

Urheilu

LVS:n naiset luottavat nuorten tulivoimaan

Tennis: Naiset nousivat täksi kaudeksi Tennisliigaan.

Lahti

Eerikki Lyytikäinen

Lahden Verkkopalloseuran naisjoukkue nousi täksi kaudeksi Tennisliigaan. Edellisen kerran LVS:n naiset pelasivat korkeimmalla tasolla kaudella 2017–18. Väliuudet joukkue pelasi ykkösdivisioonassa.

Lahtelaiset avasivat Tennisliigan upeasti lauantaina. Kotiottelussa kaatui Oulun Verkkopalloseura lukemin 3–1.

Ykköspelaajien kohtaamisessa **Emma Kuusisto** voitti **Heidi Sarkkisen** erin 2–0 (6–2, 7–5). Kakkospelaajien välisessä väänössä **Satu Kyyrä** kukisti **Sofia Holopaisen** niin ikään 2–0 (7–5, 6–0). Kun myös **Heta Nuutinen** oli väkevällä pelipäällä **Saskia Soomea** vastaan (2–0, 7–6, 6–3), sai LVS lentävän lähdön Tennisliigaan. Nelinpelissä lahtelaiskaksikko Emma Kuusisto/**Fiona Kallio** taipui Holopaiselle ja Soomelle erin 2–0.

– Pelasin ensimmäisessä erässä tosi hyvää tennistä. Toisen erän alku oli ailahteleva, ja siksi vastustaja karkasi jo 5–1-johtoon. Sen jälkeen heräsin taisteluun ja vein kuusi gamea putkeen, Emma Kuusisto, 16, sanoi.

Kuusisto on jyväskyläläinen ja edustaa seuratasolla Jyväskylän Tennisseuraa. Seurassa ei kuitenkaan ole niin paljon pelaajia, että JTS saisi joukkueen liigatennikseen. Sen vuoksi Kuusisto pelaa nyt toista vuottaan liigapelejä Lahdessa.

– **Seppo Nurmi** bongasi minut aikanaan ja kysyi halukkuuttani edustaa LVS:ää. Lyhyiden keskustelujen jälkeen valinta oli helppo. Olen tykännyt pelata LVS:ssä todella paljon. Meillä on tosi hyvä-

henkinen joukkue. Nuorissa on voimaa, Kuusisto sanoi.

Kuusistolla on korkeat tavoitteet. Hän on pelannut tennistä jo 11 vuotta.

– Tähtään maailmalle. Kovat tavoitteet ajavat minua eteenpäin. Tennis on aina ollut minulle tärkeä asia.

Sunnuntaina LVS joutui taipumaan Myllypurossa helsinkiläiselle Smashille lukemin 3–1.

Kuusisto sai Suomen rankingvitoselta **Ella Haavistolta** lyhyen oppitunnin tenniksen oppikirjasta. Kuusisto on samaisella ranking-listalla sijalla 24. Haavisto takoi taululle tylyt lukemat 6–0, 6–1.

– Ei ollut minun päiväni. Pallot lentelivät vähän sinne sun tänne. Toki Ella pelasi hyvin, mutta olisi minun pitänyt parempaan pystyä, Kuusisto sanoi.

Naisten joukkueessa pelaavat Heta Nuutinen, Satu Kyyrä, Fiona Kallio, Emma Kuusisto, **Oona Mol**, **Inna Paldanius** ja **Iben Mol**.

LVS:n miehet aloittivat pelinsä ykkösdivisioonassa voitolla ja tappiolla. Valkeakosken Tennis oli lauantaina kotipelissään parempi 3–1. Lahtelaisten ainoan pisteen nappasi **Valtteri Tuukkanen**, joka kukisti **Joonas Salosen** 6–4, 6–1.

Sunnuntaina lahtelaiset olivat kotikentällään hurjassa iskussa. Savonlinnan Verkkopalloseura sai kyytiä luvuin 4–0.

Omat matsinsa voittivat **Kalle Nikunen**, **Roope Palo** ja Tuukkanen. Nelinpelissä pari Tuukkanen/Palo hoiti homman kotiin tyylillä.

Joukkueeseen kuuluvat myös **Mika Leskinen** ja **Jukka Immeli**.

MM

Fitness

Lahti

Janne Urpunen

Paikallisille bikini fitnessille syötettiin karva Nordic Fitness Expo järjestetyssä SM-kilpailun messuhallissa. **Lahti** **na Marjoniemi** oli sarjassa 100 cm) neljäs ja Asikkalassa niin ikään neljäs (–).
– Kun lavalta päästyäni mäinen fiilis oli poissa, mitalisija oli niin lähellä. Hotti sanoi.

Kolmas sija olisi ollut mahdollista, jos olisi ollut tulo-oikeutta Espanjasta. Susannassa marraskuussa järjestettävään MM-kilpailuun.
– Tämä on urheilun vaikein laji. Nyt meni näin. Olen kuitenkin kova saavuttaa.

Kilpailun jälkeen on ollut tina Lahden Amari.

– Juhlamieltä täällä. Aloitin dieetin maaliskuussa vaihteessa. Iso työ on ollut sen tärkein kisaviikkoni nyt takana.

Lauantaina Hotti. Pohjoismaiden messut bikini fitnessin juniorisarjassa sijoittui hienosti seitsemänneksi.

Bikini fitnessissä kilpailulla liikaa lihasmassaa vuutta. Kehon pitää olla tervellisen ja terveen näköisen alavartalon tulee oikein sa toisiinsa nähden. Odotetaan huomioon otettavaksi hiukset.

Sunnuntaina lavalla vähän erinäköinen kuin lauantaina.

– Vaihdettiin lookkia kiharat hiukset ja erinäköisempiä. Jokainen kilpailun valmistautumisen vaihtaminen voi auttaa mentaalisesti, kehovalmentava **Minna**.

Fitnessperheessä konloppuna kiirettä huoltamisen ohella nousi lavalle molempien. Minna Hotti oli la-