



## Ideapark-juoksuun aikaa 3,5 kuukautta – oletko valmis(tautunut)?

Hyvää päivää arvoiset Ideapark-juoksun sivujen lukijat. Historian 4. Ideapark-juoksu on siis lähempänä kuin uskoisikaan: 16. toukokuuta taas startataan keväisen Lempäälän teille juoksemaan/hölkäämään/patikoimaan.

Juoksun ajankohtaa on siirretty hiukan pidemmälle toukokuuta lähinnä kahden pätevän perusteen takia: 1) Toukokuun eka sunnuntain osuu 2. päivälle, mikä on vapusta seuraava – ei hyvä yhtälö. 2) Toukokuun toinen sunnuntai = äitiensä päivä – vielä huonompi yhtälö.

Joten siis 16. päivä seuloontui tämänkertaisen juoksun pitopäiväksi.

Toki järjestäjät tietävät, että silloin käydään Helsingissä juoksun suurtaapahtuma ”Helsinki City Run”, mutta uskomme vakaasti, että kuntoilijoita piisaa meillekin.

Voimme vakuuttaa, että puolikasmaratonin voi kipittää Lempäälässä siinä kuin stadissakin. Ainakin ruuhkaa on vähemmän ja huolto pelaa notkeammin.

Tapahtuman pitää uudistua, näin sanotaan. Ideapark-juoksun kuviot ovat pääosin samat kuin viime vuonnakin. Reitit, matkat ja sarjat ovat entiset. Ne, mihin vuonna 2010 panostetaan ovat 1) junnut ja 2) patikoijat.

Junnuja toivotaan tulevan viime vuotta runsaammin mukaan. Palkinnot ovat hyvät, kolmikilometrinen reitti mukava ja kerrankin on paikalla paljon hurraavaa yleisöä.

Mukaan tullaan houkuttelemaankin perinteisten juoksijoiden ohella entistä enemmän myös palloilijoita.

Järjestävän seuran Lempäälän Kisan junnusakit ovat esimerkkeinä ja hastajina, mukaan lähtee tänäkin vuonna yleisurheiluporukan ohella jääkiekko- ja jalkapallojoukkueita.

Jos olet valmentaja ja luet tätä, niin ota yhteys Jouko Mattilaan esimerkiksi sähköpostilla ([leki@leki.fi](mailto:leki@leki.fi)) tai puhelimella (050 3226340), ja tuo porukkasi mukaan, tehdään tästä yhdessä hyvä keväthappening sakillesi!

Toinen panostuksen kohde ovat patikkasakit. Esimerkiksi työpaikoilta koottavia (sauva)kävelyporukoita kannustetaan lähtemään mukaan kypille tai totta kai puolikkaallekin, jos kunto kestää.

Vauhti ei ole pääasia, vaan kuntoilu. Ja nyt tulee lupaus: huolto toimii tasan niin kauan kuin on matkalla olijoitakin!

Heitetään tähän porkkana: kerää seitsemän veljen tai siskon sakkia kokoon, niin maksat vain kuudesta ja puuhahemmo tai –mimmi pääsee ilmaiseksi matkaan mukaan! Ota tällaisessakin tilanteessa yhteys Jokke Mattilaan.

Viime vuonna Ideaparkissa kuntoili 800 henkeä – joku nyt paukkuu tonnin raja rikki?

Ja niin, meinasi unohtua: kun tässä muita kehottaa kuntopolulle, niin kaitpa siellä itsekin pitää näkyä. Eli mukana ollaan joko kypillä (kuten vuonna 2007) tai puolikkaalla (kuten vuosina 2008 ja 09) – antaas kattoo nyt!!

Terkuin

Raunion Juha, 95-kiloinen ”kuntoilijakone”  
(kommentoida/kysyä saa: [rrraunio@leki.fi](mailto:rrraunio@leki.fi))