

LIIKUNTAVAMMAISET ARVOKISAMENESTYJINÄ

Järjestäytynyt vammaisurheilutoiminta alkoi toisen maailmansodan jälkeen, kun vammautuneet nuoret miehet palasivat sodasta kotiin. Liikuntaa ja urheilua käytettiin sodassa vammautuneiden kuntoutuksessa Stoke Mandevillen sairaalassa Englannissa. Tohtori Ludwig Guttman haaveili maailmanlaajuisesta tapahtumasta henkilöille, joilla on jokin liikuntarajoitus.

Ensimmäiset liikuntavammaisille tarkoitetut urheilukilpailut järjestettiin 1948 juuri Stoke Mandevilllessa. Toiminta laajeni pian kansainväliseksi ja ensimmäiset paralympialaiset pidettiin Roomassa 1960. Rooman kisoihin osallistui 400 urheilijaa 23 maasta. Lajeja oli kahdeksan, joista kuusi kuuluu paralympialaisten ohjelmaan edelleen (jousiammunta, miekkailu, koripallo, pöytätennis, uinti ja yleisurheilu). Paralympialaisia hallinnoi Kansainvälinen Paralympiakomitea (IPC).

Vuodesta 1960 lähtien paralympiakisoja on järjestetty joka neljäs vuosi. Talvikisat alkoivat 1976. Nimi ”paralympialaiset” hyväksyttiin virallisesti Kansainvälisessä Olympiakomiteassa 1983. Vuodesta 1988 olympiaisäntä on sitoutunut järjestämään samoilla suorituspaikoilla myös paralympialaiset, muutaman viikon kuluttua olympiakisojen päättäjaisistä.

Aluksi paralympialaisissa kilpailivat vain selkäydinvammaiset urheilijat. Torontossa 1976 mukaan tulivat näkövammaiset ja amputoidut. Arnheimissa 1980 kisoja laajennettiin CP-vammaisilla ja Atlantassa 1996 kehitysvammaisilla urheilijoilla. Kehitysvammaiset olivat Sydneyn 2000 kisojen jälkeen Ateenasta ja Pekingistä poissa, mutta palasivat Lontoon paralympialaisiin 2012 pöytätenniksessä, uinnissa ja yleisurheilussa.

Menestys alkoi 1970-luvulla

Liikuntavammaisten pöytätennistoiminta oli Suomessa hyvin vähäistä ennen 1970-lukua. Sodan seurauksena liikuntavammaisten määrä lisääntyi ja jotkut heistä kokeilivat myös pöytätennistä omilla kotikulmillaan. 1970-luvun alussa lajin pariin tuli suunnistuksen kilpailumatkalla auto-onnettomuudessa lukioikäisenä vakavasti vammautunut Matti Launonen. Pöytätenniksessä hän kilpaili kaikkein vaikeimmin vammautuneiden pyörätuolipelaajien luokassa. Tässä luokassa maila sidotaan käteen kiinni, sillä kädessä ja sormissa ei ole toimintakykyä mailasta kiinni pitämiseen.

Launonen oli Taisto Kainun kanssa pöytätenniksen ensimmäinen arvokisaosallistuja Stoke Mandevillen MM-kilpailuissa 1971. Monilajikisoissa Launoselle ei tullut pöytätennismenestystä, mutta uinnissa hän saavutti kaksi hopeaa. Pöytätennismenestys antoi odottaa itseään myös seuraavana vuonna Heidelbergin paralympialaisissa Saksassa.

Vuoden 1973 MM-kilpailuista alkaen Launonen saavutti pitkällä 34 vuoden urallaan huikeat 44 arvokisamitalia (EM- ja MM-kilpailut sekä paralympialaiset). Paralympialaisista ensimmäinen mitali oli joukkuekisan hopea Torontosta 1976 Pekka Hätisen kanssa. Ensimmäinen henkilökohtainen paralympiamitali oli pronssi, jonka Launonen saavutti Arnheimissä 1980. Kultamitalin vuoro oli Barcelonassa 1992. Viimeisin Launosen paralympiamitali on Sydneyn henkilökohtainen hopea vuodelta 2000. Matti Launosen saavutuksiin kuuluu myös valinta vuoden vammaisurheilijaksi 1997.

1980- ja 1990-luku olivat Suomelle erityisen menestyksellisiä. Mitaleita saavuttivat myös lievemmin liikuntavammaiset ”pystypelaajat”. Arvokisojen mitaleja otti Launosen lisäksi useampi paraurheilija, kuten Ari Aalto, Hannu Huovinen, Juha Hyvärinen, Kimmo Jokinen, Kauko Kajaste, Petri Kantonen, Kari Kujala, Jari Kurkinen, Markku Manner, Pekka Myllö, Pekka Paalanko, Erkki Puranen, Kari Tiainen, Olli Virtanen ja Mikael Välimaa.

Näistä pelaajista Kimmo Jokinen on ylivoimaisesti menestynein. Hän tutustui lajiin kotikaupungissaan Hyvinkäällä väestösuojassa. Vastustajan kommentti ”tosta nyt ei ainakaan tuu mitään ikinä” oli motivaatoruiske, jota Kimmo on muistellut kiitollisuudella.

Jokinen saavutti lukuisten EM- ja MM-mitalien lisäksi yhteensä viisi henkilökohtaista paralympiakultamitalia kolmissa peräkkäisissä kisoissa. Ensimmäiset kaksi ovat 1984 Stoke Mandevillestä, missä hän voitti sekä oman luokkansa että avoimen kävelevien sarjan. Tähän osallistuivat kaikki pelaajat, jotka kuuluivat johonkin pystypelaajien luokkaan. Näissä paralympialaisissa suomalaiset pöytätennispelaajat saavuttivat peräti seitsemän mitalia: kolme kultaa (Kimmo Jokinen kaksi sekä joukkue Matti Launonen / Pekka Paalanko), yhden hopean (joukkue Kauko Kajaste / Kari Tiainen) ja kolme pronssia (Matti Launonen, Kauko Kajaste ja joukkue Kimmo Jokinen / Olli Virtanen).

Jokisen kultaiselle paralympiamentestykselle seurasi jatkoa 1988 Soulessa, missä hän voitti oman luokkansa. Huipennus oli 1992 paralympialaiset Barcelonassa, jossa Kimmo oli jälleen paras sekä omassa luokassaan että avoimessa sarjassa. Samana vuonna hänet valittiin Suomen vuoden vammaisurheilijaksi.

Toistaiseksi viimeiset Suomen paralympiämitalit ovat Sydneyn 2000 paralympialaisten Matti Launosen henkilökohtainen hopea ja Kimmo Jokisen henkilökohtainen pronssi. Sydneyn jälkeen Kimmo piti muutaman vuoden tauon ja palasi arvokisoihin 2005 EM-kilpailuissa Italian Jesolossa. Tuloksena oli kaksi kultamitalia: henkilökohtainen luokassa kahdeksan ja joukkuekulta luokassa yhdeksän yhdessä Esa Miittisen kanssa. Kimmo Jokinen on ainut suomalainen pöytätennispelaaja, joka on saanut Pro Urheilu -tunnustuspalkinnon. Palkinto myönnettiin 2011.

Kuluvalla vuosituhanella ei ole päästy takavuosien arvokisasaavutusten määrään. Matti Launosen (2000 paralympiahopea, 2001 EM-pronssi henkilökohtainen ja joukkue, 2002 MM-pronssi, 2003 EM-hopea ja 2007 EM-hopea) ja Kimmo Jokisen (2000 paralympiapronssi, 2005 EM-kulta henkilökohtainen ja joukkue) lisäksi 2000-luvulla arvokisamitaleja ovat saavuttaneet Jari Kurkinen (2001 kaksi EM-pronssia, henkilökohtainen ja joukkue), Mikael Välimaa (2001 EM-pronssi joukkue), Esa Miittinen (2005 EM-kulta joukkue ja EM-pronssi henkilökohtainen, 2007 EM-pronssi avoin kävelevien luokka, 2015 EM-hopea joukkue sekä 2017 MM-pronssi ja EM-pronssi joukkue) ja Ismo Lallo (2015 EM-hopea, 2017 MM-pronssi ja EM-pronssi joukkue).

Suomessa harrastajamäärät ovat vähentyneet ja samaan aikaan kansainvälinen kilpailu on koventunut. Toiminta on enenevässä määrin ammattimaista. Uusia maita on tullut kilpailutoimintaan mukaan. Esimerkiksi Barcelonan 1992 paralympialaisista Lontoon 2012 kisoihin osanottajamaiden määrä lähes kaksinkertaistui (86/164). Etenkin Aasian maat Kiinan johdolla ovat 2000-luvulla lisänneet panostustaan. Kiina on tällä hetkellä selkeä ykkösmaa niin olympialaisten kuin paralympialaistenkin pöytätenniksessä.

Valmennus ja liitot

1970-luvulla lajiharjoittelu oli pääasiassa erien pelaamista. Yhteisleirejä ei järjestetty, eikä valmentajia juuri ollut. Pyörätuolipelaajat kohensivat peruskuntoaan kelaamis- ja kuntosaliharjoittelulla sekä uinnilla. 1980-luvun alussa saatiin ensimmäinen varsinainen valmentaja, kun Martti Autio otti vastuun vuosiksi 1982–83. Monipuoliseen rooliin kuului myös varainhankintaa ja pyörätuolipelaajien avustajan tehtäviä. Valmentajat toimivat usein myös avustajina, missä roolissa mikään inhimillinen ei ole vierasta.

Aution jälkeen valmentajat vaihtuivat usein, kunnes tehtävät 1987 otti Alpo Tenhunen. Hän lopetti Barcelonan paralympialaisiin 1992. Vuodesta 1989 alkaen toisena valmentajana toiminut Gunnar Malmberg oli päävalmentajana 1992–95. Julius Muinosen valmentajavuodet olivat 1996–2004. Jarno Peltovako toimi kakkosvalmentajana 1992–95 ja jatkoksi päävalmentajana vuoteen 1996 saakka. Hän palasi päävalmentajaksi 2005–2012.

Jani Kokkonen oli kakkosvalmentaja ja pyörätuolipelaajien valmentajana Muinosen ja Peltovaon päävalmentaja-aikoina. Hän toimi myös pyörätuolipelaajien henkilökohtaisena avustajana. Pöytätennisliiton päävalmentaja Mattias Bergkvist vastasi liikuntavammaisten puolella lähinnä Esa Miettisen henkilökohtaisesta valmentamisesta 2013–2016. Martti Autio teki paluun päävalmentajaksi 2017 ja toimi myös Miettisen henkilökohtaisena valmentajana. Fyysisestä valmennuksesta vastasi ”Maran” puoliso Eve Autio.

1980-luvulla aloitettiin valmennusleirien järjestäminen. Niissä keskityttiin lajiharjoitteluun. Leirejä oli aluksi Helsingissä, Turussa ja Peurungassa, myöhemmin myös Kuopiossa. Kuluvalla vuosituohannella leirejä on järjestetty myös Tampereella ja urheiluopistoissa, erityisesti Pajulahdessa. Tuolloin harjoitusohjelmaan lisättiin voimaharjoittelua ja aloitettiin myös testaukset.

Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskuksen (KIHU) asiantuntija Mikko Häyrinen kuvasi otteluita kansainvälisissä kilpailuissa ja hänelle lähetettiin kuvattua materiaalia. Häyrinen analysoi ottelut lentopalloon kehitetyn ja pöytätennikseen sovelletun ohjelman avulla. Näin saatiin tilastotietoa omasta ja päävastustajien pelaamisesta. Tämä auttoi valmennusohjelmien ja ottelutaktiikoiden suunnittelussa. Materiaalista tehtiin myös vastustajakohtaisia koosteita, joita hyödynnettiin otteluihin valmistautuessa. Tässä asiassa Suomi oli muita maita edellä.

Suomen Invalidien Urheiluliitto (SIU) perustettiin 1964 edistämään liikuntavammaisten urheilutoimintaa. Se toimi myös liikuntavammaisten pöytätennispelaajien lajiliittona, kunnes Suomen Vammaisurheilu- ja Liikunta VAA ry perustettiin ja toiminta käynnistyi 2010. Tuolloin Elinsiirtoväen Liikuntaliitto ELLI ry, Näkövammaisten Keskusliitto ry (NKL), Suomen Invalidien Urheiluliitto ry (SIU) sekä Suomen Kehitysvammaisten Liikunta ja Urheilu ry (SKLU) perustivat uuden yhteisen järjestön. Seuraava muutos tapahtui nopeasti, kun liikuntavammaisten pöytätennistoiminta integroitiin Suomen Pöytätennisliittoon jo seuraavana vuonna.

Luokittelu

Luokittelu on olennainen osa vammaisurheilua ja oikeastaan se mahdollistaa koko toiminnan. Luokittelua voidaan verrata vammattomien painoluokkalajeihin, sillä tavoite on sama: taata kilpailijoille mahdollisimman tasapuoliset lähtökohdat, jolloin lopputuloksen ratkaisevat urheilulliset tekijät eikä vamman haitta-aste.

Paralympialaisiin saavat osallistua urheilijat, joilla lajikohtaisesti määritetty minimivamma rajoittaa toimintakykyä niin, että urheilija ei pysty tasaväkisesti kilpailemaan vammattomien kanssa. Paralympialaisissa luokitus tapahtuu Kansainvälisen Paralympiakomitean sääntöjen mukaan.

Luokittelu tehdään erilaisten testien avulla. Testauksessa tutkitaan nivelliikkuvuuksia, koordinaatiota ja tarpeen mukaan mitataan esimerkiksi amputoidun raajan pituuksia. Toimintakyvyn luokittelussa huomioidaan pelaajan ulottuvuus, lihasvoima, liikerajoitukset, tasapaino sekä kyky pitää kiinni mailasta. Mitä suurempi on luokkanumero, sitä parempi on urheilijan toimintakyky. Luokittelua noudatetaan paralympialaisten lisäksi myös muiden arvokilpailujen luokituksessa.

Pyörätuoliluokat: 1, 2, 3, 4 ja 5

Luokat 1 ja 2 ovat tetraplegikkojen (toimintarajoitteita sekä ylä- että alaraajoissa ja vartalon lihakset toimivat heikosti) ja vammaluokat 3, 4 ja 5 paraplegikkojen (toimintarajoitteita vartalon ja/tai alaraajojen lihaksissa) luokkia.

Pystyluokat: 6, 7, 8, 9 ja 10

Pystyluokkien 6, 7, 8, 9 ja 10 urheilijoilla voi olla esimerkiksi ylä- tai alaraajan amputaatiota, CP-vamma tai lyhytkasvuisuutta.

Kehitysvammaisten luokka 11

Monessa maassa lievimmin liikuntavammaiset pöytätennispelaajat voivat harjoitella ja kilpailla hyvällä menestyksellä vammattomien kanssa. Suomessa tähän ovat pystyneet Kimmo Jokinen ja Esa Miettinen. He ovat saavuttaneet useita mitaleja sekä mestaruussarjassa että SM-cupissa. Suomen arvolistalla Jokinen oli parhaimmillaan kymmenes ja Miettinen viides.

Esa Miettinen