

” Silloin sattuu, jos ajaa omia taitojansa kovempaa

JUHO SIIPIÄ



Maailmancupin kisoja kiertävän Orimattilalaisen Markus Olkkosen harjoitteluolosuhteet paranevat merkittävästi Messilään avattavan Bike Parkin myötä.

ALAMÄKIPYÖRÄILIJÄT miehittävät Messilän

Tulevana kesänä rinteitä mennään hissillä ylös ja tullaan pyörällä alas.

Alamäkipyöräilyä on harrastettu hyvän aikaa Lahden seudulla. Hurjapäät ovat lasketelleet pyörän selässä ahkerasti Messilän, Ankkurin ja Teivaanmäen rinteitä pitkin. Olot kuitenkin muuttuvat tänä kesänä, kun Messilän hissit avautuvat alamäkipyöräilijöiden käyttöön. Enää ajajan ei tarvitse taluttaa pyöräänsä hartiaivoimin mäen huipulle.

Yhteistyö alamäkipyöräilijöiden ja hiihtokeskuksen välillä on pyörinyt suunnitelmassa jo pitkään.

– Alamäkipyöräily on sen verran uusi laji, että sen tukemiseen on ehkä vaikea lähteä mukaan, pohtii Retkikunta Messilä Racing ry:n (RMR) puheenjohtaja **Juho Sipilä**.

RMR ja Messilä pääsivät yhteisymmärrykseen ratajärjestelyistä viime syksynä. Rinnepäällikkö **Sami Mattiniemi** kertoo, että lajin kysynnän kasvu ja RMR:n selkeä liiketoimintasuunnitelma ratkaisivat yhteistyökuviot.

– Alamäkipyöräily myös vahvistaa Messilän kesätoimintaa, Mattiniemi kertoo.

Ratojen rakentajat

Alamäkipyöräilyradat rakennetaan maas-

FAKTA

- Alamäkipyöräily (eng. DH, Down Hill) on maastopyöräilyn vauhdikkain ja näyttävin alalaji.
- Messilä Bike Park avataan 13.6.
- Avoimna viikonloppuisin kello 11–17
- Päivälippu 15 e
- Messilä DH -kisa 22.8.

toon talkoovoimin. RMR:n puuhämiehet avaavat ensin metsään siimaleikkurilla pyörälle sopivan aukon, minkä jälkeen rata tasoitetaan mönkijän avulla.

Ratoja tehdään ennen avajaisia todennäköisesti neljä tai viisi. Tilaa rinteissä olisi useammallekin reitille.

– Mieluummin tehdään vähemmän ratoja, mutta huolella, Sipilä toteaa.

Radan on oltava kunnossa, sillä ajajat tulevat alas kovaa vauhtia, jopa 50 kilometrin tuntivauhtia Suomen oloissa.

Kisat ovat lajin ydin

Vauhtia riittää alamäkipyöräilykisoissa. Kilpailijat laskevat kisaradan kahteen kertaan ja nopeimman ajan saanut voittaa kisan.

Viime vuonna Messilässä ajettiin Killer-DH-kisat, ja samantapainen pyöritys on tiedossa tänä vuonna. Tapahtuma on kesän kohokohta Messilän Bike Parkille.

– Kisoihin odotamme suurta yleisöä, mutta muuten kävijämääräodotukset ovat

maltilliset, Mattiniemi kertoo.

Kotimaissa kisoissa laatu on korkealla, sillä suomalaisten ajajien vauhti hipoo maailmanluokan tasoa.

– Edellisissä maailman cup -kisoissa suomalaisia ajajia oli mukana neljä, ja **Markus Olkkonen** selvitti tiensä finaaliin asti, Sipilä kertoo.

Nappulat pyörän selkään

Aktiiviharrastajia Lahden seudulla on kymmenkunta.

– Olisi tärkeää saada nuoria mukaan remmiin. Täytyy aloittaa nappulana, jos haluaa menestyä kisoissa. Nuorimmat kisaajat ovat noin kymmenvuotiaita, Sipilä sanoo.

Vanhempien ei ole syytä huolestua, vaikka perheen nuorimmat hyppäisivät pyörän selkään. Laji on turvallinen jos muistaa pitää pään kylmänä ja kypärän päässä.

– Turvallisuus on omasta itsestään kiinni. Silloin sattuu, jos ajaa omia taitojansa kovempaa, kolhulta säästynyt Sipilä kertoo.

Kypärä on pakollinen varuste myös Messilän radoilla ja muut suojaruusteet suositeltavia. Kunnollisten varusteiden kera kuka vaan pääsee ajamaan radoille, joita on niin aloittelijalle kuin kokeneelle ajajalle.

– Kisarataan on vaikea, sillä siihen on panostettu paljon. Aloittelijalle on taas tarjolla helpompia vaihtoehtoja, Sipilä kuvaili.

Heta Hassinen

Uutuuskirja

Tilaa nyt

Keskikeho kuntoon

25 € + postikulut

Jumppapallo on tehokas ja monipuolinen treeniväline. Keskivartalon lihakset vahvistuvat ja koordinaatio sekä tasapaino paranevat.

Kirjan 169 liikettä harjoitusohjelmineen tekevät jumppapallotreenistä monipuolisemman. Kirjan avulla voit harjoitella pallolla tehokkaasti ja turvallisesti.

Kirjan ovat kirjoittaneet Riku Aalto ja Heli Kykyri. Kustantaja SUL Julkaisut Oy.

Tilaukset:
toimitus@kuntolehti.com,
puh. 040 502 2786

www.kuntolehti.com



Tonttila-Salilla

Yleisölle ilmainen!

OMAT TANSSIT

to 11.6.2009 - **Tanssikatselmus**
klo 16.00 10-20 vuotiaalle

Omat tanssit –tapahtumasta parhaimmat esitykset pääsevät syksyllä järjestettävään nuorille suunnattuun konserttiin **Don't Tell Mama**.

Esityksistä saa kirjallisen palautteen ja esitykset arvioidaan ei iän vaan harrastusvuosien mukaan.

Omat tanssit –tapahtumaan osallistuvien esitysten osallistumismaksu: 5 €/tanssija tai 20 €/ryhmä.
Tuo itse tehdyt esitykset näytille!

Katselmusta ennen tiiviskursseja:
Klo 9.30-12.30 Don't Tell Mama (showtanssi) k-15
Klo 12.30-15.00 Nykyjazz k-12
Tiiviskurssien hinnat 12€/kurssi

Lisätietoja: www.tonttila-sali.com tai 050 919 4952

Latinotunnit KESÄLLÄ

Pikkuveskulla alkaen ti 2.6.

Tiistai	18 - 19	LatinoMix soolo
	19 - 20	Reggaeton soolo
Keskiviikko	18 - 19	LatinoMix soolo
	19 - 20	PariSalsa alkeet
	20 - 21	PariSalsaMix vapaa tyyli
Torstai	18 - 19	Salsaton soolo
	19 - 20	Reggaeton soolo
Sunnuntai	16 - 17	PariSalsa alkeet
	17 - 18	PariSalsa jatko
	18 - 19	Pari Merengue/Bachata/alkeet
	19 - 20	ParisalsaMix vapaa tyyli

Reggaeton • Bachaton • Merengueton • Salsaton
PariSalsaMix • PariMerengue • PariBachata

Lisätietoja:
www.domingo.suntuubi.com

Tervetuloa!