**Matin kuukausikatselmus 2020

Kerään kuukauden aikana silmiini osuneet lyhyet uutiset Matin palstalle. Otan vastaan vinkkejä. Kuukausikatselmus löytyy PU:n yleisurheilujaoston Tilastosivuilta otsikon ”Muita tilastoja” alta. Kirjaan aina kyseisen kuukauden tapahtumat kahden viikon välein mitä silmiini on osunut.**

 **JOULUKUU

+ Korona kaudesta huolimatta on uusia seuraennätyksiäkin tehty ja tulostettu huomattavasti. Karin tilastoista löytyvät tekijät ja määrät – Matti onnittelee kaikkia.

+ Nyt on hyvä lopettaa nämä lyhyet muistelut ja sepustukset. Olen ollut Porvoon Urheilijoiden jäsen vuodesta 1946 alkaen erilaisissa tehtävissä. Ensin nuorena ikäkausiurheilijana, myöhemmin useissa tehtävissä. Olen pystynyt seuraamaan urheilijoita aina Suomen kärkeen ja siitä aina vaativimpiin kisoihin. Seura on antanut laajaan tehtäväkentän, joka on puolestaan antanut minulle monia impulsseja arjen elämään. Vaikka työsarka on toisinaan tuntunut raskaalta, en voi muuta kuin kiittää sitä oppia ja kokemusta jonka se on antanut elämälle.

+ Toivotan kaikille PU:laisille hyvää jatkoa ja toiminnallista urheiluharrastusta kaikissa muodoissa.

ONNELLISTA JA VAUHDIKASTA UUTTA VUOTTA 2021 – PITÄKÄÄ LIPPU KORKEALLA !!!**

**MARRASKUU

+ Aktia cup, Vantaa 14.11: Parikymmentä juoksijaa mukana.
+ Sairaalakierros jatkui neljällä viikolla.**

**LOKAKUU 2020

+ Veri- ja tulehdusarvoni pettivät ja jouduin viettämään Porvoon Sairaalassa ja Näsissä kolmisen viikkoa. Kuntoutus jatkuu nyt Kotihoidon tuella. Mikäli kuntoni riittää tarkastelen vielä kaksi kuukautta tulosrintamaa, mutta sitten panen Matin luukun kiinni vuoden 2020 lopussa.

+ Espoonlahden heittokisat 3-4.10: Aikuisurheilijat mukana. M80 Olavi Horn kahden lajin ykkönen kuula 953, kiekko 25.59. M65 Timo Laajaranta kiekko 3) 35.16 PB (use M65).

+ SM-tiejuoksu, Vantaa 10.10:10 km M19 Ville Lehtoniemi 6) 33.16 PB (use M,M22,M19), M17 Joona Heikkerö 5) 37.49 PB, N19 Janette Vänttinen 38.55 PB (use N19). 21,1 km Vesa-Matti Masalin 1.30,38, Eevu Lassenius 1.38,27 PB.**

**+ Pm-maastot, Mäntsälä 11.10: Parisenkymmentä PU-laista kissoissa mukana. Mitalisijoille selvisivät P14 Niilo Mölsä 2) 11.53, P13 Oiva Odiah 2) 8.14, P11 Filip Nyström 2) 7.29, T11 Enni Jokkala 3) 9.19.

+ Kaarina 24.10: Ville Lehtoniemi voittoon Kaarinan puolimaratonilla. 19 vuotias Ville juoksi ennätyksensä 1.14,31 (use M, M22, M19). Tulos on kovaa luokkaa ikäistensä seurassa. Määrätietoinen harjoittelu tuo tulosta. Naisten puolimaratonilla Janette Vänttinen oli kolmas, matkan kokeilu tuotti komean ennätyksen 1.27,06 (use N22, N19) – Matti onnittelee.**

**SYYSKUU 2020

+ Sara Kuivistolla vauhdikas ja menestyksekäs loppukausi. Vaikka odottamaani Suomen ennätystä ei tänä vuonna 800 m saavutettu, koko kilpailukausi oli hieno. Suomen mestaruudet 800 m, 1500 m ja naisten 4 km m maastomestari. Suomen ennätys 1000 m, Suomi-Ruotsi maaottelussa voitto 800 m. Pienestä se on kiinni. Toivottavasti Sara ja Ari jaksavat vielä panostaa jatkossakin.

+ P14 Aatu Kangasniemellä komea värisuora kuulassa, kiekossa ja moukarissa. Suomen kärkitulokset vuonna 2020 P14 sarjan kuula 20.00, kiekko 60.74, moukari 74.76. Enpä olisi tuota kehitystä vielä joskus näkeväni. Mutta nyt näin ja toivon koko tiimille jatkossa samaa intoa.

+ SAUL:n SM-kisat, Jyväskylä 10-13.9: Hyvät sijoitukset aikuisurheilijoille kisoista. M65 Jani Heininen 3000 m esteet 2) 12.52,37, Timo Taajaranta keihäs 4) 37.08, kiekko 10) 33.29, N45 Johanna Haikonen HKV 100 m 1) 13,61, 200 m 1) 28,31, M80 Stig Bäcklund IsnäsS pituus 1) 810.

+ SM-viestit, Kotka 12-13.9: Akilleen miehet eivät tänä vuonna onnistuneet sairastumisten takia pikaviestissä, mutta panostus nuoriin kantoi hedelmää. Pronssiset mitalit M19 4x100 m, N17 3x800 ja P15 4x80 m aidat olivat siitä työstä osoituksena.

+ Lasse Viren hölkkä, Myrskylä 13.9: Suosio on pysynyt edelleen yli 600 juoksijaa mukana kisoissa. Tämä oli jo 47. vuosi kun Myrskylässä kisattiin. Lasse itse ei ollut juoksemassa, mutta vanhin veli Nisse Viren (81) sen sijaan oli ja on ollut jokaisessa. Poimin ainoastaan kolmen joukkoon selvinneet PU:n juoksijat. Vesa-Matti Masalin, Luka Soiramo, Amanda Ahlgren, Oiva Odiah, Pinja Lindstedt.**

**+ Aluemestaruusmaastot, Vantaa 16.9: Maastot juostiin korona epidemian takia vasta syksyllä. Menestystä niistä tuli siitä osoituksena 6 km M19 Ville Lehtoniemi 2) 19.31, 4 km M17 Joona Heikkerö 4) 14.13, P15 Niilo Mölsä 3) 15.28, N19 Janette Vänttinen 1) 14.46.**

**+ SM-maastot, Kurikka 26-28.9: P15 Niilo Mölsä 33) 14.56, N19 Janette Vänttinen 4) 14.32, M17 Joona Heikkerö 27) 14.24, Ville Lehtoniemi 10) 19.16, N17 Nea Niemi 21) SAUL:n mestaruusmaastot M55 Asmo Ahola 6) 21.40, Niko Lindberg 13) 23,13, Juha Heininen 18) 24.03, M50 Vesa Masalin 15) 23.28, Peter Heikkerö 19) 24.06.**

 **+ Kirjapainomiehet urheilijoina. Lauri Anttilan keräämistä jutuista koonnut Jorma Suomi. 200 kirjapainomiehen joukosta Olympia ja EM-tason urheilijoita ALBIN STENROOS (HKV) kestävyysjuoksija, EEMIL KUKKO-SKARRA (HKV-Akilles, WSOY:n ylifaktori, JOHN (JOPPE) LINDROTH (Akilles) WSOY:n painaja, LAURI LEHTINEN (PU-HPV) Entinen Kerkkoolainen kestävyysjuoksija, poliisi, TOIVO SUNDQVIST-SARKAMA (PU-HT-HPV) maileri, polisi, PENTTI KARVONEN (PU) WSOY:n syväpainaja, estejuoksija. Nykyisin kelloseppä.**

**ELOKUU 2020**

**+ Vuosaari 1.8: M17 Joona Heikkerö 800 m 2) 2.14,12 BP, naiset Janette Vänttinen 1500 m 1) 4.49,49, Nea Niemi 5.22,58 PB.

+ Hämeenlinnan kaupunkimaraton 1.8: M60 Martti Rouhiainen 21,1 km 1.44.45.

+ Espoon heittokisat 1-2.8: P14 Aatu Kangasniemi NurmijYU kohenteli jälleen ennätyksiä. Nyt vuorossa 5 kg kuula 16.92 kk2, 4 kg kuula 19.27 kk2.

+ UUDY:n Pm-kisat 9-15 v Kerava 1-2 8: Odotin enemmän PU:n osallistujia kisaan. Koronakauden mestarit ovat P14 Niilo Mölsä 2000 m 1) 6.50,83, T13 Pinja Lindstedt 1000 m 1) 3.08,54 PB use. Mitalistit P12 Alex Ahlgren 1000 m, P11 Filip Nyström 1000 m, P10 Luka Soiramo korkeus, T13 Alisa Kiiski 1000 m T11 Sara Tuparinne keihäs. T12 Emma Kangasniemi NurmijYU seuraa Aatun jälkiä. Ensimmäistä kertaa moukari rikkoi 30 m rajan, ennätys kirjataan nyt 31.41.

+ Pyhtää 1.8: M70 Kari Viljakainen puolimaraton 1.59.13 (use M70)

+ Kouvola 2.8: Aikuisurheilijatkin astuivat kuvaan mukaan. M80 Olavi Horn kuula 1) 10.33, kiekko 1) 28.05. M65 Timo Taajaranta kiekko 2) 32.94. M80 Stig Bäcklund IsnäsStart pituus 1) 359.**

**+ Vantaa 2.8: Aktia cup maantiejuoksu M50 Vesa-Matti Masalin 10 km 4) 41.42, Peter Heikkerö 7)**

**42.17. M17 Joona Heikkerö 5 km 1) 18.32. N60 Sirpa Nordling 10 km 1) 49,42.**

 **+ Pedersöre 7-9.8: P17 Joona Heikkerö mukana SM-kisoissa 3000 m 6) 10.43,20, 2000 m esteet 6) 7.25,95 PB, 1500 m 10) 4.43,99 PB.**

**+ Naantali 7-9/8: P14 Niilo Mölsä mukana SM-kisoissa 2000 m 16) 6.46,96 PB. Aatu Kangasniemi teki ylivoimaista jälkeä niin moukarissa 73,30 kuin kuulassa 19.20.

+ Kalevan kisat, Turku 13-16:8: Janette Vänttinen suoritti ensi kosketuksensa Kalevan Kisoihin ja hyvin suorittikin. Naisten 3000 m esteissä sijoitus ja tulos olivat 10) 11.24,11.**

**+ Tammela 15.8: Aatu Kangasniemi rikkoi P14 kuulassa 20 m;n rajan työntämällä tasan 20.00, jäi Eero Aholan SE;stä 12 cm. Raasepori 18.8: Aatu heitti P14 kiekon Suomenennätyksen 60.74.

+ Vasakisat, Porvoo 17.8: Nuorille iloinen ilta Vasakisan voiton jälkeen. Silmät loistivat onnesta ja kädet kohosivat yläilmoihin. Voitto tuli tällä kertaa selvin numeroin. Parhaana palkittiin pojissa PU:n Oiva Odiah, tyttöjen kunnia meni Liljendalin Jessica Björkstenille. Porvoon Urheilijoiden valmentajat Eevu Lassenius ja Emmi Tiili loistivat ja olivat tyytyväisiä Vasakisan voittoon. Kiitos taas kerran Uusimaalle kun järjestitte 49. kerran kisan. Ellei ihmeitä tapahdu, ensi vuonna saadaan nauttia tasavuosista. Lopuksi pisteet neljän kärkiseuran osalta: 1) Porvoon Urheilijat 170, 2) Porvoon Akilles 77, 3) Kenttäurheilijat -58 62, 4) Kerkkoon Urheilijat 56.

+ Einarin tonni Mäntsälä 19.8: Joona Heikkerö 3.05,34 PB, Juha Heininen 3.20,24, Jari Pekonen 3.21,74, Filip Nyström 3.47,21, Jari Kiiski 3.55,71, Anni Kiiski 4.07,65, Matias Paloniemi 4.06,65.

+ Kemi 21-23.8 SM P/T22,19: N19 Janette Vänttinen juoksi itselleen Kemissä pronssia 3000 m esteissä ajalla 11.19,72, 3000 m 6) 10.40,01. P19 Benjamin Benjamin Björkell 1500 m 11) 4.17,50, 800 m 7) 2.06,63. M19 Ville Lehtoniemi 5000 m 11) 16.30,63.

+ Pm-kisoja suoritettiin elokuun aikana useita. Niistä tässä on kerätty vain mitalistit. P/T 9-15. Kerava 1-2.8: Mestarit Niilo Mölsä, Pinja Lindstedt. Mitalistit Alex Ahlgren, Filip Nyström, Luka Soiramo, Alisa Kiiski, Sara Tuparinne. Vihti 19.8: Mestarit: T9 4x600 m joukkue. Mitalistit Sekaviesti. Lohja 20.8: Mestarit T11 4x600 m joukkue. Mitalistit T13 joukkue**

**SAUL:n SM-viestit, Kouvola 22.8: M55 ikäryhmän Niko Lindberg, Jari Uusitalo, Juha Heininen ja Jari Pesonen nappasivat hopeat 4x400 m ja 4x1500 m viesteissä. Viestiajat ovat M55 ikäryhmän uusia seuraennätyksiä 4x400 m 4.50,46, 4x1500 m 22.34,73. Kummallakin matkalla mestaruuden vei Helsingin Kisa-Veikot.**

 **+ Viikkokisa 4, Porvoo 26.8: Koronasta huolimatta pystyttiin pitämään neljät viikkokisat kauden aikana. Osanottajamäärätkin kohosivat edellisestä vuodesta.**

**+ Uusi Lahti-juoksu keräsi kiitettävän osanottajamäärän. Samassa yhteydessä juostiin myös SAUL:n SM-tiejuoksu. Ainoan mitalin toi N60 Sirpa Nordling ajalla 49.18 ollen kolmantena. Miesten puolella M60 Kari Hietamies 6) 41.54. M55 Niko Lindberg 9) 4014, Jari Uusitalo 12) 40.46.**

**+ Näyttää siltä että taidetaan syyskuussa saada nauttia sittenkin Suomi-Ruotsi maaottelusta. Tosin ei juuri uudistuneella Olympiastadionilla, vaan Tampereella.**

**HEINÄKUU 2020

+ Espoo 6.7: Aatu Kangasniemi kiekko 59.99 PB.

+ Kirkkonummi 6.7 aluemestaruus miehet: M55 Juha Heininen 2) 3000 m esteet 13.08,10.

+ Lohja 7.7: M55 Jari Pekonen 1500 m 1) 5.24,61

+ Tuusula 3-5.7: Useita nuoria mukana. Kolmen joukkoon sijoittuivat Oiva Odiah 60 m, Anton Myrtenblad 200 m, Pinja Lindstedt 1000 m, Ella Tuparinne 400 m.

+ Turku 7.7: T15 2000 m Pinja Lindstedt 6.52,96, Alisa Kiiski 7.33,93 PB, Sara Koskela 7.55,86 PB.**

**+ Porvoon Huippukisat 12.7: Reilut parisenkymmentä nuorta mukana. Henkilökohtaiset ennätykset paranivat. Neljä voittoa PU:n lakkariin. Alex Ahlgren, Marcus Koljonen, Pinja Lindstedt ja Venla Repo niiden takana.. T13 Pinja Lindstedt juoksi 1000 m matkalla huippuaikaan 3.09,37 use T15/T13.

+ Porvoon Huippukisat (3 kisa) mukana PU:n Rankingkisassa 2020. Tämän hetken 20 kärki:

P11 Marcus Koljonen 09 39 11 50
T11 Venla Repo 09 36 11 47
P12 Anton Myrtenblad 08 35 11 46
T12 Aino Pirhonen 08 35 11 46
P13 Oiva Odiah 07 31 11 42
P12 Alex Ahlgren 08 21 11 32
P10 Alex Leiramo 10 21 11 32
T14 Anni Kiiski 07 19 11 30
T10 Ninni Penttinen 10 19 6 25
T10 Amanda Ahlgren 10 19 6 25
P09 Elias Hirtentreu 11 17 8 25
P09 Elias Mattila 11 16 6 22
T13 Pinja Lindstedt 07 14 8 22
P13 Matias Palomäki 07 10 11 21
T10 Maiju Mäittälä 10 13 8 21
T11 Elli Mattila 09 14 6 20
T11 Ada Myrtenblad 09 7 11 18
P11 Filip Nyström 09 11 6 17
P11 Aapo Odiah 09 11 6 17
T12 Vera Hamina 12 9 8 17

+ Turku 15.7: N19 Janette Vänttinen 3000 m 10.40,25.

+ Lohja 24-26.7: N19 Janette Vänttinen 3000 m esteet 11.33,49 PB P14 Aatu Kangasniemi moukaroi jälleen uudet SE ja kk luvut, jotka nyt kirjataan 74.76. Tulosparannuksia P10 Luka Soiramo 1000 m 4.28,61 PB, 3) keihäs 19.38 PB, T11 Venla Repo keihäs 2) 16.58, Sara Tuparinne keihäs 14.82, 60 m 7,25, T9 Ella Tuparinne 400 m 3) 80,04, Nala Lassenius keihäs 847 PB.**

**+ Porvoo veteraanikisat 27.7; M65 Timo Taajaranta kiekko 33.76 (M65use).

+ Hippojuoksut näkyy siirtyneen epidemian vuoksi vuoteen 2021.

+ Eteläisen alueen mestaruuskisat, Helsinki 27-28: M19 Benjamin Björkell 1500 m 4.20,91, 800 m 2.05,04, M17 Joona Heikkerö 4.44,89, 3000 m 10.22,42 PB, N17 1) Pinja Lindstedt 4.58,42.
Aatu Kangasniemi jatkaa voimakkaasti kauttaan, jälleen tuloksiaan roimasti parannellen. Uudet tulokset P17 välinein ovat nyt moukari 65.45, kuula 16.71.

+ Vuosaari 1.8: M17 Joona Heikkerö 800 m 2) 2.14,12 BP, naiset 1500 m Janette Vänttinen 1) 4.49,49, Nea Niemi 5.22,58 PB.

+ Näin on heinäkuu kisailtu ja matka elokuun kisoihin jatkuu.**

**+** (PB) = henkilökohtainen ennätys, (SB) = kauden paras, (use) = uusi seuraennätys, (upe) = uusi piiriennätys, (kk) kauden kärkitulos Suomessa

**KESÄKUU 2020

+ Kylläpä on ollut hiljaista näin koronakauden aikana. Mutta nyt on yleisurheilukin päässyt vauhtiin.

+ Aatu Kangasniemi aloitti koronan jälkeisen kilpailukauden komeasti Espoonlahdella 1.6. Hän ylitti entisen Suomen ennätyksen kolme kertaa ja uusi ennätys kirjoitetaan nyt 71.67. Hänen oma ennätyksensä parani lähes 10 metriä. Emma Kangasniemi T13 7) 28.26 PB. Kangasniemet edustavat Nurmijärven Yleisurheilua..

+ Helsy:n maastokisat 1.6: T13 km 1)Taimi Vallinoja HKV 11.52, 2) Pinja Lindstedt PorvU 11,52, 3) Alisa Kiiski PorvU 12,28. Pinja ja Alisa aloittivat Korona kauden vauhdikkaasti.

+ Vantaa 3.6: M 3000 m Jari Uusitalo 11.06,79 PB, Joona Heikkerö 10.34,32 PB.

+ Vantaa 6.6: Pinja Lindstedt avasi ratakauden uudella seuraennätyksellä. T15 800 m 1) Pinja Lindstedt PorvU 2.24,40 PB kk13, use13, 6) Alisa Kiiski PorvU 2.42,01 PB.

+ Asikkala 7.6: Aatu Kangasniemi kuula 1) 18.11 kk14, kiekko 53.83.

+ Lahti 10.6: P14 Aatu Kangasniemi kohensi kuulassa ennätyksensä 18.30 P14 kk, ka 3. T13 Pinja Lindstedt 600 m 1) 1.41,21 PB use T13.

+ Helsinki 14.6: Joona Heikkerö 10000 m 39.06,24 PB use P17.

+ Sipoo 22.6. Benjamin Björkell 1500 m 4.19,83, Joona Heikkerö 1500 m 4.46,41, P15 Niilo Mölsä 800 m 2) 2.27,15, T13 Pinja Lindstedt 1500 m 2) 4.52,10 PB use T13, Alisa Kiiski 5.26,24 PB.

+ Sipoo 24.6: Joona Heikkerö 800 m 1) 2.18,27 PB.

+ Tampere 28.6: Pinja Lindsted 600 m 1.40,58 PB use T13/T15. Janette Vänttinen 800 m 2.20,15

+ Vantaa 29.6:Joona Heikkerö 5000 m 17.47,51 PB use M17.

+ Viikkokisa, Porvoo 23.6: Ranginkisan kärki 2 kisan jälkeen:
1) P12 Anton Myrtenblad 34 pistettä, P11 Marcus Koljonen 34,
3) T11 Venla Repo 32,
4) T12 Aino Pirhonen 31,
5) P13 Oiva Odiah 30,
6) T10 Ninni Penttinen 25, Amanda Ahlgren 25,
8) P09 Elias Mattila 22,
9) P12 Alex Ahlgren 20, T14 Anni Kiiski 20, T11 Elli Mattila 20**

**+ Aatu Kangasniemi on parannellut kauden aikana jatkuvasti. Tällä hetkellä ennätykset kirjataan 4 kg kuula 18.70, 5 kg kuula 16.49, kiekko 54.07. Moukarissa SE 73.47 P14, 5 kg moukari SE 62.63 P14.**

**+ Raskas suru on kohdannut Karvosten perhettä. Tytär Raili Helena (61) menehtyi 27.5. Siunaustilaisuus oli 26.6. Äiti ja Isä, veljet Juha ja Teuvo perheineen olivat läsnä.

+ Ulf Backman (70) kuoli 25.6 pitkällisen sairauden uuvuttamana. Hän toimi Porvoon kaupungin asuntopäällikkönä vuodesta 1997 alkaen. Ulf oli tuttu näky yleisurheilukentillä erilaisissa tehtävissä. minulle hän jäi muistiin sanavalmiina kuuluttajana ja ystävänä.**

**+** (PB) = henkilökohtainen ennätys, (SB) = kauden paras, (use) = uusi seuraennätys, (upe) = uusi piiriennätys, (kk) kauden kärkitulos Suomessa.

**MAALIS-HUHTI-TOUKOKUU

+ Korona-virus mullisti sitten normaalin elämän. Tuli ohjeet miten voidaan elellä ja välttää mahdollisimman isoja väenpaljouksia. Tämä taas katkaisi mm koko urheilutoiminnan. Kaikki kilpailut on peruttu ainakin kesäkuuhun asti. Siksi tämän kuukausipalstakin on vaiennut.

+ Marja-Terttu Tannisen kevyet askeleet päättyivät maan päällä 6.3. Marja-Tertun nimissä on vielä PU:n ennätykset N55 vuodelta 1994 ja N60 vuodelta 1999. Hänen paras maraton aikansa 3.24,51 löytyy vuodelta 1991. Hänen miehensä Ensio Tannisen kuolemasta on jo kulunut 24 vuotta. Yhdessä Marja-Terttu ja Enska ehtivät kuluttaa aikanaan lukemattomia kilometrejä maanteitä ja monta tossuparia. Tannisten pojat Arto ja Keijo perheineen ovat hoitaneet äitinsä siunauksen läheisten läsnä ollessa huhtikuun aikana.

+ SAUL:n Maljapistekisassa aikuisurheilijat ovat sijoittuneet vuonna 2019 sijalle 42. Saavutukseen riitti 73 pistettä. Vastaavat sijoitukset ja pisteet ovat olleet 2017 22. 116 pistettä ja 62. 2018 48 pistettä. Saa nähdä miten paljon ”korona” -epidemia vuotena kisoja pidetään ja mitä niistä pisteitä tulee.

+** (PB) = henkilökohtainen ennätys, (SB) = kauden paras, (use) = uusi seuraennätys, (upe) = uusi piiriennätys, (kk) kauden kärkitulos Suomessa. **HELMIKUU

+ Helsyn Pm-kisat, Helsinki 1-2.2: M17 1500 m Joona Heikkerö 3) 4.46,01 PB, 800 m 9) 2.22,52 PB. Naisten 17 1500 m matkalla PU:n nuori kolmikko piti kovaa vauhtia. N17 1) Pinja Lindstedt 1) 5.11,80 PB (kk N17, use T13), Sara Koskela 5.27,30 PB (kk T14), Aino Jokkala 5.37,10 PB.**

**+ Perinteinen Porvoon kaupungin palkitsemistilaisuus. Olen viidenkymmenenvuoden aikana seurannut aika läheltä Porvoon urheiluelämää. Kyllä on lajivalikoima muuttunut ja kansainvälistynyt kun katselin palkittuja. Tänä vuonna lajivalikoima oli seuraavanlainen. Kansainvälinen: Brasilialainen jiujitsu, ratamoottoriveneily, Formula, voimanosto, masters ja penkkipunnerrus, taitoluistelu, cheerleading, kyykkä, jääpalllo. Seniorit: yleisurheilu, hiihto. Suomen mestarit: brasilialainen jiujitsu, soutu, thaiboxing, pyörätuolitanssi, freestyle, yleisurheilu, kyykkä. Joukkue: Hockey Club.**

 **+ Pajulahti 9.2: M17 800 m Joona Heikkerö 5) 2.20,31.

+ Helsinki 14.2: M55 Juha Heininen 800 m 8) 2.38,68.

+ Aktia cup 3, Vantaa 15.2: 10 km maantie M50 Peter Heikkerö 6) 41.42, Tuomo J.Oikarinen 49.42, N40 Merle Hietentreu 20) 57.28, N60 Michaela Gräsbäck 1) 52.32, 5 km M17 Joona Heikkerö 2) 18.12, T13 Aino Jokkala 2) 21.25.

+ TUL:n aluehallikisat, Helsinki 15.2: Pinja Lindstedt juoksi mahtijuoksun 1000 m. En ollut uskoa silmiä sillä Pinjan aika 3.05,53 näytti olevan kaikkien PU:n sarjojen (use N,N22,N19,N17,T15 ja T13). T13 Pinja Lindstedt 1000 m 1) 3.05,53 PB (kk19, kk13). T11 Venla Repo 60 m 9,65, pituus 343. P13 Anton Myrtenblad 60 m 5) 8,75 PB, P11 Marcus Koljonen 60 m 1) 9,03 PB, pituus 1) 418.
Samoissa kisoissa P14 Aatu Kangasniemi pamautti P15 sarjan kuulassa (4 kg) tuloksen 16.90, joka jää vain 22 cm P14 halliSE:stä).
+ Nuorten SM-kisat, Helsinki 22-23.2: Ainoa osanottajamme M17 Joona Heikkerö juoksi oman ennätyksensä 800 m matkalla. 800 m 23) 2.18,53, 1500 m 16) 4.53,40.

+ SAUL:n SM-kisat, Tampere 21-23.2: M55 1500 m Juha Heininen 9) 5.12,05, Jari Pekonen 12) 5.31,08. 3000 m Jari Pekonen 6) 11.47,46. HKV:tä edustava Johanna Haikonen nappasi kaksi mitalia pikamatkoilta. 60 m 3) 8,75. 200 m 2) 29,48.

+ TJIG-kisat, Tampere 6-8.3: T13 sarjan kovat kilpakumppanit Pinja Lindstedt PorvU ja Inka Peltola VehmU kävivät kovatasoisen ja tasaisen 1000 m kisan Tampereella. Tällä kertaa Pinja veti pidemmän korren ja paransi ennätystään lähes 4 sekunnin luokkaa aikaan 3.01,42. Tulos on ikäkauden uusi SE pitkällä ratamatkalla. Tulokset T13 1000 m 1) Pinja Lindstedt PorvU 3.01,42, 2) Inka Peltola VehmU 3.03,08, 3) Taimi Vallinoja HKV 3.11,21,16) Aino Jokkala PorvU 3.35,79. P14 kuula Aatu Kangasniemi NurmijYU jatkaa kovaa sarjaa uudelle metriluvulle. 4 kg kuula tulos 17.45 on ikäkauden uusi SE. Kiekossa tuli hopeaa tuloksella 47.85.

+** (PB) = henkilökohtainen ennätys, (SB) = kauden paras, (use) = uusi seuraennätys, (upe) = uusi piiriennätys, (kk) kauden kärkitulos Suomessa.

**TAMMIKUU

+ Porvoon Urheilijoiden Sporttiklubin vuosittaisella 47. kinkkulenkillä oli kolmisenkymmentä lenkkeilijää mukana. Lenkkeily aloitettiin jo vuonna 1972. Kaikkien kesken arvottiin joulukinkku kuten muinakin vuosina. Tänä vuonna Sporttiklubi jakoi myös kannustuspalkinnon nuorelle lupaavalle Porvoon Urheilijoiden juoksijattarelle Janette Vänttiselle valmennusapurahana. Hieno kannustusele Sporttiklubilta nuorelle urheilijalle.

+ Moukarinheittäjien uudenvuodenheitoissa Kaustisella 28.12: Aatu Kangasniemi heitti keskellä peruskuntokautta pakkaskisoissa 13-vuotiaiden poikien ikäkausiennätyksen 62.20 nelikiloisella moukarilla. Pakkasta oli 12 astetta ja kova viimainen tuuli. Lämmittelyn perusteella eväät olivat vielä pitempiin heittoihin, mutta itse kisoissa ei kaikkea saatu irti. Ensi vuonna talvimestaruuskisoissa 15-sarjat ovat SM-tasoisia.

+ Uudenvuoden juoksu, Vantaa 31.12: PU:n juoksijat kisassa mukana. Matkana 10 km. M50 Vesa-Matti Masalin 9) 42.02, M60 Heikki Alen 3) 43.55 (use M65), Pertti Jäppinen 8) 47.27, N40 Johanna Kiiski 3) 44.57, Katja Mattila 5) 47.48.**

**+ 46. Yöjuoksu, Orimattila 31.12: Matkana 8,9 km. M60 Esko Suomalainen 2) 35.18, N60 Sisko Koskela 2) 46.35.

+ PU:n perinteinen Englannin leiri on jälleen käynnistynyt yhteensä 16 hengen voimin. Isommat tulivat jo pari päivää sitten ja tänään 30.12 leirinsä aloittavat eka kertaa myös YU2-juoksuryhmäläiset. Lisää tunnelmista kuullaan lähipäivinä.

+ Hyvää vuotta 2020 kaikille! Englannin leirillä juhlittiin vuoden viimeistä päivää tiukalla yhteistreenillä ja tänään uusi vuosi avattiin perinteisellä pariviestillä.
+ Torstaina 2.1 oli vuorossa iltatreeni. 3.1 oli vihdoin vapaapäivän vuoro, jolloin katseltiin nähtävyyksiä ja täytettiin ostoskasseja.
+ Lauantaina 4.1 juostiin jälleen puistossa Frimley Lodge parkrun 5 km kisa. Osanottajia 624. Hyvin tuntui kulkevan kansainvälinen massakisakin. Kisan nopeimmat mies Ville Lehtoniemi ja nainen Janette Vänttinen. Tuloksista poimin seuraavat nimet: Ville Lehtoniemi 1) 16.55, Janette Vänttinen 7) 18.28, Joona Heikkerö 14) 19.26, Pinja Lindstedt 16) 19.30, Niilo Mölsä 27) 20.20, Peter Heikkerö 29) 20.25, Perttu Uotila 33) 20.55, Alisa Kiiski 41) 21.19, Nea Niemi 50) 21.35, Sofia Lindstedt 53) 21.38, Sara Koskela 69) 22.42, Inari Uotila 73) 22.55.**

 **+ Aktia cup 3. Vantaa 18.1: Suosittu juoksutapahtuma Vantaalla jatkuu. Säästä huolimatta tehtiin hyviä tuloksia. Uudet seuraennätykset 5 km matkalla T13 Pinja Lindstedt 19.17. Sijoituksia 1) Benjamin Björkell, Janette Vänttinen, Sirpa Nordling, Pinja Lindstedt, 2) Kari Hietamies, Joona Heikkerö, 3) Sara Koskela ja Aino Jokkala. Täydelliset tulokset Tilastopajan sivuilla.

+ Junnuviestit, Helsinki 25.1: 12 joukkuetta mukana PU:sta tammikuun perinteisissä halliviesteissä. PU:n mitalijoukkueet tuloksineen. T13 3x600 m 1) 5.56,43 Aino Pirhonen, Pinja Lindstedt, Aino Jokkala. T11 4x200 m 2) 2.15,54 Katja Hanén, Venla Repo, Ninni Penttinen, Amanda Ahlgren, 3x600 m 3) 6.38,53 Katja Hanén, Ninni Penttinen, Amanda Ahlgren. T9 3x400 m 2) 4.37,48 Ella Tuparinne, Sini Knoop, Lilian Kuismanen, 4x200 m 3) 2.46,40 Ella Tuparinne, Saana Uotila, Lilian Kuismanen, Sini Knoop.

+ Helsyn Pm-hallit, Helsinki 26.1: M19 4) Joona Heikkerö 4) 10.11, 55 PB (use M17), Naiset 4) Janette Vänttinen 4) 10.25,91 PB.

+** (PB) = henkilökohtainen ennätys, (SB) = kauden paras, (use) = uusi seuraennätys, (upe) = uusi piiriennätys, (kk) kauden kärkitulos Suomessa.