

elämää suurempi harrastukseni

Riku Aantaa

Dosentti, vt professori, osastonylilääkäri
Tyks ja Turun yliopisto
riku.aantaa@utu.fi

RETKILUISTELU – ERILAINEN TAPA LIIKKUA LUONNOSSA

► Suomen Ladun retkiluistelijoiden jäsenyhdistys Suomen Retkiluistelijat toteaa internet-sivuillaan: ”Retkiluistelu on vertaansa vailla oleva tapa liikkua luonnonjäällä ja nauttia maamme vesistöjen tarjoamista retkielämyksistä talvella”. (1) Kuvaus on osuva – mikäs on hienompaa ja hauskeempaa kuin liittää kirkkaalla kevätyjäällä pikku pakkasessa auringon paistaessa ja hyvät eväät repussa!

Luistimet ja sauvat

Luisteluun tarvitaan luistimet. Retkiluistelua voi ihan hyvin harrastaa hokkareilla tai kaunoluistimilla, mutta parhaimman nautinnon saa vasta parhaimman nautinnon saa vasta pitkällä (35–50 sm) terillä (Kuva 1). Hokkarien ja kaunoluistimien terät ovat näet lyhyet ja jäähän lyhyestä terästäkin ottaa vain osa, sillä molemmat luistimet on tarkoitettu kääntäilyyn. Retkiluisteluun tarkoitettut

terät puolestaan ovat aivan suorat tai vain hivenen kaarevat. Suora ja pitkä terä tekee epätasaisestakin jäädä miellyttävän luistella. Aivan suorilla terillä tosin käännöksen tekeminen on hankalaa, joten moni hankkii hiukan kaarevat pitkät terät.

Luistimiin saa joko vaelluskenkiin tai luisteluhiihtomoihin tarkoitettuja siteitä. Edellisten siteiden etu on se, että terittä kävely sujuu vaelluskengillä hyvin kun taas liukaspintaisilla monoilla kävely on hankalaa. Jälkimmäisillä puolestaan saa luistelupotkuista rennompia ja pidempiä ja näin vauhtia halutesaan enemmän. Samoja monoja voi käyttää myös luisteluhiihtosuksien kanssa.

Luisteluun saa enemmän tehoa jos käyttää sauvoja. Sauvoiksi käymainiosti ihan tavalliset luisteluhihtosauvat, kunhan niissä on jäässä pitävä terävä kärki. Halutessaan voi

hankkia hiukan (5 sm) pitemmät ja aavistuksen painavimmat luisteluun tarkoitettut sauvat (Kuva 1). Noin 5 sm korkeiden luistinterien päällä seisoes-sa hiukan pidemmistä sauvoista on apua. Luistelusauvat on myös turvallisuustekijä, sillä hiukan painavampaa sauvaa voi käyttää jään paksuuden arvioinnissa: jos etuviistoon suunnattu napakka isku ei lävistä jäätä, on jää luisteluun riittävän kantavaa (> 4 sm). Jos isku menee läpi pitää kääntyä ellei jo ole veden varassa...

Turvavarusteet

Koska luisteluun liittyy vuodenajasta riippumatta veden varaan joutumisen riski, tulee luistella aina mukana joitakin turvavälineitä: ystävää, naskalit avannosta kiipeämistä varten, pilli hädän ilmaisemista varten, vaihtovaatteet vesitiiviissä pussissa, heittoköysi ja reppu (Kuva 1). Repun >>



Iltarusko Säskylän Pyhäjärvellä 2010

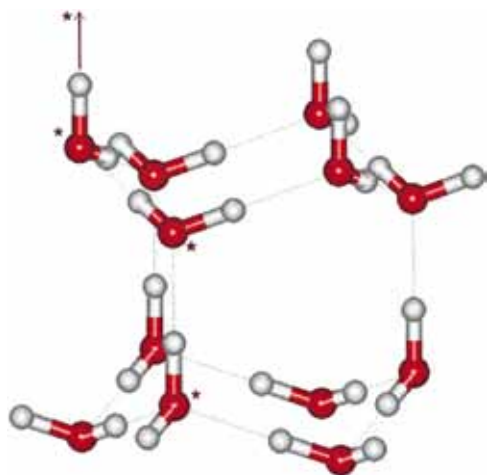
Kuva 1. Naskalit, luistimet ja sauvat, jotka on tarkoitettu nimenomaan retkiluisteluun.



olisi hyvä olla tilavuudeltaan 40 litraa tai enemmän, jotta se kelluttaisi veden varaan joutuneen luistelijan – ja helpottaahan kelluntaväline vainajan löytämistä keväällä jäiden sulettua. Itse käytän ainakin alkutalvesta ja keväällä ja tuntemattomilla jäillä liikkuessani kuivapukua. Runsaat ja herkulliset eväät sekä lämmin juotava ovat itsestään selvyyskiä luisteluretkelle lähdeittäessä.

Jää

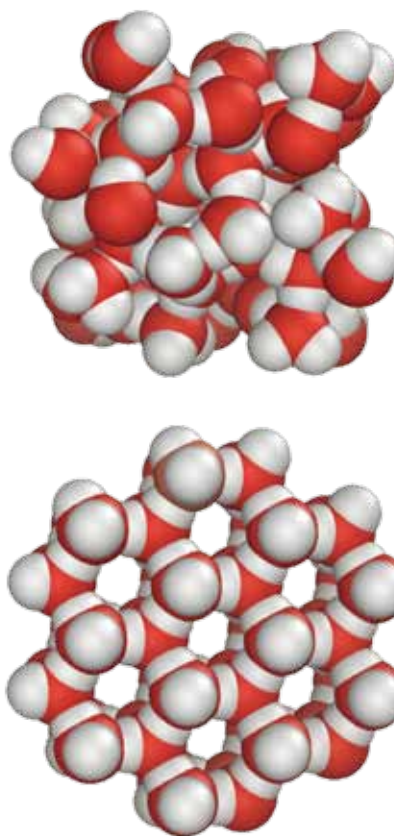
Tavallinen jää on rakenteeltaan nk. heksagonaalista jäätä ts. se koostuu kuusikulmaisista kiteistä (Kuva 2). Kiderakenteen vuoksi veden tiheysmaksimi on makeassa vedessä poikkeuksellisesti jäätympisteen yläpuolella +4 °C:ssa: kun lämpötila laskee tämän alapuolelle, vesimolekyylit alkavat hakeutua kuusikulmaiseen muotoon, jolloin



Kuva 2 . Jään heksagonaalinen rakenne.

Taulukko 1. Teräsjään kestävyys

Kulkija	Teräsjään paksuus
Pilkkijä (80 kg)	2 sm
Luistelija (80 kg)	4 sm
Hevonen (600 kg)	10 sm
Auto (1 200 kg)	15 sm
Traktori (3 600 kg)	25 sm



Kuva 3. Nestemäinen vesi ja jää.

tiheys pienenee. Lisätietoa jääkiteen ominaisuuksista saa vaikkapa Tähtitieteellisen yhdistyksen Ursan nettisivuilta (2). Jään tiheys on noin $0,9 \text{ kg/dm}^3$ ja se on siis vettä kevyempää. Makea vesi jäätyy lähempänä nollaa, kun taas Itämeren vähäsuolainen vesi jäätyy n. $-0,3$ asteessa. Jäiden tuloa odotellessa voi veden jäätymistä arvioida vaikkapa seuraavan kaavan avulla:

KAAVA

$$h^i = a_i (D_f)^{0,5}$$

D_f = pakkaspäivien lukumäärä

a_i = empiirinen vakio (2,7 tuulinen vuorokausi, ei lunta; 1,7–2,4 luminen kate)

Teoriassa vesi käyttäytyy yllä kuvattun kaavan lailla, mutta paikalliset olosuhteet ovat ihan yhtä keskeisiä veden jäätymiselle: ainakin tuuli, vesialueen avoimuus ja virtaukset

vaikuttavat aivan olennaisesti jään muodostumiseen ja paksuuteen. Pilkkijöidenkään ilmaantuminen jäälle ei aina ole luotettava osoitus riittävästä jään kantavuudesta (Taulukko 1). Ainoa tapa varmistaa jään kantavuus on kairata siihen reikä. Jään kantavuuteen vaikuttaa myös sen laatu. Teräsjää syntyy syksyllä (kovien) pakkasten ansiosta ja sille on tunnusomaista tumma väri. Teräsjää on läpinäkyvää usein vaikka se olisi 20–30 senttiä paksua tai enemmänkin. Hohkajää puolestaan on jäätä, johon on sekoittunut lunta. Sen läpi ei näe eikä se ole yhtä vahvaa kuin teräsjää. Jään paksuus siis ei yksinään kerro jään kantavuutta. Vuoden-aikakin vaikuttaa jään ominaisuuksiin. Kannattaa myös muistaa, että paksu jää jossakin ei takaa, että jää on paksua kaikkialla – luistelua varten kannattaa pyrkiä selvittämään ennen kaikkea vesistön virtapaikat.

Sisäjärvet jäätyvät ensimmäisenä. Lounais-Suomessa retkiluistelijoiden suosiossa on Koskeljärvi (2). Se kuuluu Natura 2000 alueeseen ja on Lounais-Suomen suurin mökitön järvi. Koskeljärvi on verraten matala ja sen vuoksi jäätyy merialueita aiemmin. Vaikka se on vain kahdeksan kilometriä pitkä, saa rantoja pitkin luistelmalla helposti mukavan 25 kilometrin lenkin. Koskeljärven luonto on monimuotoinen myös talvella (Kuva 3).

Itse asun onneksaasti Kaksikeranjärven Turun suurimman makean veden altaan rannalla. Luistelukaudella käytössäni on 5,5 kilometrin mittainen lähes yksityinen luistelurata. On rentouttavaa työpäivän päätteeksi vetää retkiluistimet jalkaan ja tehdä joko yhden (11 kilometriä) tai kahden (22 kilometriä) kiekun mittainen luistelulenkki. Lenkin keskivauhti on tuulettomalla kelillä usein yli 20 kilometriä tunnissa.



Kuva 4. Koskeljärvi 1.1.2009 aamupäivä.

Luistelu voi tietenkin harrastaa missä tahansa järvessä ja meressä, jonka olosuhteisiin on perehtynyt.

Olennaista on lähteä luistelemaan heti kun jäät ovat tulleet, sillä lumi saattaa koska tahansa pilata hyvän luistelujään.

Olennaista on lähteä luistelemaan heti kun jäät ovat tulleet, sillä lumi saattaa koska tahansa pilata hyvän luistelujään. Yleensä luistelu on mahdollista vielä kun

pakkaslunta on jäällä pari senttiä. Hyvän jäätalvena myös aavat merialueet jäätyvät ja luistelemaan pääsee miltei kaikilla merialueilla kuten Hangon edustalla Bengtskäriin asti ja pääkaupunkiseudun (avonaisilla) ulapoilla. Saaristomerellä on joka vuosi ainakin jokunen viikko hyvää luistelusaattaa syksyisin ja keväisin.

Kevät onkin luistelun kannalta houkuttelevinta aikaa, sillä silloin päivät ovat pitkiä ja lämpimiä ja jään päälle päivällä sulanut lumi jäätyy yöllä tasaiseksi luistelukentäksi. Huhtikuun alkupäivinä on jännittävää luistella samoilla vesillä, joilla voi purjehtia jo saman kuun lopussa.

Lumen tultua jotkut tahot aaravat jäälle pitkiäkin baanoja. Vaikka tällaisella baanalla saa kuntoluistelua, ei se ole oikeata retkiluistelua, johon kuuluu vapaa liikkuminen jäällä ja siihen liittyvä arvaamattomuus.

Seura

Koska retkiluisteluun liittyy veden varaan joutumisen riski, ei sitä tulisi pääsääntöisesti harrastaa yksin. Innokkaan retkiluistelijan kannattaakin liittyä Suomen Ladun jäsenyhdistykseen Suomen

Retkiluistelijoihin (1). Yhdistyksestä saa tarpeellista tietoa, se järjestää turvakoulutuksia syksyisin ja eri tasoisia järjestettyjä retkiä pitkin luistelukautta ympäri Suomea. Suomen Retkiluistelijoiden palveluihin kuuluu myös jäähavaintoraportointi kun jäsenet jakavat jäätilannetiedotteita verkkosivuillaan. Suomen Ladun jäsenyhdistykseen kuulumalla saa myös suuren retkeilyseuran palvelut ja edut (mm. tapaturmavakuutuksen seuran järjestämille luisteluretkille) – ja paljon ideoita luonnossa liikkumiseen.

Omat kokemukset

Vaikka useimmiten luistelenkin kotijärven jäällä, pyrin mahdollisuuksien mukaan pääsemään Saaristomerelle luistelemaan. Useimpina talvina sisäsaaristo jäätyy riittävästi



Kuva 5. Koskeljärvi 1.1.2009 iltapäivä.

jo alkutalvena. Turun ympäristön jääolosuhteet ovat hyviä luisteluun ja muuhun jään päällä tapahtuvaan toimintaan. On vinkeää luistella esim. Airistolla kun ohi lipuu ruotsinlaiva. Jää on elastista ja keino tuolloin laakeiden aaltojen tavoin. Mieluisimpia muistoja ovat tietenkin koko päivän retket, joista tässä yhteydessä kannattaa mainita 80 kilometrin mittainen Naantali-Uusikaupunki-retki. Sen yhteydessä oli opettavaisista havaita, että vaikka Iniön aavoilla selillä ajoi traktorit ja kuorma-autot, oli Kustavin Ströömässä avovettä. Muutama talvi sitten nautin kevätjäistä ystäväni kera Nauvossa. Lähdimme ensin pikku pyrähdykselle lähisaaristoon, mutta aurinkoinen sää ja myötätuuli innoitti meidät luistelemaan puhelinluettelon kartan varassa yli Gullkronan selän kohti Kasnäsiä. Vasta päivän jo alkaessa

hämärtyä saavuimme Högsåran rannan tuntumaan havaitaksemme, että Hangosta Paraisille vievä laivareitti kulkee Högsåran länsipuolitse. Olisihan meidän purjehtijoina pitänyt muistaa tuo seikka! Onneksi edellinen laiva oli käyttänyt reittiä jo muutamaa päivää aiemmin ja pääsimme kuin pääsimmekin ylittämään väylän ja siihen jäätyneet jäälohkaareet ja vältyimme näin kiusalliselta ja raskaalta vastatuuliosuudelta takaisin Nauvoon. Hyvä suunnittelu on retkiluistelussa(kin) a ja o! ■

Viitteet

1. http://www.suomenlatu.fi/suomen_latu/talvilajit/retkiluistelu/
2. www.ursa-fi
3. www.luontoon.fi/Retkikohteet/muutsuojelualueet/koskeljarvi
4. http://www.suomenlatu.fi/suomen_latu/talvilajit/retkiluistelu/