

World Games 2013 Cali, Colombia



Upeaa päättää kilpailu ura voimanoston "olympialaisiin" . Pääseminen kisoihin oli jo itsessään saavutus!

Valmistautuminen päätavoitteeseen alkoi tammikuun alusta. Valmentaja Hakkaraisen ohjelmaa noudattaen lähes jokainen harjoitus tuli vietyä läpi.

Kyykyn kanssa ei ollut missään vaiheessa ongelmia, mutta vedon kanssa jouduin taistelemaan lähes joka harjoituksissa. Yhdessä treenissä oli kovin rauta liimattu lattiaan.. Toki välillä rauta liikkui ihan mukavasti ja asentokin oli ok. Ilman kipuja ja tuskaa tuskin kukaan kovaa treenaa, joten vaivoista ei tässä sen enempää.

Haastavaa oli välillä työn, koirien hoidon sekä elämässä muiden isojen muutosten keskellä päästä salille. Ilman tukijoukkojani olisi kyllä monta treeniä saattanut jäädä tekemättä, joten suuri kiitos Maria, Marko, Johanna, Sami ja erän "varmistajat" jaksoitte tukea loppuun asti.

Penkki kulki Pullisen ohjelman mukaan. Harjoitukset tuottivat tulosta ja sain kun sainkin penkin

SE:n 125kg sarjaan -63kg haltuuni toukokuussa seuramme omissa kisoissa.

No niin ja itse World Games kisoihin.

Joukkueemme: Raija Jurkko huoltajansa Aimo Jurkon kanssa. Kenneth Sandvik ja meidän huoltajana toimi Tommi Paavilainen.

Lähdimme kukon laulun aikaan perjantai aamulla 26.7. Lennolla Hki-Berliini-Miami-Cali. Selvittiin kaikkien turvatarkastuksien läpi ja saatiin jopa kaikki tavaratkin, joten kaikki hyvin. Jokaista toki väsytti lennot ja ajallisesti pitkä matkustaminen, mutta onneksi kisa oli vasta tiistaina niin ehti huilia.

Painoa en ollut vetänyt alas etukäteen, joten vaa'alle päästyäni kauhukseni painoa oli lähes 4 kiloa yli sen mitä olin ajatellut painavani punnituksessa. Sain tiputettua ihan hyvin, joten punnituksessa painoin 59kg.

Kisapäivänä joka paikkaa särki. Liekö matkustamisesta, huoneessa makaamisesta ja painon vedosta johtuvaa.? Mutta "veti" selästä jalkoihin niin etten pystynyt istumaan enkä seisomaan paikallani. Punnituksen jälkeen, kun olin tankannut, olo helpotti eikä siinä kohtaan enää mitään tunnekaan.

Kyykyn lämmittely meni ihan jees, joten aloitin sovitusti 197,5kg. Tommille tuli hoppu saada kaikki "rensselit" ajoissa päälle joten oli hilkulla että ehdin lavalle kyykkäämään, selvisin 2-1 hyväksytysti ylös. Toiseen omat ennätysraudat 207,5kg minkä toin helposti ylös, mutten iskenyt riittävän syvälle, joten no lift. Kolmanteen kaikki tai ei mitään. 210kg hitaasti, mutta varmasti jokaisella solulla ja tahdonvoimalla ylöspäin. Sitten kesken noston pyytää päätuomari ottamaan telineisiin? Varmistajat antaa minun kuitenkin nostaa itse, mutta ottaa sitten tuomarin käskystä tangosta kiinni juuri lähes loppuasennossa!? APUA! Taisi tuomarilla mennä pupu pöksyihin eikä uskonut että tuon raudan ylös! Todella suuri harmi sillä kyykky oli syväkin. Jyry antoi tuomarin virheestä neljännen noston, mutta ei ollut mitään järkeä lähteä yrittämään uudestaan.

Penkin lämmittelyssä totesin olevani sen verran läski ja hiki valui lorona, että vaihdoimme paidan isompaan. Lämmittely nostot tuli "läpi" rintaan ja painoi pirusti, joten laskettiin aloitusta. Eka nosto 107.5kg tuli epätasaisesti ja huonosti ylös joten no lift! Toiseen sama rauta, mikä tuli 2-1 hyväksytysti. Kolmanteen 115kg mistä itse asiassa piti aloittaa, tulikin sitten 3-0 ylös. Ei ollut parasta penkkaamista sinä päivänä enkä enempää olisi jaksanut nostaakaan.

Vedon lämmittely tuntui ihan normaalilta eli rauta painoi, mutta asento pysyi kuitenkin minulle hyvänä eikä tuntunut pahalta. Sanoin Tommille että aloitusrauta otetaan varman päälle. Kisa oli jo "menetetty" oman tulostavoitteeni osalta joten aloitusrauta laskettiin. Pääasia ettei vaan jäädä ilman tulosta, miten minulle kävi ensimmäisissä World Games kisoissani Saksassa 2005.

Eka veto 165kg tuli liiankin vauhdilla että melkein mokasin sen. 3-0 hyväksytysti. 175kg toisessa oli hyvä veto ja 3-0 läpi. Kolmanteen 185kg minkä vedin puoleen väliin enkä vaan jaksanut loppuun asti voimat yksinkertaisesti loppui. Roikotin sitä siinä kunnes käskettiin laskea.

Yhteistulos jäi kauaksi tavoitteestani sekä wilksin pisteet. Tulos kuitenkin ja maailman kovimpien naisnostajien joukossa oli upeaa päättää yli 17 vuoden voimanosto kilpailu ura!

Kisan jälkeen oli todella surkea olo, tuntui kuin olisi tehnyt ihan turhaa työtä kaikki se vaiva jne..

Kyllä se sitten pikkuhiljaa iloksi muuttui, kun monet nostajat eri maista matkani varrelta tulivat halimaan ja onnittelemaan sekä toivottamaan hyvää jatkoa elämässäni. Monet myös harmittelivat viimeistä kyykkyä kun se meni niin kuin meni.

Yritin kaikkeni ja tein parhaani! Sinä päivänä onni ei vain ollut kanssani eikä voimat riittänyt.

Kisan jälkeen oli muutama päivä aikaa katsella laajemmin kaupunkia. Vapaaehtoisia työntekijöitä oli satoja auttamassa urheilijoita sekä satoja poliiseja oli turvaamassa meidän ja muiden lajien urheilijoiden liikkumista ja olemista eri puolella Calia. Kaikille oli järjestetty päivittäin kuljetuksia kisapaikoille sekä ruokailut, oli muuten todella hyvää ruokaa ja riittävästi.

Olimme kuin "valtiovieraita" konsanaan. Paikalliset halusivat yhteisiin valokuviin ja vilkuttelivat kun ajoimme linja-autolla ohi. Ihmiset olivat ystävällisiä ja iloisia ja naiset todella kauniita. Kielimuuri iski välillä kun eivät "lontoota" ymmärtäneet. Espanjan kieltä puhuivat, mutta hyvin selvittiin joka tilanteesta ja aina päästiin perille, taxillakin. J

Voimanostajien banketti juhlan jälkeen to-pe välisenä yönä 2.8. lähdimme kotimatalle mikä sitten kestitkin reilu 40h. Buuh! Ensimmäistä kertaa kohdallani laukut jäi seikkailemaan maailmalle. Kotiin kuitenkin päästiin ja laukutkin seurasi viikon sisällä perässä.

Urani päätösjuhla saatiin vietyä kunnialla ja iloisissa merkeissä läpi yhdessä tukijoideni ja ystäväni kanssa Kontulan kuntokellarissa. Lämmin kiitos kaikille, jotka tavalla tai toisella olette olleet mukana voimanosto urallani. Erityisesti Lihatukku Tamminen, valmentajani, seurani sekä Kuopion kaupunki ilman teitä World Games kisoihin Caliin olisi ollut mahdoton päästä.

Arki pyörii nyt töiden, kodin, koirien ja ystävien parissa. Elämä ilman "silmälappuja" ja A4 paperin kanssa kohti seuraavaa kisaa kohti ja raudan tuoksua tuntuu toki hiukan oudolta, mutta myös helpottavalta. Mukavaa on esim. se kun pääsee töistä kuudelta suoraan kotiin. Lauantaisin voi töistä kuuden jälkeen mennä vetämään vaikka "lonkkaa" eikä rautaa J

En kuitenkaan unohda rakasta voimanostoa kokonaan, näemme seuraavan kerran todennäköisesti seuramme omissa joulukisoissa, mutta tällä kertaa lavan ulkopuolella.

Kaikkea hyvää!

Rakkaudella Mepsu J

