



**Scandic**  
KAJANUS · KAJAANI  
Koskikatu 3  
(08) 61 641



SPORT TO THE PEOPLE  
**INTERSPORT**  
KAJAAINI



# KÄSIOHJELMA

C-JUNIOREIDEN ALUE-SM KAJAANI 20.-22.9.2013



[WWW.LENTOPALLOLIITTO.FI](http://WWW.LENTOPALLOLIITTO.FI)



[WWW.KAJAANINKUOHU.FI](http://WWW.KAJAANINKUOHU.FI)

# Lentopalloliiton tervehdys

Onneksi olkoon. Olet selvinnyt läpi katsastusten C-nuorten aluejoukkueiden loppu-turnaukseen 2013. Se on osoitus ja seurausta hyvin tehdystä työstä, jota jatkamalla tulet saavuttamaan unelmia ja pääsemään päämääriin.

13-14-vuotiailla urheilijoilla suositeltava viikoittainen liikuntamäärä on vähintään 20 h. Lentopalloharjoittelua tulisi olla 8-10 h/vko ja loput reilut 10 h karttavat muiden lajien harjoittelusta, omatoimisesta oheisharjoittelusta ja koululiikunnasta. Joukkue-lajeissa tyydytään usein toteuttamaan vain valmentajan ohjaamaa joukkueharjoittelua, joka ei valitettavasti riitä alkuunkaan saavuttamaan mainittua 20 h / vko ja takaamaan urheilijana kehittymistä. Omatoiminen vastuu monipuolisesta urheilusta ohjatun harjoittelun ulkopuolella tekee eroja urheilijoiden välillä. Suosittelen vahvasti tarkastelemaan viikoittaisen harjoittelukalenterin rakentumista. Haastan tähän tarkasteluun pelaajat, valmentajat ja vanhemmat. Tarkastelun jälkeen on toimenpiteiden vuoro, laitetaan harjoittelukalenteri kuntoon niin määrässä kuin laadusakin!

Suomalainen huippu-urheilu ja huipulle tähtäävä toiminta on muutoksessa. Keskeinen viesti muutoksessa on se, että toimenpiteet tehdään miettimällä parasta mahdollista ratkaisua pelaajien kehittymiselle. Minkälaista valmennusosaamista tarvitaan pelaajan polun eri vaiheissa, mitä toimenpiteitä seuroissa ja muissa organisaatioissa pitää tehdä että varmistetaan urheilijoiden ja valmentajien kehittyminen, mistä toimenpiteistä lajit vastaavat itsenäisesti ja mitkä toimenpiteet kannattaa tehdä yhteistyössä muiden lajien kanssa. Kuinka varmistetaan että toiminnassa säilyy positiivisuus sekä ilon ja innostuksen ilmapiiri. Nämä ja monet muut kysymykset pitää pystyä ratkaisemaan sekä paikallisesti että valtakunnallisesti ja sen vuoksi tapahtuvat muutokset ovat kiinni meidän kaikkien halusta tehdä muutoksia ja varmistaa urheilijoiden optimaalinen kehittyminen.

Suomalainen lentopallo on kuluneina vuosina päässyt nauttimaan kansainvälisestä menestyksestä niin nuorissa kuin aikuisissakin, tuoreimpana muistona poikien maajoukkueen loistavat esitykset EM-kisoissa, MM-kisoissa ja nuorten Olympiastuurnafestivaaleissa. Että kansainväliseen menestykseen päästään, vaatii se pohjalle valtavan määrän oikeita ratkaisuja päivittäisharjoittelussa sekä yksittäisten pelaajien ja valmentajien motivoitumista asettamaan päämääriä ja unelmia. Uskaltakaa toteuttaa unelmianne!

**Antti Paananen**  
huippu-urheilupäällikkö  
Lentopalloliitto



# Tervetuloa Kajaaniin!

Kajaanin kaupunki on ollut monen tapahtuman keskipisteenä tänä kesänä ja so-kerina pohjalla on tämä C-ikäisten aluejoukkueiden SM-turnaus. On todella ilo kut-sua teidät kaikki Kainuun pääkaupunkiin.

Toivon teille kaikille menestystä, hyviä suorituksia ja onnistumisia. Tiukkojen pelien lomassa on hienoa antaa kannustusta kaikille. Hyvät suoritukset ovat aina kannus-tuksen arvoisia, tekipä ne sitten oma joukkue tai vastustaja. Ihmisenä kasvaminen vaatii humanismia ja lentopallo lajina antaa siihen hyvät valmiudet!

Kajaanin Kuohu on yleisseura, jossa on neljä jaostoa. Seuramme viettää tänä vuonna 80-vuotisjuhlaansa. Turnaus liittyy vahvasti juhlavuoden teemaan ja on yksi sen kohokohdista.

Olemme pyrkineet luomaan tapahtuman, jossa liikunnan ilo säilyisi mukana koko turnauksen ajan. Parhaat joukkueet ja pelaajat saadaan esiin jälleen sunnuntai-iltapäivällä.

Toivottavasti viihdytte!

**Jaakko Saarinen**  
Lentopallojaoston puheenjohtaja  
Kajaanin Kuohu



# OTTELUOHJELMA

PE 17:30 18:30 20:00	<b>Pojat lohko I, Kenttä 1</b> K-Rauta Kajaani Itä 1 Etelä 1 Länsi 1 Lounas 1 Pohjoinen 1	<b>Pojat lohko II, Kenttä 2</b> Intersport Kajaani Lounas 2 Länsi 2 Etelä 2 Pohjoinen 2 Itä 2	<b>Työt lohko I, Kenttä 5</b> Lentikankaan Apteekki Etelä 1 Itä 1 Lounas 1 Pohjoinen 1 Länsi 1	<b>Työt lohko II, Kenttä 6</b> Scandic Kajaani Länsi 2 Lounas 2 Pohjoinen 2 Itä 2 Etelä 2
LA 9:00 10:00 11:00 12:00 14:00	Itä 1 - Länsi 1 Etelä 1 - Lounas 1 Pohjoinen 1 - Länsi 1 Lounas 1 - Itä 1 Etelä 1 - Länsi 1 Lounas 1 - Pohjoinen 1 Itä 1 - Etelä 1	Lounas 2 - Pohjoinen 2 Etelä 2 - Itä 2 Länsi 2 - Pohjoinen 2 Etelä 2 - Lounas 2 Itä 2 - Pohjoinen 2 Länsi 2 - Etelä 2 Lounas 2 - Itä 2	Itä 1 - Länsi 1 Etelä 1 - Lounas 1 Pohjoinen 1 - Länsi 1 Lounas 1 - Itä 1 Etelä 1 - Länsi 1 Lounas 1 - Pohjoinen 1 Itä 1 - Etelä 1	Lounas 2 - Pohjoinen 2 Etelä 2 - Itä 2 Länsi 2 - Pohjoinen 2 Etelä 2 - Lounas 2 Itä 2 - Pohjoinen 2 Länsi 2 - Etelä 2 Lounas 2 - Itä 2
18:00 19:00	ot 1. L/I/1 - L/II/3 ot 3. L/II/2 - L/II/2	ot 2. L/I/3 - L/II/1 ot 4. L/I/4 - L/II/5	ot 1. L/I/1 - L/II/3 ot 3. L/II/2 - L/II/2	ot 2. L/I/3 - L/II/1 ot 4. L/I/4 - L/II/5
SU 9:00 10:00 11:00 12:00 13:00 14:00	<b>ot 5. häv. Ot 1 - häv. Ot 4</b> ot 7. voit. Ot 1 - voit. Ot 4 <b>voit. Ot 5 - voit. Ot 6 si:5-6</b> häv. Ot 7 - häv. Ot 8 si: 3-4 <b>voit. Ot 7 - voit. Ot 8 si: 1-2</b>	ot 6. häv. Ot 2. - häv. Ot 3 <b>ot 8. voit. Ot 2 - voit. Ot 3</b> häv. Ot 5 - häv. Ot 6 si:7-8 <b>L/II/4 - L/II/5 si:9-10</b>	<b>ot 5. häv. Ot 1 - häv. Ot 4</b> ot 7. voit. Ot 1 - voit. Ot 4 <b>voit. Ot 5 - voit. Ot 6 si:5-6</b> häv. Ot 7 - häv. Ot 8 si:3-4 <b>voit. Ot 7 - voit. Ot 8 si: 1-2</b>	ot 6. häv. Ot 2. - häv. Ot 3 <b>ot 8. voit. Ot 2 - voit. Ot 3</b> häv. Ot 5 - häv. Ot 6 si:7-8 <b>L/II/4 - L/II/5 si:9-10</b>

## AIKATAULU

Turnauksen avajaiset perjantaina 20.9. klo 19.30-20

Maamme -laulu : **Anni Seppänen**

Turnauksen avajaisien puhujina toimivat Kajaani kaupungin sivistysjohtaja **Mikko Saari** ja kainuulaisyhtymän lentopallon ammattilaispioneeri **Janne Heikkinen**.

Päätäjäiset ja palkintojen jaot sunnuntaina 22.9. n.klo 15. viimeisen pelin jälkeen.

Trumpetti: **Titus Eroia**



# KAJAANIHALLIN POHJAPIIRROS

## ETELÄ, pojat 1

nro	sukunimi etunimi	seura	rooli	pituus	synt.vuosi
1	Koskimies Elias	Kave	YP	162,5	2000
2	Väänänen Joonas	Blues	P/YP	169	1999
3	Määttä Rasmus	Blues	KT	175	1999
4	Rytsä Niko	Vilepa	YP/KT	176	1999
5	Ora Eppu	Kontula	P/YP	178	1999
6	Pirinen Joel	Salpis	KT	178,5	1999
7	Topio Vili	Keika	YP	178,5	1999
8	Elomaa Tapio	Blues	YP/KT	179	1999
10	Sosunoff Matias	Kave	H	193,5	2000

Esa Piipari valmentaja  
Markku Sosunoff valmentaja

## ETELÄ, pojat 2

nro	sukunimi etunimi	seura	rooli	pituus	synt.vuosi
1	Kattelus Ville	Keika	P/YP	153,5	2002
2	Leiniö Luukas	Kole	YP	156,5	1999
3	Laitinen Eetu	KorPo	YP	160	2001
4	Häkälä Timi	KorPo	P/YP	163	2000
5	Mäkelä Tommi	Puma	YP	163,5	2001
6	Wacklin Vertti	Keika	YP	166,5	2000
7	Kanto Panu	KorPo	YP	172	2000
8	Mäkelä Kimi	Keika	KT	173	2000
8	Hyvärinen Eelis	KorPo	KT	173	2000
10	Autio Lauri	Salpis	KT/yp	175,5	1999
11	Weidenbacher Valentin	Salpis	KT	176,5	2000
12	Seppänen Topi	Blues	P/YP	182,5	2000

Markku Väänänen valmentaja

## ETELÄ, tytöt 1

nro	sukunimi etunimi	seura	rooli	synt.vuosi
11	Lemola Martta	Salpis	K	1999
13	Kokko Mona	Puma Volley	K	1999
12	Leinonen Nea	Espoo lentis	K	1999
5	Madsen Yasmine	Valkealan kajo	K	1999
6	Salo Anniina	Haminan Arsi	P	1999
7	Aapro Suvi	Valkealan Kajo	P	1999
8	Hyttinen Anna	PuMa	YP	1999
2	Mertakorpi Anni	Kausalan Yritys	YP	1999
3	Aarni Minni	Korian Ponsi	YP	1999
1	Savikurki Mirka	Artami	YP	1999
9	Putkonen Niina	Perttulan Tähti	YP	1999
10	Sivonen Selina	Salpis	YP/P	1999

Petri Kuokkanen valmentaja  
Leena Leiniö valmentaja

## ETELÄ, tytöt 2

nro	sukunimi etunimi	seura	rooli	synt.vuosi
14	Williams Emma	NaLe	K	2000
1	Lehtinen Laura	Korian Ponsi	K	2000
5	Junno Minttu	Perttulan Tähti	K	1999
6	Holm Alisa	Korson Veto	K	2000
7	Lind Elina	PuMa-Volley	P	2000
3	Karkkonen Eeva	Artami/Kole	P	2000
4	Aarni Jenna	Korian Ponsi	YP	2000
8	Saarenpää Neea	Puma	YP	1999
2	Niemi Rosa	KOLE-57	YP	2000
9	Lindqvist Sanni	MäVi	YP	1999
10	Brunner Sarah	MäVi	YP	1999
11	Kärkkäinen Inka	PU -58	YP/K	2000

Katja Kääriä valmentaja  
Arto Ruuska valmentaja

## ITÄ, pojat 1

nro	sukunimi etunimi	seura	rooli	pituus	synt.vuosi
12	Ivanov Fedor	Pielav. Sampo	P	173	2000
15	Kivekäs Matti	Pielav. Sampo	KT	176	1999
16	Salpakari Juuso	Pielav. Sampo	YP	177	1999
3	Okkonen Ilpo	Nurmeksen Sepot	YP	164,5	1999
17	Niskanen Valtteri	Pielav. Sampo	YP	177	1999
5	Turunen Eero	Nurmeksen Sepot	P	167	1999
14	Alava Paavali	Puijo Wolley jun.	KT	175	1999
18	Pennanen Valtteri	Puijo Wolley jun.	YP	178	1999
20	Hakulinen Tero	Puijo Wolley jun.	YP	182	1999

Sergei Ivanov valmentaja  
Markku Pennanen valmentaja

## ITÄ, pojat 2

nro	sukunimi etunimi	seura	rooli	pituus	synt.vuosi
2	Heiskanen Jere	Liperi Volley	YP	164	2000
8	Hakkarainen Tatu	Rautav. Raiku	KT/YP	171	1999
1	Pennanen Arttur	PuWo juniorit	P	155	2001
19	Taskinen Tatu	PuWo	P	181	1999
4	Help Vili-Valtteri	Kiuruv. LuomuWo.	YP/HA	165	2001
9	Räsänen Mikko	Outok. Partio	KT	172	2000
6	Savonsalmi Severi	Pielav. Sampo	YP		2000
13	Pesonen Miika	Pielav. Sampo	KT	173	1999
7	Auvinen Jere	Pielav. Sampo	YP		1999
10	Siltala Eero	Pielav. Sampo	P	172	1999
11	Savolainen Mika	Pielav. Sampo	YP	172	2000

Vesa Polso valmentaja  
Kari Niskanen valmentaja

## ITÄ, tytöt 1

nro	sukunimi etunimi	seura	rooli	pituus	synt.vuosi
23	Haatainen Nea	Savonl. Ajo	YP/KT	186	2000
15	Hakulinen Liisa	Pielav. Sampo	YP/KT	172	1999
6	Jauhiainen Emma	Leppävirran Viri	YP	166	1999
12	Taavitsainen Jolanda	Pieksäm. Tsemppi	YP	170	1999
10	Torvelainen Julianna	Savonlinnan Ajo	H	168	1999
13	Karvinen Maiju	Savonlinnan Ajo	P	170	1999
16	Nousiainen Heini	Lapinlahden Veto	YP	172	2000
17	Pitkonen Siiri	Savonlinnan Ajo	KT	174	1999
11	Moilanen Oona	Pyhäselän Urh.	YP	169	1999
5	Torpakko Sonja	KLP-86	P	165	1999
18	Minkkinen Henna-Riikka		YP	174	1999

Ismo Paananen valmentaja  
Henrik Kosonen valmentaja

## ITÄ, tytöt 2

nro	sukunimi etunimi	seura	rooli	pituus	synt.vuosi
21	Kainulainen Juulia	Kalliosuon Sisu	KT	180	1999
4	Teittinen Jonna	Leppävirran Viri	YP/P	164	1999
2	Kuosmanen Anni	Pielav. Sampo	YP	157,5	1999
1	Vauhkonen Jenna	Leppävirran Viri	YP	157	2000
22	Kuokkanen Riina	Leppävirran Viri	KT	180	1999
14	Salmi Miina	PuWo	YP	170	1999
7	Kesänen Sini	VaNMKY	KT	166	2000
3	Auvinen Amanda	Pielav. Sampo	P	159	1999
8	Hacklin Lotta	Pyhäselän Urh.	P	166	1999
19	Kosonen Silja	Pieksäm. Tsemppi	YP	175	2000
20	Roivainen Pipsa	Savonlinnan Ajo	YP	176	2000
9	Jakonen Liinu	Savonlinnan Ajo	H	167	1999

Eija Piippo-Savolainen valmentaja  
Harri Soinen valmentaja

## LOUNAS, pojat 1

nro	sukunimi etunimi	seura	rooli	pituus	ulottuvuus	synt.vuosi
1	Leimu Joonas	Rikala	YP/KP	191	298	1999
2	Saarenmaa Olli	Kunto	YP	186	306	1999
3	Kontio Juuso	Rikala	KP	186	310	1999
4	Vuorenmaa Tatu	VaLePa	KP	184	299	1999
5	Tulonen Joonas	VaLePa	P	183	304	1999
6	Kangashaka Nestori	Jankko	YP	180	287	1999
7	Koli Robert	Rikala	YP	178	301	1999
8	Liimatainen Juho	Rikala	YP	175	296	1999
9	Köykkä Voitto	Tähti	YP	175	300	1999
10	Vesterinen Eetu	Rikala	P	174	283	1999
11	Hietavala Kalle	Tähti	KP/YP	174	305	1999
12	Tolvanen Mikke	Tähti	YP	173	289	1999

Tapio Jukka valmentaja  
Kaipainen Mikko valmentaja  
Torkkeli Mikko valmentaja

## LOUNAS, pojat 2

nro	sukunimi etunimi	seura	rooli	pituus	ulottuvuus	synt.vuosi
1	Nikula Aaro	Rikala	KP	191	290	1999
2	Korttemaa Topi	Jankko	KP	187	298	1999
3	Vuolle Mikko	Jankko	KP	187	287	1999
4	Kaski Paavo	VaLePa	YP	179	292	2000
5	Rahko Väinö	Loimu	YP	175	273	2000
6	Piilola Teemu	Rikala	P	171	267	2000
7	Valaranta Sami	Tähti	YP	171	272	2000
8	Ruohola Risto	NarPa	YP	169	273	2000
9	Saarinen Tomi	Loimu	P	168	277	1999
10	Impola Antti	VaLePa	YP	166	279	2000
11	Vanhanen Lauri	Rikala	YP	166	271	2000
12	Breilin Niklas	Rikala	YP	159	259	1999

Rantanen Lauri valmentaja  
Korhonen Jani valmentaja  
Lehti Jukka valmentaja

## LOUNAS, tytöt 1

nro	sukunimi etunimi	seura	rooli	pituus	ulottuvuus	synt.vuosi
1	Rahko Hanna	Loimu	KP	179	284	1999
2	Loukonen Venessa	Loimu	KP	177	282	1999
3	Sylvelin Kiia	Ryhti	YP	175	269	1999
4	Skinnarla Minja	NarPa	YP	173	273	1999
5	Jalonen Emmi	Ryhti	P	173	277	1999
6	Koivisto Pinja	Ryhti	KP	172	271	1999
7	Kukkonen Tuuli	Viesti	YP	170	277	1999
8	Joutsenvirta Salli	Ryhti	KP	170	273	1999
9	Niemelä Iina	Loimu	YP	169	275	1999
10	Vähäsarja Jenny	Loimu	YP	168	272	1999
11	Heikkiniemi Roosa	Viesti	YP	166	268	2000
12	Mansikkaviita Veda	Loimu	P	165	277	1999

Vähäsarja Arto valmentaja  
Mansikkaviita Toni valmentaja  
Vuolle Katariina valmentaja

## LOUNAS, tytöt 2

nro	sukunimi etunimi	seura	rooli	pituus	ulottuvuus	synt.vuosi
1	Lindgren Saana	Jankko	YP	185	285	2000
2	Mäki Tuuli	Parma	KP	180	264	2000
3	Riikonen Jutta	Loimu	YP	176	270	2000
4	Rokka Suvi	Viesti	YP	173	270	2000
5	Hänninen Emilia	Ryhti	YP	171	274	2000
6	Tuominen Inka	Jankko	KP	169	272	2000
7	Huurne Viivi	LeKi	YP	169	264	1999
8	Nurmi Eveliina	LTU	P	168	262	2000
9	Rantanen Siiri	LTU	KP	167	264	2000
10	Välimäki Emmi	Jankko	P	165	258	2000
11	Fehlig Säde	LTU	YP	163	258	2000
12	Kakko Olivia	Loimu	YP	163	264	2000

Heikkiniemi Sami valmentaja  
Kakko Ville valmentaja

## LÄNSI, pojat 1

nro	sukunimi	etunimi	seura	rooli	pituus	synt.vuosi
1	Mäkiluoma	Santeri	KaWi	H/YP	184	1999
2	Kunnari	Lauri	AK	YP	174	1999
3	Tynilä	Eero-Pekka	AK	YP/KT	180	1999
4	Välimaa	Anton	KaWi	P	167	1999
5	Keskinen	Oskari	SeLe	YP/KT	175	2000
6	Pöllänen	Aatu	KaWi	KT/YP	182	1999
7	Hyöty	Jami	Kiisto	P	178	1999
8	Hakamäki	Patrik	NJ	YP	180	1999
9	Myllymäki	Arttu	AK	YP	167	1999
10	Rasinperä	Miro	KuLePa	YP	167	1999

Juha Finni valmentaja  
Terhi Välimaa valmentaja

## LÄNSI, pojat 2

nro	sukunimi	etunimi	seura	rooli	pituus	synt.vuosi
1	Lahti	Antti	Luja	KT	188	1999
2	Mansikkaviita	Arttu	NJ	YP	173	2000
3	Parkkonen	Valtteri	KyKy	H/YP	179	1999
4	Mäntylä	Joonas	AK	YP	170	2000
5	Autio	Ilkka	NJ	P/YP	173	1999
6	Kankaansyrjä	Topi	KaWi	KT/YP	171	2000
7	Mattila	Jere	AK	YP	171	1999
8	Lampinen	Jaakko	NJ	YP	163	1999
10	Pöllänen	Eemi	KaWi	YP	161	2001
11	Lehtinen	Eero	KaWi	YP/P	171	1999
12	Välimaa	Santeri	KaWi	P	165	2001

Petri Keskinen valmentaja  
Markus Jokela valmentaja

## LÄNSI, tytöt 1

nro	sukunimi	etunimi	seura	rooli	pituus	synt.vuosi
1	Luomala	Rita	Ploki	P	165	1999
2	Jokinen	Jenni	VaVa	P	165	2000
3	Peura	Julia	Luja	YP	177	1999
4	Kahilainen	Mari	Ploki	YP	170	1999
5	Riikilä	Emmi	NuJy	YP	175	1999
6	Hänninen	Vilma	AA	YP	176	2001
7	Jokinen	Jessica	Vava	YP	170	1999
8	Tamminen	Mari	SaPu	YP	164	1999
9	Tenhunen	Emma	JyLe	KT	173	1999
10	Katajamäki	Suvi	Luja	KT	170	1999
11	Kääntä	Emilia	Viri	YP	180	1999
12	Hiironen	Carita	Ploki	KT	170	1999

Mariliisa Salmi valmentaja  
Tuulevi Piesanen valmentaja

## LÄNSI, tytöt 2

nro	sukunimi	etunimi	seura	rooli	pituus	synt.vuosi
1	Annala	Julia	Luja	P	162	1999
2	Eronen	Susanna	JyLe	P	167	1999
3	Hakala	Iida	NuJy	YP	163	1999
4	Rajala	Roosa	NuJy	YP	164	1999
5	Koskela	Maria	KaWi	YP	165	1999
6	Silla	Noora	KaWi	YP	164	1999
7	Rossi	Sanni	SeLe	KT	166	1999
8	Suhonen	Anni	SeLe	KT	175	1999
9	Latvala	Anna-Stina	Luja	KT	166	1999
10	Kuusisto	Helmi	NuJy	YP	168	2000
11	Huita	Veera	Luja	YP	164	1999
12	Leikas	Elina	Vasama	YP	163	1999

Tero Raveala valmentaja  
Pasi Peura valmentaja

## POHJOINEN, pojat 1

nro	sukunimi etunimi	seura	rooli	pituus	synt.vuosi
1	Vaara Aleksis	NaPa	KT/H	185	1999
2	Huhtakangas Joonas	Kisko	KT	186	1999
3	Mäkinen Jere	NaPa	YP/H	186	1999
4	Suihkonen Niko	Kisko	YP	183	1999
5	Saukkonen Juho	NaPa	KT	180	1999
6	Sarkkinen Tuukka	RaLepa	YP/H	181	1999
7	Hakala Otso	NaPa	P	169	1999
8	Kyllönen Mikael	NaPa	P	179	1999
9	Cielavs Markuss	Kisko	H/YP	183	1999
10	Nivala Henri	Kisko	KT	188	2000

Sami Kurttila valmentaja  
Mikko Sarkkinen valmentaja

## POHJOINEN, pojat 2

nro	sukunimi etunimi	seura	rooli	pituus	synt.vuosi
1	Korpela Janne	RaLepa	P	165	2000
2	Joensuu Matti	Kempele	P	168	2000
3	Hautaniemi Miikka	Tähti Volley	YP	178	2000
4	Koskela Miikka	NaPa	YP	176	2000
5	Kuusela Aaro	Tähti Volley	YP	164	2000
6	Salmela Jere	Tähti Volley	YP	158	2000
7	Väänänen Elias	NaPa	YP	165,5	1999
8	Ohtonen Eetu	NaPa	YP	170	2000
9	Ruotsalainen Santeri	NaPa	KT	180,5	1999
10	Anttila Eetu	Kempele	KT	178	1999
11	Alanen Sisu	NaPa	KT	178	2000
12	Honkonen Paavo	Tähti Volley	KT	175	2000

Petteri Salmela valmentaja  
Markku Pyhäjärvi valmentaja

## POHJOINEN, tytöt 1

nro	sukunimi etunimi	seura	rooli	pituus	s.vuosi
1	Kaukoranta Taija	Kempele	P	164	2000
2	Määttä Katrina	Kempele	YP	165	2000
3	Raappana Lotta	Tornion Lentis-88	YP	165	1999
4	Melamies Petra	Kempele	YP	171	1999
5	Heino Sara	Kempele	KP	171	1999
6	Määttä Hanna	PaKa	YP/KT	172	1999
7	Lindholm Veera Vanessa	Tähti Volley	KP	172	1999
8	Pyhäjärvi Viivi	Lapin Sudet	YP	176	1999
9	Ojala Suvi-Tuulia	Kuusamon Pallo-K.	P	177	1999
10	Mikkilä Annika	Saloisten Salama	YP	177	1999
11	Kangasjärvelä Netta	Saloisten Salama	KT	177	1999

Jarkko Alasaarela valmentaja  
Jarno Saarela valmentaja

## POHJOINEN, tytöt 2

nro	sukunimi etunimi	seura	rooli	pituus	synt.vuosi
1	Salmela Petra	Tä-Vo	P	153	2000
2	Heikkilä Tiina	Kempele	YP	158	2000
3	Hietala Hanna	Lentis -88	YP	159	2000
4	Jarva Anna-Sofia	Kempele	YP	163	2000
5	Schutzkoff Kaisa	Tä-Vo	KT	164	2000
6	Kullberg Milla	Kempele	KT	165	1999
7	Karjalainen Mari	Kempele	YP	165	1999
8	Ronkainen Riina	PaKa	YP	166	2000
9	Hirvonen Alisa	WoVo	KT/YP	168	2000
10	Jokelainen Ella	WoVo	P	168	2000
11	Laine Alisa	WoVo	YP/KT	169	2000
12	Karjalainen Anni	PaKa	KT	177	2000

Jukka Mustonen valmentaja  
Leena Tuikkala valmentaja



## YHTEYSTIEDOT

Turnausvastaava/Jaakko Saarinen	050-330 9325
Kisakanslia/Heli Holappa	044-039 3357
Tulospalvelu/Kimmo Komulainen	050-372 5281
Kajaanihalli	044-710 0125
Majoitus/Juhani Mustonen	040-736 0606
Ensiapu/Ritva Piippo	050-410 4678
Ruokailu/Niina Korhonen	040-413 0965
Kuulutus/Paula Hänninen	040-516 8027



Tällä linkillä pääset ajantasaiselle Facebook-sivullemme

Saatavana myös  
turnauksen laadukas  
t-paita!

Hintaan 10e!



## Peli-iloa ja onnistumisen hetkiä kaikille!

Lentopalloliitto



## RUOKALISTA

### Perjantai 20.9.2013

Päivällinen: jauhelihakeitto, kaksi salaattivaihtoehtoa, ruis- ja vaalea leipä, levite maito, mehu, vesi .

Iltapala: täytetty juustosämpylä, jogurtti, mehu,

### Lauantai 21.9.2013

Aamiainen: kaurapuuro, marjakiisseli, sämpylä, makkara, maito

Lounas: broileripasta, kaksi salaattivaihtoehtoa, ruis- ja vaalea leipä, levite maito, mehu vesi

Päivällinen: nakkikastike, perunamuusi, kaksi salaattivaihtoehtoa, ruis- ja vaalea leipä, levite maito, mehu, vesi

Iltapala: Täytetty kinkku reissumies, hedelmä, mehu

### Sunnuntai 22.9.2013

Aamiainen: riisipuuro, marjakiisseli, ruisleipää, juustoa, maito

Lounas: makaronilaatikko, kaksi salaattivaihtoehtoa, ruis- ja vaalea leipä, levite maito, mehu vesi

Matkaeväs: täytetty sämpylä, banaani, mehu

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

## Ruokailun aikataulu

### Perjantai

päivällinen 15.30-17.30

iltapala 20.00-21.30

(Huom! Avajaiset klo 19.30-20.00)

### Lauantai

aamupala 7-8

lounas 12-14

päivällinen 17-18.30

iltapala 19.30-21.30

### Sunnuntai

aamupala 7-8

lounas 11-13 ja matkaeväspussit Kajaanihallilta klo 13-16

# PÄÄYHTEISTYÖKUMPPANIT



## Scandic

KAJANUS · KAJAANI  
Koskikatu 3  
(08) 61 641



## KANNATTAJAT

Kajaanin Automaalarit

Akkukauppa  
Kemppainen Oy

Citymarket  
Kajaani

Gigantti Kajaani

Kimmik

K-market Lohtaja  
Kajaani

Koneistamo Alm

Korpiauto Oy

Pohjoissuomen  
kuivaustekniikka

Sunit Oy

Vesikattopalvelu  
Kemppainen Oy

Nordea

VMP Varamiespalvelut  
Kajaani

Valtra