

TAPANILAN ERÄN TAVOITTEENA SM-PENKIN KIERTOPALKINTO

*Teksti: Jari Rantapelkonen, 11/2008
Seurajoukkueiden SM-lehti 2008*

Tapanilan Erä lähtee penkkipunnerrusjoukkueiden SM-kilpailuihin jälleen ennakkosuosikkina. Nyt japsikujein. Tuleeko Suomen ykköspunnertajille kisasta samalla Erän muistokisa, sen aika näyttää.

TNT tapasi juuri treenisalilta tulleen Sami Pullisen kuukautta ennen tärkeää SM-kisaa.

Erä hamuaa kolmatta voittoa

Erä aikoo runtata itsensä Suomen parhaaksi penkkipunnerrusjoukkueeksi samalla joukkueella kuin vuonna 2006 ja 2007.

- Kaksi voittoa alla, joten kolmatta peräkkäistä lähdetään hakemaan. Sillä saisimme kiertopalkinnon kotiin, miettii Pullinen.

- Nyt mennään vähän matalammalla profiililla kuin aiemmin, sillä loukkaantumisia on alla. Ja on ne muutkin kehittyneet, joten kisa on varmasti tiukka eikä mikään läpihuutojuttu, Pullinen puheli arvellen Joensuun Puntti-Poikien olevan väkevin vastustaja.

Erän ykköspyssy Sami Pullinen loukkasi keväällä rintansa kuukausi ennen penkin MM-kisoja.

Treenitaukoa oli pakko pitää. Lokakuussa hän otti korkealta lankulta jo 285 kilon raudat kevyesti suorille käsille. Päällä oli upouusi Katana, jolla hän nostanee myös joukkuekisassa.

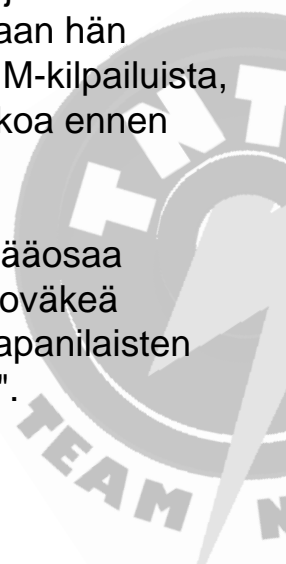
- Joo nostan varmaan numeroa isommalla SuperKatanalla. Olen pystynyt treenaamaan jo pari viikkoa. Pikkuhiljaa tässä edetään, totesi Pullinen joka ei aio vielä olla niin radikaali, että soveltaisi täysin japanilaisilta saatuja uusia penkkioppeja.

Japseilta penkkipaitaoppia

Joukkueessa nostaa myös tuore ysikympin SE-mies Juha Tuononen. 251 kilon penkkaaja oli näyttävästi esillä myös Helsingin Sanomissa.

- Tuononen on ollut hurjassa kunnossa. Toivon mukaan hän palautuu veteraanien EM-kilpailuista, jotka ovat vain pari viikkoa ennen SM-joukkuekisoja.

Tuononen kohahdutti pääosaa suomalaista voimanostoväkeä kertoen Erän miesten japanilaisten "penkkipaitavakoiluista".



Tuononen palasi ennätysmieheksi

KIMMO RÄISÄNEN



Juha Tuononen nosti penkiltä Suomen ennätyksen, vaikka siirtyi kaudeksi ikämiessarjaan.

Pasi Peltola

Hs 2.10.2008, B11.

Tapanilan Erän nelikko on voittanut kahtena viime vuonna voimanoston SM-joukkuekultaa. Marraskuussa Hämeenlinnassa Erän Juha Lehto, Sami Pullinen ja Timo Nieminen.

Tapanilan Erän

PP-joukkue

Juha Lehto

- Oma paino 100 kg
- Penkiltä 255 kg

Timo Nieminen

- Oma paino 96-98
- Penkiltä 220 kg

Sami Pullinen

- Oma paino 110 kg
- Penkiltä 286 kg

Juha Tuononen

- Oma paino 90 kg
- Penkiltä 251 kg



Vasemmalta Pullinen, Tuononen, Lehto ja Nieminen



TAPANILAN ERÄN TAVOITTEENA SM-PENKIN KIERTOPALKINTO

Voimanostajat ovat ihmetelleet kuinka japanilaiset nostavat upeita penkkipunnerruksia, mutta penkkipaidalla, jonka he saavat itse omin toimin päälle. Mitä tästä japanilaisten paitavakoilusta on jäänyt käteen?

-Täytyy pitää matalaa profiilia ennen penkkijoukkueiden kisoja. Ei siinä mitään mullistavaa ole. Pitää nostaa kaksi numeroa isommalla paidalla kuin normaalisti eikä sitä vedetä ihan loppuun. Paita kiristää rinnasta ja ojentajista.

Erän joukkueessa nostaa myös toinen 250 kilon penkkaaja, vihtiläinen Juha Lehto sekä Lappeenrannassa treenaava Timo Nieminen.

- Osin puolikuntoisena tässä ollaan, mutta täysillä tullaan.

Eräläisten viimeinen penkkikisa?

Pullinen heittää valitettavan uutispommin puhuessaan Tapanilan Erän penkkimiesten tulevaisuudesta.

- Voi olla, että tämä SM-joukkuekisa jää vikaksi kisaksi. Seurassa ja salilla tapahtuu muutoksia.

- Ne haluaa sinne voimailusalin puolelle laajentaa tatamia. Salin puoli pienenee radikaalisti, ehkä sinne jää yksi penkki ja kyykkyteline. Ei ole kyllä kauhean hyvä juttu lajin kannalta kun harjoitteluolosuhteet huononevat näin.

Voimanostopiireissä varmasti ihmetellään mahdollista Erän ratkaisua ja kysellään mikä siihen on johtanut. Pullisella on oma teoria.

- Kai siellä on kyse rahasta. Urheilumenestyksellä ei ole merkitystä. Meille sanottiin, että Erä ei ole enää pelkkä kilpaurheiluseura vaan yleisseura.

- Neuvottelut on kuitenkin vielä kesken. Voi olla, että osa jatkaa siellä, mutta saattaa osa vaihtaa seuraakin Helsingin suuntaan. Se olisi todella sääli, sillä onhan Tuononen nostellut 20 vuotta Erän riveissä ja meikäläinen ehtinyt jo 10 vuotta edustaa seuraa.

Erä on ollut yksi Suomen suurimpia ja kovimpia voimanostoseuroja.

