VIIKONVAIHDE

Huun isä. Kirjailija Hannu Mäkelän pihalla Sitarlan kylässä Nummi-Pusulassa on Herra Huun mökki. Sivu 15

Villahousutehtaalla heinäkuussa. Tamperelainen Agtuvi on Suomen ensimmäinen villahaalareiden teollinen valmistaja. Sivu 14

Kesäherkkua perunoista. Välimerellisessä perunasalaatissa yhdistyvät kesän tuoreet kesäkurpitsat, punasipulit ja uudet perunat. Sivu 17

Pyhä pyörävaellus tarjoaa liikunnan riemua ja hiljentymistä

Noin 400 kilometrin pyörävaelluksella Itä-Suomessa jokainen pyöräilijä tekee omaa matkaansa. Matkan anti on hengellinen, henkinen ja fyysinen.

PUNKAHARJU (MT)
Pyhät Polut -yhdistyksen pyörävaellus alkaa Imatralta, kiertää Ruokolahden kautta Oronmyllylle, mistä jatketaan Punkaharjulle. Maisemareitin jälkeen suunnataan Kesälahdelle, Kiteelle ja Rääkkylän kautta Valamoon. Heinävedeltä ajetaan Enonkoskelle, minne vaellus päättyy.

Yhteensä 14 pyöräilijää on halunnut viettää kesäkuun viimeisen viikon pyörän selässä. Matkalle on lähdetty kokemaan liikunnan riemua, nauttimaan luonnosta ja myös hiljentymään.

”Ei tämä ole pelkkää hikiliikuntaa, eikä uskontoa”, pohtii helsinkiläinen **Sirkka Naukkarinen**.

Jokaisella Pyhien Polkujen vaelluksella seurueeseen kuuluu myös pappi. Vaelluksella aamut aloitetaan ja illat lopetetaan hartaudella.

”Hartaudet antavat evästä pyöräilyetapeille. Matka olisi varmasti hyvin erilainen ilman niitä”, toteaa Naukkarinen.

128 kilometriä takana

Punkaharjulla pyöräilijät ovat tehneet taivalta 128 kilometrin verran. Keskinopeus on ollut noin 17 kilometriä. Kaikki vakuuttavat olevansa hyvävointisia, pyöräily maistuu.

Suositus on, että ennen vaellukselle lähtöä vaeltaja olisi ehtinyt polkea jo useamman sata kilometriä tämän vuoden puolella.

Joukon vetäjä **Reijo Siitonen** muistuttaa, että vaikka 80 kilometrin päivämatka kuulostaa pitkältä, on siihen varattu koko päivä. Matkaan lähdetään aamulla kahdeksalta ja yöpymispaikkaan saavutaan noin kahdeksan tunnin polkemisen jälkeen.

Kaikki tavarat kulkevat huoltoautossa, joten se keventää matkantekoa kummasti.

Kontiolahtelainen **Merja Mustonen** on ehtinyt vuoden alusta alkaen polkea jo noin 1500 kilometriä. Kilometrejä on kerryttänyt lähes ympärivuotinen työmatkapyöräily.

Lapinkävijöitä porukassa

Pyörävaelluksen osallistujista lähes kaikilla on aiempaa vaelluskokemusta, joko kävellen, hiihtäen tai pyöräillen. Monet kuuluvat myös lapinkävijöiden yhdistyksiin eri puolilla Suomea.

Esa Säde on todellinen ultramatkojen pyöräilijä, sillä hän on käynyt pyöräillen muun muassa Ateenassa.

Nyt miehen matka taittuu huoltoauton kyydissä, sillä hän kaatui Oronmyllyn yöpymispaikan saunassa. Hinku pyöränselkään olisi kova, sillä matkamittarilukemaa olisi mukava päästä kartuttamaan.

”Poljin vaelluksen lähtöpaikalle Imatralle Jyväskylästä ja tarkoituksena olisi myös polkea takaisin Jyväskylään Enonkoskelta.”

Säde on käynyt marraskuussa testiajamassa koko reitin. Pyhien Polkujen vaellusreittien toimivuus testataan aina ennen kuin niille lähdetään asiakkaiden kanssa.

Yksin matkalle

Keravan Väinämöiselle eli **Kalevi Koskelalle** pyörävaelluksen ykkösjuttu on liikunta. Tämän vuoden puolella pyörän mittariin on ehtinyt kertyä jo 1 200 kilometriä.

Hän on myös osallistunut Pyhien Polkujen patikka- sekä hiihtovaellukselle. Niistä muistona ovat itse tehdyt valokuvakirjat.

”Ilmoituksen vaelluksista bongasin paikallislehdestä”, Koskela kertoo.

Pyörävaellukselle osallistujista kaikki ovat lähteneet matkalle yksin lukuun ottamatta keravalaista pariskuntaa **Mirja** ja **Ismo Mussaarea**.

”Tällaisille retkille on tilausta”, vakuuttavat yksinään vaellukselle lähteneet Mustonen, Naukkarinen ja **Saara Luukkonen**.

”Yksinään retkeilevälle tämä on oiva mahdollisuus toteuttaa vaellus turvallisesti ja helposti”, he pohtivat yhteen ääneen.

Henkinen anti

Mustonen luonnehtii itseään epäsosiaaliseksi persoonaksi. ”Mutta retkillä porukka hitsautuu omaksi porukaksi. Täällä oppii paljon itsestään ja muista ihmisistä.”

Mustonen on patikoinut viime kesänä samoissa maisemissa, missä nyt viilettää pyörällä. Luukkonen kertoo aiempina kesinä tehneensä viikon mittaisia pyörävaelluksia. Naukkarisella on vielä edessään pyöräretki Viroon Helsingin pyöräilijöiden matkassa.

Kaikki naiset ovat yhtä mieltä siitä, että pyörävaelluksissa on kyse halusta säilyttää yhteys kovaan rasitukseen. Sen lisäksi, että vaelluksilla pääsee nauttimaan luonnosta ja hiljentymään.

Uskonnosta tai uskon asioista ei retkeläisten kesken ole puhuttu, eikä mitään ole tuputettu. Naiset kuvailevat ilmapiiriä suvaitsevaiseksi.

”Kokemuksien jakamista ei kaivata, jokainen tekee omaa matkaa”, toteaa Luukkonen.

SARI PENTTINEN

Kokemuksien jakamista ei kaivata, jokainen tekee omaa matkaa.

JAAKKO KILPIÄINEN

Pyörävaeltajat mutkittelivat Punkaharjun maisemareitillä Reijo Siitosen johdolla, hänen perässä polkee Kalevi Koskela.

Timo Tontti lepuuttaa jalkojaan. Päivässä poljetaan 80 kilometriä.

Vaellusten suosio yllätti

Vaellusten suosio on yllättänyt Pyhät Polut -yhdistyksen. Ensimmäiset vaellukset tehtiin kesällä 2010, ja ennen kuluvan kesän vaelluksia retkille on ehtinyt osallistua yli 200 vaeltajaa.

Itä-Suomen luonnossa vaellusreittejä on muutamia erilaisia, ja niillä liikutaan kävellen, meloen, kirkkoveneitä soutaen, pyöräillen ja hiihtäen.

Keskeisiä kohteita ovat kesällä Valamo ja Lintula sekä Enonkosken luostariyhteisö ja Säynämön leirikeskus.

Jokaisen Pyhät Polut -vaellusryhmän mukana kulkee opas, jonka johdolla liikutaan päivittäin noin kahdeksan tuntia, eli kävellen 20–40 kilometriä ja pyörällä 80 kilometriä.

Päivien aikana tutustutaan nähtävyyksiin sekä pidetään lepo- ja evästaukoja.

Huippu-urheilijan kuntoa ei yhdistyksen suosituksen mukaan tarvita, mutta kunto on hyvä testata ennen vaellusta. Matkan rasittavuus ei tule vauhdista, vaan usean peräkkäisen päivän kävelyrasituksesta.

MT

PYHÄT POLUT RY

Hyvinvointia ihmisille

Pyhät Polut ry:n toimintaideana on tukea ihmisten fyysistä ja henkistä hyvinvointia.
Vaelluksiin liittyy luontokokemus kauniissa luonnossa, lähikulttuuriin tutustumista paikallisissa kohteissa sekä hengellinen ulottuvuus hartauksien ja hiljentymisen kautta.
Fyysisen ja henkisen hyvinvoinnin lisäksi yhdistys pyrkii edesauttamaan uusien elinkeinomahdollisuuksien syntymistä maaseudulle. Pyhät Polut ry on perustettu joulukuussa 2009.

Vasemmalla: Juukalainen Saimi Leppänen tankkaustauolla.

Oikealla: Välillä on tauko paikallaan. Hanskat ovat pyörävaeltajan uskolliset ystävät.