

A black and white close-up portrait of a woman with long, light-colored hair, smiling warmly at the camera. She is wearing a dark, textured sweater. The background is a plain, light color.

TAMMI

KRISTIINA

MÄKELÄ

PITKÄ TIE HUIPULLE

Mika Wickström

Mika Wickström

**KRISTIINA
MÄKELÄ**

PITKÄ TIE HUIPULLE



TAMMI

HELSINKI



© Mika Wickström ja Tammi 2024

Kuvaliitteen taitto: Maija Saarema / Myah
Kuvaliitteen kuvat Kristiina Mäkelän kotialbumista,
ellei toisin mainita.

Tammi on osa Werner Söderström Osakeyhtiötä
ISBN 978-952-04-5425-8
Painettu EU:ssa

Sisällys

| | | |
|----------------|----------------------------------------|-----|
| | Ennen Tuomasta..... | 7 |
| LUKU 1 | Päättäväinen vipeltäjä..... | 11 |
| LUKU 2 | Koriskentältä korkeushyppääjäksi | 19 |
| LUKU 3 | Nahkatakkeja ja niittivöitä..... | 26 |
| LUKU 4 | Salpausselän urheilulukioon..... | 34 |
| LUKU 5 | Kalevan kisojen jytky..... | 45 |
| LUKU 6 | ”Walker boot” ja vanhojentanssit | 50 |
| LUKU 7 | Kultainen kisapää | 59 |
| LUKU 8 | Edustusasussa Stadikalle | 65 |
| LUKU 9 | Muuttokuorma Helsinkiin | 70 |
| LUKU 10 | Pekingin Linnunpesä..... | 84 |
| LUKU 11 | Yhteishenki rakoilee..... | 95 |
| LUKU 12 | Matkalla tuntemattomaan | 100 |
| LUKU 13 | Armenialaisin opein Rioon..... | 106 |
| LUKU 14 | Sohvin iltapuvussa linnanjuhliin | 118 |
| LUKU 15 | Suunnitelmat menevät uusiksi | 126 |
| LUKU 16 | Valmentajan työpaikkahaastattelu | 132 |
| LUKU 17 | Sakea mediasoppa | 138 |
| LUKU 18 | Kovakouraista mentorointia | 152 |

| | | |
|----------------|-----------------------------------------|-----|
| LUKU 19 | Isän karu kohtalo | 158 |
| LUKU 20 | Raha-asiat retuperällä | 164 |
| LUKU 21 | Uusi manageri panee töpinäksi..... | 176 |
| LUKU 22 | Korona myllää ohjelman..... | 185 |
| LUKU 23 | Olympiapaikka tähtäimessä..... | 196 |
| LUKU 24 | Tokion seikkailuradalla..... | 208 |
| LUKU 25 | Lausannen sääntöjupakka | 214 |
| LUKU 26 | Karnevaalitunnelmat Lempäälässä | 220 |
| LUKU 27 | Ennätyskunnossa Oregonissa | 230 |
| LUKU 28 | Kameroiden oudot kuvakulmat..... | 235 |
| LUKU 29 | Wilma Murto lyö alkutahdit | 248 |
| LUKU 30 | Täysosuma Münchenissä | 253 |
| LUKU 31 | Kakkua ja mitalikahveja..... | 264 |
| LUKU 32 | Takapakki Ranskassa | 269 |
| LUKU 33 | Kolmas kerta Timanttiliigassa..... | 276 |
| LUKU 34 | <i>Yksi elämä, yksi planeetta</i> | 282 |
| LUKU 35 | Kabinettipeliä olympiapaikasta..... | 289 |
| LUKU 36 | Pitkät jäähyväiset..... | 306 |
| | Kiitokset | 313 |
| | Tilastot..... | 317 |

Ennen Tuomasta

Elämä hymyili taas. Olin löytänyt itselleni huippuvalmentajan. Edellinen oli jäänyt Orimattilaan, kun olin muuttanut opintojeni perässä Helsinkiin. Hän oli valmentanut minua etänä, ja omin päin harjoittelusta oli seurannut ikävä rasitusvamma, jonka takia jouduin pitämään lopulta välivuoden. Uusi valmentaja seurasi nyt kaikkea tekemistäni paikan päällä, ja pääsin nopeasti hyvään hyppyvireeseen selkävammasta toivuttuani.

Olen kuullut monelta muultakin urheilijalta, miten uudet kuviot antavat huimasti lisäbuustia harjoitteluun. Syntyy oikeanlainen näyttämisenhalu – että uusi valmentajakin huomaisi, mihin kaikkeen pystyn, ja että hän voisi olla ylpeä minusta.

Rakensimme ensimmäisen yhteisen vuotemme ajan peruskuntoani ja keskityimme tosi tarkkaan kaikkiin asioihin, jotka tukivat kehitystäni. Ympärieni koottiin tiimi, joka huolehti kaikenlaisista huippu-urheilijan elämään liittyvistä perusasioista, kuten ravitsemuksesta, lihashuollosta, henkisestä jaksamisesta ja jopa nukkumisestani.

Siirryimme hyvän harjoitusjakson jälkeen kohti hallikauden kisoja. Kun on hyvä mieli ja innostunut ilmapiiri,

tuntuu siltä kuin kaikki asiat sujuisivat melkein itsestään. Rikoin 22-vuotiaana sisärajojen Suomen ennätyksen heti alkuvuodesta 2015 ja lunastin tuloksellani paikan kesän MM-kisoihin. Mietin, voiko tämä olla edes totta! Olin menestynyt mukavasti nuoruusvuosina ja voittanut arvokisamitalinkin, mutta maailman huipun tuntumaan nousu aikuisiällä tuntui aivan erityisen hienolta.

Jokin alkoi silti hiertää valmentajan kanssa. Ajattelin aluksi, että se liittyi vain perinteisiin kommunikaatiovaikeuksiin ja hoituisi kyllä ajan kanssa. Koin itseni eläväiseksi ja keskusteluun kykeneväiseksi nuoreksi naiseksi. Valmentaja oli rauhallisempi tapaus, aikuinen mies. Jos kysyin häneltä jotain vaikkapa harjoituksen tarkoituksesta, sain vastaukseksi pälyilyä. Haluan aina tietää, miksi mitäkin tehdään ja mitä tavoittelemme. Sitten kun yritin avata keskustelua, miksi meidän oli niin vaikea puhua asioista keskenämme, tilanne tuntui vain pahenevan.

Olin aika nuori ja pohjimmiltani epävarma, joten kokeiden ja osaavien ihmisten haastaminen vaati minulta tuolloin erityisen paljon. Halusin varmaan kysellä tekemisistämme siksikin, että voisin osoittaa, kuinka tärkeää minulle oli tietää valmentajan tavoitteista ja aikomuksista. Voihan olla, että halusin myös miellyttää omalla tavallani auktoriteettiasemassa olevaa henkilöä. Suomalainen johtaminen ja valmennus oli niihin aikoihin vielä varsin autoritääristä, mutta onneksi asiat ovat muuttuneet paljon parempaan suuntaan viime vuosina.

En kokenut olevani erityisen hankala ihminen. Ajattelin, etten edes osaa kiukutella. Ei meillä pikkukaupungissa ollut

jätetty sellaiselle tilaa. En ollut saanut sen suuntaista palautetta myöskään koulussa, kotona tai kavereiden kanssa. Olin tarvittaessa omapäinen, mutten mikään kitisijä. Tulen varmaan aina olemaan maailmaa avoimesti ihmettelevä ja ihailleva, hieman pelokkaastikin ympärilleen pälyilevä positiivinen tyttö Orimattilasta.

Ongelmat alkoivat kasautua entisestään. Jos puheyhteyttä ei löydy, niin johonkin ne käsittelemättömät asiat patoutuvat. Lähdimme vuodenvaihteen jälkeen harjoittelemaan San Diegoon, josta matkamme oli tarkoitus jatkaa Portlandin MM-kisoihin. Olin ehtinyt hypätä Vaasan hallikisoissa 14,20, mikä ylitti myös olympiakisarajan. Rohkenen väittää, että neljäntoista metrin ylitys on kansainvälisen tason kolmi-loikkatuloksena. Se oli sitä kymmenen vuotta sitten, ja on sitä edelleen. Kysymys ei todellakaan ollut siitä, etteikö yhteistyömme olisi kantanut hedelmää urheilukentillä. Päinvastoin. Kyse oli vain ja ainoastaan siitä, ettemme osanneet puhua keskenämme.

San Diegon Training Centerissä treenasi meidän kanssamme samaan aikaan paikallisia jenkkiurheilijoita, jotka tsemppasivat toisiaan hulluna ja nostelivat jatkuvasti peukaloitaan keskenään. Sanoin valmentajalleni: "Etkös sinäkin voisi tsemppata minua välillä samaan tyyliin. Saisin varmasti enemmän irti itsestäni." Olinpa tajunnut pitää suuni kiinni. Mutta toisaalta rento keljuilu on aina ollut osa minua.

Tunnelma kiristyi entisestään. Valmentaja ei ymmärtänyt, mistä puhuin. Hän sanoi kannustavansa minua koko ajan antamalla ohjeita, mutta minä vain kitisin kiitokseksi. Kysyin, miten hän koki positiivisen palautteen. Keskustelu

kääntyi siihen, etten arvostanut hänen tekemisiään vaan kyseenalaistin kaiken koko ajan.

Lähdimme kentältä tuppisuina ja vetäydyimme omiin huoneisiimme. Sitten sain tekstiviestin valmentajaltani: hän ei jatkaisi enää yhteistyötämme. Kyllä, ilmoitus tuli kesken leirin.

Se oli hirveä shokki. Tarkoituksena oli suunnata seuraavaksi MM-kisoihin Portlandiin – ja kilpailla kesällä Amsterdamin EM-kisoissa sekä Rio de Janeiron olympialaisissa. Itkin yksin hotellihuoneessani toisella puolella maailmaa, eikä minulla ollut aavistustakaan, mitä tapahtuisi seuraavaksi. Miksi en kelpaa tällaisena kuin olen – mitä tein väärin?

LUKU 1

Päättäväinen vipeltäjä

Olin vain parivuotias taapero, kun pääsin mukaan Vipusen vipellykseen ensimmäisen kerran. Vipellys on Orimattilan Jymyn perinteinen kesäkauden avaustapahtuma, ja osallistumisestani löytyy valokuvakin perhealbumistamme. Äiti oli vienyt minut tapahtumaan isosiskoani kannustamaan, mutta pienemmätkin saivat osallistua. Sanoin: ”Minä itsekin.” Ja sitten vaapuin radan päästä päähän. En ottanut juoksuaskelia, mutten myöskään pyllähtänyt. Pääasia oli, ettei kukaan auttanut.

Vipusen vipellyksestä tuli minullekin jokavuotinen tapahtuma. Hieman vanhempana juoksukisat käytiin läheisillä pururadoilla. Aina ei voinut tietää, eksyikö matkalla vai miten kävi, mutta hauskaa oli. Kesän mittaan Jymy järjesti myös keskustentillä niin sanottuja Tiistaikisoja, joissa pääsi osallistumaan muihinkin kuin juoksulajeihin. Ne olivat tosi suosittuja tapahtumia. Aika usein kävin hakemassa mukaan äidin kanssa myös kaverini Susannan, joka asui hieman kauempana Sammallistossa.

Päivi-Inkeri Mäkelä, Kristiinan äiti:

Vipusen Vipellys on paikallisen lehden sponsoroima juoksutapahtuma, johon vein Kristiinan isosiskonsa Margareetan kanssa. Mukaan tuli aina myös Eerolan Susanna, joka oli Kristiinaa vuoden verran vanhempi. He muodostivat dynaamisen kolmikön. ”Susku” oli maitotilallisten tyttö. Jymyn kisat järjestettiin iltapäivisin, jolloin hänen vanhempansa olivat iltalypsyllä. Siksi hain Suskun aina Sammalistosta.

Kristiina oli hyvin päättäväinen tyttö pienestä pitäen. Hän ilmoitti ensimmäisessä Vipellyksessään, ettei rupea juoksemaan vaan kävelee. Niinpä hän sitten taapersi maaliin toiseksi viimeisenä. Hänen perässään tuli vain vielä nuorempi Rouskun Venla. Kristiina erottui joukosta jo tuolloin ja otti yleisönsä, kun muita ei näkynyt enää radalla.

Äitinikin on kotoisin Sammalistosta, joka sijaitsee Mallusjärven eteläpuolella mutta kuuluu Orimattilaan. Äiti oli kuusihenkinen perheen lapsista vanhin ja tottui tekemään heidän kotitilallaan riuskasti töitä nuoresta pitäen. Sen takia häneltä onnistuivat kaikenlaiset hommat maatalouskoneiden ajamisesta lähtien. Eipä ihme, että hänestä kasvoi niin tarmokas ja aikaansaava nainen. Hän menestyi hyvin aina koulussakin, ja siksi hän jatkoikin opintojaan lukion ja sairaanhoito-opintojen jälkeen yliopistossa. Opinnot äitini rahoitti tekemällä töitä samanaikaisesti TYKSissä. Hän valmistui hammaslääkäriksi.

Myös isäni oli kotoisin maalta. Heidän kotitalonsa sijaitsi Marttilassa, Varsinais-Suomen puolella. Kun isäni oli

parikymppinen, hänen oma isänsä loukkaantui vakavasti onnettomuudessa. Housunpunti oli jäänyt kiinni traktorin akseliin sillä seurauksella, että jalka piti amputoida. Yhtäkkiä isäni sai kantaa vastuun heidän tilastaan, koska hän oli lapsista vanhin.

Isä oli tuolloin vasta lukion käynyt. Hän oli kirjoittanut pelkkiä älliä, eikä hänen suunnitelmiinsa kuulunut maatalon isännöiminen. Kun aika oli kypsä, isä lähti Turkuun opiskelemaan lääkäriksi – mutta ukki ei tietenkään pitänyt isän ratkaisusta.

Äitini ja isäni tapasivat toisensa Turussa ja muuttivat jonkin ajan päästä saman katon alle. He menivät Turussa myös naimisiin. Isosiskoni Margareeta on syntynyt siellä, mutta minä olen pikkusiskoni Birgitan tavoin syntynyt Orimattilassa, jonne vanhempamme muuttivat Turun-vuosiensa jälkeen. Asuimme ensin rivitalossa, mutta muutimme sitten omakotitaloon, josta tuli varsinainen lapsuudenkotimme. Siellä sitten perheemme täydentyi Birgitalla.

Äiti ja isä auttoivat aina tarpeen tullen äitini vanhempia maataloustöissä. Vietimme Sammalistossa myös kaikki perheemme lomat ja viikonloppujakin. Tien toisella puolella asuivat Eerolat, joiden nuorin tytär Susanna oli minua vuoden vanhempi, ja hänestä tuli paras leikkikaverini. ”Suskun” perheellä oli parsinavetassa lypsykarjaa. Meidän mummolla ja papalla oli taas vanhassa navetassa pieni sikala, josta minulle on jäänyt vain jokunen hatara muistikuva. Siellä oli iso, pelottava karju ja emakoiden luona aivan ihania pikkupossuja, joita otettiin joskus vastasyntyneinä sisälle päättalon leivinuuniin lämmittelemään. Kun ne tokenivat, ne

vietiін syömään ja palautettiin possulaan. Jonkin ajan päästä isovanhempani kuitenkin luopuivat porsaista, joten niiden kanssa touhuaminen loppui.

Susanna Eerola, lapsuudenkaveri:

Aluksi leikin vain ”Kristin” isosiskon Margan kanssa, koska Kristi oli vielä niin pieni. Hänkin pääsi mukaan kun vähän kasvoi, ja leikimme välillä kahdestaan.

Menin heidän kanssaan sitten Vipellykseenkin. Ensimmäisistä kisoista en muista juuri mitään, mutta myöhemmin kilpailin vuorovuosin Kristiä ja Margaa vastaan. Kristiina oli ketterä; hän juoksi ja loikki hyvin. Meille syntyi sellainen perinne, että saimme ostaa aina kisojen jälkeen tötteröt jäätelökioskilta.

Ihan parasta maalla oli, kun sai syödä luumuja ja omenoita suoraan puista ja marjoja puskiasta niin paljon kuin maha veti. Omenapuita oli pitkät rivistöt, ja niitä oli montaa eri laatua. Kun viljat oli saatu puitua, keräsimme kuivia olkia majojemme pehmusteiksi ja kuorimme tähkistä jyviä ja teimme niistä itsellemme ”ruokaa”.

Aina kun saavuimme kaupungista maalle ja pääsimme ulos autosta, rupesimme haukahtelemaan siskojeni kanssa kimeällä koiranäänellä Eerolan suuntaan. Jos Eerolasta kuului vastaus, tiesimme Suskun olevan ulkona. Jos Susku ei vastannut kutsuhuutoon, osasin lähteä hakemaan häntä sisältä.

Maalla noudatettiin kellontarkkaa aikataulua. Eerolaan sai mennä yhdeksältä. Kahdeltatoista syötiin lounas,

kolmelta juotiin kahvit, viideltä sai päivällistä ja yhdeksältä piti palata omalle puolelle – mutta silloin ei vielä tarvinnut mennä sisälle. Jäimme yleensä seisoskelemaan Suskun kanssa tien molemmin puolin siihen saakka, kun miehet palasivat peltotöistään. Keräsimme maasta kiviä, jotka näyttivät hienoilta, ja viskelimme niitä toisillemme. Siellä tienposkessa opin myös jongleeraamaan männynkävyillä.

Rakastimme Suskun kanssa hevosia yli kaiken. Niitä löytyi ihan naapuristakin, mutta meille aina sanottiin, ettei toisen tilan töitä saa mennä häiritsemään, joten pysyttelimme omalla puolellamme. Vähän isompina keksimme kouluttaa hiehoja ratsuiksemme. Puisen syöttökaukalon reunalta pääsi kapuamaan kätevästi niiden selkään. Suskun veljen vanha jääkiekkokypärä päähän ja sitten menoksi. Melkoista rodeota se alkuun oli, mutta lopulta sidoimme talutushihnan turparemmin molemmin puolin, ja hiehon päätä kääntämällä pääsi minne halusi.

Lemppariratsumme Pähkinä kirmasi meitä vastaan vaikka laitumen toisesta päästä, kun ilmestyimme aitauksen reunaan. Pähkinästä tuli aikanaan tavattoman lihaksikas lehmä, joten treeni teki tehtävänsä.

Susanna Eerola, lapsuudenkaveri:

Vietimme paljon aikaa vanhempieni lehmien kanssa, ruokimme niitä ja kävimme taluttamassa pienempiä vasikoita ulkona. Isommilla vasikoilla me sitten harjoittelimme ratsastustakin ja yritimme kouluttaa niitä.

Meillä riitti mielikuvitusta kaikissa leikeissämme. Matkimme villikissoja heinäpaalien välissä ja kanoja

pölyävällä hiekkakentällä. Syksyisin leikimme tammien alla oravia.

Me myös otimme kiinni villikissanpentuja ja kesytimme niitä. Kaksi kissaa sai jopa kodin Kristiinan perheen luota.

Ärsyttävintä maalla oli kivien kerääminen pelloilta. Niin piti tehdä, etteivät koneet menisi rikki. Äitiä huvitti vielä vuosienkin päästä, kun olin kiukutellut joskus niin paljon, että minut oli pakko jättää Eerolaan talkoiden ajaksi. Jos olisin tiennyt, että oli olemassa Kivikarhu-niminen keruulaite, olisin taatusti inttänyt vanhempiani hankkimaan sellaisen. Silloin olisi säästynyt kaikkien aikaa ja vaivaa tuntitolkulla. Yhden ainoan kerran kivisavotassa oli kivaa: pieneltä metsäkaistaleelta oli raivattu peltoa joskus aikoinaan, ja löysimme sen viereisestä kivikasasta emakon kallon. Siinä oli vielä hampaatkin, joita pystyi irrottamaan ja laittamaan uuteen järjestykseen. Kun oli löytänyt niin hienon aarteen, kivien kerääminenkin tuntui heti mielekkäämmältä.

Susanna Eerola, lapsuudenkaveri:

Kävimme paljon uimassakin joko Salusjärvellä tai Mallusjärvellä. "Saluksiin" oli pidempi matka kuin Mallusjärvelle, jossa oli myös Kristin mummon saunamökki. Keräsimme simpukoita ja sukeltelimme ihan valtavan pitkään. Olimme kuin pieniä merenneitoja.

Kristi oli lapsena iloinen ja temperamenttinen lapsi. Välillä oli vekkii leuassa ja polvet ruvella.

Kristillä oli myös vahvat mielipiteet, ja hän saattoi tulistua välillä herkästi.

Elämä maaseudulla oli minulle yhtä suurta seikkailua. Siellä ei luuhattu koskaan sisällä vaan mentiin ulos ja puuhattiin jatkuvasti jotakin. Kaupungista minulla ei ole samanlaisia selkeitä muistikuvia niiltä ajoilta. Menimme arkisin päiväkotiin siskojeni kanssa, ja isäni ja äitini toimittivat lääkärintyötään. Sieltä siirryin isosiskoni perässä Orimattilan keskuskouluun, koska emme mahtuneet Myllylän lähikouluun. Myöhemmin keskuskoulu muuttui Jokivarren kouluksi, ja kävimme siinä yläasteenkin. Kaikki parhaat kaverini asuivat sen verran etäällä, ettemme rampanneet samalla tavalla toistemme luona kuin Suskun kanssa maalla.

Samoihin aikoihin, kun aloitin koulunkäynnin, pääsin Orimattilan Jymyn koriskouluun ja sain sieltä monta uutta kaveria. Pelasin koripalloa talvet ja yleisurheilin kesät. Koriksessa olin ”pieni takamies”, niin kuin termi kuului. Kun venähdin pituutta murrosikäisenä, siirryin pelaamaan korin alle. Periksi ei kyllä annettu, vaikka vastaan olisi tullut ketä hyvänsä. Jossain vaiheessa aloin oikein tykätä siitä, että sain kamppailla vastustajajoukkueen hankalimpien pelaajien kanssa. Taitoni eivät ehkä olleet samalla tasolla tahtotilani kanssa, mutta yritystä riitti.

Kristiinan äiti:

Kolme tytärtäni syntyivät kuuden vuoden aikana. Iso-sisko Margareeta aurasi aina tietä Kristiinalle ja helpotti Kristiinan arkea. Tytöt olivat hyvin tarkkoja siitä, että

heitä kohdeltiin tasapuolisesti ja että lupaukset pidettiin. Asiat sujuivat kivasti yhdessä sopimalla.

Kännyköitä meillä ei käytetty ennen yläasteelle menoa. Pidän tärkeänä, että lapsilla oli hyviä harrastuksia, joiden avulla he pysyivät pois maailman ”pahuuksista”. Sen takia vein heidät aina haluamiinsa harrastuksiin – urheilun lisäksi myös musiikkileikkikouluun, kuvataidekouluun, seurakunnan kerhotoimintaan ja leireille ja uimakouluunkin. Tytöt menestyivät yhtä hyvin koripallossa ja yleisurheilussa. Emme tehneet tietoisesti mitään painotuksia lajien välillä.

Kaikki korisreissut olivat erityisen hauskoja muistoja niiltä ajoilta. Kokoonnuimme yleensä Orimattilan Osuuspankin edessä, hyppäsimme autoihin ja lähdimme pelaamaan turnausta jonnekin. Pelien jälkeen olimme aina ihan sipissä eikä suu käynyt enää samalla tavalla kuin reissuun lähtiessä. Paluumatkalla kävimme syömässä aina jossain kivassa paikassa. En muista enää ollenkaan, miten me pärjäsimme missäkin turnauksessa. Tärkeintä siinä kaikessa oli, kun sai touhuta kavereiden kanssa.

Pentti Talikainen, *Orimattilan Sanomat* 8. tammikuuta 2004:

Joukkueen pistehai oli kaikkiaan 53 pinnaa tehtailut Kristiina Mäkelä. Taktiikka oli selkeä: vauhdikas kuljetus omasta päästä vastustajan korille ja pallo sukkaan.

LUKU 2

Koriskentältä korkeushyppäjäksi

Vähän isompina aloimme sitten päästä yleisurheilukisoihinkin Orimattilaa kauemmas. Niistäkään kisoista en muista paljon muuta kuin sen, että menimme kisojen jälkeen jätskille ja pääsimme uimaan. Meidän seura kun oli aika pieni, sain edustaa Jymyä myös itseäni vanhempien sarjoissa. Kirjasin tapahtumia ahkerasti päiväkirjaani: ”Aamulla siivosin ja pelasin tietokonetta. Sitten lähdimme kisoihin. Minun sarjassa oli viisi osanottajaa ja satoi kauheasti. Pääsin kaikki korkeudet ekalla 150 senttiin asti. Kukaan muu ei päässyt yli siitä korkeudesta. Ajatella, mä voitin!”

Oli oikeastaan yhdentekevää, mitä kisoissa tapahtui, kaikissa niissä oli joka tapauksessa aina kivaa. Tekemisen meininki oli tärkeintä pitkälle murrosikään asti. Huomasin kylläkin aika varhain, että pärjäsin kisoissa parhaiten altavastaajana, kun kukaan ei osannut odottaa minulta mitään. Sain kilpailla aika usein myös poikia vastaan, koska omassa ikäluokassani ei ollut kovin monta tyttöä etenkin korkeushyppässä. Ja silloinkin, kun tyttöjä oli paikalla, aloitimme kisan yleensä sekasarjana. Minä sitten kamppailin lopulta poikia vastaan.

Veini Holopainen, Jymyn yleisurheilujaoston puheenjohtaja:

Meillä oli pienten ryhmässä jopa kolmekymmentä lasta, kun Kristiina varsinaisesti aloitti. Heidän valmentajanaan toimi Kumpulaisen Jarkko, mutta oli hänellä apuvalmentajiakin. Lasten ikähaitari oli yhdeksästä vuodesta ylöspäin. Isot ja pienet tekivät samoja juttuja, jolloin pienemmät pystyivät ottamaan mallia isommista.

Myöhemmin Kristiina toimi itse mielellään muille esimerkkinä. Hän oli reipas ja innostava tyttö, jota nuoremmat katsoivat ihailevasti ylöspäin.

Jarkko otti henkilökohtaiseen valmennukseensa muutaman nuoren urheilijan, joista Kristiina osoittautui lahjakkaimmaksi. Kyllä siitä ryhmästä muitakin Kalevan kisa -tasolle pääsi.

Jymyltä ei löytynyt enää koripallojoukkuetta 12–13-vuotiaille eli vuonna 1992 syntyneille minun ikäluokassani. Isosiskoni pari vuotta vanhempi ikäluokka taas oli niin kovatasoinen, että sinne ei ollut juuri nuoremmilla asiaa. Siinä iässä, kun on itse kolmentoista ja muut ovat täyttäneet jo viisitoista, ero on suurimmillaan. He alkoivat olla naisten mitoissa, mutta minä taas olin bambinvartaloisen laiheliini, joten peliaikaa ei olisi herunut ainakaan samalla tavalla kuin omassa ikäluokassa. Tuntui fiksummalta unohtaa koris ja siirtyä pelkästään yleisurheiluun.

Sehän se vasta hirveää olikin, kun oli tottunut treenaamaan kavereiden kanssa lämpimässä salissa ja yhtäkkiä piti lähteä juoksemaan jotain pirun intervaleja synkkiin ja

sateisiin Tönnön metsiin. Parikin kertaa itkin äidin olkaa vasten, että pitääkö mun tosiaan mennä taas sinne. Aina kun menin, palasin kyllä ihan hyvillä mielin. Meillä oli aivan ihana ohjaaja, Rokalan Eija, joka kannusti ja auttoi jatkaamaan, vaikka olin jälleen kerran muita nuorempi eikä treeneissä käynyt omia kavereitani. Olin luonteeltani sellainen, että halusin tehdä kaiken niin kuin sanottiin enkä kehdannut luovuttaa tai olla riesaksi muille, vaikka olisi heikkoa tehnyt. Painelin sitten menemään muiden perässä naama punaisena ja hammasta purren.

Korkeushypystä tuli päälajini, mutta pärjäsin yllättävän hyvin myös kuudensadan metrin juoksussa. Se saattoi joutua koripallotaustastani, koska minun koriksenihan oli perustunut paljolti liikkeeseen ja juoksemiseen.

Meillä oli joka vuosi seuraottelu Vantaan Kenttäturheilijoita vastaan. Kisasimme vuoroin Hiekkaharjussa ja Jymyn kentällä Orimattilassa. Kerran vastustaja sanoi minulle juoksukisan lähtöviivalla, että voi hitsi, sä voitat kuitenkin. Aloin lohdutella häntä, että eihän sitä tiedä, pitää ensin juosta ja katsotaan sitten, mikä on järjestys. Juoksukisan jälkeen jatkoin matkaani korkeushyppypaikalle. Jätin juoksemisen kuitenkin aika pian, koska se ei sopinut oikein hyppylajien rinnalle. Korkeushyppysähän siitä oli oikeastaan vain haittaa.

Yhden talven treenaamisen jälkeen paransin ennätystäni sellaiset 16 senttiä. Muistan yhä, kuinka isä ovelasti tsemppasi minua. Hän lupasi minulle samanlaisen simpukka-puhelimen, jollainen Suskullakin oli, jos ylittäisin kesän aikana 161 senttimetriä. Ennätökseni oli silloin 145, joten se

kuulosti hirmu kovalta haasteelta, mutta otin sen tietysti vastaan into piukeana. Joskus loppukesästä kilpailin Ori-mattilassa tutulla Vesitorninmäen kentällä ja sain Lahden Ahkeran Reetta Hämäläisestä itselleni tiukan kirittäjän. En jaksa muistaa, kumpi voitti, mutta hyppäsimme molemmat 161. Muistan vain sen riemun, kun onnistuin tavoitteessani, ja iskä hankki minulle lupaamansa puhelimen.

Jymyssäkin havahduttiin kehitykseeni. Minulle tarjottiin henkilökohtaista valmentajaa, mikä oli seuralta fiksu veto. Itse olin urheillut siihen saakka vain urheilemisen ilosta enkä ollut osannut haaveilla mistään kummemmasta. Kävin koulussa ja treeneissä ja lopun ajan touhusin kavereiden kanssa kotipuolessa tai maalla. Nyt harjoitteluani kuitenkin rukattiin ja tavoitteitanikin tarkistettiin. Myös vanhempaini nostivat panoksiaan: he lupasivat minulle kannettavan tietokoneen, jos ylittäisin 171. Taisin olla viidentoista, kun onnistuin ylittämään sen.

Jarkko Kumpulainen, valmentaja:

Minusta tuli Kristiinan valmentaja, kun hän ja pari vuotta vanhempi korkeushyppääjä Henri Vitikainen valittiin Urheiluliiton alueleirille syksyllä 2006. Jymyn urheilujaoston sihteeri Eija Rokala kysyi, voisiko minut nimetä heidän valmentajakseen. Suostuin pyyntöön, vaikka olin ajatellut lopettaa koko valmentamisen samana syksynä. Olin valmentanut yleisurheilijoita jo seitsemäntoista vuotta ja koripalloilijoitakin yksitoista kautta miesten ja naisten ykkösdivarissa ja tyttöjen ja poikien SM-sarjoissa.

**Elämänmyönteinen kuvaus
lahjakkaasta ja periksiantamattomasta
urheilijasta, joka on saanut paljon
positiivista huomiota myös urheilijan
arkeen liittyvistä kannanotoistaan.**

KRISTIINA MÄKELÄ on Suomen tunnetuimpia nykyurheilijoita. Voitettuaan ensimmäisen Suomen mestaruutensa jo 16-vuotiaana hän loikkasi Salpausselän urheilulukion pulpetista suoraan kansalliseen tietoisuuteen. Huippulupauksen tie arvokisamitalistiksi on ollut kuitenkin pitkä, ja se on vaatinut monenlaisia valintoja ja uhrauksia.

PITKÄ TIE HUIPULLE on kertomus naisesta, joka lähti tavoittelemaan rohkeasti unelmiaan ja samalla muuttamaan suomalaisen urheilun aikansa eläneitä käytäntöjä uuden urheilijasukupolven rintamassa. Sisukas ja valoisa orimattilalainen on joutunut opettelemaan kovan urheilumaailman pelisääntöjä, joita ovat määrittäneet muun muassa huippu-urheilun konservatiivisuus, fyysisen sietokyvyn rajat ja toimeentulo.

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  9 789520 454258 |
| www.tammi.fi | 99.1 ISBN 978-952-04-5425-8 |