

3/2020

# Klubilainen

Kuva: Jussi Eskola



# Klubilainen

3/2020



Eeva Neuvonen,  
viestintävastaava  
HJK ry

**Pääkirjoitus.** Kesäkuun alussa koittaa viimein se hetki, kun päästään takaisin joukkueharjoituksiin. Kauden avaustapahtuma HJK Cup jää kuitenkin tänä vuonna valitettavasti väliin. Vuodesta 2008 lähtien järjestetyn HJK Cupin alkuperäisen ajatuksen esittäjästä on epäselvyyttä, mutta yksi esikuva oli Tammisaaressa vuodesta 1998 järjestetty Lasse Näsmän Cup. Kysyimme Klubilaisilta muistoja tapahtumasta sekä avasimme sen merkitystä seuran kulttuurille. Lukuiloa – nähdään pian pelikentillä!

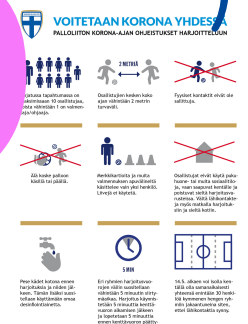


**4-6** Kauden avaustapahtuma HJK Cup

## Sisällysluettelo

- 2 Uudet verkkosivut ja Klubi-gallup
- 3 Mitä Frendi sanoo?
- 4-6 HJK Cup
- 7 Palloliiton Korona-ajan ohjeistukset harjoitteluun

- 8 Klubin liikuntakisa!
- 9 Frendin pulmanurkka
- 10-11 Frendin pulmanurkan vastaukset



## ▼ Junioreiden uudet verkkosivut on avattu!

Huomasitko jo, että hjk-j.fi -verkkosivut ovat uudistuneet? Verkkosivuja pyrittiin kehittämään jäsenpalautteen pohjalta ja uusilla sivuilla pitäisi toimia, niin mobiilioptimointi kuin haku -toiminto.

Palautetta sivuista voi lähettää junioreiden somekanavien tai verkkosivujen [anna meille palautetta](#) -sivun kautta!

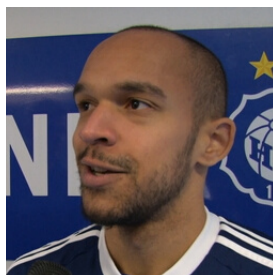


## ▼ Klubi-gallup: Mikä on paras muistosi HJK Cupista?



**Annika, 18**  
naisten  
liigajoukkue

"Mahtava tapahtuma, jossa yhdistyy kaikki mitä Klubi on ja haluaa olla - yksi yhteisö. Parhaita juttuja on aidot kohtaamiset nuorten pelaajien kanssa!"



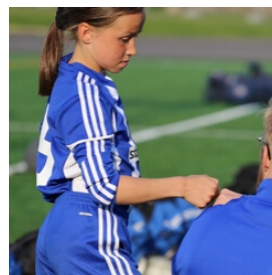
**Niko, 27, miesten liigajoukkue**

"Todella kiva tapahtuma, jossa pääsee tutustumaan junnuihin ja heidän taustajoukkoihin."



**Eeli, 10, Töölö P10**

"HJK Cup on kiva tapahtuma, pääsimme viime vuonna joukkueen kanssa rankku-skabassa top 10 parhaan joukkoon."



**Nette, 12, HJK T08**

"Kivointa on ollut tavata liigapelaajia ja ottaa yhteiskuvia. Tapahtuman kohokohta on ollut rankkareiden lisäksi, että saa viettää joukkueena aikaa muiden Klubilaisten kanssa."

# MITÄ FRENDI SANOO?

Kirjoita puhekuplaan iloiset  
terveiset tai vaikka hauska vitsi.  
Muista värittää kuva!



# KAUDEN AVAUSTAPAHTUMA HJK CUP



Poikkeuksellisen ajan vuoksi moni HJK:n perinteisistä tapahtumista on jouduttu siirtämään tai perumaan. Moni kaipaa ehkä eniten klubilaiseen kevääseen jo vuosikymmenen kuulunutta HJK Cupia. Koko Klubiperheen tapahtuma on koonnut yhteen kaikki sinivalikoiset niin naisten ja miesten edustusjoukkueista aina pienimpiin junioreihin asti.

HJK Cupissa on viime vuosina ollut tarjolla entistä monipuolisempaa ohjelmaa ja nähtävää. Perheen pienimmät ovat päässeet touhumaan seikkailuradalle ja nuorimmat ikäluokat ovat pelanneet 5v5-miniturnauksen. Osa joukkueista on ottanut toisistaan mittaa perinteisen rankkarikisan muodossa ja vanhemmat ikäluokat ovat esitelleet taitojaan futistennis-turnauksessa. Kauden avaustapahtuman aikana on välillä satanut räntää tai armoton myrskytuuli puhaltanut läpi stadionin. Silti HJK Cupin suosio on vuosi vuodelta vain kasvanut.

"Mielestäni se kertoo tapahtuman merkityksestä seurayhteisölle.

Yksi tärkeimmistä asioista on se, että HJK Cup on tuonut sekä miesten että naisten edustusjoukkueiden pelaajat lähemmäksi junioreita. Esimerkiksi naisten joukkueen kapteeni **Linda Ruutu** on tytöille muutenkin esikuva: koronaviruksen aikana hän on osallistunut yhteen joukkueemme etäkokoukseen, jossa pelaajamme ovat voineet kysyä häneltä kuulumisia.



Nuoremman polven pelaajista puolestaan **Annika Huhta** on aina valmis kikkailemaan tyttöjen kanssa. HJK Cupissa näitä idoleita on päässyt ihailemaan lähietäisyydeltä", kertoo tyttöjen 2009-syntyneiden Akatemiajoukkueen vastuvalmentaja **Sanna Malaska**.

Toiminnanjohtaja **Timo Muurinen** on samaa mieltä Malaskan kanssa ja muistelee liigapelaajien yhteisesiintymisiä junnujen kanssa.

"Itselleni mieleenpainuvin muisto on ollut, kun japanilaistähti **Atomu Tanaka** pelasi muutama vuosi sitten pienpelejä junnujen kanssa. Yhteistä kieltä ei ollut, mutta jalkapallon kieli riitti mainiosti.

Myös nimikirjoitusjono **Jari Litmasen** perässä vuonna 2011 oli ainutlaatuinen. Vaikka mies oli kokenut nimmarien jakaja, hänenkin kätensä taisi hommassa puutua. Yksikään junnu ei kuitenkaan jäänyt ilman legendan puumerkkiä."

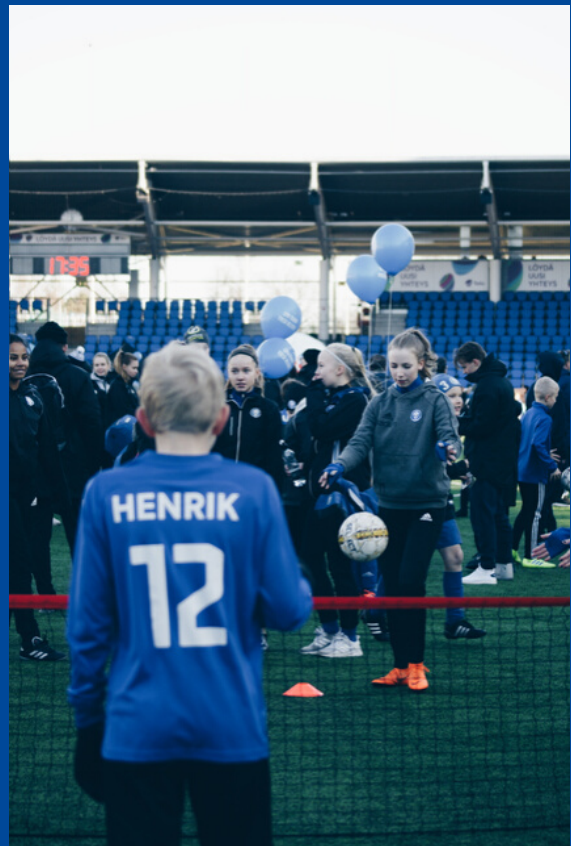
Entinen klubilainen, nykyinen poikien maajoukkuevalmentaja **Erkka V. Lehtola** muistelee rankkarikilpailujen vaatineen tasapainoilua iloisen perhetapahtuman ja urheiluun aina kuuluvan kilpailullisuuden välillä.

"Olin muutamana vuotena laatimassa rankkarikisojen kaavioita. Siinä täytyi taiteilla urheilullisuuden ja kaikkien osallistujien hyvän mielen herkässä välimaastossa – tarkoitus on tietysti kisailla iloisella fiiliksellä. Silti itkulta ei aina voi välttyä, eikä ehkä tarvitsekaan. Uskon, että useimpien mielestä tilaisuuden henki on ollut oikeanlainen. Siitä kertoo jo tapahtuman pitkäikäinen historia."

Malaska on Lehtolan kanssa samoilla linjoilla.

"Meidän tytöillemme HJK Cup on ollut tärkeä juttu, urheiluhenkeä parhaimmillaan. Vaikka tilaisuus on leikkimielinen, pelaajamme ovat ottaneet rankkarit tosissaan. Mielestäni tilaisuuden organisointi on viime vuosina parantunut, viime kevään Cup oli ehkä paras kautta aikojen!"

Vaikka tämä vuosi jää väliin, toivottavasti jo ensi keväänä Klubiperhe pääsee kokoontumaan ja viettämään aikaa yhteisen illan merkeissä!





# VOITETAAN KORONA YHDESSÄ

## PALLOLIITON KORONA-AJAN OHJEISTUKSET HARJOITTELUUN



Ohjatussa tapahtumassa on maksimissaan 10 osallistujaa, joista vähintään 1 on valmentaja/ohjaaja.



Osallistujien kesken koko ajan vähintään 2 metrin turvaväli.



Fyysiset kontaktit eivät ole sallittuja.



Älä koske palloon käsillä tai päällä.



Merkkikartioita ja muita valmennuksen apuvälineitä käsittelee vain yksi henkilö. Liivejä ei käytetä.



Osallistujat eivät käytä pukuhuone- tai muita sosiaali-tiloja, vaan saapuvat kentälle ja poistuvat sieltä harjoitusvarusteissa. Vältä lähikontakteja myös matkalla harjoitukseen ja sieltä kotiin.

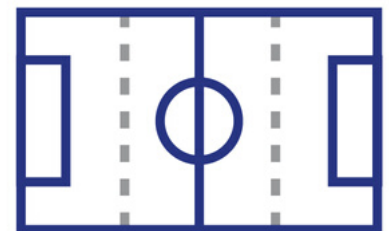


Pese kädet kotona ennen harjoituksia ja niiden jälkeen. Tämän lisäksi suositellaan käyttämään omaa desinfiointiainetta.



5 MIN

Eri ryhmien harjoitusvuorojen väliin suositellaan vähintään 5 minuutin siirtymäaikaa. Harjoitus käynnistetään 5 minuuttia kenttävuoron alkamisen jälkeen ja lopetetaan 5 minuuttia ennen kenttävuoron päättymistä.



14.5. alkaen voi isolla kentällä olla samanaikaisesti yhteensä enintään 30 henkilöä kymmenen hengen ryhmiiin jakaantuneina siten, ettei lähikontaktia synny.



# KLUBIN LIIKUNTAKISA

Klubin liikuntakisan tavoitteena on liikkua joukkueena mahdollisimman pitkälle. Kaikki joukkueet ovat liikkuneet koko kilpailun aikana 67000km!

Kisa jatkuu siihen asti, kunnes päästään takaisin joukkueharjoitusten pariin. Kunkin sarjan voittajalle on luvassa palkinto.

Lasten sarja top 3 joukkueet:

1. Tähtijengi
2. Arabia P11
3. Arabia P12

Nuorten sarja top 3 joukkueet:

1. HJK P07 sin
2. HJK T08
3. East P08

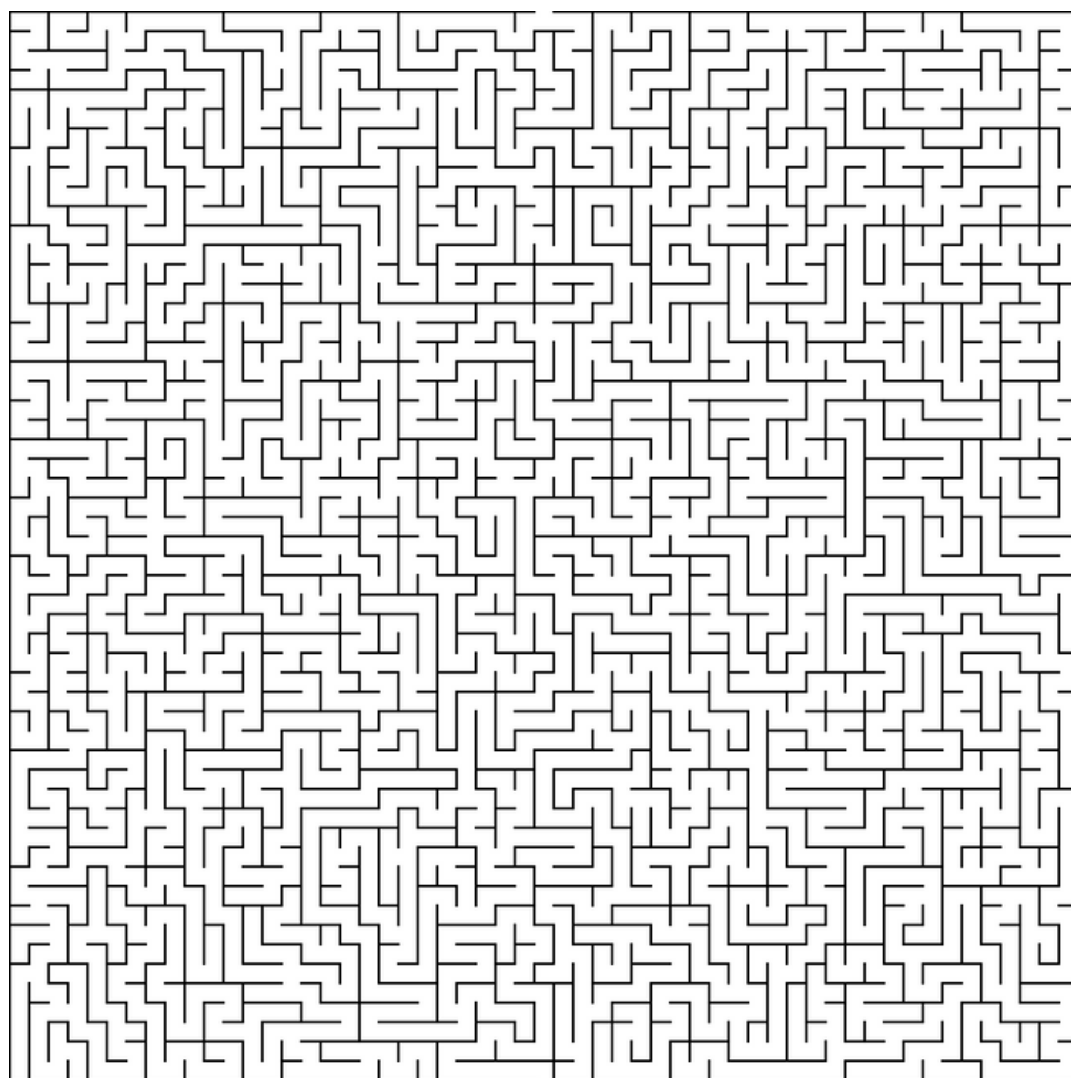
Aikuisten sarja top 3 joukkueet:

1. HJK P07 sin vanhemmat
2. Töölön Ihme
3. East P07 vanhemmat

# FRENDIN PULMANURKKA

Auta Frendi sokkelon läpi  
takaisin pallon luokse!

Oikea reitti on lehden viimeisellä  
sivulla.



# FRENDIN PULMANURKKA VASTAUKSET

## HJK-visa 2. numero:

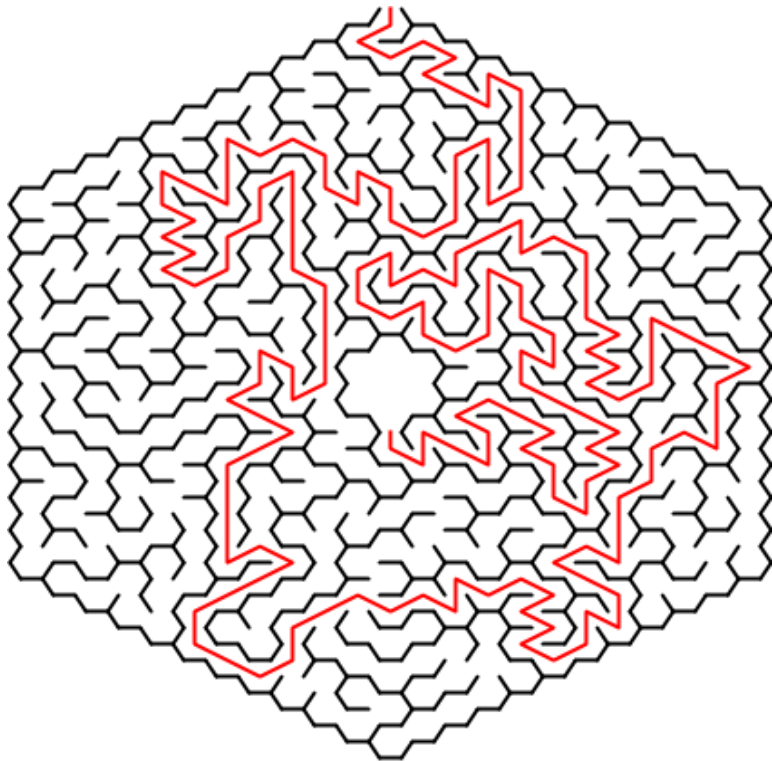
### HJK-visa taso: ala-aste

1. Minä vuonna HJK on perustettu? 1907
2. Mikä on HJK:n kotistadionin nimi? Bolt Arena
3. Kuka on HJK:n naisten joukkueen päävalmentaja? Jonne Kunnas
4. Mistä maasta Atomu Tanaka on kotoisin? Japanista
5. Mikä on HJK:n Hall of Fame -pelaajan ja Suomen miesten A-maajoukkuevalmentajan Markku Kanervan lempinimi? Rive
6. Mikä on HJK:n miesten reservijoukkueen nimi? HJK Klubi 04

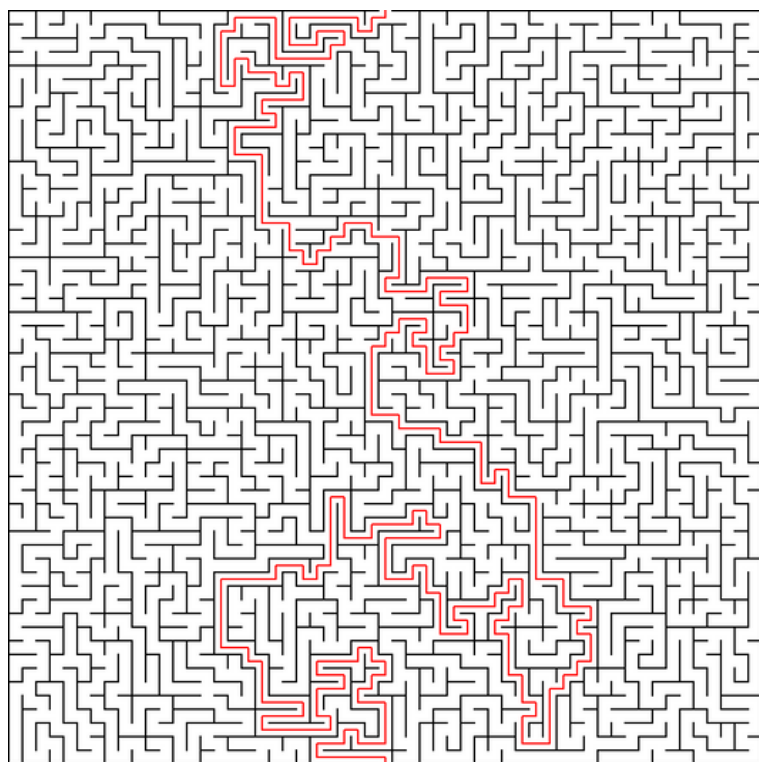
### HJK-visa taso: ylä-aste

1. Minkä englantilaisseuran HJK:n toimitusjohtaja Aki Riihilahti auttoi nousemaan Valioliigaan kaudella 2003–2004? Crystal Palacen
2. Mitä seuraa HJK:ssa pelannut Tuija Hyyrynen edustaa nyt? Juventusta
3. Mitä kahta seuraa HJK:n miesten joukkueen kakkosvalmentaja Mika Väyrynen edusti peliurallaan Hollannissa? Heerenveeniä ja PSV Eindhovenia
4. Kuka teki HJK:n maalin, kun Klubi löi Eurooppa Cupin ottelussa Liverpoolin kotonaan 1–0 lokakuussa 1982? Atik Ismail
5. Kenestä Klubin pelaajasta tuli vuonna 2006 ensimmäisen suomalainen naisjalkapalloilija Saksan Bundesliigassa? Essi Sainiosta
6. Mitkä joukkueet pelasivat HJK:n kanssa samassa alkulohkossa Eurooppa liigassa kaudella 2014–2015? FC Kööpenhamina, FC Torino ja Club Brugge KV
7. Mihin seuraan Mikael Forssell siirtyi HJK:sta vuonna 1998? Chelseaan

# Freudin pulmanurkan vastaukset 2. ja 3. numero



Freudin oikea reitti pallon luokse 2. numeron sokkelossa.



Freudin oikea reitti pallon luokse 3. numeron sokkelossa.