

KULTANYRKIT. Jani Keränen (vas.), Niina Myyrä ja Jani Lehtomurto ottelivat itsensä kickboxingin Suomen mestareiksi. Takana mestareiden tekijä, valmentaja Toni Huikkola.



Myllymäen Luolassa muovataan potkunyrkkeilyn Suomen mestareita

Kushin-Kanin kickboxerit saavuttivat Lahden SM-ki-soista kolme kultaa, joista kaksi tuli jopa samaan perheeseen.

lisäksi Kiemunki

Suomen mestaruus -mitalide ei ole mitään tihkuttelua keväisessä Hämeenlinnassa. Joukkuepallolajien lisäksi toissa viikonlopun kickboxingin SM-

skaboista Lahdesta oli Kushin-Kanin potkunyrkkeilijöillä tuomisinaan neljä palaa metallia.

Jani Keränen nimittäin voitti alle 71-kiloisten full contact -sarjassa kultaa, kuten myös **Jani Lehtomurto** saman painoluokan light contactissa. Lehtomurron elämänkumppani **Niina Myyrä** toi perheeseen toisen mestaruuden naisten alle 52-kiloisten light contactissa. Kimaraa täydensi vielä Shamil Seifullan alle 75-

kiloisten full contactin SM-pronssi.

Mestareiden tekijän, valmentaja Toni Huikkolan mukaan menestyksen takana on – mikäs muukaan – kova työ Myllymäen väestönsuojan eli Luolan suojissa.

– Neljä kertaa viikossa lajitreenit ja siihen lenkit ja puntit oman ohjelman mukaan päälle. Noin 9–10 treeniä viikossa jokaiselle, Huikkola laskeskelee.

– Ei ole ollut vapaa-ajan

ongelmia, mitä nyt työt haittaavat vähän harrastusta, mestari-Janit naureskelevat.

Maajoukkueleirille

Keränen, 29, on mestaruutensa myötä tyrkylä myös lajin maajoukkueeseen. Aikaisemmin hänellä on vyöllään jo pari SM-hopeaa ja pronssi.

– Viikko-pari tässä ollaan ihan hiljaksen, sitten alkaa pikku hiljaa treenaaminen.

– Kyllähän otteleminen vie-

lä kiinnostaa, kun on ollut niin paljon loukkaantumisia matkan varrella. Iän puolestakin olisi vielä aikaa, Keränen pyörittellee jatkosuunnitelmiaan.

Niina Myyrä sanoo, ettei mestaruus ainakaan vienyt hänen kipinänsä minnekään.

– Kisat menivät odotettua paremmin, mutta tästä lajista eivät haasteet loppu, eikä teknisesti ole valmis koskaan.

Kilpaileminen lajissa aloitetaan valmentaja Huikkolan

mukaan yleisesti light contactista, josta edetään ”fulariin”.

– Tai ei ole ainakaan kovin järkevää mennä suoraan full contact -matseihin.

Jep, lightissakin voi ilmeisesti tulla osumia, ainakin jos katsoo Lehtomurron mustana säteilevää silmää.

Kushin-Kanin kickboxing-pe-ruskurssit alkavat taas syksyllä. Alaikärajana on 14 vuotta. www.kushin-kan.net