

## TANHUVAARA 11. – 14. 10. 2018

KUNONKOHOTUS oli "iskulauseena" lomalla jota Eläkeliiton Joensuun yhdistyksen pieni valio joukko vietti Urheiluopisto Tanhuvaarassa lokakuuisena viikonloppuna.



Pirkko ja Ilmari

Sanan täydellisessä merkityksessä "perinteinen" on jo tämä jokasyksyinen kunnon- ja vireyden kohotusloma, juuri sitä. Takana on kuuma, aurinkoinen kesä, kiireineen ja kunnon hoitaminen on saattanut jäädä unohduksiin.

Siispä pieni, mutta sitäkin valveutunut sakki kiersi neljänä päivänä urheiluopiston eri pisteissä saamassa ohjeita ja opastuksia kehon hoidosta.

Ohjelma oli suunniteltu monipuoliseksi ja sitä se myös oli.

Oli vesijumpaa, jossa erilaisia variaatioita, vesijuoksusta painon nostoon, ei kun painonlaskuun, tai jotenkin sinnepäin.

Kättä, jalkaa, selkää, painojen kanssa ja ilmanpainoja, tuli hiki. "Joutenolo on raskasta", tuumi joku se joku joka lopuksi kuorsasi koviten, kun saatiin levätä oikein luvan kanssa.

Oli yksilaji ylitse muiden "nyrkkeily" aivan oikein nyrkkeily. Sai hakata kerrankin kaveria, "sitä kaveria" luvan perästä ja kyllä kävikin melkoinen "mäiske", tuntui useammalla olevan jotakin "hampaankolossa".

Turpiin tuli, tuumi yksi ja toinen, ainakin se toinen, lieneekö ollut syytä, sitä jokainen pohdiskelee tykönänsä.

Myös erilaisia pelejä saatiin kokeilla, ei niinkään kehonkunnon takia, vaan henkisen, mielenjännityksen viritykseksi.

Mutta, ulkoilu, se oli poikaa / tyttöä, ilma oli kuin morsian, jos ei vieläkin kauniimpi, ainakin lämpöisempi. Meidän lomanajaksi oli tilattu, "sattunut" vuosisadan lämpöennätys, sekös sai meidät ulos, rohkeimmat kyseli aurinkovoiteita, ei paljon liioiteltu. Ohjaajilta pyydettiin, sisälajit ulos, mutta se "pyrökratia" ei käy mikä paperilla se on ja pysyy, siis sisällä.



Se on sitten curlingia



Vapaa aika, mikä se on, se on hetki joka menee siirtyessä ohjelmasta toiseen, ei siis ollut.

Yhteinen ilta, ilta jonka talo oli järjestänyt. Opistonpuolesta oli ohjaajan järjestämää visailu ohjelmaa. Meidän tapana on pitää oma yhteinen ilta, nyt jäätiin jatkoille, nautittiin omia eväitä, kuunneltiin toistemme tuntemuksia lomapäiviltä, pelattiin bingoa.

Tietenkin sauna, joka oli kylän komein "kruunasi" kaiken. Kotiin sunnuntaina.

MATKAMIES