

**PYÖRÄILY** *SUOMEN PYÖRÄILYUNIONI ry:n tiedotusjulkaisu 1•2009*

Päätoimittaja: Timo Luostarinen

Ulkoasu: AM Helasjoki - Vesanen – Aineiston toimitus: [spu@kolumbus.fi](mailto:spu@kolumbus.fi)

Tässä nettilehdessä julkaistut kirjoitukset ja mielipiteet eivät välttämättä noudata SPU:n virallista kantaa. Kukin kirjoittaja vastaa itse teksteistään

## Sisällysluettelo

- **pääkirjoitus** **2**
- **Järjestäytyneen pyöräilytoiminnan  
110-vuotisjuhla Pajulahdessa** **3**
- **Maantiejaoston kuulumisia** **4**
- **Pyöräily on EYOF -lajeista kovatöisin** **6**  
- lajivastaava Tapio Niemen esittely **7**
- **Ratajaoston tervehdys** **8**
- **Ratapyöräilijät Kööpenhaminassa** **9**
- **Kööpenhamina pyöräilykaupunki** **12**
- **Pyörän mittaus** **13**
- **Huoltajan huomioita Piritan ratakisasta** **14**
- **ANTIDOPING ASIAA** **15**

# pääkirjoitus

## Ympäristöasioita Hyvässä Seurassa

Polkupyöräilyllä on nyt tilaus. Kuljettua matkaa kohden polkupyörä on saasteettomin ja edullisin kulkuväline. Vaikka voimme olla ylpeitä siitä, että pyöräilijät eivät ilmasto-kuormita eivätkä luontoa saastuta, on aiheellista pohtia onko kaikki ympäristöä ajatellen kunnossa.

Roskaaminen on asia mikä pistää silmään. Rikkoontuneita renkaita näkee silloin tällöin heitetyn maastoon. Aiemmin, kun kilpapyörissä käytettiin tuubirenkaita, oli harvinaista, jos lenkillä ei nähnyt metsään tai pellolle heitettyä rengasta. Ja siellä ne näkyivät vuodesta toiseen. Nyt näkyvät hyvin energiapatukoiden kääreet. Kovin suurta vaivaa ei ole kuljettaa roskia sinne minne ne kuuluvat; kunhan vain pidämme sen mielessä.

Maastopyöräily on ehkä eniten ympäristöaktiivien hampaissa, eikä täysin syyttä. Valveutuneet pyöräilijät ja tapahtumien järjestäjät huolehtivat siitä, että jälkiä jää vain niukasti ja ratamerkit kerätään kilpailujen jälkeen pois. Kun Myyrmäessä järjestettiin maastopyöräilyn SM - kilpailut, tuli eräs opettaja pyytämään, että kaikkia ratamerkkejä ei kerättäisi pois, koska hän halusi viedä koululaiset pyöräilemään maastoon. Seuraus oli, että ympäristövahdit nostivat aimo mylläkän, koska ”koko puisto oli tuhottu ratamerkein”.

Pyöräilijät voivat hyvin pienin tempuin parantaa harrastuksen ympäristöystävällistä kuvaa.

## Sisärata on välttämätön

Kansainvälinen ratapyöräily on viime vuosina vakiinnuttanut paikkansa talvilajina. Maailman cupin kilpailut alkoivat tällä kaudella Manchesterissa lokakuun lopussa, loppukilpailut ajettiin Kööpenhaminassa helmikuussa. Kausi päättyy MM - kilpailuihin maaliskuun lopulla Prutskowissa Puolassa.

On toki kesälläkin arvokilpailuja; nuorten ja U23 EM-kilpailut ajetaan heinäkuussa Minskissä.

Meiltä puuttuu sisärata. Helsingin 70-vuotias Velodrom ei täytä enää ratapyöräilyn nykyisiä vaatimuksia, vaikka onkin kohtalainen harjoittelurata, jos ei satu satamaan tai rata ole muutoin kostea.

Meillä on ollut useita kansainvälisesti menestyneitä ratapyöräilijä, mutta nyt olemme kehnojen harjoittelumahdollisuuksien vuoksi putoamassa kv. keltasta.

Sisäratahanke ansaitsee hyvää myötätuulta.

## Olympiafestivaalit [www.tampere2009.fi](http://www.tampere2009.fi)



Kesän suuret kansainväliset pyöräilykilpailut käydään Tampereella 21. – 23.7. Euroopan Nuorten Olympiafestivaalien yhteydessä.

Pojat (1993 – 1994 syntyneet) kilpailevat maantiellä, kortteli- ja aika-ajossa. Osanottajia tulee yli 40 eri maasta. Joukkueessa on vain kolme pyöräilijää, joten karsinnoista on tulossa kovat kisat.

Timo Luostarinen  
SPU:n puheenjohtaja

## Järjestäytyneen pyöräilytoiminnan 110-vuotisjuhla Pajulahdessa 22.11.2008

Järjestäytyneen pyöräilytoiminnan 110-vuotisjuhlaa vietettiin Liikuntakeskus Pajulahdessa 22.11.2008. Tilaisuus alkoi tervehdysten vastaanotolla ja huomioimiset oli pyydetty osoitettavan SPU:n Kultainen Kamppi nuorisotilille.

Tervehdysten vastaanoton jälkeen siirryttiin juhla-illalliselle. Paikalle oli kokoontunut muistelemaan pyöräilyn 110-vuotista historian taivalta reilut 60 pyöräilyn ystävää.

Aluksi SPU:n puheenjohtaja Timo Luostarinen piti tervetulo puheen käsitellen puheessaan pyöräilyn historiaa. Tämän jälkeen toivotettiin tilaisuuden juhlapuhuja Suomen Liikunta ja Urheilun hallituksen puheenjohtaja Timo Laitinen tervetulleeksi. Hän piti juhlapuheen josta ilmeni myös hänen innostuksensa pyöräilyharrastustaan kohtaan. Puheen jälkeen oli ohjelmassa ”palkitsemiset”, jonka suoritti Timo Laitinen.



Kuvassa Suomen Pyöräilyn  
Ansioristillä palkittu Calle Nybergh

Myönnettiin seuraavat ansiomerkit:

Suomen Pyöräilyn Ansioristi: Carl-Johan Nybergh

Suomen Liikunnan ja Urheilun kultainen ansiomerkki:  
Timo Luostarinen ja Markku Nieminen

Suomen Liikunnan ja Urheilun hopeinen ansiomerkki:  
Anne-Maarit Helasjoki-Vesänen

Tämän jälkeen Carl-Johan Nybergh piti puheen jossa muisteli pyöräilyn historiaa ja siinä tapahtunutta liittojen yhdistymistä ja alkutaipaleita.

Virallisen ohjelman päätteeksi julkaistiin Pasi Ahlroosin juhluvuoden kunniaksi toimittama Pyöräilyn Tilastotieto – kirja. Mittavasta teoksesta löytyy suuri määrä erilaisia pyöräilytilastoja vuosilta 1897-2008.

Hienojen puheiden jälkeen pääsimmekin keskittymään juhla-illallispyytään joka sisälsi todella maukkaita herkkuja. Syönnin lomassa puheensorina oli vilkasta ja luulenpa, että monia asioita pyöräilyn historiasta käytiin lävitse ja eräitä kilometrejä ajettiin muistella.

Tulevaa kautta odotellessa,

Jouko Haapala,  
juhlatoimikunnan pj.



## Maantiepyöräilyn kuulumisia ja uutisia

Kotimaassa odotellaan vielä teiden sulamista ja kevään alkua, mutta kansainvälinen kilpailutoiminta on jo päässyt täyteen vauhtiin. Myös suomalaiset ammattilaisemme ovat aloittaneet kilpailukautensa. Tammikuun loppupuolella saimme kuulla ja lukea uutisia ensimmäisestä ProTour sarjan kisasta; Jussi Veikkanen on päässyt heti alkukaudesta kovaan kuntoon ja polki yhdeksänneksi Australiassa ajatussa Tour Down Under etappiajossa. Kilpailun voittoon ajoi Australian Allan Davis. Veikkanen varmisti Suomelle näin tällä suorituksella jo vähintään yhden paikan syyskuussa käytävien maantiepyöräilyn MM-kisoihin - miesten yhteislähtöön. Uskon kuitenkin, että suomalaisille on tulossa vielä lisää paikkoja, sillä sen verran hyvin meidän huippujemme kausi on alkanut. Suomalaisten toinen pro tason kuski Kjelle Carlström aloitti kautensa myös tammikuussa ajatussa Tour de San Luis etappiajossa Kjell Carlströmin ensisijaisena tehtävänä on auttaa Liguagas tallin Ivan Bassoja ja tähtäin on Ranskan ympäriajossa. Ivan Basso on varmasti Ranskan ympäriajossa yksi suurimmista voittajasuosikeista. Toki Carlströmillä on myös henkilökohtaisia tavoitteita ja tietyissä kisoissa Carlströmillä on vapaammat kädet taistella myös kärkisijoituksista.

Muista suomalaisista Paavo Paajanen ja Markku Alus ovat aloittaneet kilpailukautensa Ranskassa. Paajasen seura on tulevalla kaudella edelleen AVC Aix ja Alus jatkaa CR44 Royanne joukkueessa. Jo useamman kauden Ranskassa ajanut Mika Nieminen jatkaa myös AVC Aix joukkueessa ja kaikki kolme Ranskassa ajavaa amatööriä ovat jo avanneet kilpailukautensa. Tommi Martikainen jatkaa virolaisessa joukkueessa, jonka nimi on tällä kaudella Meridiana-Kalev team. Näyttää siltä, että Martikaisen joukkue on vahvistunut viime kauteen nähden selvästi ja kilpailuohjelmakin on tänä vuonna parempi. Joukkueessa ajaa useampi Italialainen mm. Tourissakin etapin voittanut Salvatore Comesso ja tämän lisäksi tiimissä on myös saksalaista, virolaista ja latvialaista väriä. Matti Helmisen sopimuksesta ei ole vielä varmaa tietoa, mutta todennäköisesti hän jatkaa Belgialaisessa Palmans-Cras joukkueessa. Naispyöräilijödemme kärki on kovin kapea, mutta ainakin porilainen Lotta Lepistö jatkaa edelleen Belgialaisessa Antwerpeniläisessä amatöörjoukkueessa.

Kotimainen kilpailukalenteri alkaa olla valmis ja maantiekauden avaus polkaistaan käyntiin 13.4. Porissa ajettavalla Lattomeri -ajolla. Samana viikonloppuna järjestetään Porissa 16 ja 18 sarjojen kolmen päivän maajoukkue leiri. Viikko tästä eteenpäin poljetaan kotimainen klassikko TS kortteli ja maantie cup sarja alkaa 25.04 - 26.04. pohjanmaalla kisailtavalla Tulva-ajolla. Maantie cupissa on tulevallakin kaudella kymmenen osakilpailua ja uutena maantiekisana cupissa on heinäkuun alussa ajettava Hyvinkää ajot. SM kisojen sarja aloitetaan 5.6. Lahdessa ajettavalla SM korttelikisana ja kesäkuun lopulla poljetaan SM maantiepyöräilyt Kuusamossa. Kilpailujen määrä tulee olemaan suurin piirtein entisenlainen ja Suomen olosuhteisiin ja ajajamäärän nähden kilpailujen määrä on varmaankin sopiva ja tärkeää olisi, että pystyisimme järjestämään kilpailut riittävän laadukkaasti. Tämä koskee sekä kilpailujen järjestäjien, että myös tuomareiden toimintaa. Maantiejaosto tekee Cup kilpailujen osalta ohjeet, jossa on ns. vähimmäisvaatimukset, koskien mm. liikennejärjestelyjä, maali- ja lähtöaluetta, palkintojenjakoa, maalikameraa ym.



Yksi kauden kohokohtia tulee olemaan Tampereella 21.7-23.7. järjestettävät EYOF kilpailut eli alle 16-vuotiaiden olympiapäivät. Järjestelyorganisaatio on tehnyt kisojen eteen jo pitemmän aikaa töitä ja heinäkuun lopussa tarvitaan koko pyöräilyväen apua, jotta kisat sujuisivat mallikkaasti. Kisat käydään lähes keskustan tuntumassa ja yksi osio Hervannan alueella. Maantiekisan reitti on varsin vaativa ja reitti kulkee mm. Pynnikin alueella.

SPU:n toimintaa pyöritetään varsin pienillä taloudellisilla resursseilla ja näinä aikoina taloudellisten tukien saaminen ei vammasti helpotu. Maantiejaostossa olemme miettineet kilpaurheilun tukemista ja jatkossa suuntaamme ne vähäiset resurssit entistä nuorempiin. Suurin osa maantiejaoston budjetista tullaan suuntaamaan 16-18 sarjoihin ja toivomme että muutaman vuoden sisällä näistä muutamista lupauksista saamme lisää ajajia kv. tasolle. Esimerkiksi 16 -sarjan pojille on suunniteltu kahta etappiajtoa Tanskaan ja 4 päivän etappiajo Viroon ja kolme poikaa valitaan sitten olympiapäiville Tampereelle. Niemen Tapsa vetää tyttöjen ryhmää, ja tyttöillä on toukokuussa leiri- ja kilpailumatka Tanskaan heinäkuussa U-6 dagars etappikisa Ruotsissa. Kansainvälisen vauhdin ja kilpailutuntumana saaminen on tärkeää jo tässä iässä, jos tavoittelee myöhemmin kansainväliselle tasolle.

Ison osan budjetista lohkaisee myös EM kilpailut alle 23-vuotiaille ja MM-kilpailut. EM kilpailut kisaillaan tänä vuonna heinäkuun alussa Belgiassa ja MM kilpailut syyskuun lopulla Sveitsin Mendrisiossa.

Teksti: Ilpo Kyllönen, maantiejaoston pj.



Pyöräily on EYOF-lajeista kovatöisin

## Lajivastaava Tapio Niemi kiittelee yhteistyötahoja loistavasta suhtautumisesta maantieajon vaatimiin järjestelyihin

Pitkän linjan pyöräilymies Tapio Niemi on paljon vartijana, kun Euroopan nuorten olympiafestivaalien pyöräilymitaleista kamppaillaan Tampereella heinäkuussa.

Niemi johtaa lajivastaavana Tampereen Yrityksen yli sadan ihmisen ryhmää, jonka tehtävänä on hoitaa maantien, tempon ja kriteriumin järjestelyt kansainvälisten arvokilpailujen edellyttämällä täsmällisyydellä.

- Yhdeksästä EYOF-ohjelmassa olevasta urheilumuodosta pyöräilyn käytännön järjestelyt lienevät työläisimmät, koska kilpailut ajetaan taajama-alueella ja vaativat näin ollen saumatonta yhteistyötä muun muassa poliisin, pelastuslaitoksen ja julkista liikennettä hoitavien tahojen kanssa, Niemi sanoo.

Kovimmat haasteet aiheuttaa Pyynikillä ajettava maantiekilpailu, jonka vuoksi aivan ydinkeskustan läheltä täytyy sulkea muulta liikenteeltä. Itse kilpailu kestää noin kaksi tuntia, mutta sulkua täytyy järjestää 4 - 5 tunniksi.

- Se ei tuottaisi minkäänlaisia ongelmia vaikkapa Pariisin keskustassa, mutta suomalainen mentaliteetti ei kestäisi millään muutaman tunnin odottelua jonkin asian hoidossa, Niemi ihmettelee.

- Poliisille, pelastuslaitokselle ja muille asianosaisille täytyy kylläkin antaa iso kiitos todella hienosti sujuneesta yhteistyöstä suunnitteluvaiheessa, Niemi täsmentää.

- Saamme toki apuja Tampereen ulkopuoleltakin, koska tarvitsemme erikoisosaamista esimerkiksi tuomaritehtäviin ja johtoauton rattiin.



## Maantieajon maali näkötorilla

Euroopan olympiakomiteoiden liitto määrää, että maantierata sijaitsee riittävän lähellä keskustaa, ja että sen on oltava pituudeltaan vähintään kuusi kilometriä. Sen vuoksi perinteistä Rosendahl GP:n rataa jouduttiin hieman jatkamaan, mutta maalipaikka sijaitsee edelleen Pyynikin näkötorilla.

- Siinä on ylämäki, jossa viimeisellä kierroksella vielä voi tapahtua paljon ratkaisuja. Toisaalta mäki myös sopivasti hillitsee vauhtia ja tekee kirruuhkasta turvallisemman, Niemi perustelee.

Maantiekilpailu on 66 kilometrin pituinen, ja yleisöä riittänee näkötorin tienoiden lisäksi esimerkiksi Pyynikintorin varrella.

Tempo ja kriterium ajetaan Hervannassa. Kriteriumrata on 1,7 kilometrin mittainen ja ajetaan aamupäivän alkuerissä 15 sekä iltapäivän A- ja B-finaaleissa 20 kertaa.

Tempoa pyöritellään Sääksjärventielle päin niin, että matkaa kertyy edestakaisin 7,1 kilometriä.

- Hervanta on erinomainen paikka noille lajeille, koska maali- ja lähtöalue voidaan sijoittaa aivan kisakylän viereen. Urheilijoiden ei tarvitse istuskella yhtään bussissa, Niemi kiittelee.

Niemi lupaa, että EYOF-pyöräilyssä nähdään jo täysin aikuismaista vauhtia, sillä lajin mahtimaissa lupaavat nuoret harjoittelevat 16 - 17-vuotiaina hyvin ammattimaisesti,

vaikkakin hoitavat koulunkäyntinsä siinä ohessa.

- Tampereelle tulevat kärkipojat saattaisivat voittaa Suomessa miesten sarjan kilpailuja, hän vertailee.

### Pyöräilyelämää yli 40 vuotta

Tapio Niemi on elänyt pyöräilyssä tiiviisti mukana lähes koko 48 vuoden ikänsä.

Hän ajoi ensimmäiset kilpailunsa kuusivuotiaana ja nousi parhaimmillaan kansainvälisen kärkitason tuntumaan.



Tapio Niemi

- Ajoin hyviä sijoituksia pitkissä etappikilpailuissa, kuten Praha - Varsova - Helsinki -rauhanajossa, joka oli 1980-luvulla hirveän kovatasoinen ajo. Menestyin kohtalaisesti myös muun muassa Post Girossa sekä Rheinimaan ja Niedersachsenin kilpailuissa.

- MM-edustajaksi pääsin vuonna 1987, mutta jouduin keskeyttämään maantieajon Itävallan Villachissa. PM-pronssijoukkueeseenkin kuuluin kerran, Niemi muistelee.

Hänen mukaansa huippupyöräilyn luonne on muuttunut hänen aktiivajoistaan, jolloin ammattilaiset ja amatöörit eroteltiin tiukasti toisistaan. Nykyisinhän kaikki kokoontuvat MM-kilpailuihin ja olympiakisoihin.

- Homma painottuu niin vahvasti ammattitallien toimintaan, että pienten maiden urheilijat ovat vaikeuksissa, kun rahaa ei löydy.

- Meillä Yrityksessä kansainvälisiä yhteyksiä ja urheilijavaihtoa pidetään erittäin tärkeänä muun muassa Tanskan suuntaan. Siellähän on paljon talleja ja junioritoimintakin aivan eri tasolla kuin Suomessa.

- Pikkujunioreita tosin riittää meilläkin, mutta vähänkin isommat joutuvat kilpailemaan aina samoja kuskeja vastaan, jolloin taktinen silmä ja suuressa ryhmässä ajamisen taito ei kehity tarpeeksi, Niemi hamittelee.

Tapio on pysynyt uransa jälkeenkin erittäin sutjakassa kunnossa, missä osittain on auttanut hänen työnsä Tampereen kaupungin liikuntatoimen palveluksessa.

Koko aikuisikänsä hän on päässyt nauttimaan urheilullisesta ilmapiiristä ja työskentelystä raikkaassa ulkoilmassa muun muassa Kaupin urheilupuistossa.

- Arkipäivässäkin on omat haasteensa, mutta kyllä EYOF on suuri ja hieno tapahtuma! hän huokaisee.

Teksti: Antti-Pekka Sonninen

## Tervehdys ratajaostosta...

Ratakausi 2009 on maailman Eliten osalta MM-kisoja vaille valmis ja Suomessa hiihtokelit parhaimmillaan. Toivottavasti jo muutaman vuoden kuluttua on meilläkin keskitalvella ratapyöräilykelit eli olosuhteet kunnossa, peukut pystyyn vaan sisävelohankkeelle!

Uudistunut ratajaosto (Jukka Heinikainen, Marko Vauhkonen, Sari Koski) on kokoontunut kerran ja tehnyt suunnitelmat tulevalle kaudelle ja pidemmällekin. Pääpainopiste on edelleenkin löytää uusia nuoria ratapyöräilystä kiinnostuneita urheilijoita tosimelellä mukaan lajin pariin. Nuorimmille ja uusille tulokaille on tarkoitus taas järjestää matka Viron mestaruuskilpailuihin heinäkuun lopussa. Junnujen ja U-23 pääkisat ovat luonnollisesti EM-rata kilpailut Miskissä 15-19.07.2009. Sieltä odotetaan jo jonkin sortin menestymistäkin. Seuraavaksi edessä jaoston puolesta rataleiri EM-ryhmälle Liettuassa huhtikuun alussa. Mahdollisesti muitakin halukkaita mahtuu mukaan reissuun, halukkaat voivat tiedustella asiaa.



Köpiksen sprintin ratkeamassa...

Myös hämäläiset ovat toki ajaneet ratakisoja talvella. Eliten ykkösnyrkkimme Matti Pajari Ajoin lokakuussa Manchesterin maailman cup osakilpailussa 4km takaa-ajossa ajan 4.41 sijoittuen 12 sijalle. Seuraavaksi Matti oli omalla reissulla Pekingin osakilpailussa 11. ajalla 4.37. Viimeisimpänä maajoukkue oli mukana jo kahden kuskin miehistöllä. Mattia 4km takaa-ajossa 14. ajalla 4.38 Risto Aaltio oli myös

hakemassa kokemusta Elitestä ajaen 1km aika-ajon 18.sijalle ajalla 1.07 ja Lentävän 200m 11.437 ollen 40. Tästä on hyvä jatkaa kesää kohti, Matti ajoi hyviä aikoja ja sijoituksia, vaikka ainakin henkilökohtaiset odotukset viimekesän perusteella olivat suuremmat. Mutta aina ei voi harppoa eteenpäin, välillä pitää mennä pienempiäkin askeleita. Mitäköhän toikin nyt tarkoitti? Riston osalta tuloskehitys hyvää edellisvuoden vastaaviin kisoihin verraten. Vielä riittää kehitettävää, mutta aikaakin on jäljellä.

Vaikka ei montaa riviä saanutkaan aikaiseksi alkaa vähäinenkin kirjoitusinto loppua. Kaikki joille jäi hirveästi epäselvää tai muuten kysyttävää ottakaa rohkeasti yhteyttä.

Hyvää kevään jatkoa!

Jukka Heinikainen [jukkaheinikainen\(at\) gmail.com](mailto:jukkaheinikainen(at)gmail.com)

## Risto Aaltio ratapyöräilyn maailman cupissa 12. ja Matti Pajari 14.

Ratapyöräilyn maailman cup alkoi lokakuussa Englannin Manchesterista, kiertäen Australian, Kiinan, Kolumbian ja päättyen Tanskaan.

Puolustusvoimien urheilukoulussa Lahdessa asevelvollisuutta suorittava Risto Aaltio (20) sijoittui 1km aika-ajossa 18. maailmancupin viimeisessä osakilpailussa ja sai ajakseen 1.07.134..

- Suoritukseeni olen suht tyytyväinen vuodenaikaan nähden ja olin viimevuoteen verrattuna 1,7 sek nopeampi, kertoo Aaltio. Varusmiesaika on mennyt hyvin ja sain tulla jo viikkoa aikaisemmin harjoittelemaan sisävelodromille, kertoo Aaltio



Kansainväliset ratapyöräilykilpailut tekee suomalaisille haasteelliseksi sisävelodromin puuttuminen. Kilpailukunto pitää hioa Helsingin Olympiavelodromilla loppukesän ja syyskuun aikana, säiden salliessa. Maailmalla kilpailut käydään 250m puisilla sisävelodromeilla joten harjoittelu Helsingin 400m pitkällä betoniradalla ei vastaa täysin tarkoitustaan.



Risto Aaltion kauden päätavoite on alle 23 vuotiaiden EM kisat Valko Venäjän Minskissä. Kauden avaus vastasi odotuksia, sanoo Marko Vauhkonen SPU ratapyöräilyn lajivalmentaja. Kilpailuna tämä oli tärkeä "tarkistus piste" Riston harjoittelulle kohti heinäkuun EM kilpailuja. Heinäkuussa hänellä on tavoitteena olla Euroopan kuuden parhaan joukossa uudella SE ajalla, sanoo Vauhkonen. Ennätys on nykyisin 1.04.322 ja se on pakko jo uusia. Nyt se on Mika Hämäläisen nimissä enkä halua sen 10-vuotis synttäreitä viettää. Hämäläinen, Polar Electron maajohtaja on kannustanut minua myös ja pikku porkkanastakin on vihjailtu, sanoo Aaltio.



### Pajari 14.

Toinen edustajamme Köpiksen maailmancupissa oli Matti Pajari. Matti oli 4 km takaa-ajon karsinnassa 14. Pajarin aika oli 4.38,666. Finaalissa voittoon ajoi myös karsinnassa parhaan ajan ajanut Taylor Phinney, Toiseksi sijoittui David O,loughlin ja kolmas oli Aleksei Markov. Taylor Phinney'n karsinnassa ajama aika oli 4.15,223, Finaalissa ajo voitosta päättyi ylösajoon.

Teksti: Marko Vauhkonen

## Rikkooko Taylor Phinney Boardmanin ME:n?

Taylor Phinney yllätti Ballerupin Super Areenalla MC – cupin päätöskilpailussa ajamalla 4 km:n karsinnassa 4.15.233. Amerikkalaisen 18 – vuotiaan ratapyöräilijän (s. 27.6.1990) tähtäimessä on nyt englantilaisen Chris Boardmanin vuonna 1996 ajama maailmanennätys 4.11.114.

Takaa-ajon karsinnassa Phinney ajoi toisen puoliskon 59 km:n keskinopeudella 2.02.285. Viimeisen kilometrin hän ajoi 4 – 5 sekuntia nopeammin kuin kukaan muu osanottaja. Erittäin tasaisesti ajanut Matti Pajari oli puolimatassa 6,4 sekuntia Phinneytä jäljessä. Matin 2 km:n väliaika oli 2.19.520, ja toinen 2 km 2.19.140, loppuaika oli 3.38.660 ja sijoitus 14.

Pekingin olympialaisissa 4 km:n karsinnassa Taylor Phinney ajoi seitsemänneksi ennätysajallaan 4.22.860. Kööpenhaminassa hän paransi aikaansa 7,6 sekuntia. Coloradosta kotoisin oleva Taylor ajaa ammattilaisena Trek – Livestrong – tallissa toista kautta. Viime vuonna hän voitti juniorien takaa - ajon maailmanmestaruuden Kap – kaupungissa Etelä – Afrikassa.

Isokokoinen Taylor Phinney (192 cm, 82 kg) voitti Ballerupissa myös 1 km:n aika-ajon. Phinney ajo on hyvin vaivattoman näköistä ja tasaista, vauhti ei näytä niin kovalta kuin se todellisuudessa on. Kilometrin aika-ajossa hän oli 500 metrin väliajoissa 10., ja vain 1,2 sekuntia Risto Aaltiota nopeampi. Voittoaika oli 1.01.641. Risto oli 18. ajalla 1.07.134.

Taylor Phinneyllä on erinomainen perimä. Hänen isänsä Davis Phinney ajoi aikanaan 12 vuotta ammattilaisena. Isällä on kaksi Tourin etappivoittoa vuosilta 1986 ja 1989. Taylorin äiti Connie Carpenter – Phinney kilpaili sekä pyöräilyssä että pikaluistelussa. Hänen saavutuksiaan ovat Los Angelesin olympialaisten kultamitali maantiepyöräilyssä ja USA:n pyöräilymestaruudet radalla ja maantiellä, 1972 Sapporon olympiajäällä tuli 7. sija 1500 m:llä.

Taylor Phinney nousi 25. – 29.3. Puolan Prutzkovissa ajettavissa ratapyöräilyn MM – kilpailuissa ennakkosuosikkeihin sekä takaa-ajossa että 1 km:n aika-ajossa. Viime vuodet 4 km:n takaa-ajoa hallinnut Pekingin olympiavoittaja ja moninkertainen maailmanmestari, 10 vuotta Phinneytä vanhempi, englantilainen Bradley Wiggins ei ollut mukana Ballerupissa. Sieltä puuttui myös Uuden Seelannin Hayden Roulston, Pekingin hopeamitalisti. Odotettavissa on mielenkiintoiset MM – kilpailut.

T.L

## KÖÖPENHAMINA – PYÖRÄILYKAUPUNKI

Kööpenhamina on ensimmäisenä kaupunkina saanut Kansainvälisen Pyöräilyliiton (UCI) ”Pyöräily Kaupunki” - tunnuksen. Palkitsemisen perusteina ovat kaupungin pyöräilyä suosiva toiminta ja sitoutuminen aktiiviseen pyöräilyn kehittämiseen, missä huomioidaan kaikki osapuolet kuntoilijoista kilpailijoihin ja turisteista hyötypyöräilyyn. Pyörätieverkosto antaa hyvät harrastusmahdollisuudet ympäristöystävälliseen liikuntaan.



### Arvokilpailut

UCI on myöntänyt Kööpenhaminalle kuudet kansainvälisten kilpailujen järjestelyoikeudet neljän vuoden aikana. Ratapyöräilyn Maailman Cup - kilpailut järjestettiin viime vuonna 2008 ja tänä vuonna 2009.

BMX supercrossin Maailman Cup - kilpailut samoin 2008 ja 2009.

Kaksi huipputapahtumaa ovat ensi vuonna 2010 järjestettävät ratapyöräilyn MM – kilpailut ja vuonna 2011 maantiepyöräilyn MM – kilpailut. Suomesta on kohtalaisen lyhyt matka pistäytyä katsomassa ”livenä” maailman huippupyöräilyä.

### 1,1 miljoona kilometriä pyörällä

Tällä hetkellä 36 % Kööpenhaminan metropolialueen asukkaista ajalee työ – ja koulumatkat pyörällä. Tavoitteena on nostaa jo nyt maailman huippuluokkaa oleva pyöräilijöiden osuus 50 %:iin. On arvioitu, että kööpenhaminalaiset pyöräilevät joka päivä 1,1 miljoonaa kilometriä!

## PYÖRÄN MITTAUS

Säännöissä on tarkoin määritelty pyörän paino (min. 6,8 kg) ja mitat. Mittauksen välineinä ovat orrelle ripustettu vaaka ja mittaväline. Kokenut mittaaja suoriutuu tehtävästä noin minuutissa.

Varalan tuomaripäivillä esitettiin helmikuussa arvelu, että kuvan kaltainen, Suomessakin käytetty, mittaväline ei ole riittävän tarkka. Kyllä sitä kuitenkin voitaneen riittävän tarkkana pitää, koska juuri sellainen väline on ollut käytössä maailman mestaruuskilpailuissa sekä maantie- että rata-ajoissa. Mittaajien välineinä olen havainnut myös irtomitan, mutta työntötulkkia tai mikrometriä en ole havainnut käytettävän.

Kilpailijoille ja huoltajille haluan painottaa sitä, että pyörä käytetään riittävän ajoissa mitattavana, eikä hyväksytyyn pyörään tehdä muutoksia. Jos mittaus jää niin myöhäiseksi, että kilpailija myöhästyy lähdöstä, niin vika on ajajassa itsessään.



Varalassa sopivat tuomarit, että alle 14 - vuotiaiden pyöriä ei mitata.

T.L

Seuraavassa ”huoltajan huomioita”, joka jäi pois viime syksyn nettilehdestä...

### Huoltajan huomioita Piritan ratacisoista:

#### **Tallinnan Piritan velolla ajettiin 28.-31.7.08 Eestin ratamestaruuksista.**

Sikäläisen tavan mukaan aikaa oli varattureilusti kokonaista neljä ajopäivää, eikä muut lajit hengittäneet niskaan vaikka velon keskusta onkin jalkapallokenttä. Se rauhoitti loistavan kelin ohella kilpailujen läpivientä.

EJL:llä on tasokkaita tuomareita ja oli ilo seurata täsmällistä ja tarkkaa tuomareiden työskentelyä. Lähtöjen valmistelu sujui hyvin. Rikkeet huomioitiin tarkasti, eikä ajajat urputaneet tuomioista eikä muutenkaan koko kisan aikana. Ajajille selostettiin rike ja sitten uusiksi. Viivarikkeet huomioitiin tarkasti. Vilppilähdön liputus olisi pysäyttänyt melkein laivat Suomenlahdella, ellei metsä olisi suojannut. Lähetys tapahtui: valmis, selbanu ja PUM välittömästi. Seuroille oli varattu omat pilttuunsa kentälle ja ajajat oleilivat niissä eivätkä häirinneet tuomarityöskentelyä. Kuskit kysyivät asioistaan treenereilta ja joukkueenjohtajilta, jotka sitten tarvittaessa kilpailuorganisaatiolta. Ajanotto tapahtui käsikelloilla ja ajat ilmoitettiin kymmenyksen tarkkuudella. Organisaatio ja toiminta oli selkeää ja yksinkertaista. Osaltaan asioihin vaikutti ehkä myös se, että heillä on rataseuroja Pärnussa, Tartossa, Narvassa, Tammessä, pari Tallinnassa on pari seuraa muualla. Parin kuskin seuroja ei kisoissa ollut. Kilpailijoiden, vanhempien ja yleisön oleskelivat omilla alueillaan, eikä huutelua organisaatiolle ollenkaan. Kilpailuihin osallistuneet suomalaisajajat otettiin vastaan hienosti ja he olivat myös käsitykseni mukaan tyytyväisiä kilpailun organisaatioon ja tuomaritoimintaan.

Huoltaja Veijo Kaikula

## ANTIDOPINGTOIMINTA

### Suomen Antidopingtoimikunta ADT ry ja antidopingtoiminta Suomessa

#### Dopingvalvonnan historia

Dopingvalvonnan katsotaan alkaneen vuonna 1928, jolloin Kansainvälinen yleisurheiluliitto IAAF laati listat suorituskyyä parantavista kielletyistä aineista. Pian muut kansainväliset lajiliitot seurasivat perässä. Kansainvälinen Olympiakomitea KOK listasi kielletyt aineet ensimmäisen kerran vuonna 1968.

Suomessa antidopingtyö terävöityi vuoden 1983 yleisurheilun maailmanmestaruuskilpailujen myötä. Suomeen saatiin akkreditoitu laboratorio Yhtyneet Laboratoriot Oy, joka on yhä ainoa Suomessa sijaitseva KOK:n akkreditoima dopingtestauslaboratorio.

Los Angelesin olympialaisten myötä Suomeen perustettiin vuonna 1984 Kansallinen Dopingtoimikunta KDT. 1980-luvun loppu asetti paineita kehittää KDT:n organisaatorakennetta. Tämän kehityksen seurauksena syntyi vuonna 1990 Suomen Antidopingtoimikunta ADT. Uusi organisaatio toimi Liikuntalääketieteen ja testaustoiminnan edistämisyhdistys Liite ry:n yhteydessä. Samana vuonna Suomi ratifioi Euroopan neuvoston dopinginvastaisen yleissopimuksen.

Hiihdon 2001 MM-kilpailujen tapahtumien johdosta perustetun työryhmän yksi suositus koski antidopingtoimintaa, jota haluttiin tehostaa. Päätettiin perustaa uusi, opetusministeriön rahoittama, itsenäinen organisaatio Maailman Antidopingtoimiston (WADA) hallintomallin mukaisesti. Liikuntalääketieteen ja kuntotestauksen toimialat siirrettiin Liikuntatieteelliselle Seuralle (LTS). 8.11.2001 pidettiin Suomen Antidopingtoimikunta ADT ry:n perustamiskokous.

#### Organisaatio

Suomen Antidopingtoimikunta ADT ry perustettiin 8.11.2001 ja merkittiin yhdistysrekisteriin 20.11.2001. ADT otti vastuulleen antidopingtoiminnan ja dopingvalvonnan Liikuntalääketieteen ja testaustoiminnan edistämisyhdistys (LIITE) ry:n Antidopingtoimikunnalta 1.1.2002 alkaen.

ADT:lla on viisi jäsentä:

- Suomen Liikunta ja Urheilu ry
- Suomen Olympiakomitea ry
- Suomen Paralympiakomitea ry
- Suomen Urheilulääkäriyhdistys – Finlands Idrottsläkareförening ry sekä
- Suomen valtio, jota edustaa opetusministeriö

Jäsenet nimeävät yhdistyksen hallituksen siten, että opetusministeriö nimeää kolme jäsentä kuudesta. Lisäksi hallitukseen kuuluu puhe- ja läsnäolo-oikeudella urheilijoiden edustaja, jonka Olympiakomitean urheilijavaliokunta valitsee. Hallituksen keskeisimpiä

tehtäviä on johtaa yhdistyksen strategista toimintaa ja vahvistaa Suomessa sovellettava antidopingsäännöstö.

ADT:n erivapauslautakunta (neljä lääkärijäsentä) käsittelee erivapausasioita. Lautakunta voi urheilijan kirjallisesta anomuksesta myöntää määräaikaisen erivapauden kielletyn aineen ja/tai menetelmän käyttämiseen WADA:n vahvistaman kansainvälisen standardin mukaisesti.

ADT:n valvontalautakunta (kaksi lääkärijäsentä ja kaksi juristia) on toimielin, joka tekee antidopingsäännösten perusteella päätökset siitä, onko jokin teko dopingrikkomus vai ei.

ADT:n toimistossa on kahdeksan toimihenkilöä, ja lisäksi ADT:n palveluksessa on osa-aikainen sivutoiminen lääketieteellinen johtaja. Dopingtestejä tekee ADT:n valtuuttamana lähes 40 sivutoimista dopingtestaajaa ympäri Suomea (ja tarvittaessa ulkomailla).

Opetusministeriö rahoittaa ADT:n toiminnan. Valtion yleisavustuksen suuruus on 1.500.000 € vuonna 2008.

### **Toiminta-alueet**

ADT:n keskeiset toiminta-alueet ovat:

- dopingtestaus
- koulutustoiminta ja
- kansainvälinen toiminta

ADT:n organisaation toimintaan kuuluvat lisäksi tutkimustoiminnan koordinointi, viestintä, lääketieteelliset asiat ja oikeudelliset asiat.

### **Kielletyt aineet ja menetelmät urheilussa 2009**

Suomen Antidopingtoimikunta ADT ry:n Kielletyt aineet ja menetelmät urheilussa -luettelot perustuvat Maailman Antidopingtoimiston (WADA) julkaisemaan luetteloon urheilussa kielletyistä aineista ja menetelmistä.

Luettelot eivät sisällä aivan kaikkia Suomessa käytössä olevia lääkevalmisteita. Urheilijan tulee varmistaa, että hänellä on ajan tasalla oleva Kielletyt aineet ja menetelmät urheilussa -luettelo. Tarvittaessa hänen tulee ottaa yhteyttä ADT:n toimistoon tai lajiliittoonsa. Liittymällä ADT:n internetsivuilla tiedonjakoverkoston ADT lähettää kaikki luettelon päivitykset suoraan sähköpostiin.

Kiellettyjen aineiden ja menetelmien luettelo on saatavissa englanniksi WADA:n internetsivuilta.

Minkä hyvänsä lääkeaineen käytön tulee urheilussa rajoittua vain lääketieteellisiin käyttötarkoituksiin. Siten esim. efedriiniä ei saa käyttää tehostamaan harjoittelua, vaikka se onkin kielletty ”vain kilpailujen yhteydessä”, kilpirauhashomoneja saa käyttää ainoastaan kilpirauhasen vajaatoiminnan hoitoon.

Taulukkoon II on koottu aakkosjärjestykseen vuoden 2008 lopulla Suomessa markkinoilla olevat kielletyt lääkkeet sekä useimmat sallitut lääkkeet. Taulukkoon II ADT on listannut "sallituiksi aineiksi" vain sellaiset aineet, jotka ovat juridisesti lääkeaineita eli joilla on myyntilupa lääkkeinä ja joita valvotaan viranomaisten ja lääketehaiden itsensä toimesta. Luettelot käsittävät sekä resepti- että käsikauppalääkkeet. Teknokemiallisia tuotteita, ravintolisiä ja niin sanottuja luontaistuotteita ei taulukoissa ole. Niiden koostumuksesta tulee tiedustella myyjältä tai maahantuojalta. Kielletyt lääkkeet on painettu taulukkoon II tummennettuna ja alleviivattuna. Taulukkoon II on alleviivattuna ja vinokirjaimin (mutta ei tummennettuna) merkitty lääkkeet, jotka ovat kiellettyjä tietyissä urheilulajeissa tai tietyin tavoin annosteltuna. Yläindeksien selitykset ovat lopussa. Niissä on täsmennyksiä ja huomautuksia sekä kiellettyjen että sallittujen aineiden osalta.

Urheilijan tulisi aina lääkärillä käydessään näyttää oheinen luettelo kielletyistä aineista ja menetelmistä, ettei lääkäri vahingossa anna tai määrää kiellettyä ainetta sisältävää lääkettä. Apteekissa asioidessaan urheilijan tulisi tarkistaa, ettei myöskään käsikaupasta ostettu valmiste ole kielletty. Tarkkuutta tulee noudattaa myös silloin, kun lääkäri kirjoittaa urheilijalle määräyksen apteekissa valmistettavaan lääkkeeseen, jolla ei ole kaupanimeä. Näiden ns. ex tempore -valmisteiden osalta, tulee urheilijan selvittää lääkäriltä tai apteekista, sisältääkö lääke taulukossa I mainittuja kiellettyjä aineita kielletyssä muodossa.

## Ravintolisät

Markkinoilla on runsaasti lääkkeitä muistuttavia tuotteita, ravintolisiä, jotka sisältävät kasvi- ja eläinkunnasta peräisin olevia aineita ja uutteita tai myös synteettisiä aineita. On mahdollista, että näitä tuotteita syömällä urheilijat saavat elimistöönsä esim. piristeiden kaltaisia dopingaineeksi luokiteltuja aineita. Toisaalta ne voivat sisältää epäpuhtauksina kiellettyjä aineita, esim. testosteronin ja nandrolonin esiasteita. Vaikka ravintolisän tuoteselosteessa ei mainittaisikaan kiellettyjä aineita, tulkitaan niiden käyttö dopingrikkomukseksi, jos niitä käyttämällä on testitulokseksi tullut positiiviseksi. Urheilijan ei tulisi käyttää mihinkään tarkoitukseen ravintolisiä varmistumatta ensin niiden koostumuksesta. Niiden koostumus saattaa vaihdella valmistuserästä toiseen. Myyjältä tai maahantuojalta kannattaa pyytää kirjallinen todistus siitä, etteivät heidän tuotteensa sisällä kiellettyjä aineita. Tällöinkin on syytä muistaa, että urheilija itse on vastuussa tuotteen käytöstä ja mahdollisesta positiivisesta testituloksesta. ADT ei analysoi ravintolisiä tai niiden valmistuseriä eikä luokittele ravintolisiä "sallituiksi" tai "kielletyiksi" taikka "turvallisiksi" tai "epäilyttäviksi". ADT ei ylläpidä luetteloita koti- tai ulkomaisten ravintolisien tai muiden urheiluvalmisteiden koostumuksesta.

## Muutoksia edellisvuoden luetteloon ja säännöksiin

WADA on laajentanut vuonna 2009 "erikseen määriteltujen aineiden" luetteloa. Uusi jako "erikseen määriteltymiin" ja "muihin kuin erikseen määriteltymiin aineisiin" mahdollistaa vuoden 2009 alusta voimaantulevan Maailman antidopingsäännösten mukaiset joustavammat rangaistukset dopingrikkomuksista. "Muiden kuin erikseen määriteltujen" dopingaineiden (ns. kovat dopingaineet), esim. anabolisten steroidien, EPO:n ja amfetamiinin kaltaisten piristeiden sekä erilaisten manipulaatiomenetelmien käytöstä urheilija tulee edelleen saamaan pääsääntöisesti kahden (2) vuoden urheilun toimintakiellon. Valtaosa dopingaineista tulee kuitenkin kuulumaan "erikseen määriteltymiin" dopingaineisiin (ns. tavalliset dopingaineet), joiden osalta toimintakiellon

pituus riippuu siitä, onko käytön yhteydessä osoitettavissa lieventäviä tai raskauttavia seikkoja.

5a-reduktaasi-inhibiittorit dutasteridi ja finasteridi ovat ensi vuoden alusta sallittuja. Niitä voi käyttää (esim. hiustenlähdön tai eturauhasen liikakasvun hoitoon) ilman erivapautta. Suomesta saatavilla olevia lääkevalmisteita, jotka sisältävät dutasteridiä tai finasteridiä ovat Avodart, Finasterid, Finasteride, Gefina, Propecia, Proscar ja Tifisterid.

Diureeteista brintsoliamidi ja dortsoliamidi eivät ole enää kiellettyjä silmätipoissa. Sallituiksi tulevia valmisteita ovat esim. Azopt ja Trusopt.

Suonensisäistä nesteytystä käsitteleviä sääntöjä on muutettu. Ilman erivapautta suonensisäinen nesteytys on sallittua silloin, kun sitä käytetään kirurgisen toimenpiteen, lääketieteellisen hätätilanteen tai kliinisen tutkimuksen yhteydessä.

Uusia kiellettyjä aineita ovat geenidopingiin luettavat aineenvaihduntahäiriöiden ja diabeteksen hoitoon kehitteillä olevat peroksisomiproliferaattorilla aktivoituvan reseptori deltan (PPAR $\delta$ ) agonistit sekä PPAR $\delta$ - adenosiinimonofosfaatin (AMP) aktivoiman proteiinikinaasi (AMPK) -akselin agonistit (esim. AICAR; 5-aminoimidatsoli-4-karboksiamidi-1- $\beta$ -D-ribofuranosidi). Näiden aineiden geenien kautta välittyvät vaikutukset muistuttavat elimistössä kestävyysharjoittelun aikaan saamia vaikutuksia. Ne lisäävät elimistössä rasvan palamista ja glukoosin soluunottoa sekä vaikuttavat lihassäikeiden ominaisuuksiin muuttamalla esim. nopeita säikeitä hitaiksi. Siten näillä aineilla voi lisätä kestävyyttä tai saada liikunnan myönteisiä vaikutuksia harjoittelematta.

Alkoholi ja beetasalpaajat ovat vuonna 2009 kiellettyjä kaikissa FIQ:n alaisissa keilailumuodoissa.

WADA on säilyttänyt nuhalääkkeissä yleisen pseudoefedriinin (Aerinaze, Cirrus, Clarinase, Duact) sallittuna aineena. Pseudoefedriini kuuluu kuitenkin seurannan kohteena olevien aineiden listalle muiden lievien piristeiden tapaan. Seurannan kohteena olevien aineiden laajamittainen käyttö voi johtaa siihen, että aine kielletään tulevaisuudessa. Seurannan kohteena olevien aineiden (kuten muidenkin lääkeaineiden) osalta on syytä muistaa, että minkä hyvänsä lääkeaineiden käytön tulee urheilussa rajoittua vain lääketieteellisiin käyttötarkoituksiin. Siten esim. pseudoefedriiniä ei saa käyttää kuin ainoastaan taudin hoitoon lääkärin ohjeen mukaisesti.

## WADA:n seurantaohjelma vuonna 2009

Havaitakseen joidenkin aineiden liiallista käyttöä urheilussa WADA tarkkailee kilpailujen yhteydessä otetuista dopingnäytteistä vuonna 2009 seuraavia aineita ja aineiden pitoisuuksien suhteita:

### 1. Piristeet (S6.)

Kilpailujen yhteydessä otetuista näytteistä seuraavia piristeitä (positiivinen testitulokset ei johda rangaistuksiin): bupropioni, fenyyliefriini (metaoksedriini), fenyylipropanoliamiini (norefedriini), kofeiini, pipradroli, pseudoefedriini ja synefriini.

### 2. Huumaavat kipulääkkeet (S7.)

Kilpailujen yhteydessä otetuista näytteistä virtsan morfiini- ja kodeinipitoisuuksien suhdetta (mikäli suhde osoittaa urheilijan käyttäneen sallittua kodeiinia, ei seurauksena ole rangaistusta).

### **Erivapaus urheilijan lääkityksessä**

*WADA:n uudistettu Kansainvälinen erivapausstandardi tuli voimaan 1.1.2009. Uudistusten myötä ilmoitusmenettelyyn perustuva erivapaus (ATUE) on poistunut. Tilalle on tullut:*

- 1. Astman ja astman kaltaisten tilojen hoitoon keuhkoinhalaatioina käytettävien formoterolin, salbutamolien, salmeterolin ja terbutaliinin osalta, määritellyt minimivaatimukset täyttävä, joko etukäteen haettava erivapaus (Therapeutic Use Exemption, TUE) tai taannehtiva erivapaus (Retroactive TUE). Mikäli urheilijalla on erivapausstandardin ja ohjeiden mukaisesti mahdollisuus taannehtivaan erivapauteen, hänen tulee ilmoittaa näiden aineiden käytöstä heti, kun käyttö alkaa, käyttäen mahdollisuuksien mukaan joko ADAMS -järjestelmää tai ADT:n lomaketta. Ohjeet siitä, kenellä on mahdollisuus tässä kohdassa mainittuun taannehtivaan erivapauteen löytyvät kohdasta ADT:n menettelyohje ja tasomäärittely. Katso määritellyt minimivaatimukset englanniksi Kansainvälisestä erivapausstandardista.*

*HUOM! Kansainvälisen lajiliittonsa rekisteröityyn testauspooliin kuuluvat urheilijat hakevat aina erivapauden etukäteen kansainvälisestä lajiliitoltaan.*

- 2. Keuhkoinhalaatioina ja paikallisina pistoksina käytettävistä glukokortikosteroideista tulee urheilijan itse tehdä lääkkeenkäyttöilmoitus (Declaration of Use), Kansainvälisen erivapausstandardin mukaisesti (käyttäen mahdollisuuksien mukaan joko ADAMS -järjestelmää tai ADT:n lomaketta).*

*Urheilijan on myös otettava huomioon, että ennen vuotta 2009 myönnettyjen ilmoitusmenettelyyn perustuvien erivapauksien (ATUE) voimassaolo päättyy 31.12.2009, ellei niitä kirjallisesti peruta tai elleivät ne umpeudu jo ennen 31.12.2009.*

### **Kansallisen tason urheilijat ja kansalliset urheilutapahtumat**

ADT:n erivapauslautakunta voi urheilijan kirjallisesta anomuksesta myöntää määräaikaisen (voimassaoloaika käy ilmi urheilijalle lähetettävästä todistuksesta) erivapauden kielletyn aineen ja/tai menetelmän käyttämiseen WADA:n vahvistaman Kansainvälisen erivapausstandardin mukaisesti. ADT:n tekemä erivapauspäätös koskee kansallisen tason urheilijaa ja kansallisen tason kilpailuja Suomessa.

### **Tasomäärittely**

ADT:n testauspooleihin ja muutoin tasomäärittelyyn piiriin kuuluvien urheilijoiden tulee iästä riippumatta hakea erivapaudet Kansainvälisen erivapausstandardin ja ADT:n ohjeiden mukaisesti.

Muiden (tasomäärittelyyn ulkopuolella olevien) urheilijoiden kohdalla ADT tarkistaa jälkikäteen, että kiellettyjen aineiden ja menetelmien luettelossa olevien aineiden käytölle on lääketieteellinen peruste. Tällöin ADT pyytää urheilijaa toimittamaan tarvittavat todistukset ja selvitykset jälkikäteen.

Poikkeus: kansainvälisen tason urheilijoiden ja kansainvälisiin urheilutapahtumiin osallistuvien urheilijoiden erivapautta koskevat hakemukset on urheilijan toimitettava etukäteen kansainväliselle lajiliitolleen (kansainvälisen lajiliiton sääntöjen mukaisesti) iästä ja kansallisesta tasosta riippumatta. Mikäli urheilijalla on ADT:n hyväksymä erivapaus, urheilijan tulee selvittää, hyväksyykö kansainvälinen lajiliitto ADT:n tekemän erivapauspäätöksen.

### **Kansainvälisen tason urheilijat ja kansainväliset urheilutapahtumat**

WADA:n laatimassa kansainvälisessä säännöstössä on erivapauksien osalta määrätty toimivaltajako siten, että kansainvälisen lajiliiton tehtävänä on hoitaa kansainvälisen tason urheilijoiden ja kansainvälisiin urheilutapahtumiin osallistuvien urheilijoiden erivapausmenettely. Kansainvälisen tason urheilijoiden ja kansainvälisiin urheilutapahtumiin osallistuvien urheilijoiden on selvitettävä erivapauteen liittyvät menettelyt kansalliselta lajiliitolta tai kansainväliseltä lajiliitolta. Erivapautta koskevat hakemukset on urheilijan toimitettava tarvittaessa kansainväliselle lajiliitolleen (englanniksi täytettynä ja kansainvälisen lajiliiton lomakkeella, mikäli sellainen on olemassa). Huom! Ota aina itsellesi kopio täytetystä erivapauslomakkeesta.

Urheilijan tulee toimittaa kopio kansainvälisen lajiliiton erivapauspäätöksestä tiedoksi ADT:lle.

### **Erivapauden edellytykset**

Erivapaus voidaan myöntää kaikille Suomen antidopingsäännösten piiriin kuuluville urheilijoille. Erivapaus voidaan myöntää mille hyvänsä WADA:n kiellettyjen aineiden ja menetelmien luettelossa mainitulle hoitomuodolle, mutta sen tulee täyttää seuraavat ehdot:

1. Lääkitys tai menetelmä on urheilijan hoidon kannalta välttämätön, ja urheilijalle seuraa terveydellisiä haittoja, mikäli hän lopettaa kyseisen lääkkeen tai menetelmän käytön.
2. Lääkityksen tai menetelmän käytön syy ei saa olla seurausta aiemmasta jonkin kielletyn lääkkeen tai menetelmän ei-lääketieteellisestä käytöstä.
3. Lääkitykselle tai menetelmälle ei ole olemassa asianmukaista vaihtoehtoista lääkitystä tai muuta hoitoa.
4. Lääkkeen tai menetelmän hoidollinen käyttö ei saa tuottaa urheilijalle ylimääräistä hyötyä terveisiin urheilijoihin verrattuna, eli se ei saa kohottaa urheilijan suorituskykyä korkeammalle tasolle kuin mitä se olisi ilman sairauden aiheuttamaa haitallista vaikutusta suorituskykyyn.

Erivapauden voi saada taannehtivasti (Retroactive TUE) vain seuraavissa tilanteissa:

- a. Kun lääkkeen tai menetelmän käyttö on ollut välttämätöntä akuutissa lääketieteellisessä hätätilanteessa.
- b. Kun lääkkeen tai menetelmän käyttö on tapahtunut ennalta arvaamattomassa äkillisessä tilanteessa, jolloin urheilijalla ei ole ollut aikaa tai mahdollisuutta jättää erivapausanomusta tai erivapauslautakunnalla ei ole ollut aikaa tai mahdollisuutta käsitellä erivapausanomusta ennen dopingtestiä.

c. Kun urheilijalla on erivapausstandardin ja ohjeiden mukaisesti mahdollisuus taannehtivaan erivapauteen keuhkoinhalaatioina käytettävien formoterolin, salbutamolin, salmeterolin ja terbutaliinin osalta.

#### **Erivapauslomake**

Erivapautta anotaan Hakemuslomakkeella (Application Form, TUE) minkä hyvänsä kiellettyjen aineiden ja menetelmien luettelossa mainitun aineen tai menetelmän käytölle.

#### **Lääkkeenkäyttöilmoitus**

Keuhkoinhalaatioina ja paikallisina pistoksina käytettävistä glukokortikosteroideista tulee urheilijan itse tehdä Lääkkeenkäyttöilmoitus (Declaration of Use). Mikäli urheilijan käytössä ei ole ADAMS -järjestelmää, voi lääkkeenkäyttöilmoituksen tehdä ADT:lle käyttäen ADT:n Lääkkeenkäyttöilmoituslomaketta.

Mikäli urheilijalla on erivapausstandardin ja ohjeiden mukaisesti mahdollisuus taannehtivaan erivapauteen astman ja astman kaltaisten tilojen hoitoon keuhkoinhalaatioina käytettävien formoterolin, salbutamolin, salmeterolin ja terbutaliinin osalta, hänen tulee tehdä lääkkeenkäyttöilmoitus heti, kun käyttö alkaa (käyttäen mahdollisuuksien mukaan joko ADAMS -järjestelmää tai ADT:n lomaketta). Ohjeet siitä, kenellä on mahdollisuus taannehtivaan erivapauteen astman ja astman kaltaisten tilojen hoitoon keuhkoinhalaatioina käytettävien formoterolin, salbutamolin, salmeterolin ja terbutaliinin osalta löytyvät kohdasta ADT:n menettelyohje ja tasomäärittely.

#### **Erivapaushakemuksen käsittely** (kansallisen tason urheilijat ja kansalliset urheilutapahtumat)

Erivapaushakemus on jätettävä vähintään 21 vuorokautta ennen kuin erivapauden kohteena olevaa lääkitystä tai menetelmää aiotaan käyttää.

Erivapaushakemuslomake osoitetaan Suomen Antidopingtoimikunnan erivapauslautakunnalle ja toimitetaan osoitteeseen Suomen Antidopingtoimikunta ADT ry, Radiokatu 20, 00240 Helsinki.

Huom! Ota aina itsellesi kopio täytetystä erivapauslomakkeesta.

ADT:n erivapauslautakunta voi halutessaan pyytää urheilijalta lisäselvityksiä tai -tutkimuksia erivapauden arvioimiseksi. Urheilija saa myönnetystä erivapaudesta todistuksen ADT:n erivapauslautakunnalta.

Lupa lääkkeiden käyttöön tulee voimaan ADT:n erivapauslautakunnan määräämänä ajankohtana, yleensä välittömästi erivapauslautakunnan myönteisen päätöksen ja erivapautodistuksen kirjoittamisen jälkeen. On huomattava, että ADT:n rekisteröityyn testauspooliin kuuluvien urheilijoiden erivapaudet voidaan vielä arvioida WADA:n erivapauskomiteassa, joka voi muuttaa päätöstä 30 vuorokauden kuluessa saatuaan sen tiedoksi. Mikäli WADA peruu ADT:n erivapauslautakunnan myönteisen päätöksen, urheilijalla on 14 vuorokautta aikaa WADA:n päätöksestä lukien lopettaa kyseisen lääkityksen tai menetelmän käyttö ilman, että häntä rangaistaisiin siitä.

Urheilijan on pidettävä todistus erivapaudesta aina mukanaan ja se on esitettävä dopingtestissä.

## Erivapauspäätöksestä valittaminen

Urheilija voi valittaa ADT:n erivapauslautakunnan kielteisestä erivapauspäätöksestä joko WADA:n erivapauskomitealle, valvontalautakunnalle tai Urheilun oikeusturvalautakunnalle.

## Erivapauden uusiminen

Erivapaudet ovat määräaikaista ja urheilija on vastuussa erivapauden uusimisesta. Erivapauden uusimiseksi on toimitettava uusi hakemuslomake.

Nykyiset erivapaudet päättyvät 31.12.2009 riippumatta aikaisemmin myönnetyn erivapauden pituudesta ja jatkossa erivapaudet ovat voimassa vuoden (1).

## PYÖRÄILYN ERITYISVAATIMUKSET

Lisenssin omaava pyöräilijä on UCI:n sääntöjen (Luku 14) mukaisten dopingsäännösten alainen. Pyöräilijä vastaa aiheuttamistaan vahingoista ja langetetuista rangaistuksista, sakkomaksuista ja korvauksista.

Pyöräilijän tulee osallistua UCI:n sääntöjen (Luku 13) mukaisiin terveys- ja lääkärintarkastuksiin. Pyöräilijä on velvollinen osallistumaan hänelle määrättyihin veritesteihin. Ylimmät sallitut hematokriittiarvot miehillä on 50 (%) ja vastaavasti naisilla 47 (%) §4/ 13.1.063. Pyöräilijä vastaa aiheutuneista vahingosta ja langetetuista rangaistuksista, sakkomaksuista ja korvauksista. Mikäli urheilijan edellytetään osallistuttava jatkotutkimuksiin ja selvityksiin on urheilijan maksettava kaikki asiaan liittyvät kulut. Tarvittaessa SPU avustaa ongelmatapauksissa.

Kansainvälisissä kilpailuissa urheilijan tulee tarkistaa maalialueen ja dopingtestaustilan ilmoitustauluilta mahdollinen testiin joutuminen mm. arvonnalla perusteella.

### Lisätietoja:

#### SPU toimistosta

Radiokatu 20, 00093 SLU

puh 050 5960 975

fax

s-posti [markku.nieminen@pyoraily.fi](mailto:markku.nieminen@pyoraily.fi)

verkkosivut [www.pyoraily.fi](http://www.pyoraily.fi)

#### Suomen Antidopingtoimikunta, ADT ry

Radiokatu 20, 00240 Helsinki

(09) 3481 2020

(09) 148 5195

[info@antidoping.fi](mailto:info@antidoping.fi)

[www.antidoping.fi](http://www.antidoping.fi)

#### Kansainvälinen Pyöräilyliitto, UCI

<http://www.uci.ch>