

# KIIPPEILY

NRO 2/18 8€

[www.climbing.fi](http://www.climbing.fi)






**Black Diamond**

**Jääkiipeilyuutuudet Camussa!**  
 Jääputousten partaveitsi ja tuleva klassikko  
**REACTOR!**  
 Markkinoiden keveimmät jääruuvit  
**ULTRALIGHT ICE SCREW!**



**LENDON**  
 tied to be free

Kestävä, helposti käsiteltävä,  
 kuivakäsitelty ja ennen kaikkea pinkki köysi!

**MASTER 9,7MM TEFIX**

**COMPLETE SHIELD**

**219€**



**MONS ROYALE**  
 MERINO

**HUIPPUVALIKOIMA**  
**MERINOVILLAISIA**  
**TUOTTEITA**  
[bit.ly/camumonsroyale](http://bit.ly/camumonsroyale)

CAMU HELSINKI | Vuorikatu 14 | 09 278 1420 | info@camu.fi  
 Myymälä avoinna ma-pe 10-19 | la 10-18

 CamuOY  
 @camuhelsinki  
 Camu Helsinki

**CAMU**

CAMUFI





Kuutti Heikkilä

## Varoitus – pääkirjoitus sisältää ikäviä asioita

**K**äytännössä kaikki tiedeyhteisöt ja suurin osa meistä tavallisista tallaajista lienevät tänä päivänä yksimielisiä siitä, että nykyinen ilmastonmuutos on ainakin suurelta osin ihmisen aiheuttamaa. Onko ilmaston lämpeneminen sitten pelkästään huono asia? Joillekin alueille siitä saattaa olla lyhytaikaista näennäistä hyötyä, mutta pidemmällä aikavälillä ja isossa skaalassa kaikki häviävät – ja isosti. Ilmaston lämpenemisen seurauksia ovat äärimmäiset sääolot ja muuttuneet sademäärät, jäätiköiden sulaminen ja siitä johtuva merenpinnan nousu. Kiipeilijä näkee omin silmin Alppialueilla lämpenemisestä johtuvat muutokset ja seinämien muuttumisen epävakammiksi. Isot säämuutokset johtavat ruoantuotannon häiriöihin ja monien luonnonvaraisten eläimien selviytymisvaikeuksiin. Juomaveden ja ruoan pula aiheuttaa inhimillistä kärsimystä ja joukkomuuttoa. Lisäksi on monia ennakoimattomia seurauksia.

Hallitustenvälinen ilmastonmuutospaneeli IPCC julkisti 8.10.2018 uuden raportin ilmaston lämpenemisestä. Tietoa raportista löytyy helposti etsimällä, mutta pähkinänkuoressa tärkeimmät: raportin mukaan maapallon lämpötila on jo noussut noin asteella esiteollisesta ajasta. Jotta lämpenemistä saataisiin edes rajoitettua, tarvittaisiin erittäin nopeita ja rajuja muutoksia teollisuuteen, liikenteeseen, asumiseen ja maankäyttöön. Käytännössä tämä vaikuttaisi jokaisen ihmisen elämään. Jotta lämpötilan nousu saataisiin rajoitettua

puoleentoista asteeseen, pitäisi hiilidioksidipäästöjen pudota lähes puoleen nykyisestä runsaassa kymmenessä vuodessa. Nykymenolla ennakoitu lämpeneminen johtaisi asiantuntijoiden mukaan ilman rajoittavia toimia suuriin ongelmiin.

Miten tämä kaikki liittyy kiipeilyyn ja meihin harrastajiin? Voiko yksittäinen ihminen vaikuttaa? Mielestäni voi, ja toimia myös hyvänä esimerkkinä muille. Yksi merkittävä hiilidioksidipäästöjen aiheuttaja on liikenne. Mahdollisuuksien mukaan voimme käyttää julkista liikennettä harrastusmatkoilla, tai järjestää kimpapyöriä. Polkupyörä on ihmiskunnan parhaita keksintöjä, pädi selässä polkeminen vastatuuleen kasvattaa sisua ja kuntoa - polkupyörämatkan tai kävelyn jälkeen olet valmiiksi lämmitellyt hallille saapuessa! Lentomatkoihin kannattaa ainakin pyrkiä vähentämään, vaikka kuinka tekisi mieli heti uudelleen sinne lempikohteeseen. Jos on pakko lentää, kannattaa suosia suoria lentoja. Matkakohteen ja majoituksen voi valita ekologisilla perusteilla, ja kun tarpeeksi moni alkaa kysellä hotellin tai giten energiavalinnoista, alkaa se jo vaikuttaa. Paikallista ruokaa suosimalla vähennät kuljetuksen aiheuttamia päästöjä. Myös vaatteiden ja välineiden valintaa voi tehdä eettisillä perusteilla.

Mukavaa talven odotusta ja huomioidaanhan meidän ainoa maapallo ja luonto valinnoisamme, toivottaa päätoimittajanne Jari Koski

## SISÄLTÖ

- 4** Spotteri
- 8** Seurat: Lounais-Suomen Kiipeilyseura Kruxi ry ja Kiipeilykerho Vertikaali ry
- 10** Suomen ensimmäinen nuorten drytooling jääkiipeilyleiri
- 12** Kilpailut: Youth A/B SM-kisat ja Kids A/B Boulderimestaruuskilpailut
- 13** Kilpailut: Climbing Derby Kouvola 2018
- 15** Junior ja youth PM-boulderkilpailut
- 16** Fontsu – Boulderoidan märkä uni
- 22** Pako toimistosta, osa 2 Neljä kuukautta kiipeilynomadeina Euroopassa
- 33** Galleria
- 38** Kuvasseesee Jyväskylän länsilaidalta
- 40** Kiipeilyä kahden edestä
- 46** Pirkanmaan helmet
- 48** Jäille Etelä-Norjaan
- 52** Nordic Youth Climbing camp 2018 Norjassa
- 54** Access-valiokunta pähkinänkuoressa
- 55** Kauhalan kiipeilykallion talkoot
- 56** Feissi: Jenni Lahtinen
- 58** Feissi: Pentti Keränen
- 60** Kiipeily on terapeutista
- 61** Inkorpi = täysin korvessa
- 64** Perturbaatioita
- 65** Sakun palat
- 66** Tuoteutuudet

KANSI | Anssi Ruuska, Rosvo (6A), Näätakivi, Muuratsalo. Kuva Marko Kauko

### KIPEILY 2/2018

**Julkaisija:** Suomen Kiipeilyliitto ry. Erätie 3, 00730 HELSINKI, ISSN 2323-3745. **Päätoimittaja:** Jari Koski 040-586 8123, jari.koski@climbing.fi. **Toimittajat:** Inka Gysin, avustajat Tarja Vilén ja Timo Junttila. **Ulkoasu ja taitto:** BRBG co. ja Petra Havo. **Paino:** Alekski-paino Oy, **Levikki:** yli 4000. **Aineisto:** teksti word-tiedostona ja kuvamateriaalit erikseen toimitetaan Jari Koskelle: jari.koski@climbing.fi. **Teksti:** Älä tee tekstiä sinennyksiä tai muita asettelumuokkauksia. Erota kappaleet välirivillä. Lähetä tekstistä vasta valmis viimeinen versio, oikolue mielellään ennen lähetystä. Ota yhteyttä Jari Koskeen, jos aineistosta ei ole sovittu etukäteen. Toimituksella on oikeus editoida tekstiä. **Kuvat:** digikuvat kameran suurimmalla resoluutiolla. Kuvan oltava 1:1:koossa 300 ppi, esim. galleriaan kokosivuna n. A4 koossa 300 dpi. Alle 500 kt:n kuvia ei voi painaa edes pienessä koossa! Kuvien tallennusmuoto tiff, psd tai jpg. Jos lähetät jpg-kuvia, lähetä ne alkuperäisinä säätämättöminä. Jpg:n tallentaminen uudestaan jpg-formaattiin pakkaa jo pakattua kuvaa, jolloin kuvan laatu heikkenee jokaisella tallennuskerralla. Itse skannatut kuvat mielellään RGB-muodossa. Kuvat ilman kuvaajan nimeä itse kuvassa (ei siis esim. "copyright Kalle Kuvaaja"). Kuvaajien nimet painetaan aina kuvan ja jutun yhteyteen. Valitse ja lähetä max 10 kuvaa/juttu, liitä mukaan kuvaajan nimi sekä kuvatekstit; paikka, kuvaaja, kiipeilijä(t), reitin nimi ja vaikeusaste ym. tiedot. Emme mielellään julkaise kuvia, jotka on jo julkaistu muissa lehdissä, blogissa tai www-sivulla.

Seuraavat	Nro 1/2019	aineisto	ilmestyy	2/2019	aineisto	ilmestyy
Kiipeilylehdet:	kevät-/kesännumero	10.3.2019	huhtikuu 2019	syys-/talvinumero	10.9.2019	loka-marraskuu 2019
Kiipeily-lehti postitetaan maksutta Kiipeilyliiton jäsenseurojen henkilöjäsensille. Muille tilaukset osoitteesta jari.koski@climbing.fi. Kestotilaus 16 €/vuosi. Irtonumerohinta 8 €. SKIL jäsenseurojen jäsenen osoitteemuutokset ja muut postitukseen liittyvät asiat hoitavat Kiipeilyliiton jäsenseurat. Seurat hoitavat osoitteistonsa päivityksen Kiipeilyliittoon. Ilmoitusmyynti: Jari Koski, jari.koski@climbing.fi. Media-kortti www.climbing.fi. Toimitus ei vastaa; tilaamatta lähetetyistä materiaalista, sen palauttamisesta, lehdessä julkaistujen kirjoitusten sisällön aiheuttamasta mielipahasta, otteiden terävyydestä, hyttysten määrästään, suomalaisista greideistä, kitkan huonoudesta, vääränlaisen talvitreenin aiheuttamasta masennuksesta, väärästä kengistä, huonosta betasta, liian lyhyistä käsistä, voiman vähydestä eikä juuri mistään muustakaan;) Lehden julkaisijan vastuu mainoksien julkaisussa tapahtuneissa virheissä rajoittuu mainoksen hintaan.						

## Anna Liina Laitinen muuttaa maailmalle

Teksti: Tarja Vilén

Suomen kiipeilyvoimattaren **Anna Liina Laitisen** Instagram-tililtä on voinut seurata kesän ja alkusyksyn aikana liitelyä maasta toiseen ja lukea hauskoja tarinoita. Tuntuu, että arki ei aina suju niin kuin Strömsössä: milloin Anna Liina eksyy lenkkipolulla tai yöpyy epämääräisessä Airbnb-majoituksessa ja kaatelee kahvia päällensä. Kaikenlaista sattuu, mutta se ei naisen menoa ja positiivista virettä ole pidätellyt.

Viime kesän Anna aloitti Suomen helteissä ja keräsi voimia Etelä-Afrikan reissua varten niin sisällä kuin ulkona kiipeillen. Suoraan Suomi-juhannuksen jälkeen oli aika hypätä koneeseen. Muutampia riemunkiljahduksia oli odotettavissa, kun Anna Liina pääsi ensi kertaa käsiksi Etelä-Afrikan hiekkakiviin. Hiekkakivi on tietysti niin Anna Liinan kuin monen muunkin lempikivilaji.

Rocklandsin reissu alkoi kuitenkin sateisissa merkeissä, joten alkuun aikaa riitti myös Kapkaupungin lähellä majailevien pingviinien bongaukseen.

– Parina ensimmäisenä päivänä satoi saman verran kuin koko edellisenä vuonna yhteensä. Kun kelit paranivat, en malttanut olla pitämättä järkevää rytmiä, jonka **Samuel Hammer** oli minulle vinkannut, joten kiipesin viisi päivää putkeen, kunnes nahat olivat aivan puhki, Anna Liina nauraa.

Varsinaisia tavoitteita reissulle ei oltu asetettu, koska aikaa valmistautumiseen oli ollut lopulta vain kaksi viikkoa.

– Seurailin kavereitani ja kokeilin kaikkea mahdollista. Greiditavoitteet liittyivät lähinnä vaikean reitin kokeilemiseen. Saavutin tavoitteeni ensimmäisellä kiipeilyviikolla, kun eteeni osui upean näköinen 8A+ nimeltä *Law and Order*, jota sitten kokeilin. Muuvt tuli tehtyä ja tiesin, että saisin boulderin kiivettyä.

Seuraavalla sessiolla kahden päivän levon jälkeen Anna Liina lähetti reitin varmojin ottein.

– Kahden päivän levossa seurasin kaverini esimerkkiä. Olen oppinut häneltä monta muutaakin simppelejä jippoa boulderointiin liittyen, Anna Liina paljastaa.

Reissulla Anna Liina selätti myös ensimmäisen 8A+/8B boulderinsa nimeltään *Fragile Steps*. Etelä-Afrikasta tuli siis vahvat näytöt jo ennestään nousujohteiselle uralle. Reis-



Fragile Steps, 8A+/8B, Rocklands

Jess Talley



Itävallan jälkeen sain kutsun Los Angelesiin auttamaan kisareittien valmistelussa Women Up- festivaaliin.

Jackie Huehle



Kehonhuoltoa Helsingin Urheiluhieronnassa yhdessä Tuukka Häkkinen kanssa.

Anna Liina Laitinen

sun jälkeen, ennen pyrhädystä Itävaltaan, Anna Liinalla jäi vähän aikaa kotimaan projektointiin.

”Suomikiipeily jäi hieman vähälle ja rikoin omasta kotiprojektistani (*Syncro*, 8c) itselleni krusiaalin jalkaoiteen. Ennen uudelle reissulle lähtöä löysin onneksi uuden betan. Trädiä tuli hieman myös kokeiltua Olhavalla yhdessä **Daila Ojedan** ja **Colette McInerney**n kanssa. Sain tsekattua lisäksi muun muassa **Rami Haakan** kehittämän uuden Karkaus-sektorin.”

Kova treenijakso ennen Itävallan MM-kisoja johti kuitenkin rasitusvammaan ranteessa.

”Diagnosi oli luumustelma. Tämä tulee yleensä kaatuessa tai muussa vastaavanlaisessa traumassa, jota itselleni ei kuitenkaan käynyt. Vamman menee ohi levolla.”

Alkusyksy oli Anna Liinalle siis haastavaa aikaa.

– Kolmen viikon kunnan tauon jälkeen kokeilin taas kiivetä ja yllätin itseni kiipeämällä 8b:n sessiossa ja 7c+ onsightina. Opin jälleen vammasta erittäin paljon. Suuret kiitokset korvaamattomasta avusta kuntoutuksessa kuuluu Helsingin Urheiluhieronnalle ja Lumilautamajajoukkueen urheilulääkärille **Klaus Köherille**, Anna Liina iloitsee.

Syksyllä jatkuva reissaaminen johti isoon päätökseen.

”Luovuin asunnostani Helsingissä ja kaikki tavaranani on pistetty nyt varastoon. Telakoitumispaikkaa ei toistaiseksi ole, muuta kuin Airbnb-asunnot, joita tulee vuokrattua usein pitkäksikin aikaa. Tulevaisuudessa haaveena on kotiutumisi-



Anna Liina Laitinen

## Kultapoika Veikka Volotinen projektoi lujaa

**Veikka Volotinen**, väkivahva nuori kiipeilijä on niittänyt menestystä kisarintamalla niin boulderissa kuin köydessä. Volotinen saavutti kultamitalit tänä syksynä Youth-luokkien SM- ja PM-boulderkilpailuissa. Isommalla rintamalla EM-kisoissa sijoittuminen on ollut puolivälin yläpuolella, mikä on kova saavutus kun otetaan huomioon, että mukana on maita, joissa kiipeily on kansanurheilua ja valmennus on maailman huippua.

Nuorukainen kertoo päänsä pysyvän viileänä kisatunnelmissa. Karsinnat tuntuvat luontealta ja finaaleissakin virittyneisyys karisee kun pääsee omalle mukavuusalueelleen eli seinälle. Volotinen kertoo, ettei ole erityisemmin kisaamista varten harjoitellut. Parasta harjoittelua on ollut itse kiipeily, ja kaikesta päätellen tämä taktiikka on nuorukaiselle toiminut erittäin hyvin.

Ulkosalla Volotinen pitää myös projektoinnista. Boulderissa tähtäimessä on 8B ja muutama kirpakka köysireitti on myös työn alla, Volotinen mainitsee projekteistaan.



Nadine Wallner

Ensimmäinen kiipeily kolmeen viikkoon ja yhdessä Black Diamond urheilijoiden Jacobo Larcherin, Barbara Zangerin ja Colette McInerneyn kanssa.

Ranteen testailua Voralpseessa, Sveitsissä. Lucy, 7c+, Onsight.

nen Coloradoon ja vieraileminen Suomessa.”

”Seuraavana suunnitelmassa oleva reissu on Red River Gorge marraskuussa, jonka jälkeen on uusi treenikausi ennen Espanjaan lähtöä. Espanjassa tavoitteena on käydä nappaamassa viimeksi hampaankoloon jäänyt 9a, Joe Cita, Olianassa.”


Anna Liinan terveiset ja muistutus Amerikan mantereelta kaikille Kiipeily-lehden lukijoille on:

”Lepo ei tosiaankaan heikennä. Etenkään jos alla on kovaa treeniä useammalta kuukaudelta.”

Marko Kauko



Veikka ja Paddington, 8A.

 @annaliinalaitinen

Murtamattoman Linnakkeen, Eetu Sundval-  
lin avaaman 8a:n Jyväskylän Haukkavuorelta.  
Bouldereissa työn alla on *Paddington*, 8A. Ul-  
kokiipeily onkin Volotiselle kiipeilyn mieluisin  
muoto ja sisäkiipeilyä hän pitää treeninä ul-  
kokallioita varten.

Volotisella on vahvat sormet ja terve asen-  
ne, hän osaa nauttia itse kiipeilystä ottamata  
turhia paineita ja muistaa pitää hauskaa.  
Jos nykyinen kehitystahti jatkuu, Volotinen  
pääsee varmasti pitkälle – vai pitäisikö sanoa  
korkealle?

 @veikka\_volotinen

## Kasibeen kaatajat Jiri Kuusonen ja Jarkko Linkosuonio

Jiri Kuusonen on tikkaillut kourallisen ulko-  
reittejä 8B:stä ylöspäin. Näistä kolme on lä-  
hetetty loppukesän ja syksyn puolella. Magic  
Woodista Kuusonen sai komean tikkilistan,  
josta löytyy mm. *Steppenwolf*, 8B ja *One Sum-  
mer in Paradise*, 8B. Listasta löytyy myös suu-  
ri määrä muita kaseja ja yläseiskoja. Ei paha  
saavutus puolessatoista viikossa!

Syksyn kitkojen saavuttua tikkasi Kuusonen  
Suomessa niin ikään pitkäaikaisen projektin-  
sa. **Nalle Hukkataipaleen** ensinousema *The  
Globalist*, 8B+, taittui syyskuussa. Tämä yk-  
si Suomen vaikeimmista reiteistä ei ole vie-  
lä paljoa lähetyksiä saanut. Innolla odotam-  
me mitä kaikkea Kuusonen tulee vielä tikkaa-  
maan!



Marko Kauko

Veikka reitillä Nakit ja muusi, 7C.



Anni Mänttinen

Jarkko Linkosuonio, Hypergravity, 8B.



Anton Johansson

Jarkko Linkosuonio on myös kiivennyt yh-  
den Suomen vaikeimmista bouldereista. Lo-  
kakuun alussa taittui *Hypergravity*, 8B, Si-  
poossa. Helppo ei matka reitin kanssa ol-  
lut. Omien sanojensa mukaan Hypergravityn  
projektointi alkoi jo keväällä 2015, jolloin lä-  
hettäminen oli jo todella lähellä. Projektointi  
oli kuitenkin liikaa Linkosuonion sormil-  
le, joista kolme vammautui reittiä yrittäessä.  
Tällöin oli aika jättää reitti hetkeksi oman on-  
nensa nojaan. Syksyn 2018 puolella Linko-  
suonio palasi reitin ääreen eikä mennyt kau-  
aakaan kun *Hypergravity* vihdoinkin kellistyi.

 @jarkkolinkosuonio

Jiri Kuusonen, Höhenrauss 7B (flash), Magic wood.

## Ahvenanmaan kehittämistöissä Anssi Laatikainen

**Anssi Laatikainen** on ollut tänä vuonna työn touhussa Ahvenanmaalla. Muutamat perhelomat luonnon kauniiseen saaristoon ovat olleet tuotteliaita kiipeilyn suhteen, sillä Laatikainen on löytänyt kiipeilykansan iloksi uusia alueita ja reittejä on avattu suuri määrä. Harja on siis viuhunut ja sammal saanut kyytiä.

Kaksi sektoria on nyt auki, Bonsai Land ja Hällö. Bonsai Land sijaitsee Djupviksgrottan eli tuttavallisemmin Grottanin kupeessa, melko lähellä Martikaisen sektoria. Hällö sijaitsee entisellä lossipysäkillä Hällön saarella. Bonsai Land on 27cragsin nettitopoissa .premium-puolella osana Grottania. Hällö löytyy julkisena ja reittejä sektorilla on 16. Hällön ja Bonsai Landin lisäksi Uusi Kasviken on yksi uusista sektoreista, jonne on avattu reittejä Laatikaisen ja Suomen kiipeilyn edistämisyhdistyksen eli SKEY:n toimesta. Se sijaitsee linnuntietä vain kolmen kilometrin päässä Kasvikenin sektorilta, mutta välissä olevan lahden takia tulee ajomatkaa noin 20 kilometriä. Sektorilta löytyy mm. tähtireitti nimeltään *Witness the Oldness*, 7B+.

Nykyään Grottanille saa (pienellä varauksella) ajaa Grottanin tietä pidemmälle, Hammas sektorin lähelle. Suosittelemme silti jättämään auton viralliselle kahvilan parkkikselle: pieni vaellus noissa kuvankauniissa maastoissa on upea kokemus ja hyvä alkulämpö. Mikäli Grottanille vievä tie ruuhkautuu, voi se optio olla pian poissa. Mikäli kuitenkin tuota tietä käyttää, tulee postilaatikkoon jättää pieni tietulli kiitokseksi tien käytöstä. Bonsai Landissa kiivetessä on hyvä pitää äänentaso kurissa, sillä släbeiltä on lyhyt matka viereiselle mökille.

Aivan ongelmatonta ei perheellisyyden ja sektoreiden avaamisen yhdistäminen ole. Laatikaisen mukaan reissut ovat enemmän perheen mökkireissuja, joissa siunaantuu kiipeilyä lapsen leikittämisen ja lomalla lepostelun ohessa. Kiipeilyä tietysti auttaa, kun molemmat vanhemmat ovat innokkaita kiipeilijöitä ja luonnossa samoilijoita. Pidempien päivien viettäminen ulkosalla ei siis ole perheelle välttämättä ongelma.



@Bagsie



Mathias Enklsson

Anssi Laatikainen

Anssi Laatikainen avaamassa Tachi 7B+ linjaa uudelle Bonsai Land sektorille Grottanilla.

Ahvenanmaalla riittää vielä potentiaalia uusille linjoille. Tässä vielä työn alla olevalta sektorilta hieno hankkiliinja Prefect 7A+ Kiipeilijä: Anssi Laatikainen.



Anssi Laatikainen

Vesa Mäkinen työstää *Witness the Oldness* (7B+) reittiä Ahvenanmaan Uudessa Kasvikenissä.



Anssi Laatikainen

Remains of a weakling, 6C+ antautuu Vesa Mäkisen käsittelyssä Uuden Kasvikenin sektorilla.

## Tampereen dynaaminen duo lähetysmatkalla Ruotsissa

Teksti: Jari Koski

Tamperelainen voimakaksikko **Paula Volotinen** ja **Tommi Lahtinen** kävivät länsinaapurissa syksyisellä kiipeilyreissulla. Matkalla harastettiin lähinnä boulderia, mutta helteiden vuoksi myös sporttia. Västervikin boulderalueella Paula kiipesi mm. reitit *Oreo* (7C) ja *Office stand* (7B+), ja Tommilla oli kotiin tuliaisiksi hänen ensimmäinen 8B greidin boulder!

Tommin kommentit:

"Käytiin boulderreissussa Västervikissä jo tämän vuoden huhtikuussa. Sillä reissulla mielessä oli

etupäässä toiset reitit. Satuttiin Björnblocketille samaan aikaan yhden Brittiseurueen kanssa, jotka työsti reittiä Hourglass. Silloin innostuin myös yrkkäämään ja sain yksittäiset muuvit koko lailla kasaan, mutta tällä reissulla loppui aika ja paukut kesken. Reitti sytytti heti kovaa ja syksyille piti varata uusi reissu. Nyt syksyn reissulla keskityin aikalailla kovasti tämän reitin projektointiin ja kolmannella sessiolla vikana reissupäivänä palaset sitten napsahti kohdalleen. Huippua saada tällainen klassikko kellestettyä ja tietty eka oma 8Bertta."

SUOMEN  
KIIPEILYLIITON  
JÄSENSEURAT OVAT  
TOIMINNAN  
KESKIÖSSÄ



Vuoden 2017 jääkiipeilyseikkailu Stora Sjöfallettiin oli epiikki, josta selviytyminen vaati rutkasti huumorintajua ja seikkailumieltä.

Kruxin historian ensimmäinen Venäjän reissu syksyllä 2018 oli menestys ja myös paikan isäntäväki otti kiipeilijät avosylein vastaan.

Kiipeilyliittoa ei olisi ilman sen jäsenseuroja. Suurin osa toiminnasta tapahtuu seurojen kautta tai vapaaehtoisvoimin – seurojen toimijoiden työpanoksella. Eri seurat painottavat erilaisia asioita. Ydinajatuksena on kuitenkin hyvä meininki, kiipeilyn edistäminen ja tietysti loistava kiipeily. Ja hei – hyvässä seurassa kiipeilykin on kivempaa!

## Ihan mieletön Kruxi!

Teksti: Saija Hakala

Kruxi eli koko nimeltään Lounais-Suomen kiipeilykerho Kruxi ry on ollut nykyisessä muodossaan toiminnassa vuodesta 1993 alkaen. Ennen kuin Kruxista tuli oma, itsenäinen seuransa, se toimi 80-luvulta saakka osana Suomen Alppikerhoa Länsi-Suomen alajaostona. Kruxi lukeutuukin Suomen vanhimpien kiipeilyseurojen joukkoon. Nykyään Kruxissa on noin 300 jäsentä, joista noin 40 on mukana ohjatussa junioritoiminnassa.

Kruxi järjestää tapahtumia, kiipeilymatkoja ja koulutusta, se antaa rahallista tukea niin harjoitteluun kuin kilpailemiseen sekä huolehtii access-asioista ja tekee yhteistyötä maanomistajien kanssa. Lisäksi Kruxilla on junioritoimintaa ja oma boulder-tila. Erityisen paljon Kruxin toiminnasta ja panostuksesta suuntautuu Kustaviin, joka satojen luo-

mureittiansä myötä on saavuttanut aseman yhtenä koko Suomen tärkeimmistä tradikiipeilyalueista. Kruxin voimin Kustavin kiipeilyolosuhteita on parannettu muun muassa rakentamalla talkoilla huussia ja saunaterasia sekä siivoamalla kiipeilykallioiden edustoja.

Kruxilainen kiipeily on monipuolista. Kulueneen vuoden aikana seuran järjestämien tapahtumien kirjoon on mahtunut mukaan boulderointia Turun lähikivillä, itsenäistä sisäkiipeilyä omalla boulderilla ja paikallisten yrittäjien tiloissa, tradikiipeilyä Kustavin lisäksi Bohuslänissä, sporttikiipeilyä Svetogorskissa, Venäjän puolella sekä jääkiipeilyä Kouvolassa. Kruxin tapa kiivetä on kerätä auto täyteen porukkaa ja lähteä reissuun! Useana vuonna Kruxi on myös järjestänyt jääkiipeilyopastusta jäsenilleen, minkä ansiosta moni on päässyt kokeilemaan ja innostumaan tästä vaikeasti lähestyttävästä lajista. Lisäksi Kruxi vuokraa jääkiipeilyvarusteita jäsenilleen, ettei aloittelijoiden tarvitsisi heti alkutöikseen sijoittaa satoja euroja harrastuksen aloittamiseen Etelä-Suomen epävakaisissa talvissa.

Seuran kattava toiminta on huomattu Turun ja koko Lounais-Suomen ulkopuolellakin. Kruxissa suhtaudutaan suurella ylpeydellä siihen, että jäsenistöä on tullut rikastamaan myös ulkopaikkakuntalaisia kiipeilijöitä, jotka



## LOUNAIS-SUOMEN KIIPEILYKERHO KRUXI RY

Perustettu vuonna 1993. Kotihallina toimii oma boulder-tila. 300 jäsentä, 40 mukana ohjatussa junioritoiminnassa

### TOIMINTA

- Ulkokiipeilyreissuja kesällä ja talvella
- Kaksi kertaa vuodessa omalla boulderilla boulderkisat jäsenille
- Keväisin kalliokiipeilyopastus, talvisin pidetty myös jääkiipeilyopastuksia

[www.kruxi.fi](http://www.kruxi.fi)

ovat oman paikallisen kiipeilykerhonsa lisäksi liittyneet myös Kruxiin voidakseen osallistua sen järjestämiin tapahtumiin ja matkoihin. Puhutaankin, että Kruxilla olisi ”alajaostoja” niin Helsingissä kuin Kuopiossakin. Varsinaisen maailmanvalloitus ei kuitenkaan ole kerhon prioriteettilistalla kovinkaan korkealla, vaan tavoitteena on saada erilaiset kiipeilijät löytämään toisensa.



## Kiipeilykerho Vertikaali 25 vuotta!

Teksti: Liisa Peltonen

Pirkanmaalaisen kiipeilyn sanansaattaja, Kiipeilykerho Vertikaali täyttää tänä syksynä 25 vuotta. Kiipeilykerho Vertikaali perustettiin vuonna 1993, kerhon toimittua ensin kolme vuotta Suomen Alppikerhon Tampereen alajaostona. Vertikaalin ensimmäisenä puheenjohtajana toimi vuorikiipeilijänäkin ansioitunut **Pekka Lylykorpi**. Alkuvuosinaan Vertikaali julkaisi omaa Huippu-lehteä, jossa kerrottiin päätähuimaavia tarinoita paikallisista kiipeilyroteista ja Vertikaalilaisten matkoista maailman huipuille.

25-vuotias Vertikaali on monipuolinen yleiskiipeilyseura. Kerhon alkuvuosina 1990-luvulla elettiin Pirkanmaalaisen kalliokiipeilyn kehittämisen kultavuosia. Uusia kallioita avattiin silloisen puheenjohtajan Pekka Lylykorven ja paikallisen kiipeilylegendan **Vesa Salosen** johdolla. Näinä vuosina luotiin pohja access-toiminnalle, yhdelle kerhon pitkäkestoisimmista perinteistä.

Pääosin sujuva yhteistyö maanomistajien kanssa on jatkunut 90-luvun alusta nykypäivään saakka. Vertikaali hoitaa Pirkanmaan alueella lupien lisäksi uusien reittien pulttamisen sekä kallioiden käyttömahdollisuuksien kehittämisen, tuoreimpana esimerkkinä Orivedelle avattu Karahonganvuori sekä Rämövuorelle yhteistyössä maanomistajan kanssa rakennettu parkkialue.

Vertikaalin pyrkii laajamittaiseen kiipeilyn kehittämiseen ja merkittävä osa kerhon taivalta on ollut jo vuonna 1997 aloitettu juniori- ja kurssitoiminta. Alkuvuosien juniorivalmentajana toimi Vesa Salonen ja harjoittelu tapahtui nykyisen Plevnan elokuvateatterin tiloissa sijainneessa Tammerkiipeilyssä. Vuosien saatossa toiminta on kasvanut muutamasta innokkaasta nuoresta jo liki viiteenkymmeneen junioriin. Junnuryhmiä on tarjolla useille eri taitotasolle ja toiminnassa olennaista on kokonaisvaltainen kiipeilytaitojen opetus. Junioreille opetetaan turvallinen ja vastuullinen kiipeilytoiminta sekä köysikiipeilyssä että boulderoinnissa. Edistyneempien junioreiden kanssa tehdään retkiä ulkokalliolle ja nuoret osallistuvat myös kilpailutoimintaan.

Kerhon jäsenistö on ottanut menestyksekkäästi osaa Suomen Kiipeilyliiton boulder-, jää-, nopeus- ja köysikiipeilykilpailuihin jo vuodesta 1992 lähtien. Vertikaali on niittänyt mitaleita jokaisella vuosikymmenellä, tuoreimpana **Paula Volotisen** köysikiipeilyn naisten SM-pronssi viime syksyltä. Kisareisujen lisäksi Vertikaali ylläpitää vapaamu-

## Vertikaali

### KIPEILYKERHO VERTIKAALI RY

**Perustettu vuonna 1993. Kotisali on Tampereen Kiipeilykeskus. Jäseniä yli 300, joista junioreita noin 50.**

#### TOIMINTA

- Junioreiden aloittelija-, jatko- ja treni-ryhmät
- Pirkanmaan alueen kiipeilypaikkojen access, pulttaus, siivous ja ylläpito
- Vuosittaiset köysi- ja mikstakiipeilykilpailut
- Tapahtumat, kuten Pinsiö on the Rocks
- Jäsenreissut esimerkiksi Fontsuun ja Bohusläniin
- Varuste- ja topolainaus jäsenille
- Monipuoliset kiipeilykurssit
- Vertikaalin toiminta perustuu täysin vapaaehtoistyöhön

<http://kiipeilykerhovertikaali.fi/>

toisempaa kilpailutoimintaa järjestämällä jäsenilleen vuosittaiset köysikiipeilykilpailut sekä leikkimieliset yläkädellä käytävät mikstakisat. Vuonna 2016 Vertikaalin aktiivit ideoivat Climbing Derby -tapahtuman, jossa kiivettiin kisamuotoisesti Pirkanmaan kallioilla jopa vuorokauden ajan. Vertikaali ojensi ylpeänä Derby-valtikan Kiipeilykerho Kiilalle, joka jatkoi hienosti alkanutta perinnettä järjestämällä kesän 2018 tapahtuman Kouvossa.

Historiansa aikana kerho on ylläpitänyt myös legendaarisen hikistä Hämeenpuiston keiviä. Tamperelaisten kiipeilysalien modernisoiduttua Tampereen Kiipeilykeskuksen myötä keivistä luovuttiin ja viimeiset vuodet Vertikaali onkin panostanut keivitoiminnan sijaan Pirkanmaalaisen kiipeilykulttuurin kehittämiseen sekä ulkokiipeilyn vaalimiseen.

Onnittelut 25-vuotiaalle Vertikaalille!



Tyttöjen kisafinaalin tunnelmia Vertikaan vuotuisista kiipeilykisoista.

Maria Nuottajärvi



Vertikaalilaisia starttaamassa Climbing Derby'n 12-tunnin sarjaan kesällä 2017.

Jere Toivanen

# SUOMEN ENSIMMÄINEN NUORTEN DRYTOOLING- JÄÄKIIPEILY- LEIRI

Teksti: Mira Alhonsuo  
ja Wilma Törvi  
Kuvat: Tapio Alhonsuo  
ja Pauliina Björk

Kansainväliseltä kiipeilyliittojen kattojärjestöltä UIAA:lta tuli uutisia viime keväänä. Oulu oli valittu ensi kauden nuorten jääkiipeilyn MM-kilpailupaikaksi. Se oli hieno uutinen ja siihen tartuttiin kunnialla. Keskusteluun nousi myös kysymyksiä Suomen juniorkiipeilijöistä: onko nuorille tarjottu mahdollisuutta kokeilla kiipeilyä hakkujen kanssa? Ehkä jäällä kyllä, mutta entä vanerilla? Mitä jos intoa tai kokeilunhalua löytyy, mutta ei paikkaa tai välineitä harastaa?

Tartuin puhelimeeni ja raapaisin heti FINICE:n projektitiimin Facebook-ryhmään viestiä: "Mietittiin Tapsan kanssa, että jos me järjestäisiin tornilla joku päivä junnuleiri, johon saataisiin mahdollisimman monta jääkiipeilystä edes jollain tavalla kiinnostunutta nuorta...".

Siitä se ajatus sitten lähti. Oulun kiipeilyseura (OKS-91), jonka junnutoiminta pyörii isolla palolla ja kokemuksella, tarttui viestiin ja antoi kaiken tuen leirin onnistumiselle.

Suomen ensimmäinen jää- ja draikkakiipeilyleiri nuorille järjestettiin 18.–19.8. Haukiputaan jäätornilla Oulussa. Ohjaajina leirillä oli jääkiipeilyn euroopan- ja maailmancuppeja kiertäneiden **Mira** ja **Tapio Alhonsuon** lisäksi OKS:n junnuohtajat **Markus Huhtala** ja **Oskari Peltovuori**. Leirin pääpaino haluttiin pitää vahvasti siinä, että halukkaat pääsevät kokemaan, mistä drytoolauksessa on kysymys. Kisoista toki mainittiin ja luvattiin tukea heitä, joita se edes ajatuksen tasolla mietittyy.

Paikalle saapui 8 nuorta, joista osalla oli hakkukiipeilystä kokemusta muutamia kertoja, osalla ei ollenkaan. Yksi nuorista, seinäjokelainen **Wilma Törvi**, saapui lauantaiamuna Oulun Caven bouldertiloihin, jossa leiri alkoi: "Innostus leiriä kohtaan heräsi heti, kun huomasin siitä ilmoituksen. Leiristä tuli hyvässä ajoin infoa ja odotukset olivat korkealla ennen viikonloppua. Saavuin Ouluun jo perjantaina ja pääsin yöpymään Markuksen luokse. Juttu luisti ja sain jo hieman tietoa leiristä ja jääkiipeilystä yleensä."

Leiri alkoi ohjatulla tutustumisella seitsemään erilaiseen tekniikkapisteseen. Niissä harjoiteltiin saidereita, undereita, hängejä, tutustuttiin erilaisiin otteisiin, ja esimerkiksi siihen, mitä intellekti transitio tarkoittaa. Lisäksi treenattiin mystisiä, ihmissolmuja muistuttavia figure-nelosia ja -yseyä. Oli upe-

aa nähdä, miten nopeasti nuoret oppivat. Hymyä, tsemppiä ja periksiantamattomuutta riitti.

"Kaikki jännitys kaikkosi heti, kun saavuin keiville ja tapasin muut nuoret ja ohjaajat. Toisten kanssa oleminen tuntui alusta asti luontevalta, eikä kukaan jäänyt yksin. Esittäydymme ja kävi ilmi, ettei kenelläkään meistä ole kovin paljon aikaisempaa kokemusta drytoolauksesta. Lähtötossomme oli siis lähes sama. Pian jo saimmekin hakut käteemme ja pääsimme koittamaan, miten ne käyttäytyvät seinällä. Aluksi oli haastavaa luottaa hakkuun, koska tuntuma oli niin erilainen kuin kädellä. Vedon suunta ja hakun asento vaati myös keskittymistä. Haasteellisinta oli figure-nelosen ja -ysin hahmottaminen, mutta siinäkin kaikki onnistuivat hienosti!", Törvi pohtii.

Kun tekniikkarastit sujuivat ja käsien vaihdot hakuissa näyttivät luonnostuvan, siirryimme Haukiputaan tornille. Siellä päästiin siirtämään tekniikkapisteiden liikeradat oikealle seinälle ja käyttämään fruiittareita, eli kevyempiä kärkiikkilisiä jääkiipeilykenkiä. Törvi pääsi kiipeämään Haukiputaan tornilla ensimmäistä kertaa:

"Torni näytti isolta auton ikkunasta. Sen juureen savuttaessa teki mieli vain ottaa hakut käteen ja lähteä kiipeämään. Oli todella hienoa päästä käyttämään kaikkea oppimaansa siellä! Erilainen tuntuma tuli kengistä. Toisin kuin oli tottunut, jalat pystyi asettamaan lähestulkoon mihin halusi. Jokainen pääsi kiipeämään molempia seinäiä ainakin kerran iltapäivän aikana. Taukoja tuli sopivasti toisten menoa katsellessa ja kannustaessa."

Päivän päätteeksi keskusteltiin vielä siitä, mitä nuorilla oli jäänyt hampaankoloon ja mikä oli kivaa. Kyseltiin toiveita seuraavan päivän ohjelmasta: mitä erityisesti olisi hauska tehdä? Ehdotimme Tapsan kanssa kisademoa, jossa käydään läpi, mitä kisatilanteessa yleensä tapahtuu: aina eristyksessä reittikatselmukseen, takaisin eristykseen ja siitä omaan kiipeilysuoritukseen (joka on yleensä vielä on-sight). Demo sisälsi vinkkejä siihen, miten reitin voi visualisoida päässä ja paperilla, ja miten omaan suoritukseensa voi valmistautua. Vinkeistä on hyötyä ihan minkä tahansa kiipeilyreitit tai projektin parissa.

"Seuraava päivä alkoi tuulisena, mutta aurinkoisena. Aloitimme päivän heti tornilta ja ennen seinille menoa lämmittelimme hyvin. Ottaen huomioon edellisen päivän normaalista poikkeavan urheilu-suorituksen, kehossa tuntui yllättävän hyvältä. Oli hienoa nähdä kaikkien edistys edellisestä päivästä. Pidimme "kisademon", jossa kaikki halukkaat kokivat, miten kisoissa toimitaan. Aluksi tarkastelemme reittiä jonkin aikaa ja saimme hyviä vinkkejä, miten reittejä kannattaa lukea ja kuinka ne voi painaa mieleensä. Eristyksissä meille annettiin hyödyllisiä neuvoja muun muassa odotusajalle ja jännitykseen. Olin ensimmäisenä vuorossa. Koko ajan fiilis pysyi hyvänä ja kiipeäminen sujui kaikilta vaivattomasti. Osa pääsi jopa koittamaan hänkkiä. Menoa hidasti kovassa tuulessa heiluvat jatkot, joita oli haastava klipata. Oli kivaa kokeilla "kisaamista" ja hienoa katsoa muiden kiipeämistä!"

Demokisa osoittautuikin menestykseksi, jossa nuoret ylittivät itsensä ja kiipeivät upeasti toisten tsempeissä. Liiditaitoiset haastivat jopa itsensä kohtaamaan jyrkän katon, niin kutsutun Härski Hänkin. Oli upeaa katsoa nuorten sisukkuutta! Demokisan jälkeen meillä oli vielä muutama tunti aikaa, joka käytettiin vapaaseen kiipeilyyn. Monet halusivat yrittää vielä päästä mahdollisimman ylös loivasti hänkkäävällä Dark Hänk -seinällä, Törvi mukaan lukien: "Viimeisillä tunneilla kiipeimme isolla seinällä. Ylitin itseni kiipeämällä sen ensimmäisellä yrityksellä lähes toppiin. Oli hienoa kiivetä muiden kannustaessa. Mietin joka otteella, etten enää pysty jatkamaan, päätin koittaa uudestaan ja uudestaan kunnes ote ei enää kerta kaikkiaan pitänyt. Lopuksi kävimme läpi, mitä kaikki olivat oppineet. Itse opin paljon välineistä ja niiden käytöstä. Oivalsimme myös, etteivät otteet seinällä parane ha-



kun vartta puristamalla. Oli upeaa, miten kaikki kannustivat toisiaan koko viikonlopun ajan! Kukaan ei ollut leirin päätteeksi heittämässä hakkuja nurkaan."

Leiri kokonaisuudessaan oli hyvin onnistunut, ja itselleni se oli yksi kesän kohokohdista. Oli ilo jakaa vuosien aikana oppimani vinkit ja tekniikat jääkiipeilystä sekä nähdä, miten ne otettiin vastaan ja kuinka nopeasti taidot omaksuttiin. Iso kiitos kaikille, jotka olitte auttamassa leirin suunnittelussa ja toteutuksessa, sekä nuorille huikeasta viikonlopusta! Keep on tooling!



## KILPAILUT ///

# Youth A/B SM-kisat ja Kids A/B Boulder mestaruuskilpailut

Boulderkeskus Espoo 15.9.2018

Teksti: Inka Gysin Kuvat: Samuli Tiainen

Youth A/B SM-kisat ja Kids A/B Boulder mestaruuskilpailut 2018 järjestettiin Boulderkeskus Espoossa 15.9. Kisapäivänä tehtiin historiaa, sillä kyseessä oli ensimmäinen kerta, kun Youth A/B -sarjat saivat viralliset SM-kilpailut! Paikalla kilpailemassa oli lähes 70 junnua.

### TULOKSET

#### Youth A-tytöt:

1. Laura Loikas
2. Nea Tuohimaa
3. Saana Pihlatie

#### Youth A-pojat:

1. Veikka Volotinen
2. Viljami Tuomisto
3. Albert Cuny

#### Youth B-tytöt:

1. Heta Mattila
2. Inka Kivimäki
3. Wilma Savonen

#### Youth B-pojat:

1. Joonas Salmi
2. Ilmari Piironen
3. Elias Haavisto

#### Kids A-tytöt:

1. Tilda Kuikanvirta
2. Sayaka Suzuki
3. Sinja Kuusenmäki

#### Kids A-pojat:

1. Hugo Talvisalmi
2. Elias Rintamäki
3. Benjamin Kurki

#### Kids B-tytöt:

1. Jessica Knífsund
2. Lotta Einiö
3. Sara Somerkallio

#### Kids B-pojat:

1. Aaron Rantanen
2. Eemeli Nuutinen
3. Vilho Talvisalmi



Päivässä nähtiin upeita suorituksia ja tiukkaa taistelua joka sarjassa. Onnittelut kaikille voittajille!

# Climbing Derby Kouvola 2018

Mäyriän virkistysalue, 4.–6.8.2017

Teksti: Sarianna Rantanen, kisatoimitsija sekä team "Nutturat Suorassa"

Climbing Derby järjestettiin kaksi ensimmäistä vuottaan Pirkanmaan kallioilla, kunnes Kouvolan Kiipeilykerho Kiilan **Ossi Tapanainen, Jussi Pöyhönen, Sami Nöjd ja Henkka Martiskainen** saivat vuoden 2017 kisan jälkeisissä saunatunnelmissa Tamperelaisen Kiipeilyseura Vertikaalin kisatoimikunnalta kopin järjestää tapahtuma seuraavana vuonna Kouvostoliitossa. Siitä ajatus syntyi, ja syyskuussa oli jo kasassa kymmenkunta innokasta toimitsijaa suunnittelemassa "betoniakin kovempaa" kiipeilykisa.

Kouvola Derby 2018 kisattiin erittäin helteisissä, jopa voisi sanoa, että Suomi-kiipeilylle poikkeuksellisissa olosuhteissa. Lämpöä päivällä oli parhaimmillaan 29 astetta ja hiki virtasi jo pelkästään kisatoimistossa istuessa kallioilla kapuilusta puhumattakaan. Kilpailijoiden stamina oli suorastaan ihailtavaa ja kiipeilyksi tuli huikean paljon reittejä!

Karnevaalitunnelma oli tapahtumalle muodostunut jo menneinä vuosina, eikä sitä puuttunut tälläkään kertaa. Kisailijoiden asut olivat nauruhermoja kututtelevia, mukana nähtiin niin trikoonissejä, intiaaneja, yksisarvisia, hawaiji-tyyppisiä, cheerleadereita kuin pelkissä speedoissa kisaavia uskalikkojakin.

24h-sarjan kisapasseja alettiin jakaa perjantaina klo 17 ja tähän mennessä kisakylään oli saapunut jo hyvä määrä iloisia kisailijoita. Heille annettiin kisapassien yhteydessä kisapaita ja -tarrat, sekä sponsorin lahjoittamat proteiinipirtelöt. Ennen lähtömerkkiä käytiin läpi säännöt ja turvallisuusasiat Pöyhösen

## Climbing Derby Kouvola

Kouvolan seudun kallioilla 27.–29.7.

**JÄRJESTÄJÄT:** Kouvolan Kiipeilykerho Kiilan jäsenet

**KISAKYLÄ:** Virtakiven Sauna

**KALLIOT:** Harju, Louhos, Mielakka ja Revenne, yhteensä 108 reittiä, joista hieman yli puolet sporttia

**OSALLISTUJAT:** 6 joukkuetta 12h-sarjassa, 16 joukkuetta 24h-sarjassa

Jussin kääntäessä ne englanniksi myös ulkomailta saapuneille joukkueille. Pian leikattiin poikki lähtöviivan starttinauha ja riemukas joukkio ryntäsi autoilleen lähtien hajaantumaan pitkin neljää kisakalliota. Näyttävin lähtö oli "My little pony"-joukkueen yksisarvisasuun pukeutuneiden "unicorn"-pakulla, jonka sivuikkunoista pulpahteli saippuakuplia ja keulassa komeili mialtavat huiskat sekä upea sarvi.

Kovaa ruuhkaa ei juurikaan kallioilla syntynyt ja tunnelma oli leppoisa ja hikinen. Ken ei aikaisemmin ollut näillä seuduilla kiipeilyt, sai hyvin pian tuta, että Kouvolan greidauks on aika "napakka". Mutta ainakaan toimitsijoille saakka ei kantautunut tietoa sen suuremmista epikeistä. Eräs speedoissa kisaava paikallinen joukkue tosin unohti heti alkuunsa kisapassinsa toimistolle, kiipesi myöhemmin vahingossa kaksi kisareitteihin kuulumatonta linjaa ja kaksi reittiä tuli kavuttua tuplasti, kun itsehty yläköysiankkuri jäi ottamatta kakko-selta mukaan.



Kuusaan Louhos, vasemmalla Port-to. 5+ ja oikealla Esifleikki, 5.

Yö meni kisatoimistolla huvattomissa tunnelmissa valvoen, eikä Virtaven saunan tarjoilemalla mukkealla aamupalalla välytty toimitsijoiden väsyneiltä tirskahteluilta. Kiipeilijät suorittivat reittejä vielä pitkin yötä otsalampujen valossa. Heinäkuinen yö oli kaunis ja lämmin sekä tarjoi mahdollisuuden erikoiselle kuunpimennykselle, "verikuulle", mutta valitettavasti havainnot taisivat jäädä sangen vähäisiksi.

Kello 6 starttasi 12 tunnin -sarja ja jo aamu en teili uutta helteistä päivää. Anivarhainen lähtö oli huomattavasti verkkaisempi kuin edellisellä iltana alkanut mitteli. Kisaajat kurvasivat kohti vielä aamuauringossa kylpeviä tai jopa edelleen varjossa olevia sektoreita. Kiipeilykamojen kilke kävi kaltseilla, kun kisailijat yrittivät saada suoritettua mahdollisimman monta reittiä ennen keskipäivän paahdetta.

24h-sarjan kisailijoilla alkoi tässä kohtaa päivää uni painaa ja monet pitivätkin päivän kuumimpaan aikaan siestaa ja ruokatauko. Reventeellä kuultiin erään joukkueenpuolikkaan suusta viisaat sanat: "Näät kisat voiteetaan syömällä ja juomalla hyvin". Sanonta piti osaltaan paikkansa, sillä allekirjoittanut törmäsi kyseiseen kiipeilypariin kaltseilla useaan otteeseen ja joka kerralla olivat eväät esillä tai kattila kuumenemassa.

Varmasti eniten aikaa joukkueet viettivät Reventeellä, josta löytyi peräti 38 kisaan kuuluvaa reittiä laajalla vaikeustasolla – kaikkea väliltä 4–7c. Vähiten kiivetty oli Mielakka, jossa reittejä oli 12. Aurinko paahtoi seinämään aamusta iltaan, joka sai aikaan yhdistelmän hikiset kädet ja liukas kivenlaatu. Nämä ominaisuudet eivät houkuttele tekemään urotekija.



24h sarjan startti



Antti Loiske



Joona Siipi



Joona Siipi

Parhaista parhaat

## Ja palkinnot menivät...



### 24H SARJA

1. Ei voi laittaa verotukseen, 58 reittiä, 233 p. Johannes Kärkkäinen ja Antti Liukkonen
2. Köydenviemää, 51 reittiä, 200 p. Juha-Heikki Henttonen ja Henri Arjanne
3. Släbäkärpät, 50 reittiä, 196 p. Henkka Martiskainen ja Sami Nöjd

### 12H SARJA

1. Team 6A, 32 reittiä, 128 p. Esa Kurri ja Jussi Pöyhönen
2. Team Soikka, 23 reittiä, 91 p. Sonja Nybonn ja Ilari Kurri
3. Finaaliin asti, 12 reittiä, 42 p. Henry Laakkonen ja Pasi Nöjd

### MUUT JAETUT PALKINNOT:

**ENSIMMÄISENÄ TAKAISIN LÄHTÖVIIVALLA:**  
My little pony: Mira ja Tapio Alhonsuo

### KISASTARTTIIN VIIMETINGASSA EHTINEET:

Kitkaton: Kasperi Hietala ja Tommi Svanbäck (palkittiin kelloilla)

### EKOTEKO-PALKINTO:

Bouldersaimaan Ekoteam: Onni Hämäläinen ja Tuomo Lankinen (polkivat polkupyörillä kaikki matkat - 260 km!)

### SOLIDAARISUUS-PALKINTO:

Team Soikka: Sonja Nybonn ja Ilari Kurri (Lainasivat trädikamaa toiselle joukkueelle reitin turvallisesti suorittamiseksi)

### TSEMPPAUS-PALKINTO:

Nutturat Suorassa: Katariina Tirkkonen ja Sarianna Rantanen (Tsemppasivat muita joukkueita kannustushuudoin ja tanssein)

### “PARINVAIHTO”-PALKINTO:

Elämäntapahtiaanit: Päivi Lappalainen, Samuli Tiainen ja Jukka Parantainen (kiipesi “yksin” 24 tuntia ja vaihtoi paria lennossa)

### BEST PARENTS AND BABYSITTERS-PALKINTO:

Parent Power: Hannah O'Brien ja Marcus Edvinsson and Kurkku-1, Veera Räisänen ja Kristian Järvenpää (climbing trip with little baby and kid, awesome job!)

### AHKERIN KISAN TOIMITSIJA:

Heidi Viiru

Elämäntapahtiaani Päivi Lappalainen Reventeellä

Mikael Orkomies Reventeevuorella

Kisa-aika loppui lauantai-illalla kello 18 ja uupuneet, ehkä hieman auringossa kärvähtäneet kisailijat valuivat hikisinä ja ryönäisinä maaliin luovuttamaan kisapassinsa. Tästä alkoi toimitsijoiden todellinen työ, eli pisteiden lasku. Saimme todeta, että yksinkertainen yhteenlaskukin voi olla univelkaisille suuri haaste. Pojot saatiin kuitenkin ynnäiltyä paremmin nukkuneiden suosiollisella avustuksella. Tällä aikaa kisakansa tiristi nahkaansa saunassa ja pääsi pulahtamaan ihanan vilvoitetaan Kymijokeen sekä nauttimaan ruokatarjoilusta. Palkintojen jaon jälkeen ilta jatkui pikkutunneille saakka legendaarisia kiipeilytarinoita kertoillen. Climbing Derbyä on tarjottu järjestettäväksi Lounais-Suomen suunnalle ensi vuonna, nähtäväksi jää, otetaanko haaste vastaan.

Joona Siipi



Karnevaalitunnelmaa



Joona Siipi

Koko kisasakki

”BoulderSaimaa on luonnollisesti tarttunut haasteeseen ja lähettää paikalle kaksi joukkuetta. Sanna ja Timo muodostavat kiipeilyparin, joka starttaa matkaan perjantaina illalla klo 18 Kouvolan aikaa. Tämä köysistö osallistuu siis 24h sarjaan liikkuen tuulen lailla pitkin kaakonkulman kallioita ja metsiä kiiveten sujuvasti niin sporttia kuin trädiiä. BoulderSaimaan joukkueista tämä on ehdottomasti se, jonka harteille on lastattu joukkueidemme urheilullisen menestyksen raskas taakka.

Kiipeilyaikataulun suunnittelu on tärkeä osa kiipeilytaktiikkaa. Siksi jätimme sen muille joukkueille ja keskityimme Onnin kanssa lähinnä suunnittelemaan mukavan pyöräreitin Voikkaalle. Luvassa perjantailla on 110 km rauhallisia maalaisteitä yön hämärissä.

Toinen joukkueemme muodostuu siitä mitä jäljelle jää, kun ensin rivistöstä valitaan parhaat urheilulliset avut kuten ylästeen pesispelissä konsanaan. Joukkueen muodostavat siis yleisosaaja Onni & kiipeilypääliikkö Tuomo. Toisen joukkueen tukiranka muodostuu allekirjoittaneen pienestä kokemuksesta niin köysikiipeilystä kuin pyöräilystä. Pyöräilykokemus saattaa tulla tarpeeseen, sillä tämä joukkue tulee nimit-

täin liikkumaan koko tapahtuman ajan polkupyörällä.

Matka alkaa osaltamme myös perjantai-iltana, kun BoulderSaimaa suljetaan klo 21. Siitä alkaa noin 110 km matka kohti Voikkaan Virtakiven leirintäaluetta pyöräsaattueen taitaessa matkaa arviolta noin 4–5 tuntia. Pienen iltalenkin jälkeen onkin mukava kasata teltoa ja ottaa parin tunnin lepo ennen lauantai-iltana klo 6 alkavaa kiipeily/pyöräilykoitosta, jossa ajellaan ja kiipeillään seuraavat kaksitoista tuntia pitkin poikin Kouvola ja Iittiä.

Sanna ja Timo sijoittuivat tapahtumassa hienosti kuudenneksi 30 reitillä ja kävipä tuo köysistö vielä sunnuntainakin kiipeilemässä, kun voimaa ja intoa oli yhä 24 tunnin kiipeilyn jälkeen. BS:n pyöräitiimi eteni koko viikonloppuun varsin iloluonteisissa tunnelmissa (kuten instan live-lähetyksiä seuranneet saattoivat ehkä huomata) ja plakkariin kertyi 42 h aikana noin 260 km pyöräilyä, 16 köysireittiä ja aavistuksen liian vähän unta. Superhauska viikonloppu!”

–BoulderSaimaan Eko-tiimi **Tuomo Lankinen** ja **Onni Hämäläinen** sekä edustusjoukkue **Sanna Leppänen** ja **Timo Partanen**

# Junior ja youth PM-boulderkilpailut

22.–23.9.2018 Helsinki

Teksti ja kuvat: Nora Isomäki

Pohjoismaiden juniorien ja youth-luokkien boulderkilpailut järjestettiin Helsingissä 22-23.9.2018. Järjestäjinä olivat Kiipeilyurheilijat, Kiipeilyareena, Suomen Kiipeilyliitto ja Suomen Urheilukiipeily.

Suomalaiset menestyivät upeasti. Muun muassa Youth A ja Youth B pojissa tuli kultaa **Veikka Volotisen** sekä **Joonas Salmen** toimesta!

Suomalaisten sijoitukset kussakin sarjassa (kolme parasta mainittuna):

## Youth A Boys

1. Veikka Volotinen, Projekti ry (Jyväskylä)
- ...
4. Viljami Tuomisto, BK Climbers ry (Helsinki)
10. Erik Valkila, BK Climbers ry (Helsinki)

## Youth A Girls

- ...
4. Nea Tuohimaa, Kruxi ry (Turku)
6. Laura Loikas, Kiipeilyurheilijat ry (Helsinki)
11. Saana Pihlatie, Kiipeilyurheilijat ry (Helsinki)

## Youth B Boys:

1. Joonas Salmi, Tapanilan Erä ry (Helsinki)
2. Ilmari Piironen, Kiipeilyurheilijat ry (Helsinki)
- ...
7. Elias Haavisto, Kiipeilyurheilijat ry (Helsinki)

## Youth B Girls

- ...
8. Inka Kivimäki, Kitka ry (Lahti)
14. Heta Mattila, Kiipeilyurheilijat ry (Helsinki)
17. Wilma Savonen, Kiipeilyurheilijat ry (Helsinki)

## Juniors Boys

- ...
5. Alekski Mikkola, BK Climbers ry (Helsinki)

Kilpailun kaikki tulokset löydät täältä: <https://www.problemator.fi/comp/youthp2018>

Onnittelut hienoista sijoituksista kaikille!



Youth B Pojat  
voittaja Joonas Salmi  
Tapanilan Erä ry  
(Helsinki)



PM juniori Pojat 5.  
Aleksi Mikkola  
BK Climbers ry (Helsinki)



Youth B Tytöt  
vasemmalla Inka  
Kivimäki Kitka ry (Lahti)  
ja oikealla Ruotsin  
edustaja





Paul Eaves kiipeää Mikael  
Uposen avaamaan  
Fallos-reitin, 6A+, Bois  
Rond Aubergessa.



# FONTSU



Teksti: Tarja Vilén  
Kuvat: Mikael Uponen,  
Jenni Lahtinen,  
Anthony Gullsten

Mikael Uponen  
lähettää Multipass  
7B:n Drei Zinnen  
-sektorilla ja Paul  
Eaves spottaa.

## BOULDEROIJAN MÄRKÄ UNI

Sesonkiaikoina syksyllä ja keväällä Ranskan Fontainebleaun, eli Fontsun, boulderalueet täyttyvät joka puolelta maailmaa saapuvista kiipeilijöistä. Myös suuri joukko suomikiipeilijöitä löytää tiensä näille maagisille hiekkakiville. Mikä tekee Fontsusta sitten niin erityisen, että vuosi toisensa jälkeen kiipeilijät uhraavat lomansa paikalle?

Fontsun kivilaatu on ensiluokkaista ja tarjoaa

hyvät kitkat sekä pienet tekniset jalkaotteet. Vannoutunut sisäkiipeilijä saattaa yllättyä, kun seiniltä tuttuja valtavia elefantinnahkotteita löytyykin melkein jokaisesta kivistä. Muodoissa luontoaiti on todella pistänyt keihin parasta mielikuvitustaan.

Täällä, jos missä, jalkatekniikka kehittyi nopeasti. Aluksi saa tottua jatkuvaan jalkojen lipsumiseen ja minimaalisten jalkaotteiden etsimiseen ennen kuin alkaa painaa jaloillaan

oikein. Kokenutkin kiipeilijä oppii Fontsussa paikkansa, kun 3A:n reitti ei avaudukaan.

Fontsusta löytyy loputtomasti uutta avattavaa ja nykyiset reittien määrät pyörivät jossain 30 000:ssa. Alueita on yli 270 ja Fontsun erikoisuutena on pääosin noin 30–50 reitistä koostuvat 250 eri circuittia, joiden numerot on maalattu kiviin eri väreillä tason mukaan. Muuan suomalainen **Nalle Hukkataival** selvitti tiettävästi ensimmäisenä ja tähän mennessä ainoana Fontsun Cuisinieren mustan circuitin, joka sisältää 34 reittiä 6A:sta päättyen 8A:n legendaariseen Duelin släbiin.



Yllä: Inka Gysin ja Hanna Vartia lämmittelevät Bas Cuvierissa.  
Oik.: Tuomas Aarveuo reitillä Le SurPlomb Feuilleté, 7A, Isatiksessa.



## Hiekkarantoja ja satumetsiä

Jos numerot eivät riitä vakuuttamaan siitä, miksi Fontsu on ulkoboulderoinnin ykköskohde, niin todettakoon, että kaikki kiipeily tapahtuu satumaisessa metsässä, usein täydellisen pehmeillä hiekka-alastuloilla. Monet alueet ovat yhtä valtavaa tasaista hiekkarantaa, jossa meren sijaan hiekasta on noussut valtavia kivirykelmiä.

Sadepäivinä pelkkä alueiden kiertely tarjoaa tarpeeksi elämystä ensi kertaa Fontsuun matkaavalle. Tämä onkin hyvä, sillä monilla sektoreilla hiekkakivi on niin herkkää, että sen tulee kuivua päivän tai kaksi sateiden jäljiltä. Kaudet vaihtelevat paljon ja Fontsun huono puoli onkin sateet. Kiipeilyturistia ei paljoa naurata, kun kuudesta kiipeilypäivästä viitenä sataa ropisee.

## Pyhää kiveä

Fontsussa tulee kunnioittaa kiveä ja ennemmin jättää kiipeämättä, jos yhtään epäilee kiven kosteutta. Kukaan ei halua bleausardien, eli paikallisten fontsu kiipeilyn kehittäjien, pyhää vihaa päällensä.

Mankan käyttö kannattaa pitää minimissä ja harjata reitit kiipeilyn jälkeen pehmeällä harjalla. Valitettavasti monilla klassikkoalueilla, kuten Isatiksessa, Bas Cuvierissa tai Elephantissa löytyy hajooneita tai lasittuneita reittejä. Jotakin reittejä on myös tahallisesti chipattu, sillä chippaus, eli otteiden muokkausta, pidettiin käypänä käytöksenä aina 80-luvulle saakka. Sittemmin se on kielletty jyrkästi kaikkialla.

Kiipeily Fontainebleaussa alkoi jo 1874, kun the Club Alpin Francais, järjesti ensimmäisen kiipeilyssession Fontsussa harjoitellakseen Chamonixin alppikiipeilyä varten. Fontsun Bas Cuvierista löytyykin maailman ensimmäinen 6A,



Marko Lahtinen, Flora, 7c+, Vallée Casse-Pot.



Marko Lahtinen, Big\_boss, 7c, Cuvier rempart.

*La Marie-Rose*, jonka avasi **René Ferlet** vuonna 1946. Samalla sektorilla sijaitsee muitakin maailman ensimmäisiä, kuten *L'Abattoir*, jonka uskotaan olevan maailman ensimmäinen 7A.

### Kyläidylliä ja leipomoita

Kiipeilyn lisäksi ranskalaiset leipomot ja ruokakulttuuri tuskin jättävät ketään kylmäksi. Kyläidylliä ravintoloihin ja kauppoihin tarjoaa erityisesti Milly-la-Forêt ja Barbizon. Fontsun alueelta löytyy useampi Michelin-tason ravintola esimerkkinä *L'Axel*, *La Table du Parc* ja *L'Ermitage Saint-Antoine*.

Fontainebleaun keskustasta löytyy kiipeilykauppa *S'Cape* ja renesanssiajan suuri palatsi. Muitakin perinteisiä turistiaktiviteetteja ja nähtävyyksiä löytyy, mutta ennen kaikkea kiipeilyssä ei ole Fontsun voittanutta.

*27Crag*sin *Premium*issa löytyy tällä hetkellä kaikki Fontsun pääalueet ja tulevalla kaudella *topot* täydentyvät monilla uusilla alueilla sekä reiteillä. *Allekirjoittaneen ja kuvaajan fontsu- ja muita kiipeilyseikkailuita voit seurata Instagramissa @weak\_fingers*.



## Fontainebleau

### MISSÄ

Noin tunnin ajomatkan (57 km) päässä Pariisista kaakkoon.

### MITEN

Helsingistä lento Pariisiin (esim. Finnair ja Norwegian). Pariisissa on kaksi kenttää, joista Orly on noin 45 minuutin ajomatkan päässä ja Charles de Gaulle 1,5-3 tunnin ajon päässä riippuen ruuhkista. Monet varaavat ennakkoon vuokra-auton kentältä. Auto on Fontsun navigoinnissa välttämätön, sillä alueet sijaitsevat jopa 40 minuutin ajomatkan päässä toisistaan.

### KIPEILYKAUSI

syyskuu-toukokuu, parhaat kuukaudet usein lokakuu ja maaliskuu. Kesäkuukausina on mahdollista kiivetä, mutta menee hellekiipeilyksi. Joulukuu-tammikuu usein sateisia.

### MAJOITUS

yleisin tapa majoittua on vuokrata asunto tai mökki, eli ranskalaisittain *gîte*. Parhaimmat kylät ovat Milly-la-Forêt, Arbonne-la-Forêt, Barbizon, Nemours ja Larchant. Majoitusta löytyy esimerkiksi *airbnb.com*, *booking.com* ja *gites-de-france.com* -sivustoilta. Leirintäalueita esimerkiksi *La Musardière* ja *Ile de Boulancourt*. Ilmaisleirintäalue *Bourron-Marlotte*n kylässä ja ilmainen huoltopiste asuntoautoille sijaitsee lähellä Milly-la-Forêtia.

### TOPOT

*27Crag.com* (.premium) ja *bleau.info*. Parhaimmat topokirjat: *Fun Block*, 7+8 ja 5+6.

### ACCESS

Ota luonto ja muut liikkujat huomioon. Älä roskaa tai riehu. Fontsun hiekkakivi on hyvin herkkää ja kuivuu hitaasti. Erityisesti Elefantin kivet rikkoutuvat helposti, joten alueen kannattaa antaa kuivua vähintään päivän sateen jälkeen. Nopeimmin kuivuvia alueita ovat 95.2, 91.1. *Rocher Fin*, *Apremont*, *Drei Zinnen* ja *Canche aux Merciers*.

### ERITYISTÄ

Fontsun greidit ovat kovia ja reittejä löytyy aina 1A:sta lähtien. Melkein kaikilta alueilta löytyy eritasoisia circuitteja. Vaikeusasteet ovat keltainen noin 1A – 3C, oranssi 2A – 4B, sininen 3C – 5C, punainen 4C – 6C, musta 5B – 7A ja valkoinen 6B+ – 7C+. Lisäksi seikkailucircuitteja ja lasten circuitteja.



Weak Fingers -kiipeilytiimi on lähdössä tänä syksynä uudestaan reissuun Fontsuun.

## Weak Fingers – on the road

Viime kaudella väniseikkailimme Fontsuussa kaikkiaan 3,5 kuukautta. Kiipeilyväneily on Fontsuussa suhteellisen leppoisaa ja parkkipaikoilta löytyy lähes aina muita väniläisiä, joiden kanssa voi vaihtaa kokemuksia ja kiipeillä. Jos kuitenkin kaipaa vähänkään omaa rauhaa, ei kannata suunnata Isatksen parkkipaikalle.

Kausi alkoi Fontsuussa tänä vuonna suhteellisen myöhään maaliskuun puolessa välissä. Euroopassa kaikkiaan viime talvikausi oli poikkeuksellisen kylmä ja piti vänyksikkömmä Espanjassa huomattavasti pidempään kuin toissa kautena. Jopa Espanjan uuteen bouldernousijaan Alcañiziin tuli muutamaksi viikoksi liian kylmä ja kävimme lämmittelemässä Etelä-Espanjan Crevillentissä pahimman kylmysjakson.

Maaliskuun loppu ja huhtikuun alku tarjosivat kuitenkin hyvät kiipeilykehit ja lukuisat suomikiipeilijät löysivät tiensä Fontsuun. Kovaa kevätflunssaa lukuun ottamatta kaudesta jäi paljon hyviä muistoja.

Fontsukauden uusiksi suosikkialueiksi muodostuivat Apremont Envers ja Apremont Desert. Toissakautta enemmän kiipeilytiimimme keskittyi uusien reittien availuun ja 27Cragstopojen kehittämiseen. Millyn lähellä sijaitsevasta uudesta uimahallista löysimme hintavan saunan, jossa kelpasi juhlistaa vappua.

## 3 x Suomikiipeilijä Fontsuussa

1. Miksi Fontsuun kannattaa suunnata boulderreissulle?
2. Miten reissuun kannattaa valmistautua (treeni)?
3. Parhaimmat fontsumuistot?
4. Vinkit fontsumatkan järjestelyihin?
5. Parhaat reitit ja lyhyet perustelut



**INKA GYSIN, 32,**  
kiipeillyt 7 vuotta, taso max. 7B+

1. Fontsu on boulderoinnin Mekka, josta löytyy jokaiselle jotakin – ja se jokin on timanttia. Kivenlaatu, ongelmien määrä, metsän kauneus ja helpot lähestymiset tekevät Fontsuusta täydellisen. Plussaa tuovat majoituspaikkojen monipuolisuus ja läheisyys sektoreihin sekä tietysti mainiot ranskalaiset elintarvikkeet viineistä puhumattakaan. Jos sadetta olisi hitusen vähemmän olisi arvostelu 6/5.

2. Fontsun tyyli on omalaatuinen ja erilainen kuin meillä Suomessa. Ongelmana on usein toppaaminen, eli epämääräisellä manttelilla hyljetyliin suoritettu möngerrys täysin pyöreän kivenmurikan päälle. Kannattaa pitää ojentajat siis kunnossa. Sloupperiteknikka, tasapaino ja luoto jalkoihin on myös tärkeää. Tekniikkatreenillä saaneekin parempia tuloksia kuin Moonboardin voimatreenillä.

3. Kiipeilyreissuilla suoritusta tärkeämmäksi muodostuu aina se porukka ja meininki. Ensimmäinen matka Fontsuun oli viiden aloittelijan hurvittelumatka, jossa yritettiin parhaamme kiivetä, mutta enemmän syötiin mantelicroisantteja ja naurettiin. Toisella reissulla oli jo vähemmän keltanokka, mutta naurua tai croisanttien määrää se ei vähentänyt. Hienoimpana mieleen jäi yhdessä porukalla kierretty Sabotsin oranssi circuiti, joka sai rakastumaan circuiti-kiipeilyyn.

4. Pääsiäisenä on ruuhkaa, joten varaa majoitukseksi hyvissä ajoin. Kannattaa katsoa karttaa kiipeilysektoreista samalla kuin etsii majoitusta. Lennoissa paras kenttä on Orly: sieltä on lyhyin ja kätevin matka Fontsuun. Pädejä voi vuokrata paikan päältä, mutta olemme itse ottaneet aina omat mukaan. Varmista, että pädisi mahtuvat myös vuokra-autoosi. Syö: Speculoosia ja tuoreita leipomotuotteita. Juo: paikallista viintä. Lepopäivänä: käy vierailulla Fontainebleau kauniissa kylässä. Pariisiinkin voi lähteä päiväreissulle junalla. Ota mukaan: hyvää porukkaa sekä hyvää fiilistä - suorittamisen voi jättää sikseen ja vaan ilakoida mitä ihmeellisimmillä reiteillä.

5. Parhaat reitit tasolla 5–6  
*La Marie-Rose, 6A, Bas Cuvier.* Fontainebleau ensimmäinen 6A. Reitti on lasittunut ja tämän takia greidiään hankalampi, mutta ehdottomasti vierailun arvoinen. Linja antaa onnistumisen tunteen, kun sen vihdoinkin selättää! Ja mistäs sitä tietää, jos se menisikin fläshinä. Haaste on heitetty!

*Le Flipper, 6B, 91.1* Voimallinen upea ilmestys,

joka näyttää luonnottomalta jääkaappipakastimelta keskellä hienoa hiekkalaatikkoa. Kiven jokainen muuvi on oma eräottelunsa. Aluksi on vaikea löytää oikeat asennot leveän otteen kompressointiin, mutta kun ne löytyvät niin yksittäiset muuvit eivät olekaan enää niin vaikeita.

*L'Angle Allain ja L'Angle Allain est, 6A, Cuvier Rempart.* Reitit ovat alkuun aikamoista kikkailua varsinkin sisäkiipeilyyn tottuneelle. Herkät jalkikset, sekä kallistuva ja kaunis kantti.

*La Voie Michaud, 6C, Éléphant.* Kaunis kuin mikä ja hienot herkät muuvit! 5/5

*Duroxmanie, 6C, Cuvier Est.* Timakka, voimallinen, mutta tasapainoa vaativa kaunotar ottaa ja myös antaa.

Plussana Sabotsin oranssi circuit (greidit 3-4, mutta älä anna sen hämätä, reittejä on 42)! Täynnä helmiä. Jos jollain oppii kiipeilemään on se circuiti-kiipeily: et voi valita vain oman tyylisiäsi reittejä tai vain matalia/ korkeita/ krippejä/ släbejä. Saat kaiken.

**TUOMAS AARREVOO, 42,**  
kiipeillyt 8 vuotta, taso yli 7

1. Kivien määrä ja muodot sekä reittien laatu on aivan ainutlaatuisia. Ja tietenkin myös patonki ja juustot. Fontsuusta löytyy loputon määrä todella hienoja reittejä kaikissa greideissä. Jos pitäisi valita vain yksi paikka, jossa saisi kiipeillä, se olisi ehdottomasti Fontsu. Olisi tekemistä useammaksi elämäksi.

2. Jalkatekniikkaa ja sloupperitoppauksia.

3. Ensimmäisen kerran kun ajoin Bas Cuvierin parkkiin ja näin kivien ihmeelliset muodot ja niiden määrän, olin melkoisen vaikuttunut.

4. Auto Pariisista ja kämppä Airbnb:stä. Jos matkustaa yksin, niin ainakin La Chapelle-la-Reinestä löytyy Hostel. Sieltä löytyy yleensä myös kiipeilyseuraa.

5. Parhaat reitit tasolla 7A–7B+

*Le Toit du Cul de Chien, 7A, Cul de Chien:* Ylväs linja, vähän pelottava, korkeahko.

*Retour aux Sources, 7A, 95.2:* Hienoa kiipeilyä, vähän hankkii, kompressiota ja lukkoa.

*Beatle Juice, 7A+, Cuisinière Crête Sud:* Hankki, voimallinen, isoja kahvoja, hienoja huukkeja. Ainakin yksi läpikahva.

*Le Flipper (assis), 7A+, 91.1:* Hieno tuplakantti läpsyttely. Kuin pakastinta halaisi.

*Bleau's Art, 7B, Cuvier Merveille:* Hieno lowball probleema. Herkkää huukailua ja slouppereita.



Fontainebleau linna on pakollinen nähtävyys reissussa, koska se sijaitsee keskustan vieressä.



Inka Gysin, Tarja Vilén ja Sonja Kivilehto selättivät Elefantin Elefantti-kiven. Kiipeäminen ylös on huomattavasti helpompaa kuin kiipeäminen alas.



Inka Gysin kiipeää klassikkoalue Elefantin klassikkoreitin La Voie Michaud, 6C.

Hieman syrjässä isojen alueiden vieressä, mutta kannattaa käydä.

*Magic Bus*, 7B+, Buthiers: Jos haluaa vaihtelua Fonsun herkkiin sloupppeihin, niin tästä lyhyt ja vihainen matala kattoreitti. Pidemmille däbiherkkä.

**MARKO LAHTINEN, 28,**  
kiipeillyt 9 vuotta, taso 8A

**1.** Fonsun valtti on sen monipuolisuus ja alueiden sopiva hajanaisuus. Aina voi valita sään ja oman fiiliksen mukaan päivän kiipeilykohteen. Alueella on paljon hyviä ravintoloita esimerkiksi Chailly-en-Bieren kylässä Les Paniers De Nicolas.

**2.** Itselleni treenien jaksottaminen perusvoima- ja maksimivoimakausiin toi lisää puhtia käsi-varsiin ja kevennetyt viikot pitivät paikat ehjinä. Fonsua varten kannattaa treenata tekniikkaa ja koko vartalon hyödyntämistä kiipeämisessä. On enemmän kuin hyväksyttävää lähteä fontsumat-kalle ilman sen suurempia greidillisiä tavoitteita. Uusiin alueisiin tutustuminen ja erilaisten reittien kiipeäminen on usein jopa mukavampaa kuin sadannen yrityksen ottaminen *Rainbow Rockettiin*.

**3.** Parhaat muistot liittyvät yllättäviin sendeihin, joita on joskus tullut sen kaiken epätoivoksen riuhtomisen sekaan. *Pagotan* lähetys on yksi parhaista, ei vain reitin vuoksi vaan muistona siitä, että miten syvältä epätoivosta pystyin kasaamaan itseni uudestaan ja lähettämään reitin vielä illalla päivän päätteeksi. Motivoivin muisto Fonsussa oli, kun seurasin **Anthony Gullstenin** kiipeilyä ja voittoa yhdenkäden leuanvetokisassa *Big goldenin* aloituskahvasta.

**4.** Reissun kestosta riippuen ollaan matkustettu joko omalla autolla tai lentäen. Omalla autolla vaihtoehtoisia reittejä on paljon: laivalla Ruotsiin, Ruotsista siltoja pitkin Tanskaan, tai suoraan Malmöstä lautalla Rostockiin tai lautalla Ruotsista Tanskaan tai suoraan laivalla Helsingistä Travemündeeseen. Tähän asti meillä on ollut aina omat pädit mukana, mutta nyt tulevassa reissussa vuokraamme pädit giten omistajalta.

**5.** Parhaat reitit tasolla 7C–8 *Pagota*, 8A, Rocher qui Tourne: erittäin rauhallisella alueella, hieman vaikea löytää. Hieno jyrkkä lyhyehkö hängkipätkä. Aika suomityylinen reitti. *Saruman*, 8A, Cuvier Sorcières: rauhallisella ja hienolla paikalla, mutta suhteellisen suosittu. Esteettinen ja muuveiltaan hieno, herkkä ja ytimessä.

*Eclipse*, 7C, Cul de Chien: klassikko. Voimalliset ja yksinkertaiset muuvit, joista vaikein ja hienoin viimeisenä. Isoja slouppereita katossa ja kääntymisen feissille slouppaavilla saidereilla, joista iso muuvi huonolta jalkkikselta hyvään listaan.

*Extraction Divine*, 7C+/8A, 95.2 Ouest: jatkuvaa herkkää ja voimallista kiipeilyä. Monipuoliset muuvit ja otteet. Erittäin nopeasti kuivuvalla paikalla.

*Bagheera*, 7C, Maunoury: lyhyehkö linja hyvillä slouppereilla ja mukavilla muuveilla. Luulisin, että on hyvä reitti, jos sisäkiipeilijä etsii Fonsusta ensimmäistä 7C:tä.

*Big Boss*, 7C, Cuvier Rempart: klassikko. Pääsi toisissaan testaamaan omia olkapäitä. Hyvillä otteilla yllättävän vaikeita muuveja.

*Flora*, 7C+, Vallée Casse-Pot: hieno manttelimuovi herkistä slouppereista ja pieneltä jalikselta lopussa. Herkkä, tekninen ja kuumottava.

# PAKO TOIMISTOSTA

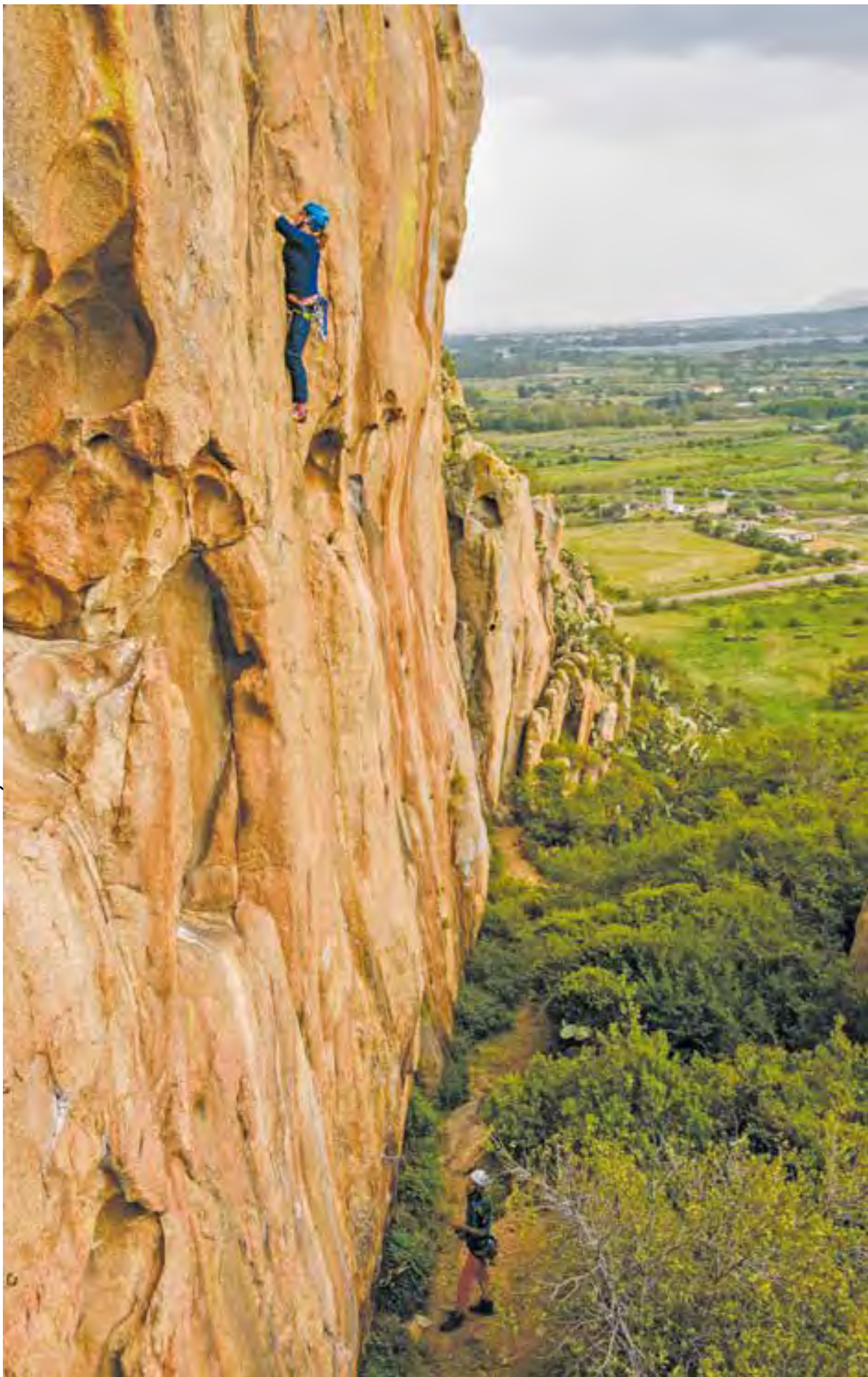
NELJÄ KUUKAUTTA KIIPEILYNOMADEINA EUROOPASSA

Viime kiipeilylehdessä (1/2018) kerroimme Jaakon ja Marin neljän kuukauden kiipeilyreissun alkuosasta.

Reissu alkoi Malagasta maaliskuussa 2017, kulkien Espanjan ja Ranskan läpi Pohjois-Italiaan. Nyt matka jatkuu lautalla kohti Välimeren saaria, joista ensimmäisenä vuorossa Ranskan Korsika.

Teksti ja kuvat: Mari Ijäs  
ja Jaakko Tätilä  
(ellei toisin mainita)

Mari harjoittelemassa jammailua reitillä *Si la do* (6b) Lucertole al Solen kauniilla, punaisella graniittiseinällä Santa Maria Navarresen lähellä Sardiniasa.



Saarihyppely 20.4.–15.5.

## Kolme erilaista Välimeren saarta – kiipeilyä ja dolce vitaa

### Kiipeilyn yllättävä jokeri – Korsika

Kolmella sanalla kuvattuna Korsikan kiipeily oli vaihtelevaa, laadukasta, mutta alkukeväästä määrältään rajallista. Korsika on Välimeren suurista saarista vuoristoisin ja vielä huhtikuun lopussa sää oli sen verran viileä, että korkealla, yli tuhannessa metrissä oleville kallioille, kuten Bavellaan, meillä ei ollut juurikaan kiinnostusta lähteä palelemaan. Varsinkin, kun kalliot kaiken muun hyvän lisäksi olisivat todennäköisesti olleet märkiä.

Kiipesimme kolme päivää, mikä riitti hyvin meitä kiinnostavien kallioiden läpikäymiseen. Muutenkin jouduimme pääosin jättämään teltan takakonttiin ja luottamaan AirBnB:hen – kesämakuupussein telttailu alle viidessä lämpöasteessa ei innostanut. Kaksi ensimmäistä päivää kiipesimme aivan pohjoisessa Bastian lähistöllä Altiplanossa sekä U Pignunvuoren Les Antennes ja Face á la Mer -sektoreilla. Korsikan topossa lähestymisohjeet olivat varsin suurpiirteisiä, mutta ensimmäisenä päivänä sentään löysimme Altiplanolle kunnialla, vaikkakin tuhkaisina: lähestymispolku kulki palaneen metsän lävitse.

Altiplanon parasta antia oli outo mutta viehättävä liuskainen kivityppi, josta paras arvauksemme olisi basaltti. Toisena päivänä topon suurpiirteiset lähestymisohjeet koituivat kohdaloksemme ja päädyimme rämpimään tunnin kalliorännejä pitkin vuorenrintettä alas Face á la Mer -sektorille. Hieno, vaikkakin pieni, graniittiseinä kuitenkin korvasi vaivan – varsinkin kun varsinaisen vartissa kuljettava lähestymispolku löytyi alhaalta käsin varsin helposti. Les Antennes puolestaan oli perinteisempää kalkkikivikiipeilyä meren läheisyydestä johtuen jossain määrin ruosteisilla pulteilla. Hienona reittinä mieleen jäi ainakin *Citron Pressé* (6b), jossa pääsimme siltai-lemaan ensimmäisiä kertoja reissun aikana.

Kolmas kallio, Rocher de Gozzi Aiacciuon lähistöllä, oli kuitenkin ehdottomasti Korsikan hienointa kiipeilyä. Lähestyminen punaisten graniittipaasien luo kulki pitkän, jyrkän, tuulisen solan lävitse. Untuvatakit tulivat pohjoisseinällä tarpeeseen ja kiven lämpötila toi mieleen syksyn viimeisen reissun Suomi-kallioille. Graniitti itsessään oli kuitenkin täysin jotain muuta kuin tyypillinen suomalainen graniitti. Paitsi että tummanpunainen väri oli sykkähdettävän kaunis, tuntui ainoa raja seinästä löytyneille otteille olevan mielikuvitus: poketteja, ulkonemia, tappeja, tötteröitä, pyörityneitä halkeamia ja suuria aukkoja. Välil-



Reissun haastavin lähestyminen oli "haikki" Verdonin kanjonin pohjalle – käytännössä suoraan tästä alas. Onneksi *Arête de Belvédère* (6a) korvasi vaivan moninkertaisesti.

lä tuntui, että joku oli yrittänyt lyödä tappeja kallion sisältä ulospäin – niin mielenkiintoisia möykkyjä käsi- ja jalkaotteiksi löytyi. Kitkasta ei myöskään ollut huolta, sillä graniitti oli pinaltaan kiteistä, karkeaa hiekkapaperiröpelöä.

Jokainen kiipeämämme reitti oli suosituksen arvoinen, joten kokemuksemme mukaan tällä kalliolla ei voi mennä pieleen, kunhan pulttilinjan löytää. Kolmen kiipeilypäivän jälkeen totesimme Korsikan tältä erää nähdyksi ja jat-

## KOLMAS KALLIO, ROCHER DE GOZZI AIACCIUN LÄHISTÖLLÄ, OLI KUITENKIN EHDOT- TOMASTI KORSIKAN HIENOINTA KIIPEILYÄ.

koimme matkaa lautalla Sardinian puolelle. Korsika jäi kuitenkin mieleen reissun jokerina eli positiivisimmin yllättäneenä kiipeilyalueena.

### Runsaudenpulaa Sardiassa

Sardiassa otimme aluksi suunnan Cala Goloneen, yhteen saaren suosituimmista kiipeilyalueista. Siellä topoja selatessamme Sardinian kiipeilyn määrä ja monipuolisuus yllätti meidät täysin. Topossa oli kokonaisuudessaan lähemmäs sata kiipeilykalliota ja reittejä enemmän kuin ihmiselämän aikana ehtii kiivetä, niin kalkkikiveä kuin graniittia. Sitä paitsi, ostimme pelkästään pääosin single pitchiin keskittyvän sporttitopon – toi-

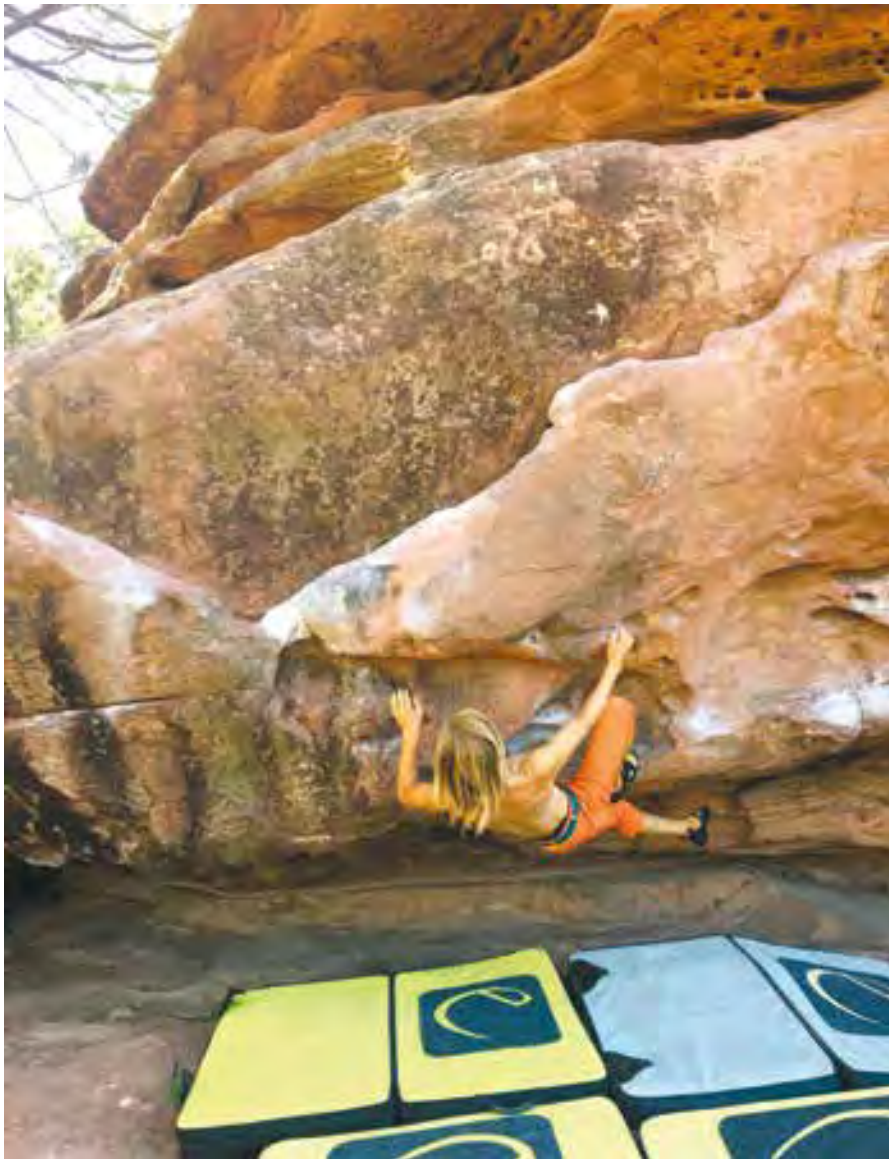
nen samankokoinen opus olisi löytynyt trädimultipitchiin keskittyvänä!

Sardinia on selvästi nouseva kiipeilypaikka, ja siellä pultataan jatkuvasti uusia reittejä jopa paikallisten kuntien rahoittamana kiipeilyturismin kannustamiseksi. Mieli olisi tehnyt kiivetä valtaosalla kallioista, mutta yltäkyläisestä valinnanvarasta johtuen oli priorisoitava – halusimmehan kuitenkin ehtiä vielä Alpeillekin päin kiipeämään reissun jäljellä olevien kahden kuukauden puitteissa. Lopulta pysähdyksemme Sardiassa venyi 14 päivän mittaiseksi ja käsitti kahdeksan kiipeilypäivää osittain lautta-aikataulujen pakkotamana, sillä yllättäen lautta Sardinian ja Sisilian välillä kulkikin vain kerran viikossa.

Koska Cala Golone kävelen tehdyn tutkimuskierroksen perusteella vaikutti meistä liian käytetyltä ja tylsältä "turistikiipeilyltä", päätimme valita ensimmäiseksi kiipeilyalueeksi hyvin monipuolisia seiniä sisältävän Baunein alueen. Viileästä säästä johtuen päädyimme AirBnB-majoituksiin Irgolin ja Baunein kyliin.

Kiipesimme yhteensä viidessä paikassa Baunein alueella: Dorgali, Buchi Arta, Lucertole al Sole, Villagio Gallico ja Praidas. Näistä Dorgali, Buchi Arta ja Villagio Gallico olivat tyypillistä, monipuolista kutosen/alaseiskan kalkkikivikiipeilyä harmaa-oransseilla kallioilla, joista löytyi muotoja aina poketeista listoihin ja kahvoihin.

Erityisesti mieleen jäi Buchi Arta, joka oli kuin hyvin toimiva ulkokiipeily sali. Kallion viereen raivatulle parkkipaikalle pääsi ajamaan autolla – vaikkakin tietysti me päädyimme pysäköimään auton tien varteen kolme kilometriä



Jaako ja *El besabiceps* (6A) Albarracinin kitkaisella hiekkakivellä, sektorilla Arrastradero – lämpöä riitti varjonkin puolella.

ennen kalliota. Olivathan lähestymiset vahvuutemme! Reitit olivat pitkiä, täydellisesti pultattuja ja niitä oli vieri vieressä. Kallio oli suhteellisen vähän käytettyä, ja varmistusalue oli tasainen hiekkakenttä. Kirsikkana kakun päällä kallion juurelta löytyi myös mukavasti puita varjostamaan taukojen pitoa. Aamun ja illan viiheydestä huolimatta päivällä aurinko porotti ja pystyimme luopumaan Korsikalla vakiovarustukseen palautuneista untuvatakeista, vaikka ilta-aikaan ne toki olivat edelleen tarpeen. Vähemmän yllättäen meillä vierähti tälläkin kalliolla aikaa aamuyhdeksästä iltakahdeksaan. Jos jotain negatiivista Buchi Artasta haluaa sanoa, niin se on ehkä sen klinisyys, liiankin täydelliset kiipeilypuutteen sekä maisemien puute.

Lucertole al Sole ja Praidas sen sijaan erosivat tyyppillisestä Sardinia-kiipeilystä huomattavasti punaisella, muodokkaalla graniitillaan. Paras kuvaus Lucertole al Solen maisemille olisi ehkä kuun pinta tai Amerikan lounaisosien

kaktusaavikot – hyvin vaikuttavan näköistä siis ja jotain, mitä ei välttämättä olisi odottanut Sardiniassa kohtaavansa. Kiipeäminen itsessään oli pääosin todella paljon notkeutta ja kehonhallintaa vaativaa. Mielenkiintoisimmat kiipeämämme, tai oikeastaan ylös taistelemamme, reitit olivatkin kaksi 7b:n ofaria, joiden redpointtaaminen jäi vielä hie-man työn alle.

Praidas seuraavana päivänä jatkoi kivityyppinä samaa graniittitarjontaa, mutta maisemana avautui nyt komea näkymä yli Sardinian itäosan. Kallion vasemmassa laidassa oleva *Anghelos cantade* (6b), joka sisälsi uskomattomia asentoja sekä hienoja kiertelyitä ja siirtymisiä, oli ehdottomasti suosittelamisen arvoinen! Tiivistettynä sekä Lucertole al Sole että Praidas tarjosivat erinomaista kiivettävää ja ehdottomasti suositeltavaa vaihtelua tyyppilliselle Sardinia-kalkkikivikiipeilylle.

Baunein viiden kiipeily- ja yhden lepopäivän jälkeen jatkoimme matkaa kohti etelää,

ja seuraava kiipeilypäivä vietettiin näissä vuoristolaaksossa Ulassaissa. Täällä ma-joituimme kiipeilijähostelli Nannai Climbing Homessa, jota voimme suositella täysin sydämin kiitos hyvän, kiipeilijäystävällisen palvelun sekä mukavan seurana.

Ulassai on yksi Sardinian eniten kehittyvistä kiipeilyalueista, ja uusia reittejä pultattiin lähes päivittäin. Valinnanvaraa reiteissä riittää melkein kaiken tasoille kiipeilijöille, jotka uudenkarheaa kalkkikiveä haluavat päästä kiipeämään. Haasteena tällöin toki on, että reittejä ei vielä löydy toposta. Mari oppi tämän kantapään kautta sektorilla Ulassai Canyon lähtiessään lämmittelemään vastapultatulla 6a:lla, jonka piti sijaita topossa olevasta reitistä neljä reittiä vasemmalle. Tiukalta se tuntui, mutta meni kuitenkin. Koska kyse oli ensimmäisestä Ulassaissa kiiwetystä reitistä, tiukkuus laitettiin greidauksen piikkiin. Seinällä olleiden pulttilinjojen laskeminen ja keskustelu illalla Nannaissa paljastivat rei-

## ERINOMAISTA KIIVETTÄVÄÄ JA EHDOTTOMASTI SUOSITELTAVAA VAIHTELUA TYYPILLISELLE SARDINIA-KALKKIKIVI-KIIPEILYLLE.

tin sittenkin 6b+:ksi. Joka tapauksessa tämän kokemuksen jälkeen Marin liidikammo helpottui kummasti ja päivän parhaaksi anniksi mieleen jäikin *Tossasca* (6c). Jos Buchi Artasta tuli mieleen ulkokiipeily, niin Ulassaista, tai ainakin kiipeämästämme kanjoniseinästä, tuli sama mieleen ja vielä moninkertaisesti. Onko tämä sitten hyvä vai huono asia, riippuu siitä, haluaako kiivetä tehokkaasti vaiko hakea enemmän erämaaelämyksiä. Me ainakin palaisimme mielellämme aina silloin tällöin tikkaamaan lisää uudenkarheita reittejä.

Ulassain jälkeen siirryimme kohti Sardinian länsirannikkoa ja päädyimme illaksi teltailemaan luvatta autiolle lahdenpoukamalle, joskin lammaslauman keskelle. Rauhallisessa ympäristössä vietetyn yön jälkeen oli aika tutustua Sardinian länsirannikon kalliotarjontaan Buggerrussa ja Masuassa.

Buggerru oli hieman syrjäisessä, puskaissessa kanjonissa sijaitseva peruskalkkikiviseinä, mutta Masua tarjosi jälleen upeita maisemia smaragdinvihreän meren rantakallioilla. Tyyliään kiipeily oli mukavaa hyvin pitkin släbeineen ja pystyseineen röpöloisellä, listaisella, vaalealla kalkkikivellä. Löytyipä kalliolta myös reissun aikana harvemmin nähtyä





Lähestymiset eivät olleet vahvuutemme – Jaakko rämpimässä alas Montsantilta Siuranan alueella Kataloniassa.



Lumi yllätti autoili... kiipeilijät! Terradetsin alueella Pyreneillä olisi riittänyt komeita kallioita kiivettäväksi, paitsi että...

ruskeaa (ei punaista) kalkkikiveäkin. Röpelöisyttä ja kitkaa oli ehkä hieman liikaakin, sillä Jaakko sai aamun ensimmäisellä reitillä syvän vekin sormeensa. Tämä sinetöi lykätyn tarpeen ensimmäiselle ja ainoalle kunnon kiipeilytaukoille reissun aikana. Kiven röpelöisyyden lisäksi varoituksena Masuaan suuntaaville on syytä mainita, että osa pulteista on kohdalaisen tai jopa hyvinkin ruosteisen näköisiä, ja että eteläseinällä olevalle kalliolle paistaa suoraan todella kuuma aurinko.

### Sisilia – hieno matkakohde, mutta kiipeilyllisesti keskinkertainen

Matkamme seuraava etappi oli Sisilia, jonne saavuimme siis samaan tapaan kuin Korsikalle eli kätevästi yön yli seilaavalla autolautalla. Yleisenä filiksensä voi sanoa, että Sisiliaan ei kannata pelkän kiipeämisen takia lähteä, mutta jos haluaa matkailla ja kokea aitoa, villiä Etelä-Italiaa, on Sisilia oikea määränpää. Seinämiä kyllä löytyy toposta kymmeniä, mutta suurin osa niistä ei kovin erityisiltä vaikuttanut, ehkäpä kuuluisinta San Vito Lo Capon aluetta lukuun ottamatta. Meistä se näytti liian turistimaiselta, joten jätimme sen suosiolla väliin. Toki myönnettäköön, että reissun edetessä ja kiipeilypäivien karttuessa myös nirsoilu kallioiden ja reittien suhteen lisääntyi.

Meille oli selvää jo Sisiliaan saavuttaessa, että alussa pitäisi pitää useampien päivien kiipeilytauko, jonka Jaakon Sardiniassa sormeensa saama vekki vaatisi umpeutuakseen kiipeilykuntoon. Pyöräillen vietetyn ”levon” jälkeen kiipesimme lopulta kahdella kalliolla, Gazzarassa ja Curvonessa, jotka olivat perusmielenkiintoista kalkkikivi-kiipeilyä. Molemmat tosin vetivät kasvillisuuden tiheydessä vertoja Amazonin sademetsälle – sekä kalliot että seinien vierustat. Tekemämme otoksen perusteella vaikutti siis siltä, että Sisilia ei

kiipeilyaktiivisuuden puolesta ainakaan ole aivan maailman suosituinta aluetta.

Yhdeksän päivän Sisilian etappimme lopuksi kävimme vielä haikkaamassa Etnalle, totta kai jättäen välitasanteelle asti menevän hissin oikeille turisteille. Tämä oli ehdottomasti vain arvoinen retki, sillä kuumaiseman lisäksi kuumina höyryävät, keltapunaist rikkikivet ovat hyvin hienoa nähtävää. Oli myös vaikuttavaa katsoa satojen metrien levyisiä, jähmet-

## RANSKA ON SOPIVASTI AROGANTTI, MUTTA JÄRJESTELMÄLLINEN, ESPANJA ON LUPSAKAN RENTO, ITALIA HYVIN SUURPIIRTEINEN JA POUKKOILEVA,

tyneitä laavavirtoja, jotka olivat muutamia vuosia tai vuosikymmeniä sitten vuoren purkauksessa pyyhkineet kilometrejä vuorenrintettä alas tuhoten samalla kaiken kasvillisuuden ja asutuksen.

Etna-retkemme jälkeen suuntasimme Mesinaan, josta ei tarvinnutkaan seilata yön yli Apenniinien niemimaille, vaan kyseessä oli klininen, parinkymmenen minuutin autolautamatka takaisin ”normaaliin” Etelä-Italiaan. Sisilian kokemus vahvisti matkan aikana kehittelämme viitekehyksen Etelä-Euroopan järjestelmällisyydestä: Ranska on sopivasti arrogantti, mutta järjestelmällinen, Espanja on lupsakan rento, Italia hyvin suurpiirteinen ja poukkoileva, ja Sisilia aivan sekava – mutta siksi myös mielenkiintoinen.

Italia 15.5.–23.5.

### Tiukkaa kiipeämistä Pohjois-Italian vehreässä Comossa

Tiesimme etukäteen hyvin vähän Italian kiipeilystä lukuun ottamatta Finale Ligurea, Dolomittejä ja Arcoa. Koska Sisilian löysäilyn ja dolce vitan jälkeen sormet syyhysivät jälleen kiipeämään, mantereen puolella ensimmäinen tavoite oli päästä kartoittamaan mahdollisia kiipeilyalueita topoja selaillemalla. Englanniksi ja ralli-italiaksi googlaamalla ensimmäinen järjellinen kiipeily- ja ulkoilu-kauppa löytyi Roomasta, joten ajoimme parissa päivässä saappaan eteläkärjestä Roomaan asti. Emme malttaneet edes pysähtyä Napoliin ihaillessa Vesuviusta ja maistamassa alkuperäistä pitsaa – silmäys moottoritiltä ja Pompeijissa nautittu versio saivat luvan keltavata.

Pitkän kiipeilykaupassa vietetyn tuokion (2–3 h) lopputuloksena päätimme pikaisen Rooman iltavisiitin ja AirBnB-yön jälkeen jatkaa seuraavana päivänä moottoritien ihailua aina Pohjois-Italiaan Como-järven alueelle asti. Joitain kiipeilyalueita olisi ollut lähempänäkin, mutta topojen kuvien perusteella ne eivät näyttäneet mielenkiintoisilta verrattuna mielessä siintäviin alppiseiniin. Pohtiessamme valintaa Comon ja Arcon väliltä, Arco vaikutti topojen ja googlaailun perusteella turhan käytetyltä. Toukokuun puoliväli ei puolestaan valitettavasti vielä ollut parasta aikaa Dolomiittien kiipeilylle.

### Comon laatukiipeilyä järvimaisemin

Como-järvellä majoituimme AirBnB:ssä Canzon tunnelmallisessa pikkukaupungissa puolimatkassa Comon ja Lecon välissä. Kiipeilyn puolesta Como tarjosi laadukasta kalkkiveä vehreissä maisemissa Alppien rinteillä. Kävimme kiipeämässä neljällä kalliolla: Ernalla, Lariosaurolla, La Discothequella sekä

näistä kaikista ehdottomasti hienoimmalta Campellilla. Erna ja La Discotheque olivat molemmat laadukasta kalkkikiveä, joskin hieman eri lähestymisillä: Ernalle haikattiin tunti tunnelmallista metsäpolkua ylämäkeen, La Discotheque puolestaan oli vain kivenheiton päässä parkkipaikasta.

Campelli oli kiipeämistämme kallioista hienoin sekä kiipeilyn että lähestymisen puolesta. Tunnelmallinen, joskin topon ohjeisiin hieman epäselvästi kirjoitettu, puolentoista tunnin haikki ylös rinnettä kuvankauniin alppimaiseman keskellä toimi sopivana alkulämmittelyä sekä filiksen nostattajana.

Campellin kalkkikivi oli kauniin valkoista, muodokasta poikkiraitaa sisältävää sekä kitkaista, ja kiipeily oli pääosin hyvin voimakasta. Myös paikalliset suosivat tätä sektoria, ja paikalla nähtyä italialaista varmistustyyliä olikin hauska seurata. Köyden ja varmistuslaitteen sijaan molemmat kädet tyypillisesti pitelivät lanteita – paitsi tietysti jos toisessa kädessä oli savuke. Lisäksi kiipeilyseurueen koko lähenteli tusinaa, ja varmistaja luonnollisesti osallistui italialaisen eläväiseen debattiin hang-aroundien kanssa jopa niin innokkaasti, että hänen oli vaikea, ellei mahdollon, kuulla kiipeilijän huutoja. Kaiken kruunasi varmistajan katseen suunta, joka oli yli puolet ajasta kaikkialla muualla kuin omassa kiipeilijässä – esimerkiksi naapurireitin bella donnassa.

Campellilla saimme myös jälleen muistutuksen kypärien pitämisen tärkeydestä. Marin kiivetessä tiukempi muuvi päättyi irtonaisia pikkukiviä sisältävään koloon, joista yksi napsahti suoraan Jaakon päähän.

Toinen mainitsemisen arvoinen Comon kallio oli Lariosauron Le Cubano-sektori, josta löytyi jälleen "Siurana-röpöä" nautiskeltavaksi. Reiteistä mainittakoon mm. *Lo Cubano* (6b), *Baila para mi* (6b) ja *Havana Club* (6b+). Como ja erityisesti Lariosauro saavat myös erityismaininnan reittien nimien kattavasta merkitsemisestä. Siitä voi toki kiistellä, kuuluuko kylttien kiinnittäminen tai nimien raapustelu kallioon kiipeilyetikettiin. Ainakin satunnaisen vierailijan elämä helpottuu kummasti, kun reittien nimiä ei tarvitse arvailla, tai lähteä kiipeämään vahingossa 7c:tä kuvitellen sitä 6c:ksi, kuten Siuranassa kävi.

## CAMPELLI OLI KIIPEÄMISTÄMME KALLIOISTA HIENON SEKÄ KIIPEILYN ETTÄ LÄHESTYMISEN PUOLESTA. TUNNELMALLINEN, JOSKIN TOPON OHJEISIIN HIEMAN EPÄSELVÄSTI KIRJOITETTU.

Sveitsi 24.5.-29.5.

### Tuntemattomia kiipeilyhelmiä Siionin laaksossa

Comon neljän kiipeilypäivän jälkeen pidimme reissun ensimmäisen muutamaa tuntia pidemmän pseudoparisuhdetauon. Mari lähti tapaamaan ystäväänsä Zürichiin ja Jaakko alppihaikille Aostan laaksoon. Sovimme tapaavamme seuraavana päivänä uudessa, ih-

meellisessä maassa, eli Sveitsissä. Päivän haikkailujen ja Zürichin kulttuurinautiskelujen jälkeen identiteetit muutettiin jälleen kiipeilymodiin, kun tapasimme Martignyssä Siionin, laaksossa.

### Siionin korkeiden huippujen äärellä

Siionin laakso sijaitsee Lac Lemanista kaakoon. Upeat, vähintään kolmen kilometrin korkuiset huiput reunustavat laaksoa. Korkealla vuorilla olisi ollut tarjolla myös todellista elämäskiipeilyä lumilähestymiseen, mutta koska jääraudat ja hakut olivat meille vieraita kapistuksia, tyydyimme alempana laaksoissa oleviin kiipeilymahdollisuuksiin. Laakson kivivalikoima oli monipuolinen kattaen niin kalkkikiven, graniittimultipitchin kuin meille uuden tuttavuuden, gneissin.

Dorénaz Siionin laakson itälaidalla tarjosi todellista mukavuuskiipeilyä laatugneissillä haastavan viiden metrin lähestymisen jälkeen. Kivilaadun ansiosta reitit olivat hyväkittaisia kallion suosiosta huolimatta ja sisälsivät erityisesti hienoa släbikkailua, mutta myös muutamia voimareittejä. Sormet kuitenkin syyhysivät multipitchille, joten vaihdoimme seuraavana päivänä Siionin laakson länsireunan pidemmille gneissireiteille Vernayaziin ja graniittireiteille Vallon de Vaniin.

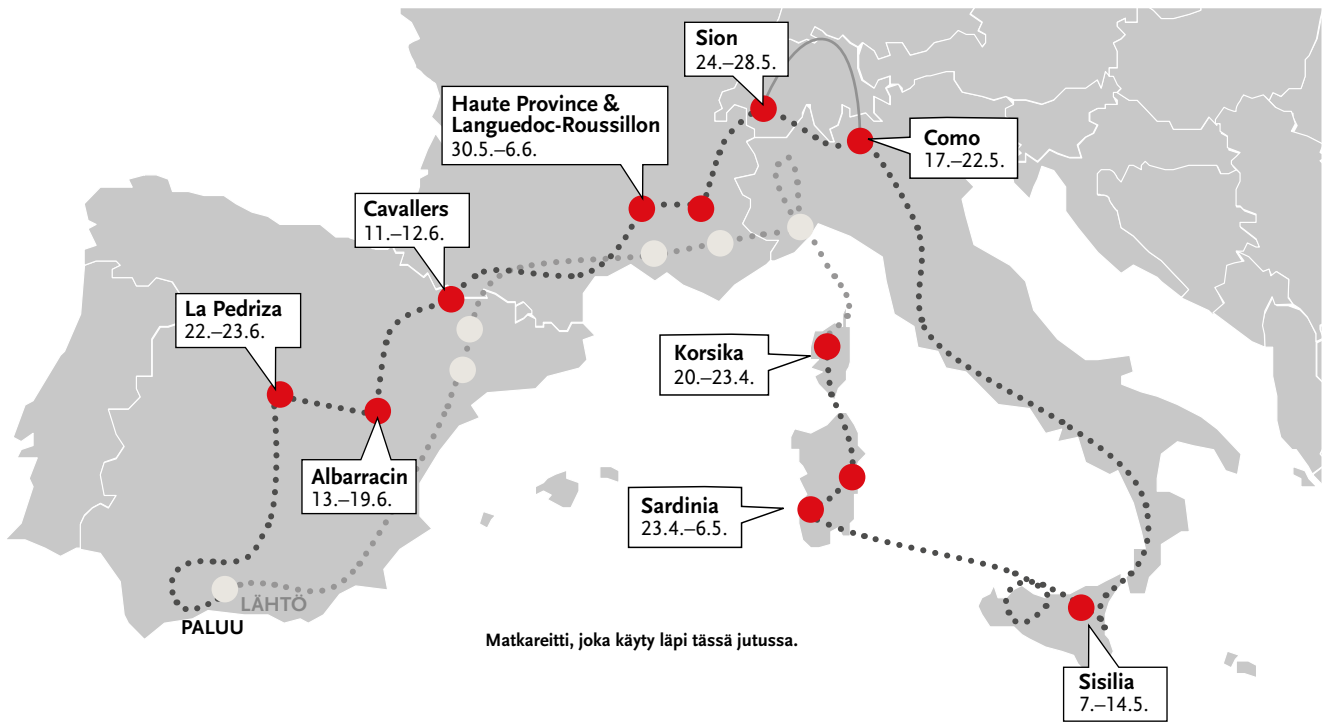
Vernayazissa tarjolla olisi ollut *L'Amour*, 22 köydenmitan maratonreitti, joka alkaa laakson pohjalta, koostuu neljästä erillisestä useamman pitchin osiosta, päättyen ylös Vallon de Vaniin. Oman multipitchtoimintamme tehokkuus jätti kuitenkin parantamisen varaa ja ehdimme selvittää vain kahden alimman patkän seitsemän pitchiä: *Eole Inferior – Elle m'a Vire* (5b, 5c+, 6a, 5c+) ja *Eole Superior* (3



Reissuelämää välipäivänä Cannesin lähistöllä. Kyllä näppärä kiipeilijä pyykkiköyden keksii muun kuivauspaikan puuttuessa!



Cavallers tarjosi vuorimaisemien lisäksi huikean kirkasvetisen uimapaikan kiipeilypäivän päätteeksi.



köydenmittaa, samaa vaikeustasoa). Seuraavana päivänä suuntasimme edellisen päivän luovuttamisesta lannistumattomina suoraan ylös Vallon de Vanin Pissevache-pilarille, jolle L'Amour olisi päättynyt.

Vajaan tunnin mittaisen, jyrkän, alas laaksoon suuntautuneen lähestymisen jälkeen *Merveille que dalle* (5b, 6a, 6a, 5b, 6a) tarjosi kourallisen pitchejä ylös upeaa graniittia. Topon mukaan niitä piti olla viisi – kenties reitti oli uudelleen pultattu, sillä muistoissamme pitchejä on vain neljä. Joka tapauksessa jokainen köydenmitta tarjosi erilaisen profillin: layback-halkeamaa, pystyseinää krimpeillä, röpelöä voimakkailla muuveilla ja pyöreää släbeilyä. Ainoa pieni miinus tuli reitin alun löytämisen hankaluudesta.

Lyhyen, mutta sitäkin tehokkaamman Sveitsin-vierailumme kruunasi pieni, huonosti tunnettu kallio Le Moulin lähellä Massongexia. Alue koostui neljästä sektorista, joista lähestymispolkua pitkin ensimmäinen oli täysin umpeenkasvanut ja toinen kirjaimellisesti solisi puron virratessa sammaleen läpi seinämään alas. Loppupään sektorit kuitenkin hyvitivät täysin lähestymisen aikana kertyneen epäuskon ja -toivon. Kivi oli jonkinlaista kalkkikiveä, jossa oli voimakkaita vaakaraitoja ja -lohkareita.

Ei ole liioiteltua sanoa, ettei kalliolta löytynyt lainkaan huonoja kutosen tai alaseiskan reittejä – ainakaan meidän otannallamme. Kallion varjoisuus kruunasi mukavuuden myös varmistajalle – lämpöä nimittäin riitti jo toukokuun lopulla Sveitsissäkin, ja untuvakit voitii pakata loppureissun ajaksi takakonttiin.

Ranska 29.5.–10.6.

### Laventelinsinistä elämää ja aurinkoisia kalkkikivikallioita Provencessa

Le Moulinin jälkeen sormien iho kaipasi jälleen lepoa eikä reissuaikaa ollut enää kuin kuukausi jäljellä, joten oli aika todeta reissun lakipiste saavutetuksi ja aloittaa paluu kohti Espanjaa. Matkan varrelle osui Chamonix, jossa sormien lisäksi silmät saivat lepoa: sen verran komeasti yli neljätonniset, lumihuipuiset Alpit (mukaan lukien Mont Blanc) sitä ympäröivät. Koska alppikiipeily ja jäälähestymiset eivät edelleenkään kuuluneet taitoihimme tai suunnitelmiimme, jatkoimme pikaisen päiväfiilistelyn jälkeen matkaa alppisolia pitkin Grenobleen. Tässä vaiheessa viimeistään tajusimme, että loppumatkasta tulee kuumas: Grenoblen tienoilla päivälämpötila oli tasaisesti yli 30 astetta. Toisaalta elimme touko-kesäkuun vaihdetta, joten kesähän oli alkamaisillaan. Loppumatkan teemana oli siis varjoisten seinämien etsiminen – haaste erityisesti Etelä-Ranskassa, jossa valtaosa seinämistä nimenomaan osoitti etelään.

### Tiukkaakin tiukempi Céüse

Seuraavan kerran päädyimme kiipeämään kahden päivän päästä Ranskan legendaarisessa Céüsessa. Céüsessa kiipeily alkoi jo ennen sporttikiipeilyn kulta-aikaa 80-lukua kiilojen ja pitonien avulla. Pulttaaminen aloitettiin 80-luvun puolivälissä, ja tästä ajasta muistona on edelleen paikoittain varsin pitkiä pulttivälejä. 90-luvulla Céüse tuli tunnetuksi tiukan kiipeilyn mekkana ja edelleen se on seiskan ja kasin kiipeilijöiden paratiisi. Onneksi sieltä löytyi myös jonkin verran (tiukkaa) yläku-

tosta meille kiivettäväksi. Monet varoittelivat etukäteen, että Céüse on ”kauhea, puolentoista tunnin haikki jyrkkää ylämäkeä”, mutta tässä vaiheessa matkaa muutaman melkein kaksituntisen puskarämpimisen jälkeen suhtauduimme varoitteluihin hieman skeptisesti. Lopulta totuus oli, että haikissa meni kolme varttia, ja lisäksi nousu oli pitkin mitä hyväkuntoisinta, pittoreskeinta, loivahkoa havumetsäpolkua. Päästyämme ylös avautui eteen jylhä, sini-puna-keltainen, yli 50 metriä korkea Céüsen hängkikallio, ja selän taakse jäi yksi matkan hienoimmista maisemista Provencon maaseudulle. Vaikket olisi kuullutkaan kalliokiipeilystä, tai kutosten liidaaminen olisi seurueesi kykyjen yläpuolella, suosittelimme silti kiipeämään Céüse-vuoren päälle!

Kiipeäminen Céüsellä oli odotetusti vaikeaa, mutta hienoa: paljon poketteja ja röpelöä hängkäävällä kalkkiseinällä. Paikoin ”helpoimmat” 6c-lämppäritkin olivat käytettyjä, ja parista jouduimmekin peruuttamaan alas. Pitkästä aikaa pääsimme myös kokemaan ranskalaisen laissez-fairen ja ylimielisyyden (je l'adore!), sillä pulttiväli oli rehellisesti parhaimmillaan tai pahimmillaan kuusi metriä. Kannatti siis katsoa joka klippauksen jälkeen erittäin tarkasti, millä betalla menee seuraavalle pultille ja missä lepokahvat (tai lepokrimit) ovat – ellei sitten tykkää kymppimetrisistä lennoista.

Hyvä puoli Céüsessä oli, että siellä pystyi kiipeämään aivan hyvin vielä kesäkuun alussa. Puolentoista kilometrin korkeus takasi viileän ilman, ja kaarimaisella harjanteella sektoreita löytyi joka ilmansuuntaan, joten varjoa löytyi aina. Kiipeesimme lopulta taas koko päivän,

aamuyhdeksän maista iltakuuteen. Hienon kiipeilyn lisäksi Céüseä voi suositella komeiden maisemien, oikeasti nautinnollisen lähestymisen ja kasin kiipeilijöiden suoritusten ihailemisen takia.

## Hippielämää ja pokettitaivas Provencessa

Tässä vaiheessa matkaa, lähes 3 kuukauden jälkeen, alkoi jo iskeä pieni kiipeilyväsymys. Hienoja kallioita oli kuitenkin vielä paljon edessä päin, joten matka jatkui suunnitellusti Provencen läpi etelään kohti Pyreneitä. Kiipeisimme seuraavaksi Sisteronissa, joka oli upea n. 60 metriä korkea tummanharmaa släbiseinä heti Sisteronin kaupungin vieressä. Kiipeily oli todella hienoa raitahalkeamaa ja krimppeä släbi-pystysuoralla seinällä, joka tosin paikoin oli hieman kulunutta.

Täällä jälleen huomasimme Rockfaxin topojen laadun vaihtelun. Jaakko päätyi kiipeämään kahden ankkurin reittiä, jossa ensimmäisen ankkurin piti olla 20 metrin korkeudella ja toisen siitä 15 metriä ylöspäin. Ensimmäinen ankkuri löytyikin juuri sieltä missä piti ja sen näki myös kallion juurelta. Toista emme nähneet, mutta oletimme tämän johtuvan vain kallion släbiprofilista. Totuus oli toinen: ankkuri olikin vasta 60 metrin korkeudessa.

## OLO OLI KUIN LAPSELLA KARKKIKAUSSA – JOKA PUOLELLA OLI HIENOJA MUOTOJA JA UUTTA KOKEILTAVAA.

Mari jätti kakkostamisen suosiolla välistä ja keskittyi huutelemaan kallion juurella huonoja ohjeita Jaakon saamiseksi alas. Onneksi mukana oli prusikit sekä ATC laskeutumista varten ja käytössä 80 metrin köysi, joten laskeutuminen onnistui juuri ja juuri 20 metrin korkeudella olleeseen ensimmäiseen ankkuriin. Hauska multipitch-ekskursio yhden hengen kiipeilijäpartiolla!

Sisteronin kiipeilypäivän jälkeen suuntasimme Buis-le-Baronniesin viehättävään provençelaiskylään, jossa majoituimme neljä yötä paikallisen, mukavan boheemin ”hippiherran” ja hänen 5-vuotiaan poikansa luona – aivan mahtavaa ranskalaiselämää siis. Kätevää oli, että Buis-le-Baronnies’sta pääsi noin tunnin ajolla lukuisille kalkkikiviseinille. Me valitsimme näistä ensimmäiseksi Combe Obscuran, joka tuntemattomuudestaan ja vähäpätöisistä maineestaan huolimatta osoittautui vähän käytetyksi, melkein autioksi laatukiipeilyväksi. Pulttauskin oli hyväkuntoista, joskin pulttiva-

li oli taas paikoin ranskalaiseen tapaan viiden metrin luokkaa.

Seuraavaksi suuntasimme kiipeilemään Buoux’n pokettitaivaaseen. Sieltä löytyi reittejä, joissa jopa poketeissa oli poketteja. Alun perin ajattelimme kiipeävämme siellä kaksi päivää, sillä sektoreita oli yhteensä parisenkymmentä ja mielenkiintoisia yläkutosen tai alaseiskan reittejä kymmenittäin.

Valitettavasti ensimmäisen, Styx wallilla ja sen läheisyydessä vietetyn kiipeilypäivän loppuksi Jaakko onnistui riuhtaisemaan reissun ensimmäisen lihaskivun päälle olkapäähänsä atleettisella reitillä *Le Juif Architecte* (6c). Seuraava päivä meni levätessä, ja vielä sitä seuraavanakin päivänä Mari sai nauttia yksinoikeudella Jaakon varmistusorjapalvelusta Seynesin kalkkikallioilla. Seynes oli yksi Provencen kymmenistä peruslaadukkaista harmaista kalkkikiviseinistä. Kymmenisen sektoria tarjoavat hieman, muttei suinkaan liian kulunutta kalkkikivihauskaa.

Provence ja Languedoc-Roussieu (sis. Seynes) olivat ehdottomasti hienoa aluetta matkailemiseen ja filistelyyn. Myös kalkkikallioita sieltä löytyi vaikka muille jakaa, mutta matka-ajankohdaksi kannattaa valita ennemmin talvi tai alkukevät kuin touko-kesäkuun vaihte – seinät kun ovat pääosin etelään aukeavia pätsjä ilman varjoa.

Seuraavaksi kohteena olivat Pyreneet Espanjassa. Koko reissun lähtöpiste, Málaga, alkoi hämmöttää jossain päin etelää, mutta edessä oli vielä monen monta mielenkiintoista seinää ja kiveä.

Espanja 10.6.–27.6.

## Takaisin Espanjan aurinkoon – tällä kertaa teemana boulder Albarracínissa ja La Pedrizassa

Seuraava reissun hienoista kiipeilypaikoista löytyi Pyreneiden Cavallersista. Cavallers sijaitsee Aiguestortes i Estany de Sant Mauricin luonnonpuistossa lähellä Ranskan rajaa. Sektoreita oli parisenkymmentä, mutta topomme kattoi niistä vain kourallisen. Kiipeisimme alueen lyhimpien lähestymisten kallioilla pittoreskin, kirkas- ja kylmävetisen patojärven reunoilla.

Alkukesän lämmöstä huolimatta sulamisvedet estivät vielä joidenkin reittien kiipeämisen, mutta kahdeksi päiväksi tekemistä riitti enemmän kuin hyvin. Kivi oli huippulaatuista graniittia ja mukana oli jälleen muotoja, kuten tappimaisia ulkonemia, joita Suomi-kallioilla ei taida juurikaa nähdä.

Koska kalliojärven molemmilla rannoilla mahdollisti taktisen siirtymisen vuorokaudenajan mukaan, paikka toimi erinomaisesti

## SEYNES OLI YKSI PROVENCEN KYMMENISTÄ PERUSLAADUKKAISTA HARMAISTA KALKKIKIVISEINISTÄ. KYMMENISEN SEKTORIA TARJOAVAT HIEMAN, MUTTEI SUINKAAN LIIAN KULUNUTTA KALKKIKIVIHAAUSKAA.

myös kuumalla kelillä – ja lämpöä kesäkuun alussa riitti.

## Lämpöä ja lohkareita Espanjan bouldermenteissa

Cavallers jäi reissun viimeiseksi köysittelypaikaksi, sillä Espanjan lämpö ei innostanut grillautumaan pitkillä seinämillä. Sitä paitsi boulder tarjosi vaihtelua tässä vaiheessa jo iskeneeseen, orastavaan kiipeilyväsymykseen. Ajoimme Zaragozan kautta Albarracínin hiekkakiville voittamaan Marin ulkoboulderkammoa – tai oikeastaan tarkemmin sanottuna toppaus- ja putoamiskammoa.

Tähän tarkoitukseen Albarracín soveltui mainiosti, sillä reittejä löytyi kaikilla vaikeusasteilla, putoamisalueet pystyi näppärästi vuoraamaan leirintäalueelta hyvinkin kohtuulliseen hintaan vuokratuilla pädeillä ja topit sekä laskeutumiset kiviltä olivat pääosin miellyttäviä. Vaikka sektoreita oli vain viitisentoista ja osa niistä kiipeilykiellossa, olivat ne niin laajoja, että niillä pystyi viettämään useamman päivän. Kokonaisuudessaan kiviä oli yli 1600.

Albarracínin hiekkakivi oli kaivattua vaihtelua kalkin jälkeen, ja siitä olisimme mielellään nauttineet pitempäänkin kuin viisi kiipeilypäivää. Kolme ensimmäistä päivää kiipeisimme Arrastraderossa, sen jälkeen yhden päivän Cabrerizossa ja Techoksessa kummassakin. Marilla kesti kaksi reittiä unohtaa boulderpelko ja siirtyä nelosista kutosiin.

Olo oli kuin lapsella karkkikaupassa – joka puolella oli hienoja muotoja ja uutta kokeiltavaa. Otteita riitti luonnon otelautoista slouppeihin. Ainoa miinus oli kolmenkymmenen pahemmalle puolelle noussut lämpötila. Onneksi kivet oli ripoteltu suurten mäntyjen väliin, joten varjoa löytyi yleensä aina tarvitta-

## TOP 6 TIIVISTELMÄ KIIPEILYALUEISTA JA TOPOISTA

Kiipeilyalue	Topo	Kuvaus
Korsika, Ranska	Falaises de Corse	<ul style="list-style-type: none"><li>• Reissan kiipeilykohteiden jokeri: cragejä punaisesta graniitista kalkkikiveen ja (oletettavasti) basalttiin, henkeäsalpaavissa välimerellisissä vuoristomaisemissa.</li><li>• Reittejä perustopossa noin 2000, minkä päälle tulee vielä noin 100 multipitchiä (Grandes voies de Corse).</li><li>• Vaikeusasteita laidasta laitaa (5-8), pääpaino kutosissa.</li><li>• Loppukevään ja kesän kohde, sillä huhtikuussa korkealla vuoristossa olevat cragit (kuten Bavellan alue) eivät olleet vielä miellyttävästi kiivettävissä.</li></ul>
Sardinia, Italia	Pietra di Luna Crag	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sardinia yllätti monipuolisuudellaan: pohjoisen graniittitradimultipitchit jäivät meiltä kokeilematta, mutta sporttialueita löytyi niin pohjoisesta, idästä kuin lounaastakin.</li><li>• Laadukasta peruskalkkikiveä, joka ei lopu kesken viikossa tai parissa.</li><li>• Käyttämämme sporttitopon 600 sivua kattoivat 3600 single pitch-reittiä – multipitch-topossa olisi ollut 700 lisää. Valtavasta määrästä kiivettävää löytyy kaiken tasoille, nautinnollista ainakin kutosen ja alaseiskan kiipeilijöille.</li></ul>
★ Como, Lombardia, Italia	Lario Rock Falesie	<ul style="list-style-type: none"><li>• Laadukasta kalkkikiveä Como-järven ympäristön upeissa alppimaisemissa.</li><li>• Pääosin single-pitch-släbeilyä, mutta voimakkaampaa hankkiäkin sekä jonkin verran multipitchiä löytyi.</li><li>• Tuhansia reittejä noin sadalla kalliolla, aloittelijasta tiukkaan.</li></ul>
★ Sion, Valais, Sveitsi	Escalades - Jura, Vaud, Chablais, Bas-Valais, Sanetsch (Claude & Yves Remy)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolmitonnisten huippujen ympäröimä alppilaakso, jossa niin kalkkikiveä, graniittia kuin gneissiäkin.</li><li>• Hienoa sinkkua ja multipitchiä hyvin pultattuna, mitä muuta voisi toivoa?</li><li>• Multipitcheillä solidi yläkutosen / alaseiskan liidaaja lisää vaihtoehtoja Topo kattaa myös muita alueita Sveitsissä Lac Lemanin ympäristössä.</li></ul>
Haute Province, Ranska (Ceüse, Buoux, Sisteron, Combe obscura)	Rockfax Haute Province	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ehdottoman hieno kiipeilyalue vierailtavaksi: klassikkokallioita Provencen sinisten laventelipeltojen keskellä!</li><li>• Rockfax kattaa ~15 kalliota ja ~2500 reittiä, paikallitopoista löytyy varmasti enemmänkin.</li><li>• Sopii parhaiten väh. kutosen kiipeilijöille, osa kallioista parhaimmillan vasta yläkutosesta alkaen.</li></ul>
★ Albarracín, Aragón, Espanja	Boulder Albarracín	<ul style="list-style-type: none"><li>• Upeaa hiekkakiviboulderia kolmosesta Vaikeaan.</li><li>• Mäntymetsän varjoon ripotellut kivet tarjoavat niin släbejä, hankkeja, krimppejä, kuin slouppereita, voimakkaita reittejä ja tasapainohiiputtelua, ja suurin piirtein kaikkea mahdollista mitä boulderoija toivoa saattaa.</li><li>• 1600 kiveä riittävät pitkälle</li></ul>

essa, ja kiivettävät seinät valittiin varjon puolelta.

Kun kolmantena kiipeilypäivänä alkoi sataa ja lämpötila tipahti 35 asteesta 20:neen, teki lähinnä mieli mennä seisomaan sateeseen ja nauttia poikkeuksellisesta viileydestä. Marille mieleen jäi *El patito* (6A) – voimaa ja tasapaino-vaatintu vaatinut reitti ja Marin ensimmäinen boulderkutonen.

Jaakon suosituksen saavat Techoksen 35-kiven korkea släbireitti (6B) ja Cabrerizon 11-kiven hieno, hookkaamista ja slouppigrippiä vaativa kulman kiertoreitti (6B+). Huomautuksena, että kaikkia reittejä ei ole ehditty tai vaivauduttu nimeämään, sillä sen verran paljon uutta kiivettävää Albaraccinissa on ja löytyy koko ajan lisää.

Kuumuus oli tästä eteenpäin loppureissun kantava teema. Madridissa vietetyn kuuman ja kulturellin viikonlopputaun jälkeen matka jatkui La Pedrizaan, vajaan tunnin päähän pääkaupungista. La Pedriza oli tunnettu släbeistään ja kitkakiipeilystään, jotka olisivat kyllä kiinnostaneet, jollei eteläseinän tulikuumeus olisi karkottanut meitä. Albarracínista

innostuneina päätimme siis jälleen suunnata boulderoimaan graniittilohkareille mäntymetsän näennäiseen viileyteen.

Päidin vuokraus onnistui sujuvasti Manzanares El Realin kylän kiipeilykaupasta. Kiviä oli kokonaisuudessaan parisen tuhatta noin kahdellakymmenellä sektorilla, joten valinnanvaraa riitti. Itse valitsimme suhteellisen helpon lähestymisen tarjonneet sektorit La Nadan sekä Laboratory Centralin. Kiipeily oli monipuolista kaikilla osa-alueilla: otteissa löytyi sekä krimppejä että slouppereita ja profiileissa Pedrizalle tyypillisten släbien lisäksi myös hienoja hankkeja.

Huomattavasti suomalaista sukulaistaan karkeampi, suurikiteisempi ja terävämpi graniitti kulutti ihoa nopeasti, joten kahden kiipeilypäivän jälkeen lepoa olisi tarvittu pari kolme päivää ennen seuraavia kiikkuja. Paluulento hämmötti kuitenkin viiden päivän päässä, joten päätimme, että reissun kiikut oli kiikutettu. Pieni maistaisemme Espanjan boulderoimista kuitenkin vakuutti. Sekä Albarracínin että La Pedrizaan palaisi mielellään uudestaan – tosin ei kesäkuussa.

## Kaikki hyvä loppuu aikanaan

Andalusian rannat, pinchot eli paahdetun leipäpölyn päälle kootut tapakset ja sangria kut-suivat jäljellä olevien päivien ajaksi. 29.6. oli aika sulloa kimpsut ja kampsut takaisin kantolaitteisiin ja lentää Espanjan kuumuudesta Suomen orastavaan kesään.

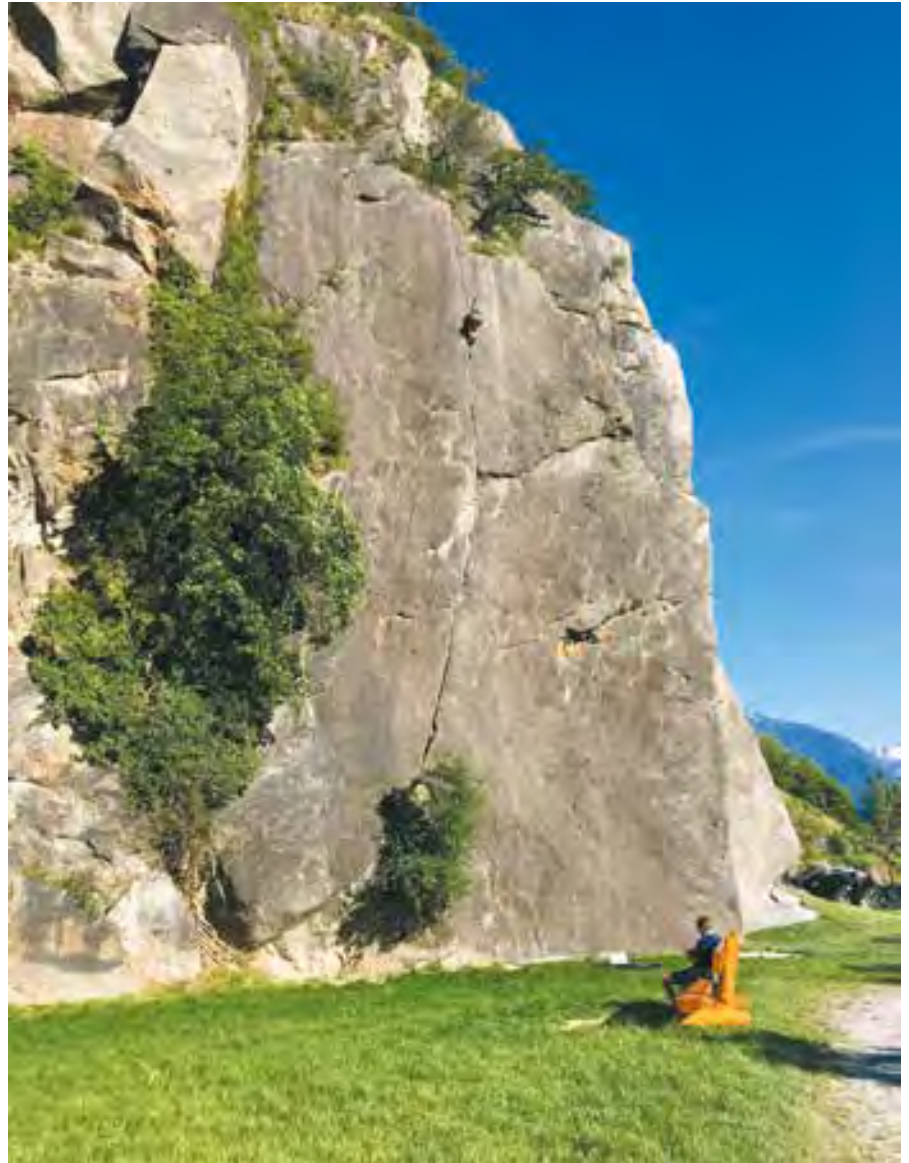
Kun viikkojen kuluttua kulttuurishokki Suomeen ja normaaliin elämään paluusta oli ehtinyt laskea, tavarat puretti, pyykki pesty ja työläppärikin jouduttu ottamaan jälleen käyttöön, reissu ei vielä kukaan päästännyt irti.

Opimme, että Ranska ottaa liikenteenvalvonnan vakavasti – jopa kahden kilometrin nopeuden ylityksestä seurasi yllätys postissa. Ja toinen. Ja vielä kolmaskin. Niin, ja kahden kuukauden päästä Espanjankin viranomaiset heräsivät, ja muistivat meitä lämpimästi nopeussakolla. Kivoja tuulahduksia jo siinä vaiheessa muistoksi siirtyneestä, neljän kuukautta kestäneestä mahtavasta kiipeilyseikkailusta!



**i** **Jaakko:** 6c-7a:n peruskiipeilijä, joka tykkää boulderista, multi-pitcheistä ja hienoja elämyksiä tarjoavista crageista. Inspiroivat, pitkät single-pitchitkin ovat kivoja.

**Mari:** 6a-6b:n sporttikiipeilijä, joka reissun aikana rohkaistui kokeilemaan 6c:täkin ja oppi myös arvostamaan ulkoboulderia. Pitää sormeikkaista reiteistä, suorasta seinästä enemmän kuin hankistä, ja ennen reissua pelkäsi vähän turhan paljon putoamista niin köyteen kuin boulderin topistakin.



Dorenazin kaunis gneissikallio Sionin laaksossa Sveitsissä. Superhelpon lähestymisen (5m parkkipaikalta) lisäksi Dorenanz tarjosi myös leppoisat olosuhteet mukavuuksien varmistajille.

## VINKKEJÄ LEPOPÄIVIEN RATOKSI:

**KAUPUNKIKULTTUURIN** kukoistuksen ihailemisen lisäksi oli Italiasa yksi reissun TO DO -listan kohdista: rane-pizzan syöminen. Kyseistä pizzaa voisi luulla pyhäinhäväistykseksi pizzan kotimaassa. Tämä löytyy kuitenkin lähes jokaisen pizzerian listalta ja oli muuten vielä todella hyvää.

**SISILIASSA** maltillinen kiipeilytarjonta ei niin paljoa haitannut, vaan päädyimme nauttimaan matkailusta ja paikallisesta elämäntavasta. Teimme aluksi neljän päivän pyöräretken Itä-Sisiliassa reitillä Palermo–Trapani–Sciacca–Palermo. Reilu 10 euroa päivässä pyörävuokrasta ei ollut paljon, ja kauniit maisemat, valkoiset hiekkarannat sekä mukava reisilihasten rasitus kevyehköillä noin 100 kilometrin päivämatkoilla vuoristoisessa maastossa olivat piristävää vaihtelua ”crägil-eka-crägil-vika”-elämään.

**BUIS-LE-BARONNIES’SSA** pidimme myös pari välipäivää, joiden aktiviteetteihin kuului via ferrataa, haikkausta komeissa maaseutumaisemissa tunnin mittaisen ukkoskuoron keskellä, sekä puolitoistakilometrin vertikaalinen nousu maantiepyörillä legendaariselle, Tour de France-takin tutulle Mont Ventoux’lle.

**PYRENEIDEN MAISEMIA** suosittelemme avosydämin, sillä ne lyövät

vihreydellään ja jylhydellään vertoja monille Alppien komeimmille paikoille. Vinkkinä tosin haikkaamiseen niin Pyreneillä kuin missä tahansa muuallakin on se, ettei rintaan kannata pakata parinkymmenen kilon edestä tavaraa, mikäli aikoo nousta pari kilometriä vertikaalia joka päivä. Esimerkiksi telttaa ei tarvitse ottaa mukaan, jos todella pääsee yöpymään haluamalleen majapaikalle tai autiomajalle. Paistinpannu, painostaan huolimatta, oli mukava lisä: päivän päätteeksi autiomajalla lämmin ruoka maistui yllättävän hyvältä illan pimentyessä, kaikkien voimien jo kadottua jaloista ja muualtakin kehosta.

**KUUMAA KELIÄ** vastaan taistelemisessa auttoi aina pulahdus kauniisiin luonnonvesiin. Yksi matkan teemoista kiipeilyn lisäksi olikin uiminen. Hienoja vesistöjä löytyi matkan aikana niin Provençen leppoista virroista Cavallersin ja Sveitsin (pyren)alppijärviin ja -jokiin, ja Sardinian valkoisista hiekkarannoista Ligurian sileäkiviin rantoihin.

**KIPEILYYN LIITTYMÄTTÖMIEN** puuhastelujen keksiminen vaikka pari kolme päivää aiemmin saman aamun sijaan olisi helpottanut elämää. Esimerkiksi vierailu parmesan-juustolaan Reggio Emiliassa jäi seuraavalle reissulle turhan myöhäisen varaamisen vuoksi.

GoExpo Winter yhdistää kaiken,  
mitä voit harrastaa talvella.

**Tule ja testaa!**

# GOEXPOWINTER

**2.-4.11.2018 Messukeskus Helsinki**

**Laskettelu | Hiihto | Jäälajit | Talvipyöräily | Talvijuoksu  
Vaellus ja retkeily | Kiipeily | Hiihtokeskukset ja talvikohteet  
Hyvinvointi ja treeni | Afterski**

**Perjantaina 2.11. messujen yhteydessä  
Helsinki Adventure Night, jossa pääesiintyjänä  
kiipeilyn supertähti Chris Sharma.**

**goexpowinter.fi | #goexpowinter2018 | #oispatalvi**  
TEKNISESTI PARAS KUVA

**Avoimna:** perjantai 2.11. klo 12-20 (Helsinki Adventure Night klo 01.30 saakka),  
lauantai 3.11. klo 10-19, sunnuntai 4.11. klo 10-17 **Liput:** shop.messukeskus.com.

**Samalla lipulla GameXpo ja OutletExpo.** Alle 12-vuotiaat vain huoltajan seurassa.

Messukeskus



Makak otteet  
Makak treenipalkit



Rock Empire Shogun  
- edullinen yleistossu  
- seinälle ja kalliolle  
54,00



Rock Empire  
Streak valjaat 44,00  
Valjassetti 59,00

12,50

13,00



Rock Empire mankasetti 12,00



Kiipeilyköydet Rock Empire  
Tango 9,8mm x 60m Std 99,90  
Tango 9,8mm x 60m DRY 119,90



kaksiakseliset camut  
Rock Empire Axle  
46,00/kpl



Kerhovaljaat  
Speedy 35,00



CAMP X-Dream  
199,00



CAMP Matic 99,00  
R.E. Tandem 59,00



Kypärät  
alkaan 49,00



Camp iso kasi korvilla 26,00  
Rock Empire Ascender 49,00



Rock Empire  
Slight valjaat 59,50  
Valjassetti 74,00



Jäähakku Chakan 69,00, jääraudat Machki 89,00



Rock Empire Spectrum, musta  
- kiipeilyyn, työ- ja pelastuskäyttöön  
- tukevat ohjaajanvaljaat 79,00



ROCK EMPIRE, CAMP, PETZL, BEAL

Yli 15 euron toimitukset ilman postikuluja

**MOUNTAIN SHOP 050 5017157**

Hämeentie 40, 00500 Helsinki

<https://www.mountainshop.fi>



# Galleria

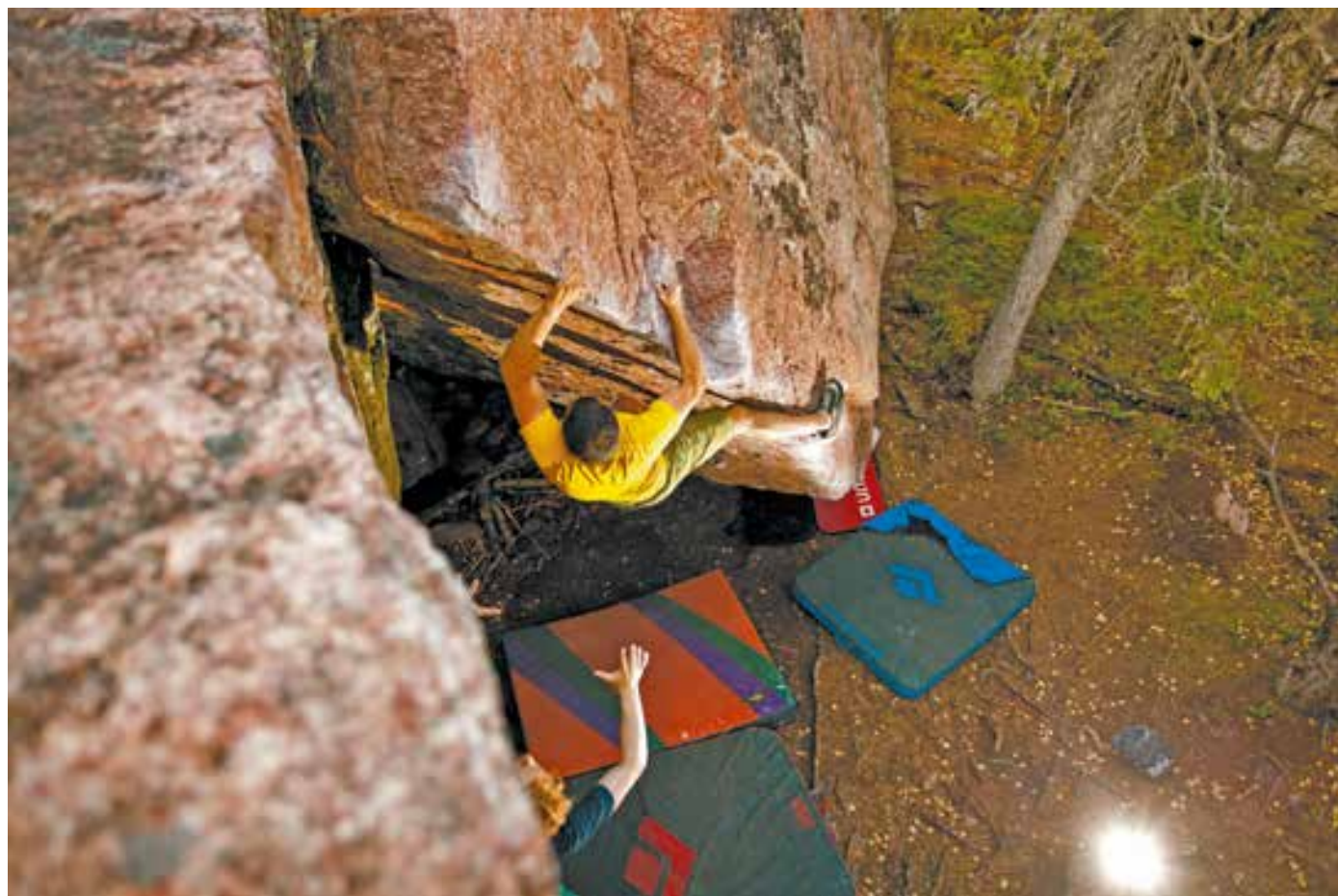
Galleria julkaistaan jokaisessa Kiipeily-lehdessä. Lähetä omat täysosumasi Kiipeily-lehteen osoitteeseen: jari.koski@climbing.fi



Timo Junttila, Brione. Kuva: Tuukka Kaipainen



Mika Hinkkanen, Les Conquistadores 7b, Rocher Greau, Fontainebleau. Kuva: Sami Romppainen



Miguel Angel Lahoz Ramos, Martikainen, 6C+, Ahvenanmaa. Kuva: Mikael Uponen

# UIAA ICE CLIMBING FINICE 2019

## World Youth Championships European Cup

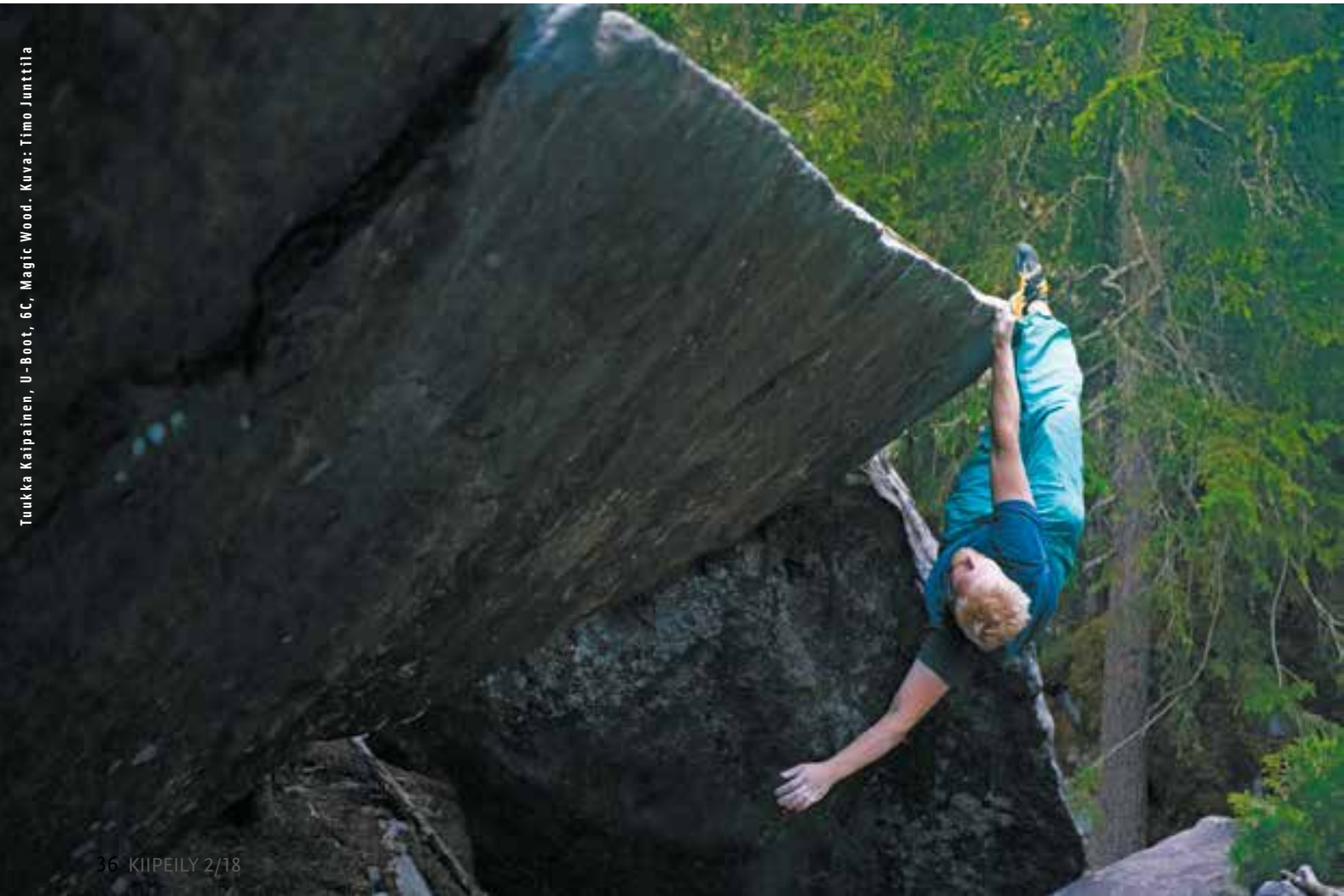
March 1-3, 2019, Oulu, Finland.

GET THE COMMUNITY TICKET  
FOR CATERING, ACCESS TO ALL  
SIDE EVENTS AND AFTERPARTY!

ATHLETE REGISTRATION AND  
TICKETS: [FINICE2019.COM](http://FINICE2019.COM)



Tea Tanskanen, Martti Servo ja Napander, 7A, Rovaniemi. Kuva: Tea Tanskanen



Taukka Kaipainen, U-Boot, 6C, Magic Wood. Kuva: Timo Junntila

# JOKAISEN KIIPEILIJÄN PERUSTEOS

SAKU KOROSUO

## SUOMA- LAINEN KIIPEILY- OPAS

AULA & CO

AULA & CO

# KUVAESSEE

Jyväskylän länsilaidalta

Teksti: Kirsi Kauko  
Kuvat: Marko Kauko

Ilkka Unkuri



Jyrki Kauko



Anssi Ruuska



## NAKIT JA MUUSI

*Nakit ja muusi*, 7C+, Forte, Muuratsalo: “Moi! Mää oon **Juha Saatsi**. Tää on *Nakit ja muusi*. Se on 7B+ elikkäs suomeks sanottuna se on helvetin vaikee”. Näin kertoi reitin ensinousija Juha Saatsi tv-ohjelma Sporttispurttin jaksossa lumisateen keskellä joskus 90-luvun loppupuolella. Ei ollut pädejä, eikä viimeisen päälle trendikkäitä kiipeilyn merkkivaatteita. Mankkakin oli vain mankkaa, sitä ostettiin apteekista ja se maksoi paljon! Jakso nauhoitettiin tietysti vhs-kasetille, josta sitä katsottiin ahkeraan.

Nykynuorisot voi hyvin ajaa auton ihan boulderin alle ja nostella auton takakon-tista reitin alle kymmenen BD Mondoa, ei tarvitse kävellä, eikä kantaa. Reitin nimi tulee siitä, että reitti meinasi vetää Juhan nakit muusiksi. (Nykynuoret voivat myös katsoa googlesta mitä tarkoittaa vhs, sporttispurtti ja nauhoittaa, vaikka tuskin näitä termejä sieltä löytyy).

## SYYSHÄMÄRÄ

*Sysshämärä*, 7B, Näätäkiwi, Muuratsalo: legendaarisen **Jussi Remosen Millenniumin** tienoilla sysshämärässä kiipeämä Jyväskylän “must-do” -reitti. Tämä namupala (enkä nyt puhu Jussista) sai istumaläh-dön sysshämärässä syksyllä 2009 rakkaan aviomieheni **Marko Kaukon** toimesta.

Sysshämärän voi pressuttaa talveksi ja yrit-tää sitä sormet kohmeessa koko hemmetin talven (entinen jyväskyläläinen, nykyinen oululainen tohtori tietää mitä tarkoitan). Myös Markon intohimo on siirtynyt mo-posteluhommiin keski-ikäistymisen myö-tä.

## ROSVO

*Rosvo*, 6A, Näätäkiwi, Muuratsalo: **Jyrki Kaukon**, **Marko Kaukon**, **Jussi Remosen** tai **Jukka Mäkisen** ensinousema herkkulinja! Hienoja muuveja ja nautinnollinen toppaus, jos et putoa hyytävän kylmään järveen. Reitistä on myös suora versio, *Rosvo direct* (7A), ei huono sekään. Saa ke-vättälvella paljon auringonvaloa ja lämpöä, joten itsensä voi pyöräyttää Rosvosektoril-le jo helmikuussa vokaaleita ostamaan.

Kuvassa **Anssi Ruuska** kiipeää reittiä Mar-kon pakottamana kauden vihoviimeisenä kiipeilypäivänä. Kuvaaja seisoi järvessä, ja kuva päätyi sanomalehti Keski-suomalai-sen viikon kuvaksi.

Kirsi Kauko



## SUPERSTYLIN'

---

*Superstylin'*, 7B+, Keljonkangas: Tämä tyylis-käs **Jyrki Kaukon** huukkailulinja on kiipeilyä alusta loppuun asti. Reitti sijaitsee Keljonkankaan pururadan varressa, mutta kuitenkin sen verran syrjässä ettei frisbee-kiekko kop-sahda päähän kesken toppauksen.

Jo useampi geokätköilijä on lainannut pädiä maatakseen ähisten mahallaan boulderin alla kätköä etsien (eivät siis eroa kovinkaan paljoa reittiä yrittävistä kiipeilijöistä). Nimi syntyi poikien kuunneltua Groove Armadan *Superstylin'* biisiä repeatilla.

Ilkka Unkuri



## HUHU

---

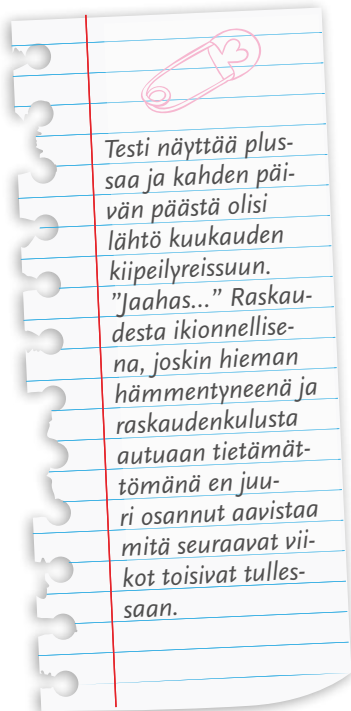
*Huhu*, 7A+, Muurame: jo nimikin kertoo, että Jyväskylän kiipeilijöiden keskuudessa kiersi huhu, että viime jääkausi olisi siirtänyt Muuramen metsään huikean hänkin. Parinkymmenen minuutin ryteikössä ryönäämisen jälkeen tämä huhu osoittautui todeksi. Tuloksen **Ila Tuunaisen** ensinousema Huhu - huikea hänkki.



Teksti: Inka Gysin

# Kiipeilyä kahden edestä

Miten jatkaa kiipeilyä raskauden aikana? Entä sen jälkeen? Onko kroppa enää oma ja sama? Kuinka malttaa pitää taukoa, mahdollisesti pitkää sellaista? Apuaaa!?



Raskaudenajan kiipeilystä on melko vähän tietoa tarjolla. Lukuunottamatta joitain ulkomaisia tutkimuksia, ei odottajalle ole paljon neuvoja luvassa – ainakaan tutkimus- ja faktatietoon perustuvia. Useat kiipeilijät menevätkin mutu-tuntumalla ja etsivät tietoa itsenäisesti internetistä tai kokemusta omaavilta ystäviltä.

Kiipeily-lehti teetti syyskuun alussa kyselyn Facebookin suomalaisissa kiipeilyryhmissä tiedustellen naisten kokemuksia raskauden ajan kiipeilystä sekä paluusta oman lajin pariin synnytyksen jälkeen. Kyselyn mukaan raskaus sekä lasten hankkiminen mietityttää ja arveluttaa kiipeilijöitä. Useampi nainen kertoi viivytäneensä lasten hankkimista kiipeilyn takia tai ainakin miettineensä päätöstä kahdesti. Moni toivoi myös lisätietoa tästä tärkeästä aiheesta. Toivottavasti tämä artikkeli tuo hieman lisävaloa ja herättää yhä syvempää keskustelua.

## Kiipeily-lehden kysely: taustatietoja ja tilastoja

Kiipeily-lehden toteuttamaan kyselyyn vastasi 80 naista. Suurin osa vastaajista sijoittui 30-40 ikävuoden väliin, ja yli 80% oli ollut jo aiemmin raskaana. Viidesosa vastaajista oli ensimmäistä kertaa raskaana kyselyä täytettäessään. Kolmasosalla vastaajista lapsia oli kaksi, kun hieman vajaa kaksi kolmesta

## Lapsellista kiipeilyä -artikkelisarja alkaa

Skidejä... joo jossain vaiheessa, mutta entä kuinka kiipeilyn käy?

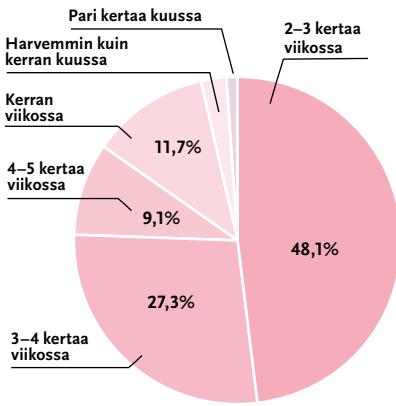
Moni kiipeilijä miettii miten tuleva perheenlisäys vaikuttaa rakkaan lajin harrastamiseen – tai koko lajin tuomaan elämäntapaan. Pohdittavaa riittää niin raskaudessa kuin sen tuomissa muutoksissa kiipeilijän kehoon. Ajatustyö voi olla myös vapaa-aikaan liittyvää: onko vauvan kanssa aikaa treenata tai voiko kiipeilyreissut unohtaa kokonaan? Uuden perheenjäsenen tulo vaikuttaa niin vanhempien kuin kiipeilykumppaneiden harrastamiseen.

Yhteisömme monen mainion esimerkin kautta on helppo nähdä, että vaikka vanhemmuus muuttaa (kiipeily)elämää, ei se tee siitä välttämättä lainkaan huonompaa – päinvastoin! Fontainebleaun kiipeily-Mekka on täynnä perheitä pienine lapsineen, eräs nimeltä mainitsematon Enni Bertling, viime vuosien SM-voittajamme niin liidissä kuin jääkiipeilyssä, on kahden nuoren lapsen äiti, ja halleilla näkyy niin isejä kuin äitejä tykkittämissä kovaa treeniä pienokaisten nukuessa tyytyväisinä kärryissään.

Tämän artikkelisarjan on tarkoitus käsitellä vanhemmuutta ja kiipeilyä – herättää keskustelua, tarjota vinkkejä ja tietoutta. Ensimmäinen osa aloittaa kiipeilijöiden raskaudesta ja synnytyksen jälkeisestä palautumisesta, toisen osan käsitellessä treenaamista lapsiperheen arjessa ja kolmannen kiipeilyreissuja lapsen kanssa.



## Kuinka paljon kiipesit ennen raskautta?



vastaajasta kertoi perheensä olevan yksilapsinen. Kolmea lasta enempää ei ollut yhdelläkään vastaajalla ja kolme lasta löytyi vain noin viideltä prosentilta vastaajista.

Tilastokeskuksen mukaan (lähde 1.) Suomessa ensi kertaa äidiksi tultiin vuonna 2016 keskimäärin 29,1-vuotiaina. Kiipeily-lehden tekemän kyselyn mukaan suurin osa (hieman alle 60 prosenttia) odotti ensimmäistään 30–35-vuotiaana eli hieman suomalais-ta keskiarvoa myöhemmin. 25–29-vuotiaita ensiodottajia vastaajista oli alle 30 prosenttia ja 36–43-vuotiaita noin 15 prosenttia.

*Ensikertalaisena en tiennyt raskaana olemisesta juuri mitään. En, vaikka monet ystäväni olivat tämän naiseuden ihmeen kokeneet. Paha olo näytti leffoissa olevan vakio ja kasvava maha tietysti tiellä, mutta siinäpä se. Jotenkin kaiken logiikan mukaan oireet tulisivat myöhemmin sikiön kasvaessa, mutta eihän se niin mene: "aamu"-pahoinvointi kuuluu heti alkuraskauteen. 24/7 krapula eli tauoton etova paha olo unettomuuden siivittämänä pamah-ti päälle viikolla 6. eli melkein heti kun olimme päässeet reissun päälle. Kehon lisääntynyt veren määrä aiheutti järkyttävää puusikutusta painavan päidin ja muiden kantamusten kanssa pitkiä ja kivisiä lähäreititä vaeltaessa. Yöt menivät valvoen, päivät ihmetellessä, että mitä suustaan saisi alas – vai saisiko mitään? Tai tulisiko kaikki sittenkin ylös? Lisäksi jännittikin vielä: menisikö kaikki hyvin? Maha tuntuu oudolta ja kramppailee – uskallanko kiivetä? Saatikka pudota?*

*Boulderseinällä unohdan, että pitää varoa putoamista ja kuin vaistomaisesti nousee huukki jonnekin korvan taakse ja vedän epätoivoisen timakan vedon sloupperiin vain löytääkseni itseni sekuntia myöhemmin selältäni patjalta. Pelko ja suuttumus valtaa mielen. Miten olinkaan niin hölmö? Ihan turhia riskejä. Sanon puolisolalle, että koska en osaa hillitä itseäni, on paras lopettaa boulderointi. Hän on huolissaan ja aivan samaa mieltä.*

Moni vastaaja oli kiipeilyn "sekakäyttäjä" eli kiipesi niin boulderseinillä kuin köysien varassa. Päälajikseen boulderoinnin valineita oli vastaajissa vain hitusen enemmän kuin yläköysittelijöitä ja liidaajia. Trädin päälajikseen ilmoitti noin 10 prosenttia vastaajista. Myös muita lajeja, kuten vuorikiipeilyä ja jäätä, harrastettiin, mutta lähinnä päälajien ohella.

Lähes puolet vastaajista kiipesi 2–3 kertaa viikossa ennen raskautta. Yli neljäsosa enemmänkin, keskimäärin 3–4 kertaa. Suurin osa vastaajista oli kokeneita konkareita kiipeilyn saralla ja he olivat kiivenneet yli viisi vuotta. Yli kaksikymmentä vastaajaa oli kiivennyt jopa vuosikymmenen tai pari!

## Liikuntaa monessa muodossa

Kiipeily ei suinkaan ollut vastaajien ainut laji. Usealla treenivalikoimassa vilahteli mm. jooga, kuntosali, juoksu, pyöräily ja uinti. Monien tuttujen ja turvallisten lajien lisäksi osa tunnusti intohionsa ekstremsporttailuun aina laskuvarjourheilusta alamäkipyöräilyyn.

Aikuisille suunnatun liikuntapiirakan mukaan kestävyyskuntoa voi parantaa liikumalla viikoittain vähintään 2,5 tuntia reippaalla tai 1 tunti 15 minuuttia rasittavalla tasolla. Lihaskuntoa ja liikehallintaa tulisi harjoittaa vähintään 2 kertaa viikossa. --- Liian moni suomalainen liikkuu kuitenkin vähemmän kuin suositukset kehottavat. Aikuisista vain 10% saavuttaa koko suosituksen (sisältäen lihaskuntoliikku-misen). (Lähde 2.)

**Nimi:** Maria Tuominen

**Ikä:** 39 v.

**Kiipeilytausta:** Olen aloittanut kiipeilyharrastuksen vuonna 2011, harrastan pääasiassa seinä- ja kalliokiipeilyä. Tällä hetkellä lähinnä yläköysikiipeilyä, mutta aikaisemmin myös liidausta.

**Ammatti:** Olen Naistentautien ja synnytysten erikoislääkäri ammatiltani

"Liikkuminen raskausaikana kannattaa: se ehkäisee ylipainoa ja raskausdiabetesta, joskaan nämä eivät varmaan ole kiipeilijöillä yleisiä muutenkaan. Ajattelisin kiipeilyn olevan myös hyvä laji raskausaikana tavallisten selkävaivojen ehkäisemiseksi."

Seuraavan aukeaman aikajanalla esitetään raskausajan ohjeet kiipeilijöille lääketieteen näkökulmasta, lääkäri **Maria Tuominen** kertomina. Toisella puolella janaa näet kyselyyn vastanneiden kiipeilytottumuksia raskauden ajalta.

Puolet lehden kyselyyn vastanneista liikkui ennen raskautta noin 5–10 tuntia viikossa. Yksi neljäsosa liikkui yli 10 tuntia, toisen neljänneksen kuntoillessa alle 5 viisi tuntia viikossa. Vaikka suoraa vertailua yllä mainitun lähteen esittämiin lukemiin ei voidakaan tehdä, niin kyselyyn vastanneiden kiipeilijöiden lukemat vaikuttavat melko hyviltä suositusmääriä silmällä pitäen. Yksikään vastaaja ei kertonut liikkuvansa alle 3 tuntia viikossa.

*"Raskaus" tai "odotus". Ei ihmeikään, että tätä "siunattua tilaa" kutsutaan näillä nimillä Suomen kielessä: olo on raskas ja odottavan aika pitkä. Turhauttaa. En pidä köysittelystä, mutta en uskalla enää boulderoida. Kateel-lisena katson kun muut kiipeävät mielettömän näköisiä kisareittejä ja suunnittelevat syksyn kitkoille lähtöä. En voisi olla onnellisempi vauvas-ta, mutta ikävä seinälle on miele-tön. Tyydyn itsevarmistaviin ja otelautaan, joista yritän löytää lohtua...mutta ei se kuitenkaan ole ihan sama.*



LÄÄKÄRI

Raskauden ensimmäisellä kolmanneksella voi yleensä harrastaa kiipeilyä ilman rajoituksia. Pahoinvointi ja väsymys voivat tuki huonontaa suorituskykyä, joten osa voi joutua vähentämään näiden vuoksi hetkellisesti urheiluharrastuksiaan.

ENSIMMÄINEN KOLMANNES  
viikot 0–12



LÄÄKÄRI

Toisella ja kolmannella kolmanneksella ei suositella liidausta eikä boulderointia näihin liittyvän putoamisriskin vuoksi. Putoamisen aiheuttama isku vatsaan (boulderointi) tai liidauksessa putoamisen aiheuttama hidastuvuus voi aiheuttaa istukan irtoamisen, jonka vuoksi näitä ei suositella. Istukan ennenaikainen irtoaminen on harvinaista, mutta on sattuessaan todellinen hätätilanne, jossa sekä sikiön että äidin henki on vaarassa. Tämän vuoksi kaikki urheilulajit joissa voi pudota tai saada iskun vatsaan (mm. laskettelu, ratsastus, kontaktilajit) eivät ole suositeltavia 1. kolmanneksen jälkeen.

Siinä vaiheessa kun raskausmaha alkaa selvästi näkyä, kannattaa ottaa kokovartalovaljaat käyttöön. Yleensä tämä tapahtuu viimeistään raskauden puolivälin tienoilla. Suoria vatsalihaksia ei suositella tehtäväksi enää raskauden puolivälin (vko 20) jälkeen eikä ennen synnytyksen jälkitarkastusta

TOINEN KOLMANNES  
viikot 13–27



VASTAAJAT

61 prosenttia vastaajista jatkoi samojen lajien kiipeämistä, kuitenkin 39 prosentin vaihdettua lajia jo raskauden alkutaipaleella. Lajin vaihtajat perustelivat päätöstään pääosin sillä, että boulderointi tai liidaaminen yksinkertaisesti pelotti liikaa. Niin ikään omaa maksimitasoa saatettiin tiputtaa, ja jotkut kiipesivät vain ”turvallisia” reittejä.

*”Vaihdoin boulderin ja liidin yläköysittelyyn. Raskautta oli toivottu ja yritetty useampi vuosi. Halusin jatkaa kiipeilyä, mutta ilman turhia riskejä.”*

Moni kommentoi, että alkuraskauden paha olo ja väsymys vaikutti kaikkeen liikkumiseen. Hieman alle puolet vastaajista jatkoi treenaamista samoilla määrillä kuin ennen raskautta. Osa höllensi intensiteettiä, kun taas osa siirsi painopistettä leppoisemmiksi kokemuksiensa lajeihin.

Neuvolasta saatujen ohjeiden määrä ja laatu raskauden ensimmäisen kolmanneksen kiipeilyyn vaihteli vastausten perusteella suuresti. Osaa oli neuvottu jatkamaan samaan malliin, kun taas jotakuta oli neuvottu jättämään kiipeily kokonaan. Moni mainitsi kuitenkin saaneensa ohjeen jättää boulderoinnin ja liidin ensimmäisen kolmanneksen jälkeen - neuvo oli tullut joko neuvolasta, ystäviltä tai internetistä. Useita oli kannustettu liikkumaan oman voinnin mukaan.

*”Siinä vaiheessa kun sai tietää olevansa raskaana tuli mukaan tietty varovaisuus, piti huolta siitä ettei pudonnut. Alkuun myös huomasi, että väsytti enemmän.”*



VASTAAJAT

Toisen kolmanneksen aikana enää 18 prosenttia vastaajista kiipesi samoja lajeja kuin ennen raskautta. Yhä useampi jätti liidauksen ja boulderoinnin pois ja siirtyi yläköyteen. Pääosin syynä oli putoamisen ja sen seurausten pelko. Jotkut jatkoivat boulderointia tai liidiä noin puoliväliin raskautta, mutta suurin osa mainitsi, ettei enää pudonnut vaan kiipesi reilusti alle oman maksimitason. Moni myös kertoi siirtyneensä ”mammavaljaisiin” vatsan kasvettua toisen kolmanneksen aikana.

*”Liidauksen jätin raskauden puolivälin jälkeen pois, boulderointia tein vain varmoilla reiteillä alas kiiveten.”*

Urheilumäärät tippuivat vain vähän raskauden ensimmäiseen kolmanneksen verrattuna. Melkein 40 prosenttia mainitsi vielä treenaaneensa kiipeilyä ja muuta liikuntaa yhtä lailla kuin ennen raskautta. Treenimäärien vähentyminen näkyi myös harjoittelun madaltuneena intensiteettinä ja kevyempinä urheilusuorituksina. Melkein jokainen kyselyyn osallistunut kuitenkin kertoi yhä liikkuvansa.

Neuvolassa useimpia ohjattiin liikkumaan omien tunteiden mukaan ja kuuntelemaan kehoaan. Kokemukset raskauden keskivaiheilta kiipeilyyn liittyen vaihtelivat. Osalla paljon puhuttu energinen keskiraskaus toi nimenomaista puhtia kiipeilyyn, kun osalla kasvanut paino sekä maha häitäsivät menoja ja väsymys vaivasi. Moni tosin mainitsi tekniikkansa kehittyneen kuin huomaamatta keskivartalon tuen kadottua ja vatsakummun kasvettua: ongelmia pitikin ratkaista erilailla kuin ennen.



Yläköysikiipeilyä voi voinnin mukaan jatkaa läpi raskauden. Raskausaikana voi joutua kuitenkin laskemaan omaa totuttua greidiä kasvavan vatsan ja muuttuneen tasapainon vuoksi. Ylipäättään raskausaikana kannattaa kuunnella omaa kehoa ja hidastaa tahtia, sillä kaikki raskaudet ovat erilaisia.

Jos kiipeily tuntuu epämiellyttävältä esimerkiksi epämukavien valjaiden, liitoskijujen tai supistelujen vuoksi, kannattaa miettiä jotakin sille hetkelle sopivampaa lajia loppuraskauden ajaksi. Ainakin punttitali, spinning, uiminen, vesijuoksu ja äitiysjooga sopivat useimmille raskaana oleville. Tiedän, että osa jatkaa liidausta tai boulderointia loppuraskauteen asti. Jokainen päättää toki omasta puolestaan miten elää, mutta raskauksia ja synnytyksiä hoitava lääkäri en sitä suosittele potentiaalisen riskin takia.



LÄÄKÄRI

VIIMEINEN KOLMANNES  
viikot 28–

Synnytyksen jälkitarkastuksen jälkeen eli n. 6 vkoa synnytyksestä voi palata aikaisempiin harrastuksiin. Sitä ennen lajeja, joissa on hyppimistä/pomppimista ei suositella, jotta ei tulisi kohdunlaskeumaa. Suoria vatsalihaksia suositellaan myös treenattavan vasta tämän jälkeen. Muita rajoituksia synnytyksen jälkeen ei ole.



LÄÄKÄRI

SYNNYTYKSEN JÄLKEEN



VASTAAJAT

Enää alle 10 % vastaajista mainitsi kiiveneensä yhä samoja lajeja raskauden viimeisellä kolmanneksella kuin ennen raskautta. Suurin osa kertoi siirtyneensä täysin yläköyteen tai jättäneensä kiipeilyn kokonaan pois.

*“Yläköysittelin viikolle 34, sitten iso maha alkoi tuntua niin vaikealta rauhata mukana, että lopetin loppuraskauden ajaksi.”*

Noin 90 % sanoi myös vähentäneensä treenimääriään verrattuna raskautta edeltävään aikaan. Liitoskivut, kasvanut vatsan alue ja väsymys vaikuttivat liikkumiseen ja monella tehot vähenivät huomattavasti. Suurin osa kertoi kuitenkin, että liikkui tavalla tai toisella: joku sauvakäveli, kun taas jollekulle muut rauhalliset lajit, kuten jooga ja uinti, tuntuivat hyviltä. Osa jatkoi kiipeilyä synnytykseen asti.

*“Köysittely oli yksi parhaita lajeja mikä tuntui hyvältä loppuraskaudessa. Kickbike oli myös loistava loppuraskauden potkuttelulaji, jossa masu sai roikkua vapaasti, pyöräily oli hankalaa, juoksu ei onnistunut. Kolmannen lapsen loppuodotuksessa liitoskivut tulivat mukaan, mikä vaikeutti myös liikkumista, mutta tosiaan köysikiipeily tuntui hyvältä.”*



VASTAAJAT

Paluussa seinälle oli todella paljon haontaa. Siinä missä kymmenisen vastaajaa palasi seinälle jo parin viikon sisällä, meni useimmilla hyvinkin paljon pidempään. Keskimäärin kiipeilemään palattiin noin 2 kk jälkeen synnytyksestä ja moni mainitsi lähteneensä seinälle vasta jälkitarkastuksen jälkeen (joka useimmiten osuu suurin piirtein parin kuukauden kohdalle). Osalla vastaajista meni huomattavasti pidempään ja rakkaan lajin pariin päästiin vasta puolen vuoden tai vuodenkin jälkeen. Paluu oli selvästi hyvin henkilökohtaista.

*“Keskivartalon lihakset oli kadonneet, joten olo oli aluksi lötkö. Oli ihanaa kun kiipeillessä pystyi taas ottamaan pieniä riskejä (esim. liidaamaan) ja tiesi ettei vahingossaakaan satuta vauvaa. Ihana saada taas ”hallinta” omaan kroppaansa (tai no, tissit oli vielä hetken vauvan käytössä).”*





## Palautuminen ja paluu seinälle - miltä se tuntui?

*"Ensimmäinen kiipeily tuntui ihanalta ja hirveältä yhtä aikaa. Vauvamaahan oli poissa ja olo kevyempi, mutta tilalla keskivartalo, johon ei saanut mitään kunnan kontrollia. Jalat eivät meinanneet pysyä seinällä negatiivisessa kulmassa ollenkaan. Lisäksi oli liitoskipuja. Mutta oli ihanaa kun pääsi pitkästä ajasta kiipeilemään omana itsenään ja ilman valjaita (boulderointia, raskausaikana kun pystyi harrastamaan pelkästään yläkösikiipeilyä). Vauvan kanniskelusta ja imettämisestä ei mennyt selkä ja hartioiden jumiin kun kävi säännöllisesti kiipeilemässä. Nyt reilu 3 vuoden jälkeen kiipeily sujuu paremmin kuin koskaan."*



**M**elkein jokainen vastaaja kertoi kiipeilyn tunteen hyvinkin oudolta ja erilaiselta: keskivartalon tuki oli kateissa ja voimat huppenneet raskauden aikana. Noin 35% vastaajista koki saaneensa raskauden aikana huomattavan erkauman vatsalihaksiin ja osa mainitsi, ettei erkauma ole vuosienkaan jälkeen kokonaan kadonnut, mutta se ei silti välttämättä haittaa kiipeilyä.

Osalla erkauma kuroutui nopeasti takaisin, noin kuukauden-parin sisällä. Moni sanoo otaneensa hännäkiipeilyn ja vatsalihastreenin kanssa iisisti synnytyksen jälkeen ja palanneensa hitaasti näiden pariin tuntemuksiaan kuunnellen. Keskimäärin kyselyyn vastanneet kertoivat, että erkauma palautui "treeni-" tai "kiipeilykuntoon" noin 2,5 kk jälkeen, mutta moni mainitsi, että tuntee silti yhä jonkinlaisia eroja entiseen.

*"Mun erkauma oli tunnustellen pieni ja pystyin aloittamaan kiipeilyn melko varhain. Keskivartalokontrollin palauttamiseksi lantiopohja- ja syvien vatsalihasten harjoitteet ovat olleet mielestäni tärkeitä vatsalihasten toiminnallisen palautumisen kannalta. Pinnallisten suorien*

*vatsalihasten treeniä olen edelleen välttänyt ja juoksua olen aloittanut nyt 6 kk synnytyksen jälkeen hyvin varovaisesti. Muutenkin mielestäni synnytyksen jälkeen hyvä treeniperiaate on ollut "hyvä hiljaa tulee"."*

Palautuminen "entiselleen" (eli siihen, miltä kiipeily tuntui ennen raskautta) on vastausten mukaan hyvin yksilöllistä. Keskimäärin koettiin, että noin 8,5 kk jälkeen oltiin taas entisellä tasolla. Hajonta oli suurta. Toisen vastaajan kertoessa, että oli sama kuin aloittaisi kokonaan alusta, vastasi toinen, että palautumiseen meni noin kuukauden päivät. Nopeimmillaan omalle tasolle päästiin juurikin neljässä viikossa, kun taas kourallinen vastasi, että tähän meni kaksi vuotta. Monta sellaista vastaajaa oli, jotka kokivat, etteivät olleet vielä tai enää saavuttaneet entistä kuntoa. Useimmiten syynä oli treenimahdollisuuksien väheneminen lapsen syntymän jälkeen tai se, että vastaushetkellä synnytyksestä oli kulunut vielä liian vähän aikaa.

*"Kiipeily ei ole palannut vielä saman tuntuiseksi kuin ennen raskautta, mutta hyvin nopeasti olen saanut takaisin*

*itseluottamusta ja nyt uskaltaa jo yrittää rohkeammin. Tuntuu, että hermostus palautuu, vaikka voimat ja kestävyys eivät ole vielä ennallaan. Sormivoimat ovat kuitenkin palautuneet yllättävän nopeasti.”*

Vertailu toisten äitien palautumiseen ei kyselyn perusteella kannata - niin henkilökohtaista se on. Toki muutkin kuin fyysiset tekijät vaikuttavat suuresti asiaan. Elämäntilanteen muututtua perheenisäyksen myötä, myös kiipeilyyn käytetty aika väheni useimmilla. Alle viidesosa käytti yhtä paljon aikaa treenaamiseen kuin ennen raskautta.

*”Kiipeilyn määrä on vähentynyt nyt kun ollaan perhe. Säättöä on enemmän, kaikkeen menee enemmän aikaa. Käymme aika paljon kiipeämässä koko perhe, ja silloin tulee vähemmän reittejä per päivä kuin ilman lapsia. Ehkä nykyisin tahti on pari kertaa viikossa, kerran yksin ja kerran perheen kanssa.”*

Aina synnytys ei suju niin kuin Strömsöissä. Alatiesynnytyksessä saattaa äidille tulla vaikeita repeämiä, jotka vaativat pidempää palautumista. Toisaalta myös sektio eli keisari-leikkaus tuo omat haasteensa. Näissä parhaiten apua saa perehtyneiltä lääkäreiltä ja fysioterapeuteilta. Niin ikään erkauman hoidossa kuntoutusohjeita voi kysellä asiaan vihkiytyneeltä fysioterapeutilta.

## **Raskaus ja kiipeily -yhdistelmä kirvoittaa kommentteja – hyvässä ja pahassa**

Puolet vastaajista koki pelkoja raskausaikana, eritoten putoamiseen ja sen seurauk-

*Ai kiipeily raskaana on vähän sama kuin kiipeäisi painoliivi päällä?! No ehkä, jos painoliivi on tungettu syvälle sisuskaluihin, jossa se painaa keuhkoja lysyyn niin, että hengittäminen on hankalaa, virtsarakkoa niin, että vessassa voisi käydä taukoamatta, sekä kaikkia muita elimiä niin, että koko keskikroppa menettää muotonsa ja voimansa. Sitten kun vielä lisää ajatusleikkiin sen, että se painoliivi on elämäsi tärkein aarre ja se auttaa armias, jos mokaat nyt jotain ja se painoliivi menee rikki - se on ehkä pelottavin ajatus mitä vielä tässä elämässä on ehtinyt ajatella. Tällä päästään vähän lähemmäs totuutta.*

siin liittyen. Putoamisen tai muun kiipeilyyn liittyvän syyn aiheuttama mahdollinen keskenmeno olisi koettu itsekkääksi. Sama ajatusmaailma toistui osittain vastauksissa siitä, kuinka muut olivat kommentoineet raskaudenajan harrastamista. Muut kiipeilijät olivat suhtautuneet raskausmahaisten kanssakiipeilijöidensä treenaamiseen pääosin positiivisesti. Pieni osa vastanneista kertoi jopa saaneensa ihailua ja positiivista kannustusta kiipeilyn jatkamiseen raskauden aikana, mutta suurin joukko oli niitä, jotka olivat kuulleet negatiivisia ja kauhistelevia kommentteja. Useimmiten epäilevä suhtautuminen oli tullut ei-kiipeileviltä henkilöiltä, osa myös kiipeilyhallilla. Negatiiviset kommentit koettiin hyökkäviksi ja epäileviksi. Noin kaksi viidestä vastaajasta sanoi, ettei kiipeilyä oltu juuri kommentoitu tai siihen oli suhtauduttu hyvin neutraalisti.

*”... Osa ihmisistä tuli ihailen sanomaan, miten hienoa on, että kiipeilen mahankin kanssa. Tällaisista kohtaamisista jäi hyvä mieli. Toiset hyökkäsivät kimppuuni sanoen, että lapsestani tulee vammaisia, tai että saan keskenmenon tai istukka irtoaa tms. Eräs uhkasi minua jopa porttikiellolla kiipeilyhallille. Tällaisista kommentteista tuli todella paha mieli, koska minusta minun raskauteni ei kuulunut kenellekään muulle.---”*

## **Raskausajan vaikutuksia elämään ja kumppaniin**

*”En meinannut hankkia lapsia lainkaan, koska raskaus, imetys, toipuminen vievät omasta urheilusta melkein vuoden. Tein kompromissin ja meille tuli yksi lapsi. En aio saada enempää, haluan panostaa myös kiipeilyyn.”*

Vaikka suurin osa koki, ettei kiipeily vaikuttanut lastenhankintapäätökseen, mietitytti se silti useita. Useampi oli pohtinut oikeaa ajoitusta ja kertoi sen hetkisen elämäntavan viivytäneen lastenhankintaa.

Kyselyssä tiedusteltiin myös sitä kuinka raskaus vaikutti puolisoon tai kiipeilypartneriin. Useimmat vastaajat sanoivat, että mitään vaikutusta ei ollut: kumppanit jatkoivat harrastamistaan entiseen malliin. Joidenkin puoliskot vähensivät kiipeilymääriään – joko myötätunosta pariaan kohtaan tai puhtaasti kiipeilykaverin puuttuessa. Osa hankki toisen toverin liidiä varmistamaan, toisten partnerit taas siirtyivät boulderseiniltä raskaanaolevalle köysikaveriksi.

*”Sovimme jo alussa että hän ei kiipee, jos minäkään en pääse. Teimme tämän yhdessä ja olen hänelle siitä kiitollinen.*

*”Kun lapsi syntyi tuijottelin ja mittailin, koska kurouma alkaa olemaan vain 1,5 cm leveä. Ja ystävältäni sain vinkkejä, mitä voin alkaa tekemään keisarileikkauksen jälkeen. Jumppaohjeet pitäisi saada jo synnytyssairaalaista. Jos et niitä saa, niin sitten niiden perään heti kyselemään!”*

*Vierestä seuraaminen olisi ollut henkisesti aivan liian rankkaa ja aiheuttanut helposti katkeroitumista. Aloitamme kiipeilyn taas yhdessä kun olen toipunut.”*

*”Kyllä tämä raskauskiipeily oli yhteinen juttu miehen kanssa. Viikolla 23+ oltiin mm. Albarracínissa. Eli pädit kantoi mies ja spottas ja kiipeily oli pääasiassa kevyttä GA/+.”*

## **Lopuksi**

Tässä artikkelissa on käsitelty raskauden ja kiipeilyn yhdistämistä äitien sekä asiantuntijan näkökulmasta. Vaikka raskausajan vaikutukset kiipeilyelämään ovat suuria ja mahdollisesti myös pitkäikäisiä, kävi kyselystä kuitenkin ilmi, että niin tärkeää kuin kiipeily olikin, ei se pääosin vaikuttanut lastenhankintapäätökseen. Kiipeilyn harrastaminen onnistui useimmilta suurimman osan ajan raskaudesta, vaikka päälajistaan joutuikin hetkelisesti joustamaan. Liikunta ja treenaaminen olivat tärkeä osa vastanneiden elämää myös raskauden aikana. Useimmilla kiipeily jatkui synnytyksen jälkeen – mahdollisesti erilaisena ja erilaisissa määrin, mutta ei välttämättä yhtään sen huonompana.

*”Kaikki on lähössä syksyllä Fontsuun... ja talvella Albarracínin... mäkin haluan”, itken miehelleni yksi ilta harmeissani. ”Hei älä huoli”, hän vastaa, ”Kohta me kiivetään siellä taas kimpassa muiden kanssa... me kolme yhdessä! Niinpä. Aika siisti ajatus.”*

Lisää kiipeilystä, reissaamisesta ja treenaamisesta lasten kanssa tulevissa lehdissä. Suurin kiitos kaikille kyselyyn osallistuneille ja kokemuksistaan kirjoittaneille sekä kyselyn teossa avustaneille.

Lähteet:

1) [https://www.stat.fi/til/synt/2016/02/synt\\_2016\\_02\\_2017-12-04\\_tie\\_001\\_fi.html](https://www.stat.fi/til/synt/2016/02/synt_2016_02_2017-12-04_tie_001_fi.html)

2) <https://www.kesayliopistohki.fi/2018/07/06/miksi-liikunta-piirakka-ei-maistu-suomalaisille/>

# PIRKANMAAN HELMET

Teksti: Liisa Peltonen

Kuvat: Katja Silomäki ja Rami Valonen

## Kalkun Mustavuori

Kalkun Mustavuori eli tutummin bläkäri on sielultaan vähän kuin Tesomalainen punkkari. Aivan Mustavuoren laskettelurinteiden tuntuun massa sijaitsevan kallion päältä heitetyt kodinkoneet, fillarit, skederampit ja graffitit luovat ainutlaatuisen urbaanin kiipeilymiljöön.

Mustavuoren historian merkittävimmät vaiheet elettiin 90-luvun loppupuolella, jolloin Tampereen kaupunki, Vertikaalin suostuttelemana, kaivoi Mustavuoren kiipeilykallion esiin sorakuopasta. Kalliolle tuli operaatiossa lisämittaa ruhtinaalliset 8 metriä. Ennen käyttöönottoa palokunta kävi pesemässä esiin kaivetun kallion putipuhaaksi. Toiminnan johdonmukaisuus ei kuitenkaan ulottunut enää 2010-luvulle, jolloin kallio vuorostaan madaltui soranajon takia muutaman metrin

tuoden ensimmäiset pultit varmistajan navan korkeudelle.

Useiden Pirkanmaalaisten kallioiden tapaan myös Mustavuoren reiteistä useat ovat - jo yli seitsemänsataa ensinousua tehneen - **Vesa Salosen** avaamia. Vesa suositteli kalliolta rataa nimeltä *Paras Linja (7a+)*. Reitti ei kuulemma ole turhaan nimetty parhaaksi! Mustavuoresta löytyy myös Tampereen hienoimmaksi kuus-aaksi tituleerattu **Kati Nättisen** ensinousema *Tessun Kuuraketti*.

Mustavuoreen pääsee näppärästi fillarilla tai TKL:n busseilla numero 17 ja 29. Sorakuopan laidalla sijaitseva kallio on kesähelteillä hikininen, mutta aurinkoisen sään sattuessa Mustavuoressa tarkenee hyvin jopa reiluilla pakkasilla. Kallio onkin parhaimmillaan maal- ja marraskuussa!

## Teiskon Viitapohja

Pirkanmaan kiipeilykallioista majesteettisin on Tampereen Teiskosta löytyvä Viitapohjan Mustalaisvuori. Viitapohjan upeat reitit helivät kaikenlaisia kiipeilijöitä nelosen trädikiipeilijästä yläseiskan sporttaajaan.

Viitapohjan ehdotonta aatelia on kallion negatiivisella pääseinällä vierekkäin sijaitsevien seisokien trio - yksi Suomen hienoimmista 7a trädireiteistä, **Henrik Suihkosen** ensinousema *Hui Lai Lee* sekä **Salosen serkusten Vesan ja Samin** avaamat sporttihelmet *Missä Pultti? (7b)* ja *Missä Ote? (7c+)*. Viitapohjasta löytyy myös kattava valikoima kivasti kiipeävää kutosen sporttia sekä helpompaa trädidiä.

Kallion kivityypille on luonteenomaista on melko terävät otteet. Tämä toistuu myös joidenkin reittien nimissä, esimerkkinä kutosen

tui

Paula Volotinen ja Hikivuoren *Oisko Parempi Soolona?*



Hikivuoren kiipeilykallio Tampereen Annalassa.

sporttiklassikko *Sormenleikkaaja*. Omalaatuisin tarina Viitapohjassa on reitillä nimeltä *Taino*. Reitin yläköysitteli ensimmäisen kerran vuonna 1989 zeniläismunkki **Engaku Taino**, vietettyään ensin yli kaksi vuorokautta lotus-assenossa valvoen. Nykyään Taino on ehdottomasti yksi Pirkanmaan laadukkaimmista kutosen trädireiteistä ja sen ensinousei liidaten Esko Laakso vuonna 1993.

Viitapohjaan pääsee helpoiten omalla autolla, mutta paikalle on mahdollista mennä myös TKLn bussilla numero 92. Viitapohjan kylästä on 1,5 km kävely kalliolle. Kallio on aurinkoinen ja kuivuu nopeasti. Sateen sattuessa mestoilta löytyy myös geokätkö.

Viitapohjassa on aina alkukevästä kiipeilykielto linnuston suojelusta johtuen.

## Annalan Hikivuori

Annalan kaupunginosassa sijaitseva Hikivuori on yksi Pirkanmaan parhaista sporttikallioista. Pirkanmaalaisten kiipeilijöiden harjoittelumahdollisuuksien parannuttua merkittävästi Tampereen Kiipeilykeskuksen myötä, löytyy vahvoja lähettäjiä Tampereelta ruuhkaksi asti. Niinpä tiukempien reittien Hikivuorikin on noussut uuteen kukoistukseensa.

Kalliolta löytyy useita upeita seiskoja ja 7b vaikeusasteeseen suositeltavia reittejä on kertynyt jopa kolme, hienoimpana ehkä *Oisko parrampi soolona*? Hikivuorelta löytyy lisäksi Pirkanmaan ehdottomasti upein 6c, *Hikivuoren Kevein Linja*.

Annalan Hikivuori on itätampereolaista urbaa-

nia kiipeilyä parhaimmillaan. Mestoille pääsee puolessa tunnissa TKLn busseilla 9 ja 10. Varjoisa pohjoissuuntainen kallio kuivuu hitaasti ja on oiva paikka hikisille hellekeleille, jolloin missään muualla ei voi kiivetä.

## Siuron Ketaranvuori

Nokian Siurolla sijaitsevan Ketaranvuoren reitit on avattu pääosin Pirkanmaalaisen köysikiipeilyn kehittämisen kultavuosina 90-luvun alussa. Useiden Tampereen kiipeilykallioiden tavoin myös Ketaranvuori on **Pekka Lylykorven** löytämä.

Ensinousuista huolehti Salosten serkusten lisäksi muuan **Tomi Nytorp**.

Kallion pääseinää halkova *Lentävä Sirkus (7a+)* on yksi Tampereen parhaista sporttireiteistä. Ketaralla on myös omalla omituisella tavallaan legendaarinen *Spaidermän*, jonka ensinoususta on aikoinaan kisattu kallion kolmen kehittäjän kesken. Nykyään reitti on lukemattomien pirkanmaalaisten eka 7a.

Sekavarmisteisista reiteistä innostuville Ketaralta löytyy trädikiipeilijän unelmahaaste, kolmen kuusaan suora. Kallion kivilaadulle on ominaista pienet kiteet, jotka tuntee sormenpäissään vielä tunteja kiipeilyssession jälkeen.

Ketaranvuoren reitit ovat pääosin kutosesta ylöspäin. Aloittelevalle kiipeilijälle soveltuu Ketaraa paremmin myös Nokian seudulta löytyvät Rämövuori ja Melo. Erityisesti Rämövuoren uusi puoli on pultattu Vertikaalin toimesta siten, että se sopii hyvin liidikiipeilyn harjoitteluun.



Kiipeilijä Viitapohjan reitillä Taino. Viitapohja on ehdottomasti yksi Pirkanmaan upeimmista kiipeilykallioista.

Ketaralle pääsee parhaiten autolla, mutta myös julkisilla kulkeminen on mahdollista Siuron paikallisliikenteen bussilla 79. Ketaranvuori on avoin kiipeilylle ympäri vuoden ja hakkuiden myötä Ketaraa riivanneet hyttysetkin ovat pääosin kaikonneet.

Juttujen teossa on avustanut Pirkanmaalaisen ensinousijoiden kruunaamaton kuningas **Vesa Salonen** sekä Vertikaalin ensimmäinen puheenjohtaja **Pekka Lylykorpi**. Mieli-piteet reiteistä on tarjonnut aina yhtä sanavalmis *Climbing in Tampere* – Facebook-ryhmä. Kii-tokset kaikille!



Korea Mustavuoren kiipeilykallio Kalkussa.



Kangasalan ehdottomasti paras kiipeilykallio on Mäyrävuori. Kuvassa Alan Goldbetter reitillä Geta, 7b. Yksi Tampereen hienoimmista seiskoista!



# Jäille Etelä-Norjaan

Etelä-Norja on hyvä jääkiipeilykohde. Vaikka Norjan säät ovat vaihtelevia, jääkiipeilyreissu onnistuu lähes aina. Etelä-Norjassa on lähes poikkeuksetta pakkasta ja jäätä – ainakin jossain!

Teksti ja kuvat: Sampsa Jyrkynen  
(ellei toisin mainita)

Oslo keskeinen sijainti tekee siitä hyvän kiintopisteen kiipeilyreisulle. Oslosta on lyhyt ajomatka ja hyvät tieyhteydet lähes kaikkiin Etelä-Norjan kohteisiin. Oslo on helposti ja edullisesti saavutettava kohde, kiitos Finnairin, Norwegianin ja SAS:n välisen kilpailun. Osloon voi ajaa myös Ruotsin läpi, mikä voi olla edullisempi vaihtoehto varsinkin useamman viikon reissulla. Valitsitpa kulkuneuvoksesi auton tai lentokoneen, kulkee matka molemmissa tapauksissa Oslon kautta.

## Rjukan – Norjan suosituin jääkiipeilykohde

Rjukanissa on valtava määrä putouksia ja se onkin Norjan suosituin jääkiipeilykohde. 300 metriä merenpinnan yläpuolella sijaitsevan rotokolaakson kiipeily on pääasiassa sporttista ja lyhyttä maustettuna joillain pidemmällä putouksilla. Lähestymiset ovat maltillisia ja alueelle on saatavilla Rockfaxin laadukas topokirja.





Rjukanin suosiolla on veronsa, sillä luonnonjää kuluu nopeasti. Useassa putouksessa on kauden alusta lähtien valmiit hakun reiät samaan tapaan kuin Nuuksion suosituimmilla reiteillä. Rjukanissa on joskus mahdollista kii- vetä kokonainen WI 6:n reitti valmiilla rei'illä ilman yhtään lyöntiä. Suuren suosion ja kulumisen vuoksi osa putouksista saattaakin tuntua vaikeusasteeseen nähden helpolta muuhun Norjaan verrattuna .

Alueen tunnetuimpiin reitteihin lukeutuvat muun muassa *Lipton* (WI 7, 120 m) ja *Juvsøyla* (WI 6, 120 m). Helpompia, mutta niin ikään suosittuja reittejä ovat esimerkiksi *Sabotørfossen* (WI 5, 140 m), *Bakveien* (WI 4, 150 m) ja *Trappfoss* (WI 4, 150 m). Lyhyempää, yhden köydenpituuden jää- ja mikstakiipeilyä on Krokanin alueella helposta WI 2:sta supervaikeaan M10:een saakka.

Rjukan on jäävarma kohde, ja siksi erinomainen valinta, jos useamman köydenpituuden

jääkiipeilystä on vain vähän kokemusta. Rjukanin usean köydenpituuden reitit ovat lyhyitä verrattuna Norjan moneen muuhun kohteeseen ja reitit ovat pääsääntöisesti helposti saavutettavissa.

Rjukanin topokirjan nimi on "Heavy Water - Rjukan Ice". Majoitusta alueella on hyvin saatavilla. Ajomatka Oslosta on noin 2,5 tuntia ja ajosuunta lounaaseen. Oslon lentokentältä matkaa kertyy tunnin kauemmin.

### Säävarma Hemsedal

Hemsedalin 620 metriä merenpintaa ylempanä sijaitseva ylänkölaakso sijaitsee noin kolmen tunnin ajomatkan päässä Oslosta luoteeseen.

Hemsedal on säävarma kohde. Sisämaassa sijaitsevalla ylängöllä on usein reilusti pakkasta, joten putoukset muodostuvat joka vuosi. Hemsedal on hyvä varasuunnitelma, jos Rjukanissa on liian lämmintä tai

**Iso kuva:** Maisema Haugfossenilta Hemsedalin kirkolle.

**Pieni kuva:** Johannes Kärkkäinen Imoalla Romsdalissa marraskuussa 2010, (WI 4+).



Juha Suviola massiivisella roikkukuikolla Rjukanissa (WI 5+).

Grotenutbakken Hemsedalissa (WI 5).

muuten huonot jääolosuhteet. Varasuunnitelma toimii myös toiseen suuntaan, mikäli Hemsedalissa on liian kylmä. Pakkaskauden aikana Hemsedalin ylängöllä on tavanomaisesti  $-30^{\circ}\text{C}$  lämpötiloja.

Hemsedalissa on lyhyttä ja helposti lähestyttävää sporttista kiipeilyä huomattavasti Rjukania vähemmän. Hemsedalin pitkät reitit ovat kuitenkin vastapainoksi korkeampia ja laadukkaampia. Vaikeammista reiteistä klassikkoja ovat *Hydnefossen* (WI 6, 160 m) ja *Grotenutbakken* (WI 5, 250 m). Näihin molempiin on reilun tunnin lähestyminen umpihangesa.

Jos nämä tuntuvat liian vaikealta, helpompaa kiipeilyä on *Haugsfossennilla* (WI 4, 70 m), johon on lyhyt lähestyminen ja tallattu polku. Lyhyempää ja jyrkän sporttista jää- ja mikstakiipeilyä on tarjolla noin 30 reitin verran Hemsedalin laakson eteläpäässä Golsjuve-tissa.

Hemsedalissa on yksi Norjan suosituimmista hiihtokeskuksista, joten majoituskapasiteettia on vähintäänkin riittävästi. Hiihto-

keskus tarjoaa monenlaista tekemistä leppäpäiville. Hemsedalin topokirja kulkee nimellä ”Hemsedal Ice”.

### Laatua Setesdalin laaksossa

Setesdal on 250 metriä merenpinnan yläpuolella sijaitseva laakso reilun viiden tunnin ajomatkan päässä Oslostalounaaseen. Rjukaniin ja Hemsedaliin verrattuna Setesdalissa on reittejä lukumääräisesti vähemmän, mutta laadullisesti ne ovat parempia – olettaen, että sääolosuhteet ovat hyvät. Setesdalin kiipeily vaatii kylmän pakkasjakson muodostukseen, lukuun ottamatta muutamaa pohjoispuolen putousta.

Setesdalin tunnetuin reitti lienee *Code Red* (WI 6+, 300m). Useimmille kiipeilijöille tuon vaikeustason reitit ovat lähinnä nähtävyyksiä, mutta tämänkin pumppumaratonin on tietävästi suomalainen joskus kiivennyt. Astetta helpompia laatureittejä ovat muun muassa *Tsunami* (WI 5, 215m), *Going Underground* (WI 5, 330m), *Great Gully* (WI4, 500m) ja *Ride the Punani* (WI3+, 200m).

Setesdal on niin ikään laadukas kesäkiipeilypaikka, joten kesäreittien bongaaminen on kivaa lepopäivän ajanvietettä. Alueelle on oma topokirjansa ”Setesdal Ice”, jossa on noin 150 reittiä. Setesdalissa on majoitusta hyvin saatavilla. Alueen ensinoutut ovat pääasiassa brittien tekemiä.

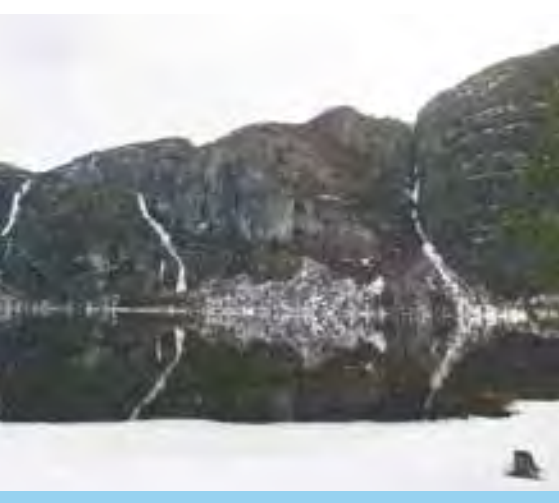
Koska Setesdal on suhteellisen kaukana Oslostal, matkalle on usein järkevää suunnitella välipysähdys Hjordtdaliin, jossa on kolme noin 200 metriä korkeaa WI3-WI4 putousta aivan tien vieressä.

### Romsdal ja Eresfjord: keliherkkää kiipeilyä

Romsdalin ja Eresfjordin kiipeily on jälleen astetta isompaa ja keliherkempää aiempiin kohteisiin verrattuna. Merenpinnan tasolla sijaitsevan Romsdalin jääkiipeilystä ei ole omaa topoa, toisin kuin Eresfjordista, jonka jääputousten kuvilla varustettu topo on saatavilla sivulta <http://www.eresfjord.no>. Romsdalin reittejä on listattu jonkin verran Romsdalin kalliotoopon.



Krokanin kanjonin yläosan puotouksia Rjukanissa helmikuussa 2005.



Sampsaa Jyrkyneen

Tsunami (WI 5) ja The Great Gully (WI4) Rysstadissa Setesdalissa.

Alueen suuria klassikkoreittejä ovat *Ølmoa* (WI 4, 900m), *Skirifossen* (WI 5, 500m), *Julekalenderen* (WI5/M4+, 1050m) ja *Døntefossen* (WI 6, 400m).

Pohjanmeren rannalla lämpötilat ovat usein plussalla, ja monet putoukset muodostuvat vain pakkaskauden jälkeen. Merenpinnan tasolla sijaitsevilla putouksilla on taipumusta myös sortua useamman kerran kauden aikana. Pakkasten jälkeisissä suojakeleissä kannattaa reitille lähtöä harkita useampaan kertaan. Romsdal ja Eresfjord sijaitsevat kuuden tunnin ajomatkan päässä Oslosta luoteeseen.

Samoin kuin matkalla Setesdaliin, matkalla Romsdaliin on myös muuta kiivettävää. Hie-man Lillehammerin pohjoispuolella ja Ottas-ta pari kilometriä länteen tien 15 varrelle muodostuu Jukulkulan jääputous (WI 4, 300m), joka on yksi Norjan suosituimmista oman tasonsa putouksista. Putous on aurinkoisella eteläseinällä, joten se pitää kiivetä alkukaudesta (mieluiten tammikuussa) ennen kuin aurinko ehti polttamaan jään.

Jukulkula näkyy hyvin tielle ja lähestyminen



Teppo Saarenpää

Sampsaa Jyrkyneen Hjärtadalissa maaliskuussa 2013.

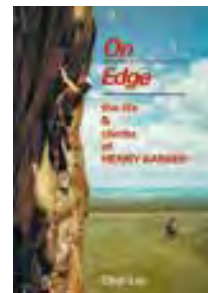
vie muutaman minuutin tasamaata. Ajomatka Oslosta on noin neljä tuntia ja monelle kiipeilijälle Jukulkulan kiipeäminen voi olla koko reissun arvoista. Parkkipaikka on noin 300 metrin korkeudella merenpinnasta.

### Oppdal ja täydet kolmen tähden reitit

Oppdal on Hemsedal in kaltainen alue, joka sijaitsee edellisiä kohteita korkeammalla. Korkeudesta johtuva lämpötilan lasku tekee siitä jäävarman paikan, jossa pääsee kiipeämään jäätä monesti jo lokakuussa.

Oppdalin jäävarmin alue sijaitsee Kongsvollissa noin 1350 metrin korkeudessa. Kor-

Grotenutbakkenin ensinoususta vastasivat jenkkit Henry Barber ja Rob Taylor vuonna 1977. Saman talven aikana he kiipesivät toisella puolella Norjaa myös Vettisfossenin ensinousun. Vettisfossen on voimakkaasti virtaava putous, jonka vapaa pudotuskorkeus on 275 metriä. Barberin varustukseen kuului vaellushakku ja Chouinardin jäävasara.



Henry Barberin seikkailuista Norjassa ja muualla voi lukea lisää kirjasta *On Edge: The Life and Climbs of Henry Barber* (Talman Co, 1982)

keammalla sijaitsevat reitit ovat pääasiassa helppoja ja alueen vaikein reitti on WI4. Helpous ei kuitenkaan vaikuta reittien laatuun, sillä muutamat niistä ovat saaneet täydet kolme tähteä alueen topokirjassa.

Alueen klassikkoreittejä ovat *Kongsvollfossen* (WI 4, 450m) ja *Brudetappene* (WI 5-, 150m). Kongsvollfossen on leveä putous, joka vaikeutuu loppua kohden. Siitä voi kiivetä pelkästään yläosan vaikean kohdan (n. 100–150 metriä), jos alaosa tuntuu liian helpolta. Brudetappene on alaosastaan helpompi putous, joka päättyy 25 metrin pilariin. Riippuen valitsevista olosuhteista pilarin vaikeus on joko 4+ tai 5-.

## KUINKA SUUNNITELLA ONNISTUNUT JÄÄKIIPEILYREISSU?

**JÄÄKIIPEILYN OLOSUhteita** vaikea ennustaa pitkälle tulevaisuuteen. Käytännössä olosuhteiden ennustaminen on yhtä vaikeaa kuin sään ennustaminen.

**LIIAN LÄMMIN SÄÄ** on huono, sillä jäätä muodostuu vain pakkasella. Liian kylmä on huono, sillä paukkupakkasessa ei ole kiva kiivetä. Pakkanen on toivottavaa, mutta mieluiten paukkupakkasia olisi vain ennen reissua, jotta jäätä olisi mahdollisimman paljon. Optimilämpötila jääkiipeilyyn on muutaman asteen kirpsakka pikkupakkanen.

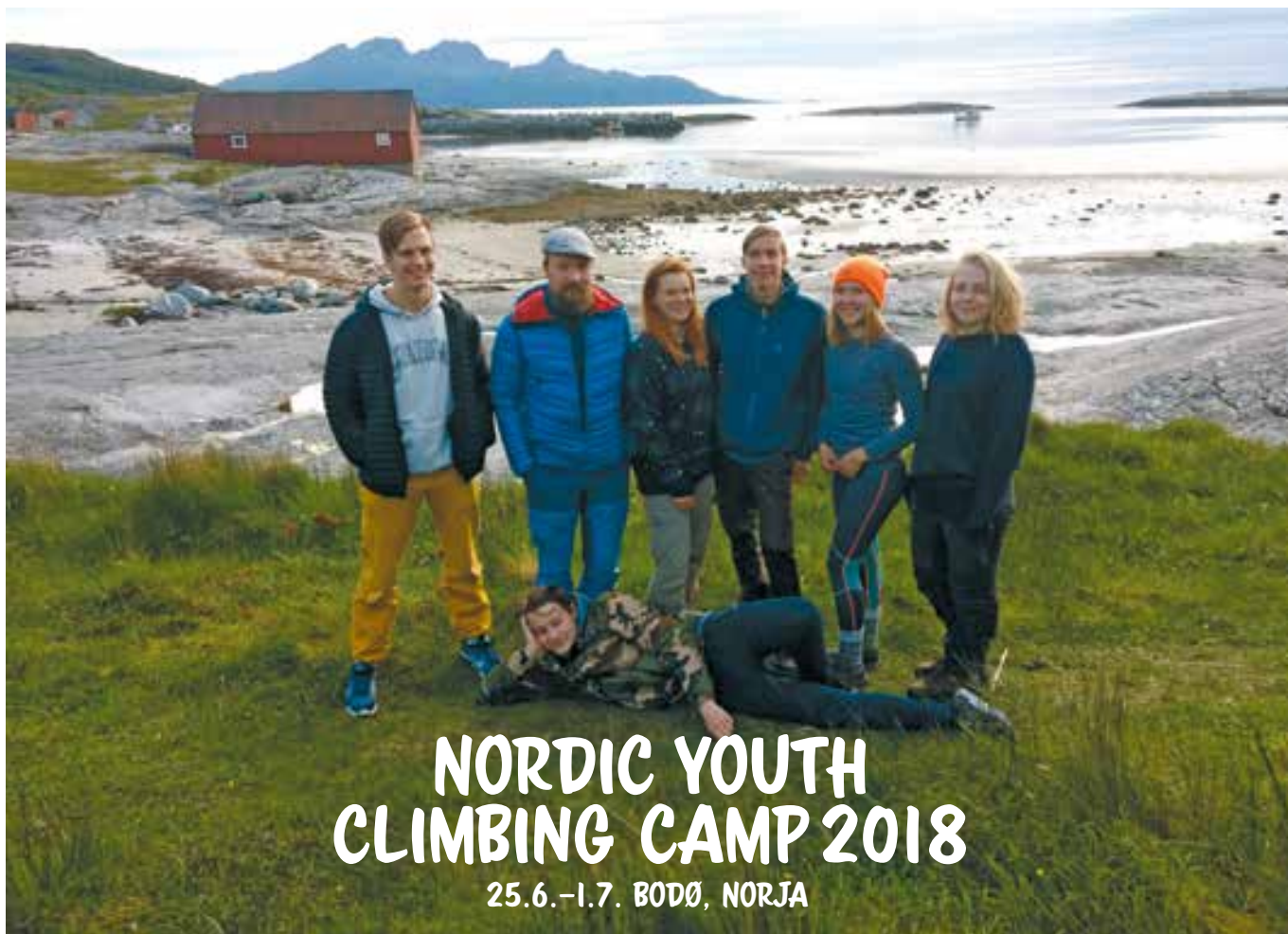
**JOS MAASSA ON LIIKAA LUNTA**, monet putoukset ovat vaikeasti lähestyttävii. Jos on liian vähän lunta, kaikki putoukset eivät muodostu. Optimilanteessa lunta on maassa sopivasti: hankikanto on toivottavaa lähestymisellä, mutta jäätyneet lumikuoret saattavat olla inhottavia reitillä.

**JÄÄKIIPEILYREISSUN SUUNNITELUSSA** on siis oltava joustoa. Ennakkoon voidaan

päätää esimerkiksi, että mennään Etelä-Norjaan, mutta lopullista määränpään valintaa on hyvä lykätä mahdollisimman pitkään. Silloin reissu voidaan ennakkoon valmistella Osloon saakka, ja lopullinen päätös eri vaihtoehtojen välillä tehdään viimeisellä viikolla ennen reissua. Näin sääennusteista ja säähavainnoista saadaan kaikkein paras hyöty irti.

**YLEISESTI OTTAEN** aurinkoisilla etelä- ja länsiseinillä paras mahdollisuus hyvälle olosuhteille on joulukuussa ja tammikuussa. Varjoisissa paikoissa sekä itä- ja pohjoisseinillä kausi jatkuu suunnilleen maaliskuun puoliväliin.

**JOTKUT HARVINAISEMMAT PUTOUKSET**, kuten esimerkiksi Vettisfossen, saattavat olla kunnossa vain muutaman kerran vuosikymmenessä. Silloin paras vaihtoehto on kytätä kotona ja reagoida nopeasti. Näin toimiesä lentolipuista ja vuokra-autoista joutuu toki maksamaan enemmän, mutta mitäpä sitä ei tekisi rakkaan harrastuksensa eteen.



# NORDIC YOUTH CLIMBING CAMP 2018

25.6.–1.7. BODØ, NORJA

Suomen edustus Mjellen rannikolla.

Teksti: Juuso Montonen Kuvat: Juuso Montonen (ellei toisin mainittu)

**V**uonna 2018 pohjoismaisen nuorisoleirin järjestämisessä vuorossa oli Norjan Kiipeilyliitto. Leiri pidettiin kesäkuun viimeisellä viikolla Pohjois-Norjassa, Bodøssa. Monelle tämä paikka on tuttu lauttamatkasta Lofootelle; lautalta saarionon saattoi hyvällä säällä nähdä horisontissa.

Leirille osallistui 35 nuorta ja 10 aikuista Suomesta, Ruotsista, Norjasta, Tanskasta ja Islannista. Ikähaarukka oli 11-vuotiaasta 19-vuotiaaseen. Moni osallistuja oli entuudestaan tuttuja, mutta mukana oli useita, joille Norjan leiri oli ensimmäinen kerta NYC-leirillä. Suomesta leirille osallistui yhteensä kuusi nuorta eri puolilta maata.

Järjestäjät olivat varanneet leiriä varten liikuntahallin Bodøn ulkopuolelta, jossa yövyttiin ja kokkailtiin kiertävillä keittiövuoroilla koko porukalle ruuat. Lähin kiipeilypaikka oli heti hallin takapihalla, missä oli tarjolla helppoa sporttikiipeilyä. Valitettavasti leirin alkupuolella säät eivät olleet suosiollisia, joten ensimmäinen päivä kiivettiin sisällä paikallisen kiipeilyseuran boulder-hallilla.

Pian säät selkenivät sen verran, että päästiin

kiipeilemään koko loppuleiri ulkona ja tietysti viimeiselle päivälle osui oikein kunnon helteet. Leirin parhaimmat ulkokiipeilypaikat olivat iso ja monipuolinen sporttikallio, Bratthammaren, josta löytyi niin tiukkaa hängkkiä kuin kiemurtelevia släbejä sekä kaunis meren rannalla sijaitseva boulderpaikka, Mjelle.

Lepopäivinä käytiin paikallisessa uimahallissa laskemassa vesiliukumäkeä ja vaeltamassa luonnossa unohtamatta enemmän tai vähemmän hurjia pihapelejä.

Leirin parasta antia on ehdottomasti uudet ystävät, seikkailut hienoissa maisemissa sekä mahdollisuus tutustua uusiin kiipeilypaikkoihin. Ensi vuonna leiri järjestetään Tanskassa 7.7.–14.7. Bornholmin saarella.

**Kiipeilypaikat:** Bratthammaren:  
<https://27crags.com/crags/bratthammaren>  
 Mjelle: <https://27crags.com/crags/mjelle>

*”Tämä oli ensimmäinen kertani Norjassa. Olin kuullut sen upeudesta paljon, mutta silti maiseimat onnistuivat häkellyttämään minut kauneudellaan. Kiipeilimme niin paljon kuin vain säät salli, vaikka sekään ei aina estänyt meitä menemästä kalliolle. Lepopäivää vietettiin rennosti*

*vaeltamalla vuoren huipulle.*

*Leirissä parasta oli kiipeily ja muu ajanvietto upeiden ihmisten kanssa. Bussimatkat kiville koostuivat innokkaasta puheensorinasta kun paluumatkat vastaavasti olivat hiljaisempia. Ruoat kokkasimme itse ryhmissä ja olikin mielenkiintoista laittaa ruokaa niin suurelle porukalle. Nyt innolla jo odotan ensi vuoden leiriä!”*

**Wilma Törvi** 17 v.

*”Tänä vuonna olin neljättä kertaa mukana kiipeilyleirillä, ja se oli yhtä hieno kokemus kuin aina ennenkin. Pääsimme kiipeilemään hienoille kalliolle upeiden maisemien keskelle. Säätilojen kanssa meillä olisi voinut olla parempi onni, sillä lähes joka päivä satoi edes vähän. Tuulisen ilmaston ansiosta kalliot kuitenkin kuivuivat nopeasti, ja sateisen aamun jälkeen oli täysin mahdollista päästä illalla kiipeilemään. Sadetta oli paettava sisähalliin ainoastaan yhtenä päivänä. Kiipeilyn lisäksi leiristä tekivät unohtumattoman siellä olleet ihmiset. Tuntui mahtavalta päästä tapaamaan uusia ihmisiä ja vanhoja tuttuja edellisiltä leireiltä. Kiipeilijöiden keskuudessa vallitsi ystävällinen ja hyväsydäminen ilmapiiri, ja kaikki tulivat toimeen keskenään.”*

**Valtteri Ahola** 18 v.



Kuvausessiot vaelluksella.



Auringonlasku Mjellessä.



Terävässä päässä  
Brattenhammerilla. >



< Vaelluksella  
lepopäivänä.

v Brattenhammer.



NYC Norway 2018 ryhmäkuva Mjellen kalliolla.

Jason Bleech





## Access-valiokunta pähkinänkuoressa

Teksti: Jan Juslén

SKIL:n access-ryhmä perustettiin vuonna 2010 ja nykyisin se toimii yhtenä liiton valiokuntana. Access-valiokunta pyrkii tunnustamaan ja ennaltaehkäisemään kiipeilyyn ja kallioiden käyttöön liittyviä access-ongelmia. Valiokunnan jäsenet edustavat monipuolises-

ti eri osaamisalueita, kuten kaavoitusta, viranomaistoimintaa, jokamiehenoikeuksia, luonnonsuojelua ja kallioiden kehittämistä.

### Access-työn tavoitteet ovat:

1. Kaikki köysikalliot ja boulderit pysyvät vapaan kiipeilyyn piirissä
2. Kiipeily on pultauksen osalta turvallista ja laadukasta
3. Pysäköinti ja kulku kalloille on hyvin järjestetty

Valiokunnan tärkeimmät tehtävät ovat:

**Antaa asiantuntijatukea** SKIL seuroille, viranomaisille ja aktiivisille kallioiden kehittäjille

**Toimia vapaaehtoisena** päivystävänä verkostona, joka pyrkii reagoimaan nopeasti erilaisiin kiipeilijöiden ja seurojen esille nostamiin havaintoihin ja ongelmiin sekä tiedottamaan niistä muille kiipeilijöille

**Kallioiden kehittämiseen ja pultauksen** liittyvien hyvien käytäntöjen edistäminen ja kou-

lutus SKIL seuroille

**Päittää kallioiden** kehittämiseen liittyvästä liiton tuesta.

Kiipeilijöiden oma käyttäytyminen on useimmiten syy access-ongelmien syntymiselle, joten älä ainoastaan kysy, mitä access voi tehdä sinun puolesta vaan mitä sinä voit tehdä accessin puolesta.

**Jan Juslén**

Access-valiokunta pj.

**KIIPEILY • KIIPEILYVÄLINEKAUPPA • KAHVILA**

# UUTUUKSIA BOULDER-TEHTAALTA!

**WILD COUNTRY SYNCRO 2**  
110 €

**BUTORAN KENGÄT NYT MEILTÄ!**  
ESIM. COMET  
68,20 €

**OCUN SPIRIT 9.5**  
50m, 60m, 70m  
JA 80m!  
158-235 €

**BOULDERTEHDAS**

LÖYDÄT MEIDÄT MYÖS FACEBOOKISTA JA INSTASTA!

[www.bouldertehdas.fi](http://www.bouldertehdas.fi)

TEKNIKKAKURSSIT • PERSONAL TRAINING • KUNTOSALI • LASTEN JA NUORTEN RYHMÄT • SYNTTÄRIT • RYHMÄT  
RUUKINKATU 4 • 20540 TURKU • TEL. 010 281 8999 • MYYNTI@BOULDERTEHDAS.FI

AVOINNA: MA-PE/MON-FRI 14-20:30,  
LA-SU/SAT-SUN 12-16, ARKIPYHÄT/HOLIDAYS 12-16

Teksti: Mari Salo  
Kuvat: Markku Moilanen

## Kauhalan kiipeilykallion talkoot

Suomen Alppikerho ja Oranki ry. järjestivät yhteistyössä Suomen Kiipeilyliiton kanssa Kauhalan kiipeilykallion putsaustalkoot toukokuun 19. päivä. Alunperin idean talkoista ilmoille saatteli SKIL:n access-valiokunnassa toimiva **Jan Juslén**, joka on myös aktiivinen Kauhalan kehittäjä. Kauhalaan isännöivä Alppikerho otti ideasta vaarin ja pyysi kumppanikseen talkoita toteuttamaan Oranki ry:n.

Talkoiden toteuttamiselle tärkeää on sää ja se, että kallio on kuiva. Märkää kalliota on hankalata putsata ja lisäksi se on hyvin likaista touhua. Onneksemme tämä kesä on kauttaaltaan ollut vähäsateinen ja sekä talkoopäivä että sitä edeltävät päivät olivat kesäisen aurinkoisia. Talkoisiin kutsuttiin laajasti kiipeilykansaa ja hyvän tekemisen lisäksi tarjottiin halukkaille talkoolaisille saunomista ja grillausta talkoiltana Soukassa.

Kauhalaan on paljon kiivettävää ja talkoiden ajatuksena oli, että koko kallion potentiaali saataisiin käyttöön. Alppikerho ja Oranki olivat käyneet tutustumassa ennakkoon sektoreihin ja tekivät listan reiteistä, jotka tulisi putsata. Pääpaino oli kolmossektorilla, jossa oli paljon reittejä, mutta joka oli pahasti sammaloitunut. Reittien putsauksen lisäksi kokosimme iskutiimin pienten, huonossa kunnossa olevien puiden kaatoon. Ennakkotyönä seurat hankkivat teräs- ja katuharjoja, hengityssuojaimia ja toivat paikalle köysiä sekä sahoja.

Talkoot olivat menestys ja paikalle saapui peräti noin 30 vapaaehtoista harjaajaa. Oli hienoa nähdä, kuinka moni oli pyyteettömästi halukas kantamaan kortensa kekoon kiipeily-yhteisön hyväksi. Monet roikkuivat kalliolla monta tuntia putkeen, kun urakkaa ei haluttu jättää kesken. "Eihän tämä ollutkaan mikään vartin juttu", huikkasi yksikin harjaaja työn lomassa. Yhden sammaloituneen reitin putsaamiseen menee kokonainen työpäivä, varsinkin jos haluaa tehdä hyvää jälkeä, kuten moni talkoolainen halusi. Uskon, että talkoisiin osallistuminen lisäsi monen kunnioitusta kallioiden kehittäjiä ja ensinsijoihin kohtaan. Moni ei välttämättä ymmärrä, minkälaisen työn ja tuskan takana pelkästään yhden uuden reitin avaaminen on.

25 reittiä sai talkoissa uuden puhtaamman ilmeen. Oli kiva nähdä, kuinka jo seuraavana päivänä talkoolaiset, ja muutkin, tulivat kiipeämään putsattuja reittejä. Mitä enemmän reittejä kiivetään sitä puhtaampina ne pysyvät. Alppikerhon ajatuksena on järjestää talkoita jatkossakin sen isännöimillä kalliolla pääkaupunkiseudulla. Kauhalan talkoot osoittivat, että kiipeily-yhteisössä on paljon aktiivisia tekijöitä, jotka haluavat osallistua kallioiden kunnossapitoon ja yhteisen hyvän tekemiseen. Kiitos vielä kerran kaikille osallistujille!





## JENNI LAHTINEN

IKÄ  
28

ASUINPAIKKA  
Espoo,  
alunperin kotoisin Sammatista

TÄRKEIN KIIPEILYVÄLINE  
Kengät

Teksti: Inka Gysin

Kuvat: Marko Lahtinen

Huhujen mukaan Suomen naisista vain **Anna-Liina Laitinen** ja **Eevi Jaakkola** ovat kaataneet 8A:ta boulderissa, mutta nyt listalle saa lisätä myös **Jenni Lahtisen**. Jenni räjäytti pankin kevään reissussaan Ranskan, Sveitsin ja Ruotsin kivimetsiin. Nuoren naisen tikkilistalle taipuivat niin *Super Supernova (8A)*, *Team Work (8A)* kuin useampi timakka 7B ja 7C. Suomeen päästyään meno jatkui ja selätettyä tuli niin ikään *Kuntorasti (8A)*.

Jenni tunnetaan paremmin sukunimellään **Moisio**, mutta vietyään vastikään kiipeily- ja elämäkumppaninsa **Marko Lahtisen** vihille, kulkee nainen nykyään Jenni Lahtisena. Jennin onnistunut kivenkaatoreissu tuskin tuli

kenellekään yllätyksenä, sillä moni huomasi Lahtisen potentiaalin jo viimeistään syksyllä 2017 järjestetyissä Boulder SM-kilpailuissa. Jenni nappasi hopeaa varsin ansioituneessa finalistiporukassa.

Ilman tehokasta, joskin ei-täysin-strukturoitua treeniä, ei tähän olisi päästy. Yhteiskuntatieteilijä ja tutkija on keskittänyt treeninsä totaalisesti kiipeilyn ympärille, ja muut lajit (niin kiipeilyssä kuin muussa urheilussa) ovat saaneet jäädä paitsioon lukuun ottamatta oheistreeniä liikkuvuuden ylläpitämiseksi. *“Olen aika fiilispohjalta kiipeilijä, en ole noudattanut erityisiä ohjelmia, mutta tällä fiilismetodilla on tullut tulosta”*, tarkentaa Lahtinen. Boulderkeskus Konalassa ja Espoossa pääosin treenaava Jenni, kertoo muutenkin ole-

vansa aikamoinen fiilistelijä. *“Teen asioita fiilispohjalta – toki fiilikset perustuu koettuun ja opittuun - ja myös fiilistelen tunnelmia kiipeilypaikoissa sekä tapahtumissa.”*

Meillä toimituksessa on semmoinen filis, että tästä mimmistä kuullaan vielä tulevaisuudessa. Laittakaahan nimi korvan taakse.

### Milloin ja miten aloitit kiipeilyn?

Aloitin kiipeilyn BK Pasilassa puolisoni Markon kanssa syyskuussa 2009. Olimme käyneet kesällä noviisivaeltamassa Innsbruckin Alpeilla, ja keksittiin että voisi kokeilla kiipeilyä. Netistä löytyi Boulderkeskus Cave, jonne pääsi kiipeämään ilman kursseja, joten sinne mentiin. Kiipeily ei todellakaan ollut minulle ‘rakkautta ensisilmäyksellä’ -kokemus. Olin todella huono, sillä olin heikko ja pelkäsin kuollakseni seinien korkeutta. Markon vainedessä jatkoin kuitenkin käymistä hallilla, ja noin puolen vuoden epäsäännöllisen kiipeilyn jälkeen tajusin, että olin hieman kehittynyt aloittelijatasosta, mikä antoi lisäkipinää käydä Cavella. Pikkuhiljaa kiipeilystä rakentui yksi elämän keskeisistä tukipilareista.

### Mitä lajeja kiipeät? Mikä on suosikkisi?

Kiipeän vain boulderia ja vielä en ole kyllästynyt! Olen käynyt köysittelemässä ehkä 10 kertaa, mutta köysikiipeily on liian kaukana mukavuusalueeltani.

### Mikä on kovin suorituksesi kiipeilyssä?

Vaikea sanoa, riippuu millä mittarilla. Koen suorittaneeni aina kovaa, kun toppaan ulkona boulderin pelosta huolimatta!

### Mikä on lempireittisi ulkona? Entä sektori tai alue?

Suomessa on tosi monia hyviä mesteja, mutta pakko ehkä sanoa urbaani Koivusaari ja siellä tykkään erityisesti *Martinin poikkaritasta (7B+)*! Herkempi kuin miltä näyttää ja kivoja otteita. Pidän paljon myös Turun seudun bouldereista, esim. Mynämäen suunnasta. Ulkomailta Fontainebleau on ehdoton suosikki paitsi superin kiipeilyn, myös pikkukaupungin ja sitä ympäröivien kylien tunnelman vuoksi.



# "Fontainebleau is my happy place."



## Kenen kanssa kiipeilet?

Tärkein kiipeilykumppanini on puolisoni Marko. Säännöllisesti treenaan myös **Hanna Keräsen** kanssa.

## Olet matkustanut kiipeilyn perässä. Kerroisitko hieman lisää kevään hienosti onnistuneesta reissustasi?

Oltiin Fontainebleaussa maaliskuusta huhtikuun loppuun, Marko tuli Fontsuun vähän aiemmin, mutta yhteensä itse olin 5 vk Fontsuussa. Sitten käytiin Chironicossa 9 päivää, josta matka jatkui Magic Woodiin. Siellä telloitettiin 3vk, mutta välissä käytiin Chironicossa ja Brionessa kun Magicissa satoi. Paluumatkalla Suomeen oltiin viikko Västervikissä ja muutama tunti Ahvenanmaalla, jossa Marko pikälähetti *Mongoolin* (8A) ja minä ikuisuusprojekti *Gauhen* (7B).

## Mitkä reitit jäi tikkilistalta erityisesti mieleen 8A:iden lisäksi?

Erityisesti mieleen jäi Fontsuusta *Rubis sur L'ongle* (7B+), jossa itselle pitkä kylkilukutus! Myös Fontsuusta *Le Carnage* jäi mieleen,

on tuntunut aiemmin aivan mahdottomalta, mutta nyt kiipesin seisarin (7B+) ja assiksen (7C). Seisarin muovit oli tosi nautinnollisia kun ne sai onnistumaan!

## Mihin haluaisit lähteä seuraavaksi kiipeilymatkalle?

Fontsu. Siitä ei pääse mihinkään. Fontainebleau is my happy place.

## Olet myös kilpakiipeilijä: mikä kilpailuissa motivoi?

Vuosi 2017 oli ensimmäinen vuosi, kun oikeastaan kisasin. Sitä ennen olin käynyt ehkä 3 kisoissa ilman kummoisempaa menestystä. Kisoissa motivoi kisatunnelma; kisakumppanit, jännitys, oma adrenaliinihuuruinen suorittaminen, yleisö, valot ja musiikki.

## Entä miten treenaat?

Itselle sopii aika hyvin joka toinen päivä kiipeily -rytmi. Kiipeilyyn kuuluu pääsääntöisesti alkujumput, liikkuvuutta ja silloin kun hallin reitit tylsistytään niin kampusta. Loppulämpöpiiri pitäisi tulevaisuudessa panostaa. Ei-kiipeilypäivinä teen jotain aerobista, jumppaan tai lepään, ja monesti myös teen jotain, mikä liittyy muuhun elämään kuin kiipeilyyn! Tiedän jonkin verran treenaamisen periaatteista (vaihtelu, rytmitys ym), ja sovellan niitä filiksen mukaan. Tänä syksynä aion myös otelautilla säännöllisemmin kehittääkseni openotetta.

## Minkälaisia tavoitteita sinulla on kiipeilyn suhteen?

Olisi mahtavaa, jos vielä 20 vuoden päästä pystyisi ja haluaisi kiivetä! Tavoittelen siis motivaation säilyttämistä ja ehjänä pysymistä. Tietysti on vain plussaa, jos siinä samalla pystyy kehittymään ja pääsemään siistejä reittejä (ja kisata SM-tasolla).

## Ketkä ovat esikuviasi kiipeilymaailmassa?

Vaikea kysymys. Olen viime vuodet seurannut innolla maailmancupin staroja (mm. **Coxsey**, **Nonaka**, **Noguchi**, **Gibert**, **Garnbret**). Olen seurannut myös **Mina Leslie Wujastyckin** ulkona kiipeämiä reittejä, sillä agendalla, että voisoin itsekin niitä kokeilla. Kuitenkin sanoisin,

että opin eniten itsestäni ja kiipeilystä niiltä tyypeiltä, joiden kanssa treenaan ajassa.

## Mikä henkinen tai fyysinen piirteesi avittaa sinua erityisesti kiipeilyssä?

Monesti olen viimeaikoina huomannut reiteillä, että pituuteeni (161,5 cm) suhteutettuna minulla on pitkät jalat ja lyhyt selkä, mikä auttaa entisestään pieniin väleihin ahtaantumista, mutta kuitenkin samanaikaista yltämistä.

## Mikä kiipeilyssä motivoi sinua?

Kaikki tyypilliset kliseet (jotka niin usein kuvaavat asioita parhaiten!): kiipeilykaverit, yhteiset treenit ja matkat, itsensä haastaminen ja ylittäminen, lajin vaihtelevuus, ulkona oleminen. Myös on tosiasia, että kiipeän pysyäkseeni 'kunnossa', eli lihaskunnon vuoksi.

## Kuuluuko harrastuksiisi muita lajeja kiipeilyn lisäksi? Millä tavalla ne tukevat kiipeilyharrastustasi? Mitä muuta elämäsi kuuluu kiipeilyn ohella?

En harrasta oheistreenin lisäksi muita lajeja. Kiipeilyn ohella elämäni koostuu suurimmalta osin parisuhteesta ja työstä. Nämä kolme yhdessä pitävät toisensa tasapainossa. Ilman täysin toisenlaista työtä motivaationi kiipeilyyn tuskin olisi yhtä korkealla, sillä tarvitsen vaihtelua tekemisissäni. Toisaalta ilman kiipeilyä en olisi yhtä motivoitunut tutkija. Yhteinen kiipeilyharrastus voi välillä rasittaa parisuhdetta, mutta suurimmaksi osaksi on parasta, kun näin intensiivisen lajin pystyy jakamaan toisen kanssa.

## Minkälaisia terveisiä haluaisit lähettää kiipeilijöille?

On hienoa olla osa tätä lajia ja harrastajayhteisöä! Toivoisin kuitenkin, että scenesä keskusteltaisiin enemmän myös lajin ei-niin-siisteistä puolesta, kuten individualistisen matkustuskulttuurin (jossa itsekin olen suuresti osallisena) ja ilmastomuutoksen suhteesta.

 @jepa\_jenni

## PENTTI KERÄNEN

IKÄ  
83 (pian 84)

ASUINPAIKKA  
Perkkaalla Espoossa,  
Viipurista kotoisin

TÄRKEIN KIIPEILYVÄLINE  
Pää

Teksti: Inka Gysin  
Kuvat: Samuli Tiainen

Pentin tunnistaa varmasti, jos on ikinä sattunut kiipeilemään samalla hallilla samaan aikaan. Iloinen, hopeahapsinen ikämies juttelee reilusti ihan kaikkien kanssa. Hallilla hän on helposti yli tuplasti vanhempi kuin suurin osa muusta porukasta, mutta se ei tahtia vähennä. Pentti ei epäröi kysyä neuvoa nuoremmiltaan eikä varsinkaan mimmeiltä. “Ei kundien neuvot ole läheskään yhtä hyviä eikä heidän kärsivällisyys riitä, toisin kuin tytöillä, jotka jaksavat kannustaa”, kommentoi Pentti.

**Pentti Keränen** on tuttu nimi myös median kautta, sillä tämä ei suinkaan ollut herran ensimmäinen haastattelu. Niin Akuutti, Hesari kuin Apu-lehti on jututtanut ja kiipeilyttänyt Penttiä sekä kirjoittaen ihastelevia artikkeleita tästä ”superseniorista”. Eikä ihme. 83-vuotias Keränen on mm. ollut ikäluokkansa Suomen mestari uinnissa. Juuri ennen haastattelua hän on suorittanut omien sanojensa mukaan itselleen tähän mennessä rankimman triathlonin: olympiamatkan Vierumäellä, johon kuului siis 1500 m uintia, 40 km pyöräilyä ja 10 km juoksua. Pentti oli suorituksensa todella tyytyväinen vaikka sanoikin, että lähti hommaan turhan löysin rantein.

Siltä se ei kuitenkaan kuulosta, sillä nuorekkaan ja teräksisen Keräsen viikko-ohjelmaan kuuluu uinti: maanantaisin ja keskiviikkoisin, kiipeily: tiistaisin sekä torstaisin, ja viikonloppuisin juoksu. Tiedustellessani leppöpäivien perään sain vastaukseksi topakan EI:n. “*Mutta en hölmöile!*”, tarkentaa hän. Loukkaantumisille ei ole sijaa.

Keräsellä on niin ikään henkilökohtainen uintivalmentaja. Eli mies on melko tosisaan. Mutta ei kuitenkaan vakava. Haastattelupäivänä, eli kiipeilypäivänään hän tuli innoissaan, mutta nöyriin mielin kokeilemaan junnujen SM-kisareittejä Boulderkeskus Espooseen. Ja vaikka ne osoit-



"Kaikissa lajeissa: uinnissa, kiipeilyssä ja triathlonissa minut on otettu hyvin vastaan! Kukaan ei ihmetellyt tällaista vanhaa miestä. Kaikki ovat vain kannustaneet ja auttaneet", kommentoi Pentti.



tautuivat haastaviksi, ei se menoa haitannut.

Omassa nuoruudessaan Pentti on harrastanut "kaikkea urheilua". Hiihdon ja tenniksen lisäksi telinevoimistelu oli iso juttu ennen suurempaa loukkaantumista. Judon saavuttua Suomeen, toimi Pentti pioneerina tatamilla. Lajeja siis riittää. Nykyisen urheilun taustalla on kuitenkin vuonna 2003 yllättänyt sydäninfarkti. Ennen infarktia työ vei kaiken ajan eikä urheilulle jäänyt lainkaan sijaa. Pentti käy edelleen satunnaisesti auttamassa painoalan yrityksessään, jota hänen poikansa nyt johtaa. Mutta enää se ei määritä elämää – nyt se on urheilu, jonka ilosanomaa Pentti haluaa jakaa kaikille, eritoten ikkäämmille: "Liikkukaa! Käyttäkää jalkojanne", toistaa Keränen useaan otteeseen. Hän on itse opetellut uimaan 68-vuotiaana. Kaksi vuotta sitten hän aloitti triathlonin treenaamisen. Ja kiipeilyn neljä vuotta sitten. Koskaan ei ole liian myöhäistä, mutta kannattaa aloittaa hyvissä ajoin. "Kehukohtauma tai infarkti ei estä liikuntaa - katsokaa vaikka minua! Urheilen henkeni edestä."

### Milloin ja miten aloitit kiipeilyn?

Poikani tunti Boulderkeskuksen perustajan **Jarmo Annusen** ja vinkkasi tällaisesta lajista. Ensimmäisellä kerralla olin ihan äimän käkenä, että mitä täällä tehdään, mutta Jarmo kannusti hyvin alkuun. Vaikka alku oli vaikeaa niin pelottanut minua ei koskaan. Ensimmäisenä opettelin putoamisen. Tämä tapahtui siis 4 vuotta sitten Konalassa. Myös nykyinen omistaja, **Henna Mäkinen**, on neuvonut paljon ja auttanut eteenpäin!

### Mitä lajeja kiipeät ja mikä niistä on suosikkisi?

Nykyiseen viikko-ohjelmaan kuuluu yksi kerta boulderia BK:lla Konalassa tai Espoossa ja yksi kerta köysikiipeilyä Tapanilassa. Boulderointi vaatii minulta paljon enemmän kun

taas köydessä voi kiivetä niin ylös kuin alas ja saada kestävyyttä.

### Mikä on kovin suorituksesi kiipeilyssä?

Konalan tuubissa kiipeily! Kerran pääsin melkein päähän saakka ja näin, että nuorillakaan ei juuri ollut tähän paukkuja. Se oli ehdottomasti jotain mikä jäi mieleen. Kyllä hallilla kutosia menee, mutta ei kyllä seiskaa

### Olit myös kerran käynyt ulkona boulderoimassa? Miltä se tuntui?

Ulkona kiipeily oli shokki! Kävimme **Roosa Huhtikorven** kanssa Taivaskalliolla, mutta olosuhteet olivat huonot ja taivaalta tuli vettä. Oli todella vaikea löytää otteita tai saada mistään kiinni. En enää lähde ulos boulderoimaan, mutta köysikiipeilyä voisinkin lähteä testaamaan ulkona.

### Kenen kanssa kiipeilet?

Yksin, mutta en oikeastaan ikinä yksin. Hallilla on aina ihmisiä ja aina kun en ymmärrä miten reitti mennään, niin kysyn muilta ja pyydän apua. Juuri Henna on ollut useasti neuvomassa!

### Oletko ollut kiipeilykisoissa? Entä muista kisoissa? Mikä kilpailuissa motivoi?

Olen ollut katsomassa SM-kisoja viime vuonna Boulderkeskus Espoossa, ja pari kertaa myös Herttoniemessä. En oikein ymmärrä kisoissa suoritusten päälle, mutta katson vaan kuinka menee ja kuinka hienosti kiipeilijät kiipeävät. Itse kilpailem Masters uintikisoissa, joissa kisataan ikäluokkien mukaan sekä olen kilpaillut triathlonissa useammassa kisassa. Triathlonissa olin ikäluokkani SM-voittaja viime vuonna!

Kyllä kisaamisessa voittaminen motivoi, mutta en halua tehdä suorittamisesta niin totista. Kun olin 14-vuotias, ja voittanut joka vuosi hiihtokisoissa, kohtasin vihdoinkin parempani.

En yhtään kestänyt häviötä, joten lopetin koko lajin. Sen jälkeen on ollut pakko oppia häviämään. Sanoisinkin neuvona: *Oppikaa häviämään niin opitte voittamaan.*

### Minkälaisia tavoitteita sinulla on kiipeilyn suhteen?

Kiivetä enemmän ja enemmän vain! Kiipeily on tekniikkalaji, joten haluan oppia kiipeämään omalla tavallani ja käyttämään kroppaani hienosti, eritoten jalkoja. Tavoitteeni on kiivetä niin kauan kuin kädet pitää!

### Ketkä ovat esikuviasi kiipeilymaailmassa?

**Kelloniemen Ilari.** Hän on helkkarin hyvä ja on neuvonut aina auliisti minuakin hallilla. Ihailen sitä vaivattomuutta, jolla Ilari kiipeää.

### Mikä henkinen tai fyysinen piirteesi avittaa sinua erityisesti kiipeilyssä?

Telinevoimistelutausta kyllä auttaa ihan varmasti, siinä on paljon samoja elementtejä ja siitä on saanut varmuutta. Ja judosta myös, ainakin alastuloihin! Kaikki harrastamani lajit tukevat toinen toistaan. Kiipeilystä huomasin, että se alkoi antaa enemmän voimaa uintiin ja se oli semmoista voimaa mitä ei salillakaan saa. Ei pelkkää lihasmassaa vaan enemmän räjähtävää voimaa.

### Mikä kiipeilyssä motivoi sinua?

Ylöspäin meno! Haluan pystyä hallitsemaan itseni ja tuntemaan itseni varmaksi seinällä. Siinä missä muissa lajeissa tavoitteeni on voittaa, kiipeilyssä tavoitteeni on voittaa vain itseni.

### Minkälaisia terveisiä haluaisit lähettää kiipeilijöille?

Koittakaa tsemppata iäkkäitä kavereita vaan mukaan! Ottakaa vanhempanne mukaan ja isovanhemmat myös liikkumaan. Ja kaverit. Mieluusti samanikäiset, se on kaikista parasta.



# KIIPEILY ON TERAPEUTTISTA

Teksti: Jenny Turunen



Ville Koivisto

Tampereen kiipeilykeskus tarjoaa hyvät puitteet kiipeilyterapiaryhmän kokoontumisille. Psykologi Jenni Christiansen kiipeää ja fysioterapeutti Jenny Turunen spotta.

## Kiipeilijöitä alueella

Tampereella on kuluneen vuoden aikana tutkittu ja kehitetty kiipeilyä välineenä masennuksesta ja ahdistuksesta kärsivien nuorten hoidossa. TAYS:n nuorisopsykiatrian poliklinikalla on syksyllä 2018 käynnistynyt kolmas terapiaryhmä, jossa yhdistetään boulderointia ja seinäkiipeilyä kognitiiviseen psykoterapiaan.

Ryhmä sai alkunsa psykologi **Jenni Christiansenin** ja sairaanhoitaja **Sami Hamardin** halusta kokeilla tutkimuksissa hyväksi havaittua hoitomuotoa sekä jakaa nuorten kanssa niitä kokonaisvaltaisia positiivisia kokemuksia, jotka olivat heille itselleen kiipeilyn kautta tuttuja. Mukaan liittyi myös fysioterapeutti, köysitoiminnanohjaaja **Jenny Turunen** ja niin syntyi moniammatillinen ohjaajatiimi, jolta löytyi useiden vuosien kokemus kiipeilystä ja kiipeilyryhmien ohjaamisesta.

TAYS:ssa kehitetyn kiipeilyterapiamenetelmän lähtökohtana on käsitys ajatusten, tunteiden, toiminnan ja kehon vuorovaikutuksesta. Kiipeilyn avulla päästään käsiksi erilaisiin tunteisiin ja kokemuksiin, joiden tunnistaminen ja käsittely on masennuksesta ja ahdistuksesta kärsiville nuorille tyypillisesti vaikeaa. Terapiakerrat sisältävät keskustelua, kiipeilyä ja mindfulness-harjoituksia. Ryhmässä käsitellään muun muassa pelkojen kohtaamista, ahdistuksen hallintaa, sosiaalisiin tilanteisiin liittyvää jännitystä sekä negatiivisen ja positiivisen sisäisen puheen vaikutuksia toimintaan.

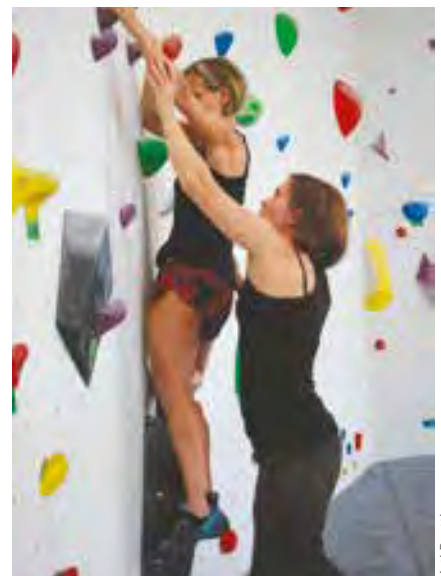
Tavoitteena on, että nuoret pystyvät siirtämään kiipeilyterapiassa oppimiaan asioita arkielämään kiipeilyhallin ulkopuolella. Kiipeilyterapien vaikutuksista nuorten oireisiin ja koettuun hyvinvointiin on saatu lupaavia tuloksia ja nuoret ovat antaneet ryhmästä positiivista palautetta. Ryhmään osallistuneiden nuorten mukaan vaikeiden asioiden käsittely on helpompaa fyysisen tekemisen ja yhdessä jaettujen kokemusten kautta, kuin pelkästään keskustelemalla.

Kiipeily sopii työvälineeksi monenlaisten psyykkisten, fyysisten ja sosiaalisten ongelmien hoitoon ja ennaltaehkäisyyn ja esimerkiksi seikkailukasvatuksen piirissä kiipeilyllä on pitkät perinteet. Psykiatrista kiipeilyterapiata on tutkittu ja toteutettu Saksassa ja Itävallassa.



Kati Penttinen

Napanuoraharjoitus kehittää yhteistyökykyä, toisten huomioimista ja oman henkilökohtaisen reviirin tunnistamista. Jenny Turunen (vas.), Jenni Christiansen, Topi Laitinen ja Sampo Hamard kokeilevat harjoitusta ryhmäversiona.



Kati Penttinen


Marionetti-kiipeilyssä harjoitellaan luottamusta, kontrollista luopumista ja toisen huomioimista. Se kehittää myös kykyä arvioida, minkälainen liike on kiipeilylle mahdollinen. Jenny Turunen siirtää Jenni Christiansenin käsiä ja jalkoja otteelta toiselle.

sa jo pidemmän aikaa, mutta muualla maailmassa hoitomuoto on vielä nuori. Suomessa tämä TAYS:n ryhmä on ensimmäinen strukturoitu, kiipeilyn ympärille rakennettu terapiaryhmä.

Itävaltalainen Institute for Climbing Therapy järjesti elokuussa 2018 ensimmäisen englanninkielisen koulutuksen kiipeilyn hyödyntämisestä psykoterapian välineenä. Jenni Christiansen ja Jenny Turunen kävivät hakemassa koulutuksesta lisää työkaluja oman ryhmänsä kehittämiseen.

Keväällä 2018 perustettiin Suomen Terapeuttinen Kiipeily ry, jonka tavoitteena on edistää kiipeilyn käyttöä terapia- ja hoitomuotona Suomessa. Yhdistys järjestää alkuvuodesta 2019 sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille tarkoitettua kiipeilyterapiakoulutuksen, jossa käydään läpi TAYS:ssa kehitetyn ryhmäterapien sisältöä ja ryhmän ohjaamista. Kurssin osallistujat saavat valmiudet järjestää ja kehittää kiipeilyterapiaryhmiä omissa työpaikoissaan. Pysy kuulolla!

[www.kiipeilyterapia.fi](http://www.kiipeilyterapia.fi)

 Suomen Terapeuttinen Kiipeily ry

# Inkorpi = täysin korvessa

TURUN KIIPEILYSEURA KRUXI  
LÄHTI TUTUSTUMAAN ITÄNAAPURIN  
KIIPEILYMEKKAAN

Inkorpi-murikka, jossa vaikeimmat sporttireitit ovat ysin greidää.

Imatran tulli

Svetogorsk

Lietlahti Park

40 minuuttia huonoa soratietä

P

Teksti: Miro Jerohin

ääsimme Venäjän tullin läpi noin 6 tunnin jonottamisen ja säädön jälkeen syyskuun alun iltahämärässä. Eräs nimeltä mainitsematon Kruxin jäsen sanoi jo kolmen tunnin jonotuksen jälkeen *"Mä en oo koskaan käyny venäjällä ja mä vihaan tätä paikkaa jo nyt. Ihan sama, että mulla on sukujuuret täällä, mä revin ne ylös ja poltan ne roviolla."*

Venäjällä oli juuri sillä viikolla tullut voimaan uusi laki, joka koski osuuskuntien omistamien autojen rajan ylittämistä, eivätkä virkailijakaan oikein tienneet, että kenet saa päästää rajan yli ja kenet ei. Loppujen lopuksi kaikki viisi autokuntaa pääsivät rajan yli, valtakirjojen ynnä muiden säättöjen jälkeen.

Imatran tullin jälkeen tulee pieni kaupunki nimeltä Svetogorsk, josta ajelimme suhteellisen huonoa soratietä n. 40 minuuttia pilkkopimeässä ja vajavaisesti toimivan navigaattorin kanssa. Onneksi tienhaaroja oli harvakseltaan ja löysimme perille majapaikkaamme nimeltä Lietlahti Park. Tässä vaiheessa emme tienneet mitään teiden kunnosta Venäjän puolella, ja jälkikäteen ajateltuna tämä tie oli luultavasti hyväkuntoinen heidän mittapuullaan.

Entisen Karjalan alueella, Venäjän korvessa sijaitsevat Lietlahti Park ja viereinen Triangular Lake ovat todella hienoja kiipeilysektoreita. Pelkästään kiipeilyn takia tänne ei tarvitse reissata: myös luonto ja kulttuuri antavat paljon matkailijalle. Paikka on niin lähellä Suomea, mutta niin erilainen.

On "oikeata" vanhaa metsää, ja jos tunnistaa sieniä, niitä olisi tähän vuodenaikaan saanut koppakaupalla kerättyä. Paikalliset tuntuvat viettävän viikonloppunsa sienestämällä ja eräs mies tiedusteli ihmeissään, että *"Why are you finns not crazy about mushrooms?"* Reissu voi parhaimmassa tapauksessa päästä hengelliselle tasolle, suuri kiitos tästä kuuluu Lietlahti Parkin majatalon pitäjille, **Jeanille** ja **Olgalle**. Lauantaina saimme kuulla Lietlahden tarinan ja historian sekä hieman majatalon pitäjien historiasta ja siitä, miten he ovat päätyneet sellaiseen paikkaan. Se oli koskettava tarina ja hieno hetki.

On "oikeata" vanhaa metsää, ja jos tunnistaa sieniä, niitä olisi tähän vuodenaikaan saanut koppakaupalla kerättyä. Paikalliset tuntuvat viettävän viikonloppunsa sienestämällä ja eräs mies tiedusteli ihmeissään, että *"Why are you finns not crazy about mushrooms?"* Reissu voi parhaimmassa tapauksessa päästä hengelliselle tasolle, suuri kiitos tästä kuuluu Lietlahti Parkin majatalon pitäjille, **Jeanille** ja **Olgalle**. Lauantaina saimme kuulla Lietlahden tarinan ja historian sekä hieman majatalon pitäjien historiasta ja siitä, miten he ovat päätyneet sellaiseen paikkaan. Se oli koskettava tarina ja hieno hetki.



Tommi Maunuksela liidaa.



Sophie Solin Main-sektorilla.

Tuukka Särkelä

Teemu Laurila

Tuukka Särkelä

Tuukka Särkelä

Kruxin kiipeilyseuran järjestämälle reissulle osallistui 15 kiipeilijää ja kaikki mahtuivat todella hyvin asumaan Lietlahti Parkin majataloon. Sänkypaikkoja siellä on kolmisenkymmentä. Majatalo on perustettu vain muutama vuosi sitten ja sitä ennen alue on ollut vielä enemmän korpea. Jean ja paikalliset kiipeilijät ovat raivanneet useita kilometrejä polkua kiipeilysektoreille. Kiipeilijöiden majoittamisen lisäksi Lietlahti Park järjestää etnografisia eli kansantieteellisiä vaelluksia alueella. Aluetta on ennen asuttanut parikymmentä suomalaista taloa ja bouldersektorit ovatkin saaneet nimiä näiden entisten asukkaiden perusteella esim: Mustaniemi, Mustämäki, Jumala (mahdoin olla vaikutusvaltainen suku), Aittämäki, Inkorpi (14 metriä korkea murikka, jossa on enimmäkseen tiukkojakin sporttireittejä: kaseja ja joku ysikin), Jussla jne.

Reissun aikana kiipeilypäiviä oli kolme. Ensimmäisenä päivänä satoi hieman ja yöt olivat todella kosteita. Vanha metsä ei kuivu ihan yhtä nopeasti avohakkuut, mutta joka päivä löysimme kuivaa kiveä. Reissuporukamme jakautui niin, että osa kiipesi sporttia, osa boulderoi, ja osa teki molempia. Allekirjoittaneella reissu meni sporttailemalla, joten bouldereista ei saanut omakohtaista kokemusta tullut tällä kertaa.

Jos Suomen sporttireiteillä tulee välillä sellainen filis, että olispa tässä yksi pultti lisää, niin näin ei täällä käynyt, pultteja oli omasta mielestä jopa liikaa. Muutenkin paikka erottui kiipeilyetiikassa Suomen kallioista siten, että täällä oli jonkin verran massattu otteita pysymään kalliossa kiinni ja parissa reitissä törmäsimme pokettiotteeseen, jonka porakone oli tehnyt. Olen iloinen, että näin ei meillä tehdä, mutta hassua kyllä, Venäjällä se ei haitannut. Valitettavasti topoja ei netissä ole kaikille sektoreille, ainakaan 27cragsin sivuilta ei kaikkia löytynyt. Me onneksi törmäsimme paikallisiin ja otimme kuvia heidän painetusta topostaan. Ensi vuonna alueesta pitäisi ilmestyä uusi topo, joten parannusta tilanteeseen on luvassa.

Venäjällä ensi kertaa reissaavia oli matkassa useampi, ja suurin osa porukasta oli reissun jälkeen täysin valmiita tulemaan takaisin jo ensi vuonna. Artikkelin alussa mainittu, nimeämättä jätetty henkilö ei koskaan syyttänyt roviota ja palasi Suomen kamaralle tyytyväisenä ostettuaan tuliaisiksi n. 4–6 euron hyviä vodkapulloja ja tankattuaan halpaa bensa tankin täyteen.



Vas. Lotte Suveri, (piilossa Anna Ello-nen), Sauli Alihanka, Antti Jussila, Miro Jerohin ja suurien tarinoiden hetki.

Tuukka Särkelä



Pasi kiipeää Jumala-sektorin reittiä 215 In the tenture, 6B+.



Parasta kiipeilypäivän jälkeen on sauna.

Teemu Laurila

Tuukka Särkelä

## Pari vinkkiä reissum:

- Rajaa ylittäessä on kaikista helpointa, että omistat auton jota ajat. Muissa tapauksissa hanki mahdollisimman viralliset valtakirjat sekä muut paperit.
- Vegetuotteet kannattaa tuoda Suomen puolelta.
- Jos haluaa ajaa Triangular Lake kiipeilysektoreille, tarvitsee maastoauton. Meillä oli yksi matkassa, se kantoi kiipeilykamat sektoreille ja porukka käveli.
- Lietlahdessa on hyvä sauna ja huono nettiyhteys, hyvä näin.

# PERTURBAATIOITA

## Terveisiä uskonnosta

# M

Me kiipeilijät haluamme kiivetä hyvin. Haluamme myös jotain konstikkaampaa: hyvää kiipeilyä. Jälkimmäisessä on erilaisia sisältöjä sen mukaan, mitä itse kunkin preferenssit ja arvot ovat. Joku tykkää bouldereista, toinen isoista camaloteista ja yllälevistä halkeamista. Kolmannelle totuus seisoo vasta vuoren huipulla. Kun yhdelle kaikki pelkistyy muuveihin, verrokki ei saa kiipeilystä hyvyttä irti, jos kallio sijaitsee vilkkaan autotien tai kaatopaikan reunalla.

Erojen taustalla on kuitenkin yhdistävä tekijä: halu tulla kiiveten onnelliseksi. Siihen voivat johtaa vaikka mielekkäät haasteet, mielihyvän ja nautinnon kokemukset, jotka kiipeilyssä toisinaan liitetään jälkikäteen kurjimpiinkin kärvistelyihin. Näissä kaikissa näyttelevät keskeistä osaa kiipeilytoverit. Heidän käyttäytymisensä on kuitenkin kontrolloimatonta ja arvaamatonta. Valjaissa ei olla oikeaan aikaan, otetaan pakkeja, reissut peruuntuvat. Voisiko muiden osuuden minimoida hyvästä kiipeilystä?

Kysymys on elämäntavan sisäisestä itsekkydestä, siitä, että asetetaan johtotähdeksi oma onnellisuus. Tovereista riippumattomana onnen ehdot olisivat ikään kuin omista haukissani. Ja miksei näin olisikaan? Kiipeilyhän ei ole mikään muiden panosta välttämättä vaativa pallopeti. Entäpä toverit riskienhallinnan välineinä, varmistajina? Täydellinen kiipeilysaari kelvatkoon kysymysten koetinkiveksi.

Täydellisellä kiipeilysaarella voisin sooloilla syvien vetten ja kunnon pärskeiden yllä. Kaikki vastaisi hyvän kiipeilyn mieltymyksiäni; olisi rentoa reittiä pittoreskeissa maisemissa, fyysisiä hurmosnousuja sekä linjoja, joiden uhkaava olemus käännättää pois päin itsestään. Toiminnan lähteitä, kuten



Heikki Karila

kauneuden halua, himoa ja pelkoa, voidaan kutsua passiiviksi. Niihin lukeutuu myös kunnioituksen halu. Täydellisellä kiipeilysaarella olisi tietenkin teknologiaa, jolla pystyisin julkistamaan yksinäisen kiipeilyn ja siten hivelemään itserakkauttani myös muiden arvonannossa. Itserakkaus toimisi järkevänä laskelmointiperiaatteena. Saarella se koordinoisi kiipeilyyn liittyviä passioitani sillä tavalla, että löytäisin suurimman onnellisuuteni hyvässä kiipeilyssä lopun elämäni ajan. Löytäisinkö todella?

Hienoisimmat ihmissuhteet kiipeilyssä ja elämässä perustuvat antamiseen eivätkä taivu hyödykkeiksi. Kiipeilytoverit sitoutuvat toisiinsa enemmän kuin top-paus- tai turvallisuusmielessä ja "varmistavat" toisiaan parhaimmillaan muuallakin kuin kallioilla. Onnellisuuteen näyttää tässä kuuluvan ihmissuhteita, jotka pohjaavat siihen, että kiipeilijät edistävät toistensa hyvää kiipeilyä. Täydellisen saaren kiipeilijä ei ole tässä mielessä onnekas. Hän saattaa itseriittoisuutensa heikkoina hetkinä haluta tulla osalliseksi läheisistä ihmissuhteista ja olla rakastettu. Toverirakkautta taatusti vähentää sen näkeminen, että on toiselle väline, arvokas kyllä, mutta vain keinona jonkin saavuttamiseksi. Tullakseen onnelliseksi itsekään saarelaisen pitäisi toissijaistaa oma onnellisuutensa ja omaksua hyväntahtoisuuden, toverirakkauten, lähimmäisenrakkauten, moraalin – mitä nimeä käytetäänkään – näkökulma kansakiipeilijöihinsä.

Kiipeilijä, joka on rekrytoinut varmistusorjia sekä laskelmoinut kohteet ja ajankäytön oman tikkilistansa mukaan, saattaa huomata olleensa pääsääntöisesti hyvän ja hyödyn vastaanottajan roolissa. Se on jättänyt hänet keskenkasvuiseksi. Vasta muiden hyvän kiipeilyn edistäminen todella täysivaltaistaa hänet ja tuo sitä tyydytystä, jonka varaan onnellisuus paljolti rakentuu. Näin olisi suhtauduttava epäillen siihen ajatukseen, että yhdessä kallioilla touhuavat kiipeilijät eivät viime kädessä ole todella toisistaan kiinnostuneita.

Onko sitten toverirakkauten mukainen kiipeily onnellisuuden resepti saareltaan poistuneelle? Kysymys kompuroi. Hyväntahtoisuuden pitäminen välineenä onnellisuuden päämäärän vuoksi saa sitoutumisen näyttämään investoinnilta. Ehdottamani näkökulman omaksuminen on siis epäonnistunut. Lisäksi tulee varmasti vastaan tilanteita, joissa toisen hyvä edellyttää oman kiipeilyn, jopa elämän, ydinhyvien sivuuttamista. Toisten hyvän edistäminen näyttää silti tienviitalta kiipeilijänä olemisen olennaisimpiin merkityksiin.

Uusi näkökulma ei merkitse, etteikö kiipeilyssä milloinkaan saisi heittäytyä omiin passioihin ja nautintoihin. Minulle – sinulle – mitta ja kohtuullisuuden tavoite osuvat kokonaisuuteen, elämään "pitkässä kiipeilyssä". Aristoteles Viisas ei tarkoittanut onnellisuudella mitään psykologista tunnelmoitua, vaan hyveellisen elämän tuomaa tasapainotilaa. Kreikan sana sille oli eudaimonia, 'onni'. Kohtuuton ja onneton on kiipeilijä, joka nautintojaan jahdattaessaan ajaa itsensä yhteisön ulkopuolelle, näennäisen täydelliselle saarelle. Kustavin reunalla sijaitsevan kiipeilysaaren, Pieskerin, ensimmäinen reitti onkin paljonpuhuvasti nimeltään Eudaimonia.

Latinan *perturbare* tarkoittaa niin psyykkisen hämmingin kuin liikkeellisen huojunnankin aiheuttamista. Perttu Ollila on turkulainen ajatustyöläinen ja opettaja, jonka yritykset vastailla periaatteellisiin kysymyksiin ja kiivetä vaikeita halkeamia ovat usein perturbatioiden kyllästämiä. Perttu pitää ajatuksensa ja muuvinsa kurissa *daimonin* ja hauisten avulla.





Saku Korosuo on Ruotsin kautta Itävaltaan karannut kiipeilypakolainen. Mies uskoo halkeamien pultittomuuteen ja seisomalähtöihin. Saku viihtyy parhaiten pitkällä reiteillä, ja mieluiten vielä yksin, jolloin kukaan ei ole näkemässä jatkoista vetämistä. Mies on kiipeilyn sekatyöläinen ja julkaisi juuri esikoiskirjansa Suomalainen kiipeilyopas.

**Katso myös kirjoittajan nettisivut osoitteessa [korosuo.com](http://korosuo.com).**

**Sakun  
palat**

Saku Korosuo

Facebookissa pompsahtaa esiin kuva kauniista vaaleahiuksisesta naisesta. Kuva on blurrattu epätarkaksi, muttei tietenkään liikaa, sixpäksi erottuu vielä kivasti.

"Photoshop! :)" kommentoi joku.

"Ei oo photoshoppia :)" kommentoi kuvan jakaja, vaaleahiuksinen nainen.

Kiusallisia kysymyksiä alkaa tulla lisää, ja lopulta joku kysyy asiaa suoraan: "Oletko muka itse kuvassa?" Päivitys häviää saman tien. En tiedä oliko kuvan jakanut nainen ainoa, joka ei tajunnut, että kuvasta näki suhteellisen helposti ettei hän ollut siinä itse.

Mutta miten tämä liittyy kiipeilyyn? No, ei välttämättä mitenkään, joten mennään eteenpäin.

Niin kauan kun on ollut kiipeilyä, on ollut myös tarinoita nousujen ympärillä. Valitettavasti osa näistä tarinoista ei ole totta. Enkä puhu nyt siitä, kun parin kaljan jälkeen hehkutetaan kuinka pitkät pannut tuli, vaan siitä, kun sanotaan, että kiivettiin vuori, vaikka oikeasti ei kiivetty.

Hyviä syitä valehteluun on helppo löytää: taloudellinen hyöty, sponsoreiden paine sekä tietysti epäonnistumisen häpeä suhteessa sankarina oloon. Tosin joskus tuntuu, että tietyissä tapauksissa valehtelun taustalla taitaa olla ihan vakavampiakin ongelmia.

Jotain on kuitenkin muuttunut vuosien aikana. Nykyään harvemmin valehdellaan suoraan, vaan enemmänkin annetaan ymmärtää. Aivan kuten jutun alussa esiintynyt nainen. Ei hän missään vaiheessa väittänytäkään, että olisi itse kuvassa.

Seuraavaksi muutama hauska tarina Facebookin aikakaudelta.

\*\*\*

Katson videota, jossa mies kertoo olevansa "pretty good with bigwalls" ja kuinka hän teki kahden viikon soolonousun *Zodiacille*. Jostain syystä hän ei kuitenkaan kerro siitä, kuinka häneltä loppui sekä vesi että ruoka. Hädissään mies soitti YOSARin työntekijälle ja palkkasi hänet tuomaan lisää vettä. Myöhemmin Yosemitein rangerit toivat lisää vettä ja ruokaa. Siinäähän ei ole mitään hävettävää, jos

nousu on mennyt vähän seikkailun puolelle, mutta kannattaako paukutella henkseleitä, jos on hengissä lähinnä ulkopuolisten avun ansiosta?

\*\*\*

"Nice day on *Beyond good and evil!*" Kuvia reitiltä, mutta yllättäen ei vaikeimmilta köydenpituuksilta. Myös blogiteksti noususta antaa ymmärtää, että reitti kiivettiin. Myöhemmin mies suostuu kertomaan, että he ottivat pakit ennen kruksia. No, eipä hän missään vaiheessa väittänytäkään, että he olisivat kiivenneet reittiä kokonaan.

\*\*\*

Ruotsalaisen kiipeilymedian edustaja ottaa yhteyttä. Steindin *Sydpillarenille* on mahdollisesti tehty nopeusennätys. Noususta löytyy blogitekstikin. Tällä kertaa ei kierrellä, vaan sanotaan selvästi mitä on kiivetty ja mihin aikaan. Ainoa kuva noususta tosin on poikkeuksellisesti topista. Itse reitiltä ei ole kuvia, mutta mitä sitten. Jokainen kelloa vastaan kiivennyt tietää, että siinä on vähän muutakin tekemistä kuin leikkiä kameran kanssa. Ainoa ongelma onkin paikalle sattunut kiipeilyporukka, joka oli nähnyt pikku-soiostimme samana päivänä juoksemassa perusreittiä ylös.

Ruotsalainen kiipeilytoimittaja yrittää löytää vielä ratkaisua. "Onko mahdollista, että perusreitti menisi niin lähellä *Sydpillarenia*, että ne voisi sekoittaa toisiinsa." No eipä ole. *Sydpillarenilla* kiipeilyä on 13 köydenpituutta, kun taas perusreitillä 15 metriä. Reitit ovat myös satojen metrien päässä toisistaan. Asiaa tiedusteltiin myös tarinamme sankarilta, joka ei luonnollisesti vastannut enää viesteihin.

\*\*\*

Nykyään on helppo iskeä kuvia nettiin ja antaa ymmärtää, että ollaan tehty sitä ja tätä. Joskus kyse on puhtaasta vahingosta, mutta harvoin. Vielä harvemmin silloin, kun asiaa ei haluta selvittää. Kenenkään ei tarvitse esitellä julkisesti nousujaan, mutta jos sen tekee, kannattaa varautua siihen, että jotakuta saattaa oikeasti kiinnostaa, että mitä on kiivetty.

Suomalaista vuoristo-opasta lainaten: kiipeilyssä on vain yksi sääntö: se, että ollaan rehellisiä.

KOROSUO.COM

## SKIL SUOMEN KIIPEILYLIITTO

### SKIL HALLITUS 2018

pj. Sampsa Jyrkynen, jäsenet Otto Lahti, Hanna Hesse, Maarit Vähä-Piikkiö, Paavo Hahtola, Enni Bertling, Pasi Kiuru, Eljas Honka-Hallila, Marja Tyni

### SKIL POSTIOSOITE:

Suomen Kiipeilyliitto ry.  
Erätie 3  
00730 HELSINKI

Toiminnanjohtaja, Kiipeily-lehden päätoimittaja, KTO -kurssivastaava:

#### Jari Koski

[jari.koski@climbing.fi](mailto:jari.koski@climbing.fi)

p. 040-586 8123

KTO-kurssia ja Kiipeily-lehden aineistoa koskevat tiedustelut suoraan Jari Koskelle, mieluiten sähköpostilla.

### VALIOKUNNAT:

#### NUVA

NUORISOASIAT, JUNNUOHJAAJA-KOULUTUKSET JA LEIRIT  
puheenjohtaja Markku Moilanen,  
[moilanen.markku@hotmail.com](mailto:moilanen.markku@hotmail.com)

#### KOVA

OHJAAJA- JA KOULUTTAJAKOULUTUS  
puheenjohtaja Tuomo Pesonen,  
[tuomo.pesonen1@gmail.com](mailto:tuomo.pesonen1@gmail.com)

#### KIVA

KILPAILUASIAT  
puheenjohtaja Nora Isomäki,  
[nora.isomaki@gmail.com](mailto:nora.isomaki@gmail.com)

### ACCESS

KALLIOIDEN LUPA-ASIAT JA REITINTEKO YHDESSÄ JÄSENSEUROJEN KANSSA sähköposti, [access@climbing.fi](mailto:access@climbing.fi)

SKIL kotisivuilla [www.climbing.fi](http://www.climbing.fi):

- liiton jäsen seurat paikkakunnittain ja yhteystiedot
- valiokuntien esittelyt ja yhteystiedot
- SKIL julkaisujen esittelyt, hinnat ja tilaaminen
- liiton ohjaajakoulutuksen esittely, kurssi-paikat, hinnat ja ilmoittautumisohjeet
- jäsenseuroille seuratuksen hakuohjeet
- access-ohjeita ja rajoituksia
- tapahtumakalenterissa kaikki tulevat tapahtumat – ohjaajakurssit, muu koulutus, kilpailut ym.
- linkit SKIL ja SKIL accessin Facebook-sivuihin
- tietoa kiipeilylajeista

## Tuoteuutuudet

### Uutuudet Butoralta!

Oranssit mallit istuvat paremmin suomalaiseseen leveälestisempään jalkaan. Kaikissa kengissä 3D-välipohja (midsole), joka pitää muotonsa käytössä.

#### Butora Comet

Mukava ja edullinen jokapaikan kenkä niin sisä- kuin ulkotouhuihinkin!  
Sh. 68,20 €

#### Butora Narsha

Jäykkä tossu, joka toimii erityisesti ulkona pienillä jalkaotteilla boulderrissa että sportissa.  
Sh. 140,50 €

#### Butora Endeavor

Mukava jokapaikan kenkä niin sisä- kuin ulkotouhuihinkin!  
Sh. 91,95 €

Maahantuojat:  
Bouldertehdas Oy, Turku





HELLO

REVO

WILDCOUNTRY

HELSINGIN  
KIPEILYKESKUS





# NATURAL COMFORT

100% MERINO WOOL

6

MID MERINO WOOL

WEATHER CONDITIONS

WIND COLD COOL HOT

250 g/m<sup>2</sup>

SEAMLESS  
Best for moderate to cool conditions.

2 Layers Midweight Merino Wool Headband  
Midweight Merino Wool Multifunctional Headwear

Warm and natural 100% Merino wool products. Designed for those in search for a natural product, it provides a perfect fit for low and medium intensity outdoor activities.

Buff® is a registered trademark property of Original Buff, S.A. (Spain)

#LIVEMORENOW

[www.partioaitta.fi](http://www.partioaitta.fi)

[www.scandinavianoutdoor.fi](http://www.scandinavianoutdoor.fi)

[www.varuste.net](http://www.varuste.net)