

# Tavoitteena hiihtovaellus Minttu

## Mitä jos kaikki menee pieleen?

*Hiihtovaelluksella pääsee parhaimmillaan rauhalliseen meditatiiviseen tilaan. Erämaan hiljaisuudessa maailman murheet unohtuvat. Kun kerran maistaa vaelluselämää, janoaa sitä aina uudestaan. Tässä sarjassa avataan, miten hiihtovaellukselle valmistaudutaan ja mitä kaikkea seikkailu vaatii. Sarja julkaistaan kevään Kuukkeleissa.*

Auvoinen ja aurinkoinen talvivaellus on yleensä kaikkien toiveena, mutta ainahan se ei toteudu. Sääennusteet voivat muuttua ja lumimyrsky tai hyinen kylmyys vyöryä päälle. Luontoäidin mahtia ei kannata koetella, vaan pysyä nöyränä.

Riskejä ja niihin varautumista voi miettiä ennen lähtöä. Varusteista esimerkiksi sauva tai ahkion aisa voivat katketa, suksen side voi mennä rikki tai vaatteet repeytyä. Toimiiko keitin varmasti, kannattaako ottaa varakeitin mukaan? Reitillä voi olla yllättävän paljon tai yllättävän vähän lunta, mikä voi hankaloittaa etenemistä. Ehkä kevät on ajoissa ja sulava lumi aiheuttaa haasteita. Mitä jos joudut hälyttämään apua? Erämaassa on harvemmin kuuluvuutta muualla kuin tuntureiden laella, jos sielläkään.

Suunniteltuun reittiin ei kannata lukkiutua, vaan miettiä myös mahdollinen B-suunnitelma yllätysten varalta. Jos tilanne tulee päälle, ei tarvitse hätäantaa ja paniikissa miettiä, mitä tehdä, vaan ottaa ennalta mietitty varasuunnitelma käyttöön.

### Pelastavia varusteita

Mahdollisesti katkeavien tai rikki menevien varusteiden ja vaatteiden varalle mukaan kannattaa pakata korjaussarja, joka sisältää ainakin monitoimityökalun, ilmastointiteip-

piä, nippusiteitä, rautalankaa ja kangaspaikkoja. Katkennut ahkion aisa haittaa merkittävästi kulkua, mutta nippusiteillä ja teipillä voi senkin paikata auttavasti kasaan. Korjaustarpeiden lisäksi mukana kulkee aina ensiapulaukku.

Yksi turvallisuusvaruste, jota kannattaa harkita, on GPS eli satelliittipaikannin. Kompassi on toki myös hyvä ja suorastaan pakollinen, mutta kompassin käyttäjän täytyy olla hyvin taitava, jotta sen ohjauksessa löytää perille kohteeseen pilkkopimeässä tai lumimyräkin keskellä. Pimeässä otsalampun valo heijastuu lumihiutaleista takaisin ja huonontaa näkyvyyttä entisestään. GPS:n ohjaukseen voi luottaa täysin, vaikka näkyvyys olisi olematon.

Markkinoilla on myös GPS-laitteita, joissa on satelliittiviestin, mikä kautta voit lähettää tekstiviestin alueella, jossa ei muutoin ole kuuluvuutta. Näin viestiminen ulkomaailmaan onnistuu ja saat tilattua sääennusteidenkin helposti satelliitin välityksellä. Näissä laitteissa voi olla myös SOS-nappi, jota painamalla lähtee automaattinen avunpyyntö hätäkeskukseen. Tällainen laite on hyvä varsinkin silloin, jos on yksin reissussa ja jotain sattuu, eikä pääse kiipeämään ylemmäs etsimään puhelimen kuuluvuutta.

### Henkinen kantti ratkaisee

Jos huono keli yllättää hiihtovaelluksella niin pahasti, että eteneminen vaikeutuu, kannattaa laittaa teltta pystyyn ja mennä sisään odottamaan parempaa säätä. Hätää ei ole. Onhan mukana lämmin taukotakki ja makuupussi, joiden uumeniin käpertyä lepäämään. Täytyy vain uskaltaa luottaa varusteisiin – teltta kestää ja myrsky menee ohi. Teltta onkin turvallisuusväline ja tarpeen olla mukana, vaikka yöpyisi tuvisissa. Sen pystytys kovassa tuulella on oma lajinsa ja tätä kannattaa harjoitella kotona ennen lähtöä. Oleellista on, että pystytyksen ajan yksi teltan naru on koko ajan kiinni ahkiassa tai repussa, ettei koko touhu lähde karkuun ja taivaan tuuliin. Myrskytuuli avotunturissa on eri luokkaa kuin mihin normaalissa elämässä on tottunut.

Hiihtovaellus kannattaa suunnitella siten, että aikataulun suhteen on joustovaraa. Jos on turvallisempaa odottaa hyvää keliä paikoillaan ylimääräinen päivä, on syytä valita tämä vaihtoehto. Myös ruokaa kannattaa aina varata mukaan hieman enemmän kuin suunnitellulla vaelluksella tarvitsisi. Juomavettä saa sulatettua lumesta missä vain, joten sitä ei tarvitse murehtia.

KAUNEUTTA, TERVEYTTÄ,  
HYVINVOINTIA

**Parturi-Kampaamo KUURA**  
Palvelemme: MA-PE 9-16  
sopimuksen mukaan myös muina aikoina.  
Puh. 045 178 8555  
www.kampaamokuura.fi • kotämäentie 3, 95980 Ylläsjärvi  
varaa.timma.fi/kuura

**Kalevalainen jäsenkorjaus**  
**Intialainen päähieronta**  
**Reikihoito**  
**Metsäterapiaretket**  
**Lapin kasteet**  
Anu Kangas, p. 044 302 7844  
hoitolakuuhvitar@gmail.com  
Ahonkuruntie 11, Äkäslompolo  
www.kuuhvitar.com

TIE HYVÄÄN OLOON  
**YlläsWellness**  
Hierontaa, Hemmottelua, Rentoutuskelluntaa  
Suolahuonehoitoa, Kosmetologin palveluja...  
www.yllaswellness.fi  
DaySpa 040 540 7347 FysiYlläs  
Lapland Hotel Saagassa

**Parturi-Kampaamo TARJA**  
AVOINNA: MA-PE 10-17, www.yllasparturi.fi  
P. 040 5475 550, Passipaikka 1, Äkäslompolo

**Marja Tassu**  
Kalevalainen jäsenkorjaus, Brain relief-rentoutushoidot  
ja koirien jäsenkorjaus  
Jouni Kauppa 2.krs • Kirsi Laitinen • P.044 011 1879  
marjatassu@gmail.com • nettiajanvaraus: www.marjatassu.fi

**Anita Jauhojärvi**  
**Tunturikylän**  
Fysioterapia Ylläsjärvi  
Kipuhoidot/rasitus- ja urheiluvammat/hieronta  
Ajanvaraus: 040 847 0744

**Tunturituulen Hoidot**  
Kaupinjärventie 4, 95970 Äkäslompolo  
Koulutettu hieroja Sirpa Rajala  
P. 044 559 2329 • tunturituuli@gmail.com  
Hieronta • Kuivakuppaus • Äänimaljahoidot  
Vyöhyketerapia / Vauvavyöhyketerapia