



elämää suurempi harrastukseni

Marjo Ajosempää
erikoistuva lääkäri
Tyks, Totek
marjo.ajosempaa(a)fimnet.fi

AALLON HARJALLA, TUULEN MUKANA





► Monen mielikuva purjelautailusta on peräisin 80-luvulta: ihmiset ajelivat ympäri kylää surffilauta autonsa katolla, mutta rannassa – saati vedessä – välineet eivät olleet koskaan käyneet, eivätkä ihmiset oikein tienneet, miten koko vehje saadaan edes liikkeelle. Vaikka 1980–90-luvun huippuvuosista purjelautailun suosio on Suomessa romahtanut, laji on silti kehittynyt paljon, etenkin viimeisen kymmenen vuoden aikana. Viime vuosina oma surffiharrastukseni on keskittynyt enemmän elämäntapaan ja seurasta nauttimiseen. Työ ja kaksi lasta sekä ovat vieneet suuren osan ajasta, eikä raskaana ollessani fyysinen jaksaminen mahdollistanut surffaamista.

Minulle urheilun harrastaminen on aina ollut tavoitteellista ja määrätietoista. Lukiossa aika kului kestävyysurheilun parissa, ja opiskeluaikana jumppia tuli vedettyä erilaisissa liikuntakeskuksissa muutamasta tunnista yli kymmeneen tuntiin viikossa. Valmistumisen jälkeen aika ei enää riittänyt lääkärin ammatin lisäksi toiseen keskittymistä, täsmällistä läsnäoloa ja paljon valmistautumista vaativaan työhön, vaan toi paljon päivystävälle ihmiselle vain kohtuutonta stressiä ja ainaista univelkaa. Niinpä jumppaohjaajan ura jäi taakse, ja liikunnalliseen elämäntapaan tottuneen arkeen ilmaantui uuden harrastuksen mentävä aukko.

Ennen valmistumista tein paljon töitä silloisessa Turun terveyskeskuspäivystyksessä. Siellä eräänä joulunpyhänä vaihdoin päivystysavaimia toisen kandin kanssa, joka muun keskustelun lomassa kertoi

>>

Surffia Kalajoen hiekkasärkillä.
Kuva Maija Hakala, 2016.



Ensimmäinen kosketus purjelautailuun Egyptin El Turissa vuonna 2010. Kuva Jukka Laupiainen.



Ranskan Defi Wind vuonna 2015: surffaaminen on koko perheen harrastus! Kuva Jaakko Ajosenpää.

harrastavansa purjelautailua. Ensimmäiseksi ajattelin, mikä ihmeen voima ajaa ihmisen harrastamaan jotakin vesilajia vapaaehtoisesti – etenkin kun aina on kylmä ja sataa. Mihin sillä laitteella mennään? Eikö olisi järkevämpää hankkia purjevene? Jokin kuitenkin keskustelussa jäi kai-velemaan, ja lopulta valmistujaislahjaksi suunnittelemani Väli-Amerikan matka vaihtui surffilomaan Egyptissä: lupasin mennä viikoksi mukaan tutustumaan purjelautailun alkeisiin.

Purjelautailussa on monta alalajia. Alkeiden opettelemisen jälkeen yleensä suuntaudutaan johonkin tiettyyn lautatyyppiin. Jotkut haluavat vauhtia, jolloin voi hankkia

kilpasurffaukseen tarkoitetut, kovaan vauhtiin sopivat slalom-välineet, toiset taas haluavat metsästä aaltoja, tehdä freestyle-temppuja tai vain surffailla edestakaisin freeride-välineillä. Olympialajina oleva RSX on tekniikka- ja taktiikkapurjehdusta, jossa jokaisella osallistujalla on samanlainen riki eli purje ja puomi sekä lauta. RSX:n lisäksi muita isoja ratapurjehdusluokkia ovat formula ja raceboard, joilla molemmilla on Suomessa pieni mutta vankkumaton harrastajajoukko. Suomalainen vesistö mahdollistaa kaikkien näiden alalajien harrastamisen.

Purjelautailu vaatii alkuun harjoittelua, ja moni kokeilee sitä ensimmäisen kerran loman yhteydessä lämpimissä vesissä. On myönnettävä, että aloittelijalle on helpompaa pyöritellä purjetta rannalla, jolla aurinko paistaa eivätkä kädet heti jäädy. Niin kuin moni muukin laji, myös purjelautailu osoittaa heti alussa todellisen luonteensa elämäntapana. Useasti rannassa on muita kokeneempia harrastajia, jotka auttavat ja antavat neuvoja. Rento ”hang loose”

-asenne tarttuu. Rantaan tullaan surffaamaan, tapaamaan samanhenkistä porukkaa, rentoutumaan ja nauttimaan luonnonvoimista. Ilma saattaa olla tuulinen, sateinen ja kylmä, mutta kukaan ei (yleensä) valita. Lämmintä laitetaan tauolla päälle, ja mitä kovempi tuuli, sitä innostuneempi tunnelma rannassa on – vaikka välillä toki harmittaa, kun kaikki kalusto on liian suurta kunnon keliille. Monella ovat myös lapset pienestä asti mukana harrastamassa: aluksi tutkimassa ympäristöä, ja uintitaidon saavuttamisen jälkeen osa hyppää laudan päälle vanhempien perässä. Nykyään on mahdollista harrastaa myös rauhallisempia lautalajeja, kuten SUP-lautailua, joka soveltuu niin tuulettoman päivän harrastukseksi kuin myös tosimelellä kilpailuun. Joihinkin SUP-lautoihin saa asennettua myös purjeen, ja osa SUP-harrastajista onkin näin päässyt kiinni myös purjelautailuun.

Surffiyhteisö on Suomessa varsin pieni. Lähes kaikki tuntevat toisensa, ja yhteisöllisyys onkin monelle lajin parissa olevalle tärkeä osa

Mikä ihmeen voima ajaa ihmisen harrastamaan jotakin vesilajia vapaaehtoisesti?

harrastusta. Kerran vuodessa lajin harrastajat ja kannattajat kokoontuvat Porin Yterisiin surffiviikolle, jolloin Yterin surffikeskuksella on paljon yhteistä ohjelmaa ja tekemistä. Hienointa on tavata rannalla eri ikäisiä, eri puolilta Suomea ja erilaisista taustoista tulevia ihmisiä. Suurimmasta osasta en vielä vuosienkaan jälkeen tiedä, mitä he tekevät työkseen tai mikä edes on heidän alalajinsa. Monet perheet ovat käyneet surffiviikolla vuosikymmeniä, ensikertalaiset otetaan avosylin vastaan ja ohjataan tutustumaan vesiuheilulajeihin. Illalla lämpimää suuri sauna, jossa jutellaan asioista veden ja taivaan väliltä. Ajoittain lauteet eivät riitä, eikä aina saunan lämpökään oven auetessa jokaisen löylynheiton välillä. Keskusta huolletaan porukalla omien taitojen ja innostuksen mukaan. Olen iloinen kuuluessani tähän porukkaan, joka samanhenkisyudessaan tulee paikalle, vaikka sataa, tuuliennuste on huono, eikä kaikilla edes ole mitään surffaamiseen liittyvää mukanaan.

Mainittakoon tässä yhteydessä, että viikko ajoittuu heinäkuulle, ja kiinnostuneet voivat tutustua ohjelmaan Suomen purjelautaliiton sivuilla. Purjelautailua on mahdollista harrastaa myös kilpatasolla, mitä olympiamitalisti Tuuli Petäjä-Siren on oiva esimerkki. Hän on tuonut lajia myös suuren yleisön tietoisuuteen.

Olemme kollegamieheni kanssa usein pitäneet pientä rantaklinikkaa, jotta jokaisesta vaivasta ei tarvitsisi aina lähteä lähimpään päivystykseen. Yteristä on toki lyhyt matka Satakunnan keskussairaalaan, mutta esimerkiksi Kalajoelta tulee monen tunnin matka lähimpään sairaalaan Kokkolaan. Kilpalautoihin tarkoitettavat eivät ovat todella teräviä, joten surffipakustamme löytyvät aina kertakäyttöiset suturaatiovälineet puhdistustarvikkeineen ja lankoineen. Harrastus pitää yrittää myös yhdistää elämäntilanteeseen, ja pitkälti tämän takia hakeuduimme keskussairaalajaksolle Poriin. Tuulisina iltapäivinä sairaalan käytävillä ja

Yhteisöllisyys on monelle lajin parissa olevalle tärkeä osa harrastusta.

leikkurissa alkoi näkyä iloisia kasvoja, kun vesiuheilulajien harrastajat päättelivät työpäiväänsä ja lähtivät kohti rantaa. Yritimme lohduttaa niitä, jotka joutuivat jäämään päivystämään.

Koska Suomen purjelautailuolosuhteet eivät aina ole optimaaliset, olemme tehneet perheenä surffimatkoja jo esikoisemme ollessa pieni. Hänen ensireissunsa oli Ranskassa järjestettävä Defi Wind, jossa kilpailuun mahtuu mukaan 1200 purjelautailijaa ympäri maailman. Defissä ajetaan muutaman kerran päivässä 40 kilometrin matka edestakaisin Etelä-Ranskan rantaviivaa

>>

Slalom-kisoissa riittää vauhtia, kun tuulta on sopivasti. Kuva Ian Rautelin, 2016.





Purjelautarikejä lepäämässä Porin Yyterin rannalla. Kuva Marjo Ajosenpää, 2012.

pitkin Tramontanan puhaltaessa jopa 30 metriä sekunnissa. Itse en laudan päälle noissa olosuhteissa edes uskaltanut, ja neljän kilpailijan suomalainen joukkue pärjäsi vaihtelevasti. Pikku-surffarillemme saamme toivottavasti tartutettua liikunnan iloa ja surffiyhteisön tuomaa yhteishenkeä rannassa ja reissuilla. Liikunta ja urheilu ovat elämäntapa.

Miten päättyi lomani Egyptissä? Mieleenpainuvinta oli uuden lajin haasteellisuus ja erilaisuus. Löysin jotain, jossa en kilpaile muita vastaan. Asetan itselleni tavoitteita, joita voin perua, koska ei ole pakko olla paras tai välttämättä edes hyvä. Pääasia on, että työn vastapainoksi on muutakin ajateltavaa ja opittavaa. Entiselle kilpaurheilijalle uuden harrastuksen aloittaminen on ollut hyvä kasvun paikka. Purjelautailu on aluksi vaikeaa, ja perhekiireiden ja Suomen vaihtelevien kelien myötä on ollut pakko hyväksyä varsin maltillinen kehitysvauhti.

Mutta unohtumattominta Egyptin lomallani oli nähdä kaksi noin 70-vuotiaasta brittirouvaa, jotka eräänä kauniina aamuna saapuivat hellehatuineen ja sifonkikukkamekkoineen rannalle. Tuulta oli paljon. Ensin ihmettelimme, miten rouvat olivat eksyneet kauas turistialueelta rannalle, jolla ei ollut muuta kuin surffivuokraamo ja vaatimaton hotelli,

josta sai ruokaa kolmasti päivässä – kunnes nämä vanhemmat leidit vaihtoivat märkäpuvut ylleen, ottivat itselleen edistyneille tarkoitetut väli- neet ja menivät muutamaksi tunniksi surffaamaan. Asenne ratkaisee. ■

Linkejä kiinnostuneille:

- Suomen purjelautailuseurat: www.purjelautaliitto.fi/seurat
- Yyterin surfkeskus: www.purjelautaliitto.fi/yyteri
- Kalajoen Surf Center: www.surfcenter.fi
- Purjelautailukursseja Helsingissä: www.twentyknots.fi/pages/purjelautailukurssit

1st announcement

Emergency Management of Severe Burns (EMSB)

2nd November 2018, schedule 7.30-18.30

Jorvin sairaala, Espoo

Registration fee 450e

Information: emsbnordic@gmail.com
maari_hult@hus.fi



Helsinki Burn Centre

Plastic Surgery and Burn Care Education and Development Association