

Uutiset



■ Toimitus: (08) 8600 620
■ www.facebook.com/koillissanomat
■ koillissanomat.fi/palautte

■ Kitkantie 31-33
■ 93600 Kuusamo
■ toimitus@koillissanomat.fi

Vastaa netissä



Joko on heila helluntaiksi?

www.koillissanomat.fi

Ensimmäinen koettelemus parisuhteelle

Sami Sundström ja Satu Uusivirta lähtivät 160 kilometrin lenkille Karhunkierrokselle

Aleksanteri Pikkarainen

■ Satu Uusivirta, 37, pakkasi parmesanilla maustettuja ja kasvisliemessä keitettyjä sushiriisistä tehtyjä palleraita muovipussiin Rukalla perjantaiamuna.

–Nämä ovat suomalaisen mestarijuoksijan Mikael Heermanin kehittämällä reseptillä tehtyjä. Näitä syödään sitten, kun mikään ei enää maistu, selitti miesystävä Sami Sundström, 45.

Uusivirta ja Sundström olivat hermostuneen oloisia. Tunnin päästä he lähtivät laittamaan muutaman kuukauden kestäneen suhteensa todelliseen testiin. Tarkoituksena oli juosta yhdessä Karhunkierroksen lähtöpisteestä Rukalta Sallan Hautajärvelle ja takaisin 160 kilometriä.

Harrastuksen parissa alkanut tuttavuus syveni hiljalleen yhteisten polkujen juoksemiseksi.

ETELÄ-SUOMESSA ja ulkomaan reissulla kaksikko oli

Kaikki tsemppaavat toisiaan reitin varrella.

päässyt jo pitkään harjoitteluun leppoisassa kevätkesän säässä poluilla juosten ja pyöräillen, mutta nyt edessä oli toisenlainen maisema.

Paksu lumikerros peitti vielä Rukan eturinnettä, jonka ääreen oli pakkautunut suuri joukko atleettisen näköisiä kestävyysliikkuja ja näiden tukijoukkoja. Tunturikeskus oli avattu varta vasten Nuts Karhunkierros -tapahtuman ajaksi.

LISÄÄ lunta, vettä ja liukkaita polkuja odotti heti ensimmäisillä etapeilla Valtavaaralla ja Konttaisella. Lämpötila oli kaksi astetta ja kylmä, navakka tuuli kävi pohjoisesta.

Sundströmillä ja Uusivirtal-

la ei ollut nastoja kengissä, jotka olivat vielä melko vastatettuja.

Parivaljakko oli joutunut tekemään viime hetken muutoksia pukeutumiseen. Jaloissa oli talvitrikoot, alla merinovillakerrasto ja päällä ohut juoksutakki. Lenkkareiden alle vedettiin uudet vettähylkivät sukat ja käsiin vastaavat hanskat.

Nännit oli teipattu ja intimialueet sekä varpaat voideltu vaseliinilla hiertymien välttämiseksi.

–Nännit ovat yksi tärkeimmistä. Siinä sitkeinkin mies hyytyy, jos sinne alkaa tulla verisiä haavoja, Sundström naurooi.

Myös sormien kestäminen kylmässä huolestutti pariskuntaa.

KUMMALLEKIN 160 kilometrin Karhunkierrosjuoksu oli uusi haaste. Sundström on harrastanut suunnistusta, polkujuoksua ja ultrajuoksua. Hän juoksi viime vuoden lämpimässä säässä 80 kilometrin

matkan Karhunkierroksella.

–Vaarallinen kerta. Matka kasvoi heti tuplasti seuraavaksi vuodeksi. Ensimmäisen polku-ultrani juoksin 2015 ja maratonin 2011.

Uusivirta oli ensimmäistä kertaa Rukalla.

–Kokemusta on enemmän maantieultrasta. Olen vasta 2013 aloittanut juoksemisen ja siirtynyt aika nopeasti ultriin. Vähän pelottaa, hän myönsi.

POLKUJUOKSUN ja ultrajuoksun harrastajamäärät ovat kasvaneet nopeasti. Yhteisö on tiivis ja lämminhenkinen.

–Tärkeintä on itsensä haastaminen ja omien rajojen koeleminen. Täällä ultramatkoilla on sellainen henki, että kaikki tsemppaavat toisiaan reitin varrella, Uusivirta sanoi.

–Maratonissa kaikki tuijottavat kelloa. Tämä on omanlainen heimonsa, vinksahtanut alalahko, sanoi Sundström.

Sundströmin mukaan harjoittelu polku-ultramatkoille on vapaamuotoisempaa kuin vaikka maratonille, jossa mo-

net seuraavat tiukkaa ohjelmaa kurinalaisesti.

–Parhaimmillaan otetaan vettä ja makkarapaketti reppuun ja mennään luontoon kävelemään viideksi, kuudeksi tunniksi.

H-HETKEN lähestyessä mieleen hiipi ristiriitainen tunne siitä, onko kaikki tehty tarpeeksi hyvin. Eväskasseihin oli pakattu monenlaista syötävää, jotta edes joku maistuisi kehon joutuessa ääriarjoille. Oli suklaata, energiageeliä ja edellisiltana naapurihuoneessa paistettuja korvapuusteja.

–Jotain on tehty oikein, kun olemme ainakin juoksukuntoisia ja palautuneessa tilassa. Loppua kohti on kevennetty. Matalalla sykkeellä paljon kevyttä liikuntaa, pari kuvaili valmistumistaan.

Puoliltapäivin Sundström ja Uusivirta astuivat lähtöviivalle vajaan 80 muun urheiluhullun kanssa.

–En tiedä onko tuossa kyllä realistista päästä maaliin. Lähdön hetkellä tunnelma



Satu Uusivirta ja Sami Sundström muassa nännien teippaaminen.

on kuitenkin ihan mieletön, kun on kaltaistensa seurassa. Saattaa mennä roska silmään, Sundström sanoi.

Lisää kuvia ja video tapahtumasta Koillissanomien nettisivuilla www.koillissanomat.fi

Jaksaminen riitti Juumaan

Jenny Halvari

■ Sami Sundström ja Satu Uusivirta juoksisivat kaikkiaan 142 kilometriä, eli Hautajärvelle ja takaisin Juumaan saakka, jonne he keskeyttivät.

–Sitten alkoi olla voimat loppu. Ei ole pettynyt, vaan hyvin tyytyväinen. Se oli molempien ennätys, Sundström kommentoi.

Sundströmin mielestä olosuhteet eivät olleet aivan niin kovat kuin etukäteen vaikut-

ti. Ensimmäiset seitsemän kilometriä olivat vaikeita ja yöllä kivet ja pitkokset liukkaita. Yöhön liittyy myös hyviä hetkiä, kun he Hautajärvellä pidetyn pidemmän tauon jälkeen lähtivät taas taivaltaamaan.

–Reissun parhaat hetket. Ne yötunnit, vain muutamia juoksijoita ja juoksu kulki.

Tuore parisuhde vain vahvistui juoksun aikana.

–30 tunnin aikana voi tulla vastaan hätä sun toinenkin, mutta toinen ei viereltä läh-

de minnekään. Minulla ei välillä energia imeytynyt ja oli pakko yrittää oksentaa. Satu söi vieressä Snickersiä, Sundström sanoi.

SUNNUNTAINA molemmilla oli jalat jäykkinä ja Sundströmin akillisjänne kaipasi lisäksi lääkärin arviota. Silti parisuhde oli jo kaivanut kalentereit esiin ja suunnitellut seuraavia ultrajuoksua. Myös NUTS Karhunkierrokselle he haluavat tulla uudestaan.

–Jäi selkeä revanssihenki.

Rukan kauppias odottaa pyöräilykesää

Aleksanteri Pikkarainen

■ Ruka Storen myymälän Pinja Ojanen oli hyvin tyytyväinen yhä isommaksi kasvaneen Nuts Karhunkierroksen vetovoimaan.

–Kauppa käy ja olemme varautuneet tapahtumaan juoksijoille suunnatuilla tuotteilla. Tosi hyvä viikonloppu tämä on meille. Avasimme jo keskiyöksi, hän kertoo.

Maanantaista alkaen urheiluliike on pari viikkoa kiinni ja avautuu taas 12. kesäkuuta kesäkauteen.

OJANEN odottaa erityisesti pyörämatkailun kasvavan. Läskipyöräily on lisääntynyt kovasti.

–Viime kesänä läskipyörärien vuokrausemme viisinkertaisesti ja odotan että kasvu jatkuu. Tänä kesänä uutena vuokraam-

me sähköpyörä ja niillekin me- nekkää odotan. Ylipäätään uskon että tulossa on pyöräilykesä. Säällä ei ole väliä, olemme varautuneet keliin kuin keliin.

Ruka Storen ohella monet ravintolat ja muut palvelut Rukalla olivat avanneet ovensa juoksupahtuman osallistujia ja yleisöä varten. Tapahtuma keräsi tuhansia matkailijoita toukokuussa, joka normaalisti on hiljaisempi aika turismissa.