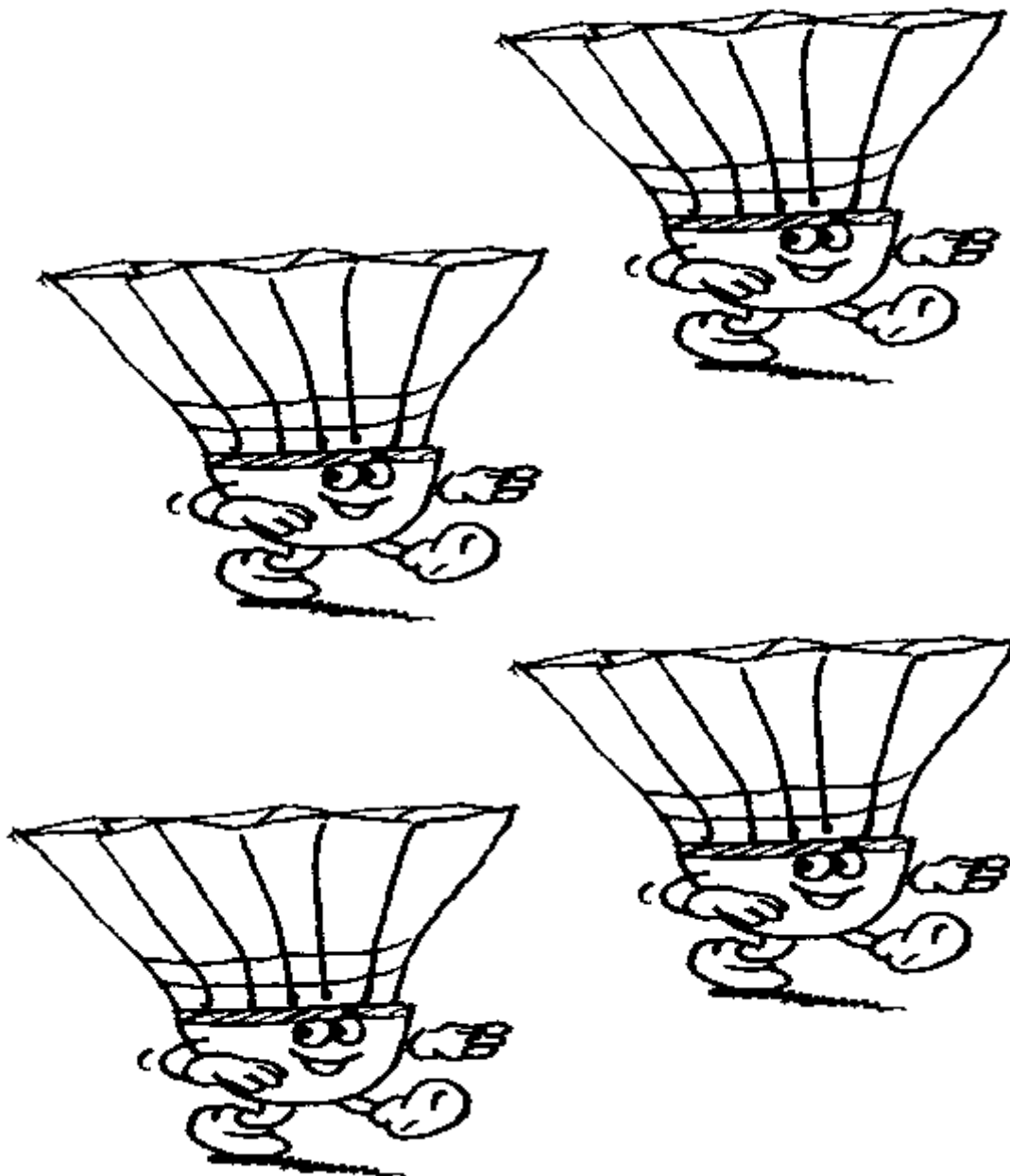




TSanommat

12.8.2002 Tapiion Sulka ry:n jäsenlehti 5/2002



Taas harjoittelemaan!

Kovaa menoa sulkapallon World Academyssa

Viivin ja Marian leiritunnelmia Perusta



Maria ja Viivi treenien jälkeen kanadalaisen pelaajan Florance Lavoien (vas.) ja kiinalaisvalmentaja Han Ai Pingin seurassa.

Kansainvälinen sulkapalloliitto IBF järjestää joka kesä kahden viikon sulkapalloleirin nuorille lupaaville pelaajille ympäri maailmaa. Viivi Brandt ja Maria Väisänen hakivat tänä vuonna leirille ja saivat kutsun Etelä-Amerikkaan, sillä leiri järjestettiin tänä vuonna Perun pääkaupungissa Limassa. Tämä World Academy oli järjestyksessään 8. ja aikaisemmin Suomea oli edustanut vain Anu Weckström kolme vuotta aikaisemmin. Tänä vuonna pelaajia ja valmentajia saapui 30 eri maasta. Mukaan mahtui perinteisempiä sulkapallomaita kuten Englanti, mutta myös uusia tuttavuuksia Väli-Amerikasta kuten Barbados, Trinidad & Tobaco sekä Jamaika. Päävalmentajat olivat huippuluokkaa; pääosin entisiä maailmanmestareita ja nykyisiä maajoukkuevalmentajia.

Reissu alkoi heinäkuun 5. päivä 20 tunnin matkustamisella Amsterdamin ja Aruban kautta Limaan. Ensimmäiset päivät ennen leirin alkua menivät pitkälti nukkuessa, aikaeroon totuttelussa sekä paikkoihin tutustumisessa. Leiri pidettiin yksityisellä Club de Regatas klubilla, jossa ei maan köyhyys näkynyt, sillä jäsenmaksu klubille oli 30 000 \$ vuodessa. Tarkkaan vartioitujen porttien ulkopuolelle ei saanut turvallisuussyistä poistua ja sisälläkin piti kantaa koko ajan pelaajakorttia kaulassa.

Päivät alkoivat kahden tunnin aamutreeneillä, joita seurasi lounas ja vapaa-aika. Illalla oli vielä toinen kahden tunnin treeni ja ruokailun

jälkeen olikin jo valmis painumaan pehkuihin. Leiriläiset jaettiin tason mukaan pieniin ryhmiin ja me aloitimme ensimmäisen leiriviikon kiinalaisen Han Ai Pingin johdolla. Oli hienoa päästä entisen maailmanmestarin valmennukseen, joka ennen kaikkea oli nainen, mihin emme ole Suomessa tottuneet. Treenit olivat totuttua kovempia ja useammin kuin kerran tuli äitiä ikävä.

Suurin ero Suomeen verrattuna oli pidemmät sarjat ja myös tekniikkatreenit olivat äärimmäisen fyysisiä. Pienryhmien valmentajat vaihtuivat kolmen päivän välein ja loppuviikoksi saimme entisen Korean maajoukkuevalmentajan Kim Young Manin, joka nykyisin valmentaa Japanin maajoukkueita. Valmentaja vaihdon jälkeen treeni ei ainakaan helpottunut sillä Kimin harjoitukset koostuivat pääosin multipalloista.

Ensimmäisen viikon perjantaina teimme leirin ainoan oheisharjoituksen kentän ulkopuolella. Treeni alkoi tunnin juoksulla ja sulkisaskelilla upottavassa rantahiekassa. Siitä jatkoimme punttisalille, jonka jälkeen maitohappoja oli jaloissa luultavasti enemmän kuin koskaan aikaisemmin.

Viikonloppuna oli luvassa ansaittu kahden päivän loma. Suuntasimme koko joukko aurinkoiseen vuoristoon, joka oli mukavaa vaihtelua Liman pilviseen ja melko kylmään säähän. Ohjelma oli pääosin auringonottoa ja rentoutumista.

Maanantai aamuna seurasi paluu karuun todellisuuteen. Vaikka olimme viettäneet viikonlopun vain 1000 metrin rissä, sen todella tunsin kropassaan.

TAPION SULKA RY

Postiosoite: Hakarinne 6 G 98, 02120 Espoo

Puhelin: (09) 8558026 (ma & to klo 20-21 ja la klo 9-11)

Fax: (09) 460120

Web-sivut: <http://www.tapionsulka.fi>

Sähköposti: office@tapionsulka.fi

Hallitus:

puheenjohtaja	Jonne Löytömäki	694 0093	välineistö
varapuheenjohtaja	Mikko Franssila	050-4837670	tiedotus
jäsenet	Lasse Lindelöf	050-5960643	valmennus
	Leena Löytömäki	040-589 5252	talous
	Jan Tois	452 1971	kilpailu
	Tiina Tuppurainen	040-861 7687	koulutus



Toisella viikolla jatkettiin siitä mihin ensimmäisellä jäätin. Treeni jatkui kahta kovempaa ja Marian olkapää kipeytyi, joten hän joutui jättämään pari treeniä väliin. Viivin loppupäivinä saama vatsatauti hidasti palautumista ja niinpä hänkin joutui jättämään viimeisen päivän väliin.

valmentajien kanssa ja solmia uusia ystävyssuhteita. Tulevaisuuden kannalta etenkin nämä valmentajiin luodut kontaktit ovat hyvin tärkeitä. Ehkä seuraava reissumme suuntaakin sitten Aasiaan.

Viivi Brandt & Maria Väisänen



*Maria Väisänen ja
Viivi Brandt Macchu
Picchun maisemissa.*

Leiri päättyi perjantaina, jonka jälkeen lensimme pieneen vuoristokaupunkiin Cuscoon 3700 metrin korkeuteen. Nyt oli aikaa tehdä ostoksia ja käydä katsomassa nähtävyyksiä, joista ehdottomasti hienoin oli Inkakylän rauniot Macchu Picchulla. Palasimme vielä pariiksi päiväksi Limaan, jonka jälkeen oli edessä enää raskas lento kotiin ja kolmen viikon reissu alkoikin olla jo pulkassa.

Tuliaisten lisäksi kotiin tuotiin paljon uusia ideoita, kokemusta ja itseluottamusta. Hienointa oli tehdä yhteistyötä maailman parhaiden

hyvä harjoitus

Valmentajavieraana Olli Norros

Hyvä Harjoitus -juttusarjassa kukin Tapion Sulan 30 valmentajasta ja ohjaajasta kertoo vuorollaan yhdestä hyvänä pitämästään harjoituksesta ja vetää sen tässä paperilla. Sarja alkoi TSanomien numerossa 7/2001. Tällä kertaa vuorossa on Olli Norros, joka pohtii miten onnistunut harjoitus syntyy.

Nimi:	Olli Norros
Lempinimi/nimet:	Horros, Chuck Norros
Syntymäaika ja -paikka:	20.12.1979 Helsinki
Siviilisäätty:	Kihloissa/avoliitossa
Ammatti ja koulutus:	Oikeustieteen ylioppilas, filosofian ylioppilas
Mailan merkki ja malli:	Babolat Satellite Pulsar
Miten kauan olet ollut mukana sulkapallotoiminnassa?	Aloitin pelaamisen Helsingin Sulassa syksyllä -91.



Miten suoritetaan onnistunut harjoitus?

Useat seuramme luottovalmentajat ovat esitelleet lehdessä hyvinä pitämiään harjoituksia. Itse keskityn tässä kirjoituksessani tarkastelemaan määrätyn harjoituksen muodollisen sisällön sijasta yleisiä harjoituksen toteutuksen periaatteita. Kirjoitukseni kohdissa 1-4 näkökulma on pääosin yksittäisen pelaajan tasolla, kohta 5 sen sijaan liittyy ryhmän toimintaan harjoitusympäristönä ja siksi sisältää enemmän myös valmentajan tehtäviin liittyvää asiaa. On tosin huomattava, että valmentajan johdolla harjoiteltaessa myös kohtien 1-4 sisältämien seikkojen oikea toteutus on suurelta osin

valmentajan vastuulla. Haluan tässä kuitenkin korostaa pelaajan oman aktiivisuuden merkitystä - usein vasta pelaajan esittämien kysymysten ja huomioiden avulla valmentaja parhaiten pystyy ottamaan ryhmänsä tarpeet huomioon. Toisin sanoen - pelaajat, kysykää rohkeasti, hyödytätte sillä paitsi itseänne myös koko ryhmää.

1. Mitä harjoitellaan?

On erittäin tärkeää, että pelaaja tietää tarkasti harjoituksen kohteen, sen "mitä treenataan". Harjoituksen kohteena voi olla esimerkiksi tietyn teknisen suorituksen hiominen tai fyysisen kunnan kehittäminen määrättyltä osin. Selvää lienee, että harjoituksen

tarkoituksena on aina pelaajan tietyn ominaisuuden kehittäminen, ei harjoitustapahtuma itsessään, eli esimerkiksi modulin pyörittäminen tai edestakaisin juoksenteleminen.

Mielestäni varsinkin aloittelevan pelaajan ollessa kyseessä on tärkeää, että harjoituksen pääkohde rajataan varsin suppeaksi. Yleensä ei kannata esimerkiksi pyrkiä samalla treenillä kehittämään sekä tekniikkaa että kestävyyttä. On huomattava, että periaatteessa samoja harjoitteita voidaan usein suorittaa hiukan vaihtelevin painotuksin ja näin keskittyä juuri halutun ominaisuuden kehittämiseen. Esimerkkinä voisin mainita tavallisen suljetun drop-myllyn, joka sopivin painotuksin soveltuu paitsi tekniikan ja fyysisen kunnon, myös taktiikan harjoitteluun.

Moniin harjoituksiin sisältyy sellaisiakin suorituksia, joiden tarkoitus on vain mahdollistaa pääasian harjoittelu ("sparraus"). On ehdottoman tärkeää kyetä erottamaan sparraus ja harjoituksen ydinalue toisistaan.

2. Harjoittelun vaihteellisuus

Mitä korkeampaan osaamisen tasoon pyritään, sitä yksityiskohtaisempaa harjoittelunkin on oltava ja sitä tärkeämmäksi muodostuu suorituksen paloittelu sopivan kokoisiin osiin. Kokonaissuoritus ei voi onnistua kuin satunnaisesti, jos osa-alueet eivät ole kunnolla hallinnassa. Tästä syystä harjoittelijalla on oltava malttia jakaa

vaikeaksi osoittautunut suoritus lyhyempiin vaiheisiin.

3. Miksi harjoitellaan?

Monen pelaajan motivaatio tietyn asian harjoittelemiseen kasvaa huomattavasti, jos hän ymmärtää, miksi jokin suoritus tulee toteuttaa juuri tietyllä tavalla. Pelaajan tulisikin tuntea harjoittelemansa asian taustalla vaikuttavat perusteet ja tietää, miksi vaihtoehtoiset muut toteutustavat eivät ole yhtä hyviä. Parasta on, jos valmentajan tai muun ulkopuolisen tietolähteen ei edes tarvitse esittää ratkaisua tiettyyn ongelmaan vaan pelaaja itse pystyy sen löytämään saamansa informaation pohjalta.

4. Harjoituksen eteneminen

Harjoituksen edetessä ilmeneviin seikkoihin on pystyttävä reagoimaan jo treenin kestäessä ja tarvittaessa kyettävä muuttamaan sitä sopivalla tavalla. Usein tämä merkitsee sitä, että siirrytään harjoituksen vaativampaan vaiheeseen pelaajien jo hallitessa edellisen. Tarvittaessa harjoitusta on myös uskallettava yksinkertaistaa - jopa hyvinkin lyhyisiin osasuorituksiin.

5. Kuri ja keskittyminen - toiminta harjoitusryhmissä

Ehdoton edellytys harjoituksen onnistumiselle on pelaajien kurinalaisuus ja keskittyminen itse asiaan. Erityisesti tämä korostuu ohjatuissa valmennusryhmissä - varsinkin

nuorempien juniorien ryhmissä. Hyväkin opetus menee hukkaan, jos valmentaja joutuu toistelevaan ohjeitaan moneen kertaan, ensin hällisevälle ryhmälleen ja sen jälkeen jokaiselle pelaajalle erikseen harjoituksen jo alettua, kun kukaan ei "ymmärtänyt" mitään. Kaikkien valmentajan antamien ohjeiden kohdalla lähtökohtana tulisikin mielestäni olla se, ettei ohjeita toistella - niitä totellaan. Tositalanne on tietysti usein hieman toinen.

Suurin osa harjoituksista on sellaisia, joiden toteuttaminen vaatii kahden tai useamman pelaajan yhteistoimintaa. Tällaisessa tilanteessa on tärkeää, että pelaaja pystyy pitämään suorituksensa kelvollisella tasolla - tuntui harjoitus sitten kuinka tylsältä tai turhalta tahansa - muuten tulee pilanneeksi kaverinkin treenin.

Valmentajan mahdollisuudet vaikuttaa siihen, alkaako tällaista hajoamista näkyä vai ei, ovat huomattavan suuret, vaikka itse harjoitus olisikin ennalta määrätty. Tärkeää on, että valmentaja paitsi huolehtii kohdissa 1-4 mainitsemani seikkojen toteutumisesta pelaajien suhteen, myös muutenkin informoi ryhmäänsä harjoituksen etenemisestä ja antaa palautetta sekä yksittäisille pelaajille että koko ryhmälle.

Myös valmentajan oman esiintymisen vaikutus on suuri. Valmentajan on annettava pelaajille vahva kuva siitä, että homma on hanskassa. Mitä raskaampi tietty harjoitus on henkisesti tai

fyysisesti, sitä vaativampi ja määrätietoisempi valmentajan olemuksenkin on oltava - lepsu esiintyminen antaa pelaajille kuvan, ettei treeniäkään tarvitse vetää aivan viimeisen päälle. Lisäksi vielä mainittakoon, että tiukka mutta ehdottoman tasapuolinen ja oikeudenmukainen kuri on kokemusteni mukaan tehokkaimpia tapoja nostaa hyvinkin erityyppisten ryhmien yhteishenkeä.

6. Lopuksi

Kirjoitukseni keskeisin sisältö voidaan tiivistää esimerkiksi seuraavanlaiseksi muistilistaksi pelaajalle:

- selvitä itsellesi täsmällisesti, mitä on tarkoitus harjoitella.
- rajaa harjoituksen pääkohde riittävän suppeaksi.
- jaa suoritus tarpeeksi helppoihin vaiheisiin ja opettele ne kunnolla ennen kuin keskityt kokonaissuoritukseen.
- mieti, miksi harjoituksen sisältö on juuri sellainen kuin se on.
- älä suorita tunnottomasti vaan tee havaintoja ja tarkkaile suorituksiasi mahdollisuuksien mukaan jo harjoituksen kestäessä.
- muuta harjoitusta tarvittaessa.
- toimi ryhmässä kurinalaisesti ja kunnioita muiden oikeutta saada harjoitella täysipainoisesti.

Kauden 2002-2003 harjoitusryhmät kuvauksineen

Maanantai

- 18:00-19:30 11-14 -v., Jo vähän pelanneille ja tehokkaasta harjoittelusta kiinnostuneille. Perustel
- 18:00-19:30 "Neluritreeni". Nelinpelin taktiikkaa ja nelinpelissä tyypillisten lyöntien ja liikkumise
- 19:30-21:00 Naiset 16-vuotiaasta ylöspäin. Aloittelijoille ja vähän pelanneille. Opetellaan sulkapa
- 19:30-21:00 Pelivuoro D-B -luokan pelaajille

Tiistai

- 18:00-19:00 "Puolikovaa menoa". Jo jonkin verran pelanneille, painotetaan lyönti- ja liikkumiste
- 18:00-19:30 9-12 -v. Tavoitteena oppia perusasiat hyvin, peliä vain vähän.
- 18:30-19:30 12-16 -v. tytöt. 1-2 vuotta pelanneille. Melko kevyttä perusasioiden harjoittelua, noiri
- 18:30-20:00 Kerhotunti.
- 19:30-21:00 15-17 -v. 1-2 vuotta pelanneille. Monipuolista ja kohtuullisen kovaa harjoittelua, jon
- 19:30-20:30 14-17 -v. Noin 2 vuotta pelanneille Noin puolet ajasta harjoittelua, tavoitteena oppia
- 19:30-21:00 "Kovaa menoa". Kokeneemmille pelaajille, pääpaino melko hikisessä pelinomaisessa

Keskiviikko

- 18:00-19:00 12-14 -v. Perustekniikan opettelua.
- 18:00-19:00 6-9 -v. Leikinomaista sulkapalloon tutustumista aloittelijoille. Perustekniikkaa ja pa
- 19:00-21:00 "Nelurikerho". Pelivuoro, ei ohjattua toimintaa.

Torstai

- 18:00-19:30 13-17 -v. Jonkin verran pelinomaisia harjoituksia, pääpaino pelaamisessa.
- 19:30-21:00 Miehet 15-vuotiaasta ylöspäin. Jonkin verran tekniikan harjoittelua, pääpaino hiki

Perjantai

- 17:00-18:00 12-15 -v. Aloittelijoille ja vähän pelanneille. Tutustutaan lajin perusasioihin, myös v

Lauantai

- 10:00-11:00 "Minisulkis", 6-8 -vuotiaat. Tutustutaan sulkapalloon leikkien ja pelien avulla.
- 11:00-12:00 "Mikki Hiiri" -ryhmä, 9-12 -vuotiaat. Tutustutaan sulkapalloon leikkien ja pelien av

Sunnuntai

- 10:00-12:00 Kerhotunti
- 19:00-20:00 12-14 -v. Tekniikan ja taktiikan harjoittelua. Välillä fyysisesti kovia harjoitteita. Ei ju
- 20:00-21:00 13-16 -v. Tekniikan ja taktiikan harjoittelua. Välillä fyysisesti kovia harjoitteita. Ei ju

Ryhmiin ilmoittautuminen

Ryhmiin ilmoittaudutaan seuran toimistoon puhelimitse (8558026), faksilla (460120) tai sähköpostilla (office@tapionsulka.fi).

kniiikkaa, pelinomaisia harjoituksia ja vähän peliä. en harjoittelua. Ei kaksinpeliharjoituksia, jonkin	Viivi Brandt Leena Löytömäki	Esport Esport
allon perusasiat. Pääasiassa melko kevyitä	Anna Laine	Esport
	-	Espoonlahti
kniiikan opettelu. Jonkin verran peliä.	Tero Merenheimo, Olli Saarela Jouni Paavonen Heikki Kuisma	Esport Esport Esport
n puolet ajasta peliä.	-	Kannusilta
kin verran peliä.	Jouni Paavonen	Esport
perusasiat pikku hiljaa. Toinen puoli peliä,	Tero Merenheimo, Olli Saarela	Esport
a harjoittelussa. Lopussa jonkin verran peliä.	Jouni Väisänen	Esport
	Kimmo Ståhlberg Jouni Väisänen, Susanna Ahovaara	Esport Esport
ljon liikunnallisia harjoituksia, myös peliä.	-	Esport
	Kari-Pekka Järvinen Sami Parikka	Esport Esport
ua aiheuttavissa harjoituksissa.		
ähän peliä.	Mikko Verkkala	Esport
	Tiina Tuppurainen Tiina Tuppurainen	Esport Esport
ulla.		
urikaan peliä.	-	Kannusilta
urikaan peliä.	Jussi Palmén, Olli Norros, Merja Pallonen Jussi Palmén, Olli Norros, Merja Pallonen	Esport Esport

Ryhmien alkamisajankohdat

Harjoitusryhmät alkavat Esport Centerissä torstaina 15.8., Espoonlahden urheiluhallilla 26.8. ja Kannusillan väestösuojassa 27.8.

Kilpapelaajien harjoitusryhmistä

Kilpapelaajaryhmiin ei voi ilmoittautua vaan valmentaja valitsee pelaajat. Tapion Sulka haluaa perinteidensä mukaisesti kasvattaa hyviä kilpapelaajia ja kilpapelaajaryhmistä löytyy tilaa tehokkaasta harjoittelusta ja kilpailemisesta kiinnostuneille, pääasiassa alle 15-vuotiaille junioreille. Kiinnostuneita pyydetään ottamaan yhteys omaan valmentajaan tai nuorimpia kilpapeaajia valmentaviin Michael Baileyn tai Jonne Löytömäkeen.

Kilpapelaajien kerhotunnit

Tälle kaudelle Tapion Sulassa on kaksi uutta kilpapelaajien kerhotuntia.

Maanantain vuoro Espoonlahden urheiluhallissa 19.30-21.00 on tarkoitettu B-D-luokan kilpapeaajille. Ilmoittautumiset seuran toimistoon puhelimitse (8558026), faksilla (460120) tai sähköpostilla (office@tapionsulka.fi).

Perjantain vuoro Esport Centerissä 17.00-18.00 on tarkoitettu alle 16-vuotiaille kilpajunioreille. Kiinnostuneita pyydetään ottamaan yhteys Jonne Löytömäkeen tai Michael Baileyn.

TS:n kilpajuniorileiri 31.8.-1.9. Solvallassa

Alle 15-vuotiaille kilparyhmäläisille järjestetään viikonloppuleiri 31.8. alkaen kello 9.00. Yöpyminen ja ruuat Solvallan urheiluopiston tiloissa. Leirin vetävät Jan Tois ja Jonne Löytömäki.

Ilmoittautuminen jonne_loyтомaki@hotmail.com tai Michael Baileylle syksyn ensimmäisissä treeneissä tiistaina 20.8.

Tapion Sulka lähtee Eurooppa-Cupiin Berliiniin

Tapion Sulka lähtee jälleen hallitsevana joukkueiden suomenmestarina Eurooppa-Cupiin, joka pelataan tänä vuonna Berliinissä 28.8.-1.9. Viiden joukkueen alkulohko tarjoaa muutaman sopivan vastustajan lisäksi kohtuullisen kovan vastustajan Tanskan muodossa. Tsemppiä joukkueelle!

Tapion Sulan poolissa pelaavat seuraavat joukkueet:

1. Kastrup-Magleby BK, Tanska
2. C.S. Stiinta Bacau, Romania
3. Aix Université Sports Club, Ranska
4. União Desportiva de Santana, Portugali

ranking

Ranking-kisat lauantaina 7.9.2002 klo 10 (ilm. klo 9.40)

Tapion Sulan ranking-kilpailu on avoin kaikille seuran jäsenille, ikään ja taitotasoon katsomatta. Siellä pelaavat niin aloittelevat harrastelijat kuin luokitellut kilpapelajatkin. Jokainen pääsee pelaamaan tasoaan vastaavassa poolissa ja saa kolme kovaa ottelua samaan pooliin kuuluvien kanssa. Tämä on erinomaisen hauska tapa hankkia pelikokemusta ja nauttia liikunnasta.

Pelipaikkana toimii Espoonlahden urheiluhalli (Rehtorintie 11).

Ennakoilmoittautumista ei vaadita, vaan riittää, että tulet paikalle kertomaan osallistumisestasi 20 minuuttia ennen pelien alkua. **Ilmoittaudu pelaamaan joko kaksin- tai nelinpeliä** (et voi osallistua molempiin). On tärkeää saapua ajoissa, jotta pelaajat pääsevät vähän lämmittelemään ja toimitsijat ehtivät saada osallistujalistat valmiiksi. Tapahtuma kestää noin 3-4 tuntia, joten hieman evästä kannattaa varata mukaan.

Sijoitus listalla muuttuu sen mukaan, miten pelit sujuvat. Kolmen perättäisen poissaolon jälkeen pelaaja poistetaan listalta.

Syyskauden loput ranking-tapahtumat ovat 7.9., 5.10., 9.11. ja 7.12.

Rankinglista 4.5.2002

Nimi:	Poissa:	Nimi:	Poissa:
1. Jukka Antila	1	47. Pekka Ylinen	0
2. Mikko Franssila	1	48. Petri Pyykkö	0
3. Jonne Löytömäki	1	49. Simo Sariola	0
4. Mikko Helin	1	50. Hanna Kokko	0
5. Kari-Pekka Järvinen	1	51. Anna Laine	0
6. Jussi Palmen	1	52. Kim Mantere	0
7. Veli-Pekka Kröger	1	53. Elvi Väisänen	0
8. Jari Kavakka	1	54. Harri Jakobsson	0
9. Olli Norros	1	55. Marko Ukskoski	1
10. Elina Väisänen	1	56. Markus Hytönen	1
11. Antti Hakkarainen	0	57. Arttu Partanen	1
12. Tuomas Saranen	1	58. Roope Pettersson	0
13. Jukka Nyman	1	59. Susanna Ahovaara	2
14. Tero Tarkkiainen	0	60. Timo Pohjanpalo	0
15. Ville Brandt	1	61. Veera Norros	1
16. Ari Iivari	0	62. Olli Hyytiäinen	1
17. Mikko Werkkala	0	63. Matti Ärmänen	0
18. Arto Kangas	0	64. Wilhelmiina Nordberg	0
19. Tero Merenheimo	0	65. Heini Heikkilä	0
20. Michael Ristaniemi	0	66. Heli Piiparinen	2
21. Ossi Kankkunen	1	67. Joonas Laine	0
22. Kari Oksanen	1	68. Juho Hassi	1
23. Ralf Grönberg	1	69. Tuomas Salolahti	1
24. Kasper Lehikoinen	0	70. Laura Soikkeli	0
25. Casper Gripenberg	0	71. Lauri Peltonen	0
26. Tero Tuohioja	1	72. Topias Muroke	0
27. Jouni Väisänen	0	73. Päivi Nevalainen	0
28. Petri Niemenpalo	0	74. Henri Immonen	0
29. Arno Illukka	2	75. Henri Kuusela	0
30. Hannu Brandt	0	76. Vili Ärmänen	0
31. Mika Pettersson	0	77. Matias Fager	0
32. Aki Santaniemi	0	78. Juhani Nuppola	0
33. Veli-Matti Heikkinen	0	79. Tuomas Mann	0
34. Jarmo Väisänen	1	80. Jim Lindgren	0
35. Marko Ullgren	0	81. Arttu Kaukonen	1
36. Michael Bailey	0	82. Martin Tavastjerna	0
37. Jorma Sonninen	1	83. Max Rantakallio	2
38. Santttu Laivuori	1	84. Joonas Javanainen	2
39. Keijo Vikkula	0	85. Kasper Diemel	0
40. Kim Heiniö	1	86. Toni Kangas	0
41. Kristian Stoor	0	87. Onni Hämäläinen	0
42. Matti Paasikoski	2	88. Elias Annila	0
43. Tom Tavastjerna	0	89. Kari Vesanen	0
44. Timo Salmi	0	90. Juha Ryyönen	1
45. Toni Niemi	0	91. Elias Annila	0
46. Tommi Ylinen	0		

Tapion Sulan ohjaajat ja valmentajat

Päävalmentaja	Puhelinnumero	
Lasse Lindelöf	050-5960643	
Valmentaja/ohjaaja	Puhelinnumero	Taso
Susanna Ahovaara		I
Michael Bailey	050-5160720	II
Viivi Brandt	044-7614474	I
Timo Harju	040-5617674	III
Kari-Pekka Järvinen	050-3210989	I
Tuomas Karhula	041-4673752	I
Jari Kavakka	040-9004176	
Eric Korpi		I
Heikki Kuisma	5665006	I
Anna Laine	040-5288653	I
Ilari Laukkanen	044-5887303	I
Jonne Löytömäki	6940093	
Leena Löytömäki	040-5895252	
Tero Merenheimo	8133091	I
Olli Norros	050-5359428	I
Jouni Paavonen	523813	I
Merja Pallonen	040-5677920	I
Jussi Palmén	050-5322278	I
Sami Parikka	0400-493459	III
Lauri Pesonen	5121072	II
Olli Saarela	044-3213329	
Santtu Saari	050-5415631	I
Kimmo Ståhlberg	040-8621243	II
Jaana Suutarinen	040-5392244	I
Tiina Tuppurainen	050-3541900	I
Jan Tois	452 1971	
Mikko Verkkala		I
Jouni Väisänen	050-4536330	I
Maria Väisänen	041-4434478	I

tiedotuksia

Kilpailuilmottautumiset

Kilpailuilmottautumista vastaa Eino Väisänen. Ilmoittaudu hänen kauttaan sähköpostilla (eino.vaisanen@mbnet.fi) tai toimittamalla kilpailuilmottautumislomake (saatavana Tapion Sulan ilmoitustaululta Esport Centeristä) Einolle postitse tai faxilla viimeiseen ilmoittautumispäivän mennessä.

Kerro ilmoittautuessasi ainakin nimesi, junioriluokkalaisilla syntymäaikasi, luokituksesi ja puhelinnumerosi sekä kilpailut ja luokat joihin haluat osallistua. Jos ilmoittaudut nelinpeliin, ilmoita nelinpeliparisi nimi. Muista varmistaa etukäteen, että parisi todellakin osallistuu ja muistuta, että myös hänen täytyy ilmoittautua.

TSanomat

Julkaisija:	Tapion Sulka ry	
Toimitus:	Mikko Franssila, 050-4837670	mikko.franssila@iki.fi
	Anna Laine, 040-5288653	anna.laine@iki.fi
	Lauri Rätty, 050-3268720	lauri@cod.hellfish.org
	Jussi Palmén, 050-5322278	jusupof@yahoo.com

Painosmäärä:	550 kappaletta
Ilmestyminen:	8 kertaa vuodessa
	6/2002 1.10.2002
	7/2002 5.11.2002
	8/2002 3.12.2002

Palaute: tiedotus@tapionsulka.fi



Junior Gran Prix I

14.-15. syyskuuta 2002

Paikka: Esport Center
Koivumankkaantie 3
Espoo

Luokat: 19, 17, 15, 13, 11, 9/minisulkis

Tervetuloa!