



HEINOLAN ISKU ry

Hiihto, paini, uinti, yleisurheilu

TOIMINTAKERTOMUS 2020

Vuosi 2020 oli Heinolan Iskun 90. toimintavuosi. 90 v. juhlavuodeksi oli suunniteltu ja järjestelyjä aloitettu jokaisessa jaostossa ja pääseurassa useiden juhlavuoden tapahtumien osalta. Tapahtumista pystyttiin toteuttamaan vain osa, hiihtojaoston viestihiihto Raviradalla 1.2. kaupunkipuistojuoksu 22.8. ja yleisurheilun juhlakilpailut 27.8. Helauinnit, VR-painit ja 90 v. pääjuhla syksyllä kesäteatterilla jouduttiin perumaan koronapandemian ja siihen liittyvien rajoitusten vuoksi. Rajoitukset varjostivat myös kevään ja syksyn aikana erityisesti painijaoston ja uintijaoston toimintaa, sillä liikuntatilat olivat suljettuina pitkään sekä keväällä että syksyllä.

Kaupungin museolla toteutettu näyttely ”Urheilua ja hyvinvointia 90 v. Heinolan Isku” pystyttiin kuitenkin toteuttamaan 15.8.-31.12.2020. Näyttelyn kokoajana ja puuhamiehenä toimi Risto Kalermo yhdessä museon henkilökunnan kanssa.

Iskun seniorit eivät myöskään päässeet kokoontumaan 2020 aikana koronapandemian aiheuttamien tiukkojen rajoitusten vuoksi keväällä. Samoin myös jaostojen yhteinen puurojuhla jouduttiin perumaan.

SEURAN HALLINTO

Seuran johtokuntaan kuuluivat seuraavat henkilöt vuonna 2020:

Marja Kiander	Puheenjohtaja
Marko Latvanen	Varapj.
Petter Vilenius	Painijaoston pj.
Kyllike Ladva	Uintijaoston pj.
Kirsi Myllynen	Jäsen
Risto Kalermo	Jäsen
Raili Forsblom	Jäsen
Jukka Saari	Jäsen
Suvi Sormunen	Sihteeri

Johtokunnan kokouksiin ovat lisäksi voineet osallistua ilman äänioikeutta kunniapuheenjohtaja Oili Heikka ja kunniajäsenet Ilpo Pennanen, Hannu Lokko ja Erkki Paakkinen.

Tilitoimisto Heinolan Tili ja Isännöinti hoiti seuran kirjanpidon.

SEURAN KOKOUKSET

Iskun kevätkokous pidettiin 11.6.2020. Kokouksessa hyväksyttiin tilinpäätös ja toimintakertomus vuodelta 2019.

Iskun johtokunnan kokouksia pidettiin vuoden aikana 5 kappaletta.

SEURAN EDUSTAMINEN

Päijät-Hämeen Liikunnan ja Urheilun syyskokouksessa Iskua edusti Oili Heikka. LaSyn edustajana toiminut Jari Putro.

JÄSENMAKSU

Heinolan Iskun jäsenmaksut vuonna 2020 olivat seuraavat:

- Alle 18-vuotiaat 10 euroa
- Yli 18-vuotiaat 20 euroa
- Perhejäsenmaksu 40 euroa
- Kannatusjäsenmaksu 50 euroa
- Ainaisjäsenyys 200 euroa

TOIMINNANTARKASTAJAT

Heinolan Iskun toiminnan tarkastajana jatkoi Tilitoimisto Harjula/Anne-Mari Harjula, varalla Alpo Aronen.

ISKUN PARHAAT URHEILIJAT 2020

Iskun vuoden urheilija	Topias Saari, paini
Iskun paras nuori urheilija	Miska Johansson, yu
Esimerkillinen tyttö	Nea Kuisma, uinti
Esimerkillinen poika	Perttu Silvonen, hiihto, yu, uinti

HEINOLAN KAUPUNGIN PALKITSEMAT ISKULAISET URHEILIJAT 2020

Eri lajien vuoden urheilijat:

Hiihto	Anni Mylläri
Paini	Topias Saari
Uinti	Elias Manskinen
Vuoden valmentaja	Jukka Saari
Tunnustuspalkinto seuratyöstä	Kaisa Rantalainen

Maajoukkue-edustus, SM-mitali ja sitä korkeamman mitalin saavuttaneet urheilijat:

Topias Saari	SM-kulta, paini
Miska Johansson	SM-hopea, kävely, nuorten hallikisat
	SM-pronssi, kävely M16

ISKUN KIEKKO -TUNNUSTUSPALKINNOT 2020

Ei jaettu vuonna 2020

90 V. PÄÄJUHLA

Pääjuhlaa ja näyttelyä varten seuramme sai huomattavan avustuksen Marjatta ja Eino Kollin säätiöltä. Pääjuhlan oli tarkoitus olla ns. kaikille avoin kansanjuhla kesäteatterilla. Vuosikymmenittäin Iskun toimintaa esitettävä näytelmä, sirkus lapsille ja kahvitus WPK-talolla.

90 v. pääjuhlan aikataulua ja suunnittelua jouduttiin juhlatoimikunnan kokoonpanolla pohtimaan moneen kertaan vuoden aikana. Sopivan ajankohdan, paikan, juhlapuhujien, esiintyjien ym. löytämiseksi. Lopulta kuitenkin koronarajoitusten ja yhteisen päätöksen perusteella päädyttiin siirtämään koko juhla vuodelle eteenpäin samalla suunnitelmalla. Juhlanäytelmän käsikirjoittajana on toiminut Heidi Johansson. Näytelmän käsikirjoitus on valmis, mutta nyt näytelmää työstetään uuden aikataulun, harjoitusten ym. osalta esitettäväksi pääjuhlassa kesäteatterilla 21.8.2021.

URHEILUJA JA HYVINVOINTIA 90 V. HEINOLAN ISKU

Heinolan Iskun Urheilua ja Hyvinvointia 90 vuotta näyttely Heinolan Kaupunginmuseolla toteutui aikavälillä 15.8.2020-6.1.2021. Näyttelyn mahdollisti Marjatta ja Eino Kollin säätiön myöntämä apuraha ja Museon myötämielinen suhtautuminen, minkä johdosta näyttelytilaksi saatiin Kaupunginmuseon pääsali. Näyttelyn esineistö kerättiin Iskun omasta arkistosta ja yksityishenkilöiden lainaamista ja/tai lahjoittamista esineistä. Näyttelyn käsikirjoittajana ja esineistön kerääjänä toimi Risto Kalermo. Heinolan kaupungin museon henkilökunta Terhi Pietiläinen, Sirpa Juuti ja Ismo Häkkinen avustivat näytteille panossa. Esineistön lainaaminen alkoi helmikuussa, jolloin kerran viikossa oli vastaanotto Kivalterin talolla. Ennen koronarajoituksia ehdittiin järjestää kolme tilaisuutta. Myöhemmin esineistöä haettiin ihmisten kotoa ja osa toi omiaan kerääjän kotiin. Kesäkuussa päästiin tekemään plansseja eri vuosikymmeniltä. Niiden ulkoasun loihti K-Systemsin Päivi Kaikkonen.

Lokakuussa näyttelyyn saatiin pyörimään myös veljesten Pekka ja Veikko Grenman kuvaamien video- ja kaitafilmiä pohjalta kasattu kooste Iskun yleisurheilusta. Editointityö tehtiin Jyränkölän Media pajalla. Näyttely sai erittäin hienon vastaanoton ja museon väki totesi paikalla käyneen paljon sellaisia ihmisiä, jotka eivät muuten ole museolla vierailleet. Koko näyttelyn idea oli Oili Heikan, joka neuvotteli myös paikan ja rahoituksen. Iso kiitos kuuluu myös esineiden lahjoittajille ja lainaajille, joiden ansiosta näyttely saatiin toteutettua. Liitteenä nimilista esineiden lainaajista / lahjoittajista.

JAOSTOJEN TOIMINTA

Vuoden 2020 lopussa Heinolan Iskussa oli viisi aktiivisesti toimivaa jaostoa; hiihto, paini, uinti ja yleisurheilu sekä kuntojaosto, jonka toiminta on pääosin lentopalloilua.

Jaostojen toiminta ja talous oli vakaalla pohjalla ja siitä kiitos kuuluu kaikille toimijoille ja tukijoille. Heinolan kaupungin seura-avustukset ja erityisesti alle 18-vuotiaille tarjotut ilmaiset liikuntapaikat olivat tärkeitä tukimuotoja.

Jaostojen toimintakertomukset ovat kertomuksen jatkeena.

Heinolan Isku

HIIHTOJAOSTON TOIMINTAKERTOMUS 2020

Vuotta 2020 leimasi lähes täysin lumeton talvi, jonka vuoksi kilpailuistamme pystyimme järjestämään vain yhden Heinola cup:n osakilpailun hiihtäen. Hiihtojaoston Iskun 90 v. juhlatapahtumaksi suunniteltu viestihiihto Raviradalla pystyttiin myös järjestämään kuin ihmeen kaupalla. Mukana viestissä oli 10 innokasta 4-henkistä joukkuetta.

Loppuvuotta maaliskuusta lähtien leimasi korona-aika. Loput kevään tapahtumat jouduttiin perumaan lumenpuutteen ja koronan vuoksi. Kevään kilpailujen palkintojen jako ja hiihtokauden avaus sysksyllä ehdittiin juuri ja juuri pitämään ennen kuin uudet koronarajoitukset marraskuussa alkoivat.

HALLINTO

Hiihtojaoston johtokunnassa ovat toimineet puheenjohtajana Raili Forsblom, Marja Kiander, Tomi Silvonen varapuheenjohtajana, Sinikka Laine sihteerinä, Sari Airaksinen kilpailuihin ilmoittajana, Raili Forsblom rahastonhoitajana. Johtokuntaan kuuluivat lisäksi Päivi Mäkelä ja Jari Mylläri.

TALOUS

Jäsenmaksu oli alle 18 v. 10 € ja yli 18 v. 20 €. Perhemaksu on 40 €.

Vuoden 2020 aikana vaihdettiin pankkitilit Nordeasta Heinolan Osuuspankkiin. Talous vuoden lopussa näyttää ja taseen loppusumma on

HIIHTOHARJOITUSTOIMINTA

Hiihtokoulua pidettiin keskiviikkoisin 15 kertaa. Ohjaajina toimivat Tomi Silvonen, Anni ja Juho Mylläri. Hiihtokoulussa päästiin pitämään mm. jalkalenkkiä syksyllä, 2 jumppaa Latumajalla, 3 kertaa hiihtäen tykkilumiladulla Vierumäellä.

Valmennusryhmässä harjoituksia Tomi Silvosen vetämänä sovittujen aikataulujen puitteissa.

KILPAILUTOIMINTA (yhdessä Kirkonkylän Kisan ja Lusin Lukon kanssa)

Hiihto Cup:

14.1.20	Juosten kaup.urh.puistossa	14 juoksijaa
21.1.20	-"-	13
28.1.20	-"-	16
4.2.20	hiihtäen raviradalla	19 hiihtäjää
1.2.2020	90-vuotisjuhlaviestit raviradalla	10 joukkuetta

MUUT TILAISUUDET

14.11.2020 järjestettiin talven hiihtokauden avaus. Peltosen suksi ja voide-esittely Latumajalla ja talven hiihto-cupin palkintojenjako n. 30 osallistujaa.

TIEDOTUS

Hiihtojaoston nettisivujen osoite on www.iskuhiihto.sporttisaitti.com

Lisäksi ilmoitimme tapahtumistamme ja hiihtokouluista lehti-ilmoituksilla Itä-Hämeessä.

Johtokunta

Heinolan Isku

PAINIJAOSTON TOIMINTAKERTOMUS 1.1.2020–31.12.2020

HALLITUS

Vuonna 2020 hallitus järjestäytyi seuraavasti:

Puheenjohtaja/rahastonhoitaja Petter Vilenius

Varapuheenjohtaja/ Jesse Hannuja

Sihteeri/ Noora Jokinen

Jäsen: Tarja Villa

Jäsen: Hanna Hannula

Jäsen: Jorma Kankaanpää

Jäsen: Jukka Saari

SEURAN KOKOUKSET JA JÄSENISTÖ

Kokoukset

Painijaostolla ei ollut kuluva vuotena kokouksia.

Painijaoston jäsenet

Vuonna 2020 painijaostolla oli 22 painiliiton lisenssipainijaa 4 valmentajaa ja 1 tuomari.

TALOUS

Painijaoston talous on kunnossa ja maksuvalmius hyvä. Toimintaa on rahoitettu painikoulu maksuilla ja VR –turnauksella.

TOIMINTA

Koulutukset, valmennustoiminta ja painileirit

Painijaostolla ei ollut koulutuksia vuoden 2020 aikana. Vaikeutena on löytää vapaaehtoisia seuratoimintaan. Painikoululaisilla oli harjoitukset kerran, väliryhmällä 2 kertaa ja kilparyhmällä 4 kertaa viikossa sekä omatoimiset harjoitukset. Tämän lisäksi viisi poikaa osallistui painileirille

Pajulahdessa 13.-15.11.2020, lisäksi Topias Saari osallistui Kuortaneen ja Helsingin painileireille.

Kilpailut

Kilpailut olivat vuonna 2020 vähissä koronan vuoksi mutta alkuvuonna päästiin kilpailemaan, Suomen ja Viron yhteiset mestaruuskilpailut järjestettiin Porvoossa 18.1.2020.

Suomenmestaruuden voitti miehet vapaapaini 79 kg Heinolan Iskun Topias Saari.

Topias Saari osallistui myös Itävallan Flatz open vapaapaini turnaukseen 29.1-1.2.2020 miehet 79 kg, jossa sijoitus oli neljäs.

Loppiaispaineihin 4.1.2020 Järvenpäässä osallistui neljä poikaa.

Kauko Lehtosen muistopainit Turenki 8.2.2020 osallistui neljä poikaa.

Itä-Suomen aluemestaruuskilpailut 15.1.2020 Kotka Yhdeksän poikaa ja yksi tyttö.

Yhdet jäsentenväliset kilpailut päästiin järjestämään alkuvuonna.

TIEDOTTAMINEN

Ulkoinen tiedottaminen

Painijaosto tiedotti menestyksistään vuodenaikana tekemällä uutisen lähes kaikista kilpailumatkoista paikalliseen Itä-Häme –lehteen. Ilmoitimme myös painikoulun alkamisesta lokakuussa paikallislehdessä. Lehdissä ilmestyneet jutut löytyvät myös painijaoston kotisivuilta.

Sisäinen tiedottaminen

Sisäinen tiedottaminen – kokouskutsut ja tilannekatsaukset – on hoidettu pääosin sähköpostitse. Kokoontumiset ovat mahdollistaneet myös suullisen tiedottamisen.

LOPUKSI

Painijaoston toimintakautta 1.1.2020-31.12.2020 on ollut poikkeuksellinen koronan vuoksi kilpailut on jäänyt vähiin, painisalilla on harjoiteltu koronarajoitusten mukaan ja kesällä ulkona painisalin oltua kiinni koronan vuoksi.

Seuran motto:

"Hyvä, että et nyt voittanut, voitat sitten ensikerralla." (Veikko Rantanen)

Heinolassa 17.1.2020

Petter Vilenius

Puheenjohtaja

TOIMINTAKERTOMUS 2020
Heinolan Isku ry Uintijaosto



1. Yleistä
2. Kauden ryhmät
3. Johtokunta
4. Koulutukset
5. Koulujen uinninopetus
6. Tiedotus
7. Leirit
8. Tapahtumat
9. Talkoot
10. Kilparyhmän kilpailut ja leirit
11. Valmentajat ja ohjaajat

1. Yleistä

Uintikausi 2020 oli uimaseuran toiminnan järjestämisen kannalta haastava. Maaliskuussa harraste sekä kilpailutoiminta pysähtyi koronapandemian luoman poikkeustilanteen vuoksi. Uimahalli suljettiin maaliskuun ja elokuun väliseksi ajaksi, jolloin jaostomme ei voinut loppukaudeksi suunniteltua toimintaa järjestää.

Tautitilanteesta huolimatta lasten ja nuorten ryhmiin oli kiinnostusta. Kokeilimme käynnistää uudelleen lasten iltapäiväryhmän, joka sai hyvän vastaanoton. Lisäksi järjestimme pyrstöuinnin lyhytkurssin, joka sai kiitosta.

Kevään 2020 tilanne vaikutti syyskauden ryhmiin. Koulu-uintien kohdalla jouduimme tekemään uudet järjestelyt ryhmien aikatauluttamisen sekä ohjaamisen suhteen. Tämän vuoksi osalla ryhmistä oli haasteita löytää sopivia uinninopetusaikoja.

Samat poikkeavat toimintamallit koskivat myös seuratoimintaamme. Lisäsimme syyskauden 2020 ryhmiin erämaksumahdollisuuden, jolla varauduimme meistä johtumattomaan kauden keskeytykseen. Aikuisten ryhmätoiminta jäi seuramme valikoimista pois syksyllä 2020 ja vauva -ja perheuinnin ryhmämäärä kutistui neljästä kahteen.

2. Kauden ryhmät

- Vauva -ja perheuinti
- Vesipeuhula
- Alkeisuimakoulu
- Jatkouimakoulu
- Rantauimakoulu
- Muksualtaan vesiralli
- Kuntoaltaan vesiralli
- Treeniryhmä 1
- Treeniryhmä 2
- Vesitaiturit -iltpäiväryhmä
- Pyrstöuinti
- Aikuisten uimakoulu
- Aikuisten uintitekniikka
- Hydrobic 1 ja 2

3. Johtokunta

Kirsi Myllynen, puheenjohtaja

Kyllike Ladva, varapuheenjohtaja

Jake Nylund, sihteeri

Kirsi Koivu, rahastonhoitaja

Jäsenet:

Anniina Koivu

Jenny Myllynen

Maarika Ridal

Henry Häll

Sanna Mattila

4. Koulutukset

Koulutimme Jenni Seppäsen keväällä 2020 uimaopettajaksi Suomen uimaopetus -ja hengenpelastusliiton kursseilla.

Syksyllä 2020 Mia Kuisma ja Nea Kuisma suorittivat Päijät-Hämeen Liikunnan ja Urheilun "Tervetuloa ohjaajaksi" koulutuksen.

5. Koulujen uinninopetus

Tarjosimme kauden 2020 aikana uinninopetusta Heinolan esikoulujen sekä 1-4. luokkien oppilaille.

Lähikuntien (Vuolenkoski, Pertunmaa, Hartola) oppilaille opetusta tarjottiin, mutta koronasta johtuneesta poikkeustilanteesta sitä ei järjestetty.

6. Tiedotus

Seuran sisäisessä viestinnässä käytimme WhatsAppia, sähköpostia sekä Facebook ryhmiä.

Jäseniä tiedotimme jaostomme nettisivujen sekä sähköpostin avulla, sekä treniryhmien kohdalla WhatsApp viestinnällä.

7. Leirit

Kesällä 2020 emme poikkeustilanteen takia järjestäneet liikuntaleirejä.

8. Tapahtumat

Perinteiset Helauintakilpailut kevään 2020 peruttiin poikkeustilanteen vuoksi.

7.11.2020 järjestettiin vesirallien sekä treniryhmien uimareille leikkimieliset seuran omat kilpailut oppisopimusopiskelijan näyttötapahtumana.

9. Talkoot

Syksyllä 2020 treniryhmä 1 sekä johtokunnan jäsenet myivät Jar-x tuotemyyntiä.

Otim

me osaa myös pääseuran Gutz tuotemyyntiin.

10. Kilparyhmän kilpailut ja leirit

La 18.1.2020 Sprintti Uinnit, Lahti

La 1.2.2020 Speedo Carnival, Espoo

La 15.2.2020 Kristina Cruises uinnit, Kotka

La 12.9.2020 K-Supermarket Syysuinnit, Rajamäki

Su 11.10.2020 Ajankello uinnit, Kouvola,

La 17.10.2020 Kotkan Syysuinnit, Kotka

30.10.-1.11.2020 IKM-Karsinnat

22.11.2020 Osuuspankkiuinnit, Mikkeli

11. Valmentajat ja ohjaajat

Vauva -ja perheuinti, Maija Länsimaa

Vesipeuhula, Anniina Koivu

Alkeisuimakoulu, Jenny Myllynen (kevät 2020), Jenni Seppänen (syksy 2020)

Jatkouimakoulu, Jenny Myllynen (kevät 2020), Jenni Seppänen (syksy 2020)

Rantaumakoulu, Jenny Myllynen

Muksualtaan vesiralli, Markus Ridal (kevät 2020), Anniina Koivu (syksy 2020)

Kuntoaltaan vesiralli, Markus Ridal (kevät 2020), Anniina Koivu (syksy 2020)

Treeniryhmä 1, Jenny Myllynen

Treeniryhmä 2, Markus Ridal

Vesitaiturit -iltapäiväryhmä, Jenny Myllynen

Pyrstöuinti, Jenny Myllynen

Aikuisten uimakoulu, Katariina Koivu (kevät 2020)

Aikuisten uintitekniikka, Katariina Koivu (kevät 2020)

Hydrobic 1 ja 2, Katariina Koivu (kevät 2020)

Heinolan Isku

YLEISURHEILUJAOSTON TOIMINTAKERTOMUS 2020

Hallinto

Yleisurheilujaoston johtokunnassa ovat toimineet kaudella 2020:

Jari Putro, puheenjohtaja
Patrick Katajala, varapuheenjohtaja
Suvi Sormunen, sihteeri
Kaisa Rantalainen, rahastonhoitaja
Heta Nihtilä
Sirpa Leminen
Eija Kananen
Iiris Rainio
Risto Kalermo, valmennuspäällikkö (ei johtokunnassa)

Yleisurheilujaoston johtokunnan kokoukset 2020:

2.2., 6.5., 1.10., 13.12

Edustukset:

Iskun johtokunnassa yleisurheilujaostoa ovat edustaneet Suvi Sormunen ja Risto Kalermo.
Jari Putro toiminut Iskun edustajana LaSY:n hallituksessa.

Jaoston kotisivuilla (www.heinolanisku.sporttisaitti.com) on tiedotettu jaoston asioista.

Kilpailut 2020

Seuran järjestämät kilpailut:

Korona-epidemia vaikutti vahvasti koko vuoden kilpailuihin ja niiden järjestelyihin. Toukokuun lopulle suunnitellut pm-ottelut jäivät Heinolan Iskulta järjestämättä hallituksen määräämien kokoontumisrajoitusten vuoksi. Kilpailukausi päästiin aloittamaan vasta heinäkuussa, kun järjestimme kesän ensimmäiset seurakisat. Seurakisoja järjestettiin poikkeuskesänä vain kahdet, eikä niistä kauden jälkeen jaettu varsinaisia seurakisapalkintoja. Toiset seurakisat pidettiin aivan elokuun lopulla maastojuoksujen merkeissä.

Kilpailutapahtumien järjestelyissä otettiin huomioon tartuntariskit. SUL:n ohjeistuksia noudatettiin niin etäisyyksien kuin muiden ohjeiden myötä. Esimerkiksi jokaisella lajipaikalla oli saatavilla sekä toimitsijoille että urheilijoille käsidesiä. Myös kertakäyttöhansikkaita oli toimitsijoille saatavilla. Kesällä ei ollut vielä suositusta kasvomaskeista, joten niitä ei ollut silloin käytössä. Yleisörajoitukset eivät onneksi vaikuttaneet Iskun tapahtumissa, koska yleisörajoitus oli suurempien tapahtumiemme aikaan 500 henkilöä, joka ei ylittynyt tapahtumissamme.

Myös kaupunkipuistojuoksu pystyttiin lopulta järjestämään, kun onnistuimme siirtämään tapahtumapäivän heinäkuulta elokuulle. Vajaa sata juoksijaa osallistui koleassa säässä juostuun kisaan. Samana päivänä järjestettiin myös Lasten kaupunkipuistojuoksu. Lasten kisan osanottajamäärää laski myös varmasti vallinnut epidemiatilanne, mutta sääkään ei tänä vuonna suosinut. Vettä tuli lasten juoksun aikana kaatamalla. Silti lähes 30 lasta osallistui innolla juoksutapahtumaan. Lasten juoksu järjestettiin nyt toista kertaa osin samalla reitillä kuin varsinainen Kaupunkipuistojuoksu. Lähtö ja maalialue olivat kylpylänrannan tuntumassa, ja reitti kulki pitkin Rantapuiston kävelyteitä ja polkuja.

Elokuun 27. järjestettyjen Heinola Games -kisojen piti olla myös maaottelukatsastus 800 metrin juoksuihin. Niitä ei ollut, kun oli epävarmaa koko Ruotsi ottelun järjestäminen. Päälajiksi nousi yllättäen naisten kiekonheitto, jossa voiton korjasi moninkertainen Suomen mestari Salla Sipponen. Mukana oli monta maan kärkiheittäjää. Iskulaiset pärjäsivät mukavasti nuorten lajeissa, jotka olivat myös runsaimmin osanottajia paikalle houkutelleet. Järjestelyt onnistuivat hyvin. Kilpailua ei voitu mainostaa koska rajoitukset yleisön suhteen oli tiukat.

Pvm	Kilpailu	Kilpailijoita yht.
15.7.	Seurakisat	76
22.8.	Lasten kaupunkipuistojuoksu	29
22.8.	11. Heinolan Kaupunkipuistojuoksu	96
27.8.	Iskun juhlakisat /Heinola Games	169
31.8.	Seurakisat / Maastot	20

Muut kilpailut:

Korona tilanteen vuoksi ei yhteisiä joukkumatkoja järjestetty, mutta urheilijat osallistuivat silti kiitettävästi alueella järjestettäviin kilpailuihin. Joutsan Pommin heinäkuun kisoissa oli mukana liki pitäen koko minivalmennusryhmä. Isku oli osanottajamäärältään suurin seura noissa kisoissa.

SM-kisoissa oli mukana yhteensä kuusi seuran urheilijaa.

Valmennustoiminta

Valmennusryhmän valmentajina toimivat Risto Kalermo ja Heidi Johansson. Valmennusryhmä harjoitteli läpi vuoden 3–4 kertaa viikossa. Talvella harjoituksia pidettiin Tommola talon salissa, Vierumäen koululla ja Vierumäen sekä Pajulahden urheiluopistoilla. Pääosassa olivat lihaskunnan kehittäminen ja kuntotason parantaminen.

Kesällä harjoiteltiin pääsääntöisesti Heinolan urheilukentällä ja lähimaastossa. Kaikkia lajeja pyrittiin ainakin kokeilemaan. Seiväshyppypaikan käyttö edelleen haaste. Hyppypaikan kuntoon laittaminen kentänhoitajien toimesta tuntuu olevan vaikeaa. Pasi Kuusinen käväisi kerran opastamaan keihäänheittoa. Risto Kalermo on laatinut harjoitusohjelmia muutamille urheilijoille.

Valmennusryhmän mukana ovat harjoitelleet edelleen myös aikuiset, sikäli kun se on ollut pandemian vuoksi mahdollista. Eri ikäisten yhdessä tekeminen luo yhteishenkeä. Korona on ollut suuri haaste ja siihen nähden nuoret ovat pysyneet toiminnassa mukana kiitettävästi.

Hyväntuulen juoksukoulussa tehtiin yhteisiä harjoituksia tilanteen sallimissa puitteissa ja järjestettiin jopa omia kisoja mm. Kaupunkipuistajuoksun reitillä. Juoksukoulua jatkoa on pyydetty eli se on ollut vetovoimainen. Juoksukoulua on vetänyt Risto Kalermo.

Yleisurheilukoulutoimintaa oli läpi vuoden, valmentajina Kaisa Rantalainen ja Risto Kalermo. Ohjaajina toimi Iris Rainio, Viivi Värilä, Siru Myllykangas, Santeri Salonen, Vilja Niemi, Tanja Parviainen, Jenny Myllynen, Hilja Rautkoski ja Patrick Katajala. Pääsimme seurana mukaan Osuuspankin järjestämään Kesäduuni OP:n piikkiin -kampanjaan, jossa OP tuki nuorten alle 17-vuotiaiden työllistymistä kesätöihin. Viivi, Siru, Santeri ja Vilja olivat Iskun kesätyöntekijöinä. Heidän toimenkuvaansa kuului lasten yleisurheilukouluohjaajana toimiminen sekä yksittäiset toimitsijatyöt kilpailutapahtumiemme järjestelyissä. Kaikki em. suoriutuivat kesätöistä mainiosti.

Yleisurheilukoulujen harjoituksia oli 4-9-vuotiailla kerran viikossa ja 10-13-vuotiailla kaksi kertaa viikossa. Yleisurheilukoulutoiminnassa on painotettu monipuolista liikkumista kuitenkin yleisurheilulajit huomioiden. Yleisurheilukoulut toimivat kevät ja syyskaudella Tommolan ja Vierumäen koulun salissa sekä kesäkaudella Heinolan yleisurheilukentällä ja urheilupuiston maastossa.

Miska Johansson ja Veera Laamanen kuuluivat alueelliseen maajoukkuevalmennusryhmään. Veera Laamanen teki kevään aikana vaikean päätöksen päättämällä keskittyä musiikkiuraan ja opiskeluun. Toivottavasti jatkossa näemme Veeran mukana myös yleisurheilun parissa.

Urheilijoiden menestys kilpailuissa

Miska Johansson oli vuoden 2020 menestynein urheilija. Hän saavutti SM-kisoista yhteensä kaksi mitalia. Nuorten SM-hallikisoissa Helsingin Myllypurossa Miska oli toinen M17 sarjan 3000 metrin kävelyssä. Kesän kisoista Miska käveli Pedersöressä pidetyissä kisoissa samalla matkalla pronssille M16 sarjassa. Pedersören kilpailussa oli mukana myös Siru Myllykangas. Siru oli N16 sarjan moukarissa 9. ja kuulassa 12.

SM-maastojuoksuissa Kurikassa oli mukana viisi urheilijaa. N17 sarjassa Heinolan Isku oli viides joukkueella Anni Mylläri, Helmiemilia Malin ja Hilja Rautkoski. Mukana oli myös Viivi Värilä. Reijo Ronnilan oli tarkoitus osallistua miesten pitkälle matkalla, mutta hän myöhästyi varmistuksesta.

Keväästä syksyyn siirretyt maantiejuoksun SM-kilpailut Vantaalla sujuivat hyvin. N17 sarjan 10 kilometrillä Anni Mylläri oli lupaavasti 8. ja Helmiemilia Malin 14. Molemmat tytöt paransivat ennätyksiään minuuttikaupalla.

Sisulisäikäisissä Iskun nuoret menestyivät hienosti. Piirin mestaruuskisoista oli tuomisina yli 50 mitalia, joista suurin osa kultaisia. Sisulisäsarjojen taitomerkkituloksia saavutti yhteensä 22 Iskun nuorta. A-luokan tuloksia oli seuraavasti Nanna Huvinen T13 seitsemän, Kiira Johansson T12 kolme, Iita Alanko ja Aino Alanko T11 kolme, Vilma Viinikainen T10 kaksi, sekä Aino Ahonen T12, Adalmiina Raino T11, Venla Kananen T11, Janette Tarkiainen T10 kukin yksi. Pojista A-luokan tuloksiin ylsivät Rami Leminen P10 kaksi ja Eero Leminen P9 yksi A-luokan tulos. Pohja miltä ponnistaa kohti tulevaa on hyvät. SM-tason urheilijoiksi katsotaan, kun urheilija saavuttaa kisoissa vähintään pistesijoille oikeuttavan tuloksen.

Talous

Jaoston talous on vakaalla pohjalla.

Muuta

Kauden leirit ja suunnitellut yhteiset retket jouduttiin perumaan.