

Liite 1. Vuoden 2025 liikuntateko -ehdotukset

16.12.2025

Vuoden liikuntateko -ehdotuksia on saanut esittää kirjallisesti vapaa-aikatoimistoon 1.12.2025 mennessä. Ehdotuksia tuli yhteensä 24 kappaletta seitsemälle (7) eri toimijalle. Seuraavassa on esitetty liikuntatekoehdotukset aakkosjärjestyksessä. Ehdotukset on pyritty säilyttämään alkuperäisissä sanamuodoissaan; mahdolliset henkilötiedot, toistot ja kirjoitusvirheet on muokattu.

Kuntokulman yrittäjä Jani Oksanen (yksi ehdotus)

- 1) Ehdotan palkinnon saajaksi Kuntokulman Jani Oksasta. Jani on kuntosalillaan liikuttanut ihmisiä vuodesta 2015 ja osallistunut moneen kunnan yhteiseen tapahtumaan. Jani kohtaa asiakkaat lämmöllä ja ammattimaisesti, saliakin mies on kehittänyt ahkerasti asiakkaiden toiveiden mukaan.

Leppäveden Lepän Beach Volley -leiri (yksi ehdotus)

- 1) Vuoden liikuntateoksi ehdotan Leppäveden Lepän järjestämää beach volley -leiriä, joka on järjestetty jo neljänätoista kesänä. Leirillä on vuosien saatossa saanut beach volleystä oppia ja vahvaa yhteisöllisyyttä lähes 250 lasta ympäri maakunnan. Kesän -25 uutuuksena oli toisen kerran järjestetty matalan kynnyksen aikuisten alkeisbiitsileiri, joka myös sai hyvän vastaanoton. Leirillä vastuvalmentajana on toiminut Maarit Honkonen-Seppälä ja hänellä on vuosien saatossa ollut valmentajina ja kesätyöläisinä lajin nuoria lupauksia kaikkiaan 12 nuorta. Lepän ja samaisen biitsileirin kasvatti, naisten lentopallomaajoukkueen tähti Suvi Kokkonen, on osallistunut leirille useana vuonna vierailevana ohjaajana, vinkkien antajana sekä palkintojen jakajana. Leirillä tunnusomaista on leikkisyys, kaverin kannustaminen, hyvät välipalat sekä palkinnot. Leppäveden Lepän lisäksi leirien sponsorina ovat toimineet Laukaan Vatti, TUL, paikallislehti Laukaa-Konnevesi sekä paikalliset kauppiaat, useat ammattiliitot sekä ammattikorkeakoulu Humak. Kesäaikana järjestetyt leirit ovat ylittäneet uutiskynnykset maakuntamedioissa, joka on osaltaan tuonut näkyvyyttä pienelle lajille ja seuralle. Samalla on myös pystytty nostamaan esille, että pienestäkin seurasta voi edetä jopa kansainväliseksi lentopallon ammattilaiseksi kun vaan löytyy aikuisia valmentajia, tapahtumien järjestäjiä tai mahdollistajia.

MLL Lievestuoreen Pihapeli-illat (yksi ehdotus)

- 1) Ehdottaisin vuoden 2025 Laukaan Vuoden liikuntateoksi MLL Lievestuoreen järjestämiä Pihapeli-illoja.

Pihapeli-illat ovat koululaisille suunnattuja liikunnallisia tapahtumia Lievestuoreella. MLL Lievestuoreen yhdistys aloitti toiminnan vuonna 2024 ja uusi toimintamuoto on otettu hienosti kylällä vastaan niin koululaisten kuin aikuistenkin toimesta.

Pihapeli-illat kokoontuivat joka keskiviikko klo 17:30–19 Lievestuoreen koulun piha-alueella kesä–heinäkuun ajan. Kokoontumisia ohjasi kolme aikuista vapaaehtoista ja kaikille osallistujille oli tarjolla ilmainen terveellinen välipala.

Kesän 2025 aikana 8 kertaa kokoontuneeseen Pihapeli-iltaan osallistui lapsia yhteensä 99 kertaa ja aikuisia 24. Lapsille kertyi kesän aikana 1188 liikuttua tuntia. Pihapeli-illoissa lapset pääsivät vaikuttamaan ehdottamalla mieleisiään liikunta-aktiviteetteja ja ohjaajat opettivat myös uusia pelejä ja leikkejä lapsille. Lapsia ja aikuisia liikutti mm. rönttö, pizzakuski, piilohippa, jalkapallo, bofferointi ja monet muut tutut pelit. Hyppynarulla hyppely oli monelle uusi tuttavuus ja sitä harjoiteltiin useampana kertana.

Ilo, liikunnan riemu, yhdessä oleminen ja tekeminen, aikuisten läsnäolo ja säännöllisyys saivat osallistujat tulemaan paikalle kerta toisensa jälkeen. Toiminnan on tarkoitus jatkua myös tulevina kesinä.

Ohjaaja Niina Pelander (yksi ehdotus)

- 1) Niina Pelander on omalla esimerkillään ja sitoutuneella toiminnallaan edistänyt liikunnan harrastamista Leinolan kylällä. Hän on vetänyt jo pari vuotta maksutonta kuntoiluryhmää, josta on tullut tärkeä ja odotettu osa kyläläisten viikoittaista toimintaa.

Niina suunnittelee ja uudistaa ryhmän harjoitusohjelman säännöllisesti, mikä tekee treeneistä monipuolisia, innostavia ja eri tasoisille osallistujille sopivia. Hänen johdonmukainen panoksensa on saanut monet löytämään liikkumisen ilon ja sitoutumaan terveellisempään arkeen.

Niinan lämmin, kannustava ja kaikki huomioiva ote luo ryhmään ilmapiirin, jossa jokainen tuntee olevansa tervetullut taustasta tai kunnosta riippumatta. Hänen työnsä on vahvistanut yhteisöllisyyttä, lisännyt liikunnan iloa ja parantanut Leinolan kylän hyvinvointia merkittävällä tavalla.

Niina Pelander on erinomainen ehdokas Vuoden liikuntateko -palkinnon saajaksi.

Liikuntapaikkamestari Petri Janhonen (17 ehdotusta)

- 1) Ehdotan vuoden liikuntateko palkinnon saajaksi Petri Janhosta Lievestuoreelta. Petri on pitänyt rajallisilla resursseilla Lievestuoreen liikuntapaikat loistavassa kunnossa sekä on vastannut todella suositun Mustanvuoren latuverkoston ylläpidosta vuodesta toiseen.
- 2) Ehdotan palkinnon saajaksi Petri Janhosta. Ihan huikeaan hienot ladut vuodesta toiseen Mustanvuoreessa ja kaveri todella tekee työnsä viimeisen päälle hyvin!
- 3) Esitän Laukaan liikuntateko 2025 palkinnon saajaksi Lievestuoreen latuverkoston ylläpitäjää Petri Janhosta.
- 4) Ehdotan lievestuoreelaista Petri Janhosta. On pitänyt Mustanvuoren sekä Lievestuoreen hiihtobaanat mielettömän hyvässä kunnossa heti aikaseen aamusta.
- 5) Äänestämme vuoden liikuntateko palkinnon saajaksi liikuntapaikkamestari Petri Janhosta. Hänelle on kunnia-asia pitää mm. Mustanvuoren ladut ja muut liikuntapaikat kunnossa haastavissakin tilanteissa ja sääolosuhteissa.
- 6) Ehdotan Petri Janhosta palkinnon saajaksi.
- 7) Ehdotan vuoden liikuntateko 2025 saajaksi Petri Janhosta Lievestuoreelta! Pitänyt hyvää huolta Liepeen liikuntapaikoista ja aivan erityisesti Mustanvuoren hiihtoladuista! Latuja kehuttu koko Keski-Suomen parhaiten ylläpidetyiksi!
- 8) Ehdotan Petri Janhosta. Janhonen on kunnostanut Mustanvuoren ladut Keski-Suomen parhaimpaan kuntoon vuodesta toiseen.

- 9) Ehdotan vuoden liikuntateko palkinnon saajaksi Petri Janhosta Lievestuoreelta. Petri on pitänyt rajallisilla resursseilla Lievestuoreen liikuntapaikat loistavassa kunnossa sekä on vastannut todella suositun Mustanvuoren latuverkoston ylläpidosta vuodesta toiseen. On myös huippujätkä!
- 10) Ehdotan v. 2025 palkinnon saajaksi Petri Janhosen Lievestuoreelta. Hän on hoitanut kaikki liikuntapaikat moitteettomasti niukennetuista määrärahoista huolimatta. Urheiluväki yli kuntarajojen liputtaa upean Mustanvuoren latuverkoston puolesta.
- 11) Ehdotus Petri Janhonen, Lievestuore. Hän pitää Laukaa/Lievestuoreella liikuntapaikat viimeisen päälle kunnossa! Hyvänä esimerkkinä Mustanvuoren ladut, joiden erinomaisesta kunnosta hiihtäjät tulevat jopa Jyväskylästä ja Hankasalmelta asti nauttimaan. Hienoa työtä Petriltä sydämellä!
- 12) Ehdotan Pete Janhosta, on pitänyt Lievestuoreen ladut vuodesta toiseen erinomaisessa kunnossa, parhaat Keski-Suomessa.
- 13) Ehdotan palkinnon saajaksi Petri Janhosta, joka on pitänyt Lievestuoreen talvi- liikuntaan tarvittavaa latuverkostoa kiitettävällä tavalla kunnossa. Monta kertaa saanut kiitollisin mielin tämän todeta, varsinkin kun lievestuorelaisena saa näin upeaa palvelua ihan tässä kotikulmilla. Toivon tämän hyvän tekemisen jatkuvan samalla tavoin jatkossakin.
- 14) Ehdotan vuoden liikuntateko saajaksi Lievestuoreelta Petri Janhosta, hän on pitänyt monet vuodet Mustavuoren ladut ja reitit loistokunnossa vaikka talvet ovat olleet haastavia mutta Pete on aina itseään säästämättä taikonut ne Keski-Suomen parhaiksi joka on todistettu myös äänestyksen kautta.
- 15) Ääni ehdottomasti Laukaan kunnan vuoden liikuntateoksi Petri Janhoselle. Perustelut: mahtavasti hoidettujen latujen maine kiirinyt yli maakuntarajojen, tenniksen peluuseen mahtava 'pyhättö' ja Petrin positiivinen asenne heijastuu meihin onnellisiin, jotka saavat nauttia näistä. Ja erityismaininta vielä nopeasta reagoinnista ja kuntosalin laitteiden ylläpidosta sekä asialliset vastaukset pyyntöihin, joita ei aina voi toteuttaa. Hyvä Petri!
- 16) Ehdokkaani liikuntatekopalkinnon saajaksi on Pete Janhonen. Hän on joukkoineen vastannut vuosia latujen kunnostuksesta Lievestuoreella. Peten ansiosta Mustavuoren ladut äänestettiin muutama vuosi sitten Jyvässeudun parhaiksi.
- 17) Ehdotan liikuntateko 2025 saajaksi Petri Janhosta, joka on vuosikymmeniä huolehtinut kuntalaisia kuunnellen ja ystävällisesti liikuntapaikkojen hoitoa.

Valmentaja Stephen Clark (yksi ehdotus)

- 1) Ehdotus Stephen Clark. Kävelyfutis Leppäveden ylipainehallissa. Stephen on erittäin kokenut ja koulutettu jalkapallovalmentaja ja halunnut kehittää futistoimintaa seuramme arvojemme mukaisesti ajatuksella "futista ihan kaikille". Liikunnallisuutta, terveyttä ja sosiaalisuutta edistävä ryhmä kokoaa kerran viikossa päiväsaikaan yhteen n. 30 osallistujaa iältään 63-85 vuotta.

Vihtavuoren Pamauksen ilta- ja omatoimirastit (kaksi ehdotusta)

- 1) Vihtavuoren Pamaus on järjestänyt kaikille avoimia iltarasteja jo 40 vuoden ajan. Iltarastien suosio on kasvanut yli 2000 suorituskerran tapahtumasarjaksi. Kesän 2025 aikana järjestettiin 18 iltarastilaisuutta ja joissa tehtiin yhteensä 2062 suoritusta. Eniten osallistujia oli 13.5.2025, jolloin peräti 189 henkilöä oli mukana liikkumassa ja suunnistamassa.

Omatoimirastien mukaan tulo on lisäksi mahdollistanut perheitä ja lapsia liikkumaan ja nauttimaan Laukaan monipuolisesta ja kauniista luonnosta juuri silloin kun se perheille parhaiten sopii. Tästä toiminnasta on tullut paljon myönteistä palautetta erityisesti lapsiperheiltä. Suosiosta kertoo

osaltaan sekin, että kaikki lapset eivät valitettavasti sopineet mukaan syksyllä alkaneeseen Suunnistusliikkari-kerhoon.

Iltarastien järjestäminen vaatii n. 40 vapaaehtoisen talkoolaisen työpanoksen. Tämä osaltaan kertoo sitoutumisen asteesta järjestää tilaisuuksia liikunnan ja hyvinvoinnin edistämiseksi.

- 2) Ehdotan vuoden 2025 liikuntateoksi Laukaassa järjestettäviä Iltarasteja. Niiden ainoa järjestäjä Laukaassa on nykyisin Vihtavuoren Pamaus, joka siten olisi kai taho, jolle huomionosoitus suunnattaisiin.

Iltarastit ovat viikoittainen liikuntatapahtumien sarja, joka soveltuu kaikille. Osallistumiskynnys on matala, koska lajissa ei tarvita kalliita varusteita ja ratavaihtoehtoja laaditaan aina myös ensikertalaisille. Joka kesä Laukaan rasteilla on noin kaksituhatta osallistumista. Mukanaolijat saavat monipuolista liikuntaa ja mahdollisuuden nauttia luonnosta sekä oppivat samalla tärkeää kansalaistaitoa.

Liikuntateoksi valitsemista puoltaa erityisesti se, että iltarastien taustalla oleva näkymätön työmäärä on mittava ja vaatii paljon vapaaehtoisia. Tapahtumien mahdollistamiseksi kartat on pidettävä ajan tasalla ja laadittava uusia. Varsinaisessa järjestämisessä on joka kesä mukana noin 40 henkeä. Jokaisilla rasteilla järjestäjät tutkivat maaston, suunnittelevat ja piirtävät radat, painattavat kartat, vievät rastit maastoon, järjestävät itse tapahtuman (liikenteenohjauksineen ja turvasuunnitelmineen), jonka jälkeen he keräävät rastit maastosta pois ja julkaisevat tulokset netissä.

Erittäin tärkeä osapuoli iltarastien järjestämisessä ovat myös maanomistajat. Suunnistukselle ei ole olemassa valmiita suorituspaikkoja. Radat tehdään aina maanomistajien maille ja heidän suostumuksellaan. Tutkimusten mukaan suunnistus on yksityisten mailla harjoitettavista ulkopuolisten toiminnoista se, johon maanomistajat suhtautuvat kaikkein myönteisimmin. Iltarastien valitseminen liikuntateoksi olisi huomionosoitus myös tälle maanomistajien osallisuudelle.