

Kylmääki

1/2013 Helmikuu



Tässä numerossa sisäsivuilla mm:

- 2 Jukolan viesti ja Puheenjohtajan palsta
- 3 Uutta virtaa hallitukseen
- 4 Kisakuulumisia
- 5 Uusi jäsen
- 6 Energiaratkaisusta
- 7 Voimaa, iloa...
- 8 Talviuimarin varusteista
- 9 Uintipäiväkirja kertoo
- 10 Talouskatsaus
- 11 Jäsenyyden merkitys
- 12 Jäsenmaksu pankkisiirto



Vieraita Hollannista

Väkeä riittää

Jäsenmaksun aika (takasivu)



Jukolan viesti 1/2013

Pohjolan talvi on suosinut harrastustamme. Ensimmäinen talvi tuli lokakuun lopussa vähän yllättäen. Ensilumi suli pois, mutta joulukuussa oli taas avantouimarien toivesää, lunta ja pakasta. Tammikuu on houkutellut illasta toiseen saunan täyteen innokkaita uimareita.

Lehden takasivulla on taas jäsenmaksulomake, muistakaa hoitaa asia helmikuun aikana ja siten varmistaa edullinen uinti myös tänä vuonna.

Joulukuun yleiskokouksessa hallitukseen valittiin kolme uutta jäsentä, puheenjohtaja **Mika-Pekka Näykki**, **Timo Koski** ja **Martti Valtonen**. Uusiksi varajäseniksi valittiin **Timo-Ilkka Leikas** ja **Petri Vättö** sekä vielä tammikuun kokouksessa **Kirsti Sihito**. Heidät esitellään tässä lehdessä sivulla kolme. Entisistä hallituksessa jatkavat **Arto Auranen**, **Matti Heinonen**, **Liisa Jukola**, **Terttu Mäkinen** ja **Liisa Purho**. Varajäseninä jatkavat **Ari Henriksson**, **Silja Kerttula**, **Sirkka Leiro** ja **Ritva Reponen**. Hallitusta työllistää erityisesti syksyllä suunniteltu maalämpöprojekti. Sen perusteista kertoo lehdessä **Risto Härmävaaara**.

Avantuinti on oiva stressinpoistaja, siitä todistavat niin uusi jäsen, **Petri Salminen**, kuin vanhat konkarit **Tim Auctero** ja **Eeli Kaunela**. Uintivaruksia esittelee **Maija Törmä**, joka on yhdessä **Kaj Haapasalon** kanssa pitänyt uintipäiväkirjaa.

Kylmääki-lehti kansainvälistyy! Hollantilaiset vieraat kertovat englanniksi uintikokemuksistaan. He ihastelevat suomalaisen saunan tunnelmaa ja aikovat suositella kokemustaan muillekin. Seuraavassa lehdessä voisi olla joku juttu ruotsiksi, kuka tarttuu haasteeseen?

Yhdistyksen talous on hyvässä kunnossa ja jäsenmäärä on vakiintunut 600 ja 700 välille. Taloudesta ja jäsenmäärän kehityksestä tekevät lehdessä selkoa taloudenhoitaja Terttu Mäkinen ja jäsenasiainhoitaja **Göran Wikstedt**.

Sitä uintireissua en unohda – juttusarja on ollut tauolla vähän aikaa. Lukijoilla on varmasti hykerryttävän mieleen jääviä muistoja, joita voisi jakaa muillekin tässä lehdessä. Muistella kokemuksianne, jutella lauteilla ja vinkata lehdentekijöille.

Lehden toimituskunta on taas touhunnut ahkerasti, kirjoittanut juttuja ja ottanut kuvia. Parhaat kiitokset heille ja kaikille muille avustajille. Hyvät lukijat, lähettäkää edelleen aiheita, ideoita, juttuja ja kuvia. Toimituskunta suunnittelee ja kokoaa niistä sitten seuraavan lehden, joka ilmestyy lokakuussa.

Ottakaa yhteyttä: osoitteella liisa.jukola@gmail.com tai numeroon 050-5472246.



Puheenjohtajan palsta: Uusia haasteita, uusia tuulia, mutta avanto on aina avanto!

Kiitos luottamuksestanne. Syyskokouksessa sain yhdistyksemme jäsenistöltä yksimielisen, mielenkiintoisen ja haasteellisen tehtävän. Turun avantouimarit ry:n puheenjohtajana näen mahdollisuuksia vaikuttaa siihen rakkaaseen harrastukseeni, joka on Ispoisten rannan Uittamon saunan lauteilla viimevuosien aikana vienyt suuremman ja suuremman osan vapaa-ajastani.

Yhdistys on aikanaan yhdessä näyttänyt voimassa, rakentaen hienon, uljaan ja Ispoisten uimarannalle hyvin sointuvan saunarakennuksen Turun kaupungilta vuokraamalleen alueelle, joka on aikanaan osoitettu yhdistyksen käyttöön Uittamon kylän Uittamon tilasta. Omasta puolestani haluan kiittää kaikkia rakennusprojektiin osallistuneita, te olette luoneet hienot puitteet yhdistyksen toimia.

Ne taloudelliset riskit, jotka on aikanaan otettu yhdistyksen lukuun, on hienosti ja vastuullisesti hoidettu. Tästä kiitokseni lausun lämpimästi edelliselle puheenjohtajalle ja hallitukselle, sekä niille jäsenille ja seutukuntalaisille, jotka ovat ahkerasti käyttäneet yhdistyksemme tarjoamia palveluita, niin talvella kuin kesälläkin.

Näistä lähtökohdista on hyvä jatkaa eteenpäin ja katsoa valoisasti kohti tulevaa. Meidän on kehityttävä, meidän jokaisen on luovuttava ehkä jostain vanhasta, otettava sen tilalle jotain uutta ja huomattava tulevaisuudessa, että muutos on kantanut hedelmän meidän omalle yhdistyksellemme ja sitä kautta meille jokaiselle. Jokainen saunoja tai uimari on meille tärkeä, oli hän iäkkäämpi tai nuorempi, oli hän alkuperäinen turkulainen tai jopa Kiinasta kotoisin oleva vaihtopililas. Jokaiselle on annettava tilansa, jokaista on kunnioitettava



va ja jokaiselle on suotava hyvä uinti- ja saunakokemus.

Yhteisöllisyys, yhteistyö, ympäristöystävällisyys sekä ennakkoiva- ja suunnitelmallinen toimintatapa ovat niitä asioita, joita haluan korostaa puhejohtajakauteni. Energiansäästöhanke ja sen tiimoilta tänä vuonna toteutettava maalämpöprojekti sopii hyvin ajatuksiini. Ennakkoivuudesta pienenä esimerkkinä on lehden sivuilla oleva tulevien tapahtumien palsta. Yhteistyö eri seurojen kanssa varmasti vaatii panostusta. Yhteisöllisyys syntyy meistä jokaisesta ja siihen me kaikki yhdessä voimme vaikuttaa niin nyt kuin tulevaisuudessa.

Yhdessä suunnittelella, yhdessä tekemällä, yhteiseen päämäärään tähdäten, voimme saavuttaa sen, mikä meille on tällä hetkellä toive, haave tai vain ohi-kiitävä ajatus saunan lauteilla.

Nähdään avannon reunalla!

Mika-Pekka Näykki
puheenjohtaja

Kylmääki, Helmikuu 1/2013

Turun Avantouimarit ry:n jäsenlehti.

Päätoimittaja: Liisa Jukola, puh. 050 547 2246, liisa.jukola@gmail.com tai kylmaaki@turunavantouimarit.fi.

Taitto: Juha-Pekka Talasmo. Kuvat: Liisa Jukola, Päivi Killström, Mika-Pekka Näykki ja Juha-Pekka Talasmo.

Painopaikka: Paino-Kaarina. ISSN 1797-0555 (painettu), ISSN 1797-0563 (verkkojulkaisu)

www.turunavantouimarit.fi



Hallituksen jäsenet vasemmalta lukien Matti Heinonen, Mika-Pekka Näykki, Martti Valtonen, Terttu Mäkinen, Sirkka Leiro, Arto Auranen, Liisa Jukola, Liisa Purho ja Timo Koski.

Uutta virtaa hallitukseen

Syyskokous valitsi uusia jäseniä hallitukseen. Uudeksi puheenjohtajaksi valittiin yksimielisesti Mika-Pekka Näykki. Nyt uudet jäsenet esittelyssä:

Mika-Pekka Näykki, puheenjohtaja

Hänen harrastuksensa alkoi mielenkiinnosta voittaa itsensä. Sen jälkeen koukkuun jäi hyvän fiiliksen, mukavien ja erilaisten ihmisten tapaamisen ja kohtaamisen takia. Stressin poikaset ja työpaineet unohtuvat hetkessä avantosauunalla ja mukava saunanlauteilla rupattelu piristää päivää. Ilmiselvästi myös vastuskyky on parantunut. Mukanaan hän tuo hallitukseen elämän varrella oppimaansa teknistä it-osaamista ja etukäteistä suunnitelmallisuutta. Haasteena ja mielenkiintona hän kokee hallitustyöskentelyssä erilaisten näkökantojen yhteensovittamisen yhteisen päämäärän saavuttamiseksi. Toiminnassa hän haluaa panostaa siihen, että talous pysyy

vakaana, sauna pysyy toimintakunnossa ja palvelee kaikkia saunoja sekä uimareita. Kaikes-toiminnassa hän haluaa vaalia yhdistysmäistä yhteisöllisyyttä.

Martti Valtonen, varapuheenjohtaja

Martti aloitti saunalla käynnin noin pari vuotta sitten kun heidän mökin laiturei meni menojaan syysmyrskyillä. Alakerrassa kokoontuva pingisorukka ja talokootyöt, ovat pitäneet toimeliaan miehen saunalla ahkerasti. Talviuintikilpailut ovat tuoneet mukavan lisän pieneen sisäsyn-tyiseen kilpailuviettiin. Vuoden 2013 SM-talviuinnin kilpailuisa Laukaan Peurungassa Martti voitti sarjassaan 1943-1939 hopeaa. Kilpailut ovat omalla lailaan myös lähellä hänen sydäntään ja hän mielellään näkisin kilpailuissa enemmän meidän porukkaa ja viestijoukkuekin olisi hieno löytää jäsenistöämme. Hän tuo omalla panoksellaan toimeliaat kädet huoltoporukalle ja leppoisaalla sekä rennolla tyylillä mukavaa porukkahenkeä muulle porukalle.

Timo Koski, varsinainen jäsen

Vuonna 2005 aloitetussa uuden saunan rakennusprojektissa Timo oli kantavana voimana ja luoja sekä ideoijana. Hän kirjoitti oman kattensa työn perustuksista kiukaisiin ja kaikkeen muuhunkin. Nykyisessä paikassaan hallituksessa, hän tuo toimintaan vankan ammattitaitonsa, kokemuksensa ja historiatietonsa saunan menneisyydestä.

Timo-Ilkka Leikas, varajäsen

Timo-Ilkka aloitti avantouinnin vuosituuhannen vaihteessa. Hänen vanhempansa olivat harrastaneet avantouintia jo muutaman vuoden ja saivat hänet pitkän yllytyksen seurauksena mukaansa. Ensimmäisellä kerralla saunassa Piepposen Risto heti yllytti mukaan kilpailemaan. Reilu kuu-kaus myöhemmin he olivat jo avantouinnin SM-kisoissa. Vaikka kilpailuvietti on vuosien saatossa vähän laantunut, hän haluaa tuoda tämän alueen osaamisen ja kokemuksen hallitukseen. Avantouinti on tuonut mukanaan

myös terveydelliset hyödyt. Hän on osallistunut Suomen Ladun avantouintikouluttaja-koulutukseen. Bonuksena on yliopiston kautta hankitut opinnot liikunnan, terveystiedon ja kasvatukseen alalta.

Luottamustoimessa hän haluaisi olla mukana mahdollistamassa kävijöille hyviä liikunnallisia talviuintihetkiä. Hänen haaveenaan on, että kauden aikana uusittaisiin Lauri-maljan voitto.

Petri Vättö, varajäsen

Petri aloitti avantouinnin vuonna 2009 ja liittyi jäseneksi 2010. Uimassa ja saunassa hän käy aina kuin mahdollista, lisäksi hän käyttää kuntosalia joka kerta lähinnä pingiksen pelaamiseen. Avanto/kylmäuinnin vaikutuksista hän on huomannut lihassärkyjen loppumisen ja mielialan kohentumisen. Lisäksi saunan lauteilla on tutustunut uusiin mukaviin ihmisiin. Häntä kiinnostaa toiminnassa tekninen puoli.

Kirsti Sihto, varajäsen

Jäseneksi liityin 1996. Aloitin harrastuksen toivoen flunssien vähenevän. Niin kävikin. Erityisen antoisana pidän kylmäuinnin antamaa hyvää mieltä ja työstres- sin lievitystä. Viihtymistä lisää rento porukka. Olen ollut myymässä kiosilla ja valvomassa ulkopuolisten illanviettoja. Näitä voin tehdä jatkossakin.

Talviuinnin kisakuulumisia

Salon Seudun Avantouimarit ry järjesti jo perinteeksi muodostuneet alkuvuoden uintikisat Kokkilassa 5.1.2013. Tämän vuoden avantuinnin Suomen mestaruuskilpailut järjestettiin Kylpylä-hotelli Peurungassa 25.-27.1.2013.

Tammikuun aurinkoinen sää siivitti **Kokkilan kisoja** ja loi mukavan tunnelman kisojen ylle. Kokkilaan oli kokoontunut noin satapäinen joukko kisaillemaan ja kannustamaan. Seurastamme paikalle oli saapunut kolmisen autokuntaa ja kymmenkunta kisailijaa.

Avantuinnin SM-kilpailut järjestettiin Laukaalla uudistuneessa kylpylähotelli Peurungassa. Seurastamme mukana oli noin 25 osallistujaa. Matka alkoi Isoisten uimarannalta perjantaina



Martti Valtoselle hopeaa SM-kisoissa.

klo 11 ja taitoimme linja-autolla yhdessä Maskun jääkarhujen kanssa. Paikan päälle ehdimme perjantaina illan hämärtyessä. Illalla oli vapaauintiviesti ja kaikilla oli mahdollisuus käydä kylpylässä. Lauantai oli varsinainen kilpailupäivä. Järjestelyt oli onnistuneet ja kilpailu juoksi hyvin ennalta ilmoitetun minuuttiaika-aulun mukaan, vaikka kilpailusarjoihin osallistuvia oli vajaa 1000 ja muissa sarjoissa oli yhtäpaljon osallistujia. Seuramme hallituksen jäsen Martti Valtonen voitti sarjassaan hopeaa.

Kilpailupäivän jälkeen meille oli varattu mahdollisuus nauttia savusaunan lämmöstä ja illalla ollut gaala oli järjestetty Peurunka Arenalla. Gaala oli samalla Suomen Ladun 75-vuotis juhla. Päivä vaihtui sunnuntain puolelle tanssilattian pyörteissä Souvarien tahtiin. Kotimatka alkoi sunnuntaina iltapäivällä.

Mukavan kilpailuviikonlopun jälkeen on hyvä katsoa tulevaan ja alkaa valmistautua Rovaniemellä 20.-23.3.2014 järjestäviin talviuinnin MM-kisoihin. Tässä välissä tamperelaiset järjestävät kisat huhtikuussa ja salolaisetkin järjestävät vuoden-



Kokkilassa olleet seuramme kisailijat yhteiskuvassa.



Sirpa Kivekäs (keltainen päähine) Peurungan SM-radalla.

vaihteen Kokkilan kisat. Vuoden 2014 talviuinnin SM-kisat järjestetään Vierumäellä Heinolassa tammihelmikuussa. Tarkoituksena on myös kevään ja syksyn aikana järjestää halukkaille oh-

jattua uinnin tekniikkaharjoittelua, mutta siitä myöhemmin lisää infoa muissa kanavissa. *Kisojen osallistujat ja tulokset löytyvät Internetin verkkosivuiltamme.*

Saunalla tapahtui

Joulujuhla

Juhlaa vietettiin omissa tiloissa 1.12. Ulla ja Sirkat hankkivat tarjoilun, Silja ja Mika-Pekka tulivat avuksi ruuan esillepanoon, terassin jouluvaloista vastasi Tera Peter apunaan ja alakerran järjestelyt hoituiivat Martin, Arton, Jaakon, Taunon ja Riston toimesta. Jenny ja Ada varmistivat että syötävää oli pöydissä riittävästi ja siivitsivät jälkemme. Toki muitakin pikkujoulumielisiä oli luomassa puitteita ja meitä juhlijoina oli vajaa 100. Saunan lisäksi nautimme jouluglögistä, runsaasta ruokapöydästä, tanssista, Japin karaokesta sekä tietysti toistemme seurasta.

Syyskokous

Kokouksessa 17.12. valittiin yhdistykselle uusi puheenjohtaja ja hallitukseen uusia jäseniä. Kokoukselle esiteltiin energiansäästöprojekti, joka hyväksyttiin täpärästi äänin 26-26 puheenjohtajan äänen ratkaistessa. Uusi hallitus vie projektia eteenpäin.

Tiernapojat

Tiernapojat esiityivät kahdesti joulun alla, ja aaton joulusau-nassa kävi runsaasti uimareita virittäytymässä joulunviettoon. Aaton saunamaksujen tuotto lahjoitettiin hyväntekeväisyyteen.



Syyskokouksessa äänestettiin energiaprojektista ja hallituksen jäsenten valinnasta.

Petri Salminen on uusi jäsen

Petri on harrastanut avantouintia kolme vuotta, viimeiset kaksi vuotta aktiivisesti. Hän käy avannossa vähintään kerran viikossa, joskus 3-4 kertaa, jos työajat antavat myöten. Kyselin Petriltä harrastuksesta ja työstä, pyysin palautetta vähän saunastakin. Annetaan hänen itsensä kertoa:

”Kiinnostukseni avantouintiin alkoi fyysisen tarpeen eli lihashuollon puitteissa, ja siitä on siten tullut harrastus muiden harrastusten ohessa. Uittamalla käy hyvin sosiaalista avantouimaria ja löylykeskustelut ovat näin ollen myös hienoa sosiaalista kanssakäymistä sekä kuulumisen vaihtoa. Olen itse sosiaalinen ja pidän erilaisten ihmisten kanssa keskustelemisestä. On hienoa kuulla juttuja mutta ei kuitenkaan udella ihmisten tekemisiä. Avantouinnissa on ehdottomasti parasta, kun saa lihakset palautumaan ja verenkierron toimimaan paremmin sekä aineenvaihdunnan liikkeelle. Henkisesti avannossa käynti on ehkä yhtä parasta terapiaa saada ajatukset pois arjesta. Helppo tapa rentoutua, vähentää vaivoja ja ennen kaikkea pysyä paremmin terveenä.

Tätä pitäisi ehdottomasti enemmän valistaa ihmisille hyvänä asiana, eikä kauhuna kylmästä vedestä. Ennen tai jälkeen työpäivän käynti avannoissa pitää mielen ja kehon virkeänä ja voi huomattavasti paremmin niin fyysisesti kuin henkisesti.

Olen ammatiltani AMK-sairaanhoitaja ja työskentelen virkatyökseni ensihoidon kenttäjohtajana Varsinais-Suomen sairaanhoitopiirissä. Lisäksi toimin moniammatillisena turvallisuuskouluttajana, kouluttaen ensiapu-, palo- ja poistumisturvallisuutta, uhkatilanne- ja itsepuolustusta sekä erilaisia turvallisuuteen ja hyvinvointiin liittyviä koulutuksia.

Muihin harrastuksiini kuuluu voimaharjoittelua, kestävyysharjoittelua ja lukemista, joka kuitenkin rajoittuu ammattikirjallisuuteen, koska ammatissani pitää koko ajan kehittää omaa tietoutta.

Turun Avantouimareiden toiminta on mielestäni hienolla mallilla ja sitä käsittäkseni kehitetään koko ajan arvioiden toiminnan laatua. En suoranaisesti keksi kehittämisen aiheita lisää. En voi kuin todeta että ne jotka puuhasselevat saunalla ja muissa tiloissa ansaitsevat kiitosta, kun jaksavat nähdä vaivaa toisten eteen siisteyden ja huoltamisen puolesta. Keväällä ja syksyllä valvontaa voisi tiukentaa, antaa siis selkeä viesti nuorisolle että ilman



Petri Salminen tuli uimaan ja toi naapurinkin.

maksua saunaan ja pukutiloihin on turha tulla. Päihtyneille saman tyylinen viesti, mutta varoen ettei tule harmia kenellekään henkilökohtaisesti. Laiturilla hengaillevien nuorisoujoukkojen kanssa pitää käyttää ehdottomasti järkeä. Jos aletaan suoraan nuoria häätää pois, voi heistä tulla isompi haitta koko kiinteistön alueelle.

Käymme koko perheen voimin saunalla, vaikkakin kovilla pakkasilla muun perheeni käynti jää vähemmälle. Perheeseeni kuuluu vaimo, sairaanhoitaja Katja Salminen (on myös uusi jäsen) ja kaksi energistä poikaa Jes-

se 11 v. ja Matias 5 v. sekä vielä energisempi Ranskan Bulldoggi Bogo, 4kk. Pidämme Uittamon rantaa tärkeänä virkistyskohteena, koska asumme lähellä. Uittamon ranta on juuri sopiva paikka lapsiperheelle ja siinä mielessä tärkeä osa, johon tulee ehdottomasti panostaa. Pienetkin asiat (makkaran grillaukset, lätyjen paistot) ovat lapsiperheille hieno asia.

Terveellinen ruokavalio, sopiva määrä liikuntaa, kunnon rauhaisa avantohetki ja vielä vapaapäivänä. Tähän perään perheen kanssa yhdessäoloa! Suosittelen.”

Petri Salminen



Puheenjohtajuus vaihtui vanhan hallituksen viimeisessä kokouksessa 27.12.2012. Tässä avaimen luovutustilaisuus.

Tulevia tapahtumia

- 29.3. Kuutamouinti, sauna lämpimänä klo 15-21.45**
- 17.4. Yhdistyksen kevätkokous klo 18.00 Kerhotiloissa**
- 4.4. Talkoolaisilta saunalla klo 18.00**
- 26.4. Kuutamouinti, sauna lämpimänä klo 15-21.45**
- 18.5. Aamusauna ja brunssi klo 9-12.00**
- 29.5. Talviuintikauden päätös**
- 2.10.2013 Talviuintikauden avaus**
- 15.10.2013 Talkoolaistapahtuma**
- 20.11.2013 Syyskokous klo 18:00-**
- 23.11.2013 Pikkujoulut klo 18:00-**

Jääkaappi, pakastin, ilma- lämpöpumppu ja maalämpö

Mitä ihmettä. Mikä näitä neljää lämpötekniikan laitetta oikein yhdistää? Otsikossa mainitut laitteet vaikuttavat yhä enenevässä määrin arkipäivämme elämään. Jääkaappi ja pakastin ovat lähestulkoon korvanneet kokonaan maakellarin. Tuskin monellakaan on enää kotonaan maakellaria. Ilmalämpöpumppu ja maalämpöpumppu tunnetaan lähinnä kiinteistöjen lämpöenergian tuottajina.

Turun avantouimareiden syyskokouksessa ja uintipaikkamme saunan lauteilla on virinnyt värikästä keskustelua, kun syyskokouksen asialistalle oli tuotu maalämmön hyödyntäminen saunarakennuksemme lämmityskohteisiin. Maalämpöasiaa oli esittelemässä paikallinen maalämpöyrittäjä.

En lähde tarkastelemaan ko. laitteiden yksityiskohtia, sillä en ole asiantuntija ja esim. maalämpöpumppu kokonaisuutena on melko mutkikas. Yksityiskohtia löydät halutessasi mm. klikkaamalla suoraan netistä. Valotan ainoastaan ko. laitteiden lämpöfysiikan ilmiötä.

Lämpöfysiikan periaatteita

Mainittujen koneiden takana ovat kylmäaineiden höyryjen paineenmuutokset. Kompressorilla lisätään kylmäainehöyryyn

painetta. Tällöin tarvitaan sähköenergiaa. Puristamisen aikana kaasun lämpenee. Syntynyt lämpöenergia siirretään talteen. Kylmäainekaasun paineen vapautumisen aikana taas höyryyn lämpötila laskee voimakkaasti. Syntynyt kylmäenergia siirtyy esimerkiksi jääkaappitalaan.

Kuvatunlaista kiertoa suljetussa systeemissä toistetaan mainituissa laitteissa. Prosessin kulku on hienosti sanottuna ADIABAATTINEN. Tämä tarkoittaa, että kylmäaineen kaasun aineen muutokset tapahtuvat ilman ulkopuolelta tulevaa lämpöenergiaa.

Jokainen voi kotikonstein koikeilla asiaa esimerkiksi polkupyörän pumpulla. Kun pumpaat voimakkaasti sulkeamalla pumpun ulostuloventtiilin, niin kaasun puristuu ja samalla se lämpenee voimakkaasti. Näin saadaan lämpöenergiaa. Kaasumolekyylin



Oma mökki lämpiää myös mm. ilmalämpöpumpulla, sanoo kirjoittaja lumisateessa.

sisäinen energia kasvaa ja saa aikaan lämpötilan nousun.

Toisaalta kun huoltoasemien painelaitteista päästetään ilmaa ulos, se laajenee. Samalla kaasun paine laskee ja täyttökaasu jäähtyy voimakkaasti.

Kylmää ja lämmintä

Termostaatin avulla säädetään kompressorin toimintaa, jotta saadaan jääkaappiin kylmäainekaasun vapautuessa riittävän alhainen lämpötila, Toisaalta läm-

pöpumppuun saadaan kaasun puristusvaiheessa riittävän korkea lämpötila. Yksityiskohtainen tarkastelu esim. hyötysuhteesta ja muusta teknisestä toteutuksesta jää laitteiden toimittajien ja kehittäjien tehtäväksi.

Lyhyesti voidaan sanoa edellä esitetyn perusteella, että jääkaappi ja maalämpöpumppu toimivat samalla tavoin, mutta käänteisesti.

Risto Härmävaara

Nyt sahurin puheille!

Kylmä on joskus mitä suloisinta. Talviuimarihan ei voi sitä vastustaa. Kylmä tekee hyvää, kylmä karaisee, kylmä vahvistaa. Mutta, mutta, entäpä jos siihen yhdistääkin jo ulkona lämpöä? Kylmässä lämpöä?

Ei Ispoisissa niinkään vaan kotisaunalla tai mökillä.

Kylmästä ja viileästä (ja tähtitai-vaasta ja illan rauhasta, maise- mista, keskusteluista) voi nauttia

aivan eri tavalla ja **ajan kanssa**, kun alla (jalkojen ja takapuolen) on lämpölaudat.

Lämpöautoja pidetään saunassa ylälauteilla tai naulassa katonra- jassa ilmastavasti, jolloin ne varas-

toivat lämpöä. Vedestä tai lumes- ta noustua otetaan lämpimät, liki kuumat laudat ja istutaan nauttimaan takapuoli ja jalat lämpi- minä, ajatuksia ja puheita kier- rätään. Aika kuluu, eikä kylmä vaivaa.

Tuttavapiirissä, naapurikunnassa tai muualla on ahkera kenttäsa- huri, joka mielellään ja pienellä korvauksella sahaa lepästä, koi- vusta, jalavasta tai lehmuksesta (mutta ei haavasta tähän tar- koitukseen!) 25 mm:ä paksua ja 25 - 30 cm:ä leveätä lautaa. Siitä sitten voit sahata itse käsisahalla

noin 40 cm:n pätkiä. Hio sivuja vähän karkealla hiekkapaperil- la ja ne ovat valmiita käyttöön. Mitään pintakäsittelyä ei tarvita, sillä kuumuus pitää ne puhtaana. Saunaan kannattaa varata läm- pöautoja yli oman tarpeen, jotta joka vilvoitteluvälissä saa alleen kuumat laudat.

Lämpölaudat ovat vertaansa vailla niin omassa käytössä kuin tuliaisinakin. Sahauta, kokeile ja ihastu!

Risto Hevonoja

Voimaa, iloa ja tyyntä kauneutta avanto-uinnin harrastamisesta

Viimeisen täysimittaisen yleislakon (Wikipedia) vuosi 1956 yhdistää hiuksenhienosti kaksi upeaa aktiiviavanto-uimariamme Eeli Kaunelan ja Tim Auteron sillä tuolloin Eeli ja Timin isoisä Lennart todennäköisesti tapasivat Uittamon uimalan kylmäuinnilla. Eeli aloitti tuolloin 58 vuotta jatkuneen säännöllisen avanto-uinnin ja samoin Timin isoisä, jonka silloisen jäsennumeron 18 Tim hyvin muistaa.

”Keski-ikäiset olivat yhtä juhlaa” kertoo Eeli. Teurastajan työ oli fyysisesti raskasta ja henkisesti stressaavaa. ”Kävin alkuaikoina uimassa joka päivä, mutta keskiviikot ovat jääneet mieleeni. Raskas työ vaatii raskaat hihat, niin sanotaan ja minulle kaksituntinen säässä kuin säässä oli juhlaa.”

Tim on tehnyt pitkän työuran konepajayrittäjänä laiva- ja meriteollisuuden piirissä. ”Pystyin jäämään eläkkeelle vasta 69,5 vuotiaana ja olen varma, etten ilman voimia antavaa ja virkistävää avanto-uintia olisi loppuvuosista selvinnyt.” Ajat olivat

huonot, minkä vuoksi Timin yrityksen myyminen vei odotettua pidemmän aikaa ja eläkkeelle jääminen viivästy. Myös Timin liittymisvuosi 1993 oli raskasta laman aikaa. Töiden läheltä löytyi Timin avanto-uintiin kannustaja ja herätteen antaja - aina niin valoisa, idearikas ja ystävällinen Tiernapoikamme Markku Lindholm. ”Aloittaessani avanto-uinnin 20 vuotta sitten olimme evakkoina vanhan saunan remontin vuoksi Saaronniemessä.”

Eeli ja Tim ovat molemmat ahkeria harrastajia. Tosin Eeli on nyttemmin hieman harventanut

tahtia, mutta Tim jatkaa edelleen viiden viikkokäynnin rytmillä. Eeli muistelee olleensa joskus missä-lie-eksyksissä, mutta pian luonto veti takaisin eikä katkoksesta tullut mutamaa kuukautta pidempi.

Lähisukua mukana

Timin isoisä siis aloitti avanto-uinnin yleislakon aikaan ”töistä vapaalla ollessaan Piikkiön Kiiskisen luonnonparantolassa, missä avanto-uinti ja kasvisruoka muuttivat elämäntapaa ja aktiivinen harrastus Uittamalla alkoi. ”Myös äitini oli avanto-uimari. Asuimme kuusi vuotta Helsingissä, missä äiti kutsuttiin saunaseuraan, jossa hän oli jäsenenä Turkuun muuttoon saakka. Äiti harrasti elämänsä loppuun saakka kylmäuintia.” Kukapa tietää vaikka neljäskin Auteron sukupolvi innostuisi asiasta. Pojalta tosin on rankka kokemus rannikkojääkäriskoulutuksen ajoilta,

jolloin koulutukseen kuului hiihtää täysissä varusteissa avantoon ja päästä omin voimin ylös. ”Se oli hänelle järkytys, eikä hänestä avanto-uimaria tullut. Tytär on käynyt muutaman kerran ja saa nähdä syttyykö hänen ja pojan innostus vielä myöhemmin.”

Eelin poika Seppo avanto-uinnin säännöllisesti, ja myös Sepon vaimo ja lapsetkin silloin tällöin. ”Ja kyllä munkin emäntäni on muutaman kerran käynyt, mutta ei oikein saanut makua ja tuskinpa enää tuleekaan”, lisää Eeli.

Kun täällä käy usein, niin mistä se on poissa? Tim kertoo, että avanto-uinti heti töiden jälkeen tyhjensi pään ja antoi virkistystä. ”Ei se mistään pois ollut, vaan oli tärkeä toimitus.” Eeli taas ilmaisee asian niin, että kyse on tärkeysjärjestyksestä, muut hommat saavat vartoa vähän aikaa. Flunssa ei kuulu kummankaan sairauksiin, eikä aikaa mene sairasteluun.

Eelillä 80 vuotta täyteen

Eeli täyttää 23.3. 80 vuotta! Avanto-uintia ja yhdistyksen jäsenyyttä siitä on 58 vuotta, ei siis mikään hepsankeikka harrastuksen suhteen. ”On siitä muutama vuosi aikaa kun Karinaisissa uiskentelin 10 vanhana luodun ojan virrassa. Tapaus tulee usein mieleen, kun oman avantomme virtakehitin on päällä. On ollut hienoa, eikä sitä oikein uskokaan, että on näin korkeaan ikään päässyt ja pystyy edelleen tänne tulemaan.” Eeli toteaa, ettei 80 vuotta ole mikään salaisuus, mutta että varsinaisia juhlia hän ei pidä.

Tim täyttää seuraavaksi 73 vuotta ja on hyvässä kunnossa. ”Kiitos avanto-uinnin.”



Eeli ja Tim toivovat itse kokemaansa iloa ja voimaa kaikille kävijöille – uusille ja kokeneille, läheltä ja kaukaa tulleille.

haastattelun teki 20.1.2013 Sirkka Perho

Talviuimarin varusteet

Uimapuku tai **uimahousut** ovat uimarin varusteista tärkeimmät. Joka uintikerran jälkeen uima-vaatteet kannattaa huuhtoa, jotta asusteet säilyvät puhtaina ja käyttöikä pitenee. Uimareita seurataessa huomaa, että ”muoti” on kirjavaa. Useinhan juuri uimapuvusta tunnustaa tuttuja ja puolituttuja.

Tossuja on monenlaisia, mutta tärkein ominaisuus on, etteivät ne ole liukkaat. Moni käyttää neopreeni-tossuja, mitkä ovat yleensä hyviä. Ostaessa kannattaa tutkia pitävän pohjan lisäksi tossun pukeminen, mahdolliset narut ym. käytössä kuluvat osat. Hinnat vaihtelevat paljon markettien muutamasta eurosta urheilukauppojen, sukelluskauppojen useaan kymmeneen euroon. Aina hinta ja laatu eivät kulje samaan suuntaan. Osa uimareista käyttää croseja tai sukkia ja osa ei käytä mitään, paljain jaloin kahdenkymmenen asteen pakkasessa, hrrr... minus-ta aika hurjaa.

Moni on ottanut käyttöön **neopreenihanskat**, mitkä auttavat uudessa työntämään jäälohkareita syrjään ja rappusten kai-teista kiinnipitäminen helpottuu, kun ei tarvitse varoa terävää jäätä. Tottahan hanskat hetken pitävät myös kädet lämpimämpiä. Neopreenihanskoja saa myös marketeista ja urheilukaupoista,

pienempiä kokoja voi olla vaikeampi löytää. Itse löysin hyvät hanskat seitsemän vuotta sitten sukelluskaupasta, hyvin ovat kestäneet kovaa kulutusta.

Osa uimareista on pipon käyttäjiä osa ei. **Päähine** tasaa lämpötilan vaihtelua. Avantouintikilpailuissa päähine on pakollinen. Vuosien varrella on tullut nähtyä monenlaisia mielenkiintoisia päähineitä.

Monella on mukana **juomapullo**. Pullon pitäisi olla rikkoutumattomasta materiaalista. Toiset pitävät vedestä toiset teestä tai mehusta. Hieno lisävaruste saunassamme on juomapisti. Nestetasapainosta huolehtiminen on tärkeä asia. Nestetasapainon säätelykin on jokaisella vähän erilainen ja on hyvä kuunnella omaa kehoaan.

Osa uimareista haluaa seurata tarkemmin ajan kulkua ja heillä on vesitiiviikello. Joillain on kello, mikä mittaa samalla myös veden lämpötilaa.

Uimisen, saunomisen ja suihkun jälkeen tarvitaan tietysti **pyyhe** ja pieni jalkapyyhe on hyvä lisävaruste.

Talviuimarin jälkeen moni uimari pukeutuu vaatteisiin, mitkä ovat **lämmintä** villaa tai fleecettä.

Ja kuitenkin... talviuinti ei ole välineurheilua vaan todellista urheilua.

Maija Törmä



Tässä osa yhden harrastajan varusteista.

Talviuimarin varusteet osa 2

Jo 50-luvulla (ennen nootikkriisiä, jäähalleja ja keinokuituja) aloitti talviuimarin meille monelle tuttu, legendaarinen **Eeli Kaunela**. Avantoon pyrähdyksiä hänelle on kertynyt tuhansia, kaikissa keleissä ja aika monenlaisessa seurassa. Mitkä ovatkaan tämän **kokeneen** talviuimarin varusteet?

Havainnoikaa!

Ellette tunnista miestä lauteilta

tai laiturilta, niin kysytään häneltä itseltään.

Mitä Eeli pakkaat siniseen talviuintikassiisi, kun lähdet pyörällä saunalle?

”No, ei siinä muuta tarte kuin uimahousut ja hantuukia pyyhkimiseen pukuhuoneessa. Niillä on pärjätty täällä Ispoisissa liki 60 vuotta”

Risto Hevonoja

New Year's Dive

In the Netherlands we have a tradition to take a new year's dive in the sea on the first of January. However, this is for the real dare devils!! We had never done this.

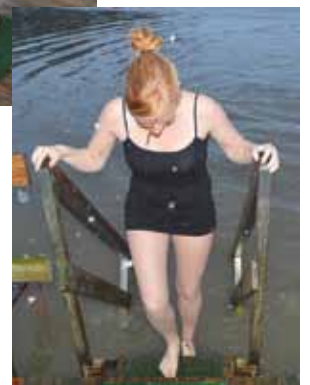
But then our Finnish friend brought us to the sauna and told us that we were going to swim in the ice cold water while it was freezing outside. We must admit that we were a little scared when we heard about her plan. We went straight from the dressing room into the water and (a little scream might have popped out) from there we went into the sauna, which

had a nice atmosphere. For us the sauna is something that is typically Finnish and we enjoyed being part of this tradition. It was nice to see the Finnish people coming together and talking while enjoying the sauna.

Afterwards we felt so clean and relaxed and we almost felt reborn. It was an amazing experience which we recommend to everyone coming to Finland!

We will definitely do it again when we come back to Finland.

Cheers Elke and Emily



Uintipäiväkirjat kertovat

Ihmismuisti on lyhyt ja ns. miesmuisti vielä lyhyempi. Kukapa esimerkiksi muistaa, milloin jäät lähtivät viime keväänä? Harvempi luulisin. Jos aikoo säilyttää muistot myöhempiäkin aikoja varten, on ne viisainta tallettaa paperille tai sitten käyttää jotakin muuta dokumentaatiomenetelmää.

Tällaiseen tulokseen tulimme mainion uintikaverini Maijan kanssa, kun syksyllä 2009 aloimme merkitä jokaisen uintikerran jälkeen sekä veden että ilman lämpötilan, uimamme matkat ja lisäksi lähes joka kerran jonkin hauskan ja muistia kutkuttavan tapahtuman saunalta tai uimataipaleelta.

Lämpötilaerot jopa yli 50 astetta

Lämpötila on verraten eksakti tieto merkittäväksi ja lukemien seuraaminen vuosi vuodelta on mielenkiintoista. Vuodet eivät todellakaan ole veljeksiä, kuten sanotaan. Joinakin talvina avanto muodostuu vasta pitkälti tammikuun puolella ja joskus jo marraskuun lopulla. Jäiden lähdön kanssa sama vaihtelevuus on myös havaittavissa puhumattakaan ilman lämpötiloista. Pääsääntöisesti kuitenkin kesät ovat olleet talvia selvästi lämpimämpiä – toistaiseksi, tiedä sitten tulevaisuudessa.

Ei ole siis liene yllätys, että kirjaamiemme pakkasten kirein lukema on mitattu talvella eli vastikään 18. tammikuuta 2013. Pakkasta oli 21 astetta. Lämpimintä on ollut vuoden 2011 kesällä, jolloin 10.7. mittasimme korkeimman veden lämpötilan eli 26 astetta ilman lämpötila oli silloin 27 astetta. Kuumin ilman lämpötila on merkitty 2.7.2010, jolloin elohopea kipusi 30 asteeseen. Kuumimman ja kylmimmän ilman lämpötilan ero on siis huikkeitä 51 astetta.

Vesihän on nolla-asteista pinnassa aina, kun meri on jäässä, joten avantoaikaan mittausta ei tarvitse edes suorittaa.

Avanto ja jäiden lähtö

Itse avanto on harrastuksemme keskiössä. Mittausaikamme varhaisin avannonmuodostus on tapahtunut 27. marraskuuta vuonna 2010 ja myöhäisin vasta tammikuun puolella eli 8.1. Tämä tapahtui viime vuonna.

Jäiden lähtö on seuraaminamme 3 keväänä tapahtunut melkoisen samoihin aikoihin. Varhaisin ajankohta on 29. maaliskuuta vuonna 2010 ja myöhäisin 17. huhtikuuta 2011.

Kutumattomia uintikavereita

Avannossa on joskus ahdasta, kun se on pakkasissa kutistunut pieneksi ja uijia on paljon. Tilanetta pahentaa vielä ajoittain lukuisakin sorsaparvi ja pari kertaa on näkynyt isokoskelokin keväisellä muuttomatallaan. Maininta siitä on 8. maaliskuuta 2010. Lintujen lisäksi jaamme uintivedet kalojen kanssa. Maija on pyydystänyt niitä useitakin ja maininta 2 kalan saaliista on 27. huhtikuuta 2011 ja jo aiemmin tämän julkaisun sivuille kuvauksena päätynyt iso tiura 25. huhtikuuta 2012.

Liikunta- ja muita esityksiä

Monet hauskat ja vähemmän hauskatkin muistot palaavat mieleen päiväkirjaa selaillessa. 18. joulukuuta 2009 on maininta, että Antilla oli saunassa vihta! Muistan kyllä hyvin tuon erikoisvihtan. Saunalla voi myös harrastaa liikuntaa, siitä antoi näytteen



Linnut löytävät avannolle, vaikka ruokaa olekaan tarjolla.

Jussi 23. huhtikuuta 2010, jolloin hän zumbasi saunalla näyttävästi. Usein seuraamme pelonsekaisin tuntein heikolla jäällä kulkijoita. Tästä on esimerkkinä 8. huhtikuuta 2011 bongaamamme pilkkijä, jäähän lähtivät vain 9 päivää tuon tapauksen jälkeen. Mittavimmat aploidit ovat keränneet Sirpa 19. huhtikuuta 2012 saavutetun SM-kullan vuoksi ja ennen jouluja esitetyt mahtavat tiernapoikaesitykset. Voisin luotella kymmeniä vastaavanlaisia tapahtumia, joista ehkäpä kirjoitan Teille joskus lisää.

Jokainen voi omalta kohdaltaan päätellä, alkaako oman uintipäiväkirjan pidon, minun mielestäni se on ollut hyvä päätös. Niin ja, jos jotakuta kiinnostaa, se viime kevään jäidenlähtö tapahtui muuten 31. maaliskuuta.

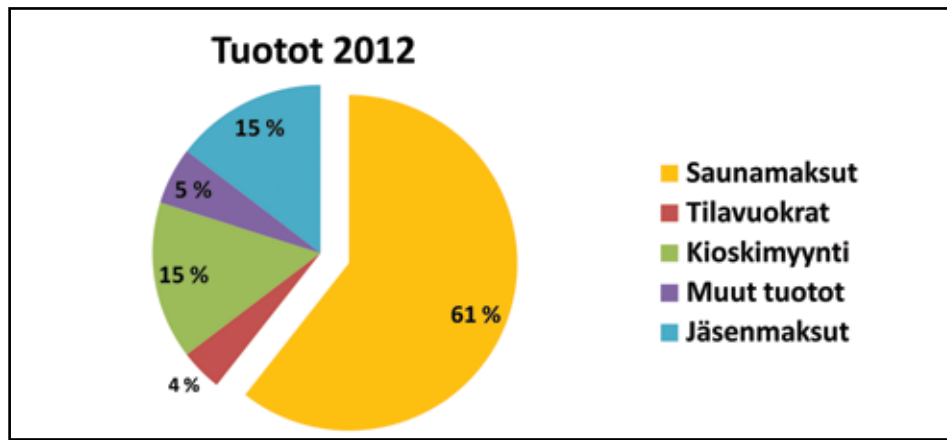
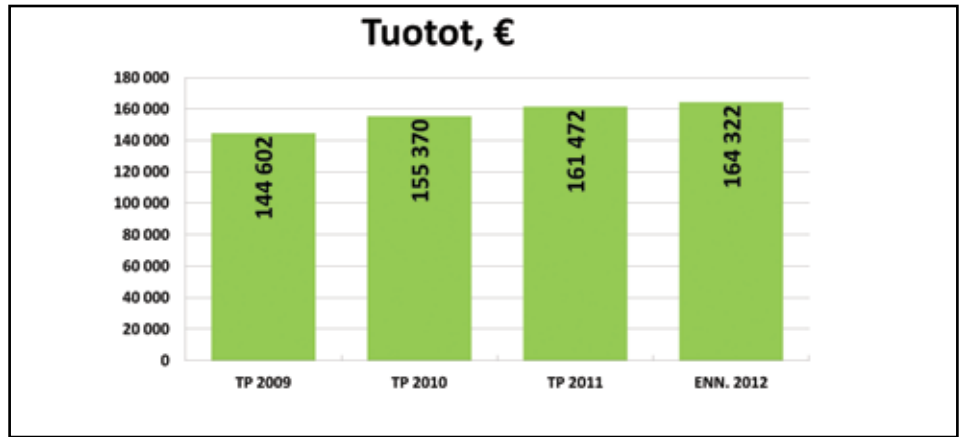
Kaj Haapasalo



Irene ja Kalevi odottelemassa uintiseuraa.

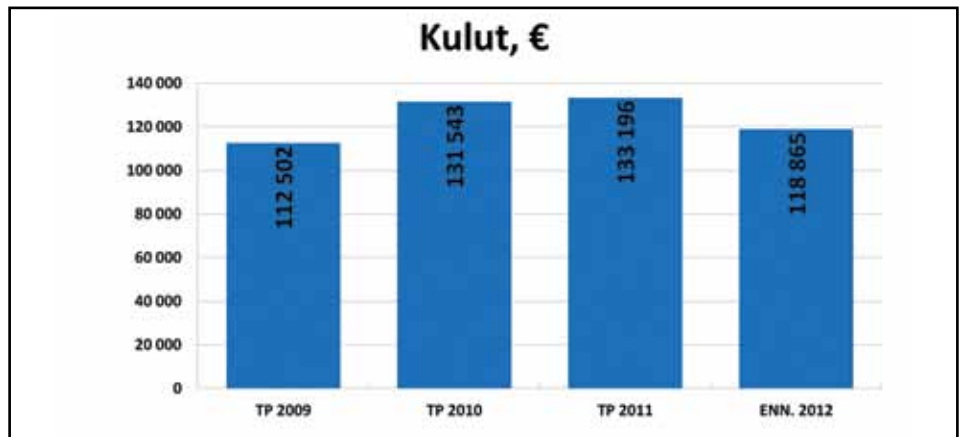
Talous kunnossa myös vuonna 2012

Kävijämäärä on ollut edelleenkin kasvussa myös vuonna 2012. Tuloissa päästiin talousarvion mukaisiin tuottoihin, vaikkakin kesän huono sää alensi kioskin myyntiä peräti 10.000 euroa vuoteen 2011 verrattuna. Toisaalta kasvanut kävijämäärä toi lisää sauna- ja uintimaksuja noin 11.000 euroa. Tuottoja kertyi vuonna 2012 yhteensä noin 164 000 euroa.



Toiminnan kuluja kirjattiin vuonna 2012 yhteensä noin 119.000 euroa, josta suurimpana eränä henkilöstökulut 43.000 euroa. Yhdistyksellämme on yksi vakinnainen työntekijä ja yksi osa-aikainen työntekijä. Toimitilakuluja kertyi noin 35.000 euroa, tästä sähkö, vesi ja lämmityskuluja oli 18.000 euroa. Korjaus- ja kaluston pienhankinta kuluja kertyi yhteensä 11.200 euroa ja muita kuluja 5.600 euroa. Korjauksissa suurimpana eränä on saunan ikkunoiden vaihto noin 3.700 euroa. Kahvion aine- ja tarvikkeisiin käytettiin 11.900 euroa. Poisto-

ja korkokuluja kirjattiin yhteensä noin 15.500 euroa ja muita kuluja 13.000 euroa. Muut kulut sisältävät hallintokuluja, uintikilpailumatkoja ja virkistystoiminnan, joka sisältää mm. pikkujouluja, talkoolaisten tapahtumat ja illanvietot. Tuloveroa vuodelta 2012 tulee maksettavaksi noin 11.000 euroa. Varsinaisten toiminnan kulujen lisäksi lyhennettiin lainaa suunnitelman mukaisesti 19.516 euroa. Ylimääräisiä lainanlyhennyksiä ei tehty tilikauden aikana, vaan varoja säästettiin vuonna 2013 tehtävään energiansäästöinvestointiin, jolla



vähennetään aluksi ainakin polttoöljyn kulutusta.

Maalämpö mahdollistaa jatkossa myös jäädytyksen kioskin tiloihin lämmittämään kesäaikaan ja ehkäpä myös laiturin elementtien sulana pitämisen talvisin. Taloudellinen tilanne on hyvä. Meillä on loistava mahdollisuus panostaa toimintamme monipuolisuuteen, toimitilojemme kuntoon ja siisteyteen ja sitä kautta meidän kaikkien hyvinvointiin tämän harrastuksemme parissa.

Terttu Mäkinen

Jäsenyyden merkitys muuttunut?

Suomea on usein kutsuttu yhdistysten luvatuksi maaksi, ja tämä on varmasti ollut tilanne mutta onko asia enää näin? Hyvin monessa yhdistyksessä keskustellaan tänään siitä että nuoriso ei enää löydä yhdistystä, ei ole aikaa eikä motiivia tarpeeksi liittyä jäseneksi.

Mikä on sitten tilanne meidän yhdistyksessämme, Turun Avantouimarit ry:ssä?

Toiminnassamme ei ole ainakaan laantumisen merkkejä, päinvastoin kävijämäärät ovat kasvaneet vuosi vuodelta. Vierailijoiden ja erityisesti nuorison osuus on lisääntynyt valtavasti lähivuosien aikana.

Kuinka on sitten käynyt jäsenmäärän kanssa? Jäsenmäärä on 2000-luvun puolesta välistä pienentynyt huippuvuodesta 2004 (1346 jäsentä) oleellisesti ja miksi? Jotta saisi oikean kuvan muutoksesta on analysoitava kehitystä syvemmin.

Jäsenmäärän "kasvukupla"

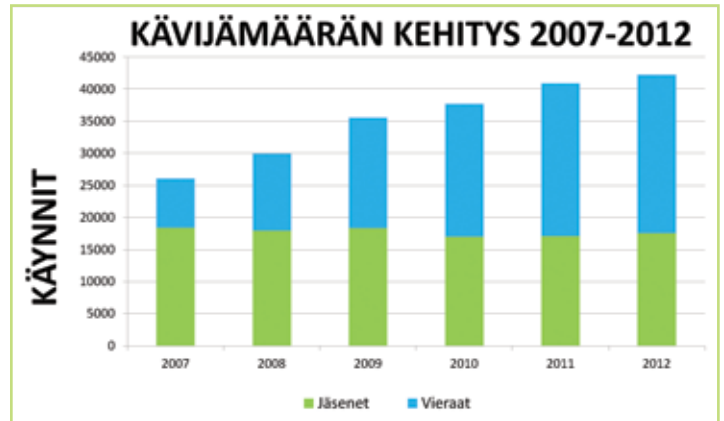
Koko 1990-luvun ajan yhdistyksen jäsenmäärä kasvoi voimakkaasti. Uusia jäsenhakemuksia tuli 200-250 vuodessa. Tämä jatkui vielä vuoteen 2004 saakka ja muodosti osittain oikean "kasvukuplan". Tilanne vuonna 2004 oli ja oli ollut kauan ennen sitä jäsenten osalta niin että maksa-

mattomia jäsenmaksuja annettiin anteeksi 2-3 vuotta ennen kuin jäsen poistettiin luettelosta. Tämä johti siihen että vuonna 2004 meillä oli 370 "vapaamatkustajaa". Tiukentamalla tulkin-taa poistettiin vuonna 2005 jo noin 270 jäsentä ja n.100 saivat armoaikaa seuraavalle vuodelle. Tämän jäseniivouksen jälkeen oli pari välivuotta, jolloin elettiin evakossa pikkusaunassa, uutta saunaa rakennettiin ja uusia jäseniä tuli hyvin vähän lisää.

Liittymismaksu ja seuranta

Uuden saunan valmistuttua vuosikokouksemme päätti, että jäsenmaksun lisäksi uuden jäsenen on maksettava liittymismaksu, silloin 100 euroa, nykyisin 70 euroa. Tästä päätöksestä seurasi, että jäsenanomusta harkittiin tarkemmin, turhaan tulleet anomukset (noin 100 vuodessa) jäivät pois ja hakemuksista seurasi todella jäsenyys.

Aika pian sen jälkeen tiukennettiin myös maksuseurantaa ja



poistettiin joka vuosi edellisen vuoden maksamattomat jäsenet luettelosta. Nykyisen käytännön mukaan jäsenmaksu on maksettava helmikuun loppuun mennessä, muuten putoaa pois luettelosta. Tämä on johtanut siihen että noin 50-60 jäsentä on poistettu ja uusia on tullut 30-50 vuodessa, jonkun verran vähennystä siis joka vuosi tähän mennessä. Nykykäytäntö on ainakin jäsenkirjurin kannalta ihanteellinen. Ei enää satoja jäsenhakemuksia, joista ei tullutkaan jäseniä.

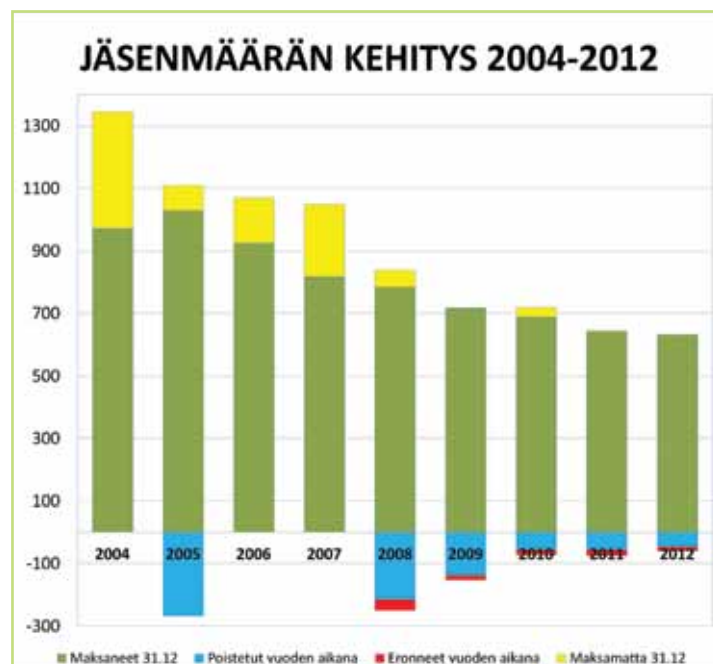
Jäsentilaston tarkastelu

Voidaanko sitten nähdä jotain erikoista maksamattomista, jotka poistettiin? Suhde miesten ja naisten välillä on joka vuosi ollut aika tasan 30%-70%. Ikäkauma on myös pysynyt samana joka vuosi niin että kaikki ikäryhmät pysyvät edustettuina. Jos taas tarkastelee maksamatta jättäneiden jäsenikää, havaitaan että "ei aloittanutkaan"-ryhmä hävisi lähes kokonaan, kun liittymismaksu otettiin käyttöön.

Jäsenyyden kesto on pidentynyt, ja tavallisin maksamattomien jäsenikä on nykyään 6-19 vuotta. Tulkin-ta tästä voisi olla että nykyisin ei lähdetä yhdistyksestä kovin äkkiä, jos siihen kerran on liittytty. Poisjääneet ovat pikemminkin "vanhempia konkareita", joilla on omat syynsä lopettaa uiminen.

Yllä olevan perusteella voi ehkä todeta että nykyiset uudet jäsenet todella sitoutuvat toimintaan ja haluavat jäädä jäseniksi pidemmäksi ajaksi, mutta kynnyksellä liittyä jäseneksi on tietysti korkeampi kuin aikaisemmin. Yksi syy jäsenyysharkintaan on liikuntaselien käyttöönotto, koska niillä voi maksaa vain uintimaksuja, ei liittymis- ja jäsenmaksuja. Nyt kuitenkin näyttää siltä että on löydetty tasapaino lähtevien ja tulevien jäsenten välillä, ja jäsenmäärä on pysynyt 600 ja 700 välillä. Tämä on meille todella tärkeää koska koko toimintamme pyörii hyvin pitkälle jäsen-temme vapaaehtoisvoimin!

Jäsenasiain hoitaja
Göran Wikstedt



Ota yhteyttä, tässä sähköpostiosoitteet:

puheenjohtaja@turunavantouimarit.fi
sihteeri@turunavantouimarit.fi
jasenasiat@turunavantouimarit.fi
huolto@turunavantouimarit.fi
markkinointi@turunavantouimarit.fi
kylmaaki@turunavantouimarit.fi
taloudenhoitaja@turunavantouimarit.fi
kilpailut@turunavantouimarit.fi

Hyvä Turun Avantouimarit ry:n jäsen, jäsenmaksun aika on 28.2.2013

Viime vuonna aloitettuun ja onnistuneeseen tapaan jäsenmaksun maksaminen tapatuu suoraan pankkitilille alla olevalla ohjeistuksella.

Jäsenmaksu on tänä vuonna 35 € ja nuorisojäsenillä (alle 16 vuotta) maksu on 17,50 €. Mikäli olet kylmäuimari, kylmäuintimaksu on 50 € eli yhteensä jäsenmaksun kanssa 85 €. Kunnia- ja vapaajäsenet (= yli 30 vuotta uineet) eivät maksa jäsenmaksua.

Maksu(t) on maksettava yhdessä erässä. Maksun eräpäivä on 28.2.2013. Jos maksat useimman henkilön jäsenmaksuja, on jokaisesta tehtävä **oma tilisiirto viitenumeroineen**.

VIITENUMERO = JÄSENUMEROSI.

Numeron löydät sivun yläosasta nimi ja osoitekenttien vierestä ja numerosarja on 4 tai 5 numeroa pitkä. Viitenumero on tärkeä, koska ilma sitä emme pysty kohdentamaan suoritus-tasi oikein.

Jos sinulla on kysyttävää, niin lähetä viesti jasenasiat@turunavantouimarit.fi tai kysy kioskilta.

Jäsenrekisteri

Jos jäsenmaksua ei makseta eräpäivään mennessä, poistamme sinut automaattisesti jäsenrekisteristä ja menetät jäsenoikeutesi ja -edut, kuten edullisemmat saunamaksut. Joudut myös maksamaan liittymismaksun 70 €, jos haluat myöhemmin liittyä uudelleen jäseneksi.

Harrastemerkit

10, 20 ja 30 vuotta jäsenenä olleita muistetaan kevään vuosikokouksessa antamalla Turun Avantouimarit ry:n harrastemerkki.

Luettelo merkin saajista on nähtävillä kioskillä



Saajan tilinumero Mottagarens kontonummer	TOP 571345-460901	IBAN FI41 5713 4540 0609 01	BIC OKOYFIHH
Saaja Mottagare	Turun Avantouimarit ry	2013 Jäsenmaksu 35,00 € -alle 17 vuotiaat 17,50 € Kylmäuinti 50.00 €	
Maksaja Betalar			
Allekirjoitus Underskrift		Viitenro Ref.nr	=Jäsen- numerosi
Tililtä nro Från konto nr	-	Eräpäivä Förf.dag	28.2.2013 EUR

PANKKI
BANKEN