



TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2023

1. TIIVISTELMÄ

Kuusankosken Urheiluseura saavutti kuluneena vuonna sadankahdeksan vuoden iän. Seura keskittyi vakiinnuttamaan paikkaansa laadukkaiden kilpailuiden ja kuntourheilutapahtumien järjestäjänä.

Seura järjesti toista kertaa peräkkäin Kouvolan Jaalassa 23.9.2023 Kalevan Kierroksen suunnistuskilpailut. Kilpailut käytiin Janne Weckmanin päivittämällä Venearonvuorten kartalla ja siihen ilmoittautui 200 suunnistajaa.

Kuntorasteja järjestettiin vuonna 2023 kymmenen tapahtumaa, joissa suunnistussuorituksia kertyi ennätysmäärä, kaikkiaan 951. Tapahtumat olivat entiseen tapaan osallistujille ilmaisia. Kuten edellisilläänkin kausilla, maastoon jätettiin kuitunauhat rastipisteille, ja kartat olivat vapaasti ladattavissa kotisivuilla harjoituskäyttöön koko kesän.

Lasten yleisurheilun Hippo-kisat järjestettiin yhteistyössä Kymenlaakson Osuuspankin kanssa 21.8.2023. Tapahtuma keräsi Kuusankosken Urheilupuistoon kaikkiaan 400 kilpailijaa. Kisa oli järjestyksessään 38. Kuusaa-juoksu järjestettiin ensimmäistä kertaa 12.8.2023 Kuusankosken keskustassa, ja siihen osallistui 50 juoksijaa.

Seuran kartoitustyö jatkui toimintavuonna suhteellisen toimieliaana, vaikkei uusia karttoja julkaistukaan. Toimintavuonna 2023 päivitettiin useita karttoja kuntorastien ratamestareiden ja Kari Hovin toimesta. Kari Hovi päivitti myös Sompasen kaakkoispuolen kartan ja sillä alueella päästiinkin kuntosuunnistamaan pitkästä aikaa.

Kalevan Kierrokselle osallistuttiin yhdellä naisjoukkueella ja yhdellä sekajoukkueella. Naiset kasvattivat joukkuekisassa voittoputkeaan ottaen kolmannen peräkkäisen voiton. Vuodesta 2015 lähtien joukkuekisan voittoja on kertynyt jo seitsemän ja hopeasijoja kaksi.

Seura osallistui Venlojen ja Jukolan viesteihin kahdella naisjoukkueella ja yhdellä miesjoukkueella. Viestit juostiin 17.–18.6.2023 Porvoon Epoossa. Lisäksi osallistuttiin Suomen mestaruus- ja kansallisiin kilpailuihin sekä Halikko-viestiin.

Seura on ollut toimintavuonna Suomen Suunnistusliiton, Suomen Urheiluliiton, Kymenlaakson Liikunnan ja Kymenlaakson Yleisurheilun, Kymenlaakson Urheiluseurojen Yhdistyksen sekä Kaakon Suunnistuksen jäsen.

2. SEURAN TARKOITUS JA URHEILUMUODOT

Seuran tarkoituksena on edistää liikuntaharrastusta seuran toiminta-alueella. Seura tarjoaa niin nuorille kuin varttuneemmillekin jäsenilleen mahdollisuuden harrastaa kunto- ja terveysliikuntaa sekä kilpa- ja huippu-urheilua edellytystensä ja tarpeidensa mukaisesti.

Toimintavuonna seuran urheilumuotoina ovat olleet yleisurheilu, maastopyöräily, polkujuoksu ja suunnistus sekä kunto- ja terveysliikunta. Toimintaa ovat käytännössä toteuttaneet vastuuhenkilöt tukiryhmineen. Seuran hallitus on tukenut lajien toimintaa.

3. JÄSENISTÖ

Jäsenmäärä oli vuoden lopussa 267, josta alle 20-vuotiaita 6 henkilöä. Jäsenrekisteripalveluista on vastannut Kymenlaakson Liikunta.

4. HALLITUS

Jukka Salo	puheenjohtaja
Sanna Karjalainen	varapuheenjohtaja
Olli Jokisalo	sihteeri
Mirva Hilander	taloudenhoitaja
Tommi Manninen	karttavastaava
Heidi Kilpinen-Suurnäkki	Polkujuoksuvastaava
Sakari Martikainen	
Anni Heiskala	
Jonna Salminen	

5. KILPAILU-, KOULUTUS JA VALMENNUSTOIMINTA

Kilpailutoiminta on keskittynyt Kalevan Kierros – kestävyysurheilutapahtumaan sekä yleisurheiluun.

Seura järjesti toisen kerran peräkkäin Kouvolan Jaalassa 23.9.2023 Kalevan Kierroksen suunnistuskilpailut. Kilpailut käytiin Janne Weckmanin tuoreella Venearonvuorten kartalla. Kilpailuihin ilmoittautui 200 suunnistajaa.

Tarkemmat tiedot kilpailu-, koulutus- ja valmennustoiminnasta ilmenevät eri lajien toimintakertomuksista.

Karttavastaavana on toiminut Tommi Manninen.

6. TIEDOTUS, HALLINTO

Seuran tiedottamisesta vastasi toimikaudella hallitus. Hallitus ja vastuuhenkilöt ovat hoitaneet tiedottamisen lehti-ilmoituksilla, tiedotteilla, seuran kotisivuilla osoitteessa www.kuus.fi sekä Facebookissa.

Seuran kotisivujen ylläpitoon osallistuivat useat henkilöt. Jäsenkirjurina toimi Jukka Salo. Jäsenrekisteripalvelut tuotti Kymenlaakson Liikunta ry.

7. SAADUT AVUSTUKSET JA LAHJOITUKSET

Seura on saanut taloudellista tukea toimintaansa muun muassa Kouvolan kaupungilta, UPM Kymmene Oyj:ltä sekä muilta lahjoittajilta. Seura kiittää lämpimästi kaikkia tukijoitaan.

8. TALOUS

Seuran talous on hyvä. Varsinainen toiminta oli ylijäämäistä 3.979,60 euroa.

Taloudenhoidosta ja kirjanpidosta vastasi Mirva Hilander.

9. TOIMINNANTARKASTUS

Seuran toiminnantarkastajina ovat toimineet Mika Rissanen ja Virpi Hyyrynen. Varatoiminnantarkastajina ovat olleet Henna Luostarinen ja Heli Taskinen.

Johtokunta

LIITTEET

1. Yleisurheilu
2. Suunnistus
3. Maastopyöräily
4. Kunto- ja terveystoiminta
5. Polkujuoksu

YLEISURHEILU
Toimintakertomus vuodelta 2023

Niklas Heikkilän kausi 2023 oli jalkaongelmien sävyttämä. Kauden avaus sujui mallikkaasti kesäkuussa Keuruulla, jossa syntyi uusi 3000 m henkilökohtainen ennätys 8.36,45. Myös viikkoa myöhemmin juostu Jämsän 1500 m sujui mallikkaasti 3.55,83. Tämän jälkeen Heikkilälle tuli taukoa jalkaongelmien takia ja niiden helpottaessa iski tautikierre, jonka takia mm. kauden päätavoite Kalevan kisat Lahdessa jäivät väliin.

Perinteiset Hippon kisa- ja kilpailut pidettiin Kuusankosken hyväkuntoisella yleisurheilukentällä maanantaina 21.8.2023. Lajeina olivat juoksu, pallonheitto ja pituushyppy, ja vanhimmat osallistujat olivat 11-vuotiaita. Kilpailijoita ilmoittautui ennätysmäärä, ja elokuun arki-iltana kentällä liikkui noin 400 lasta vanhempineen.

Tänä vuonna juostiin ensimmäistä kertaa Kuusaa-juoksu -nimellä kulkeva hölkkätapahtuma 12.8.2023. Tapahtuma järjestettiin yhteistyössä Voikkaan Viestin kanssa, ja Kuusankosken-Jaalan aluetoimikunnan avustuksella tapahtuma voitiin pitää ilmaisena osallistujille. Tapahtumakeskus oli Taideruukin alueella, ja reitti kulki joen eteläpuolta Kuusaan sillalle, josta joen pohjoispuolta kävelyreittiä ja Koskenrannan kautta takaisin ruukkialueelle. Reitti oli kierrettävissä yksi tai kaksi kertaa matkojen ollessa 4,7 ja 9,4 km. Tapahtumaan osallistui 50 henkilöä.

SUUNNISTUS

Toimintakertomus vuodelta 2023

Yleistä

Kuusankosken Urheiluseuran suunnistustoiminta keskittyi kaudella 2023 kartoitus-, kuntosuunnistus- ja kilpailutoimintaan sekä kilpailujen järjestämiseen.

Kartoitustoiminta

Vuonna 2023 päivitettiin useita karttoja kuntorastien ratamestareiden ja Kari Hovin toimesta. Kari Hovi päivitti myös Sompasen kaakkoispuolen kartan ja sillä alueella päästiinkin kuntosuunnistamaan pitkästä ajasta.

Kuusankosken Urheiluseura ry sai vuonna 2022 Kymin 100-vuotissäätiöltä 5000 € apurahaa suunnistuskarttojen päivitykseen ja laadintaan. Rahat oli tarkoitus käyttää Pahasaari/Ilvesvuori-kartan laadintaan. Valitettavasti emme saaneet kaikilta maanomistajilta lupaa käyttää kyseistä aluetta suunnistustoimintaan ja jouduimme luopumaan suunnitelmasta. Apurahan käytön kohteeksi vaihtui Verlan kartan päivitys sekä mahdollinen sprinttikartan tekeminen vanhasta tehdasmuseoalueesta. Maanomistajakirjeet on tarkoitus lähettää heti alkuvuodesta 2024.

Olli Jokisalo ja Tommi Manninen osallistuivat kaupungin karttapalaveriin. Vuonna 2023 ei seuralle tullut merkittäviä kartoituskuluja, joten seuralle ei myönnetty kaupungin suunnistuskartta-avustusta.

Kuntosuunnistus

Kuntorastikausi aloitettiin sprinttisuunnistuksella 17.4.2023 Kuusankosken keskustasta kauppatorilta. Kausi toteutettiin pitkälti samalla mallilla kuin edellisinä vuosina. KuUS-kuntorasteja on järjestetty osallistujille ilmaisina yhteistyökumppanien tuen avulla vuodesta 2016 lähtien. Kauden 2023 tapahtumia mainostettiin viikoittain PK-lehdessä, joka valikoitui lehden levikin ja ilmoitushintojen vuoksi. Myös tulokset julkaistiin aina seuraavan viikon ilmoituksen yhteydessä.

Kauden aikana kuntorasteja järjestettiin maanantaisin yhteensä 10 tapahtumaa. Kuten edellisilläkin kausilla, maastoon jätettiin kuitunauhat rastipisteille, ja kartat olivat vapaasti ladattavissa kotisivuilla harjoituskäyttöön koko kesän.

Järjestimme yhteistyössä Kouvolan Suunnistajien kanssa kahdet KS Taito-rastit 1.6.2023 Kaakkovuorella ja 31.8.2023 Venearonvuorilla. Kaakkovuorella aiheena oli pariviesti ja Venearonvuorilla oli SM-pitkänmatkan kilpailuun valmistava harjoitus. Molemmissa tapahtumissa oli myös kuntosuunnistusmahdollisuus. Tapahtumat olivat maksullisia.

Koko kaudella kuntorasteilla tehtiin 951 suoritusta, joka on tähänastinen ennätys. Edelliseen vuoteen verrattuna keskimääräinen kävijämäärä/tapahtuma nousi 14,3 %.

Vuosi	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
Suunnistajia yhteensä	164	475	384	478	437	458	300	749	951
Tapahtumia	11	15	10	10	12	11	8	9	10
Suunnistaja keskimäärin/tapahtuma	14,9	31,7	38,4	47,8	36,4	41,6	37,5	83,2	95,1
Muutos edelliseen vuoteen (%)		112,4	21,3	24,5	-23,8	14,3	-9,9	121,9	14,3

Taulukko kävijämäärien tilastosta



Kaavio vuosittaisesta kävijämäärien muutoksesta

Pvm	Paikka	Kävijöitä	Ratamestari
17.4.	Kuusankosken keskusta (sprintti)	98	Jukka Salo ja Niklas Heikkilä
24.4.	Kymintehdas (sprintti)	85	Heidi Kilpinen-Suurnäkki
1.5.	Voikkaa (sprintti)	83	Sanna Karjalainen
8.5.	Pilkanmaa	114	Mika Liukkonen
15.5.	Sairaalanmäki	88	Heidi Kilpinen-Suurnäkki
22.5.	Lamminmäki	72	Francis Blunt
29.5.	Kontjärvi	108	Olli Jokisalo
5.6.	Kattilamäki	93	Kari Hovi + tiimi
12.6.	Sääksniemi	125	Tommi Manninen
19.6.	Sompanen	85	Kari Hovi
YHTEENSÄ		951	

Taulukko kuntosuunnistuksista kaudella 2023

Kalevan Kierroksen suunnistuskilpailujen jälkeisenä päivänä 24.9.2023 oli mahdollista suunnistaa kilpailuista ylijääneillä kartoilla. Tapahtuma oli maksullinen.

Kilpailutoiminta

Vuoden 2023 Jukolan ja Venlojen viestit juostiin 17.–18.6.2023 Porvoossa. Jukolan viestiin osallistui 1679 ja Venlojen viestiin 1523 joukkuetta. Kuusankosken Urheiluseura osallistui Jukolan viestiin yhdellä ja Venlojen viestiin kahdella joukkueella.

Jukolan viestin joukkueet:

Kuusankosken Urheiluseura 1, sijoitus 632, aika 14:55:17

1 Mika Liukkonen	2:04:32	717.	2:04:32	717.
2 Jari Parviainen	2:17:34	647.	4:22:07	612.
3 Paavo Forsberg	2:22:36	603.	6:44:43	576.
4 Petri Tähtinen	1:46:47	836.	8:31:31	627.
5 Esa Pylvänen	2:02:11	889.	10:33:43	656.
6 Olli Jokisalo	1:57:10	999.	12:30:53	701.
7 Francis Blunt	2:24:23	471.	14:55:17	632.

Venlojen viestin joukkueet:

Kuusankosken Urheiluseura 1, hylätty

1 Mirva Hilander	1:03:24	303.	1:03:24	303.
2 Sanna Karjalainen	58:27	340.	2:02:02	290.
3 Anni Heiskala	1:16:44	402.	3:18:46	303.
4 Katri Pylvänen	hylätty			

Kuusankosken Urheiluseura 2, sijoitus 656, aika 5:42:05

1 Oili Harjula	1:22:43	755.	1:22:43	755.
2 Jonna Salminen	1:18:14	849.	2:40:58	841.
3 Anne Rasku	1:26:44	667.	4:07:42	726.
4 Heidi Kilpinen-Suurnäkki	1:34:23	656.	5:42:05	677.

21.10.2023 osallistuttiin Salossa järjestettävään Halikko-viestin kuntosarjaan yhdellä joukkueella, ja sinne matkattiin yhteiskuljetuksella. Kilpailumatka sai paljon positiivista palautetta, ja sinne osallistumista toivottiin seuran jatkavan tulevaisuudessa. Sijoitus kuntosarjassa oli 30/47.

Kilpailuihin, joissa jaettiin rankipisteitä, on osallistunut seuraavia seuran suunnistajia: Francis Blunt, Jukka Salo, Ari Hietanen, Kari Heikkilä, Sakari Martikainen, Anni Heiskala, Heidi Kilpinen-Suurnäkki, Jonna Salminen, Pia Hietanen ja Oili Harjula.

Raatojuoksussa Sipoossa oli seuraa edustamassa useita innokkaita seuran suunnistajia.

Seuran suunnistajia on osallistunut myös useisiin kansallisiin sekä muihin suunnistuskilpailuihin.

Kilpailujen järjestäminen

Kalevan Kierroksen suunnistus

Seura järjesti Kouvolan Jaalassa 23.9.2023 Kalevan Kierroksen suunnistuskilpailut. Kilpailut käytiin Janne Weckmanin tekemällä Huhdasjärven kartalla. Kilpailuihin ilmoittautui 200 suunnistajaa. Seura järjestää kilpailut vielä vuonna 2024 Kuusankoskella.

Kilpailuorganisaatio:

Kilpailunjohtaja Tommi Manninen

Ratamestari Olli Jokisalo

Kilpailusihteeri Sanna Karjalainen

Tulospalvelu Pekka Mettälä

Valvoja Jukka Salo

MAASTOPYÖRÄILY
Toimintakertomus vuodelta 2023

Kuusankoski MTB oli peruttu vuosina 2020 ja 2021 vallinneen koronapandemian vuoksi. Vuodelle 2022 kilpailua oltiin järjestämässä normaaliin tapaan, mutta tapahtumaan ennakkoon ilmoittautuneiden kilpailijoiden määrä jäi niin vähäiseksi, että tapahtuma peruttiin jälleen. Vuoden 2023 tapahtumia suunniteltaessa seuran hallitus tuli siihen päätökseen, että kuntorastien, Kalevan kierroksen suunnistuksen ja muiden vuoden aikana seuran järjestämien tapahtumien järjestelyihin menee niin paljon aikaa, että seuralla ei ole resursseja järjestää maastopyöräilytapahtumaa keväällä suunnistuskauden ollessa vilkkaimmillaan.

Kouvolan Pyöräilijät osoitti kiinnostusta tapahtuman järjestämiseen, joten heille annettiin valtuudet järjestää kilpailu samalla sapluunalla kuin aikaisempinakin vuosina. Urheiluseurasta luvattiin talkoisiin myös apuja, mutta vastuulliseen tapahtumanjärjestämiseen ei ollut aikaa eikä vapaaehtoisia. Kouvolan Pyöräilijät ei kuitenkaan löytänyt omista riveistään innokasta henkilöä kilpailua koordinoimaan, joten Kuusankoski MTB ei toteutunut myöskään vuonna 2023.

KUNTO- JA TERVEYSLIIKUNTA

Toimintakertomus vuodelta 2024

Kalevan Kierros

Kalevan Kierrokselle lähdettiin tänä vuonna naisjoukkueella Mirva Hilander, Terhi Harjula, Katri Pylvänen, Anne Rasku, Minna Viljasuo ja Lotta Kauppinen. Sekajoukkueessa olivat mukana Mika Liukkonen, Esa Pylvänen, Arto Matinen ja Hanna Lyyra.

Naiset kasvattivat joukkuekisassa voittopotkeaan ottaen kolmannen peräkkäisen voiton. Vuodesta 2015 lähtien joukkuekisan voittoja on kertynyt jo seitsemän ja hopeasijoja kaksi. Eroa toiseksi tulleeseen KENSUttariin kertyi 1680 pistettä.

Naisten yksilökilpailussa taistelu kokonaiskisan voitosta oli pyöräilyyn mennessä kutkuttava. Mirvan ero kierrosta johtavaan Kirsi Korpijärveen oli vain 75 pistettä. Edellisenä vuonna Mirva sai pyöräilystä 58 pistettä Kirsiä enemmän, mutta toisaalta Kirsi vei suunnistuksen 12 pisteen erolla Mirvaan. Valitettavasti Mirva koki ylitsepääsemätöntä epäonnea pyöräilyssä rikkoen vuorotellen molemmat renkaansa. Ensimmäisen rengasrikon jälkeen matka vielä jotenkuten jatkui, mutta toisen iskiessä kohdalle oli päivän onni käytetty ja matka jäi Mirvan osalta kesken. Katri nousi hyvällä pyöräilyllä kokonaiskisan toiseksi ja Terhi kolmanneksi. Loppupeleissä Kirsillemme ei tänäkään vuonna mahdettu mitään, mutta Terhi nousi vielä suunnistuksessa Katrin ohi kokonaiskilpailun toiselle sijalle. Osakilpailukohtaisesti nopeimman naisen kunnia meni hiihdossa ja soudussa Mirvalle, pyöräilyssä Terhille ja suunnistuksessa Hannalle.

Miehiä saatiin tälle vuodelle mukaan vain kolme ja Hanna oli sekajoukkueessa mukana neljäntenä. Esa ja Mika olivat hienosti kokonaiskilpailussa sijoilla 14 ja 15. Ikäsarjoissa Esan sijoitus oli M55-sarjassa kolmas ja Mika oli M40-sarjassa seitsemäs. Arto ehti mukaan vain kahteen lajiin. Joukkuekisassa suorituksia ei joka lajiin saatu tarvittavaa neljää, joten pistesaalis jäi vaatimattomaksi ja sijoitus viime vuoden hienon viidennen sijan jälkeen oli tällä kertaa vasta 19. Edelle ehti koko naisten joukkuekisan kärkikolmikko.

Miehiä Kalevan kierroksella oli mukana kaikkiaan 183 ja naisia 47. Mies-/sekajoukkueita oli mukana 31 ja naisjoukkueita viisi.

KALEVAN KIERROKSEN 2023 TULOKSET

Miesten sijoitukset

- 14. Esa Pylvänen (6 lajia, M55 3.)
- 15. Mika Liukkonen (6 lajia, M40 7.)
- 161. Arto Matinen (2 lajia, M40 33.)

Naisten sijoitukset

- 2. Katri Pylvänen (6 lajia, N50 2.)
- 3. Terhi Harjula (6 lajia, N40 1.)
- 26. Mirva Hilander (5 lajia, N40 9.)
- 28. Anne Rasku (5 lajia, N55 6.)

35. Hanna Lyyra (4 lajia, N40 10.)
45. Lotta Kauppinen (2 lajia, N40 17.)
47. Minna Viljasuo (2 lajia, N40 18.)

Joukkuekisa naiset

1. Kuusankosken Urheiluseura 16783,03 p.
2. KENSUttaret 15102,25 p.
3. KK Länsi-Uusimaa 15058,16 p.

Joukkuekisa (miehet ja seka)

1. Hauhon Sisu 21068,27 p.
 2. Lappeen Siniset 20631,99 p.
 3. KK Länsi-Uusimaa 19959,46 p.
-
19. Kuusankosken Urheiluseura 14033,58 p.

Kuusankosken Urheiluseura ry

Liite 5
25.3.2024

POLKUJUOKSU

Toimintakertomus vuodelta 2023

Kuusankoski TRAIL

Kuusankoski Trail -polkujuoksutapahtuma järjestettiin 17.9.2023. Lähtö oli klo 11.00 yhteislähtönä ja reitti sama kuin aiempina vuosina. Kilpailukeskuksena toimi Lassilanpellontien puoleinen kuntoradan ja koiratarhan parkkipaikka. Kilpailureitti kulki Hirvimäen ja kuntoradan ympäristön poluilla ja antoi sopivasti haastetta myös ylämäkiosuuksilla. Sarjoina oli naiset ja miehet ja matkoina 1 kierros 5,6 km, 2 kierrosta 11,2 km tai 3 kierrosta 16,8 km.

Kolme parasta jokaisesta sarjasta palkittiin Peltolan Leipomon kauravuokaleivällä.

Osallistujia tapahtumassa oli 32 henkilöä, puolet enemmän kuin edellisenä vuonna. Ajanotossa käytettiin Webscorer-ohjelmaa. Reitti merkittiin maastoon tikuilla, joissa oli oranssi lippu, sekä nauhoilla ja valkoisella spraymaalilla.

Tapahtuman pääorganisaattorina toimi Heidi Kilpinen-Suurnäkki, ja järjestelyissä mukana olivat myös Tommi Manninen ja Sanna Karjalainen.