

1990 LUKU



Kansainvälisyys ja terveysarvot korostuvat

Suomen Veteraaniurheiluliitossa (SVU) näkyi 1990-luvulla korostetusti toiminnan kansainvälistyminen. Suomi sai vuonna 1991 järjestettäväkseen yleisurheilun MM-kisat ja osallistui suurella, menestyksekkäällä joukkueella näihin kisoihin ja jatkumona sitten muihin kansainvälisiin arvokisoihin. Jo 1980-alkanut mitalien rohuaminen vain kiihtyi. Saimme tottua siihen, että Suomi on veteraaniurheilun kärkimaita. Veteraaniurheiluun kohdistui kasvava tutkimuksellinen mielenkiinto. Tutkijoita kiinnosti selvittää millä tavalla kilpaliikunta näkyi terveysarvoina. Tärkeimpinä UKK-instituutti ja Jyväskylän yliopisto käynnistivät useita tutkimushankkeita terveysliikunnan saralla, joissa nähtiin veteraaniurheilijoiden panos hyvinkin tärkeänä.

HIENOT MM-KISAT 1991 TURUSSA

Maailman urheiluveteraanit olivat koolla Turussa vuonna 1991. Jo kisojen anominen oli valtavan iso urakka, saatikka sitten kisojen järjestely ja läpivienti. Yleisesti epäiltiin tuleekohan kisoista mitään. Huoli oli turha. Tässä on nostettava esille eräs varsin vähäiselle huomiolle jäänyt nainen: Pirkko Martin. Tämä erittäin lahjakas veteraaniurheilija Turusta kokosi vapaaehtoistyönä kaikki vaadittavat tiedot ja laati 40-sivuisen hakemusvihkosen kolmella eri kielellä (englanti, ranska ja

saksa). Pirkon, Turun kaupungin edustaja Irmeli Torssosen ja MM-kisojen järjestelykomitean työ palkittiin Yhdysvaltain Oregonissa vuonna 1989, kun Turku sai kisat.

Huoli MM-kisojen onnistumisesta väistyi viimeistään siinä vaiheessa kun media ja eri maiden edustajat näkivät millainen kisaisäntä Suomen Turku on. He pitivät vilpittömästi Turun MM-kisoja arvossa. Suomen kyky järjestää laadukkaita veteraanikisoja vahvistui lopullisesti. Esimerkiksi nelinkertainen kiekon olympiavoittaja Al Oerter mainitsi lehtien palstoilla, että veteraanien MM-kisat olivat paljon enemmän olympiakisojen kaltainen tapahtuma kuin olympialaiset itse. Suomalaisia huippu-urheilijoita oli saatu houkuteltua mukaan hyvin runsaasti kuten esimerkiksi Jouko Kuha, Mikko Ala-Leppilampi, Raimo Karsikas, Martti Vainio, Kaapo Jouppila, Sinikka Keskitalo ja Irja Sarnama.

Nopea ja täsmällinen tulospalvelu oli hämmästyttävän ja kiitoksen aiheena. Turun Sanomat julkaisi kisojen kaikki tulokset ja urheilijat sekä kansainvälinen media iloitsi senaikaisella nopeudella saatuja kisatuloksia. Veteraanikisoissa ei oltu totuttu tällaiseen nopeaan ja täsmälliseen tulospalveluun.

MM-kisojen ylläkkäri Martti Kvist, joka vastasi lääkintähuollosta, esitti ihailunsa veteraaniurheilulle: "Oli ilo nähdä vanhoilla henkilöillä olevan voimakas elämänhalu ja että he pilke silmäkulmassa täysin rinnoin osallistuivat ikäänsä vastaavaan huippu-urheiluun."

Kansainväliset kisat saivat jatkoa kun Jyväskylään saatiin veteraaniurheilun EM-kisat vuonna 2000.

LIIKUNTA ON LÄÄKE

Tieteellinen keskustelu siitä, miten kilpaurheilutyypinen liikunta vaikutti terveyteen, voimistui 1990-luvulla. Veteraaniurheilijoiden suorituksia ja terveydentilaa tarkasteltiin Jyväskylän yliopistossa ja UKK-instituutissa sekä vähäisemmässä mittakaavassa Helsingin yliopistossa. Argumentteja löytyi veteraaniurheilun suhteen sekä puolesta että vastaan. Todettiin, että kestävyysliikuntaa harrastavilla entisillä kilpaurheilijoilla tai veteraaniurheilijoilla sairauksien riskitekijät ja eliniän odote olivat erittäin suotuisia. Heittolajien edustajilla säilyi systemaattisen harjoittelun myötä lihasten voimaominaisuudet yllättävän hyvin. Liikunnan harrastajilla oli yleensä myöhemmällä iällä vähemmän kroonisia sairauksia ja heidän fyysinen toimintakykynsä säilyi hyvänä. Löytyi selvää näyttöä



Suomen Veteraaniurheiluliiton hallituksen kokous Lammilla vuonna 1991. Eturivissä vasemmalla istuu Irja Martin, joka selosti Turun MM-kisoissa. Seuraavina Irja Sarnama, Unto Mattsson ja Veli Puustinen. Takana oikealta Mikko Saarinen, Tuula Rautanen, Bruno Silekoski, Teuvo Lautanala, Risto Tuliniemi, Uljas Kiuru, Veikko Javanainen ja Lars Ingves.

Teksti- ja kuvälähteet: SAUL arkisto

siitä, että mittavan harjoittelutaustan omaavat veteraaniurheilijat säilyttivät toiminta- ja suorituskykynsä paremmin kuin vähemmän harjoitelleet ikätoverit. Tämä lienee yksi kannustava tekijä, joka auttaa ikääntyviä pysymään urheilun parissa myös myöhemmällä iällä. Apulaisprofessori Seppo Sarnan sanoihin on helppo yhtyä: "Huippu-urheilija elää kauan. Pitkän iän salat löytyvät elämäntavoista."

Toisaalta tiedettiin myös, että aiemmin liikuntaa harrastamattomalla äkillinen raskaan liikunnan aloitus aiheutti lisääntyneen äkkikuoleman riskin liikunnan aikana ja sen jälkeen. Veteraanisarjoissa harrastetun urheilun terveysvaikutuksia oli menetelmällisesti hankala tutkia, koska ne iäkkäät henkilöt, jotka osallistuivat kilpailutoimintaan, olivat jo keskimäärin terveempiä. Monet krooniset sairauden estivät menestyksensä kilpailemisen iäkkäiden sarjoissa.

Tutkimuksia tekivät erityisesti liikuntalääketieteen professori Urho Kujala ja dosentti (myöh. professori) Harri Suominen Jyväskylän yliopistosta. Aktiiviurheilijana Suominen löysi veteraaniurheilijoista hyvän mallin tarkastella harjoittelun merkitystä fyysisen ja psykofyysisen kunnon ylläpidossa. Ikäluokkien ennätyksiä

tarkastellessa hän löysi oivallisen tavan seurata ihmisen puhdasta vanhenemista. UKK-instituutissa Tampereen Kaupissa tutkittiin liikunnan terveysvaikutuksia ja pohdittiin erilaisia malleja miten terveysliikuntaa voitaisiin edistää. Professori Ilkka Vuoren toimiessa UKK-instituutin johtajana UKK-instituutista kehittyi kansainvälisesti arvostettu terveyden edistämisen ja terveysliikunnan tutkimuslaitos. Dosentti (myöhemmin professori ja UKK-instituutin johtaja) Mikael Fogelholm tutki muun muassa ravinnon vaikutusta urheilusuoritukseen. Urheilulääkäri Seppo Rehusen terveysliikuntaa koskevat tutkimukset tasoittivat veteraaniurheilijan tietä kohti tervettä ikääntymistä. Invalidisäätiön tutkija Jyrki Kettunen työryhmineen seurasi veteraanien yleisurheilun MM-kilpailuihin osallistuneiden suomalaisten terveyttä ja totesi, että 16 vuoden seurannassa tämä kohdejoukko terveytensä puolesta pärjasi varsin hyvin.

Vuonna 1994 käynnistyneeseen kansalliseen terveyskampanjaan "Kunnossa kaiken ikää" (KKI) SVU sai mahdollisuuden osallistua. Aikuisliikunta ja sen tukeminen yhteiskunnan varoista koettiin tärkeäksi. Tämä KKI oli osana suurempaa "Terveyttä kaikille vuoteen 2000" -hanketta.

VETERAANIURHEILU EI OLE VESIES-TEESEEN PULAHTANUT VANHUS

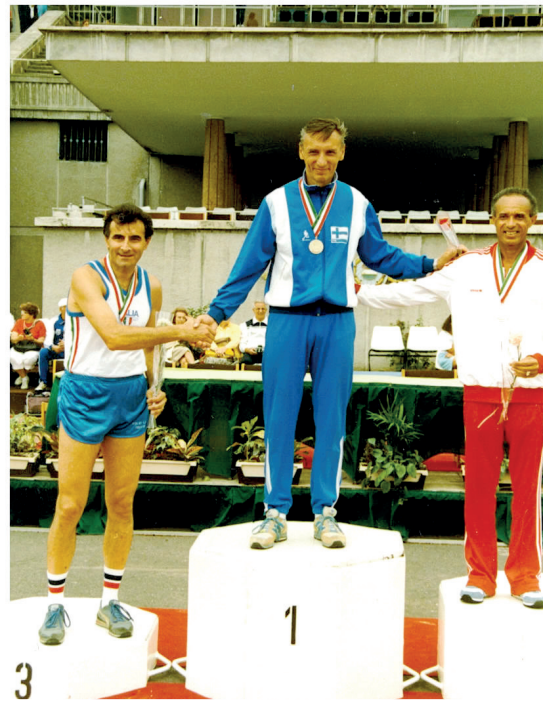
Veteraaniurheiluliiton säännöt muutettiin vuonna 1993 koskien henkilöjäsenyyttä siten, että hyväksyttiin liiton jäseniksi jatkossa vain urheiluseuroja. Vuonna 1993 liittoon kuului 28 seuraa. Henkilöjäsenyyden poistuminen vauhditti seurojen määrän kasvua ja vuotta myöhemmin seuroja oli jo yhteensä 152. Vuosi vuodelta jäsenseuroja tuli lisää niin, että vuoden 2020 lopussa jäsenseuroja oli yhteensä 359.

Vuodesta 1981 alkaen SVU:n puheenjohtajana toiminut Uljas Kiuru veti veteraaniurheilua eteenpäin 1990-luvulla innostavalla ja tiukalla otteella. Hyvänä aisaparina toimi liiton taloudenhoitaja Teuvo Lautanala vuosina 1992-1995 ja hänen jatkajansa vuodesta 1996 eteenpäin Esa Lehtimaa. Esan toimikuva laajeni kun hänestä tuli liiton toiminnanjohtaja vuoden 1998 loppuun asti. Raimo Tuiskusta saatiin uusi toiminnanjohtaja 20.12.1998 ja talousvastaavaksi tuli Pekka Kurki.

Esimerkkinä 1990-luvun toimintakulttuurista veteraaniurheilussa oli nähtävissä toisaalta valtava into tehdä pyyteetöntä vapaaehtoistyötä ja toisaalta moitittiin liittoa pikkuasioista. Kiuru tiivistää tämän



Maailman paras kolmiloikkaaja ja pituushyppääjä 1990-luvulla oli Stig Bäcklund.



ilmapiiriin näin: "Näyttää siltä, että ne pienet asiat pyörivät yksilötasolla. Jos-sain nähdään aina napisemisen aiheetta. Näyttää tässäkin kentässä olevan ammattinapisijoita. Olen tässä asiassa sitä mieltä, että jos joku näkee vikaa jossain, on ensin kutitettava omaa napaansa ja sitten lähdeittävä hymyssäsuin korjaamaan asioita!"

Pekka Kautto on mainittava erikseen. Hän keskusteli ja vaikutti siihen keskusteluun millä tavalla SVU:ta voitaisiin kehittää. Kautto vangitsi oivallisesti 1990-luvun hengen veteraanuurheilussa Ikiliikkuja-lehden pääkirjoituksessaan vuonna 1996: "Veteraanuurheiluharrastuksen leviämisen ja yhteiskunnallisen tunnustuksen kannalta on sanomattoman tärkeää, että veteraanitoiminnassa mukana olevat jaksavat puhua kiihkottomasti harrastuksestaan ja sen mukanaan tuomasta elämän laadusta. On perusteltua uskoa, että veteraanuurheilussa mukana olleista kukaan ei ole siihen pettynyt. Jotkut kenties ovat väsyneet, mutta kukapa ei joskus väsyisi."

Edellä esitetyt pohdiskelut ovat tuttuja tämän lehden lukijoille. Mutta miten ne saataisiin leviämään niin, että ns. suuri yleisö tiedostaisi ne. Ensin hyväksyisi ne ja sitten vielä innostuisi niistä. Tämän tavoitteen saavuttamisessa tärkein silanrakennustyömaa on eri medioiden urheilutoimittajien joukko. Saada heidät ymmärtämään veteraanuurheilun sisäinen olemus. Veteraanuurheilu ei ole vesiesteeseen pulahtanut vanhus."

Oivalliseksi osoittautui päätös lisätä Urheiluveteraani-lehden ilmestymiskertoja kuuteen numeroon vuodessa. Turussa ilmestyvä lehti sai näin toimia myös SVU:n säännöllisesti ilmestyvänä tiedotuslehtenä (vuodesta 1984 lähtien). Urheiluveteraani-lehden päätoimittajina olivat 1990-luvulla Teuvo Lautanala, Jukka Heininen, Esa Lehtimaa, Altti Hyrsky ja Olavi Koivukangas.

Veteraanuurheiluliiton toimintaa pyrittiin lähes koko 1990-luvun ajan Turun toimistosta käsin, mutta Esa Lehtimaan lopetettua toiminnanjohtajan tehtävät SVU päätti siirtyä 1.1.1999 vuokralaiseksi Suomen Liikunnan ja Urheilun toimitaloon Helsingin Pasilassa.

Uudelle vuosituhannele SVU:n vei 14.11.1999 puheenjohtajaksi valittu kaajanilainen Kunto Viiru.

KANSAINVÄLISILLÄ KENTILLÄ SAT-TUI JA TAPAHTUI

Kun tutustuu suomalaisen veteraanuurheilun kansainvälistymiseen on pakko nostaa esille Pekka Kurki, joka oli tullut mukaan veteraanuurheiluun erityisesti vuonna 1990 Sporttiveteraanien puheenjohtajuuden kautta. Pekka veti Spove:ssa pitkän puheenjohtajakauden, 8 vuotta. Rahkeet riittivät pitkälle, sillä hän oli SVU:n hallituksessa ja varapuheenjohtajana sääntöjen mukaiset enintään kolme 2-vuotiskautta vuodesta 1997 lähtien. Englantia sujuvasti puhuvana hänet valittiin Euroopan Veteraanuurheiluliiton hallitukseen vuonna 1998. SVU:n ulko-

maan asioita hoiti myös tunnolliseen tyyliin laajasti sivistynyt professori Karri Wichmann. Karri vastasi Euroopan tasolla anti-dopingtyöstä ja lääketieteellisistä asiantuntijatehtävistä.

Vahvasti Turun 9. MM-kisojen innoittamana saatiin seuraaviin MM-kisoihin vankka suomalaisedustus (Japanin Miyazaki 1993, Yhdysvaltojen Buffalo 1995, Etelä-Afrikan Durban 1997 ja Iso-Britannian Gateshead 1999). Esimerkiksi 134 urheilijaa käsittänyt maajoukkueemme toi Buffalosta 32 kultaa, 27 hopeaa ja 20 pronssia. Sen aikaiset tähtiurheilijamme tekivät jopa maailmanennätyksiä kisoissa. Stig Bäcklund loikki M55-sarjassa ykköspallille sekä kolmiloikassa että pituudessa, jossa viimeksimainitussa tuli MM-tulos 6,35. Eniten mitaleita kahmi itselleen M85-sarjan Paavo Patinen neljällä kullallaan.

Durbanin MM-kisat vuonna 1997 muistetaan melkoisen kaaottisista kisajärjestelyistä ja venyneistä aikatauluista. Vuonna 1999 Gatesheadissa päästiin taas ihailemaan sujuvia kansainvälisiä veteraanikisoja. Suomen joukkueen johdosta ja hyvinvoinnista huolehti lääkäri Karri Wichmann. Suomalaisurheilijat saavuttivat peräti 23 kultaa, 15 hopeaa ja 24 pronssia. Menestynein suomalaisurheilija oli N75-sarjan Kaija Jortikka peräti viidellä kultamitalillaan. Vuoden 1950 kiekonheiton Suomen mestari oli säilyttänyt ihaltavalla tavalla urheiluuntensa veteraani-ikänsä asti.

Christer Sundqvist