

# Suksille syntynyt



## ■ Niina Virtanen viihtyy niin ladulla kuin laboratoriossa. Maastohiittäjä opiskelee kemiantekniikkaa ja tähtää urheilu-uran jälkeen metsäteollisuuteen.

### Päivi Ikonen

Mitä tulee tytöstä, joka syntyy Salpausselän rinteillä Lahdessa ja jonka töppösiin kiinnitetään sukset heti, kun taapero on ottanut ensimmäiset horjuvat askeleensa?

”Hiihtäjähän minusta tietysti tuli”.

**Niina Virtanen**, 24, nauraa.

Hyväntuulinen nuori nainen on juuri sivakoinut kilpaa maratonin verran, mutta rasitus ei näytä tuntuvan missään.

”Kauden päättäimeni oli Finlandia-hiihdossa. Kun se meni näin hyvin, sain paljon lisää intoa ja uskoa tulevaisuuteen”, urheilija säteilee.

Keli oli Virtasella mieluinen, pikkupakkana sujuu suksen juuri sopivaan luistoon. Kun kilpailijoita loppumatkasta saatteli vielä aurinko, hän tempaisi perinteisen tyylin reitin ennätysajassa kaksi tuntia, 18 minuuttia ja 1,8 sekuntia.

Lahden lähimaastoissa kiertelevä latu oli tänä vuonna huonon lumitilanteen takia hieman vajaamittainen,

”vain” noin 42 kilometriä. Täysimitaisen 50 kilometrin lenkin Virtanen olisi saavuttanut arvionsa mukaan kahdessa ja puolessa tunnissa.

Hiihtomaratoniin kirkkaimman mitalin vei konkari, moninkertainen arvokisamitalisti **Riitta-Liisa Roponen**. Virtanen jäi niukasti palkintopallin ulkopuolelle, mutta neljäs sija ei harmita yhtään. Pääasia on oma tunne nappisuorituksesta ja siitä, että koneesta lähti irti kaikki, mikä sieltä oli otettavissa.

### Teekkariksi Lappeenrantaan

Vielä parikymmentä vuotta sitten pikku-Niina hiihteli lasten tapaamaan omaksi ilokseen, vaikka lähtikin Lahden Hiihtoseuran juniorien harjoituksiin heti, kun kynnelle kykeni. Kahdeksanvuotiaana käyty ensimmäinen kilpailu oli sekin lähinnä hauskanpitoa.

12-vuotiaana kaikki muuttui. Esi-teinissä leimahti kova kilpailuvietti, joka ei ole sen jälkeen sammunut.

Iso merkitys oli perhetaustalla, ellei suorastaan geeniperimällä.

”Isä **Pentti** hiihti kilpaa, äiti **Maija-Leena** hiihti kilpaa, isosisko **Noora** hiihti kilpaa. Eihän siinä oikein muuta voinut kuin liittyä jonon jatkoksi.”

Vaikka urheilusta tuli elämään uusi keskipiste, koulunkäyntikin sujui mainiosti. Alaluokkien jälkeen opin tie jatkui ensin liikuntapainotteiseen yläkouluun ja sen jälkeen Salpausselän urheilulukioon.

Virtanen päätti heti alkajaisiksi

käyttää lukion suorittamiseen kolmen sijaan neljä vuotta. Näin lukujärjestys jätti riittävästi tilaa myös harjoittelulle.

Kovin paljon muuta ei vuorokauden 24 tuntiin mahtunut.

”Tanssia olen vähän harrastanut mutta en oikeastaan muuta. Hiihto imaisi mukaansa niin vahvasti.”

Mistä aineksista syntyy hyvä hiihtäjä?

”No, kaiken pohjana on totta kai lahjakkuus. Tämä on kestävyyslaji, joten tärkeää on myös kyetä väsymäänkin rutistamaan viimeiseen asti. Sitten tulee hyvä tekniikka, joka helpottaa sitä rutistamista.”

Koulussa Virtasella oli kaksi suosikkia-ainetta, matematiikka ja kemia. Kun vielä tekniikka kiehtoi nuorta naista, teknillinen yliopisto oli selvä valinta. Mieluisa opiskelupaikka löytyi Lappeenrannasta.

Kaupunki on Virtasesta sopivan kokoinen, kampusalue tiivis ja kodikas ja kaikki palvelut lähellä. Pienessä opinahjossa on helppo ottaa kursseja eri koulutusohjelmista, ja opiskelijat tuntevat hyvin toisensa ja opettajansa.

Tärkeintä kuitenkin oli, että Lappeenrannan ympäristössä on mainiot harjoitusmaastot. Saimaan rantamaisemat tarjoavat hienon visuaalisen bonuksen.

”Ainoa puute ovat ylämäet. Käyn yhä harjoittelemassa paljon myös Lahdessa, jossa kovia nousuja riittää.”

Keväällä 2011 valkolakin saaneesta Virtasesta tuli Lappeenrannan teknillisen yliopiston fuksi heti seuraavana syksynä.

» » »

**Niina Virtanen on hiihtänyt kauemmin kuin muistaa. ”Urheilu on opettanut sisua ja pitkäjänteisyyttä, joista on suurta hyötyä myös opiskelussa.”**

### Niina Virtanen

- Syntynyt Lahdessa vuonna 1991.
- Ylioppilas Salpausselän urheilulukiossa 2011. Opiskelee kemiantekniikkaa Lappeenrannan teknillisessä yliopistossa.
- Maastohiittäjä, seura Lappeen Riento. Nuorten SM-pronssia 2014. Finlandia-hiihdon 4. sija 2016.
- Harrastaa valokuvausta ja käsitöitä.



Aleksi Taiponen



Aleksi Taipainen

**Valmistava harjoitus ennen Finlandia-hiihtoa. ”Kevyt, lyhyitä rytmivaihdoksia sisältänyt hiihto loi lihaksistoon ja mieleen hyvän fiiliksen ennen kisaa”, Niina Virtanen kuvailee.**

► ► ►

Urheilija hyökkäsi opintojen kimp-puun samalla tarmolla kuin kilpa-laduille. Kemiantekniikka on oppiai-neena vastannut Virtasen odotuksia, ja eteen on tullut kiinnostavia opinto-kokonaisuuksia.

Kemian alan parhaita puolia on sen käytännönläheisyys.

”Esimerkiksi labratöitä on aina kiva tehdä. Viihdyn varsinkin ryhmätöissä. Yksilöurheilijana olen tottunut puur-tamaan yksin, joten sen vastapainoksi nautin koulussa yhdessä tekemisestä ja siitä, että voidaan opiskelukaveri-den kanssa tukeutua toistemme vah-vuuksiin.”

Oman alansa ihmisiin Virtanen on päässyt tutustumaan myös Kaakkois-Suomen Kemistiseuran toiminnassa.

### Suvel sellunkeittäjänä

Määrätietoinen urheilija on aikatau-luttanut myös akateemiset opintonsa. Tavoitteena on hankkia diplomi-insi-nöörin paperit seitsemässä vuodessa.

Keskimääräistä hiukan rauhalli-sempi opiskelutahti varmistaa, ettei harjoitteluohjelmasta ja kilpailemi-sesta tarvitse tinkiä.

”Myös luennoitsijat ja professorit ovat olleet niin joustavia, että urheilun ja opiskelun limittäminen on sujunut mutkattomasti”, tekkari kiittelee.

Joku voisi luulla hiihtäjän lepäile-vän kesät laakereillaan, mutta toisin on.

”Silloin sitä vasta treenataankin”, Virtanen naurahtaa.

Kestävyyssopjaa hiihtäjä rakentaa monipuolisella lajivalikoimalla, kuten uinnilla, juoksulla ja kuntosaliharjoi-tuksilla.

Suosikkiharjoitteita Virtasella on monia. Joskus on ihanaa polkea pitkiä, rauhallisia pyörälentkejä heinä-kuun auringossa, toisinaan antoisaa ampaista sauvojen kanssa ylös jyrkkää laskettelurinnettä, kunnes jalat eivät enää tahdo kantaa.

”Sauvarinneharjoittelussa pääsee kiusaamaan itseään ihan kunnolla”, hymyilee ”vähän masokistiksi” tun-nustautuva hiihtäjä.

Suomi on – muutenkin kuin irvi-leukojen mukaan – maa, jossa voi juhannuksenakin harrastaa hiihtoa. Luonnonlumiä säilötään eri keinoin kestävästi kevästä seuraavaan syksyyn. Lappeenrannassa uuden kau-den ensimmäinen latu tehdään jää-hallin hileestä.

Lisäksi eri puolille maata on raken-nettu yhteensä kuusi hiihtoputkea, joissa voi suihkia ympäri vuoden joko luonnonlumella tai tekolumella.

Syksyn lajiharjoitukset Virtanen aloittaa parin kilometrin mittai-silla ensiladuilla, jotka tavallisim-min vedetään säilölumelle. Yhden ja saman lenkin tahkoaminen ei puu-duta, kun motivaatio on korkealla.

”Etelä-Suomen lumiolot ovat, mitä ovat. Alkupalvesta on pakko kiertää sitä samaa rinkiä. Mutta en anna sen

haitata, jätän vain aivot ladun ulko-puolelle ja annan mennä”, Virtanen virnistää.

Kun kilpailukausi marraskuun alussa käynnistyy, arkiharjoittelu hie-man kevenee. Loppuviikosta treenit tehostuvat ja terävöityvät, sillä vii-ikonlopun kisoissa testataan, millaista hedelmää puurtaminen on kantanut.

Vuodesta 2013 lähtien Lappeen Rientoa edustanut Virtanen pitää vahvempana tyylinään perinteistä, mutta hänen tavoitteenaan on hioa vapaa tyyli yhtä sujuvaksi. Matkoissa hänen on pitänyt tehdä valintoja.

”Sprintti on minulle vaikea laji, en oikein tahdo keretä mukaan. Mutta kaikki viiden ja viidenkymmenen kilometrin välillä sopii.”

Marraskuusta huhtikuuhun Virta-nen kilpailee lähes jokaisena viikon-loppuna, joten lauantait ja sunnuntait menevät matkustaessa ja kisatessa. Maanantaiaamuisin hiihtäjistä kuo-riutuu jälleen tekniikan ylioppilas, kohta tekniikan kandidaatti.

”Kandityö membraanisudatti-mista on jo tehtynä. Tenttejä puuttuu vielä pari, mutta ne aion hoitaa pois toukokuussa.”

Sen jälkeen on aika tehdä seuraava muodonmuutos kesäduunariksi.

Insinööriopiskelija pääsee jälleen sellunkeittäjäksi Metsä Fibren Jout-senon-tehtaaseen. Kolmivuorotyö on urheilun kannalta pelkkä plussa.

”Vuorotyö antaa parhaat mahdolli-suudet harjoitteluun. Pitää vain laatia

harjoituksiin oikea rytmitys.”

Kesätyöt ovat olleet Virtaselle hiihdon ja opiskelun tärkein rahoituskeino 14-vuotiaasta asti.

”Olen ollut arkistoja siivoamassa, toimistoapulaisena, trukkipuskina, maustetehtaan pakkaajana”, hän luettelee kesäduunejaan.

Kiinnostavan erilainen tehtävä on Lappeenrannan kaupungin PR-lähettilään virka, johon Virtanen valittiin pari vuotta sitten yhdessä neljän muun lähettilään kanssa.

”Sain paikan, vaikka en ole syntyperäinen lappeenrantalainen. Mutta olen viihtynyt niin hyvin, että kaupunki tuntuu ihan omalta”, sanoo Virtanen, jonka kotiutuminen Etelä-Karjalaan on helppo havaita myös puheenparresta. Satunnaiset *miet* ja *siet* rytmittävät muutoin lahtelaista nuottia.

Alun pienen kulttuurisokin jälkeen ”juro hämäläinen” lähettiläs kertoo sopeutuneensa erinomaisesti joukkoon, jossa vaikenemista ei pidetä hyveenä.

”Karjalaiset ovat todella avointa ja puheliasta väkeä hämäläisiin verrattuna. Vilkkkaus ja iloisuus tarttuu väkisin.”

### Tavoitteet korkealla

Tentit ja kesätyöt saavat vielä kotivan odottaa, sillä ennen niitä edessä ovat talven viimeiset koitokset, huhtikuussa järjestettävät SM-hiihdot. Kauden päättää perinteisen tyylin kolmekymppinen Rukalla.

Kisoihin Virtanen valmistautuu tutun valmentajan johdolla. Tyttärellä on luja luotto Pentti-isän kokemukseen ja osaamiseen.

”Isä on ollut valmentajani ja huoltajani koko ikäni. En osaisi muuta kuvitellaakaan”, hiihtäjä hymyilee.

Apujoukkoina kisoja kiertää myös äiti, joten kisaviikonloput ovat samalla perheviikonloppuja.

”Eipä tarvitse erikseen miettiä, milloin ehtisi vanhempia tapamaan. Melko tiiviisti vietetään aikaa yhdessä.”

Perheriitoja ei ainakaan toistaiseksi ole saatu aikaan eikä hiihtovälineitä viskattu jorppakoon, vaikka joskus menisi huonomminkin.

”Sattuuhan sitä, että esimerkiksi sukset eivät pelaa. Mutta sitten täytyy vain analysoida tarkkaan, mikä meni

voitelussa pieleen ja kuinka virheet voidaan seuraavalla kerralla välttää.”

Toistaiseksi naisen palkintokaapissa kiiltelee mitaleita, jotka ovat peräisin Koululiikuntaliiton ja nuorten SM-kisoista. Aikuisten sarjassa mitalitili ei ole vielä auennut, ja tavoitteetkin ovat hieman tasaantuneet.

”Tähtäin on yhä korkealla. Tahdon ehdottomasti mennä niin pitkälle kuin rahkeet vain riittävät. Mutta ajan myötä on tullut mukaan realismia. Tiedän, että kaikki haaveet eivät välttämättä toteudu.”

Urheilijan identiteetin rinnalle on kasvanut viime vuosina vahva tekniikan osaajan ja tulevan ammattilaisen identiteetti.

”Ammatin saaminen tuo turvaa ja antaa pohjan elämälle myös sen jäl-

keen, kun urheilu-ura joskus päättyy.”

Hiihtäjä Virtanen näkee itsensä vielä kymmenen vuoden kuluttua ”ilman muuta” ladulla. Ei enää välttämättä kilpailijana mutta vähintään aktiivisena harrastajana ja hiihdon seuratoiminnassa.

”Ehkä kuskaan silloin jo lapsiani hiihtoharjoituksiin, saa nähdä.”

Diplomi-insinööri Virtanen taas toivoo tuolloin olevansa vakaasti työelämässä. Millaisessa tehtävässä, on vielä avoinna, mutta juuri nyt perinteinen raskas teollisuus kiehtoisi entisen.

”Sellu- ja muukin metsäteollisuus ovat niin vahvassa nosteessa ja niin hieno osa Suomen historiaa, että siihen olisi upeaa päästä itsekin mukaan.” □



Tommi Johansson

Opiskelu kemiantekniikan diplomi-insinööriksi tuo vastapainoa urheilu-uralle. ”Saan siitä sekä toisenlaista haastetta että ammatin.”