

Liite. Määräaikaan tulleet ehdotukset Laukaan kunnan vuoden 2023 liikuntateko-palkinnon saajiksi.

Elisa Hintikka, Tanssi- ja voimisteluseura Illusion ry

Elisa Hintikan aktiivinen työ Laukaan liikuntavalikoiman kasvattamiseksi. Elisa on tehnyt määrätietoisesti töitä tuodakseen Laukaaseen mahdollisuuden harrastaa voimistelua, tanssia ja tempuilua. Harrastustarjonnan toive on lähtenyt kuntalaisilta, ja Laukaan asukkaana Elisa halusi tähän haasteeseen tarttua. Yhteistyötä on tehty paljon myös paikallisten toimijoiden kanssa (esim. Unelmien liikuntapäivä), Laukaalaisten päiväkotien kanssa sekä koulun kanssa. Elisa on ollut toteuttamassa Illusionilla kahta Leadertuki-hanketta, joissa on hankittu välineistöä Laukaaseen. Viimeisimmässä hankkeessa välineistö on hankittu koulun saliin ja näin ollen myös oppilaat ovat päässeet hyödyntämään liikuntatunneilla mm. Airtrackia. Harrastajia tällä hetkellä Illusion Laukaan ryhmissä on 79 alle 18-vuotiasta lasta ja nuorta – toiminta kasvaa edelleen.

Maastopeura pyöräilyreitti

Maastopeuran pyöräilyreitin valmistus yhteistyössä: CC Picaro ry, Laukaan kunta, maanomistajat, matkailualan yritykset, sponsorit, rahoittajat. Reitin valmistuksen operatiivisesta toiminnasta vastasi CC Picaro ry. Vapaaehtoistyö panoksella reilut 2000 h vuosina 2022-2023, Reitti palvelee osin myös talvipyöräilyä. Palaute käyttäjiltä reitistä=Erinomaisen hyvä! Reitin suunnittelu maastoon tehtiin yhteistyössä maanomistajien kanssa. Reitin opasteet/kartat asennetaan paikoilleen sopivan ajankohdan löytyessä. CC Picaro ry on jo koko syksyn järjestänyt kuntalaisille ja eri järjestöille, seuroille, matkailu yritykselle useita tutustumislenkkejä poluille.

Pirjo Nykänen

Pirjo Nykänen on sitoutunut toimia vapaaehtoisena ohjaajana ja vastuuhenkilönä Verttis-ryhmässä kuntoliikunnassa torstaisin ja ohjannut myös tiistaisin Vihtavuoren kuntosalilla välineiden tehokasta käyttöä. Pirjon ohjaus on mahdollistanut monipuoliseen liikuntaan. Hän on vienyt liikkumista eteenpäin positiivisella huumorilla ja hyvällä ammattitaidolla opastaen ja neuvoen vaihtoehtoisia liikuntamuotoja kaiken ikäisille. Osallistujia käy mm. Leppävedeltä, Vihtavuoresta ja Laukaan kirkolta. Pirjo Nykänen on ansainnut monen vuoden vapaaehtoisesta työstään vuoden liikuttajatittelin. Pirjo tsemppaa ja edistää terveytemme ylläpitoa. Hänen ansiosta jaksamme liikkua ja pystymme liikkumaan.

MLL Laukaa ja MLL Vihtavuori-Leppävesi

Ehdotan Laukaan vuoden liikuntateoksi MLL Laukaan ja MLL Vihtavuori-Leppäveden järjestämiä avoimia liikuntavuoroja, joilla käy vuoden aikana monen monta perhettä liikkumassa yhdessä. MLL vapaaehtoiset huolehtivat ovien avaamisen ja sulkemisen, ohjaavat yhdessä rakentamaan liikuntapisteet ja huolehtivat yleisesti vuorojen sujuvuudesta.

Vihtavuoren Pamauksen ilta- ja omatoimirastit

Vihtavuoren Pamaus on järjestänyt jo vuosikausien ajan iltarastitoimintaa eri puolilla Laukaata. Vuoden 2023 aikana oli kaikkiaan 18 iltarastitapahtumaa, joihin osallistui 70–140 eri ikäistä suunnistajaa per ilta. Lisäksi liikunnan harrastajille ja luonnossa liikkujille on mahdollistettu omatoimirastit siten, että lunastamalla suunnistuskartan, maastossa voi käydä poimimassa rasteja seuraavaan sunnuntaihin saakka. Tämä on tuonut joustavuutta aikatauluihin ja mm. monet perheet ovat käyttäneet tätä hyväksi menemällä lasten kanssa suunnistamaan heille parhaiten sopivaan aikaan. Kesän 2023 aikana omatoimirastien karttoja lunastettiin noin 200 kpl.

Petri Janhonen

Ehdotan vuoden liikuntateoksi Mustanvuoren latumestaria Petri Janhosta. Mustanvuoren ladut saaneet laajasti kiitosta ja kävijöitä laduilla yli kuntarajojen. Petri on usein ajamassa latuja jo aamuvarhaisella pitäen ladut huippukunnossa läpi talven ja pitkälle kevääseen. Erinomaisesti hoidetut ja kiitellyt ladut luovat kunnasta varmasti positiivista mielikuvaa niin omien kuntalaisten kuin laajemminkin keskisuomalaisten silmissä.

Heli Pekkarinen

Esitämme vuoden liikuntatekopalkinnon saajaksi Heli Pekkarista. Heli Pekkarinen ohjaa useita liikuntaryhmiä Laukaan lisäksi Suolahdessa, Äänekoskella, Saarijärvellä ja Jyväskylässä. Hän ohjaa esim. lavista, lavisjumpaa, lattaritansseja, senioritansseja ja tanssitreenejä. Ryhmissä on eri ikäisiä osallistujia. Heli on perehtynyt myös ikääntyvien liikuntaryhmien ohjaukseen. Hän osaa olla erittäin positiivinen ja kannustava jokaiselle ja osaa ohjauksessaan ottaa huomioon esim. tietyt iän tai sairauksien tuomat rajoitteet. Ryhmäohjaustunnit ovat vaihtelevia

ja ”hyvällä sykkeellä” toteutettuja. Hänen ryhmätunneiltaan jokainen lähtee voimaantuneena ja iloisella mielellä. Heli on vaihtanut ammattiaan kypsällä iällä ja on opiskellut erilaisten ryhmien ohjaamista. Hän on perehtynyt ihmisen anatomiaan ja fysiologiaan ja osaa perustella jokaisen liikkeen oikean suoritustavan ja vaikutuksen ihmisen kehoon. Hän opiskelee jatkuvasti uutta ja uudistaa ja pitää ammattitaitoaan yllä koko ajan. Hän liikkuu itse paljon ja on elävä esimerkki liikkuvasta, toisia kannustavasta ja terveet elämäntavat omaavasta ihmisestä.

Sanna Jämsén

Ehdotan Laukaan vuoden liikuntateoksi Sanna Jämsenin ja hänen perheensä aikaansaamaa lasten ja nuorten koripalloinnostusta. Sanna valmentaa menestyksekkäästi LU:n 16-vuotiaiden tyttöjen joukkuetta 1-divarissa (tippui ensimmäisenä joukkueena sm-sarjasta). Lisäksi Sannan puoliso ja veli ovat aktiivisesti mukana 14-vuotiaiden tyttöjen valmentajina, myös Sannan isä on ollut aktiivinen. Tämä teksti kopio Sannan omilta facebook-sivuilta kuvastaa hyvin koripalloilmiötä Laukaassa: ”5 vuotta sitten meillä oli 2 tyttöjoukkuetta aluesarjassa eikä kuultukaan Susi All Starseista – nyt LU:n joukkueita jo 8, joista sarjoissa pelaavia 6. Lisäksi tyttöjä pelaa omissa / yhdistelmäjoukkueissa neljässä valtakunnan sarjassa sekä All Stars -poluilla vierailee vuosittain monta omaa nuorta.” Näiden tyttöjoukkueiden menestys ja koripallon saama näkyvyys on vetänyt lajin pariin paljon uutta väkeä. Mielestäni pääpromoottori tälle innostukselle on Sanna Jämsen, jonka ansiosta koripallo liikuttaa tänä päivänä isoa määrää laukaalaislapsia ja nuoria.