, jossa aivojen hapensaanti turvataan aina ensisijaisesti. Tuskin siihen ulkoisesti voi kovin paljon vaikuttaa.

Urheilulääketieteelliset tekstit toteavat usein, että asiaa ei vielä tunneta, mutta eläinkokeet antavat aihetta uskoa... Muun muassa ne antavat aiheen uskoa, että säännöllinen liikuntaharrastus parantaa muistia ja oppimiskykyä, kun aivojen hyvinvointi kasvaa.

Ei tunnu epämiellyttävältä uskoa viisastuvansa pururadalla. Pekka Roponen kuitenkin antaa ajatukseen tietyn karvaan maun. Viisastuminen johtuukin ehkä vain masennuksen heikkenemisestä ja **hormonitoiminnan paranemisesta**.

Juokseminen nimittäin on omalaatuisia aivojen ja lihasten yhteistyötä, jossa keskeinen osa on juuri hormonitoiminnalla. Tasaisesti ja pitkään juostessa alkaa aivoista erittyä **endorfiineja**, jotka aiheuttavat ns. juoksijan pilven. Tämä humala on hyvinkin verrattavissa muihin syviin nautinnon lajeihin. Kohtuulenkkeilyn uskotaan kohottavan myös aivojen **serotoninitasoa**, ja sehän on sama aivojen välittäjäaine, jota säädellään ns. onnellisuuspillereillä.

Roposen mielestä juoksemisessa on kuitenkin tärkeintä, että se avaa lukkiutuneet hormoniradat. Lukkiutuminen tarkoittaa, että ihmistä vaivaa jatkuva stressi, masennus, pelko ja ahdistus. Hänen hormonijärjestelmänsä on pysyvästi lukossa.

– Pelko on sympaattisen hermoston ylitoimintaa. Masennus on sitä, että akku tyhjenee. Siihen tulee lyhytsulku. Masentuneella stressisysteemi juuttuu päälle.

Aivojen hypothalamus säätelee muun muassa nälän ja lem-

HYPNOOSI SIVISTÄÄ

Pekka Roponen on niitä psykiatreja, jotka ovat perehtyneet myös hypnoosiin. Samantapaiseen ilmiöön on perehtynyt jokainen lenkkeilijä. Pitkä, tasainen jolkotus tuo lopulta omalaatuisen, sisäänpäin kääntyneen olon, jossa ulkomaailma katoaa. Jotkut puhuvat **meditatiivisesta hölkkästä**.

– Ilmiö johtuu osittain endorfiinien vapautumisesta aivoissa. Tämä on niitä miellyttäviä stressimekanismeja.

– Psykologit puhuvat orientaatiorefleksistä: valvetilassa ihminen tarkkailee jatkuvasti ympäristöään. Tarkkailua voidaan heikentää hypnoosilla ja ilmeisesti myös urheilusuorituksella.

– Orientaatiorefleksiä saadaan vaimennettua, kun ärsykkeet ovat mahdollisimman vakaat. Siksi meditatiivinen kokemus syntyy, kun juostaan tasaisella tahtia.

Meditatiivista hölkkää voi pitää **alitajunnan vapauttajana**. Mielen tyhjetessä ja lihasjännitysten lauetessa myös sisäiset konfliktit helpottuvat. Sekin voi merkitä sivistyneen ihmisen kas-

vua, mutta Roponen heittää mukaan monimielisen kommentin:

– Miksi ihmisellä on alitajunta? Mitä hyötyä siitä on ollut evoluutiossa?

– Ilmeisesti mittelit, joilla ihmiset ratkaisevat arvojärjestyksensä, ovat pikemminkin henkisiä kuin ruumiillisia. Eli kenen kantti kestää kauemmin ja kumpi luovuttaa ensin.

– Koska ihminen on uskottavimmillaan silloin, kun hän pettää jopa itseään, alitajunta on hyvin tarkoituksenmukainen. Sen maton alle voi lakaista vastargumentit. Itsepetoksesta on siis ihmiselle hyötyä.

SIVISTYNYT SUSI

Pururadan perämutkassa voi myös miettiä, mitä ärsykeitä ihmisruumis lopulta tarvitsee. Nykymaailma on lastattu ärsykeillä, mitä Roposen mukaan voisi kutsua yhdeksi aivopesun muodoksi. Ja siihen meditatiivinen hölkkä on sovelias lääke.

Toinenkaan ääripää ei silti ole suositeltava:

– Ihminen ei kestä pysyvästi ympäristöä, jossa ärsykkeet ovat vakio. Silloin syntyy **delirium** eli sama houretilla kuin liiasta viinasta. Aivot ikään kuin alkavat itse tuottaa ärsykeitä, kun niitä ei tule aistien kautta.

– Asiakkaanani on nykyisin myös tietokonefrikkejä. He voivat olla hyvin älykkäitä ihmisiä, mutta jotkut elävät vain internetin maailmassa ja ovat sosiaalisesti aika kyvyttömiä. Ei sekään niin onnellista ole.

Ehkä lenkkeilyksi naamioitu taistelu ja meditaatio metsässä onkin sopivampi reaktio nykyi-
kaan kuin elämä tietokoneverkon virtuaalitodellisuudessa. Siinä on ikään kuin jotakin sivistyneen suden kokemuksista. □

*Kirjallisuutta:
Liikuntalääketiede (toim. Ilkka Vuori ja Simo Taimela). Kehon rakenne, toiminta ja lihaskuulo (toim. Ahonen, Lahtinen ym.).*

men tunteita. Se tuottaa erästä hormonia, joka taas vaikuttaa aivolisäkkeeseen. Se taas tuottaa ACTH-hormonia, joka vaikuttaa lisämunuaiseen. Ja lisämunuaisesta lopulta erittyvät kortisoniryhmän hormonit.

– Tämä on se monimutkainen vuorovaikutusjärjestelmä, jonka toiminnan pitäisi varmistaa, että stressitila kytkeyty tarpeen mukaan päälle ja päältä pois. ACTH, joka piiskaa lisämunuaisen kuorikerrosta, on koholla stressitilassa, ja sen seurauksena myös kortisoni, Roponen kuvaa.

Kun virkistyn ja vilkastun juostessani, se johtuu siis muustakin kuin lihasten notkistumisesta ja verenkierron elpymisestä. Hormonien hyrräys saa maailman näyttämään valoisammalta.

– Liikkuessaan ihminen purkaa stressiä muualta elimistöstä, eli kun sokeria ja rasvaa on vapautettu vereen, sitä poltetaan pois, Roponen lisää.