Suomen Pöytätennisliitto ry • sptl.fi 4-2021

Pöytätennis

Finlandia Open - viimeistä kertaa?

SIVUT 4-6

ITTF sai uuden puheenjohtajan

SIVU 9

Hyvää pingisvuotta 2022

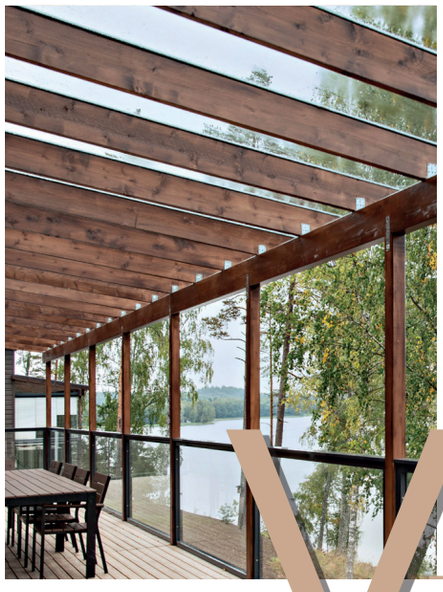
Pöytätenniksen MM-kisat

SIVUT 7-8

Paran vuosi 2021

SIVU 25

kisakallio



Villa-kokoukset

Yli 120 000 asiakasta yli 50 maasta valitsee Kisakallion vuosittain.

Tarjoamme erinomaiset puitteet niin sporttiin kuin yritysten strategisten päätösten tekemiseen. Parhaat päätökset syntyvät korkeatasoisissa Villoissamme - jylhillä järvinäkymillä omassa rauhassa.

Kun haluat kokoukselle jotain ainutlaatuista, valintasi on Kisakallion Villa-alue - sporttia unohtamatta.

Ota yhteyttä!
Jaana Ihatsu +358 40 4560 694
Markus Lassila +358 44 584 6518
myynti@kisakallio.fi

Missä mennään

Viime vuosina SPTL:n strategiaa on uudistettu ”juoksevasti”, kulloisenkin tilanteen ja tarpeen mukaan. Marraskuussa valitulla hallituksella on tämän työn aloittaminen taas edessä. Rupeaman pohjaksi on hyvä arvioida, kuinka suunnitelluissa asioissa on onnistuttu. On selvää, että pandemia-aika on hankaloittanut monia asioita, mutta onpa jotakin saatu aikaankin.

Visiomme vie meitä kunnianhimoisesti ”kohti Eurooopan huippua”. Ainakin päävalmentajamme mukaan miesten maajoukkueen puolella siihen suuntaan on kuljettukin. Naisten puolella on hankalampaa, mutta parapöytätenniksessä suunta sinne on aika selvä.

Jollakin tasolla voimme myös sanoa, että olemme ottaneet oikeita askeleita huippuvalmennuksemme suhteen Ruskeasuon toiminnassa. Tästä on monia esimerkkejä, kuten esimerkiksi mainion kiinalaisvalmentajan vierailu ennen Finlandia Openia. Uusia nuoria kilpapelaajiakin olemme toki saaneet, mutta aivan liian vähän. Nappulaleirit ovat kuitenkin askel oikeaan suuntaan ja varsinkin Oulussa tehdään tällä hetkellä erinomaista juniorityötä.

Mukavia uusia asioita – kuten hyvät uudet valmennusoppaat sekä etäyhteydellä toimivat valmentajaillat – on saatu valmennustoimintaankin, mutta tämä sektori on edelleen akilleen kantapäämme. On selvää, että meillä on aivan liian vähän varsinkin nuoria ja innokkaita valmentajia. Tosin ikäkään ei ole mikään este valmennustyön aloittamiselle, pikemminkin päinvastoin: itse näkisin hyvänä asiana, jos innokkaan veteraaniosastomme jäsenten mielestä junioreiden valmentaminen olisi yhtä hauskaa ja tärkeää kuin oma pelaaminen!

Aika lailla samanlainen kysymys on uusien pysyvien pelitilojen hankkiminen. Me tyydymme turhan helpolla koulujen iltavuoroihin, joissa pöydät raahataan paikoilleen ja pois joka kerta. Oulun esimerkki osoittaa, että toiminnan kunnon kasvattaminen edellyttää 24/7 käytössä olevia pelitiloja. Tämän pitää olla selvä tavoite ainakin jokaisella vähänkin suuremmalla paikkakunnalla.

Lajimme markkinoinkaan suhteen emme ole onnistuneet parhaalla mahdollisella tavalla, vaikka joitakin onnistumisia löytyy sieltäkin. Sosiaalinen media on aikaisempaa paremmin hallussa, mutta pöytätenniksen saaminen perinteiseen mediaan tuntuu olevan aina vain hankalampaa. Muutama mukava poikkeus löytyy toki siltäkin sektorilta.

Finlandia Open on meille valtava ponnistus ja erityisesti se on ollut sitä tänä vuonna. Haluan tässä yhteydessä osoittaa erityiskiitokset Mika Räsäselle ja Asko Rasiselle sekä toki kaikille muillekin talkoissa olleille. Mika pisti itsensä todella peliin kisojen onnistumiseksi koko syksyn ajan. Asko taas piti huolen siitä, että saimme kisan läpiviedyksi tavalla, joka tyydyttää kansainvälistä liittoa. Ilman hänen tuomarikontaktejaan se olisi ollut monta pykälää hankalampaa.

Ja kaikille haluan toivottaa loistavaa pöytätennisvuotta 2022. Koronasta emme taida päästä lopullisesti milloinkaan, mutta yritetään silti tehdä mennyttä parempi pöytätennisvuosi kaikilla sektoreilla. Työtä piisaa, sillä maailmalla lajimme on suuri ja kotimaassa pieni. Tunnustetaan realiteetit, mutta unelmoidaan samalla paremmasta!

Pöytätennisterveisin
Esko Heikkinen

JULKAISIJA, TOIMITUS Suomen Pöytätennisliitto ry, Valimotie 10, 00380 Helsinki, sähköposti: info@sptl.fi, www.sptl.fi
PÄÄTOIMITTAJA Mika Räsänen, puh. 040 5943 043, mika.rasanen@sptl.fi **AINEISTO, TILAUKSET, OSOITTEENMUUTOKSET** SPTL:n toimisto **KANNEN KUVAT** Esko Heikkinen ja Paralympiakomitea
LEVIKKI 1200 kpl, SPTL:n lisenssipelaajille **PAINOPAIKKA** Savion Kirjapaino Oy **TAITTO** M-Crea Oy
ISSN 0780-9182

Finlandia Open – viimeistä kertaa?

Finlandia Openin taru alkoi vuonna 1981. Nelisenkymmentä vuotta myöhemmin saattaa käydä niin, että sen taru loppuu. Kisa on yksi maailman vanhimmista säännöllisesti järjestetyistä kilpailuista, joka aluksi tosin järjestettiin vain joka toinen vuosi.

Tänä vuonna kisan järjestäminen oli erityisen haasteellista, sillä neuvottelut ITTF:n kanssa olivat huomattavan hankalia. Toiminnanjohtajallemme **Mika Räsäselle** on annettava onnistuneen kisan suhteen erityistunnustus, sillä ITTF:n lisäksi myös vanha ystävämme korona hankaloitti järjestelyjä.

Lyhyt historia tämän vuoden kisan suhteen menee niin, että ensin meille ilmoitettiin, että kisaa ei voi järjestää. Sitten kerrottiin, että WTT-formaatissa voitte sen tehdä, mutta maksu ITTF:lle on 10 000 dollaria ja palkintorahaa pitää löytyä 20 000 taalaa lisää. Siihen oli helppo sanoa ei.

Mutta korona teki tepposet ITTF:lle ja koko Euroopassa ei tahtonut olla kansainvälisiä kisoja lainkaan. Niinpä asiat kääntyivät niin, että yhtäkkiä ITTF pyysi meitä järjestämään kisan. Ja seuraavassa vaiheessa se tarjosi jopa 10 000 dollarin tukea. Siihen oli helpompi tarttua. Selvää oli myös, että ITTF ottaisi rahat kansainväliseltä vedonlyöntiyhtiöltä.

Hankaluudet eivät kuitenkaan loppuneet. Yhtäkkiä saimme sopimuspaperin, joka piti vaan äkkiä allekirjoittaa. Samoihin aikoihin, pari viikkoa ennen kisaa, tuli myös meili, jossa kerrottiin, minkälaisia pelitilojen pitää olla, mainoksineen päivineen. Pallokin muuttui lennosta DHS:ään, jonka tietenkin piti saada oma mainosaitansa.

”Virallisen kisan” leima (joka mahdollistaa ITTF:n rankingpisteet) merkitsi myös sitä, että saimme ottaa vastaan uusia toimijoita, eli ulkomaisen kilpailujohtajan ja pari ylituomaria. Kun lisäksi oli tiedossa, että ITTF on kiinnostunut vain ”pääkaavion” etenemisestä, vaaran merkit olivat ilmassa. Meille oli tietenkin selvää, että virolainen ystävämme Rauno Poru olisi se, jonka kilpailuvetoon me oikeassa elämässä luotamme.

Lopulta saimme Sonjan kanssa Houstonin MM-kisojen yhteydessä aikaan tapaamisen, jossa perusasiat naulattiin koko lailla selväksi. Samaan aikaan Asko Rasinen taisteli kotimaassa tuomariasioiden puolesta ja Mika selvitti milloin mitäkin asiaa. Kiinalaisiakin oli välillä tulossa kolmisenkymmentä, lopulta he kuitenkin (koronan vuoksi) peruivat tulonsa. Pallokaan ei lopulta vaihtunut eikä lattiamainoksia tarvittu lainkaan. ITTF:n aita piti sentään tehdä. Vahvasta ulkomaalaismiehityksestä – mm. viikon paikan päällä touhunneesta striimaushenkilöstöstä – huolimatta striimausta ei saatu avauspäivinä toimimaan lainkaan ja ”on line” -tulospalvelukin vain ontuen. Meillä kisaisäntinä ei ollut mahdollisuuksia vaikuttaa näihin asioihin, mutta toki olisimme striimauksen järjestäneet, jos sen järjestäminen olisi ollut omissa käsissämme. Sonja haki keskellä yötä lentokentältä laukkua, jossa oli tuomareiden pistelaskuvälineet.

Pelit

Kisapelit aloitettiin torstaina alle 21-vuotiaiden luokilla, jotka pelattiin suorina cupeina. Sekin oli uutuus, sillä jo monta vuotta torstaisin on verrytelty joukkuekisalla. Cupiin me olisimme halunneet alkupoolit, muta toisin kävi. Suomalaisista mukana olivat Ramona Betz, Maria Girlea, Ella Kellow ja Aleksandra Titievskaja sekä Sam Khosravi, Alex Naumi, Arttu Pihkala, Aleksi Räsänen ja Juhana Tuuttila.

Marina Donner teki Kisakalliossa maajoukkuedebyyttinsä ja toimi myös kisan lääkärinä.

Naisissa Ella oli ainoa suomalainen, jolla oli peli avauskierroksella. Kellow hävisi mukavan taistelun jälkeen Englannin Charlotte Bardsleylle 1–3. Titievskaja ja Girlea saivat ensin vapaakierroksen ja kärsivät sitten niukat 2–3 tappiot. Girlea hävisi Englannin Mari Baldwinille ja Titievskaja lopulta pronssille asti pelanneelle Ukrainan Iolanta Yevtodiille (7. erä 9–11!). Myös Betz pääsi suoraan toiselle kierrokselle ja voitti sitten Sveitsin Nina Tulliin 3–0. 16 parhaan joukossa vastaan asettui Liettuan hankalatyylinen Marija Mikalauskyte, joka ”hämärän” rystykuminsa turvin voitti ottelun 3–1. Ramona harmitteli, että ihan oikeat voittomahdollisuudetkin olivat olemassa.

Miesten kisassa Räsänen hävisi avauskierroksella Ruotsin Daniel Lindsölle 0-3 ja Tuuttila samoin lukemin Puolan Matyas Lebedalle. Pihkala löi 3-1 Englannin Maxin Stevensin, mutta hävisi sitten olkapäätään valitellen Ranskan Denis Dorcesculle 0-3. Alex Naumi voitti saman miehen sunnuntaina kaksinpelissä.

Khosravi kukisti avauspelissään Ruotsin Theodor Sundinin 3-1 ja perään Räsäsen kukistaneen Lindsön 3-2. 16 parhaan joukossa Norjan Sigurd Sörheim oli 3-0 lukemin parempi. Sam pelasi kuitenkin mainiosti ja etenkin voitto Ruotsin 18-vuotiaiden mestarista Lindsösta oli makea (Truls M ei ollut siinä kisassa mukana…).

Pari viikkoa Stigan uudella ”kuutiomailalla” pelannut Naumi sai ensin vapaakierroksen ja kukisti sitten Espanjan Angel Ayusonin 3-2 nihkeällä pelillä. Samoin lukemin kaatui myös Tanskan Theo Dykjär. Puolivälierässä Khosravin kukistanut norjalainen Sörheim sai kyytiä 3-1 lukemin.

Välierässä Alex paransi huomattavasti peliään ja löi Ukrainan Anton Limonovin suoraan 3-0. Alex voitti avauserän

jatkopalloilla ja sen jälkeen Ukrainan maajoukkuemiehen pelihuumori katosi. Loppuottelussa kakkossijoitettu Alex kohtasi ykkössijoitetun iranilaisen Amin Ahmadianin. Vasenkätinen Naumi ei saanut oikeakätisen iranilaisen peliin kunnon otetta missään vaiheessa ja ottelu päättyi jälkimmäisen selvähköön 3-0 voittoon.

- Välieräpeli oli hyvä, mutta finaalissa olin liian epävarma. Päivä alkoi kuitenkin niin vaatimattomasti, että kai tähän lopulta ihan tyytyväinen pitää olla, Alex arvioi.

Miesten ja naisten kaksinpeli

Perjantaina jatkettiin kaksinpeleillä. Ykkössijoitetun Benedek Oláhin lisäksi miesten kaksinpeliin lähtivät suomalaisista Lauri Hakaste, Sam Khosravi, Aleksi Mustonen, Alex Naumi, Miikka O´Connor, Arttu Pihkala, Aleksi Räsänen, Samuli Soine ja Juhana Tuuttila. Naisten kaksinpeliin starttasivat maajoukkuedebyyttinsä tehneen Marina Donnerin lisäksi Ramona Betz, Maria Girlea, Ella Kellow, Anna Kirichenko, Jannika Oksanen sekä Aleksandra Titievskaja.

Oláh, Naumi ja Khosravi saivat ensimmäisen kierroksen vapaaksi ja voittivat sen jälkeen toisen kierroksen pelinsä. Khosravin voittolistalla osui tuttu mies, sillä hän kukisti Lauri Laanen. Muidenkin suomalaisten avauskierros oli vapaa, mutta he kärsivät ensimmäisen tappionsa heti toisen kierroksen otteluissaan.

Kolmannella kierroksella Oláh kukisti vaivatta 3-0 Valko-Venäjän Heorhi Kunatsin ja jatkoi taistelua kisan voitosta. Naumi teki seuraa ja löi kolmannen kerroksen ottelussa Norjan Sigurd Sörheimin selvästi 3-0. U21-luokassa norjalainen sai sentään erän.

Sen sijaan Khosravi kohtasi kolmannella kierroksella parempansa, kun luokan kolmossijoitettu, iranilainen Amir Hossein Hodaei oli parempi erin 3-0. Kahdessa ensimmäisessä erässä Sam taisteli kuitenkin hyvin. Vastassa oli ”melkein maanmies”, sillä Samin isä on syntynyt Iranissa.

Naisten kisassa ensimmäisen kierroksen ottelunsa hävinnyttä Donneria lukuun ottamatta muut suomalaisnaiset saivat paikan suoraan toisella kierroksella. Näissä otteluissa voittoon pystyi vain Maria Girlea, joka kukisti Venäjän Anastasiia Itkinan. Seuraavalla kierroksella Eestin Airi Aavamerin hankala peli on kuitenkin Girlealle liikaa.

Benedek jatkoi lauantaina mainioita otteitaan ja voitti päivän molemmat ottelunsa puhtaasti 3-0 ja eteni sunnuntain välierävaiheeseen. Ensi kaatui Sveitsin Elias Hardmeierin ja sitten toinen

Asko Rasinen houkutteli paikalle ison joukon kansainvälisiä tuomareita.

sveitsiläinen Loic Stoll, jonka alakierrepuolustuksen Pena suorastaan murjoi. Miehen pelinjälkeinen arvio ”tykinruoasta” ei ollut tippaakaan väärä.

Myös Alex pelasi lauantaina hyvin ja voitti ensimmäistä kertaa urallaan Sveitsin Pedro Osiron. Tiukka kamppailu päättyi 3-2, vaikka koskelaisella oli kaikki mahdollisuudet 3-0 voittoonkin.

Iltapäivän ottelussa vastaan asettui Iranin taitava Amir Hossein Hodaei, luokan välieräsijoitettu. Naumi ei hätkähtänyt maailmanlistalla yli 100 sijaa korkeammalla olevan iranilaisen aktiivista hyökkäyspeliä vaan voitti ottelun tiukkojen erien päätteeksi 3-0. Suomi sai kaksi pelaajaa sunnuntain mitalipeleihin.

- Vanhaa Eslövin kämppäkaveriani Osiroa vastaan sain lopulta voiton, vaikka kieltämättä olin aika hermostunut joka kerta ratkaisupallojen koittaessa. Iranilaista vastaan pelasin ihan parasta peliäni. Etenkin syöttötuntuma oli todella hyvä, Alex arvioi tyytyväisenä.

Sunnuntaina molemmat suomalaiset joutuivat kuitenkin nöyrtymään kamppailussaan finaalipaikasta. Oláh hävisi Ranskan Enzo Anglesille 3-4 ja Naumi Portugalin Joao Geraldolle 2-4. Hetki oli kuitenkin hieno, sillä ensimmäistä kertaa kisan 40-vuotisessa historiassa kaksi suomalaispelaajaa oli taistelemassa luokkavoitosta. Pena oli häviöllä jo 0-3, mutta taipui lopullisesti vasta 10-12 seitsemännessä erässä, jota johti vielä 9-7.

- Ranskalaisella on hankala syöttö. Ja kun en ole pystynyt harjoittelemaan kunnolla kuukauteen, tuntuma oli välillä hakusessa. Yritin vain pelata koko ajan rennosti, sillä täysillä yrittäessä peli ei jotenkin pysynyt kasassa, Oláh jutteli pelin jälkeen. Alex puolestaan osoitti nousseensa uudelle tasolle, jossa voitot pelaajista maailmanlistan 100 parhaan joukostakaan eivät tunnu mahdottomalta.

Loppuottelussa tapahtui melkoinen ihme, kun portugalilainen Geraldo johti ratkaisuerää jo 10-3. Loistavaa hermojen hallintaa osoittanut Angles nappasi kuitenkin peräti yhdeksän pistettä peräjälkeen ja voitti erän 12-10. Tyypertynyt Geraldo ei tuntunut ymmärtävän tapahtunutta vielä palkintopallillakaan.

Naisten kisan loppuottelussa Hollannin Men Shuohan kukisti Venäjän Valeria Kotcyurin 4-1. Jälkimmäinen löi tätä ennen maannaisensa Yana Noskovan, luokan ylivoimaisen ennakkosuosikin.

- Hauskaa tämä on, mutta valitettavasti olen ihan liian vanha maailman huipulle, 29-vuotias yllättäjä Kotcyurin naureskeli.

Finlandia Open on hieno kisa!

Koska Finlandia Openissa pelataan perinteisesti jokaisesta sijasta, suomalaiset voittivat välierätappionsa jälkeen molemmat yhden pelin ja kohtasivat toisensa ottelussa kisan kolmannesta sijasta. Oláh osoitti edelleen olevansa isäntä talossa ja vei ottelun 3-0. Benedekin ja Alexin viikonlopun pelit olivat mainio osoitus siitä, mitä kotimainen menestys merkitsee. Pelejä katsellessa on aivan toinen tunnelma, kun mitaleista pelaa oman maan pelimiehiä tai -naisia. Penaa ja Alexia on kiittäminen paljosta!

Ulkomaiset valmentajat kiittelivät puolestaan vuolaasti kisaamme, jossa pelit jatkuvat tappioista huolimatta. Nyt esimerkiksi Englannin valmentaja Marcus Gustafson sekä Grönlannin valmentaja Peter Sundbaek suorastaan maanittelivat meitä jatkamaan kisan järjestämistä, ”vaikka vain epävirallisena harjoituskisana”.

Ja onhan tapahtuma kokonaisuudessaan hieno ja tärkeä. Kun mukana on 28 maata ja yli 150 pelaajaa, saamme kasaan noin 650 ottelua. Useimmille suomalaispelaajille se merkitsee enemmän kansainvälisiä pelejä kuin koko aikaisempana vuotena yhteensä. Nyt huono tuuri kävi vain naisten hallitseval-

Sam Khosravi löi Ruotsin 18-vuotiaiden mestarin Daniel Lindsön.

Alex Naumi on taas ponnistanut uudelle tasolle "kuutiomailansa" kanssa.

Naisten mestari Men Shuohan.

Finlandia Open 2021

Miesten kaksinpeli:

1. Enzo Angles Ranska
2. Joao Geraldo Portugali 3-11, 9-11, 4-11, 15-13, 16-14, 12-10
3. Benedek Oláh
4. Alex Naumi
39. Miikka O´Connor
48. Sam Khosravi

(51. Lauri Laane)

58. Aleksi Mustonen
65. Samuli Soine
79. Juhana Tuuttila
82. Aleksi Räsänen
84. Arttu Pihkala
85. Lauri Hakaste

Naisten kaksinpeli:

1. Men Shuohan Hollanti
2. Valeria Kotcyur Venäjä 6-11, 11-5, 11-3, 11-8, 6-11, 11-7
3. Solomiya Bratenko Ukraina
4. Yana Noskova Venäjä
39. Maria Girlea
43. Aleksandra Titievskaja
46. Ella Kellow
49. Anna Kirichenko
50. Ramona Betz
59. Jannika Oksanen
65. Marina Donner

Alle 21-vuotiaat

Naiset

1. Leili Mostafavi Ranska
2. Men Shuohan Hollanti 5-11, 13-11, 13-11, 11-9
3. Kornelija Riliskyte Liettua ja Iolanta Yevtodi Ukraina

Miehet

1. Amin Ahmadian Iran
2. Alex Naumi Suomi 11-8, 11-9, 11-7
3. Anton Limonov Ukraina ja Mikhail Tsyhanouski Valko-Venäjä

Miesten kaksinpelin kolme parasta.

le mestarille Marina Donnerille, jonka ottelumäärä jäi neljään.

Kävipä jatkon suhteen kuinka tahansa, tästäkin kisasta on syytä jakaa kiitoksia. Ne kuuluvat ainakin talousasioissa häärineelle Jouko Mannille, kalustosta ja kotimaisesta tuomarirekrytoinnista vastanneelle Taneli Keinoselle, viestinnän Heikki Kiiskiselle, uupumattomalle pöytäkirjanaiselle Liisa Järvenpäälle sekä yleisnainen Sonjalle, joka hoiti lukematttoman määrän yksityiskohtia. Hannu Tolvanen puolestaan riensi kuvaamaan kisoja todellisella pikahälytyksellä. Sami Pyykkö tuomaroi ensin päivän ja jäi vielä lauantai-illan salitalkoihin. Ilman Samia ilta olisi ollut vielä pitempi.

Erittäin isot kiitokset kuuluvat Asko Rasiselle, jonka ansiosta kisamme tuomarointi on kansainvälisine osaajineen erinomaisella tasolla. Kaikkien eniten meidän on kuitenkin kiittäminen Mika Räsästä, jolta vuorokauden tunnit uhkasivat välillä loppua, kun viestiä ja sähköpostia pukkasi.

Tätä kirjoitettaessa tuntuu siltä, että kisasta jää jopa muutama tuhat euroa plussaa. Se on ennen kaikkea Mikalta loistava saavutus.

Esko Heikkinen

Maria Girlea oli naisten kisan paras suomalainen.

Benedek Oláhin rysty on superkova.

Ensimmäistä kertaa
UUDELLA MANTEREELLA

Pöytätenniksen MM-kisat on pääsääntöisesti pelattu vain kahdella mantereella eli Aasiassa ja Euroopassa. Pitkään historiassa oli vain yksi poikkeus, sillä vuoden 1939 kisat pelattiin Kairossa. Marraskuussa tähän listaan saatiin lisäystä, kun USA järjesti henkilökohtaiset MM-kilpailut Houstonissa. Suomea kisassa edusti Benedek Oláh.

Puitteet olivat amerikkalaiset eli mahtavat. Kisat pelattiin ”keskuksessa”, josta ei tullut poistuttua ulos pariin ensimmäiseen päivään ollenkaan. Hotelli sijaitsi mahtavan kongressikeskuksen yhteydessä ja jälkimmäiseen oli rakennettu pari erillistä kisahallia sekä muut tarvittavat kokous- ja kilpailujohtotilat. Lääniä olisi helposti ollut vaikka kaksi kertaa suuremmalle tapahtumalle.

Ykkössalissa oli vain yksi pöytä. Benedek pääsi kokeilemaan sitä nelinpelissä. Pöydän ympärillä oli katsomoja kolmella sivulla ja muutenkin systeemi muistutti enemmän nyrkkeilyareenaa, mutta valoja ja värejä oli. Tavallaan mieleen tuli ihan lajin alkuaikojen MM-kisat, joissa yleisö seurasi loppuotteluja hyvin lähellä pöytää. Toisessa hallissa oli aluksi kymmenen pöytää, mutta niitä vähennettiin kisan edetessä ja lopulta sielläkin pelattiin vain kolmella pöydällä.

Yleisöä ei alkupäivinä ollut kuin nimeksi, loppupäivinä kyllä. Yhteensä kuulemma vähän alle 30 000. Väkeä tuli aina hiukan enemmän, kun isäntämaan Lily Zhang tai Janak Kha pelasivat. Samaten melkoinen porukka seurasi japanilaisia, kiinan tähtiä sekä Brasilian Hugo Calderanoa. Finaalipäivinä oli lippukassallakin ihan jonoa.

Ja USA:ssa kun ollaan, pitäähän sen hiukan näkyä. Valkovenäläisille oli myönnetty viisumeja vain pelaajille, ei muille. Siten nämä pelasivat ilman valmentajaa. Ja eipä viisumia saanut Euroopan liiton venäläinen puheenjohtaja Igor Levitin sen paremmin kuin kansainvälisen liiton qatarilainen varapuheenjohtaja Khalil Al-Mohannadikaan.

Benedekin pelit

Benedek Oláh pelasi kisoissa kaksin- ja nelinpelin. Hauska yhteensattuma oli, että arpa iski kaksinpelin ensimmäisellä kierroksella (128 parasta) vastaan nelinpelipari Robin Devosin Belgiasta. Penan valmistautuminen ei ollut parasta mahdollista, sillä Tunisian WTT-kisassa saatu vatsapöpö oli vaivannut melkein kuukauden ja harjoittelu oli jäänyt vaatimattomaksi.

Pena taisteli Devosia vastaan kuitenkin kaikin voimin ja voitti kummasti aaltoilleen ottelun 4-3. Ratkaisuerää suomalainen oli häviöllä jo 1-5 ja 4-7, mutta nousi tästä 11-7 voittoon. Väsynyt oli voittaja, sillä erätauot ja aikalisät piti istua, jotta voimia riitti pelaamiseen.

- Hieno loppu Penalta. Valmistautuminen huomioon ottaen makea voitto, hymyili valmentaja Mattias Bergkvist.

Toisella kierroksella vastaan asettui tuttu mies eli Slovakian kiinalaisdeffu Wang Yang. Benedek taisteli tässäkin erinomaisesti ja veteli kovia lyöntisarjoja, vaikka jalkaa kramppasi ja väsymys painoi. Tappio tuli 2-4 lukemin, mutta kuudettakin erää suomalainen johti vielä 9-7. Slovakki voitti seuraavalla kierroksella väkevällä pelillä Ranskan Simon Gauzyn, joten ei Pena huonolle pelurille hävinnyt. Wangin kisan päätös oli kuitenkin nolo, sillä hän joutui luovuttamaan Timo Bollille, kun valmentajalle iski korona!

- Hyvä peli, etenkin ottaen huomioon, että koko osallistuminen kisaan oli vatsataudin vuoksi vaakalaudalla. Yangin voitto Gauzysta kertoo, että tappionikin oli ihan kunniallinen, Benedek arvioi kisan jälkeen.

Nelinpelissä Devosin kanssa ensimmäinen vastustaja oli omanilaispari Muhannad Al Balushi / Asad Alraisi Oma, komean ykköshallin ainoalla pöydällä. Valmentaja Mattias Bergkvist oli sitä mieltä, että mikä tahansa Houstonissa paikalla olevista suomalaisista koostettu kokoonpano olisi lyönyt heidät. Toisella kierroksella vastus koveni tuntuvasti, kun toiselle puolelle astelivat japanilaiset Aasian mestarit Shunsuke Togami ja Yukija Oda. Japanilaiset ylsivät lopulta pronssimitaleille, joten 0-3 tappiota ei voi pitää odottamattomana.

Benedek ja Devos – välillä samalla ja välillä eri puolen pöytää.

Isojen pelit

Kiina vei kisojen jaossa olleesta viidestä kultamitalista neljä. Ainokainen ei-kiinalainen mestaruus meni länsinaapuriin Ruotsiin, kun Mattias Falck ja Kristian Karlsson voittivat miesten nelinpelin. Pienoinen yllätys, mutta on ruotsalaisilla miesten nelinpelissä kovia perinteitä. Naisten nelinpelin voittivat Wang Manyu ja Sun Yingsha, joille molemmille

kisasta oli kotiin viemisinä kaksi mestaruutta. Tässä luokassa huomiota herätti se, että Luxemburgin Sarah de Nutte ja Ni Xilian ottivat luokassa maan ensimmäiset MM-pronssit. Ennen kaikkea huomion aiheena oli kuitenkin se, että ovelasti pelaava Ni on jo peräti 58-vuotias.

Wang voitti naisten kaksinpelin loppuottelussa nelinpelikumppaninsa ja välierässä olympiavoittaja Chen Mengin, joten mestaruus oli ansaittu. Makea revanssi Tokion finaalista. Kiina vei luokan kaikki mitalisijat ja paikalla olleiden arvion mukaan loppuottelu oli nopeinta pöytätennistä, jota tällä planeetalla on pelattu. Erikseen on todettava, että maailman kenties suosituin naispelaaja, edellisten kisojen mestari Liu Shiwen ei mahtunut Kiinan kokoonpanoon lainkaan. Sitä edellinen mestari Ding Ning on jo lopettanut uransa.

Sekanelinpelissä mestaruuteen iskivät Sun Yingsha ja Wang Chuqin. Melkein suurempi uutinen oli se, että USA sai tässä luokassa mitalin, ensimmäisen sitten vuoden 1959. Vetoapua oli kuitenkin melkoisesti, sillä pingpong-diplomatian 50-vuotisjuhlien kunniaksi mikstiin rakennettiin USA/Kiina-pareja. Näistä Lily Zhang (USA) ja Lin Gayoan nousivat pronssimitalille asti ja olivatpa aika lähellä mennä loppuotteluun asti.

Kisojen merkillisin luokka oli monessa mielessä miesten kaksinpeli. Kaikki alkoi jo ilmoittautumisvaiheessa, kun kaikkien aikojen pelaaja Ma Long halusi huilata eikä lähtenyt kisapaikalle ollenkaan. Eikä tullut myöskään kynäotetaituri Xu Xin, jolla ikäkin alkaa jo ainakin kiinalaisittain painaa. Saksan Dima Ovtcharov oli juuri ennen MM-kisaa jalkaleikkauksessa.

Sitten alkoi pudota kovia nimiä. Kiinalaiset toki toisilleen, mutta esimerkiksi Tomokatzu Harimoton (Jakub Dyjas), Mattias Falckin (Alexandre Cassin) ja Koki Niwan (Daniel Habesohn) aikaiset tappiot olivat ainakin pienimuotoisia yllätyksiä.

Kovia nimiä riitti tästä huolimatta. Arpa oli kuitenkin kummallinen, sillä yhtä lukuun ottamatta kaikki kiinalaiset osuivat samalle puolelle kaaviota. Pelit väkevästi aloittanut Timo Boll kukisti sen ainokaisen, Zhou Qiahon, jo 64 parhaan joukossa ja saksalaisen tie loppuotteluun näytti jopa helpolta. Sitten peliin astui vatsalihasvamma, joka vei parhaan terän Bollin liikkumisesta ja kämmenvedoista.

Puolivälierän isäntämaan Khanak Ja´ta vastaan Boll vielä voitti, mutta välierässä oli antautuminen Stigan kuutiomailan supermainosmieheksi kohonneelle ruotsalaiselle Truls Möregårdhille 3-4. Hyvin Boll pelasi, mutta jo usalaisella oli kaikki mahdollisuudet lyödä vammautunut saksalainen, joka näin siis nappasi uransa toisen kaksinpelin MM-pronssin. Ensimmäinen tuli Rotterdamista 10 vuotta sitten. Jokohan se alkaa 40-vuotiaalle saksalaiselle riittää?

Alex Naumin seurakaveri Truls oli kisassa liekeissä.

Jonoa pöytätenniskilpailujen katsomoon.

Henkilökohtaisten luokkien MM-voittajien kiertopalkinnot.

Arpakin olin erinomaisen hyvä, mutta 4-3 voitot (Bollin ohella) Patrik Franziskasta ja Lim Jonghoonista sekä hiukan selvempi 4-2 Quadri Arunasta kertovat, että pää ainakin kestää. Lim pudotti kierrosta aikaisemmin olympiakisoissa loistaneen taiwanilaisen Lin Yun-jun, joten kyllä tälläkin arvontapuoliskolla ihan pelimiehiä esiintyi.

Aivan loppuun asti Trulsin liito ei kuitenkaan yltänyt. Loppuottelussa vastaan asettui ensimmäisen MM-kultansa napannut Fan Zhendong ja nyt löytyi jo tasoeroa. Fan vei loppuottelun 4-0 ja on jossittelematon maailmanmestari.

Kaikki kunnia kuitenkin vasta 19-vuotiaalle ruotsalaiselle. Ja toivoa sopii, ettei MM-hopea jää samanlaiseksi yhden kisan ihmeeksi kuin maanmies Mattias Falckilla.

Esko Heikkinen

Benedek Oláhin ottelut MM-kisoissa

Kaksinpeli

Oláh – Robin Devos Belgia 11-7, 4-11, 11-13, 11-9, 11-9, 9-11, 11-7 (128)

Oláh – Wang Yang Slovakia 4-11, 12-10, 7-11, 11-9, 6-11, 9-11 (64)

Nelinpeli

Oláh / Devos – Muhannad Al Balushi / Asad Alraisi Oma Oman 11-2, 11-3, 11-8 (64)

Oláh / Devos – Shunsuke Togami / Yukiva Uda Japani 5-11, 8-11, 6-11 (32)

Finaalipöydän loistetta.

ITTF:n sai uuden puheenjohtajan

Maailman suurin urheilujärjestö eli Kansainvälinen Pöytätennisliitto (ITTF) piti vuosikokouksensa Houstonin MM-kilpailujen yhteydessä. Paikan päällä tai etäyhteyden päässä oli 158 jäsenjärjestöä. Yksi paikalla olleista oli vähän yllättäen Afganistan, jonka pöytätennisliiton puheenjohtaja on nainen! Hänen paikalle saapumistaan oikein juhlistettiin. Toisaalla arabimaita ärsytti kovasti se, että USA ei ollut myöntänyt viisumia ITTF:n qatarilaiselle varapuheenjohtajalle Khalil Al-Mohannadille.

Ensimmäinen oikea kokousasia oli Falklandin saarten hyväksyminen ITTF:n jäseneksi. Argentiina vastusti, koska pitää saaria omanaan. Valtaosa kokousväestä oli kuitenkin eri mieltä, joten nyt ITTF:llä on peräti 227 jäsentä.

Erilaisten vuosikertomuksien ja raporttien jälkeen hyväksyttiin vuoden 2020 tilinpäätös, joka näytti miinusta noin 600 000 dollaria. Kuluvasta vuodesta tullee edelleen tappiollinen, arvion mukaan noin neljä miljoonaa dollaria. Omaisuutta on kuitenkin edelleen kymmenisen miljoonaa.

ITTF:n välikomitea oli ehdottanut, että jatkossa kahvankin materiaali määritellään, ja että kumin pienet muutokset (esim. sormen kuluttamat) muutokset eivät enää hylkäisi mailaa. Ehdotukset menivät läpi.

Yllättäen myös Iranin ehdotus, jossa nelinpelissä saisi syöttää molempiin suuntiin ristiin, herätti myönteistä keskustelua

Ison järjestön kokouksessa on isot puitteet.

ja meni päätöslauselmana (resoluutiona) läpi. Tähän asiaan palataan vielä varsinaisin sääntöehdotuksin ja sitä testataan käytännössä. Englanti teki ehdotuksen liberaalimmasta suhtautumisesta erityisesti naispelaajien vaatetukseen ja sekin hyväksyttiin. Vielä hyväksyttiin ehdotus työryhmästä, joka uudistaa maailman rankinglistan laatimisperusteita.

Suomen kokousedustajat Sonja Grefberg ja Esko Heikkinen.

Sörling puheenjohtajaksi

Ennen henkilövaaleja lähtevä saksalainen puheenjohtaja Thomas Weikert piti tunteikkaan jäähyväispuheen. Sen jälkeen ruotsalainen Petra Sörling nimettiin ITTF:n uudeksi puheenjohtajaksi ainoana ehdokkaana. Sörling on ITTF:n historian ensimmäinen naispuheenjohtaja. Suomalaisittain voimme ainakin todeta, että tunnemme kansainvälisen liiton puheenjohtajan varsin hyvin.

Kokous valitsi myös ITTF:n hallituksen sekä vahvisti valtuuston eli Board of Directorsin jäsenet. Sonjahan oli jo aiemmin valittu Euroopan yhdeksi edustajaksi, joten läpimenosta ei ollut huolta. Myös eri komiteoiden jäsenet valittiin, mutta yhtään suomalaista ei ollut ehdokkaana.

Vielä oli edessä vuoden 2024 joukkueiden MM-kisojen järjestäjän valinta. Etelä-Korean Busanin kanssa kilpaili Buenos Aires. Vuoden 2021 pandemian vuoksi menettänyt Busan oli odotettu voittaja lukemin 97-46. Vuoden 2022 joukkue-MM:n järjestäjä Kiinan Chengdu ja 2023 henkilökohtaisten MM-kisojen järjestäjä Etelä-Afrikan Durban esittelivät vielä valmistelujaan. Lopuksi todettiin, että seuraava kokous on vuoden päästä Chengdussa.

Saa nähdä, mitä ITTF:n uusi puheenjohtaja ja hallitus saavat aikaan. Helppoa ei Petralla tule olemaan ja edelleen on huolenaiheena, kuinka pienempien pingismaiden käy. Juuri nyt ei näytä kovin hyvältä.

Esko Heikkinen

Junioreiden SM kisat 2021

MBF järjesti 2.–3. lokakuuta 2021 13- ja 15-vuotiaiden junioreiden Suomen mestaruuskilpailut. Kilpailut oli alun perin määrä pelata keväällä 2021, mutta tänäkin vuonna jouduttiin siirtämään kilpailuja koronapandemian takia. Kilpailuihin ilmoittautui kuitenkin ihan kiitettävä määrä pelaajia, poikien luokissa hiukan enemmän kuin ennen koronaa ja vain 13-vuotiaiden tyttöjen luokassa vähemmän pelaajia.

Tähän pelaajamäärään saamme olla tyytyväisiä, kun monella pelaajalla harjoittelukausi oli jäänyt vajaaksi koronarajoitusten takia. Tällä kertaa 13-vuotiaiden nelinpeliluokkia ei pelattu, mikä hiukan helpotti aikataulun tekemistä, eivätkä päivät venyneet ylipitkiksi.

Pojat 13 vuotta

13-vuotiaiden poikien kaksinpelissä poolien kaksi etukäteen parhaiksi rankattua pääsivät jatkoon yhtä poikkeusta lukuun ottamatta. C-poolin neljänneksi sijoitettu Emil Arvola KoKu:sta nousi hienosti poolinsa kakkoseksi ja jatkoon. Jatkokaaviossa tie nousi sitten heti pystyyn luokan ykkössijoitettua, MBF:n Lassi Lehtolaa vastaan, joka voitti koko luokan häviämättä erääkään.

Muutenkin jatkopelit etenivät pitkälti ratingpisteiden mukaisesti. Poikkeuksena poolista tullut MBF:n Leon Viherlaiho, joka tiputti niin kakkossijoitettu Jesse Ikolan KoKu:sta kuin neljänneksi sijoitetun Mihai Girlean PT Jyväskylästä. Finaalissa Lehtola oli kuitenkin liian kova.

Joukkueluokan B-poolissa pelit menivät ristiin ja ykköseksi nousi hiukan yllättäen OPT-86:n kakkosjoukkue paremman pelieronsa turvin. Jatkopeleissä sijoitetut pitivät pintansa: kultaa MBF:lle, hopeaa OPT-86:lle ja pronssimitalit molempien seurojen kakkosjoukkueille.

1	Lassi Lehtola	MBF
2	Leon Viherlaiho	MBF
3	Mihai Girlea	PT Jyväskylä
3	Yuri Afanassiev	PT Espoo
Consolation	Eetu Hyttinen	OPT-86

1	MBF	Lassi Lehtola, Leon Viherlaiho, Andreas von Köhler
2	OPT-86	Henrik Vuoti, Luka Oinas, Niklas Karjalainen
3	MBF 2	Tuomas Tuovinen, Sisu Sammalkorpi, Onni Farin, Torsti Visuri
3	OPT-86 2	Lenni Perkkiö, Eetu Hyttinen

Tytöt 13 vuotta

Tyttöjen 13-luokkaan oli ilmoittautunut vain neljä pelaajaa, joten kaksinpelit pelattiin suoraan finaalipoolina. Kaikki näytti menevän ennakkoasetelmien mukaisesti, mutta PT Espoon Tea Ståhlman onnistui nousemaan 1-2 tappiotilanteesta 3-2 voittoon seurakaveriaan Sonja Ylistä vastaan ja voitti näin 13-vuotiaiden Suomen mestaruuden.

Joukkuekilpailuun oli ilmoittautunut PT Espoon lisäksi Smashin joukkue, mutta tasoero oli selvä; 3-0 voitto PT Espoolle.

1	Tea Ståhlman	PT Espoo
2	Sonja Ylinen	PT Espoo
3	Ann-Cathrine Ståhlman	PT Espoo
4	Mia Kellow	TIP-70

1	PT Espoo	Ann-Cathrine Ståhlman, Tea Ståhlman
2	Smash	Vivienne Veerbaum, Maija Sipilä

Pojat 15 vuotta

15-vuotiaiden poikien kaksipelissä semifinaaleihin selvisivät neljä parhaiten rankattua. Lassi Lehtola haastoi KoKa:n Matias Vesalaisen viiden erän taisteluun, mutta Vesalainen oli vielä tällä kertaa vahvempi erin 3-2. Semifinaalissa LPTS:n Leonid Pullinen yllätti kuitenkin Matiaksen ja voitti selvästi 3-0. Pullinen jatkoi vielä hyviä otteitaan finaalissa ja meni 1-0 johtoon PT Espoon Aleksi Räsästä vastaan. Räsänen näytti kuitenkin, että muutaman viikon takainen menestys aikuisten SM-kisoissa ei ollut sattumaa, ja voitti seuraavat kolme erää vakuuttavasti ja Suomen mestaruuden 3-1.

Joukkuekilpailussa MBF nousi Lehtolan johdolla poolista semifinaaleihin asti, tiputtaen matkalla neljänneksi sijoitetun YPTS:n 3-0. Semifinaalissa PT Espoo oli liian kova pala MBF:lle Räsäsen voitettua kaksi otteluaan ja Lehtolan ottaessa MBF:n ainoan voiton Matias Ylisestä. KoKa taisteli tiensä finaaliin asti kaksimiehisellä joukkueella, kun Sam Khosravi ei ehtinyt maajoukkuetehtävistä mukaan SM kisoihin.

Finaali ratkesi jo ensimmäisessä ottelussa, kun Räsänen voitti Matias Vesalaisen kolmen tiukan erän jälkeen 3-0 ja Espoolle oli tiedossa kaksi luovutusvoittoa vajaalla pelaavaa KoKa:a vastaan. Rasmus Vesalainen kaunisteli lukuja hiukan voittamalla Yuri Afanassievin.

1	Aleksi Räsänen	PT Espoo
2	Leonid Pullinen	LPTS
3	Rasmus Vesalainen	KoKa
3	Matias Vesalainen	KoKa
Consolation	Alex Tiiro	OPT-86

1	Lassi Lehtola, Aleksi Räsänen	MBF, PT Espoo
2	Matias Vesalainen, Rasmus Vesalainen	KoKa
3	Jesse Ikola, Aleksi Ikola	KoKu
3	Leonid Pullinen, Vincent Joki	LPTS, TIP-70

1	PT Espoo	Aleksi Räsänen, Matias Ylinen, Yuri Afanassiev
2	KoKa	Rasmus Vesalainen, Matias Vesalainen
3	MBF	Lassi Lehtola, Leon Viherlaiho, Andreas Köhler
3	KoKu	Jesse Ikola, Aleksi Ikola, Emil Arvola

Tytöt 15 vuotta

Alexandra Seppänen joutui jäämään pois 15-vuotiaitten tyttöjen luokasta, mikä avasi tien mitalipeleihin toiselle PT Espoon Ståhlmanin sisaruksista. Tällä kertaa Ann-Cathrine oli Teaa vahvempi todella tiukan 3-1 voiton jälkeen, kun jokainen erä meni jatkopalloille. Jatkopeleissä TIP-70:n Maria Girlea oli omaa luokkansa. Toisessa semifinaalissa PT Espoon Alisa Sinishin oli jo 2-0 johdossa TIP-70:n Ella Kellowia vastaan, kunnes Ella sai pelinsä käyntiin ja voitti lopulta tiukan semifinaalin 11-9 viidennessä erässä.

Kaksinpelin finaalikaksikko Girlea/Kellow varmisti myös helposti kultamitalit nelinpelissä ja joukkuekilpailussa. Tasoero parien ja joukkueiden välillä oli sen verran iso, ettei tiukkoja kamppailuja juuri nähty. Alisa Sinishin oli kuitenkin tällä kertaa joukkuefinaalissa Ella Kellowia vahvempi voittaen tiukan kamppailun jälkeen 3-2.

1	Maria Girlea	TIP-70
2	Ella Kellow	TIP-70
3	Alisa Sinishin	PT Espoo
3	Ann-Cathrine Ståhlman	PT Espoo
Consolation	Elina Veidenbaum	Smash

1	Maria Girlea, Ella Kellow	TIP-70
2	Alisa Sinishin, Sonja Ylinen	PT Espoo
3	Elina Veidenbaum, Alisa Rönkkö	Smash
4	Trisha Ramos, Vivienne Veerbaum	Smash

1	TIP-70	Maria Girlea, Ella Kellow
2	PT Espoo	Alisa Sinishin, Sonja Ylinen
3	Smash	Elina Veidenbaum, Alisa Rönkkö, Trisha Ramos, Vivienne Veerbaum

Tsempparipalkinto

Tsempparipalkinnon voittajan valinta oli tällä kertaa helppo tehtävä. OPT-86:n Luka Oinas taisteli hienosti läpi turnauksen ja antoi kaikkensa joka ottelussa. Nuoren pelaajan hyvää peliä, hienoa tsemppiä ja vastustajan kunnioittamista oli ilo katsoa.

Måns Holmberg MBF

13-vuotiaiden poikien joukkuekilpailu.

13-vuotiaiden tyttöjen joukkuekilpailu. Huomaa palkintopalli...

15-vuotiaiden tyttöjen nelinpeli.

15-vuotiaiden tyttöjen joukkuekilpailu. Huomaa palkintopalli.

15-vuotiaiden poikien nelinpeli.

15-vuotiaiden poikien joukkuekilpailu.

13-vuotiaiden poikien kaksinpeli.

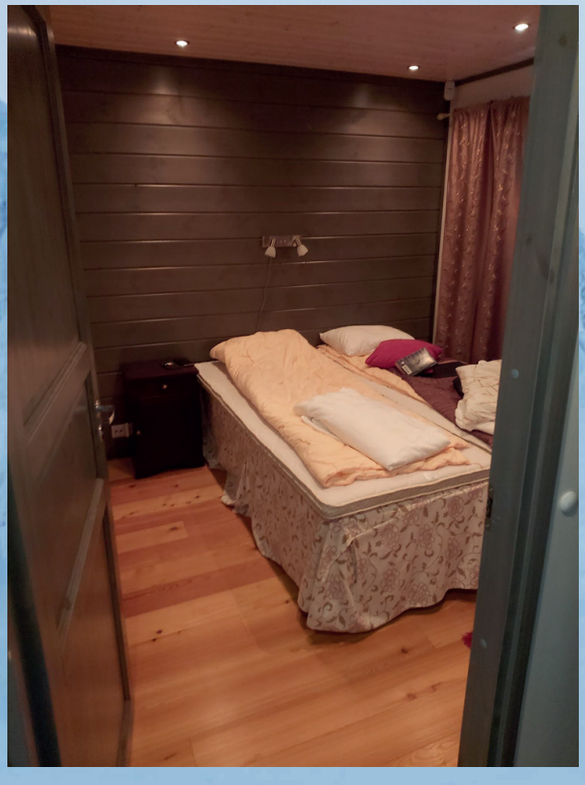
Tsempparipalkittu Luka Oinas OPT-86.

15-vuotiaiden poikien kaksinpeli.

13-vuotiaiden tyttöjen kaksinpeli.

Jos Salla kiinnostaa, ota yhteyttä.

Scanum Oy
p. 0400 520 674



Joukkue ja A-luokan SM kisat Koskella 30.–31.10.

Lokakuun viimeisenä viikonloppuna pelattiin Kosken Liikuntahallissa Joukkueiden sekä A-luokan (M-2200) SM-kisat. Ensimmäisenä päivänä vuorossa olivat Joukkuekisan poolit sekä A-luokan nelinpeli. Joukkuekisaan ilmoittautui ainoastaan seitsemän joukkuetta, joista kaksi järjestävästä seurasta. Kisa on kutistunut vuosi vuodelta, joten jotain buustia se kaipaisi.

Pooleissa ei suuria yllätyksiä nähty. Molemmat ykkössijoitetut PT Espoo ja TIP-70 voittivat molemmat ottelunsa ja etenivät välieriin. Pieni yllätys nähtiin toisessa poolissa, kun KoKa 2 löi OPT-86:n luvuin 3-2. KoKan nuori joukkue (Esa Kanasuo, sekä Matias ja Rasmus Vesalainen) otti yhden voiton mieheen. Toisesta poolista KoKa 1 meni kakkosena välieriin.

Kisojen toisena päivänä pelattiin välierät. PT Espoo kohtasi KoKa 2:n ja TIP-70 KoKa 1:n. Molemmat välierät sujuivat ennakkosuosikkien komennossa, tosin KoKa 1 laittoi TIP-70:n tiukoille Riku Aution voittaessa Aleksi Mustosen luvuin 3–2. Tilanteessa 2–1 Riku ja Lauri Laane pelasivat tiukan pelin, joka kääntyi viidennessä Laurille ja näin koko ottelu 3–1 TIP-70:lle.

Oulun ahkerasti kilpaileva Juhana Tuuttila otti uransa ensimmäisen SM-kullan voittaessaan A-luokan nelinpelin Espoon Huy Chaun kanssa.

Toisessa välierässä PT Espoo otti nopean 3–0 voiton KoKa 2:sta. Pronssiset mitalit näin KoKan joukkueille ja TIP-70 ja PT Espoo loppuotteluun. Siinä PT Espoo otti nopean 3–0 voiton ja uusi näin mestaruutensa. Arttu Pihkala pelasi koko kisan tappioitta.

A-nelinpelissä mukana oli 13 paria. Parit jaettiin neljään pooliin, joissa suurimmat yllätykset olivat Rasmus ja Matias Vesalaisen voitto lopullisesta mestariparista Juhana Tuuttila/Huy Chau (3-0) sekä Janne Relanderin ja Esa Kanasuon nousu poolin kakkoseksi. Jatkopelien ensimmäisellä kierroksella Juhana ja Huy voittivat ykkössijoitetun parin Aleksi Mustonen/Jussi Mäkelä ja Janne ja Esa kisan kolmossijoitetun parin Sami Ruohonen/Veikka Flemming.

Aleksi Mustonen voitti A-luokan, vaikka pelasi samanaikaisesti joukkuekisaa.

Kaikki ottelunsa voittanut Arttu Pihkala oli espoolaisten mestaruuden takuumies.

Isäntäseuran Esa Kanasuo nappasi lokakuussa SM-mitalit sekä A- että B-luokan kaksinpelissä ja nelinpelissä.

Maria Girlea (vas.) ja Ella Kellow veivät naisten mestaruuden Tikkurilaan.

Välierissä Janne ja Esa haastoivat hyvin Juhanaa ja Huyta, mutta hävisivät lopulta 2-3. Toisessa välierässä LPTS:n Leonid Pullinen ja Sami Hattunen löivät Vesalaisen veljekset 3-1 ja edeten myös loppuotteluun. Loppuottelu oli tasainen, mutta päättyi lopulta kolmessa erässä parille Juha Tuuttila/Huy Chau. Juhanalle uran ensimmäinen SM-kultamitali!

Sunnuntaina pelattiin myös naisten Joukkuekilpailu, jossa mukana oli kaksi joukkuetta, TIP-70 ja PT Espoo. TIP-70 kesti ennakkosuosikin paineet ja voitti ottelun luvuin 3–1. Maria Girlea voitti molemmat ottelunsa. Espoon kavennuksesta vastasi Ella Kellowin kukistanut Alisa Sinishin.

A-luokan kaksinpeliin tuli lopulta 28 pelaajaa. Enemmänkin olisi mahtunut, mutta näillä mentiin. Pooleissa ei suuria yllätyksiä nähty, maininnan arvoinen on Maria Girlean voitto Sami Hattusesta ja sitä kautta Janne Jokisen putoaminen jatkosta.

Jatkopeleissä nähtiin monta hyvää ja tasaista ottelua. Lassi Lehtola laittoi Huy Chaun koville, mutta vielä eivät rahkeet riittäneet voittoon. Meelis Kärner joutui antautumaan Esa Kanasuolle. Juhana Tuuttila jatkoi hyviä pelejään voittamalla Sami Hattusen tasaisen pelin jälkeen luvuin 3–1.

Kun Aleksi Mustonen pudotti Lauri Hakasteen jatkosta, olivat mitalistit selvillä. Välierissä Aleksi oli vahvempi Juhanaa vastaan ja Huy samoin Esaa vastaan. Esalle näin kisojen kolmas pronssi B-luokan kahden kullan rinnalle. Loppuottelussa Aleksi Mustonen vei tasaiset erät nimiinsä ja A-luokan mestaruuden. Huy Chaulle hopeaa ja pronssia Esa Kanasuolle ja Juhana Tuuttilalle.

Kisat sujuivat periaatteessa hyvin. Vaikka osanottajia oli melko vähän, aikataululle tuli paineita, kun A-luokan kärkikahinoissa oli paljon samoja pelaajia kuin joukkuekilpailun mitalipeleissä. Tästä kärsi varsinkin Aleksi Mustonen, joka pelasi A-luokkaa joukkuevälierän lomassa. Pelejä tuli tasaisen tappavaan tahtiin, mutta niin vain Aleksi nappasi A-luokan mestaruuden.

Kosken Kaiku kiittää kisoihin osallistuneita!

Tero Naumi

Kuvat Jarmo Ruohonen.

mn pingis
Parasta peliin

TIBHAR Evolution MX-D
Uutuus kevät 2021.
Evolution MX-D asettaa uuden standardin kumimarkkinoille. Maksimaalinen dynamiikka varmistaa, että kaikissa hyökkäys-lyönneissä on paras mahdollinen suorituskyky. Kumi on erittäin nopea ja kierteinen ja kuitenkin hyvin kontrolloitu. Sinulla on tunne, kuin pelaisit tuoreliimatulla kumilla. Paksuudet: 1,9 / 2,1 mm
Suositushinta: 49,90
MN-Pingiksen hinta: 42,50

TIBHAR Hybrid K3
Uutuus syksy2021
Hybrid K3 on jo monen TIBHAR huipun kumivalinta. Erittäin kierteinen ja jopa lievästi tahmea pintakumi yhdistettynä kovaan tehdasbuustattuun välikumiin tarjoaa teknisesti taitaville pelaajille paljon kierrettä ja riittävästi nopeutta. Lue tarkka selostus verkkokaupan sivuilta mn-pingis.fi.
Paksuudet: 2,0 mm /max
Suositushinta: 59,90
MN-Pingiksen hinta: 50,90

BUTTERFLY JOOLA andro

TIBHAR XIOM WIN WITH US SpinLord

729 Sauer & Tröger pipsfactory germany Dr. Neubauer

Huippumerkit, edulliset hinnat. Erinomaiset määräalennukset, jopa -20 %, kumit jopa n. -25 %, asusteet jopa -30 %. Kuukausittain vaihtuvat erikoistarjoukset. Tutustu www.mn-pingis.fi. Huomioithan, että myymme mm. kaikki Andro, Joola, Tibhar ja Xiom kumit n. 15 % alle valmistajien suositushintojen.

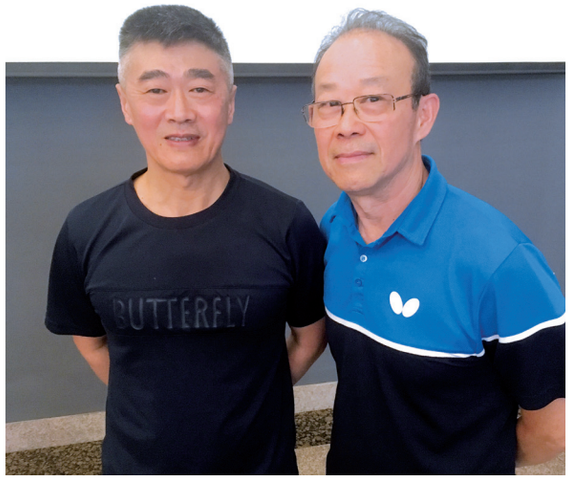
mn pingis
Parasta peliin
PINGISPALVELUT OY

MN-Pingis / Pingispalvelut Oy | Bergeninkatu 4 | 20320 Turku | pingispalvelut@mn-pingis.fi
www.mn-pingis.fi | Puhelin: Juha: 050 4908 315 | Tero: 044 5369 502 | Matti: 044 5335 366
Puhelintiedustelut arkisin: Juha 10.00 – 20.00, Tero 17.00 – 20.00, Matti: 12.00 – 20.00.

Palvelemme asiakkaitamme liikkeessämme tällä hetkellä sopimuksen mukaan. Käytäthän liikkeessämme asioidessasi kasvomaskia.

ETTU:n valmentajakurssilla

Osallistuin heti EM-kisojen jälkeen alkaneeseen ”ETTU Annual Coaching Conferenceen” 4.-6.lokakuuta. Kaupunki oli EM-kisojakin isännöinyt Cluj-Napoca. Aika kovaa settiä tuli! Jotenkin tuntuu, että Kiina on aina muita edellä, vaikka kuinka paljastelisi salaisuuksiaan eri seminaareissa. Jäin oikein miettimään, että mitähän ne siellä parhaillaan suunnittelevat!



Chen Zhibin (vas.) ja Liu Yanju.

Hienot puitteet hotellin isossa luentotilassa, pöytä luentosalissa. Kolmisenkymmentä osanottajaa 12 maasta, pääosin Romaniasta mutta myös ainakin Belgiasta, Espanjasta, Kreikasta, Kyprokselta, Portugalista, Ruotsista, Slovakiasta ja Tanskasta. Sekä Viron Vallut Vainola ja minä Suomesta. Tähtiesiintyjä oli viimeksi Singaporen pelaajia Tokion olympiakisoissa valmentanut **Chen Zhibin**. Finlandia Open voittaja muuten!

Maanantai-iltapäivällä kurssin avasivat ETTU:n kroatialainen kehityspäällikkö **Neven Cegnar** ja pääsihteeri **Richard Scruto**n. Molemmat olivat sitä mieltä, että nuoret eurooppalaiset ovat nykyään oikealla tiellä. Ja toki on sanottava, että eritoten venäläiset parikymppiset nuoret loistivat EM-pöydillä. Ensi vuoden vastaava koulutus on junioreiden EM-kisojen yhteydessä Serbiassa.

Sen jälkeen paikallinen liikuntatieteilijä **Paula Apostu** – ex-peluri hänkin - kertoi sosiaalisesta mediasta esityksessään ”The role of social media on sponsorship activation”. Aika yllättävää, että yliopistoihminen puhui vain romaniaksi ja tarvitsi näin vierelleen tulkin.

Internet on muuttanut urheilun markkinointia, joka on erilaisten ”pöytätennisasiakkaiden” ja -kuluttajien tarpeiden tyydyttämistä. Urheilussa on sekä markkinointia sen omia tarpeita varten että muiden asioiden markkinointia urheilun avulla. Urheilunkin markkinointi-mixissä puhutaan, tuotteista, sijoittelusta/paikasta, hinnasta ja promootiotoimenpiteistä.

”Kysykää asiakkailta mitä he haluavat tai eivät halua”, kuului Apostun neuvo. Joka tapauksessa somella on asioissa erityisen suuri rooli, sillä sinne ihmiset ovat oma-aloitteisesti ”tulleet paikalle”, liittyneet ryhmiin tms. Some on nykyään merkittävämpi kuin radio tai TV, sillä somessa asiat voi esittää sellaisena kuin itse haluaa ja siellä pääsee suoraan vuorovaikutukseen. Ja edelleenkin some-markkinointi on edullista.

Yleisesti arvioidaan, että vuonna 2025 maailmassa on 4,5 miljardia some-kuluttajaa. Tämän hetken trendejä ovat reaaliaikaisuus ja lyhyet ”minuuttivideot”. Lisäksi taustatarinat ovat aina hyviä ja meemitkin kannattaa muistaa.

Illan päätteeksi Cegnar ”valmisteli” osanottaja tiistain kiinalaisluennoille. Hän kehotti lähestymään asioita avoimin mielin ja painotti viestinnän merkitystä. Kiinalaisista hän totesi, että heidän maailmansa on kokonaan toinen kuin meillä. Siellä on normaalia, että alueen jatkovalmennukseen valitaan 100 parasta ehkä 3000 pingiskoululaisesta. Ja treenit ovat 24 pöydän salissa, jossa jokaista pöytää kohden on vähintään yksi valmentaja. Pallolaatikkoa tehdään paljon ja palloja on tosi paljon.

Kiinalaiset kiinnittävät alusta lähtien paljon huomiota perustekniikkaan, jota hiotaan jatkuvasti valmentajan johdolla. Aivan aluksi pelataan vain kämmentä, jotta se opitaan kunnolla. Lapset kilpailevat vähän, mutta harjoittelevat paljon.

Lisäksi Cegnar totesi, että modernissa pöytätenniksessä mailaote vaihtelee koko ajan, ja että pelityylin pitää mukautua luontevaan mailaotteeseen, ei toisin päin. Ja kun pelityyli on löytynyt, esimerkiksi jalkatyöharjoitukset eivät ole kaikille ”geneerisesti samoja” vaan nimenomaan omaan pelityyliin mukautettuja. Onhan esimerkiksi rystypelaajan ja kämmenhakupelaajan liikkuminen aika erilaista!

Chen Zhibin vakuuttava

Tiistain pääpuhuja oli entinen mestaripelaaja Chen Zhibin. Suomalaisista ainakin **Pasi Valasti** muistaa miehen hyvin, sillä Pasi oli lähellä kukistaa tämän 30 vuotta sitten Ranskan avoimissa. 17-14 johto ratkaisuerässä synnytti ”Wäbä” Seiron kultiksi nousseen ”alkaa leka reistailee” -kannustuksen. Muutamassa treenipallossa 59-vuotias Saksan kansalainen Chen näytti, että leka toimii edelleen. Silmiä hivelevä tekniikka lähetti palloa kovaa ja varmasti.

Chenin aamun aiheena oli ”Comparison of the Asian and European approaches to technical training and playing styles – theoretical lecture”. Tulkkina oli Euroopassa vuosikausia valmentanut Liu Yanjun. Tästä metodista syntyi kurssin ainoa heikkous. Esitykset olivat luvalla sanoen melko valmistelemattomia ja tulkkikin puhui selvästi huonompaa englantia kuin moni meistä. Ja puhui lisäksi joko ilman mikrofonia tai sen ohi ja tietenkin epäselvästi. Pieni powerpoint-koulutus olisi paikallaan…

Mutta sisältö oli rautaa! Chenin mukaan eurooppalaiset ovat ensinäkin yleensä liian kaukana pöydästä syötönvastaanotossa. Toiseksi kolmea ensimmäistä palloa harjoitellaan liian vähän, vaikka ne ovat tärkeimmät ja tietenkin myös pelissä yleisimmät. Tietyn syötön jälkeen vedetään aina tietyt lyönnit ja koko treenin painotus on aina niissä.

Eurooppalaisten ”banaaniflipissä” käytetään vartaloa liian ”löysästi” ja noustaan pystyyn sen jälkeen. Oikeassa suorituksessa liikkeen tulee olla pieni (vain kädellä) ja keskivartalon ”coren” pidettävä, jotta ollaan valmiina seuraavaan lyöntiin.

Ylipäätään pallot pitää yrittää ottaa aikaisemmin pompusta. Ensimmäisten pallojen pitää olla nopeita, ei niinkään kovia, koska jälkimmäisten tekemiseen ei juuri ole aikaa. Siksi ajoitus on oleellista. Ja ihan pelkkiä palautuksia ei tehdä vaan aina lyönti vastaan. Lyöntiliikkeet pöydän lähellä ovat yhä lyhyempiä, vaikka kaukana pöydästä asia on eri.

Kolmea ensimmäistä palloa treenataan paljon pallolaatikolla, toistamalla yhtä ja samaa kuviota riittävästi. Chen totesi, että ”suuret keksinnöt” (kuten banaaniflippi, liimaus ja spinni) ovat Euroopasta, mutta eurooppalaiset vain

keksivät ne. Kiinalaiset opettelevat samat asiat ja kehittävät niitä. Suomeksi sanoen eurooppalaisten valmentajien pitää tulla paremmaksi!

Chen tiivisti asiansa kolmeen pääkohtaan:

1) Vartalon jännitys: keskivartalon ja ylävartalon/käden jännitys on eri asia. Käden pitää olla rento ja nopea, mutta keskivartalon syvät lihakset pitävät paketin kasassa ja antavat lyönneille kivijalan.
2) Palloa on lyötävä mahdollisimman aikaisin ja erityisesti syötönpalautuksessa.
3) Kolme ensimmäistä palloa ovat menestyksen ydin!

Aandreea Clapa joutui boxi-demonstraatioissa koville.

Myös syötönpalautus on hyökkäys, jos se vain mahdollista. Eurooppalaisilla on voimaa lyödä, kun päästään peliin, mutta pelissä pelataan aika harvoin pitkiä ralleja. Ne voi vaikka hävitä!

Chen moitti eurooppalaisten keskimäärin huonoa keskivartalon hallintaa ja ”jännitystä”. Kiinalaiset oppivat sen, koska pelaavat aina ”pisteen voittaminen mielessä”. Euroopassa pelaajat eivät harjoituksissa mieti niin paljon yksittäisen pallon voittamista vaan toteuttavat kuvioita. Eli harjoittelevat peliä, jota käyttävät otteluissa lopulta aika harvoin.

Kiinalaisista huippupelaajista Chen totesi, että nämä ovat nykyään vähemmän loukkaantuneina, koska fysiikkatreeniä tehdään niin paljon. Fysiikassa ero takavuosiin on suuri, nykyisten pelaajien eduksi. Moderni fysiikkatreeni on erittäin yksilöllistä ja lämmittely on erityisen huolellinen.

Tulevaisuutta ex-peluri arvioi siten, että materiaalipelaajien ja puolustajien on edelleen mahdollista päästä huipulle. DHS muuten tekee Kiinan maajoukkuepelaajille parhaat mahdolliset kumit henkilökohtaisten ominaisuuksien mukaan. Nämä eivät ole yleisessä myynnissä.

Pallolaatikko on in!

Seuraavan luennon nimi oli loogisesti ”Comparison of the Asian and European approaches to technical training and playing styles - practical lecture”. Siinä Chen Zhibin näytti kahden esimerkkipelaajan kanssa, kuinka pitäisi harjoitella. Romanialaiset **Aandreea Clapa** ja **Zamfir Mihai** saivat aika kyytiä.

Ensimmäinen kuvio oli pitkää syöttö rystylle. Vastaanottajan oli avattava ja ajateltava, että on oikeassa matsissa. Tuomio oli, että Mihain osuma on liian myöhään ja pelaaja on liian kaukana. Rystyavauksen tulee olla nopea mutta varma. Siitä Chen pisti nopean blokeerauksen tai vastarystyspinnin ja tähän romanialaisen oli vielä vastattava rystyvastaspinnillä. Käsky oli valmistautua seuraavaan palloon jo, kun lyö edellistä.

Seuraavaksi lyhyt syöttö siten, että nyt syöttäjä lyö flipistä rystyllä vastaan. Lyhyen syötön palauttamisessa jalkojen asento on tärkeä. Kämmenflipissä paino on aluksi paino molemmilla jaloilla, oikeakätinen ponnistaa vasemmalla ja asettaa oikean jalan oikeaan paikkaan. Tässä siis ei tehty pelkkää ”suoraa pallolaatikkoa” vaan pallojen antaja joutuu myös pelaamaan ainakin yhden lyönnin.

Sitten seurasi mielenkiintoinen uutuus eli rystypallolaatikko. Pallojen antaja veteli banaaniflippiä keskeltä pöytää rystylle. Pelaajan tehtävä oli yrittää vetää vastalyönti pompusta. Näin nopeassa lyönnissä ylävartaloa ei kierry oikeastaan ollenkaan, lantio sen sijaan vähän.

Ensimmäisissä palloissa Chen tuomitsi Mihain ”pystyyn nousemisen” oman lyönnin jälkeen. Coren tulee pitää! Nykypelistä 50 prosenttia on tämänkaltaista peliä, ei spinnitaistoa irti pöydästä!

Sitten seurasi rystyflippiä kämmenelle, josta tehtävänä oli niin ikään vastaveto pompusta. Kättä ei saa viedä liian kauas taakse, koska se on hidasta. Kolmas variantti banaaniflippiä oli epäsäännöllisesti molemmille puolille. Harjoituksen on oltava vaikeampaa kuin pelin flipit. Ja samat kommentit: ”näin nopeassa pelissä vartalon liike lyönnissä on hyvin pieni ja veto ei saa päättyä ”pystyyn nousemiseen”.

Vielä vedettiin lyhyttä alakierresyöttöä kämmenelle ja pitkää rystylle. Jälkimmäisestä on avattava suoraan pompusta. Vedon tulee olla kovan sijasta nopea. Lyhyessä alakierrepalautuksessa taas pallo otetaan niin nopeasti pompusta kuin mahdollista, jotta siihen saadaan vastalyönnin kautta kierrettä.

Näin lyödään kämmenspinni

Toinen treenattava Aandreea oli pöydällä, kun Chen alkoi opettaa kämmenspinniä. Tässäkin lyönnissä oleellisia asioita ovat ajoitus ja keskivartalon pito. Karkeasti jakaen moderni kämmenspinni tarkoittaa kolmea melko erilaista lyöntiä:

1) Klassinen spinni irti pöydästä. Pallo otetaan myöhemmin, koska aikaa on. Lyöntiliike on pitempi. Kierrettä tulee, muttei oikein nopeutta.
2) Tappospinnimäinen veto lähempää pöytää. Nyt lyödään selvästi aikaisemmin ja vartalo tekee kierrossa ison työn. Nyt oleellista on lyöntikovuus.
3 Vastaspinni suoraan pompusta. Tässä lyönnissä ei ehdi tehdä pitkää ”latausliikettä” taakse eikä siinä käytetä niin paljon vartalokiertoa. Nyt avainsana on nopeus.

Chenin oma demonstraatio kolmesta eri lyönnistä oli aika vakuuttava. Jos joutuu hakemaan syvältä kämmennurkasta, ristiaskelta käytetään, kun siihen on aikaa tai kun pallo on äärimmäisen kaukana, muuten sivuaskeleita. Oikein nopeassa pelissä ristiaskelta ei voi käyttää.

Tätä keskustelua seurasi mielenkiintoinen kuvio: Avausspinni alakierteestä, seuraava veto nopeana suoraan pompusta ja kolmanneksi tappospinni vähän taas irti pöydästä.

Nopean jalkatyön kämmenspinnissä vauhti tehdään vain pienellä vartalokierrolla ja keskivartalolihaksilla. Tämä on NOPEA. KOVA lyönti on eri asia, siinä lyöntiliike on ”isompi”, painotti Chen.

Kiinalaiset harjoittelevat myös liikkumista syvyyssuunnassa. Pallolaatikon antaja antaa välillä tarkoituksella helpon ja hitaan pallon, josta on ehdittävä lyömään tappospinni. Hitaan pallon paikkaa ja mittaa vaihdellaan.

Jalkojen käyttöä kämmenspinnissä Chen opetti peluuttamalla Aandreeaa kahdesta paikasta. Tehtävänä oli lyödä kämmentä pallo alas päästäen ja alakierteestä, jota Chen heitteli varsin

kaukaa pöydästä ”deffumaisesti”. Näin kuulemma oppii käyttämään vartalonkiertoa ja nostamaan lyöntiä jaloilla. Lyönnin kovuus rakentuu näille elementeille, ei kädelle.

Optimaalinen peliasento on jonkin verran yksilöllistä ja riippuu mm. pelaajan pituudesta sekä voimatasosta. Sanoipa Chen paljon muutakin. Puheenvuoro oli kaiken kaikkiaan hyvin vaikuttava.

Näin opetat lapsia

Itävallassa nykyään vaikuttavan Liu Yanjun puhui vielä siitä, kuinka aivan vasta-alkajaa opetetaan. Ensin opetellaan perusasento, jossa jalkaterät osoittavat eteen ja polvet ovat vähän koukussa. Pöydän päätyyn nähden jalat ovat linjassa. Keskivartalon tulee pitää, sillä ”vatsa jännitetään sisään”. Ylävartalo on rentona, mutta ”varpailla yritetään ottaa lattiasta kiinni”, opasti Liu.

Liikkumista on myös ajateltava. Kämmenlyönnin perusta on jalkojen painonsiirto lantion kautta. Se on samalla jalkatyön pohja ja välttämättömyys. Oikeakätisellä pelaajalla lyöntivoima lähtee oikeasta jalasta, mikä on jopa tärkeämpi asia kuin käden liike.

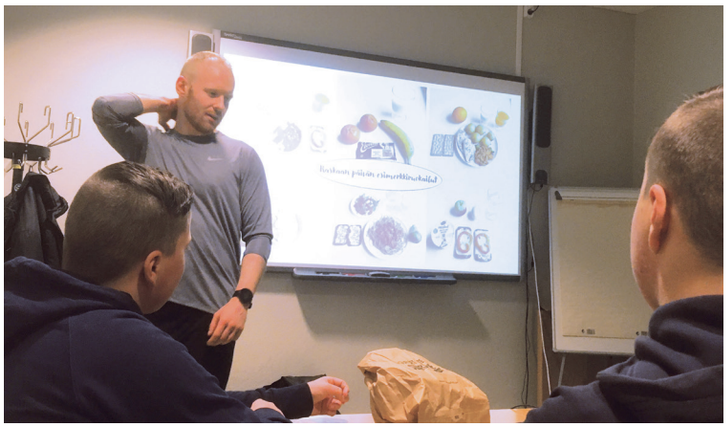
Kämmenlyönnin opettaminen kannattaa aloittaa lyhyemmällä liikkeellä (loppusaatolla), pelaaja oppii kyllä pidentämään/koventamaan sitä myöhemmin. Kämmenessä käsi on taka-asennossa jo valmiiksi aika ylhäällä, jotta lyönti menee eteenpäin eikä alhaalta ylöspäin.

Vasta-alkajille varjoharjoittelu on erityisen tärkeää. Sitä lasten pitäisi tehdä paljon enemmän. Yksi vähän parempi pelaaja on edessä mallina ja muut matkivat takana. Peilinkin edessä on hyvä harjoitella. Kämmentä harjoitellaan alusta asti liikkumisen kanssa kahdesta kohdasta säännöllisenä. Rysty on lapsille helpompi, joten siihen ei aluksi tarvitse kiinnittää niin paljon huomiota.

Sellaisia oppeja siis tuli. Päällimmäisin oppi oli kuitenkin, että kansainvälisillä kursseilla kannattaa käydä. Niissä jokainen oppii aina jotakin uutta.

Esko Heikkinen

Ravintotietoa ”Rusan ryhmälle”



Perjantaina 12. marraskuuta järjestettiin Ruskeasuon kahvion kokoushuoneessa luento pöytätennispelaajien ravitsemuksesta. Sen piti ravitsemusasiantuntija **Vili Jaakola** Pääkaupunkiseudun Urheiluakatemiasta. Paikalla olivat ”Rusan ryhmän” lisäksi veljekset **Rasmus** ja **Matias Vesalainen, Esko Heikkinen, Mika Räsänen** ja allekirjoittanut.

Alussa käytiin läpi, mitkä seikat vaikuttavat urheilijan kehitykseen: harjoittelu, lepo ja ravitsemus. Ravitsemus eli ruokavalio pitää sisällään energiansaannin, ateriarytmin, energiaravintoainejakauman, ravinnon laadun ja ravintolisät. Ruokavaliossa tuli esille, että tärkeintä urheilijalle on riittävä energiansaanti, sillä energiansaanti määrittää kehitystä. Niukka syöminen ei tue urheilua. Säännöllinen ateriarytmi on noin 5–7 kertaa päivässä: aamupala, lounas, välipala, päivällinen ja iltapala. Useimmille sopii 2–4 tunnin ateriaväli.

Toisena käytiin läpi urheilijan lautasmallia. Kevyen harjoituspäivän lautasmalli, kohtuukuormitteisen harjoituspäivän lautasmalli ja raskaan harjoituspäivän lautasmalli. Harjoituspäivän laatu vaikuttaa hiilihydraattien, proteiinin ja kasviksien määriin ruokailussa. Kevyen päivän harjoittelussa kasviksien osuus on 50 % ja hiilihydraatin sekä proteiinin osuus 25 %, kohtuukuormituksen päivän aikana hiilihydraattien osuus nousee hieman ja raskaan harjoituspäivän aikana hiilihydraattien osuus on 50 % ja proteiinin sekä kasvisten osuus 25 %. Sen jälkeen sovellettiin lautasmallia välipaloihin.

Vili muistutti, että hiilihydraatti on urheilijan ensisijainen energianlähde, mutta elimistön kyky varastoida hiilihydraatteja on rajallinen. Käytiin myös läpi, että hiilihydraattipitoinen urheilujuoma auttaa kovatehoisen suorituskyvyn ylläpidossa. Eräässä kokeessa yhdeksän erittäin hyväkuntoista nuorta harrasteurheilijaa jaettiin kahteen ryhmään. Toinen ryhmä nautti hiilihydraatteja sisältävää juomaa ja toinen ryhmä hiilihydraatitonta. Sitten urheilijat suorittivat testijuoksun uupumukseen asti. Tuloksena oli, että hiilihydraattijuoman nauttiminen pidensi uupumukseen vaadittavaa rasitusaikaa 33 %.

”Food first” -filosofia tarkoittaa, että tavanomainen ruoka on lähtökohtaisesti aina ravintolisiä parempi vaihtoehto. Ravintolisien etu liittyy niiden käytännöllisyyteen ja nopeaan imeytymiseen.

Lopuksi käytiin läpi ravitsemukseen kilpailupäivänä ja saatiin viisi vinkkiä:

1. Suunnittele ja aikatauluta
– huolellinen ruokailujen ja eväiden suunnittelu vähentää ylimääräistä stressiä
2. Syö riittävästi
– huomioi kulutukseen nähden riittävä energian saatavuus kilpailupäivänä
3. Minimoi vatsavaivojen riski
– suosi kilpailua edeltävillä aterioilla entuudestaan tuttuja ja helposti imeytyviä ruoka-aineita
4. Panosta aamupalaan ja välipaloihin
– runsas aamupala ja järkevät välipalat auttavat jaksamaan, kun mahdollisuutta kunnon aterioille ei ole
5. Täytä energiavarastot
– syö kunnolla kilpailun jälkeen ja vältä liian kevyttä syömistä

Luento oli mielenkiintoinen. Vili esitti asiat hyvin ja ymmärrettävästi. Aiheiden lomassa tuli myös hyviä kysymyksiä ja kävimme aktiivista keskustelua. Jatkossa pyrimme edelleen tarjoamaan maajoukkuepelaajille vastaavia tilaisuuksia.

Johanna Kaimio

Miikka O'Connor
– pelaaminen ulkomailla

Minkä ikäisenä, missä ja miten aloitit pöytätenniksen?

Ensimmäinen kerta kun pelasin, oli kun taisin olla 6-vuotias. Isä vei minut ja veljeni Rusalle pelailemaan viikonloppuisin ja siitä pikkuhiljaa innostuin.

Kerro omin sanoin harjoittelustasi juniori-ikäisenä, kuka valmensi, missä harjoittelit, paljonko harjoittelit ja kenen kanssa harjoittelit?

Ensimmäinen seura oli MBF, jonka junnutreeneissä aloitin ensimmäiset ohjatut harjoitukset. Valmentajat olivat Alexander Dyroff ja Peter Eriksson. Meillä oli silloin iso treeniryhmä ja hyvä porukka, joten se oli loistava seura aloittaa pingis. Siitä ryhmästä ei tosin enää ole kukaan muu kuin Emil Rantatulkkila pingiskuvioissa mukana, mutta silloin oli monia junnuja Suomen huipulla. En tarkalleen muista alkuvuosien treenimääriä, mutta pikkuhiljaa ne kasvoivat muutamasta kerrasta per viikko melkein jokapäiväiseksi. Paljon hyviä muistoja niistä treeneistä!

Oliko harjoittelusi juniorina jälkeen päin ajatellen laadukasta? Mitä tekisit toisin, jos vielä voisit sen tehdä?

Junnuvuosina treeni-into oli kohdillaan, mutta laadussa oli tietysti paljon parannettavaa. Jälkiviisaana kun miettii, miten sitä olisi voinut parantaa, niin perustekniikoita olisi pitänyt hioa paljon enemmän - keskittyä yksinkertaisiin kuvioihin ja vasta myöhemmin vaikeimpiin ja kovempiin lyönteihin. Se minkä pienenä tein hyvin oli, että pelasin paljon eriä eri vastustajien kanssa, kun pyöriskelin Rusalla haastamassa kaikkia keitä siellä sattui olemaan. Kun pääsin mukaan maajoukkueryhmään, treenit paranivat ja pääsin touhuamaan ammattivalmentajien kanssa.

Missä vaiheessa siirtyminen ulkomaan peleihin tuli ajankohtaiseksi ja miten se käytännössä tapahtui?

Lukioikäisenä alkoi olla selvää, että Suomesta täytyy muuttaa pois, jos haluaa pelata pingistä ammatikseen. Kun aloitin lukion Märskyssä, olin päättänyt, että hoidan koulun kolmessa vuodessa loppuun, jotta voisin muuttaa Ruotsiin treenaamaan ja kokeilemaan pingistä ihan täyspäiväisesti. Muutin ensin Köpingiin, jossa oli hyvä treenikeskus ja jossa olin jo aiemmin käynyt. Myös hyvä ystäväni Markus Myllärinen kävi siellä pingislukiota, joten se oli hyvä paikka aloittaa.

Yhden kauden jälkeen muutin Söderhamniin, mistä löytyi vielä kovempi treeniporukka. Oli tärkeä vaihtaa harjoituskeskusta, sillä Köpingin treenit ei sopineet niin hyvin minulle. Tästä myös huomasi, että parempaan pingismaahan muuttaminen ei välttämättä itsessään riitä, vaan sieltä täytyy myös löytää treeniryhmä ja valmentajat, jotka toimivat sinulle pelaajana parhaiten. Treenimäärät olivat Ruotsissa kohdallaan, kun pääsin keskittymään vain pingikseen ja pystyin harjoittelemaan niin paljon kuin halusin.

Tavallisesti treenasin 7-10 kertaa viikossa, vähän riippuen siitä, kuinka oli kisoja. Syöttöharjoitteluun ja fysiikkatreeniin oli aina mahdollisuus pingissessioiden välissä, mikä kehitti myös paljon. Yhteensä asuin Ruotsissa reilut kaksi kautta, jonka jälkeen muutin takaisin Suomeen, kun ammattipelaajaksi pääsy ei enää ollut ykköstavoitteena. Suomessakin pääsisi tietysti samoihin treenimääriin kuin Ruotsissa, mutta suurin ero on se, että ympäriltä ei löydy muita pelaajia, jotka pyrkivät huipulle. Yksin on todella vaikeaa pysyä motivoituneena.

Kerro otteluistasi ulkomailla, missä joukkueissa pelasit, kenen kanssa pelasit ja miten pärjäsit?

Ruotsin, Norjan, Englannin, Saksan, Viron ja Sveitsin pingisliigoissa on tullut vuosien varrella pelattua. Joukkueita ja sarjoja on ollut monen näköisiä, mutta parhaat kokemukset ovat joukkueista, joissa on ollut hyvä henki ja seuroista, jossa on ollut sarjan suhteen kovat tavoitteet. Niihin peleihin syttyy ihan eri tavalla. Mitä kovempi taso sarjassa on ollut, sitä useimmin tämä on myös toteutunut.

Mikäli olet myös asunut ulkomailla pingiksen vuoksi, kerro asumisestasi / harjoittelustasi siellä, missä asuit ja harjoittelit. Mitä eroa oli kotimaassa asumiseen ja harjoitteluun?

Rahan perässä pingistä ei kannata lähteä pelaamaan, sillä sitä on todella vaikea saada, ellei ole maailman huipulla. Kun asuin Ruotsissa ja pelasin kahta eri sarjaa, pystyin juuri ja juuri elämään sillä, mutta mitään ylimääräistä ei jäänyt. Sama tilanne oli monella minua paremmallakin pelaajalla. Pingis on karua, kun kilpailu on niin kovaa ja jos pelaa täyspäiväisesti, täytyy saada myös hyviä tuloksia. Muuten on vaikea saada seuroilta tarpeeksi rahallista korvausta.

Minkälaiseksi koit pelaamisesta saatavan rahallisen korvauksen?

Kaikki kokemus, mitä ulkomailla pelaamisesta on jäänyt, on ollut todella positiivista. Kielitaito ja ystävyyssuhteet tulevat päällimmäisenä mieleen. Huonojakin kokemuksia ja hetkiä on tietysti ollut paljon, mutta niistäkin oppii ja käteen jää sellaista, mitä ei olisi saanut, jos olisi vain pysynyt tutuissa Suomen peleissä ja omalla mukavuusalueella. Lisäksi myöhemmin elämässä on ollut helpompi tehdä rohkeampia päätöksiä ja kokeilla uusia asioita, kun on kokenut ulkomailla pelaamisen arvaamattomuutta.

Mitä vinkkejä antaisit juniori-pelaajille, jotka haluavat tavoitella Suomen huippua ja kansainvälisiä otteluita pöytätenniksessä?

Vinkkinä juniori-ikäisille, jotka todellakin tavoittelevat pingiksen huipulle on se, että löydä muita pelaajia, jotka myös tähtäävät huipulle, ja valmentaja, joka on valmis auttamaan siinä. Jos se tarkoittaa ulkomaille muuttamista niin kannattaa uskaltaa lähteä. Vaikka se ei johtaisikaan pingisammattilaiseksi, siitä tulee jäämään käteen paljon muita arvokkaita asioita.

Mitä mahdollisesti tekisit pöytätennisvalmennuksen suhteen toisin näin jälkikäteen?

Treenaamisessa tekisin toisin sen, että keskittyisin enemmän pelini vahvuuksiin. Nuorena valmentajien kanssa keskityttiin liikaa heikkouksien korjaamiseen, mikä tietysti on myös todella tärkeää. Mutta vielä tärkeämpää on omat vahvuudet ja niiden hyödyntäminen pelissä. Lopulta niillä ne pisteet tehdään ja matsit ratkaistaan.

Jos mielesi päällä on vielä tästä aiheesta jotain, niin sana on vapaa.

Jos haluaa pelaajana kehittyä, kannustaisin kokeilemaan ulkomaan pingissarjoissa pelaamista, jos on vähänkään kiinnostusta. Uuden sarjan pelit antavat niin paljon enemmän kuin Suomen tutut vastustajat. Euroopasta löytyy monta kiinnostavaa pingisliigaa eri tasoisille pelaajille, joten ei myöskään tarvitse olla ammattilainen löytääkseen ulkomailta sopivan joukkueen. Myös alemmilta sarjatasoilta voi saada rahaa tai ainakin kustannukset katettua. Matkustamista tulee tietysti enemmän, mutta sen ajan voi myös pistää hyötykäyttöön - itse kirjoitan tätä lentokoneessa matkalla pelaamaan Sveitsin liigaa!

Suomen–Viron naisten liiga käyntiin

Jo muutaman vuoden vireillä ollut Suomen ja Viron naispelaajien yhteinen liiga saatiin marraskuussa käyntiin. Kummastakin maasta sarjaan osallistuu neljä joukkuetta. Turnaus aloitettiin maiden sisäisillä peleillä, suomalaisten osalta marraskuussa Espoossa. Järjestykseksi muodostui 1. TIP-70, 2. PT Vantaa, 3. PT Espoo, 4. MBF. Virosta sarjaan osallistuvat joukkueet Narvasta, Maardusta sekä kaksi joukkuetta Tallinnasta. Seuraava kierros pelataan 29.1. Tallinnassa.

Espoon turnauksen osallistujia.

Kiinalainen huippuvalmentaja

Marraskuun loppupuolella pöytätennisliitolle ja pelaajille avautui muutamien yhteensattumien kautta huikea mahdollisuus saada oppia lajin mahtimaa Kiinan kärkivalmentajiin lukeutuvalta Liu Zhiqiangilta. Mr. Liu oli Slovenian WTT-kisassa Kiinan joukkueen valmentajana. Kun Kiina päätti lähettää joukkueen myös Finlandia Openiin, kysyi Kiinan liitto mahdollisuutta järjestää valmentajalle majoitus Kisakallioon kahden viikon väliajaksi, jotta valmentajan ei tarvitse välissä matkustaa pois Euroopasta.

Mr. Liu ja korvaamaton tulkkausapumme, PT Espoon Xicheng Cong.

Suomen liitto oli jo aikaisemmin kysellyt mahdollisuutta saada Kiinasta valmennusoppia, joten muutamien sähköpostien jälkeen sovittiin, että valmentaja majoittuu Helsinkiin ja on mukana liiton järjestämissä harjoituksissa. Hebeistä kotoisin oleva Liu Zhiqiang on toiminut muun muassa Kiinan naisten maajoukkueen sekä nykyisin miesten kärkipelaajiin lukeutuvan ja MM-kisoissa pronssia voittaneen Jiang Lingkunin valmentajana. Suomen vierailulla tulkkina sekä tukena toimi PT Espoon Xisheng Cong, jonka apu koko vierailun ajan oli suunnattoman tärkeää.

Jo ensimmäisissä harjoituksissa pelaajat saivat tuntumaa, mitä on toimiminen maailman huipulla. Lyhyen tutustumisen sekä sivusta seurailun jälkeen Liu alkoi korjailla erittäin tarkasti pelaajien teknisiä yksityiskohtia. Lantion ja keskivartalon käyttöä kämmenlyönnissä sekä mailakulmia hiottiin niin kauan, että valmentajalta saatiin hyväksyvä nyökkäys. Vaatimustaso harjoituksissa oli ylipäätään asia, josta puhuttiin paljon ja johon lajin mahtimaassa paneudutaan kovasti. Kun pelaajat vetävät päivästä toiseen täysillä ja heiltä vaaditaan paljon, kisatilanne tuntuu normaaleihin treenipäiviin verrattuna pelaajista juhlalta.

Harjoituksissa keskitytään siihen, että perusasiat ovat vahvalla pohjalla. Kämmenlyönti ja -tekniikka ovat tärkeässä roolissa ja perusjalkatyötä ja varmuuskuvioita vedetään todella paljon. Karkeasti kahden tunnin treeni voisi mennä seuraavasti:

10+10 min kämmentä
10+10min kämmen/rysty puolenvaihtoharjoitus
10+10min kämmentä kahdesta kohdasta
10+10min lyhyt syöttö, pitkä alakierrepalautus, kämmenavaus, josta blokeeraus vapaasti
10+10min lyhyt syöttö, rystyavaus, josta blokeeraus vapaasti
10min eriä

Kun pallo pelataan loppuun, se halutaan aina voittaa.

Mr. Liun visiitti keskeytyi harmittavasti ennen Finlandia Openia, koska Kiinan joukkue ei saanut matkustuslupaa Eurooppaan. Valmentaja palasi pikavauhtia Kiinaan, jossa maan sääntöjen mukaan joutuu 21 päivän karanteeniin ulkomailta palatessa. Ennen lähtöä ehdin kuitenkin vielä keskustelemaan Liun kanssa Kiinan ylivoimasta lajin parissa. Seuraavassa hieman hänen näkemyksiään lajista:

Vielä 2000-luvun alkupuolella arvokisojen korkeimmilla korokkeilla nähtiin muun muassa Itävaltalainen Werner Schlager (MM 2003) ja korealainen Ryu Seung Min (Olympiakisat 2004). Tämän jälkeen voitot ovat menneet yksinomaan Kiinaan. Yhtenä suurena syynä maan dominointiin Liu Zhiqiang näkee hallituksen tekemät päätökset 2000-luvun alussa, jonka jälkeen pöytätenniksen resursseihin niin rahallisesti kuin muutenkin panostettiin reilusti. Lajilla on suuri merkitys yhteiskunnassa ja valmentajia sekä pelaajia on paljon.

Kun sisäinen kilpailu on kovaa, se ruokkii menestystä kansainvälisesti. On monesti sanottu, että Kiinasta löytyy useampi maajoukkueellinen pelaajia, jotka menestyisivät kansainvälisellä huipulla. Kuitenkin usein samat nimet, kuten Ma Long, Zhang Jike, Liu Zhiwen jne. ovat arvokisoissa napsineet kirkkaimmat mitalit. Näitä huippupelaajia yhdistävä tekijä on luonteessa ja palavassa intohimossa lajiin. Koska maassa on paljon pelaajia, systeemi kasvattaa pienestä saakka pelaajia olemaan jatkuvasti parempia.

Kerroksia ennen maajoukkueeseen pääsyä on monia ja pelkästään provinssitasolle saati maajoukkueeseen pääseminen on ison työn takana. Jotta pelaajat pääsevät huipulle, pelaajalla pitää olla seuraavat tekijät olemassa: kunnianhimo, kova työntekemisen halun toive/unelma, lahjakkuus ja hyvä valmennustiimi. Huipuilla valmennustiimissä on vähintään kolme valmentajaa, joiden roolit ovat kirkkaat. Lisäksi pelaajilla on selkeä oma tyyli, jota kehitetään.

Teknisiä eroja eurooppalaisiin pelaajiin verrattuna on jonkin verran. Yksi selittävä tekijä on materiaaleissa. Kiinalaiset pelaavat tahmeammalla kämmenkumilla, jonka tarkoitus on saada palloon hyvä kierre. Huippujen käyttämät kumit ovat myös todella nopeita, joten vauhtia niistä saadaan vähin-

Liu Zhiqiang Suomessa

täänkin riittävästi. Lyöntivarmuus sekä tekemisen laatu ovat Liu Zhiqiangin mukaan isoja selittäviä tekijöitä kiinalaisten menestykseen.

Provinssitasolla pelaajat harjoittavat lajia noin 30 tuntia viikossa, maajoukkueessa mahdollisesti vielä enemmän. Kilpailukaudella fysiikkapuolen harjoitukset ovat lähinnä vammoja ehkäiseviä, koska lajiharjoitukset ovat itsessään niin raskaita. Vastuskuminauhaa käytetään juurikin ylläpitävänä harjoitteluna. Punttisalilla käydään silloin kun siihen on järkevä ajankohta, eli suunnittelu on tärkeää.

Ottelutilanteissa teknisiin asioihin perehdytään melko vähän. Mitä isompi ja tärkeämpi kilpailu, sitä enemmän keskitytään pelaajan henkiseen puoleen ja hyvän fiiliksen löytämiseen. Taktiikka on pääosin luotu jo ennen pelejä.

Kahden viikon aika on lopulta lyhyt ja siinä ei kovin mullistavaa pysty saamaan aikaan. Saimme kuitenkin paljon hyvää informaatiota maailman huipulta ja oli hienoa, että saimme vieraamme mukaan myös leiri- ja valmentajapäiväämme Ruskeasuolle. Valmentajan ajatuksia pääsivät kuulemaan leirille osallistuneet pelaajat sekä valmentajat ja ainakin Oulusta saatujen kommenttien perusteella Liun näkemyksistä saatiin paljon eväitä tuleviin harjoituksiin.

Oli myös hienoa nähdä, miten intohimoisesti erittäin ystävällinen Liu Zhiqiang suhtautui valmentamiseen. Mitään suuria taikatemppuja ei maailman huipullakaan kuitenkaan tehdä. Menestystä varten vaaditaan kovaa työtä ja suurta vaatimustasoa.

Pär Gerellin treeniviikonloppu

Ruskeasuolla nähtiin marraskuun vaihteessa todellista huippuosaamista, kun ensin hallissa oli valmennustietoutta levittämässä kiinalainen huippuvalmentaja. Heti perään ruotsalainen huippupelaaja Pär Gerell oli marraskuun viimeisen viikonlopun ajan treenaamassa kotimaisten pelaajien kanssa. Gerellin visiitti oli sovittu jo aikaisemmin syksyllä ja siihen oli vahvasti vaikuttamassa Esko Heikkinen sekä liiton välineyhteistyökumppani, joka on myös Gerellin sponsori.

Gerell oli pitkään Ruotsin maajoukkuepelaaja ja hänen bravuurinsa on erittäin vaikeat syötöt, joiden kierteitä maailman kärkipelaajatkin ovat ajoittain lukeneet todella pahasti väärin. Pitkään Ranskassa sarjapelejä pelannut Gerell edustaa nykyisin Saint-Denis US 93 TT-nimistä seuraa. Parhaimmillaan hän on ollut maailmanlistalla vuonna 2016 sijalla 27, edustanut Ruotsia kolmesti olympiakisoissa ja ollut muun muassa EM-kisoissa kaksinpelin pronssilla 2015.

Mukavana yllätyksenä hyväntuulinen ja positiivinen Gerell oli myös etukäteen miettinyt kuvioita, joita pelaajat vetivät viikonlopun aikana. Jokaisessa kuviossa oli selkeä tarkoitus ja useimmiten johtolankana oli ensimmäisen kosketuksen tärkeys, oli kyseessä sitten syötönpalautus tai avauslyönti. Pär oli kaikki treenit mukana myös pelaajana ja jokaiselle paikalla olleelle tuli ainakin selväksi, että hankalan syötön lisäksi lyöntivarmuus on todella kovaa luokkaa.

Viikonlopun aikana treenattiin kuvioita sekä luonnollisesti myös syöttöjä. Syöttöjen merkityksen lajissa Gerell oivalsi jo nuorena ja monesta muusta pelaajasta poiketen hän on aina pitänyt syöttötreeneistä. Aktiiviaikoina hän treenasikin syöttöjä neljä kertaa viikossa puolen tunnin ajan.

Harjoittelu on tuottanut tulosta, sen saivat kokea myös kotimaiset pelaajamme. Tavaramerkki eli "kauhasyöttö" on hankala mutta myös ihan perinteisissä syötöissä monilla oli alkuun vaikeuksia. Alakierresyötössä pienellä liikkeellä Pär saa aikaan kovan kierteen, jonka seurauksena melkein jokaisella vastustajalla palautus jäi ensimmäisellä kerralla verkkoon. Treenikuviossa ruotsalainen oli toki varma, mutta eriä pelatessa ei hallin parhaasta pelaajasta todellakaan ollut mitään epäselvyyttä. Syöttö ja syötönpalautus ovat pöytätenniksen tärkeimmät lyönnit ja siitä saatiin viikonlopun aikana loistavaa opetusta.

Mika Räsänen

Johanna Kaimio

Haastateltavana on SPTL:n valmennuskoordinaattori Johanna Kaimio. Johanna asuu Turussa, on koulutukseltaan liikunnanohjaaja ja edustaa Turun Pyrkivää.

1. ***Kuinka kauan olet toiminut pöytätenniksen parissa?***
   – Aktiivisena lajin parissa olen toiminut vuodesta 1977 lähtien, jolloin aloitin oman pelaamiseni 10-vuotiaana isäni Kalevin ja isosiskoni Heidin innoittamana.

2. ***Olet Suomessa edustanut koko urasi ajan Turun Pyrkivää, mutta maailmalla olet pelannut eri maissa ja seuroissa. Kerro vähän niistä kokemuksista.***
   – Olen pelannut Ruotsissa viidessä eri seurassa, jotka ovat Västerås BTK II-divisioona, IF Norcopensarna (Norrköping) I-divisioona, Rönninge BTK, BT Träffen (Malmö) ja Råå BTK (Helsingborg), kaikki Elitserien-seuroja. Lisäksi olen pelannut Sveitsissä, jossa seuroina olivat miesten joukkue TTC Belp ja naisten joukkue TTC Aarberg. Voitin kaksi kertaa Sveitsin joukkuemestaruuden TTC Aarbergissa.

3. ***Suomessa olet voittanut useita Suomen mestaruuksia ja -mitaleja. Mikä niistä on jäänyt parhaiten mieleen?***
   – Parhaiten mieleen on jäänyt naisten B-luokan Suomenmestaruus, jonka voitin 12-vuotiaana Porvoossa vuonna 1979. Voitto tuli minulle yllätyksenä, sillä en pitänyt itseäni voittajasuosikkina. Siitä voitosta sain hyvät lähtökohdat alkavalle pöytätennisuralleni.
   – Lisäksi mieleeni on jäänyt ensimmäinen TOP-10 voitto keväällä 1986 ja siinä Sonja Grefbergin voittaminen ensimmäistä kertaa. Tämä voitto on ollut myös tärkeä askel kohti maajoukkueuraani.

4. ***Olet myös edustanut Suomea useissa eri arvokilpailuissa. Mikä näistä edustustehtävistä on ollut mieleenpainuvin kokemus? Miksi?***
   – Olen peliurani aikana osallistunut MM-kisoihin viisi kertaa, EM-kisoihin neljä kertaa ja kahdesti olympiakarsintoihin. Kerran pääsimme pelaamaan naisjoukkueiden maailmancupia Barcelonaan, jonne selviytyi mukaan 16 parasta MM-tuloksien perusteella. Näistä mieleenpainuvin kokemus on ollut ehdottomasti MM-kisat Japanin Chibassa, jossa Suomen naisjoukkue sijoittui sijalle 14. Ottelusuhteeni joukkueessa oli 5-2. Voitin ensimmäistä kertaa kiinalaisen naispelaajan MM-kisoissa, joka edusti Australiaa, Gina Huin, joka oli silloin maailman rankingissa sijalla 72. Pääsin myös kaksinpelissä 64 parhaan pelaajan joukkoon.

5. ***Jos sinulta kysyttäisiin parasta henkilökohtaista menestystäsi, tai yksittäistä voittoa, niin mitä vastaisit?***
   – Vaikeaa sanoa mikä on paras yksittäinen voitto, kun niitä on monia. Toki tuo Chiban MM-kisamenestys on vielä hyvässä muistissa.
   – Tyytyväinen olin, kun ensimmäisenä vuotena Ruotsin Elitserienissä voitin Euroopan 10. Lisa Bellingerin (EM-hopeamitalisti naisten kaksinpelissä). Ottelusuhteeni oli tuolloin sarjassa 13–2.
   – Kansainvälisen OP-kulta Cupin nelinpelivoitto Helsingissä vuonna 1990 oli myös hieno saavutus.

6. ***Olet oman pelaajaurasi lisäksi toiminut pitkään myös valmennuspuolella. Mitä pidät parhaimpana saavutuksenasi valmentajana?***
   – Parhaimpina saavutuksina pidän ehkä sitä, kun olen onnistunut saamaan omia valmennettaviani JEM-kisoihin. Pyrkivässä tämä on onnistunut sekä Hanne Kaurin, että myöhemmin Matias Ojalan kohdalla ja Paraisten ParPin Sofie Erikssonin ja Carina Eklundin kanssa. Sveitsissä tavoite toteutui neljän tytön ja kolmen pojan toimesta.

7. ***Kerro hieman pestistäsi SPTL:n valmennuskoordinaattorina. Mitä tämä tehtävä pitää sisällään?***
   – Alussa minun piti tutustua liiton toimintaan, ihmisiin ja moderniin pingikseen, koska olen ollut toiminnasta pitkään poissa. Tehtäviini kuuluu mm. liiton valmennustoiminnan organisointi ja kehittäminen, yhteydenpito pelaajiin ja taustajoukkoihin, sekä viestintä kansainvälisten kilpailutoimintaan liittyvissä asioissa. Koronan toivottavasti hellittäessä tarkoitukseni on osallistua enemmän myös naisten maajoukkueen valmennustyöhön ja valmentamiseen kansainvälisissä kilpailuissa. Olen myös käynyt marraskuussa hakemassa uutta valmennustietoutta lajin kansainvälisestä naisten valmennus seminaarista Slovakiassa. Hyvänä esimerkkinä työstäni on ollut esim. Ruskeasuolla järjestetyt luennot "Rusan ryhmälle", aiheina urheilupsykologia ja ravintoasiatuntemus, sekä henkilökohtaisesta yhteydenpidosta Anna Kirichenkon kanssa. Olen käynyt useita keskusteluja syksyn aikana hänen uransa jatkosta.

8. ***Millaisia tavoitteita sinulla on liiton valmennuskoordinaattorina?***
   – Tavoitteenani on tuoda uutta positiivista tuulahdusta liiton toimintaan, sekä lisätä omalta osaltani yhteen hiileen puhaltamista. Toivon, että pelaajille tulee tunne, että heistä välitetään ja liitto yrittää auttaa lahjakkaita/motivoituneita pelaajia kehittymään aina kansainväliselle huipulle asti.

9. ***Millaisia terveisiä haluaisit lähettää Suomen pöytätennisväelle?***
   – Olen valmis vierailemaan seurojen harjoituksissa/tilaisuuksissa, jos siihen on tarvetta. Ottakaa minuun rohkeasti yhteyttä. Jos teillä herää kysymyksiä ja jollen osaa antaa heti vastausta, niin otan asioista selvää.

10. ***Sana on vapaa***
    – Rauhallista joulua ja menestyksellistä uutta vuotta kaikille 2022!

Juha Suotmaa

Pingiskeskus toivottaa kaikille hyvää joulua ja menestystä vuodelle 2022

Markus Heikkinen
www.pingiskeskus.fi
040 6585 765
info@pingiskeskus.fi
Koroistentie 4E
00280 Helsinki

VICTAS

V15 Extra nyt myös sinisenä!

ETTU:n valmentajaseminaari

Osallistuin 8.–10. marraskuuta ”ETTU Women Coaches” -seminaariin Slovakian Senecissä. Samassa paikassa oli juuri pelattu junioreiden WTT Contender -turnaus, johon Ramona Betz osallistui.

Vastaava koulutus oli järjestetty viimeksi kaksi vuotta sitten, joten nyt oltiin iloisia, että seminaari pystyttiin taas toteuttamaan ”livenä” paikan päällä. Viime hetken peruutuksia oli tullut toistakymmentä, mutta lopulta mukana oli 34 valmentajaa 13 maasta, kuten mm. Slovakiasta, Montenegrosta, Espanjasta, Portugalista, Tanskasta, Virosta ja minä Suomesta.

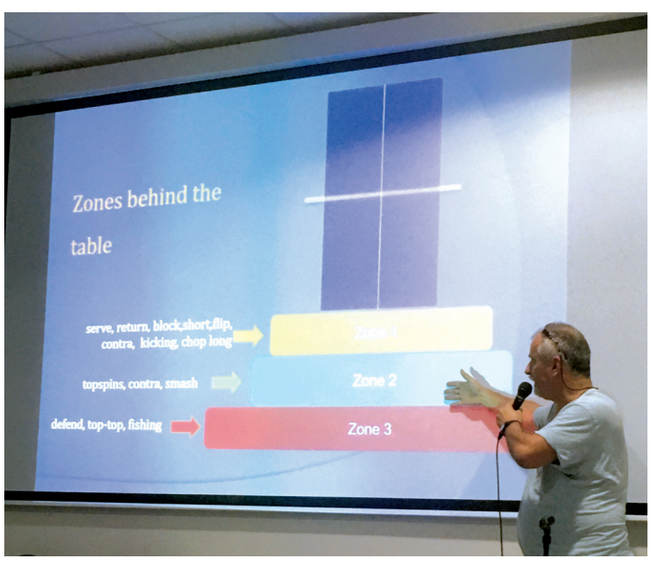
Maanantai-iltapäivällä kurssin avasi ETTU:n kroatialainen kehittämispäällikkö Neven Cegnar, joka oli sitä mieltä, että nuoret eurooppalaiset pelaajat ovat nykyään oikealla tiellä harjoittelussa. Sen jälkeen Slovakian puheenjohtaja Anton Hamran toivotti meidät lämpimästi tervetulleiksi Seneciin. Paikka sijaitsi järven rannalla ja puitteet olivat erinomaiset. Tarjolla oli neljä luentoa, joissa käsiteltiin erilaisia aiheita.

Unkarilainen maajoukkuevalmentaja Peter Aranyosi piti ensimmäisenä luennon aiheesta ”Types of exercises in modern table tennis”. Peter toimii Unkarissa myös Pentti Oláhin valmentajana.

Ensin käytiin läpi kaaviota, jossa näkyi pöytätenniksessä käytetyistä elementeistä ja komponenteista tehty yhteenveto esimerkkivalmentajan profiili asteikolla 0–10:

Lyöntitekniikka 8
Jalkatyötekniikka 6
Taktiikka 7
Pallolaatikko 4
Fysiikkaharjoittelu 5
Henkinen valmennus 3
Syöttö ja palautus 8
Suunnitelma 9
Harjoitussuunnittelu 5
Pedagogiikka 3
Valmennus 9

Aranyosi painotti, että ennen kuin teemme harjoitusohjelman palaajalle, pääkysymys ei ole mitä harjoitellaan, vaan mitä pyritään harjoituksella saavuttamaan. Eli mikä on harjoituksen tavoite. On tiedettävä myös pelaajan tavoitteet. Tavoite voi olla pitkän tai lyhyen aikavälin tavoite. Tavoitteista on aina keskusteltava pelaajan ja heidän valmentajien kanssa.



Mitä pitää ottaa huomioon, kun tavoitteita määritellään?

- Pelaajan pelitaso
- Ikä
- Pelityyli
- Harjoituksen ajankohta (kausi)

Seuraavana Peter käsitteli kokoelmaa 16 tärkeästä pöytätennisharjoitteesta:

1. Säännöllinen
2. Puoliksi epäsäännöllinen
3. Epäsäännöllinen
4. Yhden järjestelmän systeemi
5. Kicking (spinblock)
6. Aktiivinen-passiivinen -vaihtelu
7. Top-Top
8. Rystyyn perustuen
9. Blokeeraukseen perustuen
10. Yksilöllinen kuvio syötön kanssa
11. Jalkatyö
12. Lyhyt peli
13. Intervalli
14. Erilaiset ottelut
15. Harjoitukset puolustuspelaajalle
16. Pallolaatikko

naisille

Seuraava kaavio käsitteli pöydän takana olevista vyöhykkeitä. Mitkä lyönnit kuuluvat mihinkin vyöhykkeeseen.

Vyöhyke 1: syöttö, palautus, blokeeraus, lyhyt, flippi, kontra, kicking, pitkä leikkaus (chop long)
Vyöhyke 2: Topspin, kontraus, tappolyönti
Vyöhyke 3: Puolustuspeli, Top-Top, ”kalastelu” kaukaa (fishing)

Sen jälkeen keskityttiin liikkumisen perusteisiin ja liikkumisen suuntiin sivu- ja syvyyssuunnassa.

Viimeiseksi käytiin vielä läpi, mitä eri asioita tulee harjoitella pallolaatikolla ja sparrauksella:

SPARRAUS
Luonnollisempaa
- Top-top
- Jalkatyö (tietyntyyppiset)
- Blokeeraus
- Kontraus
- Ottelut
- Spinblokki- kicking
- Syöttö-palautus
- Lyhyt peli
- Päästä pitkiin palloralleihin

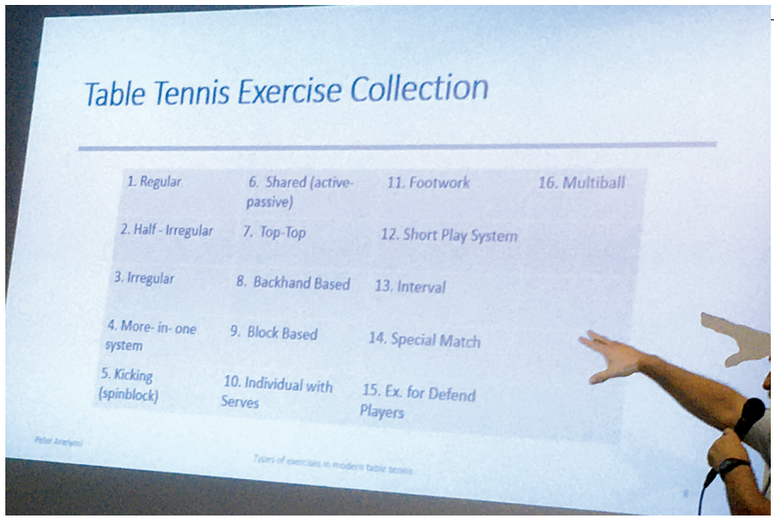
PALLOLAATIKKO
Tehokkaampaa
- Flippi
- Tappo
- Topspin pöydän yli
- Jalkatyö
- Koordinaatio
- Silmä/käsi -koordinaation kehittäminen

Teorian jälkeen siirryimme hallille käytännön harjoitteisiin. Siinä Peter näytti kahden slovakialaisen esimerkkipelaajan kanssa, kuinka eri kuvioita sparrauksella ja pallolaatikolla käytännössä harjoitellaan.

Seuraavana aamuna Itävallan maajoukkuevalmentaja Jaroslaw ”Jare” Kolodziejczyk piti 3,5 tunnin esitelmän ”Return of service and the first passive ball in modern table tennis”. Luennossa käsiteltiin suorituskyvyn tärkeyttä ja menetelmiä, joilla kehittää nuorten pelaajien motivaatiota näihin lyönteihin.

”Jare” kertoi, että aasialaiset pelaajat pelaavat enemmän lyhyempiä palloja, korkeintaan neljä kosketusta. Euroopassa halutaan edelleen harjoitella enemmän pitkiä palloralleja, vaikka peli päättyy usein kolmeen kosketukseen. Naisten peli on miesten peliä nopeampaa ja pallorallit pidempiä.

Hänen mielestään eurooppalaisilla pelaajilla tulisi olla parempi ”fokus”, kun he harjoittelevat. Pitää panostaa entistä enemmän eteen/taakse -liikkumiseen ja hyvään keskivartalon hallintaan. Kaikissa harjoituksissa on tärkeää, että molemmat puolet harjoittelevat keskittyneesti eli sekä aktiivinen että



passiivinen puoli harjoittelevat saman aikaisesti ja haluavat voittaa pallon.

Euroopassa passiivinen puoli ei tee harjoitetta itselleen hyödylliseksi. Jare painotti, että pelaajan on kokeiltava ja löydettävä oma pelitapansa, sillä ei ole olemassa mitään yhtä ”kultaista sääntöä”. Pitää pyrkiä pysymään avoimena, kuunnella ja kokeilla. Modernissa pöytätenniksessä esimerkiksi mailaote muuttuu koko ajan ja pelityylin pitää mukautua luontevaan mailaotteeseen, jotta peli on itselle luontevaa.

Vastaanottoasennossa tärkeää on keskittyä jalkojen etäisyyteen, sen tulee olla hartian leveys + jalkaterä. Muovipallo menettää aikaisempaa enemmän tehoa, kun se koskettaa pöytää. Sen myötä ajoitus ja pallon kosketus on tullut palautuksissa yhä tärkeämmäksi. Ylipäätään pallot pitää yrittää ottaa aikaisemmin pompusta.

Ensimmäisten pallojen pitää olla nopeita, ei niinkään kovia, koska jälkimmäisten tekemiseen ei juuri ole aikaa. Siksi ajoitus on oleellista. Lyöntiliikkeet pöydän lähellä ovat yhä lyhyempiä, kaukana pöydästä asia on eri. Tekniikka on nyt ranne enemmän auki, työntö eteenpäin ja lyönti. Leuan, rinnan ja mailan akselin on oltava lähellä toisiaan. Palautuskuvioita harjoitellessa on pään oltava mukana ja keskittyminen 100 %. Menestyksellinen palautus perustuu tekniikkaan (aktiivi-passiivi), taktiikkaan ja pelaajan kypsyyteen sekä persoonallisuuteen.

Tiistai-iltapäivä jatkui aiheella ”Coach as a role model in table tennis” ja ”What kind of coach I want to be”. Luennon piti urheilupsykologian alalla työskentelevä Ivana Sadaic Kroatiasta. Sessio alkoi aktiivisilla kysymyksillä. Meidän piti itse miettiä asioita eri kantilta ja kirjoittaa paperille esimerkiksi minkälaisia valmentajakokemuksia meillä itsellä on ollut, kuka on ollut roolimalli omalla uralla, minkälainen roolimalli valmentajan tulee olla ja minkälainen valmentaja itse haluan olla.

Ivana eritteli, mitä urheilija tarvitsee urheilussa. Esille nousivat hyvin organisoidut ja suunnitellut harjoitukset, positiivinen suhde valmentajaan, mukana olevat vanhemmat sekä moraaliset arvot ja säännöt. Kävimme läpi, minkälainen hyvän valmentajan tulee olla, kuten luotettava, kannustava, johdonmukainen, reilu, vaativa, joustava, positiivinen, kärsivällinen, periksiantamaton ja suvaitsevainen.

Lopuksi ITTF:n kehitysjohtaja Katarzyna Kubasi esitteli vielä järjestön suunnitelmissa olevia hankkeita.

Keskiviikkoaamu jatkettiin hallilla Jaroslaw Kolodziejczykin vetämillä harjoitteilla kolmea junioripelaajaa esimerkkeinä käyttäen. Aluksi Jare esitti erilaisia lämmittelyharjoitteita ennen pingistreenejä ja kävi sitten käytännössä läpi teoriaosuuden teemoja pallolaatikkoa hyväksi käyttäen.

Seminaari oli kompakti paketti ja sisälsi paljon asiaa lyhyessä ajassa. Oli mielenkiintoista olla mukana. Tarkoituksena on, että naisten seminaari järjestetään jatkossakin ja jo ensi kesänä uusilla aiheilla.

Johanna Kaimio

TEEMME #TAVOITTEISTATOTTA

Suomen ainoa Olympia- ja Paralympiakomitean valmennuskeskus Pajulahti sijaitsee vain 20 minuutin ajomatkan päässä Lahdesta. Pajulahti tarjoaa täyden palvelun valmennusleiritykset.

KYSY TARJOUS LEIRITYKSESTÄ

Perusleiripakettimme sisältää mm.

- opistotason majoitus
- aamupala, lounas ja päivällinen
- rantasaunojen yleisvuorot kesäisin

LISÄTIEDOT ja VARAUKSET:
puh. 03 8855 200
sales@pajulahti.com
www.pajulahti.com

OLYMPIC TRAINING CENTER

Pajulahti

Paran vuosi 2021 pähkinänkuoressa

Paran vuosi 2021 ei mennyt ihan suunnitelmien mukaan, kuten ei varmasti monen muunkaan tahon asiat. Suunnitelmana oli päästä kilpailemaan 5-6 kansainvälisessä kisassa. Loppujen lopuksi päästiin kolmeen kisaan. Muilta osin suunnitelmat kyllä toteutuivat ja ylittyivätkin. Tämä tarkoitti seitsemäätoista leiriä Pajulahdessa ja yhtä Kuopiossa. Yhteensä 70 leirivuorokautta.

Tähän tietenkin lisätään päivittäinen harjoittelu kotisaleilla, jolloin päästiin tarvittaviin harjoitusmääriin eli 700-800 tuntiin lajiharjoittelua vuodessa. Valmennuksen suunnittelusta leireillä vastasi Martti Autio. Hän on Aino Tapolan henkilökohtainen valmentaja. Muina valmentajina toimivat Timo Natusen henkilökohtainen valmentaja Iivari Hartikainen sekä Hannu Sihvo. Aaro Mäkelä oli mukana muutamilla leireillä ja jatkossa varmasti useammilla. Sparrareina leireillä kävi useita palaajia, maailmanmestareita myöten. Kiitos heille kaikille, kuten myös kaikille Ruskeasuolla ja Kuopiossa harjoittelussa avustaneille pelaajille.

Paralympiakomitea järjestää neljä kertaa vuodessa nuorten paralympialeirin Pajulahdessa, eri lajien lupaavimmille urheilijoille. Aaro Mäkelä valittiin Paralympiakomitean nuorten paralympiaryhmään kuluvaksi vuodeksi, kuten viime vuonnakin.

Maajoukkueella, johon kuuluivat Aino Tapola, Timo Natunen ja Esa Miettinen, oli tavoitteena menestys Tokion 2021 karsintakilpailuissa ja Tokion paralympialaisissa. Tokion karsintakilpailut järjestettiin muutaman kuukauden siirtämisen jälkeen lopulta Laskossa kesäkuussa. Karsintaan pääsi kuhunkin luokkaan yksi osanottaja per maa. Karsinnasta vain voittajat pääsivät paralympialaisiin.

Karsintoihin lähdettiin suurin odotuksin, ehkä hieman epävarmoinakin. Olihan edellisistä kilpailupeleistä yli puolitoista vuotta. Aino lunasti odotukset ja voitti oman luokkansa 1-2, suvereenisti ja sai paikan Tokioon. Myös Timo pelasi hienosti ja pääsi luokkansa finaaliin, häviten sen erittäin tiukan pelin jälkeen 1-3. Esa pelasi parasta peliään pitkään aikaan, mutta pelit jäivät pienimmällä mahdollisella marginaalilla alkulohkoon. Mainio suoritus kaikilta suomalaisilta. Aino ja Timo ovat molemmat menneet harppauksin eteenpäin ja pelasivat erinomaiset karsinnat, kuten Esakin.

Tokiossa Ainon tavoitteena oli tasapäiset pelit alkulohkon vastustajia vastaan. Tässä onnistuttiin erinomaisesti ensimmäisessä ottelussa, jossa tulevaa pronssimitalistia vastaan oli vielä neljännessä erässä 8-7 johto. Tuloksena kuitenkin 1-3 tappio. Toisen ottelun selvä 0-3 tappio vitossijoitettua vastaan oli pettymys. Vastustajan erikoismaila oli liian hankala, joten Ainon vähäinen kansainvälinen kokemus tuli näkyviin karulla tavalla.

Aino Tapola.

Aaro Mäkelä.

Timo Natunen

Aino on ensimmäinen suomalainen naispöytätennispelaaja paralympialaisten pöytätenniksen historiassa ja lisäksi 400. suomalainen paraurheilija kautta aikojen.

Lokakuussa Aino valittiin paralympiaurheilijoiden äänestyksessä Suomen Paralympiakomitean urheilijavaliokuntaan. Se on urheilijoiden yhteinen ääni kansallisessa paralympiakomiteassa sekä paralympialiikkeessä.

Paran SM-kilpailut järjestettiin lokakuussa Tuulimäessä Espoossa. Ilmoittautuneiden määrä (12) supistui vielä pelipäivänä yhdellä, kun Timo Natunen ei päässyt auto-ongelmien vuoksi paikalle. Mestareiksi leivottiin pyörätuoliluokassa Aino Tapola ja seisovissa Teuvo Nisula. Pyörätuoliluokan nelinpelin voitti pari Pekka Räsänen / Raimo Nevanen ja seisovien nelinpelin pari Markku Nuutinen / Petri Mikkonen.

Marraskuussa Timo Natunen osallistui French Para Open -kisoihin Pariisissa valmentajansa Iivari Hartikaisen ja avustaja Aino Rehulan kanssa. Timo jatkoi erinomaisia otteitaan ja oli sekä kaksinpeliluokassa 1 että yhdistetyssä 1-2 luokan joukkuekilpailussa pronssilla.

Loppuvuoden kuulumisia oli Olympiakomitean tehostamisrahapäätös, jossa pöytätenniksen paratoimintaan jaettiin pelaajille, valmentajille ja avustajille 16000 euroa. Jäämme mielenkiinnolla odottamaan vuoden alkupuolella jaettavia opetus-ja kulttuuriministeriön urheilija-apurahoja.

Paratoiminnasta liitossa vastaa paravaliokunta. Valiokuntaan ovat kuuluneet Juha Julmala, Juha-Pekka Mäkelä, Asko Rasinen sekä puheenjohtajana Hannu Sihvo. Valiokunta aikoo tehostaa toimintaansa käymällä läpi valiokunnan tehtäviä ja jäsenten rooleja.

Kiitos kaikille kuluvasta vuodesta!
Hannu Sihvo

PTS-60:n järjestämät Veteraanien Joukkue-SM-kilpailut Ruskeasuolla 13.11.2021

Kisathan piti olla edellisenä vuonna seuramme 60-vuotisjuhlakisat, mutta tunnetusta syystä ne kisat jäivät väliin ja nyt pelattiin sitten kisojen versiota 60+1.Ja kyllä näidenkin kisojen toteutumista sai aiemmin syksyllä jännittää, mutta onneksi rajoituksia avattiin riittävästi, että kisat saatiin pelattua. Enkä ole kuullut, että kukaan paikalla olleista olisi kohta kisojen jälkeen sairastunut.

Kaavioiden rakentelu ja muut totutut järjestelyt menivät rutiinilla, mutta yksi suuri huolenaihe nousi esiin: kisojen videointistriimaus nettiin! Kimmo Pihkala ei päässyt paikalle systeemiä käynnistämään, eli se piti sitten hoitaa amatöörivoimin. Outi Debnam otti päävastuun toteutuksesta ja kävi pari kertaa Kimmon pikakursseilla ja varmaankin vapaa-aikanaan stressasi itsensä striimausongelmien parissa.

Onneksi puhuin mukaani 16-vuotiaan pojanpoikani Alexin. Aika pitkälle ikään liittyvällä digitietämyksellä hän sai yhdessä Outin kanssa striimauksen melko helposti toimimaan, vaikka kuulemma ihan uusiakin haasteita oli!

Sitten itse kisatapahtumiin

N40JO

Vain kaksi joukkuetta PT 75 ja PTS-60. Olisi ollut mukava nähdä enemmänkin joukkueita. Tamperelaiset olivat parempia ja voitto heille 3-1. Oksana voitti molemmat ottelunsa, tosin neljännen erän ratkaisupalloissa Eevaa vastaan, olisi VAR-systeemillä ollut käyttöä (otteluhan oli suoraan kameran edessä).

1. PT 75 Oksana Ruotsalainen, Anne Majava
2. PTS-60 Eeva Eteläinen, Outi Debnam

M40JO

Neljä joukkuetta. Suosikki TIP-70 putosi PT Espoolle 3-0, etenkin Espoon nuoremman Tero Tammisen 3-1 voitto Marek Viskamanista oli hieno. LPTS voitti TuPyn 3-1, paljolti Leo Kivelän ansiosta. Finaaliin LPTS vaihtoi Julius Muinosen Leksan kaveriksi, mutta Espoon Xisheng Cong oli liikaa molemmille. Kultamitalit Espooseen 3-1.

Kisojen suurimman luokan eli 70-vuotiaiden mestaruus meni Jyväskylään.

1. PT Espoo Xisheng Cong, Tero Tamminen
2. LPTS Leo Kivelä, Julius Muinonen, Esa Karhunen
3. TIP-70 Marek Viskman, Jukka Ovaska
   TuPy Tomi Penttilä, Pekka Karhunen

M50JO

10 joukkuetta.

2. kierroksella oli kaksi revanssiottelua hieman eri pelaajilla. TuPy 2 voitti nyt Lahden vuorostaan 3-1 ja TIP-70 PT Espoon 3-2. Xisheng Congin saldo molemmissa luokissa yhteensä 5-0. Semeihin meni kaksi Wegan joukkuetta. Ykkönen voitti ilman erätappioita TuPy 2:n. Kakkonen: Lapit, Lehtonen, Johansson, voitti TIP-70 vastaan erät 11-10, mutta hävisi ottelun 3-2. Finaalissa kaikki ottelut puhtaasti 3-0 ja Kurvinen ja Nuolioja mestareiksi 3-1, hopeaa TIP-70 Viskman ja Ovaska.

Matti Kurvinen (toinen vas.) voitti kisoissa kaikki ottelunsa. Kuvassa 50-vuotiaiden kulta- hopeakokoonpanot.

1. Wega1 Matti Kurvinen, Jouko Nuolioja
2. TIP-70 Marek Viskman, Jukka Ovaska
3. TuPy 2 Tomi Penttilä, Pekka Karhunen
   Wega 2 Kimmo Lehtonen, Vesa Lappi, Ville Lappi, Teemu Johansson

M60JO

Yhdeksän joukkuetta.

Suosikit pitivät pintansa ja menivät finaaliin. Semit: Wega 1–BK 1 ja TuPy-MBF, molemmat 3-0, tosin MBF:n Hallbäck ja Vainio pistivät tiukasti hanttiin. Varsinainen ratingyllätys tapahtui aiemmin ottelussa Wega 1-SS, jossa Sisun Vyrzhikovski voitti 3-2 Sihvon – ratingeroa oli yli 500 pistettä! Finaalissa oli kolme helppoa ja kaksi tiukkaa ottelua. Wega voitti ne helpot ja TuPy ne tiukat. Mestareiksi tuloksella 3-2 Matti Kurvinen, Pekka Kolppanen ja Hannu Sihvo, hopeaa Juha Kangas ja Pertti Hella. Kurvisen yhteissaldo kahdesta luokasta 7-0.

1. Wega 1 Matti Kurvinen, Pekka Kolppanen, Hannu Sihvo
2. TuPy Juha Kangas, Pertti Hella
3. BK 1 Matti Lappalainen, Aki Puustjärvi
   MBF Matti Vainio, Thomas Hallbäck, Heikki Järvinen

M70JO

12 joukkuetta. Suuret ikäluokat (boomerit?) jyllläävät!

Eka kierroksen tiukin ottelu oli ToTe 1-TIP-70 1, jossa Immosen 3-1 voitto Tyllisestä ratkaisi 3-2 voiton TIP-70:lle. Toisella kierroksella ykkössijoitettu PT Jyväskylä pelasi tiukimman ottelunsa ToTe 2:sta vastaan, voitto kuitenkin 3-2 numeroin. Kari Taive otti hyvän päänahan Tauno Karasta lukemin 3-2. Toinen tiukka oli Wega 2-PTS-60. Neljä toistensa pelin hyvin tuntevaa kaveria vastakkain. Wega johti jo 2-1, mutta sitten Hannu voitti Lefan ja Ari Kaukon. Voitto PTS-60:lle 3-2 – ehkä pieni yllätys.

TIP-70 1 jatkoi tiukkoja pelejään, nyt vuorossa kakkossijoitettu PT-2000. Vaikka Seppo Reiman oli voittamaton, neluri ratkaisi voiton vantaalaisille numeroin 3-2. Semeissä tämä taistelujoukkue järjesti melkoisen trillerin pelissään Wega 1:stä vastaan. Ekat kaksarit, tilanne TIP-70 1:lle 2-0. Nelurissa 2-0 johto, mutta sitten erätappiot numeroin 5, 13, 11. Seuraavassa pelissä Lere voitti helposti Immon. Ratkaisu jäi peliin Merimaa-Nordling. Eero johti 2-0, sitten Kaitsu vei kaksi seuraavaa erää helposti. Viidennettä erää Eero johti 10-8, mutta Kaitsun

hermot olivat rautaa ja hän vei seuraavat neljä pistettä, näin voitto Wegalle 3-2. Parhaat mehut Wegasta taisi mennä tähän matsiin, sillä finaalin vei melko helposti PT Jyväskylä numeroin 3-1. Kaitsu aiheutti ainoan tappion Lehtoselle jopa yllättävän selvästi 3-0. Mestarit siis Kari Lehtonen ja Tauno Kara, hopeaa Kai Merimaa, Kari Leskinen ja Kaj Blomfelt.

1. PT Jyväskylä Kari Lehtonen, Tauno Kara
2. Wega 1 Kai Merimaa, Kari Leskinen, Kaj Blomfelt
3. PTS-60 Hannu Uusikivi, Ari Jaatinen, Seppo Orivuori, Olavi Kortelainen

TIP-70 1 Eero Nordling, Asko Immonen

M80JO

Kolme joukkuetta, PT 75 joutui luopumaan peleistään. ToTe voitti BK:n 3-1. Neluria lukuun ottamatta, kaikki pelit 3-0. Se neluri oli sitten tosi tiukka viisieräinen ja ToTe:n voitto siinä saattoi olla hyvin ratkaiseva kokonaistuloksen kannalta. Finaalissa Wegan Merimaa ja Blomfelt olivat aika suvereeneja Niukkasta ja Väisästä vastaan. Voitto Wegalle 3-0.

1. Wega Kai Merimaa, Kaj Blomfelt
2. ToTe Pentti Niukkanen, Veikko Väisänen
3. BK Gabriel Zevi, Erkki Reinikainen

Esko Lemettilä

Kisan naisjoukkueet palkintopallilla.

Tuloksia

13- ja 15-vuotiaiden SM-kisat 2.–3.10.2021 Helsinki (viime kauden SM)

M13

1) Lassi Lehtola MBF
2) Leon Viherlaiho MBF 11-7, 11-8, 11-7
3) Mihai Girlea PT Jyväskylä ja Yuri Afanassiev PT Espoo

M15

1) Aleksi Räsänen PT Espoo
2) Leonid Pullinen LPTS 8-11, 11-3, 11-7, 11-5
3) Matias Vesalainen ja Rasmus Vesalainen KoKa

N13

1) Tea Stråhlman PT Espoo
2) Sonja Ylinen PT Espoo
3) Ann-Cathrine Stråhlman PT Espoo
4) Mia Kellow TIP-70

N15

1) Maria Girlea TIP-70
2) Ella Kellow TIP-70 11-6, 15-13, 11-6
3) Alisa Sinishin ja Ann-Cathrine Stråhlman PT Espoo

MN15

1) Lassi Lehtola / Aleksi Räsänen MBF / PT Espoo
2) Matias Vesalainen / Rasmus Vesalainen KoKa 11-7, 5-11, 11-8, 11-9
3) Jesse Ikola / Aleksi Ikola KoKu ja Leonid Pullinen / Vincent Joki LPTS / TIP-70

NN15

1) Maria Girlea / Ella Kellow TIP-70
2) Alisa Sinishin / Sonja Ylinen PT Espoo
3) Elina Veidenbaum / Alisa Rönkkö Smash
4) Trisha Ramos / Vivienne Veerbaum Smash

M13 joukkue

1) MBF (Lassi Lehtola, Leon Viherlaiho, Andreas von Köhler)
2) OPT-86 (Henrik Vuoti, Luka Oinas, Niklas Karjalainen)
3) MBF 2 (Tuomas Tuovinen, Sisu Sammalkorpi, Onni Farin, Torsti Visuri) ja OPT-86 2 (Lenni Perkkiö, Eetu Hyttinen)

M15 joukkue

1) PT Espoo (Aleksi Räsänen, Matias Ylinen, Yuri Afanassiev)
2) KoKa (Matias Vesalainen, Rasmus Vesalainen)
3) MBF (Lassi Lehtola, Leon Viherlaiho, Andreas Köhler)
3) KoKu (Jesse Ikola, Aleksi Ikola, Emil Arvola)

N13 joukkue

1) PT Espoo (Ann-Cathrine Stråhlman, Tea Stråhlman)
2) Smash (Vivienne Veerbaum, Maija Sipilä)

N15 joukkue

1) TIP-70 (Maria Girlea, Ella Kellow)
2) PT Espoo (Alisa Sinishin, Sonja Ylinen)
3) Smash (Elina Veidenbaum, Alisa Rönkkö, Trisha Ramos, Vivienne Veerbaum)

Junioreiden TOP 21.11. Ruskeasuo

1. Leonid Pullinen
2. Maria Girlea
3. Henri Kujala

Kilpailun paras junioripoika: Leonid Pullinen
Kilpailun paras juniorityttö: Maria Girlea
Kilpailun paras kadettipoika: Lassi Lehtola
Kilpailun paras kadettityttö: Sonja Ylinen
Kilpailun paras nappulapoika: Luka Oinas
Kilpailun paras nappulatyttö: Tea Stråhlman
Kilpailun tsemppari: Emil Takalo

Joukkue- ja A-luokan SM 30.–31.10.2021, Koski Tl

Miesten joukkuekilpailu

1) PT Espoo
2) TIP-70 3-0
3) KoKa 1 ja KoKa 2

Naisten joukkuekilpailu

1) TIP-70
2) PT Espoo 3-1

A-luokka

1) Aleksi Mustonen TIP-70
2) Chau Dinh Huy PT Espoo 11-9, 11-9, 11-8
3) Esa Kanasuo KoKa ja Juhana Tuuttila OPT-86

A-luokan nelinpeli

1) Chau Dinh Huy/Juhana Tuuttila PT Espoo / OPT-86
2) Sami Hattunen/Leonid Pulllinen LPTS 11-9, 11-9, 11-8
3) Rasmus Vesalainen/Matias Vesalainen KoKa ja Esa Kanasuo/Janne Relander KoKa

Hannu Kajander

Pöytätenniksen ja Turun Toverien pöytätennis-ikoni Hannu Kajander on poissa.

Taas tuli suomalaiselle ja erityisesti Turun Toverien pöytätennisväelle ja meille seuratovereille suruviesti: Seuraikoni Hannu Kajander oli 16.9.2021 siirtynyt ajasta ikuisuuteen. Olimme menettäneet hienon ihmisen ja pelaajan, jonka pöytätenniksen eteen tekemää erinomaista ja rakentavaa työtä on todella vaikeata korvata.

Hannu oli syntynyt 4.5.1946 Turussa Pitkämäen kaupunginosassa. Kansakoulun hän kävi Martin kansakoulussa. Oppikoulun hän suoritti Turun klassillisessa lyseossa ja yliopisto-opinnot Turun yliopiston oikeustieteellisessä tiedekunnassa valmistuen sieltä oikeustieteen kandidaatiksi ja käräjien istumisen jälkeen varatuomariksi.

Työuransa Hannu teki kokonaisuudessaan verohallinnossa, aluksi Pohjanmaalla Vaasan verovirastossa ja pääosan urastaan Turun verovirastossa. Vaasassa työskennellessään Hannu tutustui tulevaan elämänkumppaniinsa Ailaan, jonka kanssa he muuttivat myöhemmin Turkuun. Turussa heille myös syntyi tytär Aino.

Hannun opin tuntemaan tarkemmin Vuorikodissa TuTo:n kesäkodissa Ruissalossa, jossa hän isänsä Laurin ja äitinsä Majliksen kanssa olivat kaikkien vuorikotilaisten suosikkiasukkaita yhteistyökykynsä ja ystävällisyytensä ansiosta. Vaikka emme oppikouluaikana samalla luokalla olleetkaan, opin tuntemaan Hannun myös fiksuna koulutoverina. Tämä ystävyys ja toveruus jatkui loppuun saakka. Varsinainen ystävyys ja toveruus välillämme syntyi pöytätenniksen harrastamisen yhteydessä jo kouluaikana ja erityisesti Vuorikodissa koulun loma-aikoina. Pöytätennisjaoston toiminnassa Hannulla oli vuosikausia keskeinen rooli aluksi hyvänä pelaajana, sitten jaoston sihteerinä ja myöhemmin monivuotisena puheenjohtajana. Hannu oli myös erityisen aktiivinen ja hyvä juniori- ja naispelaajien harjoitussparraajana ja valmentajana, aivan käytännön harjoittelussa ja myös kilpailujen neuvonantajana. Montaa TuTo:n juniori- tai naispelaajaa ei ollut, joita Hannun varma ja monipuolinen pelityyli ei olisi auttanut kehittymiseen ja hyviin pelisuorituksiin. Erinomaisena suomalaispelaajana Hannu oli myös keskeisesti mukana aluksi TUK:n ja sittemmin TUL:n kansainvälisessä toiminnassa nimenomaan kansainvälisen työläisurheiluliiton CSIT:n Euroopan mestaruuskisoissa.

Me kaikki Hannun hyvin tuntevat ja tunteneet peli- ja seuratoverit ja ystävät otamme suurella kaipauksella ja kunnioituksella osaa Ailan ja Ainon suruun ja toivotamme hienolle ystävällemme, peli- ja seuratoverillemme hyvää matkaa ajasta ikuisuuteen.

Koko Suomen pöytätennisväen, peli- ja seuratoverien ja muiden ystävien kunnioittavin jäähyväisin, monivuotinen Hannun ystävä, peli- ja seuratoveri Tapio Penttilä

Rating järjestys (6.12.2021)

Miehet

1	Olah Benedek	SeSi	2617
2	Naumi Alex	KoKa	2473
3	Räsänen Mika	PT Espoo	2402
4	Soine Samuli	TIP-70	2370
5	Tennilä Otto	PT 75	2358
6	Kontala Aki	Wega	2342
7	Pihkala Arttu	PT Espoo	2335
8	O'Connor Miikka	PT 75	2280
9	Soine Toni	PT Espoo	2278
10	Autio Riku	KoKa	2277

MJ 13

1	Lehtola Lassi	MBF	1888
2	Ikola Jesse	KoKu	1687
3	Afanassiev Yuri	PT Espoo	1549

MJ 15

1	Vesalainen Rasmus	KoKa	2052
2	Vesalainen Matias	KoKa	1955
3	Lehtola Lassi	MBF	1888

MJ 18

1	Khosravi Sam	KoKa	2270
2	Räsänen Aleksi	PT Espoo	2243
3	Hakaste Lauri	PT Espoo	2079

Naiset

1	Burkova Anastasiia	KoKa	2213
2	Donner Marina	KuPTS	2103
3	Kirichenko Anna	PT Espoo	2081
4	Luo Yumo	TIP-70	2047
5	Betz Ramona	LiPi	2015
6	Oksanen Jannika	LPTS	1986
7	Girlea Maria	TIP-70	1962
8	Titievskaja Aleksandra	PT Espoo	1927
9	Rissanen Elli	MBF	1905
10	Eriksson Pihla	MBF	1870

NJ 13

1	Stråhlman Tea	PT Espoo	951
2	Kellow Mia	TIP-70	846
3	Tenkula Cecilia	YPTS	778

NJ 15

1	Kellow Ella	TIP-70	1800
2	Yang Yixin	PT Espoo	1446
3	Räsänen Veera	HIK Pingis	1243

NJ 18

1	Betz Ramona	LiPi	2015
2	Girlea Maria	TIP-70	1962
3	Titievskaja Aleksandra	PT Espoo	1927

Hallitus

Esko Heikkinen, puheenjohtaja
050 62532, esko.heikkinen@sptl.fi

Sonja Grefberg, varapuheenjohtaja
040 556 6179, sonja.grefberg@kolumbus.fi

Varsinaiset jäsenet:

Kimmo Arenius
040 727 2261, kimmo.arenius@gmail.com

Tero Naumi
040 823 9895, teromi10@hotmail.fi

Kimmo Pihkala
040 709 4781, kimmo.pihkala@iki.fi

Pasi Valasti
050 388 4306, pasi.valasti@sok.fi

Jyrki Nummenmaa
040 5277 999, jyrki.nummenmaa@gmail.com

Matti Kurvinen
040 504 7845, matti.kurvinen@saunalahti.fi

Teemu Oinas
050 485 8200, teemu.oinas@gmail.com

Hannu Sihvo
040 718 6360, hannusihvo57@gmail.com

Toimisto

Valimotie 10, 00380 Helsinki
info@sptl.fi

Toimihenkilöt:
Mika Räsänen
040 594 3043, mika.rasanen@sptl.fi

Taneli Keinonen
050 528 5861, taneli.keinonen@sptl.fi

Tilit
LISENSSITILI: FI34 5716 9020 0181 02
- tälle tilille maksettava kaikki lisenssimaksut

PÄÄTILI: FI12 5716 9020 0181 10
- tälle tilille maksetaan sellaisia maksuja, joista tulee erikseen pyyntö tai lasku

Osuuspankin laskutustili säilyy entisellään. Tilille maksetaan edelleen ainoastaan laskutuksen kautta tulevat maksut, ei muita. Laskutustili on FI55 5710 0420 2557 47

Pyydämme, että käytätte aina viitettä, mikäli sellainen laskussa on. Se helpottaa paljon toimistotyötä.

STIGA®

CYBERSHAPE

SHAPING THE FUTURE

Pingiskeskus