

# Huppu pois päästä ja rennosti liikkeelle Lillessä

Ikka Laitinen/Aamulehti

## **Yleisurheilu:** Ella Räsänen ja Heini Järventausta tavoittelevat MM-kisoissa finaali paikkoja

ELINA PÄÄSONEN  
Aamulehti

Miltei Belgian puolelle kurkotava ranskalaiskaupunki Lille toimii näyttämönä, kun yleisurheilukesän ensimmäiset arvokisat alkavat keskiviikkona.

17-sarjan MM-kilpailuissa Suomi-paidassa vuoronsa saa sunnuntaihin mennessä neljä lupaavaa pirkanmaalaista.

Heistä ensimmäisenä heti tänään **Ella Räsänen**, joka on mukana 400 metrin alkuerissä.

Räsänen juoksi kesäkuun puolessa välissä rata kierroksen lupaavasti ennätyksensä 53,76 pintaan siitäkkin huolimatta, että kiirehti matkaan hurjaa vauhtia. Ensimmäiset 200 metriä taittuivat Izmirissä 24,5:een sekuntiin.

– Se oli kauden ensimmäinen nelkku. Nyt olisi tarkoitus juosta järkevämmiin. Izmirissä olin seiskaradalla ja juoksin vähän pussi päässä. Sen huomasi lopusuoralla, Räsänen kertoo.

Tänään päivän alkuerissä ensimmäisen puolikkaan voi huuletta juosta sekunnin verkkaimmin. Huippuunsa viritettyä kaasujalkaa tarvitaan Ranskassa vasta välierissä ja tavoitteena olevassa finaaliissa.

– Siellä ei voi säästellä. Siellä on juostava täysillä.

Taktiikka on ainoa mahdollinen.

Taso tyttöjen 400 metrillä tulee olemaan kova. Kauden kärkitulos on jamaikalaisen

### **Fakta**

#### **Keihäs- ja moukariosaamista**

Lillen MM-kisoihin osallistuu neljä pirkanmaalaisnuorta.

**Poikien** moukarissa kilpailee Tampereen Urheilijat 38:n Risto Kauppinen, joka heitti viikonloppuna sarjansa voittoon moukarikarnevaaleilla tuloksella 72,66 (5 kilon moukari). Tulos on Kauppisen ennätys kyseisellä moukarilla.

**Miesten** moukaria 16-vuotias Kauppinen on heittänyt tänä kesänä mittaan 56,07.

**Keihäspaikalla** Suomen perinteistä kantaa huolta Ylöjärven Urheilijoiden Joni Karvinen, joka niin ikään voitti sarjansa viikonloppuun keihäs-karnevaaleilla. Karvinen keihäs lensi Pihlputaalla 74,95 (700 gramman keihäs).

**Ikäluokkansa** Suomen mestaruuden viime kesänä voittanut 17-vuotias on nuorten maailmanlistalla tällä hetkellä kuudentena.

**Chrisann Gordonin** 51,62 ja 52 sekunnin pintaan on juossut useampi nuori.

#### **Kahden lajin taitaja**

Lempäälän Kisan kiekonheittäjä **Heini Järventaustalle** Lillessä



17-sarjan MM-kilpailut ovat Heini Järventaustalle (vas.) ja Ella Räsäselä kauden ehdoton kohokohta. Kaksikosta ensimmäisenä vuoronsa saa Räsänen, joka juoksee tänään 400 metrin alkuerissä.

**Ainakaan vielä lajit eivät ole haitanneet toinen toistaan vaan niistä on ollut hyötyä toisilleen.**

Heini Järventausta  
kiekonheittäjä ja lentopalloilija

MM-kilpailut ovat uran ensimmäiset arvokisat. Tosin monipuolinen urheilija on ehtinyt olla jo mukana lentopallon nuorten EM-karsintaotteluissa.

Kiekonheittäjä pelaa talvet LP Kangasalan keskitorjuna ja pelattavaa riittää.

Viime kaudella Järventausta

pelasi niin omanikäisissään, eli B-junioissa kuin A-junioissa ja oli mukana naisten liigaringissä. Pelejä maan korkeimmalla sarjatasolla kertyi viisi.

Kiekonheittoa lukiolainen ei ennättänyt harjoitella kuin keran viikossa, mutta tulosta syntyi silti heti kauden alkajaisiksi.

Järventausta paransi ennätystään toukokuussa ensimmäisessä kilpailussa parilla metrillä ja vielä seuraavassakin kisassa miltei metrillä.

Ennätys on nyt 45,42 metriä. Heittäjä uskoo tuloksen vielä tänä kesänä paranevan.

– Ainakaan vielä lajit eivät ole haitanneet toinen toistaan vaan niistä on ollut hyötyä toisilleen.

Loputtomiin Järventausta ei voi kahden lajin taktiikka noudattaa. Aika ja voimat loppuvat kesken.

– Minulta kysellään lajivalinnasta tosi usein, mutta aion jatkaa molempia. Pidän niin joukkue- kuin yksilölajista.

Kiekonheittäjänä Järventausta kertoo tarvitsevansa lisää voimaa. Myös tekniikkaa pitää vielä hioa. Lajissa olennainen rentous on löytymässä.

– En jäädy kisoissa, mutta sen rentouden löytäminen on jatkuvaa opettelemista.

Lillessä finaali paikka aukeaa todennäköisesti niille nuorille, jotka heittävät kiekkoa päälle 45 metriä.