

Lohjalaiset siskokset haluavat EM-kisoihin



Siskokset Heidi (oik.) ja Nina Rintala ottavat taekwondon tosissaan.

Heidi Rintala ottelee taekwondossa ja Nina Rintala kilpailee liikesarjoissa.

LOHJA | Lohjan Jalassaassa asuvat siskokset **Heidi Rintala**, 17, ja **Nina Rintala**, 15, harjoittelevat päästäkseen ITF Taekwondon EM-kisoihin junioreissa.

Otteluissa kilpaileva Heidi Rintala suoritti lauantaina Tampereella pidetyssä vyökokeessa mustan vyön arvon. Samalla hän varmisti paikkansa ITF Taekwondoliiton maajoukkuekarsinnoissa, sillä kansainvälisiin arvokisoihin pääsemiseksi kilpailijoilla tulee olla musta vyö. EM-kisat pidetään keväällä Tampereella.

Heidi Rintala sijoittui toiseksi lokakuussa Latviassa Riga Amber Cupissa. Hän oli samalla sijalla juniori- ja joukkuekilpailuissa Veikkolassa ja marraskuussa Nääshalli Cupissa Tampereella. Hän voitti Tampereella avoimessa sarjassa ikäluokkansa kilpailijat, mutta hävisi niukasti jatkoajan jälkeen tamperelaiselle Black Eagle Taekwondon **Tiia Saariselle**.

Nina Rintala hakee paikkaa junioreiden 1. danin liikesarjoihin. Hän suoritti mustan vyön viime tammikuussa. Rintala edusti Suomea jo keväällä 2015 EM-kilpailuissa Andriassa Italiassa.

Nina on vaihtanut Lohjalta siskonsa seurakaveriksi kirkkonummelalaiseen ITF Taekwon-do Sonkal Veikkolaan. Vielä Riikassa lokakuun alussa hän edusti Lohjan ITF Taekwondoa ja voitti 1. danin liikesarjat.

– Sonkal Veikkolassa on panostettu enemmän otteluharjoitteluun ja ylipäätään kisaamiseen. Sen takia siellä tuli harjoiteltua jo ennen virallista seuran vaihtoa, sanoo vuoden Veikkolan seura edustanut Rintala.

– Vastustajien taso on jo kotimaan kisoissa paljon aiempaa kovempi. Myös valmentaminen ja kaikki puitteet ovat paljon tasokkaampia”, Nina Rintala puntaroi.

Lohjanjärven rannalla asuvien siskosten matka kohti maajoukkuetta jatkuu joululoman jälkeen erilaisissa näyttötötilaisuuksissa. Loppiaisen jälkeen Rovaniemellä järjestetään kaksipäiväinen otteluleiri. Tammikuun puolivälissä on A-junioreiden maajoukkueryhmän leiri Varalan urheilupuistolla.

keintä on viesti siitä, että halutaan harrastaa sekä kehittyä ja että Lohjallakin voisi olla pääsarjan joukkue sekä mestareita, totesi kaupunginjohtaja **Mika Sivula** tiistaina Lohjan kaupungintalossa.

– Kunnalliselle yhteishengelle on suuri merkitys, kun on joukkueita ja lajeja, joista voidaan olla ylpeitä. Kisakallion pitkäjänteisestä työstä ja näkyvyydestä voimme olla ylpeitä.

– Olen iloinen, että firmat ovat lahjoituksen takana, totesi Sivula.

– Kunnalliselle yhteishengelle on suuri merkitys, kun on joukkueita ja lajeja, joista voidaan olla ylpeitä. Kisakallion pitkäjänteisestä työstä ja näkyvyydestä voimme olla ylpeitä.

– Olen iloinen, että firmat ovat lahjoituksen takana, totesi Sivula.

Mäntynummen yhtenäiskoulun rehtori **Hannu Makkonen** otti asiakseen pallejen jakamisen Lohjan eri kouluille.

– Meillä koripallon suosio on noussut ison liikuntahallin ja koripallokent-

Suosittelen

Jaa

Twiittaa

Lohjalaiset siskokset haluavat EM-kisoihin

Heidi Rintala ottelee taekwondossa ja Nina Rintala kilpailee liikesarjoissa.

Kari Sallinen
kari.sallinen@media.fi

LOHJA | Lohjan Jalassaassa asuvat siskokset **Heidi Rintala**, 17, ja **Nina Rintala**, 15, harjoittelevat päästäkseen ITF Taekwondon EM-kisoihin junioreissa.

Otteluissa kilpaileva Heidi Rintala suoritti lauantaina Tampereella pidetyssä vyökokeessa mustan vyön arvon. Samalla hän varmisti paikkansa ITF Taekwondoliiton maajoukkuekarsinnoissa, sillä kansainvälisiin arvokisoihin pääsemiseksi kilpailijoilla tulee olla musta vyö. EM-kisat pidetään keväällä Tampereella.

Heidi Rintala sijoittui toiseksi lokakuussa Latviassa Riga Amber Cupissa. Hän

oli samalla sijalla juniori- ja joukkuekilpailuissa Veikkolassa ja marraskuussa Nääshalli Cupissa Tampereella. Hän voitti Tampereella avoimessa sarjassa ikäluokkansa kilpailijat, mutta hävisi niukasti jatkoajan jälkeen tamperelaiselle Black Eagle Taekwondon **Tiia Saariselle**.

Nina Rintala hakee paikkaa junioreiden 1. danin liikesarjoihin. Hän suoritti mustan vyön viime tammikuussa. Rintala edusti



Salla-Mari Rintala

Suomea jo keväällä 2015 EM-kilpailuissa Andriassa Italiassa.

Nina on vaihtanut Lohjalta siskonsa seurakaveriksi kirkkonummelalaiseen ITF Taekwon-do Sonkal Veikkolaan. Vielä Riikassa lokakuun alussa hän edusti Lohjan ITF Taekwondoa ja voitti 1. danin liikesarjat.

– Sonkal Veikkolassa on panostettu enemmän otteluharjoitteluun ja ylipäätään kisaamiseen. Sen takia siellä tuli harjoitel-

Siskokset Heidi (oik.) ja Nina Rintala ottavat taekwondon tosissaan.

tua jo ennen virallista seuran vaihtoa, sanoo vuoden Veikkolan seura edustanut Rintala.

– Vastustajien taso on j kotimaan kisoissa paljon aiempaa kovempi. Myös valmentaminen ja kaikki puitteet ovat paljon tasokkaampia”, Nina Rintala puntaroi.

Lohjanjärven rannalla asuvien siskosten matka kohti maajoukkuetta jatkuu joululoman jälkeen erilaisissa näyttötötilaisuuksissa. Loppiaisen jälkeen Rovaniemellä järjestetään kaksipäiväinen otteluleiri. Tammikuun puolivälissä on A-junioreiden maajoukkueryhmän leiri Varalan urheilupuistolla.