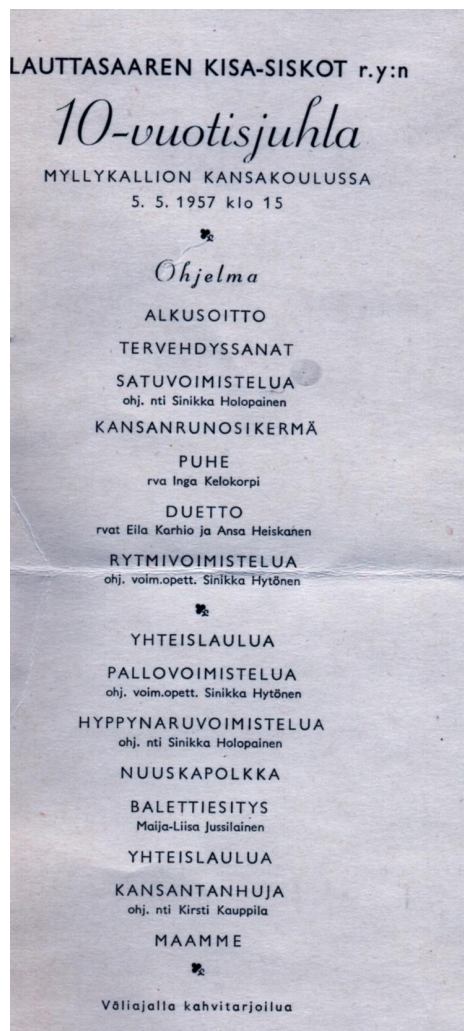


Lauttasaaren Kisa-Siskot ry

70-vuotishistoriikki



LAUTTASAAREN KISA-SISKOT RY

70-vuotishistoriikki

Lauttasaaren Kisa-Siskot ry täyttää 70 vuotta 5.5.2017.

Juhlavuoden kunniaksi seura päätti perustaa historiikkityöryhmän, jonka tehtäväksi annettiin kerätä tietoja merkittävistä tapahtumista siskojen taipaleelta ja tallentaa ne myös tulevien polvien iloksi.

Käytössämme on ollut vanhoja pöytäkirjoja, lehtiartikkeleita, valokuvia ja ennen kaikkea entisten ja nykyisten jäsenten ajatuksia. Näin syntyi Kisa-Siskojen 70-vuotishistoriikki.

Toivomme, että historiikki kannustaa tuleviakin sukupolvia harrastamaan aktiivista liikuntaa Kisa-Siskojen riveissä.

Lauttasaari 17.5.2017

Historiikkityöryhmä

Lauttasaaren historiaa

Lauttasaaren taajaväkinen yhdyskunta liitettiin Helsingin kaupunkiin vuonna 1946. Aiemmin Lauttasaari kuului Huopalahden kuntaan (1920-1945) ja sitä ennen Helsingin pitäjään. Lauttasaaren väkiluku alkoi vähitellen kasvaa. Vuonna 1905 Lauttasaaressa oli vain 32 asukasta. Vuoteen 1944 mennessä asukasmäärä oli jo 6000. Heistä 2000 oli alle 16-vuotiaita. Naisista 1160 oli ammatiltaan rouvia, 379 kotiapulaisia, 178 leskirouvia, 23 sairaanhoitajattaria ja 16 neitejä, yhteensä 1756 naista. Vuonna 2016 lauttasaarelaisia oli 22 617. (Lähde: Stenius, Sigurd, Lauttasaaren kirja, Lauttasaaren säätiö, Tilgmannin Kirjapaino, Helsinki 1948).

Seuran perustaminen

”Keväällä 1947 kokoontui viisi tarmokasta naista keskustelemaan naisvoimisteluseuran perustamisesta Lauttasaareen. Tätä pidettiin tarpeellisena paikkakunnalla, jossa asukasluku oli suuresti nousemassa. Perustavan kokouksen 5.5.1947 alkuunpanija ja puheenjohtaja oli rouva Jenni (Jenny) Larha. Hänen innokkaana apunaan, sihteerinä oli rouva Aura Pääkkönen. Muut johtokuntaan kuuluvat olivat rouvat Anna-Liisa Pellinen, Annikki Kerttula ja Liisa Tyllinen. Yksimielisesti päätettiin perustaa naisvoimisteluseura Lauttasaaren Kisa-Siskot ry ja samalla se liitettiin SNLL:oon (Suomen Naisten Liikuntakasvatusliittoon ry). Johtokunta hoiti menestyksellisesti seuran asiat ja syksystä saattoi jo varsinainen voimistelu alkaa. Voimistelunopettajana toimi rouva Larha neljän vuoden ajan ja kaiken tämän hän teki omasta harrastuksestaan.”

Ensimmäinen vuosikymmen oli aktiivista aikaa

Edellä oleva teksti on suora lainaus yhdistyksen seuraavan puheenjohtajan rouva Inga Kelokorven juhlapuheesta, jonka hän piti yhdistyksen 10-vuotisjuhlassa Myllykallion kansakoululla helatorstaina 1957. Kisasiskot esittivät juhlassa sekä pallo- että vannevoimistelua, kansantanssia ja balettia. Juhlaan osallistui 300 henkilöä.

Seuran toiminta oli aktiivista ja jäsenmäärä kasvoi. Syksyllä 1949 perustettiin tyttöosasto, johon ilmoitautui 60 iältään 6-12-vuotiasta tyttöä. Voimistelun lisäksi

harjoiteltiin vanhoja tansseja, joita esitettiin pyynnöstä Lauttasaaren Orkesterin ja Laulajien juhlassa. Lauttasaaren Säätiön 1950 järjestämässä kulttuurijuhlassa kisasiskot esittivät historiallisissa puvuissa ja peruukeissa voimistelunopettaja Tuulikki Kuokkasen ohjaaman Mozartin menuetin jousiorkesterin säestyksellä. Helsingin kaupungin 400-vuotisjuhla varten kisasiskot järjestivät kaupunginjohtaja Erik von Frenckellin pyynnöstä juhlan Lauttasaaressa Kasinon rannassa 6.6.1950. Tämä oli seuralle suuri kunnia.



Valioryhmän vanneohjelma 1957

Vuonna 1957 seurassa oli jo 179 jäsentä, joista tyttöjä 110. Voimistelua säestettiin alkuaikeina pianolla. Säestäjälle maksettiin yhtä paljon kuin harjoitusten ohjaajalle. Vanhoista pöytäkirjoista ilmenee, että seura joutui hankkimaan 1956 oman pianon, sillä useista pyynnöistä huolimatta ei saatu lupaa käyttää koulun pianoa. Pianon hankkimista varten järjestettiin keräys. Pianonkäyttölupa ilmeisesti kuitenkin saatiin, sillä piano myytiin jo 1957. Myös tamburiinin tahdissa voimisteltiin.

Kilta ja rintamerkki

Vuonna 1952 perustettiin seuran kilta, johon voivat liittyä kaikki viisi vuotta yhtäjaksoisesti seuran jäsenenä olleet sekä tietysti perustajajäsenet. Killan toiminnasta ei löydy kuitenkaan kirjallista aineistoa.

Tammikuussa 1957 päätettiin pyytää luonnoksia seuran omaa rintamerkkiä varten. 10-vuotisjuhlassa merkkiä jo jaettiin perustajajäsenille ja muille seurassa aktiivisesti toimineille jäsenille. Merkki näkyikin juhlassa esiintyneiden valiovoimistelijoiden rintapielissä. Oman merkin malli- ja valmistetiedot ovat kadonneet.



Tyttöjen satusikermä 1957



*Lauttasaaren Kisa-siskojen naisten ryhmä vuodelta 1961
(Liisa Sandénin albumi)*

Seuran hallinto

Lauttasaaren Kisa-Siskot ry rekisteröitiin 8.2.1949. Yhdistyksen säännöt uudistettiin vuonna 2012 ja Patentti- ja rekisterihallitus rekisteröi ne 3.12.2012. Yhdistykselle on valittu vuosittain pidetyssä vuosikokouksessa johtokunta, joka on vastannut seuran hallinnosta.

Johtokunnan puheenjohtajat

Johtokunnan puheenjohtajina ovat toimineet seuraavat henkilöt:

Jenni Larha 1947 - 1955

Inga Kelokorpi 1955 - 1957

Pirkko Koivumäki 1958 - 2007, kunniajäsen

Pirjo Ketomaa, 2007 - 2010, kunniajäsen

Kaija Niemi-Turkama, 2011 - 2012

Sirkka Uski, 2013 - 2015

Tuula Meres-Wuori, 2016 -



Vuoden 1957 johtokunta. Edessä vas. Margareta Vuorijärvi, Inga Kelokorpi (pj), Pirkko Koivumäki (siht.), takana vas. Irja Hytönen, Ulla-Maija Tamminen, Maija-Liisa Halsas ja Sirkka Björkqvist

Pirkko Koivumäki pyörittänyt hallintoa 50 vuotta

Johtokunnan pitkäaikaisen puheenjohtajan, kunniajäsenen Pirkko Koivumäen (1930 – 2013) poika Kari Koivumäki kertoo seuraavaa:

”Perheemme muutti Lauttasaareen Isokaarelle vuonna 1952 ja äitini Pirkko asui Lauttasaareissa aina vuoteen 2013 asti eli siis hieman yli 60 vuotta. Lauttasaaren Kisa-Siskojen pitkäaikaisen jäsenyyden lisäksi äitini toimi pitkään myös Lauttasaaren yhteiskoulun LYK:n kanslistina, jota kautta hänellä oli hyvin runsas ystävä- ja tuttavaverkosto Lauttasaareissa.

Äitini toimi useita vuosikymmeniä – ilmeisesti jopa yli 50 vuoden ajan – Lauttasaaren Kisa-Siskoissa ensin aktiivivoimistelijana ja sittemmin hyvin pitkään mm. Kisa-Siskojen sihteerinä, puheenjohtajana ja taloudenhoitajana hoitaen myös monia muita käytännön asioita, kuten salivuorovaruksia ja muuta seuran toiminnan kannalta näkymätöntä, mutta välttämätöntä työtä. Aktiivisesti Kisa-Siskoissa toimineen äidin kautta meille lapsille tulivat varsin tutuiksi 1950-60-lukujen taitteessa mm. puiset punaiset lannevanteet, jotka olivat tuolloin naisvoimistelussa paljon käytettyjä välineitä. Myöhemmin tulivat sitten muotiin nuorison vempaimina tutut muoviset ”hulahulavanteet”, jotka kaikki ikätoverimme varmasti muistavat.



Äitini voimisteluaktiivisuus jatkui myös myöhemmällä iällä ja liikunta oli hänelle elinikäinen merkittävä harrastus. Lauttasaaren Kisa-Siskot oli hänelle tärkeä kotipesä alkuvuosien vanhassa Lauttasaareissa ja myöhemminkin asia, jonka kautta pidettiin yllä ystävyyssuhteita nuoruusvuosien jumppasiskoihin.”

Pirkko Koivumäki 80-vuotispäivänään 2010

Pirjo Ketomaa vei seuran nettikaudelle

Opetusviraston liikuntatilojen varaaminen oli siirtynyt nettiin jo Pirkko Koivumäen kaudella. Pirkon Opetusministeriön liikuntaosastolla työskentelevä poika hoiti aluksi Myllykallion koulun voimistelusalin varaukset Lauttasaaren Kisa-Siskojen puolesta. Helsingin kaupungin liikuntaviraston toimintatukien hakemisessa oli myös oma byrokraatiensa. Pirkko Koivumäki ilmoittikin vuonna 2006 luopuvansa seuran hallinnon pyörittämisestä. Seuran toiminnan jatkuvuus oli vaarassa, minkä vuoksi pidettiin ylimääräinen kokous keväällä 2007. Kokouksessa toimintaa päätettiin yksimielisesti jatkaa ja uudeksi puheenjohtajaksi valittiin Pirjo Ketomaa, joka myöhemmin nimitettiin kunniajäseneksi. Pirjo sai varauksia varten omat tunnukset ja perehtyi seuran hallintoon. Pirjo toimi puheenjohtajan vuosina 2007 – 2010.

”Jotta saatiin jatko pyörimään, sain apua usealta mukana olevalta henkilöltä. Erityisesti paljon tietoa ja tukea sain Ulla Auraselta, joka on vuodesta 2007 alkaen toiminut yhtäjaksoisesti korvauksetta seuran rahastonhoitajana. Eihän minulla ollut aluksi kokemusta, mistä haettiin liikunnanohjaajia ja miten saatiin sairastuneen tilalle sijainen. Siinä auttoi syksyllä 2007 Kisa-Siskojen liikunnanohjaajaksi saatu Paula Vehmanen.

Muutin pois Lauttasaaresta ja jouduin lopettamaan käynnit Kisa-Siskojen jumpissa.



Oma liikuntaharrastukseni on nykyisin pääasiassa ulkoilua; kävelyä, pyöräilyä, kesäisin verkkokalastusta ja metsässä liikkumista. Suunnitelmissa on ensi talvikaudella tehostaa liikuntaa menemällä kuntosailille ja vesijuoksuun, esikuvana itsestään huolta pitävät Kisa-Siskot. Olen kiitollinen ja ylpeä seuran minulle myönnetystä kunniajäsenyydestä.”

Pirjo Ketomaa Ruunaan retkeilyalueella vuonna 2013

Irja Hytönen seuran kantava voima 40 vuotta

Irja Hytönen (1914 - 1998) valittiin ensin johtokunnan varajäseneksi 1956 ja varsinaiseksi jäseneksi 1958. Hän toimi siitä lähtien jäsenmaksujen kerääjänä ja rahastonhoitajana 40 vuotta kevääseen 1998 asti. Irja oli kirjaimellisesti seuran toiminnan kannalta "kantava" jäsen. Jäsenmaksujen perimisen ohella hän kantoi monet vuodet painavaa nauhuria kotoaan Gyldenintieltä koululle, kunnes seura antoi hänelle 80-vuotissyntymäpäivälahjaksi vetolaukun. Lauttasaaren Säätiö myönsi 29.8.1994 Irja Hytöselle Pro Lauttasaari-mitalin (nro 196) ansiostaan lauttasaarelaisten naisten liikunnan hyväksi.



Irjan tytär Liisa Sandén muistelee: " Perheemme muutti 1952 Lauttasaareen. Meitä oli neljä lasta: kolme poikaa ja yksi tyttö. Äitimme oli aina hyvin ylpeä omista lapsistaan ja myöhemmin myös lapsenlasistaan. Äitimme oli ahkera ja suhtautui työhön hyvin tunnollisesti. Lauttasaaren Kisa-Siskot oli hänelle oman työnsä ohella lähes kunnia-asia. Hän tahtoi olla aina paikalla, joko jumppaamassa tai ainakin rahastonhoitajana. Uskollisuutta rahastonhoitajan työtä kohtaan kuvaa hyvin se, että kun hän jo eläkkeelle jäätyään mursi jalkansa, sekään ei estänyt Myllykallion koululle menoa.

Kävin minäkin äitini kanssa Kisa-Siskoissa 1950- ja 60-lukujen taitteessa. Vaikka en tuolloin innostunut liikunnasta Kisa-Siskoissa, löysin juoksun ja maratonit, punttisalin ja sisäpyöräilyn myöhemmin. Liikunta on suuri ilo."

Irja Hytönen valmistautuu Helsingin Suurkisoihin 1956 (Liisa Sandénin albumi).

2000-luvun aktiiviset puheenjohtajat



*Kaija Niemi-Turkama
2011 – 2012*

*Sirkka Uski
2013 – 2015*

*Tuula Meres-Wuori
2016 -*

Talous

Toiminnasta aiheutuneet kulut on pyritty pitämään mahdollisimman pieninä, minkä vuoksi vuosittaiset jäseniltä perittävät harjoitusmaksut ovat pysyneet alhaisina. Johtokunta on myös huolehtinut aktiivisesti siitä, että seuran toiminnalle on haettu asianmukaisesti kaikki saatavissa olevat tuet. Toiminta- ja tilankäyttöavustuksia on saatu Helsingin kaupungilta ja Lauttasaaren säätiöltä.

Tiedottaminen

Voimistelusta on ilmoitettu syys- ja kevätkauden alussa Lauttasaari-lehdessä, kauppojen ja kirjaston ilmoitustauluilla sekä joskus jopa ilmoituksilla lyhytylväissä. Lauttasaari-lehti on myös vuosien mittaan tehnyt juttuja kisa-siskojen toiminnasta.

Vuodesta 2011 lähtien seuralla on ollut omat kotisivut (www.lauttasaarenkisasiskot.fi), joilla on kerrottu seuran toiminnasta, jumppien ohjelmista sekä ajankohtaisista tapahtumista. Sivuille on myös tallennettu kuvia kisasiskojen jumpista.

Toimintaa voimistelusaleissa ja ulkoilmassa

Aluksi voimisteltiin ilmeisesti Pajalahden kansakoulun liikuntasalissa. Tämä Lauttasaaren oma ensimmäinen koulutalo valmistui 1930. Lauttasaaren säätiön talo valmistui Pajalahden koulun viereen syksyllä 1947 ja säätiön historiikin mukaan Lauttasaaren Kisa-Siskotkin toimivat siellä jonkin aikaa. Tarkempaa tietoa ajankohdasta ei kuitenkaan ole. 1953 siirryttiin uuden koulurakennuksen valmistuttua Myllykallion koululle, jossa jumput nykyisinkin järjestetään tiistaisin ja torstaisin klo 20-21.

Harjoittelua vauhdittaa ohjaajien valitsema reipas musiikki, joka tulee seuran musiikintoistolaitteen välityksellä CD-levyiltä.

1950-luvulla pelattiin kesäisin lentopalloa ulkona ja oma verkkokin hankittiin vuonna 1954. Ulkoliikuntaa on taas elvytetty vuodesta 2015 lähtien. Kun sisätiloja ei ole ollut käytettävissä, on menty ulos sauvakävelemään tai voimistelemaan Pyrinnön urheilukentälle.



Ulkoliikuntaa Pyrinnön kentällä vuonna 2015

Jäsenet

Nykyisin Lauttasaaren Kisa-Siskot ry järjestää kuntovoimistelua 16 vuotta täyttäneille

naisille. Vuonna 2016 seuralla oli 66 maksavaa jäsentä ja yksi kunniajäsen, Pirjo Ketomaa. Seura on Suomen voimisteluliiton SVOLin jäsenjärjestö.

Voimistelunohjaajat

Vuosien mittaan ohjaajia on ollut ainakin 20, mutta kaikkien nimet eivät kuitenkaan ole tiedossa. Ohjaajat ovat alusta lähtien olleet joko voimistelunopettajia, fysioterapeutteja tai muuten alalle koulutettuja päteviä liikunnanohjaajia.

Syksy 1947 - 1950

voimistelunopettaja Jenny (Jenni) Larha, perustajajäsen

1950-luku

voimistelunopettaja Arnevi Kytöniemi-Lassila

Sinikka Hytönen

Sinikka Holopainen

Kirsti Kauppila

voimistelunopettaja Vallinmaa

1960- ja 1970-luvut

Tältä ajalta ei ole ollut käytettävissä pöytäkirjoja eikä muitakaan dokumentteja. Toiminta oli kuitenkin vakiintunutta ja jatkui yhtäjaksoisesti.

1980 – 2000

Eeva-Liisa Suopohja toimi ohjaajana 20 vuotta vuosina 1980 - 2000.

”1980 kevättalvella aloitin Kisa-Siskojen ohjaajana. Suomen Voimistelu- ja Urheiluliitto (SVUL) otti minuun yhteyttä, kun olin ilmoittanut sinne halukkuuteni ryhtyä jumpanohjaajaksi. Irja Hytönen oli sitä kautta saanut nimeni ja otti yhteyttä. Anu Kievari otti vetovastuun 1981 kun odotin toista tytärtä. Palasin takaisin 1982. Anna-Riitta Nora

tuli kuvioihin 1983. Pidimme vuorotellen monta vuotta.



Vuonna 1990 Anna-Riitta innostui napatanssista ja jäi sitten Kisa-Siskoista pois. Sitten pidin yksin molemmat viikkotunnit muutaman vuoden ajan. Aloitin Finnairilla kokopäiväisenä lentoemäntänä 1992. Jatkoin kuitenkin jumpanohjausta satunnaisesti. Anu Kievari tuurasi välillä. Sijaisia oli useampia, ainakin Selma Lanya ja Sari Lang. Irja Hytönen oli aina paikalla ystävällisesti kannustamassa ja voimistelemassa hyvin pitkään. Jatkoin ohjaamista vuoteen 2000 eli 20 v. Olin tosi innokas liikuttamaan teitä ja pysyitte ihanan

uskollisesti tunneilla,” kehuu Eeva-Liisa.

Anu Kievari ohjasi jumppia vuosina 1980 - 1982.

”Mieleeni on jäänyt ensisijaisesti ilo. Oli ihana tulla jumppaamaan kivassa seurassa, jossa huumoria, naurua ja hyvää mieltä oli salin täydeltä. Asuimme Lauttasaaressa ja ensimmäinen lapseni oli syntynyt 1978. Eeva-Liisa soitti ja kertoi aloittaneensa Lauttasaareen Kisa-siskojen liikunnanohjaajana pari kertaa viikossa. Hän pyysi minua avukseen.



Mankka huusi Abbaa, Beatlesia, Paul Ankkaa, Tom Jonesia. Salissa oli iloinen ja välillä hikinen porukka isossa ympyrässä

huhkimassa. Fysioterapiaoppien mukaan venyteltiin, kuormitettiin, vahvistettiin, lisättiin liikkuvuutta ja rasituksen kestoja. Suurin osa oli työssä käyviä ja mukana myös teräsmummoja. Ikä ei ollut pääasia, vaan mukava yhdessäolo ja yhteinen päämäärä fyysisen ja psyykkisen kunnon ylläpitämiseksi.

Toinen lapseni syntyi syksyllä 1981, minkä jälkeen pyysin Anna-Riitta Noraa ottamaan oman vuoroni ohjattavakseen. Toimin kuitenkin vielä Eevan ja Annun sijaisena. Säännöllinen jumpan pitäminen ei ollut enää muiden työkiireiden vuoksi mahdollista vuoden 1982 jälkeen. Ajanjakso Lauttasaaren Kisa-siskojen kanssa kuuluu elämäni onnellisimpiin.”

Anna-Riitta Koivisto (Nora), 1983 - 1990



Anna-Riitta kertoo: ”Jumppasin itsekin kisa-siskojen tytöissä 50-luvun loppupuolella Myllykallion koululla aloitettuani kansakoulun 1958. Kisa-siskojen ohjaajaksi tulin Anu Kievarin jälkeen 1983. Eeva-Liisa Suopohjan kanssa järjestimme Kisa-Siskoille myös risteilymatkan Tukholmaan.”

Ohjaajat vuosina 2000 - 2017

Sari Lang

Linda Rosengren

Essi Tuomi

Selma Lanaya 2007 - 2008

Irene Melena, 2009 - 2010, kevät 2012

Maria Hämäläinen, kevät 2010

Caroline Hietalahti, 2012 - 2013
Krisse Onkeli, syksy 2013 - 2014
Paula Vehmanen, syksy 2007 -
Annina Kauppinen, 2015 -



*Paula Vehmanen
torstaijumppien vetäjä vuodesta
2007*



*Annina Kauppinen
tiistaijumppien vetäjä vuodesta
2015*

Trendit eri vuosikymmeninä

Ensimmäiset vuosikymmenet sujuivat perinteisesti pianon ja tamburiinin säestyksellä. Sommiteltiin hienoja kilpa- ja juhlanäytöksiä, joissa käytettiin nauhoja, keiloja, hyppynaruja, palloja ja vanteita. 10-vuotisjuhlassa esitettiin kansantanssia ja balettiakin. Vähitellen siirryttiin aerobic- ja jytäjumppaan, jota tahditti nauhurimusiikki. Jane Fonda –voimistelu sekä itämainen tanssi tulivat myös tutuiksi.

Viime vuosina on tanssittu kuntotanssia, venytelty kuminauhojen ja keppien avulla, opeteltu Pilatesta ja intervalliharjoitusta sekä huollettu kehoa faskia-treenin avulla.



Nykyjumppaa vuonna 2016

Mukavaa yhdessäoloa

1950-luvulla vietettiin ohjelmallisia kevät- ja joulujuhlia ja esiinnyttiin muidenkin järjestöjen juhlissa. Juhlimisinto laantui 1960 - 70-luvuilla. Vasta 80-luvun loppupuolella muutamat kisaiskot ryhtyivät järjestämään epävirallisia syys- ja kevätkauden päättäjäisiä paikallisissa ravintoloissa. Aluksi mukana oli vain neljä-viisi henkilöä. Viime vuosina käytäntö on vakiintunut ja osallistujia on ollut parikymmentä. Toisinaan on saatu aterian lomassa kuulla kisaiskojen esityksiä mm. ravitsemuksesta ja terveydestä sekä naisten liikunnasta eri kulttuureissa. Juhlavuonna kevätkauden päättäjäiset järjestetään toukokuussa HSK:n kerhotiloissa.



Pikkujoulun vietto Casa Maressa joulukuussa 2015. Edessä vasemmalla Ulla Auranen, joka on toiminut vuodesta 2007 lähtien rahastonhoitajana ja vastannut myös seuran kirjanpidosta

Ensiapukoulutusta ja turvallisuutta

Vuonna 2014 seura järjesti jäsenilleen SPR:n 4-tuntisen ensiapukoulutuksen, johon osallistui 15 henkilöä. Yhdistykselle on myös laadittu turvallisuussuunnitelma, joka on luettavissa seuran kotisivuilta.

Miksi olen Kisa-Sisko? Nykyisten jäsenten ajatuksia

Eila Kunnas

”Liityin Kisa-Siskoihin 1970-1980 lukujen taitteessa. Olin jonkin aikaa ihmetellyt naapurini lähtöä jonnekin, jumppamatto mukana, parina iltana viikossa. Häneltä sitten kuulin Myllykallion koulussa pidettävistä liikuntatunneista.



Vuonna 2007 sain tehtäväkseni jäsenrekisterin ylläpidon ja 2009 minut valittiin johtokuntaan. Olen ollut tyytyväinen tähän luottamustoimeeni, jota edelleen hoidan. Kisa-siskojen ohjaajat ovat voimisteluttaneet meitä monipuolisesti ja vaihtelevasti. Kaksi kertaa viikossa meitä ohjataan sopivalla, jopa edullisella hinnalla, niin rauhallista kuin nopeaa tahtia. Matkakin liikuntasalille on kohdallani sopivan pituinen. Ohjelmaan on otettu muutaman kerran kaudessa kuntotanssia. Siitä pidän erityisesti. Tanssi tuntuu helpolta aluksi, mutta nostaa nopeasti hien pintaan. Myös

mukavana olen kokenut sen, että joukkoon voi tulla omana itsenä, tule sellaisena kuin olet, näin vanhemmallakin iällä. Tärkeää minulle on Kisa-Siskojen hyvä ja iloinen yhteishenki. Viihtymisestäni kertoo paljon se, että olen tauotta voimistellut seurassamme jo noin 36 vuotta.

Aion jatkaa voimistelua Kisa-Siskoissa niin kauan kuin voimia riittää. Toivon, että saamme iloiseen joukkoomme uusia innokkaita, nuoria ja vanhempia jäseniä kohottamaan ja ylläpitämään peruskuntoaan. Lisäksi toivon, että pärjäämme jatkossakin liikuntaseurojen joukossa omana itsenämmme, iloisena, aktiivisena ja monipuolisena voimisteluseurana.” Eilan ansiosta tiedot jumppaan osallistujista on tarkasti kirjattu ylös ja jäsenmaksut on saatu ajallaan.

Helena Mensonen

”Muutin Lauttasaareen vuonna 2004 Espoosta, jossa olin jumpannut Olarin Hölkä nimisessä seurassa yli 20 vuotta. Liikunta eri muodoissaan on kuulunut aina elämääni.



Lauttasaarella oli siis myös löydettävä mukava liikuntaseura. Kuntosalit viehättävät vain hetken. Olen aina pitänyt enemmän ohjatusta, monipuolisesta, hyvässä seurassa toteutettavasta liikunnasta. Sattumalta näin Lauttasaari-lehdessä ilmoituksen Kisa-Siskojen jumpasta ja päätinkin rohkeasti lähteä tutustumaan Kisa-Siskoihin. Jäin heti koukkuun. Pääsin mukaan kivaan porukkaan edullisella

hinnalla, vieläpä kaksi kertaa viikossa. Ilta-ajat myös sopivat mainiosti silloiseen työssäkäyntiaikatauluuni. Tiistain ja torstain ohjelmat poikkeavat mukavasti toisistaan, molemmilla illoilla kun on eri ohjaaja.

Kolmetoistavuotinen Kisa-Siskouteni on vain lujittunut. Paitsi jumppa, tärkeää on myös seuran tuoma yhteisöllisyys. Meillä on iloinen meininki sekä harjoituksissa, että pukuhuoneessa. Myös yhteiset kauden päättäjaiset luovat ja vahvistavat yhteishenkeä.

Nyt eläkeläisenä on aikaa liikkua myös muualla, mutta samanlaista yhteishenkeä en ole muualta löytänyt. Kisa-Siskojen monivuotiset ohjaajat ansaitsevat erityiskiitoksen hengen luomisessa. Jokainen jumppaaja saa liikkua omien voimavarojensa mukaan, kilpailla vain itsensä kanssa.”

Nina Talmén

”Huomasin Lauttasaaren Kisa-Siskojen ilmoituksen, kun etsin sopivaa liikuntaa ollessani lapsen kanssa kotona hoitovapaalla. Etenkin ajankohta myöhemmin (klo 20) illalla oli minulle juuri sopiva. Mainitsin jumpasta samassa elämäntilanteessa olevalle naapurillemme, ja niin tulimme yhdessä kokeilemaan. Heti ensimmäisestä kerrasta lähtien oli mukava huomata, että Kisa-Siskojen voimistelussa saa halutessaan hien pintaan täysillä, mutta tarvittaessa voi myös tehdä kevyemmin. Aina on vaihtoehto toimia oman kunnan tai voinnin mukaan.



Harjoituksissa on oikein kivasti vaihtelua rauhallisesta Pilateksesta vauhdikkaampaan aerobiseen

jumppaan. Yhteishenki on hyvä, eikä kukaan kyttää muiden tekemistä vaan keskittyy omaan liikkumisen iloonsa. Nykyajan ulkonäkö- ja suorituskeskeisessä ympäristössä on mukavaa, kun mukaan voi tulla omana itsenään. Myös kauden hinta on enemmänkin kuin kohtuullinen, eikä sen vuoksi aiheuta huonoa omaatuntoa, jos jonain kertana ei pääsekään paikalle. Suosittelen ehdottomasti Kisa-Siskoihin liittymistä kaikille, jotka haluavat kohottaa peruskuntoaan hausalla tavalla - ei hampaat irvessä puurtamalla!”

Juhlavuoden tapahtumia

Tammikuussa 2017 Kisa-Siskot aloitti 70-vuotisjuhlavuotensa järjestämällä kaikille avoimen sauvakävelyn, jonka saloihin Pyrinnön liikuntapuiston lähistöllä opasti Annina Kauppinen. Tapahtuma kiinnosti myös Ari Kajanderia. Hän esitti aloitteen, että seura laajentaisi toimintaansa ja järjestäisi voimisteluryhmän myös "Kisa-Veikoille". Ehkä tämä visio toteutuu tulevien vuosien aikana.

Juhlavuoden kunniaksi seura järjestää 10.11.2017 jäsenilleen gaalaillallisen. Tilaisuus on avec-juhla.



Annina Kauppinen (kuvassa etualalla) ohjasi tammikuussa 2017 sauvakävelytapahtuman. Osallistujia oli enemmänkin, mutta osa ehti karata kotiin ennen kuvausta. Vas. Ari Kajander

Kisa-Siskojen tulevaisuus - Tule sellaisena kuin olet

Nykyajan ulkonäkö- ja suorituspaineisessa ilmapiirissä on tärkeää voida liikkua omana itsenään, oman kuntonsa mukaan, iloisessa seurassa. Tätä yhteisöllisyyttä ja kunnon ylläpitoa Lauttasaaren Kisa-Siskot haluaa tarjota myös nuoremmille ikäryhmille. Tämän vuoksi kaikki uudet jäsenet ovat tervetulleita mukaan jumppaamaan ja osallistumaan seuran toimintaan. Toivottavasti seuran 100-vuotishistoriikkiin saadaan koottua mukavia muistoja ja iloisia tapahtumia myös seuraavien vuosikymmenten ajoilta.



Lähteet

Johtokunnan pöytäkirjat

SNLL:n julkaisu vuonna 1957, sivu 205

Uino, Ari, Lauttasaaren historiallisia vaiheita - Julius Tallbergin ajasta 2000-luvulle, Lauttasaaren säätiö 1945-2005, I-print Oy, Seinäjoki 2005

Stenius, Sigurd, Lauttasaaren kirja, Lauttasaaren säätiö, Tilgmannin Kirjapaino, Helsinki 1948

Kannen kuva: Kutsu seuran 10-vuotisjuhlaan 5.5.1957

Haastattelut

Leena Honkanen 11.4.2016

Marja Kartano 11.4.2016

Anu Kieväri 5.3.2017

Anna-Riitta Koivisto 7.11.2016

Kari Koivumäki 24.2.2017

Eila Kunnas 14.3.2017

Marianne Kuula 11.4.2016

Leena-Maija Lindfors 11.4.2016

Helena Mensonen 1.3.2017

Liisa Sandén 28.3.2017

Eeva-Liisa Suopohja 19.4.2016

Nina Talmén 17.2.2017

Historiikkityöryhmä

Sirkku Holmström (tekninen tuki)

Eila Kunnas

Marianne Kuula

Leena-Maija Lindfors

Tuula Meres-Wuori

Sirkka Uski

Historiikki on julkaistu myös Kisa-Siskojen nettisivuilla

www.lauttasaarenkisasiskot.fi



www.lauttasaarenkisasiskot.fi