



70 kilometrin Ylläs–Levi-hiihto on osa pitkien matkojen Visma Ski Classics -sarjaa. Kilpailu hiihdetään perinteisellä tyyliä. Kauden päätöskilpailuun osallistui pro-hiihtäjien lisäksi paljon harrastajia. Kaikkiaan hiihtäjiä oli mukana lähes tuhat. 70 kilometrin kilpailu alkoi Ylläs Ski Resort Ylläsjärveltä. Matkana oli myös 55 kilometrin hiihto, johon lähdettiin Äkäslompolon jäältä. Kisapäivänä Äkäslompolossa järjestettiin lasten sprintti-hiihtoja alle 10-vuotiaille.

Kuva: Visma Ski Classics Ylläs-Levi

Ylläs–Levi-hiihto ponnistettiin kunniakkaasti läpi

Luontoäiti tarjosi jännitystä lauantaina 9. huhtikuuta käydylle kilpailulle. Kuukkel kysyi kisafiliksä naisten pro-sarjaan osallistuneelta kilpahiihtäjältä, miesten harrastajasarjaan osallistuneelta personal trainerilta ja lasten hiihtoihin osallistuneelta 6-vuotiaalta.

Kansainvälinen Ylläs–Levi-hiihto oli kahden talven ajan tauolla koronapandemian vuoksi. Kun massahiihto jälleen saatiin kisaalenteriin huhtikuussa 2022, sää toi tapahtumaan lisäjännitystä.

– Meillä oli eilen illalla kova myrsky, ja reitille tuli yli metrin korkuisia lumikasvoja, Ylläs–Levin kilpailujohtaja **Mikko Koutaniemi** kertasi kisan jälkeen.

– Jokainen, joka ylitti maaliin, teki kovan työn. Ovat kyllä sisukkaita hiihtäjiä. Iso kiitos meidän talkoolaisille, jotka olivat mahdollistamassa tätä kilpailua näissä haastavissa olosuhteissa, Koutaniemi kiittelee kisaorganisaation julkaisemassa tiedotteessa.

Kunnanjohtaja tyytyväinen tapahtumaan

Myös Kolarin vt. kunnanjohtaja **Hannu Haapala** on tyytyväinen tapahtuman onnistumiseen.

– Tapahtumalla on iso merkitys kunnalle, se tuo Kolarille mainetta.

Haapalalla oli oma roolinsa tapahtumassa: hän ampui lähtölaukauksen Äkäslompolosta 55 kilometrin matkalle lähteville hiihtäjille. Lähtölaukaus ammuttiin haulikolla, jossa panoksena oli koiran kouluttamiseen tarkoitettu panos.

– Sorsametsältä on kokemusta parinkymmenen vuoden takaa, siltä pohjalta lähtölaukaus onnistui, hän kertoo.

Kuinka kilpailu sujui, **Emmi Lämsä**, **Juuso Laitinen** ja **Kasper Salonen**?

EMMI LÄMSÄ

Hetki ennen 70 kilometrin start-

tia Ylläsjärvellä on vettä ilmassa. Sääennusteen mukaan pian saataisi – mutta kuinka pian?

– Vähän jännittää tämä keli, kilpahiihtäjä **Emmi Lämsä** tuumii ja kertoo lähtevänsä kisaan pitopohjasuksilla.

Maastohiihdon B-maajoukkueeseen kuuluva Lämsä on Ylläs–Levissä mukana neljättä kertaa. Hän on myös kilpailun ensimmäinen naisvoittaja vuodelta 2016. Silloin kisa starttasi Äkäslompolosta ja matkana oli 55 kilometriä.

– Ei se silloin tietenkään ollut niin iso tapahtuma kuin nykyään, hän muistelee.

Kuudessa vuodessa myös Lämsän taso on kohonnut. Tällä kaudella hän kisasi Lahden maailmancupissa ja kiersi Skandinavia-cupin kisoja. Lämsän mukaan kausi oli kuitenkin vaikea eikä tulos ollut toiveiden mukainen.

– Tämä oli vaikea välihuusi ja kunnan kanssa oli hakemista. Vaihdoin valmentajaa, ja teimme muutoksia harjoitteluun. Nyt riittää motivaatiota ensi kauteen, hän kertoo.

– Toivon, että nyt onnistutaan harjoittelukaudella ja saataisiin otettua kunnan askel eteenpäin kehityksessä. Tavoite on, että pääsisin jo alkukaudesta kiertämään maailman cupin kisoja. Kauden tavoite on vapaan kymppi MM-kisoissa Planicassa, Sloveniassa.

Ennen ensi kautta on vielä jäljellä tämän kauden todennäköisesti viimeinen kilpailu. Lähtölaukaus kajahtaa, ja pro-sarjan naiset pinkaisevat matkaan. Emmi vaari, itsekin kilpaa hiihtänyt Timo Lämsä, tarkkailee Emmiä menoa.

– Sataprosenttinen pito, hyvä!

”Hyvä filis jäi”

3 tuntia ja 55 minuuttia myöhemmin **Emmi Lämsä** saapuu Levillä maaliin. Hänen sijotuksensa naisten sarjassa on 25. Hän on ensimmäinen maaliin saapunut nainen pitopohjilla – kaikki aiemmin maaliin hiihtäneet ovat taittaneet matkan tasatyöntöä.

– Olen tyytyväinen lopputulokseen. Minulla ei ollut varsinasta tulostavoitetta. Toivoin, että pystyisin parantamaan edellistä Ylläs–Levin aikaani, ja se onnistui, vaikka keli oli nyt tosi huono.

Lämsä kertoo pysähtyneensä neljäksi raappaamaan jäätä pois suksien pohjista.

– Ylläsjärvellä ja Äkäslompolossa lumi oli kuivaa, ja mieitin, että kyllä tulee pitkä reissu. Kukaksen jälkeen lumi muuttui kostemmaksi ja suksat alkoivat toimia. Positiivinen filis jäi: oli kiva hiihtää ja tuntui hyvältä.

Hän kehuu myös kannustajia reitin varrella.

– Tosi paljon oli kannustusta, se oli hienoa. Levin puolella oli kaveriporukoita, joilla oli jopa radiot mukanaan.

JUUSO LAITINEN

Liikunnanohjaaja, kuntosaliryhtäjä **Juuso Laitinen** antoi helmi-kuun lopulla Kuukkelin sivuilla vinkkejä pitkään hiihtoon valmistautumiseen. Samassa jutussa hän myös lupautui itse mukaan Ylläs–Levin 70 kilometrin kisaan. Kysytään, kuinka miehen hiihto sujui.

– Oli rankka päivä. Ei ollut pitoa, vaan meni työntöhommiiksi ja haarakäynniksi. Vuorohiihto onnistui vain aivan korkeimpien tunturien huipuilla muutaman sadan metrin verran. Luistoa

kyllä löytyi, se oli loistava, voideltavilla suksilla kisaan lähtenyt **Laitinen** kertoo.

Hänen suunnitelmansa oli ollut hiihtää ylämäet vuorohiihtoa ja muut osuudet tasatyöntöä.

– Tasatyöntö ei ole minusta hiihdon ydintä, enkä sitä ollut varta vasten treenannut, vaikka hiihtämässä olinkin tällä kaudella käynyt 85 kertaa. Muokkamalla omaa harjoitteluaani olisin hyvin pystynyt harjoittelemaan myös tasatyöntöä. Sitä voi harjoitella sekä perinteisen että vapaan lenkillä lisäämällä pätkän tasatyöntöä sellaiseen kohtaan, johon sitä ei tavallisesti tekisi, esimerkiksi loivaan ylämäkeen.

Muuten Laitisen valmistautuminen kisaan sujui hyvin.

– Valmistautuminen meni oikein hyvin. Kunto oli semmoinen kuin sen tähän kauteen

saatoin saada. Kisaa edeltävän yön nukuin tosi hyvin.

”Juottopisteet toimivat mahtavasti”

Kilpailun aikana **Laitinen** hyödynsi talkoovoimien toteutettuja juottopisteitä.

– Join kaikilta juottopisteiltä paitsi viimeiseltä. Aivan mahtavasti tuo toimi ja nuoret hoitivat hommansa: aina, kun tuli pisteelle, kuului, että ”tästä mehua”, ”tästä urheilujuomaa”, hän kehuu järjestelyjä ja vapaaehtoisia.

Laitisen hiihtoon mahtui myös huonoja hetkiä.

– Pahin paikka oli Kotamajan ja Pyhäjärven välillä. Ojentaja kramppasi, mutta onneksi sain suolaa ja suolakurkkuja. Se auttoi.

Hän muistuttaa, ettei kestävyysurheilussa kannata hätäillä

ensimmäisestä väsymispiikeistä.

– Se kuuluu kestävyysurheiluun, että mieliala vaihtelee. Kun saa energiaa, juomaa ja krampit pois, voi vartin päästä tuntua ihan erilaiselta. Kestävyysurheiluun kuuluu mielen kanssa taistelua.

Laitinen on tyytyväinen aikaansa.

– Edelliskerrasta hävisin 25 minuuttia, mutta tämä oli työvoitto. Keli oli niin raskas. Kuntohiihtäjästä olin sijalla 21 ja kaikista kilpailijoista 174:s.

KASPER SALONEN

Kun **Emmi Lämsä** on ohittanut Äkäslompolon juottopisteen ja vartin myöhemmin lähtenyt Juuso Laitinen on lähestymässä lompolon tasaista osuutta, 6-vuotias **Kasper Salonen** val-



Juuso piti tämän vuoden Ylläs–Levi-suoritustaan työvoittona.