



KOULUVIESTIKARNEVAALI

VALTAKUNNALLINEN TAPAHTUMA

OLYMPIASTADIONILLA 17.-18.5.2022



Kouluviestikarnevaalin johtohenkilöt Håkan Nordman ja Riitta Pääjärvi-Myllyaho viihtyvät Svenska Stafettkarnevalenin kummisedän Carl-Olaf Homenin ja nykyisen johtajan Stefan Haglundin seurassa.

KOULUVIESTIKARNEVAALI EDUSTAA TÄRKEITÄ YHTEISIÄ ARVOJA

Kouluviestikarnevaalin merkitys ja arvot vahvistuvat edelleen, koska koronan seurauksena liikkuminen on vähentynyt entisestään. Tuoreet Move-mittaukset maamme kouluissa osoittavat, että koululaisten kunto heikkenee ilmiselvästi ja keskipaino nousee merkittävästi. Nykyinen kestävyyskunto voi aiheuttaa merkittäviä haittoja heidän terveyteensä ja jaksamiseensa. Tästä voit lukea lisää työelämäprofessori Sami Kalajan artikkelista.

Kouluviestikarnevaalissa ei ole kyse vain yksittäisten koululaisten terveydestä ja hyvinvoinnista, vaan sen vaikutuksista maamme kansanterveyteen.

Liikkumattomuuden yhteiskunnalliset kustannukset arvioidaan useiksi miljardeiksi euroiksi (7.5 mrd euroa) vuodessa. Jotain on tehtävä muutoksen aikaansaamiseksi! **Liikuntaa kannattaa ehdottomasti edistää!**

Väestörakenne maassamme merkitsee, että jatkossa tarvitaan enemmän nuorta työväkeä työelämään korkean työllisyysasteen ylläpitämiseksi ja talouskasvun vahvistamiseksi, muuten hyvinvointipalvelujen perusta murenee. Tarvitsemme jokaisen työpanosta!

Kouluviestikarnevaalin Tukisäätiö on perustettu aktivoimaan ja lisäämään koululaisten liikuntaa ja luovuutta, myötävaikuttamaan heidän hyvinvointiinsa, jaksamiseensa ja viihtyvyyteensä sekä edistämään yhteisöllisyyttä kouluympäristöissä. Tämän on todistettu vaikuttavan myönteisesti myös oppimistuloksiin. Säätiöllä on lisäksi tarkoituksena kasvattaa kilpaurheilun harrastajien määrää ja tuloksia, ruotsinkielisten vastaavan - Stafettkarnevalenin- kokemusten inspiroimana.

Svenska Stafettkarnevalen on rohkaiseva esimerkki siitä, kuinka onnistuttu luomaan liikuntaan innostavia tapoja koululaisten kes-

kuudessa. Vuodesta 1961 lähtien ruotsinkieliset koulut ovat keränneet kasvavan joukon oppilaita suureen vuosittaiseen liikuntajuhlaan. Varovaisten sisäänajovuosien jälkeen osallistujia oli vain 2000 vielä vuonna 1969, mutta jo 5000 1980-luvulla, ja 8000 1990-luvulla. Nykyään osallistujamäärä on pysytellyt 8000-9000 kieppeillä jo pitkään.

Menestystarina on vaikuttanut yksinkertainen kilpailukonsepti, joka sopii kaikille koululaisille, lisäksi ruotsin kielen ja oman kouluverkoston luoma identiteetti ovat tärkeä kannuste osallistumiseen. Yksi kannustava tekijä on myös se, että kilpailupaikkana on ollut Olympiastadion, jonne koululaiset mielellään lähtevät. Suomenkielisille vastaava suurtapahtuma on nyt vihdoinkin toteutuksessa. Vuosien saatossa tästä voi syntyä Euroopan suurin vuosittainen koululiikuntatapahtuma.



Tukisäätiö kutsuu maamme suomenkieliset koulut Olympiastadionille!

Stafettikarnevaalenin konseptia kokeiltiin suomenkielisille ensimmäistä kertaa Pohjanmaalla Vaasassa syksyllä 2012 Opetus- ja kulttuuriministeriön tukemana. Sen jälkeen on järjestetty vuosittain kymmeniä paikallisia ja alueellisia Kouluviestikarnevaaleja ympäri maata ja kaksi valtakunnallista Kouluviestikarnevaalia, Vaasassa ja Tampereella. **Ennen koronaa osallistujia oli vuositasolla noin 15 000.**

Vuonna 2015 Suomen Urheiluliitto, Koululiikuntaliitto ja Vaasanseudun urheiluakatemia perustivat Suomenkielisen Kouluviestikarnevaalin Tukisäätiön. Tukisäätiöllä on toimisto Vaasassa ja se toimii Kouluviestikarnevaalien juridisena vastuuhenkilönä.

Päätavoitteena on alusta lähtien ollut järjestää Valtakunnallinen Kouluviestikarnevaali Olympiastadionilla. Ruotsinkieliset koulut ovat kokeneet Olympiastadionin luomaa tunnetta ja henkeä, arvokkuutta ja intoa vuodesta 1964 lähtien. Suomenkielisten suur tapahtuman toteuttaminen on siirtynyt jo pariin otteeseen, ensin Olympiastadionin remonttityöt viivästyivät ja sitten tuli korona. Korona on vaikeuttanut toiminnan laajentamista ja koulujen valmistautumista. Ennätysmäärä Kouluviestikarnevaaleja oli jo valmiilla vuodelle 2020, mutta korona pyyhki ne kaikki kalenterista. Viime syksynä toimintaa käynnisteltiin uudelleen järjestämällä kaksi Kouluviestikarnevaalia.

Yhteistyössä Merenkurkun Neuvoston kanssa Tukisäätiö on selvittänyt myös nk. **Meren-**

kurkun Kouluviestikarnevaalin järjestämistä. Tavoitteena on edistää koululaisten liikuntaa lahdan yli ja samalla kehittää lasten ja nuorten kanssakäymistä kieli- ja kulttuurirajojen yli. Valitettavasti korona siirsi tätäkin tulevaisuuteen.

Tärkeinä yhteistyökumppaneina toimivat valtion tukemat Liikunnan aluejärjestöt, Liikkuva koulu ja European Week of Sports.

Tämän lehden avulla haemme tukea suur tapahtumalle ja pyrimme herättämään kiinnostusta kouluissa. Lehti tehdään yhteistyössä Ilkka-Pohjalaisen kanssa. Lehti sisältää kirjoituksia Kouluviestikarnevaalin arvoista ja tavoitteista. Se kannustaa lasten ja nuorten liikunnan tukemiseen.

Vuonna 2019 Kouluviestikarnevaalin arvolutteloon lisättiin ilmastonmuutoksen hillinnän tavoite, sillä se koskee suuresti lasten ja nuorten tulevaisuutta. Valtakunnallisessa Kouluviestikarnevaalissa Tampereella 2019 tämä teema oli jo vahvasti esillä ja silloin lanseerattiin nk. Kultainen kapula, joka toimii symbolina ja sanomien välittäjänä tuhansilta nuorilta tuhansille nuorille, mutta myös päätäjille. Hyväkuntoisten koululaisten on helpompi muuttaa tapojaan ja tehdä harkittuja arkipäivän valintoja. Yhteiskunnan tehtävänä puolestaan on kannustaa ja helpottaa kävelyn, pyöräilyn ja julkisen liikenteen käytön valitsemista, esimerkiksi koulumatkalle. Samalla kuntoilevat ja kilpailevat koululaiset tuottavat energiaa omaan käyttöönsä koulussa, opiskelussa ja vapaa-aikana mm. urheiluun.

Tukisäätiö kutsuu maamme suomenkieliset koulut Valtakunnalliseen Kouluviestikarnevaaliin Olympiastadionilla 17.-18.5.2022. Vihdoinkin!

Tavoite on 4000 -5000 osanottajaa. Kysyntä koululaisten keskuudessa on suurta. Pääkaupunkiseudun kaupungit ja yhteistyötahot suhtautuvat varsin myönteisesti historialliseen suur tapahtumaa. Helsingin, Espoon ja Vantaa kaupunkien opetustoimet ovat ehdottaneet kouluilleen runsasta osallistumista, lisäksi Helsingin kaupunki tukee tapahtumaa, kuten myös eräät tärkeät säätiöt. Stadionsäätiö tarjoaa hyvät ehdot ja Helsingin Seudun Yleisurheilun seurat asettavat toimitsijoita avuksi. Suur tapahtuman perusta on siis jo olemassa.

Tukisäätiö kutsuu kaikki suomenkieliset koulut osallistumaan tähän liikunnan ilon karnevaaliin, ja muistuttaa, että kaikki koululaiset ovat tervetulleita, eivät vain parhaat juoksijat, vaan kaikki, jotka haluavat mukaan iloiseen tapahtumaan! Ja ellei halua juosta, aina voi liittyä kannustajaksi oman koulunsa Huutosakkiin, jossa riittää paljon erilaisia tehtäviä.

Håkan Nordman
Puheenjohtaja

Riitta Pääjärvi-Myllyaho
Toiminnanjohtaja

STORMOSSEN

Paikoillanne, valmiina..
Lajittelemaan!

www.stormossen.fi

f
in

Juoksemisen taito on portti liikunnan harrastamiseen

Sami Kalaja
Liikunnan työelämäprofessori
EduFutura Jyväskylä

Liikunnan harrastaminen on tärkeää yhteiskunnalle

Liikunnan harrastamisella on suuri merkitys yhteiskunnalle. Liikkumattomuuden vuotuisiksi kustannuksiksi Suomessa arvioidaan jopa 7,5 miljardia euroa (Vasankari ym. 2018). Taloushyödyn lisäksi liikunnan harrastaminen tuottaa muun muassa seuraavia sosiaalisia hyötyjä: pienentynyt riski sairastua kroonisiin sairauksiin ja dementiaan, pienempi kaatumisriski, korkeampi hyvinvointi ja mielenterveys, parempi työllistyminen ja kouluttautuminen, vähäisempi epäsosiaalinen käyttäytyminen, parempi sosiaalinen kiinnittyminen sekä yleinen luottamuksen lisääntyminen (KPMG 2020).

Koko ikäluokan kattavat Move! mittaustulokset antavat hyvin huolestuttavan kuvan nuorten kunto-ominaisuuksista, etenkin kestävyyskunnan osalta. Liikkumista tulisi lisätä, mutta millä keinoilla? Yksi ratkaisu liikunnan lisäämiseen on perusliikuntataitoihin, etenkin juoksemiseen panostaminen.

Perusliikuntataitojen hallinta mahdollistaa liikunnan harrastamisen

Perusliikuntataitojen hallinta toimii eräänlaisena porttina liikunnan harrastamiselle. Lopes ym. (2021) tutkimuksessa koehenkilöiden liikunnallinen taitavuus oli yhteydessä liikuntasuosituksen toteutumiseen. Lapsista, joiden taitotaso oli keskiarvon alapuolella, 90% ei liikkunut 60 minuuttia päivässä kohtuullisella tai reippaalla intensiteetillä. Perusliikuntataitojen hallinta on yhteydessä liikunnan harrastamisen ohella myös terveystekijöihin. KTK-testillä mitattu taitavuus oli yhteydessä fyysiseen aktiivisuuteen ja painoindeksiin. Tutkimuksen tulokset vahvis-

Liikunnan harrastamisella on suuri merkitys yhteiskunnalle

tavat käsitystä siitä, että heikko motorinen taitotaso voi johtaa vähäiseen liikkumiseen ja korkeaan painoindeksiin (De Meester ym. 2018). Motoristen perustaitojen kehittämisen sisällyttäminen koululiikuntaan ja seuratoimintaan on hyvin tärkeää, sillä tämän päivän nuoret ovat motorisilta perusvalmiuksiltaan 1970-luvun nuoria heikompia, kun mittarina käytetään KTK-testiä (Vandorpe ym. 2011).

Juokseminen on keskeinen liikuntataito

Lasten ja nuorten juoksutaidot ovat heikentyneet. Kuitenkin juoksemista tarvitaan lähes kaikissa liikuntalajeissa. Juokseminen on tärkeää myös sosiaalisen ja kognitiivisen kehittymisen kannalta, sillä juostessaan lapset tutustuvat ympäristöönsä tehokkaasti ja näin opettelevat erilaisia kognitiivisia taitoja ja kehittävät ajatteluaan. Lisäksi riittävä juoksutaito mahdollistaa osallistumisen erilaisiin sosiaalisiin tilanteisiin, kuten peleihin ja leikkeihin (Jaakkola 2016). Kouluviestikarnevaali on tärkeä tapahtuma juoksemaan kannustamisen ja juoksutaidon kehittämisen kannalta.



Lähteet:

De Meester, A., Stodden, D., Goodway, J., True, L., Brian, A., Ferkel, R. & Haerens, L. (2018). Identifying a motor proficiency barrier for meeting physical activity guidelines in children. *J Sci Med Sport*. 2018 Jan;21(1):58-62.
Jaakkola, T. (2016). Juokse, hyppää, heitä, ota kiinni! Perusliikuntataitojen opettaminen lapsille ja nuorille. PS-kustannus.
KPMG. (2020). Social value of sport. Quantifying the non-economic benefits of sport and active recreation. KPMG.com.au.
Lopes, V., Malina, R., Lopes, L., Santos, R., Stodden, D., & Rodrigues, L. (2021). Testing the motor proficiency for physical activity and weight status in youth. *Journal of Sport and Health Research*. 13(3); 103-116.
Vandorpe, P., Vandendriessche, J., Lefevre, J., Pion, J., Vaeyens, R., Matthys, S., Philippaerst, R. & Lenoir, M. (2011). The KörperkoordinationsTest für Kinder: reference values and suitability for 6-12-year-old children in Flanders. *Scand J Med Sci Sports Jun;21(3):378-88*.
Vasankari T, Kolu P. (toim.) (2018). Liikkumattomuuden lasku kasvaa – vähäisen fyysisen aktiivisuuden ja heikon fyysisen kunnon yhteiskunnalliset kustannukset. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 31, 2018.





Vaasasta maailman onnellisin kaupunki

Vaativattomia kaupunkeja on Suomi täynnä, mutta Vaasa ei ole yksi niistä. Me uskomme, että hyvä elämä on sitä, että uskallamme olla rohkeasti ylpeitä itsestämme ja kehtaamme näyttää sen myös muille. Meille onnellisuus ei ole sanahelinää, vaan elämän helpouden, kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ja koetun tyytyväisyyden yhdistelmä, jota Vaasa tuottaa aktiivisesti asukkailleen.

Vaasassa on helppo olla onnellinen

Sujuva arki, hyvinvointi ja onnellisuus syntyvät hyvästä työllisyydestä, korkeasta koulutustasosta, toimivista palveluista, runsaasta kulttuuritarjonnasta, monipuolisista harrastusmahdollisuuksista ja merellisestä luonnosta.

Mittaamme asukkaidemme onnellisuuden tasoa asukaskyselyllä, joka on nyt toteutettu kaksi kertaa. Onnellisuutta kuvaava luku oli jo ensimmäisellä kerralla korkealla ja nousi vuoden 2021 kyselyssä yhden pykälän. Nyt vaasalaisten onnellisuutta kuvaava luku on 74/100.

Onnelliset asukkaat liikkuvat paljon

Liikunta, itsestään ja muista huolehtiminen ja aktiivinen elämä lisäävät onnellisuutta. Vaasalaiset kertovat onnellisuuskyselyn vastauksissaan liikkuvansa paljon luonnossa, meren rannoilla ja metsissä. Energiaa ja hyvää oloa saadaan myös vaikkapa avannosta ja skeittipuistosta. Lasten ja nuorten liikkumista tuetaan esimerkiksi lajikokeiluilla, liikuntakerhoilla ja -leireillä.

STRÖMSÖ ON VAASASSA

- tervetuloa tutustumaan

KIELIKUVA SILLE, ETTÄ ASIAT SUJUVAT, TULEE VAASASTA! Ja tänä kesänä kaikki toivotetaan tervetulleiksi tutustumaan salaperäiseen paikkaan, jossa ”menee niin kuin Strömsössä”.



STRÖMSÖN 20-VUOTISJUHLAN KUNNIAKSI HUVILALLA ON AVOIMET OVET LAUANTAINA 11.6.2022. TERVETULOA!



Tämä hyvin suosittu Tähtipyörän sähköllä varustettu malli ARVOTAAN seuraavin ehdoin:

5€

Viiden euron hintainen arpa osallistuu arvontaan, joka suoritetaan 27.5.2022 sääntöjen mukaisella tavalla.

Arpa voidaan ostaa maksamalla **5 euroa** Suomenkielisen Kouluviestikarnevaalin Tukisäätien tilille FI7740550012318362 ja kirjoittamalla viestikenttään sana ARPA sekä ostajan yhteystiedot tai ostamalla arpa Kouluviestikarnevaalin Kultainen kapula -tilaisuudessa

Vaasan torilla 13.5. klo 12-13.



Arpajaisten tuotto käytetään Suomenkielisen Kouluviestikarnevaalin Tukisäätien sääntöjen mukaan lisäämään koululaisten liikuntaa ja luovuutta ja myötävaikuttamaan heidän hyvinvointiinsa.

Arvonnan tulos julkaistaan Kouluviestikarnevaalin kotisivulla www.kouluviestikarnevaali.fi 28.5.2022 ja lisäksi voittajaan otetaan yhteyttä henkilökohtaisesti.

KUORTANE
games
18.6.2022 15:30

motonet
YLEISURHEILUN
GP

WORLD ATHLETICS
Continental Tour SILVER

EUROPEAN ATHLETICS
YOUR SPORT FOR LIFE

www.kuortanegames.com



Jatkossa Kouluviestikarnevaalia juostaan omssa paidassa!

VENEILYN VALLANKUMOUS



Vaasalainen venealan yritys **MENTE MARINE** on kehittänyt veneilyä vuodesta 2017 lähtien ekologiseen suuntaan isoin harppauksin.

Helsingissä on jo pari kesää liikennöinyt alus, joka toimii ladattavalla sähköenergialla ja osittain aurinkoenergialla. Tuotenimellä **Callboats kulkeva sähkövene** toimii kutsuliikenneperiaatteella eli asiakas voi tilata ja maksaa venekyydin puhelimeen helposti ladattavalla mobiilisovelluksella. Sähkövene toimii eräänlaisena taksiveneenä Helsingin Merisataman ympäristöissä, kyytiin voi nousta ja poistua useista eri pisteistä kolmen eri reitin varrella, mantereella ja lähisaarissa. Venetaksin palvelut bussimaksun hinnalla, kertoo **Mente Marinen toimitusjohtaja Peter Ostberg**.

Ensimmäisenä kesänä liikenteessä oli pienempi vene, viime kesänä laineille tuotiin 12 matkustajaa kuljettava alus. Vene on varustettu neljällä aurinkokennolla, jotka tuovat käyttövoimasta noin viidenneksen. Pääosa akkujen latauksesta hoituu venepaikkojen latauspisteistä. Vene on rakennettu kataramaanityyppiseksi, mikä tekee siitä tosi vakaan jopa kovassa aallokossa, joten veneilyyn tottumattomatkin voivat kokea olonsa turvalliseksi.

Tuotekehittelyssä ensimmäinen vene tehtiin **itseohjautuvaksi, mikä tarkoittaa, ettei vene välttämättä tarvitse edes kuljettajaa**, vaan kykenee hoitamaan eteenpäin menon keinoälyn avulla ja kaiken kukkuraksi pystyy vielä pyörimään ja kulkemaan sivusuuntaan samanaikaisesti – ja kaikki tämäkin tarvittaessa itseohjautuvasti. Laki ei kuitenkaan missään maassa vielä salli itseohjautumista, joten voisi sanoa, että Ostberg kulkee aikaansa edellä.

Kysyntää Callboatseille löytyy. Mente Marine on saanut veneistä tilauksia ulkomaista myöden. Veneiden sarjavalmistus aloitetaan Vaasassa yhdessä laajan alihankkijaverkoston kanssa. Callboatsien kokoonpanosta tulee vastaamaan Mente Marine itse. Lisäksi nyt aloitetaan isomman **Cat 10 max** veneen suunnittelu kesälle 2023, sen on tarkoitus kuljettaa jopa 30 matkustajaa.

Loppuvinkkinä kerrottakoon, että Mente Marine hakee parhaillaan sähkö/elektroniikka-insinööriä voimansiirron ja sähköjärjestelmän suunnitteluun. Päämoottorit ovat Danfossin valmistamia, joten osajia voisi löytyä Vaasasta.



Aktiivisemmat ja viihtyisämmät koulupäivät!



Viihtyisämpiä koulupäiviä syntyy tekemällä yhdessä ja ottamalla oppilaat mukaan suunnitteluun, päätöksentekoon ja toimintaan.

Liikkuvassa koulussa on tärkeää

- oppilaiden osallisuus
- oppiminen
- lisää liikettä – vähemmän istumista

Liikkuva koulu -ohjelma ja Liikunnan aluejärjestöt tukevat kuntien ja koulujen toimintaa muun muassa ideoilla, koulutuksilla, tutkimuksella ja monipuolisella viestinnällä. Liikunnan aluejärjestöt tarjoavat tukea, sparrausta ja verkostoja Liikkuva koulu -toiminnan onnistumiseksi sekä liikkeen lisäämiseksi.

Jokainen koulu toteuttaa liikkuvampaa koulupäivää omalla tavallaan!

liikunnanaluejarjestot.fi



www.liikunnanaluejarjestot.fi



www.liikkuvakoulu.fi



Nooralotta Neziri

Kysymme Nooralotta Nezi- riltä muutamia kysymyksiä, näin hän vastasi:

Mikä on lajisi, seurasi ja asuinpaikkasi?

NL: 100 m aitajuoksu, Jyväskylän Kenttärheilijat, asuinpaikka Jyväskylä

- Milloin kiinnostuit urheilusta ja miten urheilu-ura lähti liikkeelle?

NL: Kiinnostuin yleisurheilusta 8-vuotiaana. Muutimme uudelle alueelle ja lähdin etsimään uusia ystäviä Kyläsaaren Kajastuksen kyläseurasta. Aitajuoksusta kiinnostuin 15-sarjassa, kun kilpailin SM-kisoissa 80 m aj. ja 200 m aj. ja saavutin molemmissa kultaisen mitalin.

- Kuinka olet onnistunut yhdistämään koulun, opiskelun ja urheilun, kuinka kaikki tärkeä mahtuu arkipäiväsi?

NL: Olen oppinut järjestämään päiväni hyvin.

Kun vielä opiskelin, kävin aamuisin ennen koulua harjoittelemassa, kävin päivällä koulua ja koulun jälkeen iltapäivällä vielä treeneihin. Koulunkäynti sopii todella hyvin yleisurheilun rinnalle!

- Tulokset, menestys mitä olet saavuttanut?

NL: Halli-SE 60 m aj., aika 7,91. U20 EM-ykkönen. Olympialaisten välierät, EM-hallien 4.sija

- Tämän vuoden tärkein kilpailu, tulevaisuuden suunnitelmat ja tavoitteet?

NL: Oregonin MM-kilpailut sekä Münchenin EM-kilpailut: tavoitteena on juosta niissä kisoissa oma ennätys. Pitkän tähtäimen tavoitteena on menestyä Pariisin Olympiakiisoissa 2024.

- Kouluviestikarnevaali - mitä tiedät siitä ja sen arvoista?

NL: Kouluviestikarnevaalit ovat yksi kevään kohokohdista, jossa korostuu urheilun ilo ja yhteisöllisyys!

Karlos Kempaala on tulevaisuuden nimi!

Hän vastaa kysymyksiimme näin:

Olen Karlos Kempaala Helsingistä. Olen kesätävyysjuoksija ja seurani on Viipurin Urheilijat

- Milloin kiinnostuit urheilusta ja miten urheilu-ura lähti liikkeelle?

KK: Olen aina urheilut. Pihapeleistä jalkapalloon ja koulujen välisissä yleisurheilukilpailuissa sain kutsun paikalliseen seuraan juoksemaan.

- Kuinka olet onnistunut yhdistämään koulun, opiskelun ja urheilun, kuinka kaikki tärkeä mahtuu arkipäiväsi?

KK: Urheilu ei ole este muulle elämälle, vaan elämää rikastuttava lisä sille. Kun minä aikaisin aamulla ennen koulua herään, käyn juoksemassa, ja illalla myöhään on taas toinen harjoitus. Niiden välissä on enemmän kuin riittävästi aikaa opiskella, syödä ja levätä.

-Tulokset, menestys mitä olet saavuttanut?

3000 m ennätys 8.28 min
10 000 m ennätys 31.13 min
Olen viisinkertainen Nuorten Suomenmestari

-Tämän vuoden tärkein kilpailu, tulevaisuuden suunnitelmat ja tavoitteet?

KK: Tällä hetkellä kirkkain tavoite on vuonna 2023 järjestettävät alle 20-vuotiaiden Euroopan Mestaruus kilpailut, joissa aion menestyä/voittaa

Uran päätavoite on kuitenkin menestyä aikuisiässä

- Kouluviestikarnevaali - mitä tiedät siitä ja sen arvoista?

Staffetkarnevalen on jo yli puoli vuosisataa aktivoitunut ruotsinkielisiä nuoria ja innostanut heitä aktiiviseen arkeen sekä juoksemaan. Kouluviestikarnevaali on viimeisen vuosikymmenen tehnyt samaa suomenkielisellä puolella. On tärkeää, että se saa nyt jatkoa parin vuoden tauon jälkeen!



Karlos Kempaala



Samuel Purola

Kirje Samuel Purolalta kaikille lukijoille

Moi,

Olen Samuel Purola, 21-vuotias pikajuoksija (100 m-200 m) Oulusta ja edustan Oulun Pyrintöä.

Olen urheillut nuorempana montaa eri lajia, joista myöhemmin yleisurheilu valikoitui suosikiksi n. 13-vuotiaana.

Tällä hetkellä teen urheilua täyspainotteisesti, mutta aiemmin tuli myös käytyä koulua treenien lomassa, ja koenkin, että opiskelua voi tehdä, vaikka urheilisi tavoitteellisesti, kunhan rasitus ei kasva liian suureksi.

Urallani olen juossut 100 metriä aikaan 10.31 ja 200 metriä 20.79. Nuorten sarjoissa kultaisia SM-mitaleja löytyy toista kymmentä ja aikuisten sarjoistakin 8. Mitaleita nuorten EM-kisoista on kolme.

Tällä kaudella tärkein tavoitteeni on päästä kilpailemaan joko MM- tai EM-kisoihin tai parhaimmassa tapauksessa molempiin! Ja parantaa omia ennätyskäsiäni uusille lukemille. Treenikausi on sujunut mallikkaasti, joten odotukset ja motivaatio ovat korkealla!

Kouluviestikarnevaali on minulle vielä uusi juttu, kun en ole itse ollut siinä osallisena, mutta viestitapahtumia kiertäneenä tiedän, miten hieno mahdollisuus se on nuorille päästä kisaamaan noin hienossa tapahtumassa.

Nuorille urheilijan aluille sanoisin sellaisia terveisiä omasta kokemuksestani, että sitkeä yrittäminen palkitaan aina, vaikka tulokset ei näkyisikään heti.

Terveisin Samuel Purola.

Eemil Helanderin kirje koululaisille

Moikka kaikki koululaiset!

Tänä keväänä on hieno mahdollisuus lähteä yhdessä kavereiden kanssa kisaille Olympiastadionille!

Itselläni koulujen urheilutapahtumat lapsuudessa ovat edelleen kirkkaasti mielessä. Korvia huumaava kannustus, kavereiden ja erityisesti itsensä haastaminen sekä urheilusta nauttiminen ovat jääneet parhaiten sieltä mieleen. Kun itse olin peruskoulussa, olisi ollut tosi siistiä hypätä luokan kanssa bussiin ja lähteä kisaille hyvällä porukalla Olympiastadionille ja tavata muita koululaisia ympäri Suomea. Nyt teillä on mahtava mahdollisuus tähän kaikkeen!

Se fiilis, kun juokset omaa osuuttasi ja kuulet muiden kannustuksen korvissasi, on jotain aivan mahtavaa! Silloin tuntuu kuin olisi lennossa. Näitä tunteita itse haen edelleen kilparadoilta ja kannustan teitä kaikkia lähteä kokeilemaan ja nauttimaan urheilusta. Kun laittaa kaikki peliin ja tekee parhaansa, voi aina pitää maalissa itseään voittajana. Itselläni urheilu on aina lähtenyt ilosta urheiluun ja sitä tämä tapahtuma todellakin edustaa. Nyt siis vain nykimään koulun yhteyshenkilöä hihasta ja täyttämään ilmoittautumislomaketta.

-Eemil Helander

TEUVAN YHTENÄISKOULU valmistautuu Olympiastadionille

Teuvan yhtenäiskoululta on lähdössä viisi joukkuetta kevään Kouluviestikarnevaaliin. Tapahtumaa odotetaan innolla, sillä se järjestetään tänä vuonna Olympiastadionilla valtakunnallisena tapahtumana.

Alakoulusta on tarkoitus asettaa viestijoukkue poikien osalta 1-4 -luokkalaisten sarjaan ja tyttöistä 5-6 -luokkalaisten sarjaan. Yläkoulun joukkueen rungon muodostaa liikuntaluokka 7C, joka on historiallisesti yhtenäiskoulun ensimmäinen liikuntaan teemana keskittyvä luokka. Yläkoulun puolelta joukkueet nimetään ruotsalaisviesteihin, sekä tyttöjen että poikien sarjaan, ja myös sekkijoukkueena juostavaan 4x800 metrin viestiin.

Valmistautuminen on käynnissä koko ajan, sillä harjoittelua tapahtuu niin paikallisen seuran ansiosta (Teuvan Rivakka) kuin myös yhtenäiskoulun osalta kerran viikossa. Koulussa liikuntaluokka seuraa Olympiakomitean Kasva urheilijaksi -ohjelmaa eli harjoittelun tavoitteena on olla monipuolista, systemaattista ja lajiharjoittelua tukevaa. Tarkoitus on harjoitella järkevästi eikä liian kovaa. Liikunta-



luokan perustamisen idea oli osaltaan myös drop out -ilmiön välttäminen.

Tavoitteena joukkueilla on juosta aina oma parhaansa ja sitä kautta tulee myös muihin verrattuna paras tulos. Vertaaminen muihin on mahdotonta, koska tämänlaisia kisoja ei oikein ole ja viimeisestä valtakunnallisesta Kouluviestikarnevaalista on maailmanlaajuisen tilanteen takia aikaa. Muuten Teuvalta on yleensä lähdetty edustamaan sekä Alueellisiin että Valtakunnallisiin Kouluviestikarnevaaleihin.

Olympiastadion tapahtumapaikkana tietysti kiinnostaa jokaista matkaan lähtevää. Historiaa rakennuksella on eri lajien näyttämönä vaikka millä mitalla ja nyt uudistettuna se tarjoaa vieläkin paremman elämyksen kaikille. Stadion ja tämä tapahtuma innostavat harjoittelemaan myös tulevaisuudessa: iso tapahtuma on vaikuttava kokemus ja näitä tapahtumia on mahdollista kokea myös jatkossa, mikäli harjoitteluun panostetaan ja kehitystä tapahtuu.

Riku Takala, Teuvan yhtenäiskoulu


**Kokkola
Karleby**

**Liikkujalle loistava Kokkola
Meillä on laajempi horisontti.**

kokkola.fi



Ilkka Pohjalainen



HELSINGIN OLYMPIASTADIONIA on kuvattu maailman kauneimmaksi stadioniksi

Maailman kauneimmaksi Olympiastadioniksi mainittu areena syntyi arkkitehtikilpailun tuloksena. Arkkitehdit Yrjö Lindegren ja Toivo Jäntti voittivat kilpailun funktionalistisen tyyliuunnan puhtaslinjaisella ehdotuksellaan. Stadionin rakennustyöt aloitettiin 12.2.1934 ja rakennus vihittiin käyttöön 12.6.1938.

Kuvat: Stadion-säätiö/Wellu Hämäläinen

1952 OLYMPIALAISET JA YLEISURHEILUN ARVOKILPAILUJA

XV Olympiadin kisat järjestettiin **19.7.-3.8.1952**. Kisojen avajaiset olivat 19. heinäkuuta. Olympiatulen sytyttivät Paavo Nurmi (stadionille) ja Hannes Kolehmainen (stadionin torniin). Olympialaisten avajaisissa saavutettiin stadionin katsojaennätys 70 435 katsojaa.

Olympiastadionilla kilpailtiin yleisurheilussa, jalkapallossa ja ratsastuksessa. Urheilunäytöksiä annettiin käsipalloilussa ja pesäpallossa.

Vuonna 1971 Suomi sai ensimmäistä kertaa sitten olympialaisten järjestääkseen **yleisurheilun arvokisat**. EM-kisojen kohokohta suomalaisittain nähtiin heti ensimmäisenä päivänä. **Juha Väätäinen voitti ensimmäisen kahdesta kullastaan 10 000 metrin juoksussa**. Yleisön pauhun sanottiin kuuluneen Oulunkylään asti.

Kautta aikain ensimmäiset yleisurheilun MM-kisat pidettiin stadikalla vuonna 1983. Suomalaisittain kohokohta saatiin toiseksi viimeisenä päivänä lauantaina, jolloin Ilse **Kristiina "Tiina" Lillak tempaisi keihäässään viimeisellään voittoheiton 70,82** ja lähti hurmiolliseen voitonjuoksuun.



Vuonna 1994 Suomi sai toisen kerran yleisurheilun **EM-kisat** ja pysyi edelleen kultakanonassa. **Kultamitalin toi Sari Essayah**, joka oli vahvin naisten **kävelyssä**. Valmentajanaan Essayahilla oli edellinen Helsingin kultamitalisti Juha Väätäinen.

Helsingistä tuli **vuonna 2005** ensimmäinen kaupunki ja Olympiastadionista sitä kautta ensimmäinen areena, jossa järjestetään **yleisurheilun MM-kisat** jo toiseen kertaan. Helsinkiin matkusti ennätysmäärä urheilijoita; 1891 atleettia 169 eri maasta. Suomen ainoan mitalin nappasi **pituuhyppääjä Tommi Evilä: pronssia** 8,25 metrisellä loikallaan.

Yleisurheilun EM-kilpailut koettiin stadionilla jälleen **kesällä 2012**. Suomi sai kisoissa yhden mitalin keihäänheittäjä **Ari Mannion saavutettua pronssia**.

1970 ROLLING STONES

Olympiastadionin ja Suomen **ensimmäinen stadionkonsertti** koettiin 2.9.1970, kun Rolling Stones saapuu esiintymään Suomeen. Seuraavaa stadionkeikkaa saatiin odottaa 22 vuotta. Elokuussa **1992 Dire Straits** saivat koko stadionin hurmioon ja aloittivat samalla uuden aikakauden suomalaisissa stadionkonserteissa.



2007 BUBI

Yksi Stadikan legendaarisimmista tapauksista nähtiin **Suomen ja Belgian välisessä MM-karsintaottelussa**, kun stadionilla asustellut cityhuuhkaja "Bubi" keskeytti matsin kuudeksi minuutiksi. Pelaajien häätö ja uljaan kunniakerroksen jälkeen Bubi lensi yleisön kannustuksesta huolimatta tiehensä. Suomi voitti matsin 2-0. **Maajoukkueen lempinimeksi tulee Huuhkajat.**

UUDISTAMINEN

Olympiastadionin ovet sulkeutuivat 22.12.2015 uudistamisen käynnistyessä. Ovien sulkemisen kunniatehtävän suoritti olympiakävelijä Aku Partanen. Perusparannus ja **uudistaminen käynnistyi alkuvuodesta 2016**. Suomeen ja Helsinkiin rakentui vuosien 2016-2020 aikana kansainvälisten suurtapahtumien vaatimukset täyttävä monitoimiareena, joka on päivittäin myös kaupunkilaisten ja vierailijoiden käytössä. **Uudistettu stadion**

avautui elokuussa 2020. Olympiastadion on tehty ja uudistettu yhteisiä elämyksiä varten. **Olympiastadionin 72 metriä korkeasta tornista** aukeavat ainutlaatuiset näkymät Helsinkiin. Kun suurtapahtumissa yleisö huokaa tai hurraa yhdessä, kukaan ei ole yksin. Sukupolvien ajan stadionilla on eletty suurella sydämellä - näin myös uudella aikakaudella.

Tervetuloa Olympiastadionille - fiiliksen takia!

URHEILUMUSEO kutsuu Kouluviestikarnevaaliin osallistuvat Olympialaiset 1952 -aiheiseen pop up -näyttelyyn.

Olympiastadionin kyljessä sijaitseva Urheilumuseo kutsuu kaikki Kouluviestikarnevaaliin osallistuvat koululaiset ja opettajat tutustumaan Suomen Olympiahistoriaan tapahtumapäivien aikana eli tiistaina 17.5.22 klo 15-18 ja keskiviikkona 18.5. klo 10-16.

Lisäksi Kouluviestikarnevaaliin osallistuville järjestetään päivien aikana Tietovisa, jonka voi tehdä omalla puhelimella QR-koodin kautta. Tarkemmat tiedot kts. www.kouluviestikarnevaali.fi

KULTAINSEN KAPULAN lähettäminen Olympiastadionille

Kultainen Kapula lähetetään Vaasan torilta perjantaina 13.5. 2022 klo 12

Kouluviestikarnevaalin päätavoite on aktivoida koululaisia liikkumaan heidän hyvinvointinsa edistämiseksi. Arvoluetteloön lisättiin vuonna 2019 ilmastonmuutoksen hillinnän tavoite. **Kouluviestikarnevaali haluaa Kultaisen kapula -hankkeen avulla laittaa kapuloita rattaisiin ilmastonmuutokselle.** Viestikapula toimii erinomaisena symbolina hankkeelle, sillä sen avulla voidaan välittää sanomia tuhansilta koululaisilta tuhansille koululaisille ja päättäjille siitä, **kuinka voidaan muuttaa tapoja ja tehdä harkittuja arkipäivän valintoja kestäväen tulevaisuuden turvaamiseksi.**

Ei ole yllättävää, että Kultainen Kapula-hanke on lähtenyt liikkeelle Vaasasta. EnergyVaasa edustaa varsin merkittävää energia-alan osaamista ja tuotantoa Pohjoismaissa.

Alueellisessa Kouluviestikarnevaalissa Vaasassa viime syksynä ammuttiin symbolinen

lähtölaukaus Kultaisen Kapulan viemiseksi läpi maan Olympiastadionille. Nyt todellinen H-hetki on tullut.

Kapula lähtee Vaasan torilta perjantaina 13.5. 2022 kohti Olympiastadionia. Toritapahtuma pidetään klo 12-13. Ohjelmaan kuuluu Olympiastadionin tapahtuman ja Kultainen kapula - hankkeen esittely, Patrik Linmanin musisointia, koululaisen viestinjuoksua näytöksenomaisesti sekä Wärtsilän toimitusjohtaja Hannu Mäntymaan puheenvuoro. Wärtsilä edistää menestyksekkästä uusiutuvan energian hankkeita ja tukee koululaisten liikuntaa.

Kultaista kapulaa kuljetetaan Vaasasta Helsinkiin erilaisin ekologisin tavoin kuten juosten ja pyöräillen sekä erilaisia sähköisiä kulkuvälineitä käyttäen esim. sähköpotkulaudalla, -pyörällä, - veneellä ja -autolla. Kultainen kapula saapuu Seinäjoelle vaihtoon 13.5. klo 17.30 - 18.3 liikekeskuksessa. Vastaanottajina ovat mm. kansanedustaja Pasi Kivisaari, liikuntaneuvos Ilmari Ylä-Autio, urheilijat Saana Lappalainen ja Valteri Louko.

Tampereelle kapula saapuu 14.5. klo 12-13 Ratinan stadionille. Vastaanottajina Pyrintö toiminnanjohtaja Elisa Hakanen, Tommi Evilä ja kansanedustaja Jukka Gustafsson. Helsingin Olympiastadionille Kultainen kapula saapuu Kouluviestikarnevaalin avaukseen 18.5. klo 9.





KOULUVIESTIKARNEVAALI OLYMPIASTADIONILLA

17.-18.5.2022

Kouluviestikarnevaali on kaikille koululaisille tarkoitettu iloa pursuava liikuntatapahtuma, jonka tavoitteena on lisätä lasten liikettä ja yhteisöllisyyttä kouluissa. Suur tapahtuma järjestetään nyt ensimmäistä kertaa Helsingin Olympiastadionilla!

SARJAT:

1. Alakoulut 1 - 4 lk
2. Alakoulut 5 - 6 lk
3. Yläkoulujen sarja
4. Toisen asteen sarja
5. Erityisluokat

LAJIT:

Alakoulusarjoilla

- 16 x 80 m Sukkulaviesti (8 tyttöä + 8 poikaa)
 - Ruotsalaisviesti 4 x (100 m + 200 m + 300 m + 400 m)
- Näissä sarjat erikseen tytöille ja pojille

Yläkoulusarjalla sekä toisen asteen sarjalla

- 16 x 80 m Sukkulaviesti (8 tyttöä + 8 poikaa)
 - Ruotsalaisviesti 4 x (100 m + 200 m + 300 m + 400 m)
- Näissä sarjat erikseen tytöille ja pojille
- 4 x 800 m (2 tyttöä + 2 poikaa)

Erityisluokat

- 4 x 80 m avoin luokka
- 4 x 80 m kelausluokka

Huom! Sarjojen sisällä oppilaat voivat olla vapaasti eri luokilta!

Osanottomaksut ovat seuraavat:

- Sukkulaviestijoukkue 50 euroa
- Kaikki muut joukkueet 30 euroa

Ilmoittautua voi osoitteessa www.kouluviestikarnevaali.fi

Joukkueita voi ilmoittaa ma 2.5.2022 klo 23.59 asti, mutta niissä ei vielä silloin tarvitse olla juoksijoiden nimiä (riittää muoto Sukunimi Etunimi). Nimiä voi täydentää viimeiseen muokkauspäivään asti eli 10.05.2022 klo 12.

ALUSTAVA OHJELMA LÖYTYY www.kouluviestikarnevaali.fi !

Tapahtuman järjestää Suomenkielisen Kouluviestikarnevaalin Tukisäätiö yhteistyössä Suomen Urheiluliiton, Koululiikuntaliiton sekä Vaasanseudun Urheiluakatemia kanssa.

Yhteydenotot:

Riitta Pääjärvi-Myllyaho, riitta.paajarvi@kouluviestikarnevaali.fi, 040 5227971
Håkan Nordman, hakan.nordman@vaasa.fi, 050 5122392



Yhteistyökumppanit



Ilkka-Pohjalainen

motonet

V A A S A .
V A S A .



Vaasanseudun - Vasaregionens
**URHEILUAKATEMIA
IDROTTSKADEMI**