

Taliujjad said Pirita Openil medaleid ja ergastavaid elamusi

Suplus külmas vees turgutab tervist

„Ma ütlesin veel mullu veebruaris raudselt, et ma ei lähe kunagi talvel avavette ujuma. Siin ma nüüd olen. Enesetunne on pärast 25 m ujumist nullilähedases jõevees fantastiline, uskumatult lahe“ mõnules firma Würth Valga piirkonna juht Viktor Pähklamäe, 41, pärast oma talveujumise debüüti Pirita jõe kaldale veetud saunas. Helme vallas elav sportliku eluviisiga mees oli üks 147-st taliujujast, kes vabra „pingviinina“ võistles Pirita purjespordikeskuse akvaatoriumil jõejäasse rajatud basseinis Eesti taliujumise lahtistel meistrivõitlustel. Eelmisel nädalavahetusel Eestis peetud rahvusvaheline talisuplusfestival oli kultuuripealinn Tallinn 2011 esimene spordisündmus. Teadaolevalt on Euroopa kultuuripealinnade kultuuriürituste ajaloos talisuplus esmakordselt kavas.

Ekstreemne talvine ujumine, teist korda Eestis peetud meistrivõistlused, oli kohale meelitanud külmaveepelgureist ujujaid lisaks Eestile Soomest, Lätist, Venemaalt. Üllataja oli Saksamaalt. Lisaks võistlejaile sulpsas paarkümmend talisuplejat mõnesaja meetri kaugusel Pirita kloostri varemeist taevalaotuse all jõkke, kus ligi poole meetrisse lumekattega jäässe rajasid taliujumise entusiastid detsembris kahte rada mahutava talibasseini.

Eestimaal on ajast-aega jõgede ja järvede lähedal elavad entusiastlikud talisuplejad jää sisse auke teinud, et nautida talvise külma supluse ergastavat kargust ja tervislikku karastust. Alles ajalukku läinud aastal, mil Eestis tähistati sportliku ujumise 100-ndat aastat, sai Viimsi Veeklubi eestvedamisel teoks rahvusvaheline taliujumise festival, mil esmakordselt anti välja Eesti taliujumise meistrimedalid. Veebruarikuise ja äsjase talifestivali vahele mahtus ligi kümme kuud. Festivali korraldajad on analoogse võistluse korralduseks käinud teistest riikidest kogemusi ammutamas.

„Tänavu 1. jaanuarist kannab Tallinn Euroopa kultuuripealinna tiitlit. On väga meeldiv, et meie ekstreemsevõitu talisuplusfestival, II Eesti taliujumise meistrivõistlused, on üks alanud kultuuriaasta esimesi rahvusvahelisi sündmusi Eestis“ sõnas festivali peakorraldaja, Würth Lõuna-Eesti regiooni juht Hannes Viherpuu Viimsi Veeklubist.

Nädalaid kestnud paksu lumega krõbe talveilm oli laupäevaks asendunud nullilähedase sulailmaga. Õnneks ei lirtsunud hommikutundidel taldade all märg sulalumi Pirita kaldapealsel TOP alal, kust sai jälgida tavainimesele külmajudinaid ihule toovat võiduujumist jäises vees. Oma tervitused ujumise starti minejaile lausused talifestivali peakorraldaja Hannes Viherpuu, kultuuripealinn Tallinn 2011 programmi koordinaator Madli-Liis Parts, pikki aastaid talisuplust harrastav Tartu abilinnapea Vladimir Šokman ja Eesti Ujumisliidu president Evelyn Sepp. Enne võistluste avastarte vaadati basseini serval põhjanaabrite jäätetendust ja saadi osa vetejumal Neptun rituaalidest.

„Mul on kaldal olleski jahe, aga vaat millise entusiasmiga ujutakse“ kostis publiku leerist. Sajad uudistajad hõiksid ujujaile ergutusi, suurim aplaus saatis tuttavaid külmas vees sibajaid.

Külmakõditav võiduujumine

Esimesed Eesti meistrid selgusid naiste 25 m rinnuliujumise arvestuses. Esimestena alustasid N-60 klassi naisujjad, kus võistlejaid oli kõikides naiste startides, nii 25 m rinnuli kui 50 m vabalt ujumises, kõige rohkearvulisemalt - 13. Selles klassis pani ainsa eestlannana end proovile mullu "pingviinina" taliujumisvõistlusel startinud Malle Elvet Arctic Sport Club Tartu (aeg 38,70). Võitis soomlanna Riitta Lampela (aeg 26,26).

N-20 klassis, kus vaid kolm rajal olnud ujujat olid kõik Eestist, sai päeva parima tulemuse naistest Epp Kruusimaa (aeg 19,42) Viimsi Veeklubist. 25 m rinnuliujumisel oli Eestist erinevates vanuseklassides võistlustules kokku 9 naist, samal distantsil oli soomlannasid kokku 15.

25 m rinnuliujumise jagus kuldseid medaleid lisaks Eestile (1) ka Soomele (2) ja Venemaale (2). Hõbedasi medaleid said Eesti naisujjad taliujumise lahtistelt meistrivõitlustel esimeselt alalt 2 - need pälvisid N-20 klassis ajaga 22,52 ujunud tallinlanna Elina Filin ja pärnulanna N-50 Piret Mathiesen (aeg 27,22). Kaks hõbedat viidi Lätisse, üks Venemaale. Eestisse jäi ka üks pronksmedal - N-20 klassis ajaga 28,30 ujunud Liisi Saar. Kaks pronksi avalalt viidi Soome, üks Venemaale ja üks Lätisse.

Kõige rohkem startijaid taliujumise II Eesti meistrivõistlustel oli meeste 25 m rinnuliujumises, kus rajal oli erinevates vanuseklassides kokku 77 meesujajat. Eestist oli võistlejaid sel rajal 33, Soomest 19, Venemaalt 15, Lätist 9 ja Saksamaalt üks.

Päeva kiireima aja ujus meeste 25 m rinnuliujumises M-30 vanuses võistelnud paljukordne Eesti meister, Viimsi Veeklubi treener Bruno Nopponen (aeg 16,30). Päeva teise ja kolmanda aja ujusid M-20 klassis võistelnud Venemaa, Petrozavodski ujuja Andrei Lukin (16,39), kes sai selles vanuseklassis kuldse medali ja samas vanuseklassis hõbeda võitnud noorujuja Vladislav Zubeļ (aeg 16,88) Tallinna Kalevi ujumiskoolist. 25 m rinnuliujumise kuldseid medaleid meeste arvetuses jagus lisaks Eestile (1) ka Soomele (2) ja Venemaale (2). Hõbedasi medaleid jäi Eestisse 4, üks viidi Venemaale. Neli pronksi pälvisid Eesti mehed, ühe Venemaa ujuja.

Kas tõesti polnud külm, usutles rohkearvuline soojades vammustes meediaesindus ja paksudes talverrietes publikuvägi jäisest veest kaldale roninud ja soojaveetünni mõnulema läinud vapratelt võistlejatelt.

Oma ihu on kuningas

Tartu abilinnapea, 1971. a Tartu maratoni võitja Vladimir Šokman, 62, käib end külmas jõevees karastamas juba 1986. aastast. „Aasataid käsin ma jääst-jääni, kevadest hilissügiseni. Viiendat aastat suplen arsti soovitusel allergia tõttu aastaringsest hommikuti Emajões. Peale ergastavat suplust on kogu päeval hea reibas enesetunne. Külm vesi aitab hoiduda külmetushaigustest. Varahommikuti käivad mitmed nooremad mehed ka samas jääaugus, päeva peale tulevad juba pensioniikka jõudnud mehed, naised näeb harvemini jääauku ronimas“, jagas oma külmas vees

supluse kogemusi Vladimir Šokman enne kui väikeseks karastuseks koos teiste harrastajatega Pirita jõkke astus.

Võistluspauzi ajal pladistasid vees kümned talisupluse harrastajad Eesti erinevatest maakondadest, samuti mitmed end ujumisrajal proovile pannud.

„Mul sai 2010. a hilissügisel täis 10 aastat, mil olen end jääkülmas vees karastanud. Alustasin kirjeldamatut mõnu pakkuva külmakarastusega Võrus Lahingukoolis kaplanina töötamise ajal. Jooks ümber Kubija järve lõppes mul järvesuplusega. Kui järv jäätus, raiusin augu jäässe. Vahel õnnestus mul ka mõni kolleeg lahingukoolist karastavale suplusele meelitada. Nüüd Tallinnas elades käin regulaarselt Pirital meres suplemas. Taliujujud on jõkke superhea basseini teinud“ nautis Oleviste koguduses pastorina töötav Veljo Kaptein pärast suplust kuumade saunade mõnu.

Ihuüksinda Pedelis

„Raiusin tänavu Pedelisse paraja augu supluseks. Tahtsin veest välja võetud jääkuhilast kujundada jõulukuuse. Olen püüdnud inimesi veenda, et tulgu proovigu, milline kaif on talvesuplus. No ei võeta vedu. Olen ise algaja, „pingviin“, suplen üksinda“ mõtiskles söakalt koguni kaks, nii 25 m rinnuli kui ka 50 m vabalt, võiduujumist ette võtnud valgalane Sergei Grigorjev, 54. Enne jääaugu raiumist on Valgas maamõõtjana töötav Grigorjev käinud üleelmisel sügisel kuni külmade tulekuni ujumas Veski järves. „Siis käis seal koos minuga veel üks noorem mees ja naine. Hulgakesi on ju ikka vahvam. Väikeses bussis olev saun on küll kuumem“ pendeldas valgalane peale mõnusaid ujumisi kaldapealsel seisnud aurava veega tünnisauna ja saunade vahet.

Talvel ma küll vette ei lähe

Just nii tõrjus Helmes elav Viktor Pähklamäe oma ülemuse Hannes Viherpuu, kes ise alles eelmisel hilissügisel ergastava ujumise enda jaoks avastas, soovitus tulla jääauku suplema. „Teen kaasa neliküritusel, jooksen maratoniradadel. Hannes veenis mind, et igal aastal tuleb sportlikus laadis midagi uut, teistmoodi teha. Olen nüüdseks kaasa teinud triatlonil. Paaril korral ujunud Lõuna-Eestis peetud avaveetappidel. Endalegi uskumatult jõudsin nüüd ka taliujumiseni. Väga mõnus, algul oli vesi natuke torkiv. Mu aeg (24,41) 25 m rinnuliujumisel polnud halb. Hannesele jäin küll alla. Kodukandis veekogusid leidub, tuleb vaid kätte võtta ja hakata harjutama“ tundis „pingviinina“ võistlustulle läinud Pähklamäe uuest sportlikust karastusest rõõmu.

„Kuulsin hommikul raadiost reklaami. Tulin võistlema eksprompt. Ma pole külmas vees ujumist harjutanud. Eks kogemusi on erinevate ilmadega peetud triatlonivõistlustelt, sügisel tein kaasa Haanja 100 jooksu. Kui oled ikka end erinevatel vastupidavusaladel proovile pannud ja ujudagi oskad, polnud kartust kaks starti teha“ tunnistas Võrumaal Vaabinas kasvanud Sulev Marja, 52. Sportimise juurde jõudis ta pärast kroonut Põlvas aastakümneid kellasepana töötamise ajal. Nüüdseks on Tallinnas Nõmme Spordikeskuses töötaval Marjal

selja taga 32 maratonijooksu (42,1 km) ja rida triatlone. Tõsistes talvetingimustes jääauku tehtud basseinis ujumine on tallegi uus kogemus.

Vapramad ujusid ka 50 m

Pirita jõe külmas vees võttis 147 võistleja seas võistlusradadel taliujumises mõõtu 51 õrnema soo esindajat- Eestist 15, Soomest 16, Lätist 12 ja Venemaalt 8.

21 vaprat naisujujat startis 50 m vabalt ujumisel. Neljast võistlustulle läinud eestlannast ujus kuldse medali välja suviste avaveeujumiste peakorraldaja, N-30 klassis võistlev Kristiina Arusoo, kes ujus suurepärase aja 36,20. Alla 40 sekundiga suutis 50 m läbida veel N-60 klassi Soome kogenud taliujuja Anja Selenius (aeg 39,78). Eesti sai sel rajal ühe kulla, Soome kaks ja Venemaa kaks. Kolm hõbedat 50 m talveujumiselt viisid oma kodumale lõunanaabrid Lätist. Eesti naised teenisid ühe pronksi, ühe pronksi said veel Soome, Läti ja Venemaa ujujad.

96-st meesvõistlejast pani end 50 m ujumisel proovile 43. Viiest eri vanusklassides välja antud kuldmedalist said 3 Eesti ujujad. M-20 kiireima aja ujus Rain Berezin (aeg 29,19) Viimsi Veeklubist, samal distantsil jäi Eestisse M-20 klassis ka pronks – triatlonist Ergo Tamm (aeg 29,36). M-30 kolm medalit ujusid välja Eesti ujujad, kogu 50 m võistluse läbis kiireima ajaga (27,67) Bruno Nopponen, hõbemedali teenis Konstantin Goldberg (aeg 29,73), pronksi Romet Tepper Viimsi Veeklubist (aeg 31,22). Eestisse jäi kaks 50 m hõbemedalit, 2 läks Venemaale ja 1 Lätisse. 3 pronksi Eesti ujujatele ja 1 Soome.

Eesti mehi oli ujumisstartides kokku 49, Soomest 18, Venemaalt 19, Lätist 10 ja Saksmalt (Hamburgist) 1.

„Mina sain ujumise selgeks lapsena Ukrainas vanaema juures elades üle jõe kooli ujudes. Sillani oli vantsida 4,5 km. Ujudes oli lihtsam minna. Volga äärses Saraatovis sündinuna ja hiljem sinna naasnuna tegelesin allveesporti ja suusatamisega“ rääkis nüüd pensionipõlve pidav Saraatovi taliujuja Juri Gogdanov, 67.

Talvine 450 m pikamaaujumine sai eufoorilise finiši 1000 m ujumisega

„Meil peeti Obi jõel avaveeujumine, Venemaa meistrivõistluste etapp, kui väljas oli -35. Telke ja saunu polnud. Ujumisega hakkasin ise tegelema seitsme aasta eest, talvise ujumisega alles nelja aasta eest. Külmetushaigusi pole enam aastaid põdenud. Aktiivne sportimine tuli mu ellu pärast 50 eluaastat“ jutustas pärast 450 m ujumist (aeg 8.10,95) tunnisaunas kümmelnud Novosibirski „külma vee ujujate“ föderatsiooni president Nikolai Gluškov, 57, igapäevaelus päästeametnik.

Teatevõistlus 4x25 m peeti juba Pirital elektritulede valguses, mil bassein veikles tumedana lumiste kallaste vahel. Tosinast teatenelikust võttis esikoha Viimsi Veeklubi esindus - Henri Kaarma, Bruno Nopponen, Rain Berezin, Epp Kruusmaa - aeg 55,73. Hõbedale ujus Venemaa

nelik ajaga 58,76, pronksmedali teenis U-klubi võistkond - Kristiina Arusoo, Aleksei Kargin, Aleksei Tereštšenkov, Toomas Haggi - aeg 01.00,43.

8 karastunud meesujajat läbis talvise pikamaaujumise.450 m.

„Olen aastaid harrastanud talvist suplust. See on vahva ja väga tervislik. Tulingi nüüd vaid pikka maad ujuma“ muheles mõnuga lõikavkülmas vees ujunud pärnulane Tõnu Kütt (aeg 16.45,38).

Käteplagin Toomas Haggile (54) 6.21,8-ga pika raja läbimiseks polnud veel vaibunud, kui tema tulemust asus ründama mullune taliujumise MM hõbedamees Henri Kaarma, Sampo panga riskilaenude spetsialist. 6.09,80 oli Kaarma võiduaeg.

Kaarmale jäi 450 m väheseks. Kui ta kaaslaste hõigete järel, et rada on läbitud, kaldale ei roninud oli aimata, et mees üritab alistada hoopis pikemat maad. Paraku olid kellad kinni löödud, kui Henri Kaarma 1000 m ujumise järel nullilähedases vees kaaslaste toel kaldale astus. Külma oli jahutanud ea keha +32,2-ni. Mees oli intensiivselt ujunud ligi 15 minutit. Eestis pole talvel ükski inimene varem nõnda pikka maad ujunud.

Sel ajal, kui parimatele medaleid kaela pandi, otsisid tuukrid ligi 5 m sügavusest võistluste eel vene turistineiu poolt basseini põhja pillatud fotokaamerat. Veekindel aparaat oli pärast tunde jões olemist töökõlblik.

Paljusid Eest ujujaid, kes eelmisel aastal tegid algust ekstreemse talvise ujumisega ja nüüd kogenud teiste riikide taliujujatega rinda pistes medaleid noppisid, näeb suviti võistlemas Lõuna-Eesti järvedel peetavatel pikamaaujumistel.

Nüüd on loo autorilgi oma tõdemus, külm vesi peletab nohugi minema.

Malle Elvet, jaanuar 2011