

Jousiammunta

Keskinäinen kilpailu vie eteenpäin

TS/Mikael Bydelfelt

Turun Sanomat

ANNA-MAIJA NAAKKA

Johanna ja Susanna Helinin kädet eivät tärisse edes kameran räpsiessä vieressä. Eivätkä ne tärisseet myöskään pari viikkoa sitten käydyissä junioreiden sisäradan SM-kisoissa.

Isosisko, 16-vuotias Johanna voitti T17-sarjassa hopeaa ja parikisassa kultaa. Nuorempi sisko Susanna, 13, vei J13-sarjan kultaa ja parikisan pronssia.

– Odotin kyllä finaalipaikkaa. Harmi, että kultaa jäi 4,5 millin päähän uusintanuoliksi, Johanna kertoo.

– Minä lähdin hakemaan jonkin väristä mitalia ja tekemään oman parhaan suoritukseni, lopulta oman sarjansa ylivoimaisesti voittanut Susanna sanoo.

Ensimmäisenä, noin neljä vuotta sitten, lajin pariin löysi tiensä Johanna. Silloinen kaveri uimaharrastuksesta houkutteli hänet kokeilemaan.

– Innostuin heti ja jäin sille tielle.

Susanna seurasi siskoaan pari vuotta myöhemmin.

– Kävin katsomassa Johanna-harjoituksia ja kisoja, ja halusin lopulta myös itse kokeilla.

Jousiammunta on nykyään koko perheen harrastus, kun isä **Petri Helin** toimii sekä Susanna-harjoittajana että tyttöjen seuran Arcuksen nuorisovastaavana.

Heinäkuussa mitalijahtiin

Siskokset myöntävät, että heidän välillään vallitsee koko ajan pieni kilpailutilanne.

– Olemme molemmat tosi motivoituneita. Kilpailu on ihan hyvä asia, koska se vie meitä kumpaakin eteenpäin, Johanna sanoo.

– On mukavampi lähteä esi-



Susanna

Johanna

Arcuksen Helinin siskokset ovat menestyneet hyvin junioreiden SM-kilpailujen sisäradalla.

merkiksi lenkille, kun aina on seuraa, Susanna lisää.

Maajoukkueeseen kuuluviensa Helinien seuraavat isomat kisat ovat heinäkuussa. Ensinnäkin he lähtevät tarkastamaan pohjoismaisen tason

PM-kisoihin Ruotsiin ja sen jälkeen ovat vuorossa ulko-SM-kisat.

Niissä tarvitaan kestävyyttä, joka siskosten mukaan on yksi tärkeimpiä hyvän jousiammujan ominaisuuksia.

– Kisat saattavat alkaa kasilla aamulla ja päättyä kuudelta illalla. Koko ajan pitää pysyä rauhallisena ja olla kaiken valmis. Se vaatii mentaalipuolelta paljon, siskokset vahvistavat.