

# Tänään

Tuottaja: Seppo Pänkäläinen 050 376 1214  
Sähköposti: tanaan@keskisuomalainen.fi  
etunimi.sukunimi@keskisuomalainen.fi  
Osoite: Tänään, PL 159, 40101 Jyväskylä

## Lahdesta Jyväskylään vesiteitä pitkin melomalla 30 tunnissa

**Hyväntekeväisyys:** Tuomas Pelkonen kerää rahaa Mieskaveritoimintaan ja Sairaalaklovneille.

**Jyväskylä**  
Ville Waali

Kajakki alle ja Lahdesta Jyväskylään vesiteitä alle kolmessa kymmenessä tunnissa.

Siinä on ultraurheilun harastajan **Tuomas Pelkonen**, 38, suunnitelma tulevalle elokuulle. Haasteella on tarkoitus kerätä varoja hyväntekeväisyyteen, sekä tietysti tyydyttää Pelkonen kyltymätöntä fyysisen suorittamisen nälkää.

– 2010 pyöräilin Vantaalta Ouluun alle 27 tunnissa. Se oli sellainen päänäppö, josta kirjoitin Facebookiin päivityksiä, jotka keräsivät ihan mukavasti huomiota, Pelkonen kertoo.  
– Jotkut kyselivät tuolloin miksen ottanut tempaukseen sponsoreita. Näin idea hyväntekeväisyyden tukemisesta omilla suorituksilla alkoi pikku hiljaa muotoutua.

**Rikostutkijana** työskentelevä Pelkonen asuu Vantaalla vaimonsa, sekä kolmen poikansa kanssa. Oulun pyöräilyosuuden jälkeen mies tutustui ultraurheilusta kertovaan kirjallisuuteen, mistä hän sai lisäoppeja tuleviin suorituksiinsa.

– 2012 aloin suunnitella ultra-suoritusta, ja heti alussa päätin, että sairaat lapset olisivat tempauksen varainkeruun kohde. Samoihin aikoihin ilmoitettiin lastensairaalan hyväksi tehtävästä kansalaiskeräyksestä, ja se sopi minulle täydellisesti. Suorituksiksi muotoutui ”400:n haaste”, jonka toteutin elokuussa 2013. Siinä pyöräilin 303 kilometriä, meloin 53 kilometriä ja juoksin 50 kilometriä.

Lastensairaalan tukemista seurasi 2015 Hyvinkäällä haavoittuneen kollegan **Heidi Foxellin** hyväksi juostu Sisun Satanen eli 100 kilometrin ultrajuoksu.

**Melontasuoritus** alkoi kehittyä Pelkonen päässä heti lastensairaalaoprosessin jälkeen.

– Tilasin kartat ja aloin verkkaisesti muuttaa treeniä melontaa tukevaan suuntaan. Mukaan on kuulunut välilevyn pullistuman parantelua, fysioterapiaa ja joogan aloittamista. Nyt olen täysin kunnossa, ja sain juuri sisäosutalaitteen sponsorilta lainaksi kohdentavan treenin aloittamista varten.

Melontahaasteella Pelko-

nen tukee Mieskaverien sekä Sairaalaklovnien toimintaa. Pienperheyhdistyksen Mieskaveritoiminnassa tavalliset, turvalliset miehet ovat kavereina yksin lastaan kasvattavien äitien lapsille. Sairaalaklovnit taas toimivat yhteistyössä sairaaloiden kanssa lasten parantumisprosessia tukien.

– Kohteet ovat sellaisia, jotka ovat lähellä sydäntäni. Tarkoituksena on tukea hyvää lapsuutta, ja sitä on mahdollista tehdä paikallisesti nyt myös Jyväskylässä ja Lahdessa.

**” Kohteet ovat sellaisia, jotka ovat lähellä sydäntäni.**

**160 kilometrin** melontaa toteutuu elokuun alussa viikolla 31. Kesän aikana on tarkoitus testata osa matkasta, ja viedä kehoa pikku hiljaa kohti äärimmäistä suoritusta.

– Treenit tehdään väsyneenä, mutta sitten elokuussa lähdetään matkalle hyvin levänneenä ja syöneenä. Alle 30 tuntia on haasteen tavoiteaika, siinä saa pitää aika kovaa matkavauhtia yllä, Pelkonen sanoo ja naurahtaa.

Miehen toiveena on saada mahdollisimman paljon paikallisia toimijoita mukaan tukemaan suoritustaan ja keräyskohteita.

– Melontahaasteen nimeä kantavat nettisivut on juuri avattu, ja siellä on mahdollista valita, mitä kohdetta haluaa tukea ja kuinka suurella summalla. Kaikki ovat ehdottomasti tervetulleita tälle reissulle!



Tuomas Pelkonen kuvasi esittelyvideon melontahaastettaan varten Espoossa.



Lennessa ruostesiipi paljastaa värikkäät takasiipensä ja ruumiinsa. Kilpisjärvi heinäkuu. Nikon D4, 28 mm, 1/5000 s, f 11, ISO 3200, käsivara.

# Karva pitkä, elämä lyhyt

Ruostesiipi ei aikuisena ehdi välttämättä edes ruokapöytänsä ennen kuin jo kuolo korjaa.