

JUOKSU- JA PYÖRÄILYTAPAHTUMA

# Forssan Suvi-ilta

17.-18.6.2023

Juoksut 17.6.2023

5

10

21

42



Pyöräilyt 18.6.2023

35

95

160

**ARTIC STORE**

AURINKOSUOJAT & KAIHTIMET



**PRT-Kaihdin**

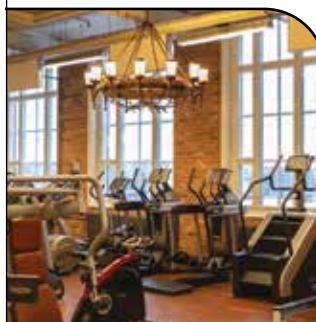
Kartanonkatu 20, Forssa | puh. 0400 207 082  
[www.prt-kaihdin.fi](http://www.prt-kaihdin.fi)

Since 1996

**KUTOMON**  
FYSIOTERAPIA JA LIIKUNTAKESKUS

**OIVA**  
TERVEYS

HYVINVOINTIHOTELLI  
**Luppo**



[vkfysio.fi](http://vkfysio.fi)



[forssanoiva.fi](http://forssanoiva.fi)



[hotelliluppo.fi](http://hotelliluppo.fi)

Elämäsi kuntoon  
**KUTOMOLLA!**

Palvelut terveyteen,  
liikuntaan ja hyvinvointiin  
saman katon alla.

Kutomonkuja 2 A 1, 3 krs, 30100 Forssa



## Paikallista palvelua

FORSSAN  
LIIKEVARTIOINTI

Sopimukset  
alkaan  
**1€**  
/päivä



**Ajamme puhtaasti paikallisella biokaasulla!**

- ➔ **Forssan liikevartiointi Oy:n ovat perustaneet paikalliset yritykset 1974.**
- ➔ **Nyt meiltä Omavartija -palvelu**  
Omavartija vastaanottaa hälytyksen ja sen saatuaan lähtee heti kohteelle näin ei menetä aikaa yhteyshenkilön tavoitteluun vaan hätätilanteessa nopein mahdollinen apu tulee paikalle.
- ➔ **Muista**  
Näkyvä vartiointi on tehokkain keino ennalta ehkäistä rikoksia ja ilkivaltaa.
- ➔ **Meiltä myös yksilöidyt turvajärjestelmät**  
Saat kotiisi tai yritykseesi juuri sellaiset laitteet kun haluat. Langattomana tai langallisena, sisäkameralla tai ulkokameralla. Järjestelmän saa myös ilman kameroita, silloin pakettiin kuuluu ovimagneetit ja liiketunnistimet. Asennamme järjestelmän itse tai yhteistyössä paikallisten yritysten kanssa.

**KYSY PALVELUSTA LISÄTIETOJA!**  
**info@forssanliikevartiointi.fi**  
**044 244 9105**

[www.forssanliikevartiointi.fi](http://www.forssanliikevartiointi.fi)



# Forssan seudun yhteinen Suvi-ilta

**A**lkukesän suurimpiin urheilujuhliin lukeutuva Forssan Suvi-ilta järjestetään nyt kaksipäiväisenä tapahtumana. Lauantai 17.6. on juoksupäivä ja sunnuntai 18.6. pyöräilypäivä.

Suvi-illan uusi tapahtumavastaava, kaikkien tuntema urheilumies, Liljan Mikko, teki tämän ehdotuksen viime syksynä ja ehdotus sai heti koko järjestelytoimikunnan kannatuksen. Lauantaina voidaan keskittyä nyt pelkästään juoksuihin ja sunnuntaina, kun on liikennettäkin vähemmän, järjestetään pyöräilyt. Eikä tässä vielä kaikki, Mikon ehdotuksen mukaan perinteiset matkat 10 km, puolimaraton ja maraton, juostaan vanhoilla hyvillä reiteillä, mutta HK:n sininen, 5 km lenkki, tuodaan lähelle torikansaa, ihmisten keskelle. Reitti kulkee torin vierestä Loimijoen rantaa Wahrenin puistoon ja päättyy Urheilukentälle. Tästä 5 km lenkistä toivotaan kasvavan tulevaisuudessa karnevaalihenkinen, kaikkien liikunnasta nauttivien, iloinen yhteislenkki.

Lähivuosien tavoitteena on, että Forssan Suvi-illasta kasvaa koko Forssan seudun yhteinen "juttu". Yritykset ja yhdistykset saisivat hyödyntää tapahtumaa vapaasti, kunhan he samalla toisivat Suvi-illalle selkeää lisäarvoa ja näkyvyyttä, johon Forssan Salaman omat resurssit eivät riitä.

Esimerkiksi tapahtuman muuttuminen kaksipäiväiseksi voisi tarvita majoitusalueen asuntoautoille ja -vaunuille. Tämän voisi hoitaa joku toinen urheiluseura ja saada näin tuloja omaan toimintaansa. Forssan Suvi-ilta on nyt 2000 liikkujan tapahtuma, joka odottaa uusia ideoita siihen, miten sen pystyisi tuotteistamaan parhaalla mahdollisella tavalla. ■

Yhteistyöterveisin

**Kauko Nyström**

puheenjohtaja, Forssan Salama

**SÄHKÖMATTI**  
sahkomatti.fi

Teollisuuden sähkökunnossapito  
Kiinteistöjen sähkökunnossapito  
Sähkömoottorit ja sähkömoottorihuolto  
Sähköurakointi S1

Paloilmoitin- ja turvavalojärjestelmät  
Rikosilmoitinjärjestelmät  
Kamera- ja kulunvalvontajärjestelmät

Ilmalämpöpumput  
Aurinkosähköjärjestelmät

Huolto ja päivystys

**Puh. 050 3060 411**  
**sahkomatti@sahkomatti.fi**



**SÄHKÖMATTI**  
Viksbergintie 1, Forssa



# Uudistuva Forssan Suvi-ilta 2023



**F**orssan Suvi-ilta uudistuu ja pysyy näin vuodesta toiseen Suomen suurimpiin urheilujuhliin lukeutuvana tapahtumana. Tänä vuonna Suvi-ilta on kaksipäiväinen. Lauantaina juostaan ja sunnuntaina pyöräillään. Mielenkiintoisia uutuuksina on neliosuukainen maratonviesti. Mainittava on myös leppoisa 5 km juosten tai leppoisasti kävellen.

Suvi-ilta on tärkeä tapahtuma Forssalle ja forssalaisille. Reitin varrella on kannustusta, musiikkia ja karnevaalitunnelmaa. Forssan Suvi-ilta liikuttaa satoja ihmisiä ja toimii samalla kannustavana, innostavana ja positiivisena esimerkkinä lapsille ja nuorille.

Forssan Salama vastaa rautaisella ammattitaidolla Suvi-illan järjestelyistä. Kiitos Salaman aktiiveille sekä lukuisille talkoolaisille, jotka osallistuvat tapahtuman järjestelyyn.

Toivotan kaikki tapahtumaan osallistujat, huoltojoukot ja kannustajat tervetulleeksi kesäiseen Forssaan. Samalla kehotan kaikkia tutustumaan Forssan kaupungin monipuolisiin palveluihin. Hyvien kaupallisten palvelujen lisäksi kannattaa tutustua vaikkapa Viihdeumala Vesihelmeen tai lasten liikennepuistoon. ■

**Jarmo Pynnönen**  
sivistysjohtaja  
Forssan kaupunki



Kesäyön ruusu  
Design  
Anni Ruuth

**Kalevala**

UUTUUS! Kesäyön ruusu alk. 80,-

**PANDORA**  
UNFORGETTABLE MOMENTS

Äidille!



**SYDÄN-HELA**  
Infinity Heart Mom  
hopeaa

19,-

3190-17930



**TIMANTTIKORVA-  
KORUT**  
Valkokultaa

490,-

2886-16075

**Kevään juhliin  
Timanttisilta!**

**Kalevala**

Lahja-  
suosikki!



**VÄINÖ**  
Hopea-risti,  
ketju 50cm

155,-

3190-10625

**Kalevala**



**AMULETTI**  
Korvakorut,  
pronssia

Alkaen  
40,-

4030-10037

**OSTA!**

**Forssan Timanttisilta  
150 eurolla,  
saat kaupan päälle vapaa-  
valintaisen Suvi-illan  
matkalahjakortin!**

Matkat: Sininen lenkki 5km, kymppi, puolimaraton, maraton  
sekä pyöräilyt 35 km, 95 km tai 160 km.

Ei voi yhdistää muihin etuihin. Tarjous voimassa 6.5. asti.  
Matkalahjakorttia ei voi muuttaa rahaksi.

**Forssan  
Suvi-ilta**

**POLAR**



Katso voimassa olevat aukioloajat [timanttiset.fi](https://www.timanttiset.fi) • Verkkokauppa palvelee 24/7 • Muista lahjakortti, sillä onnistut aina!



**TIMANTTISET**  
Kello-Nyström



# FRUSH fyk

INNOVATING THE CIRCULAR ECONOMY

Forssan Yrityskehitys Oy

**Forssan Yrityskehitys on jälleen mukana järjestämässä FRUSH-hybriditapahtumaa.**

**27.4.2023 Forssassa järjestettävän tapahtuman teemoina toimivat vastuullisuus ja energia.**

**Ilmoittaudu mukaan tai osallistu verkossa, tapahtumaan vapaa pääsy**

**Lisätietoja**

**[www.frush.fi](http://www.frush.fi) / [www.fyk.fi](http://www.fyk.fi)**   



## Vuokrataan saunapaljukärry!

### Täysvarusteltu!

Pukuhuone jääkaapilla, 7hlö sauna, 7 hlö palju jossa poreet valot ja musiikit!

**Ota yhteyttä ja kysy lisää!**  
**Antti Hokka 040 732 5338**

 **AHsauna&palju**

# Levy.fi



Autokeidas jo vuodesta 1961

## onnistuneiden pysähdysten keidas!

Aina löytyy hyvä syy pysähtyä, nimittäin meille Autokeitaan palmun alle. Autokeidas on suomalainen perheyritys, jolla on toimintaa Forssassa ja Ii:ssä. Palvelemme kattavasti matkailijoita ja meillä saat niin tankin kuin vatsan täyteen - yhdellä ja samalla pysähdyksellä. Tule ja koe meidän kattavat palvelumme Forssassa 24/7.

**Kattavat palvelut 24h:**

**K SHOP**

**HESBURGER**  
Makusi mukaan

**VIRTA**

**NESTE**

**Restaurant**

**Motelli**

**-finnmari**

**Bakery**  
meillä leivottu.

**posti**

Avoinna 24h Keitaankatu 1, Forssa  
Avoinna 6-23, Sorosentie 2, Ii  
**autokeidas.fi**

## Autokeidas



# Hotel Fabrik.

**Keskellä kaupunkia - lähellä luontoa ja aktiviteetteja.**

Hotel Fabrik on yksityinen ja kotimainen boutique-hotelli, keskellä kaunista Forssan kaupunkipuisto maisemaa. Hyvä ja henkilökohtainen palvelu on meille kaiken tekemisen perusta.

Majoitu mukavasti Hotel Fabrikin tasokkaissa huoneissa ja rentoudu ylläisen saunaosastomme poreissa. Syö, juo ja seurustele upeassa miljöössä, Ravintola Villassa. Tee elämäsi pöytävaraus.

Hämeentie 7, 30100 Forssa  
010 573 0100 / [forssa@hotelfabrik.fi](mailto:forssa@hotelfabrik.fi)  
**hotelfabrik.fi**

**FABRIK**  
HOTEL • FORSSA



# Urheilukaupan ammattilainen otti vetovastuun Suvi-illasta

**E**tenkin Forssan seudulla monille tuttu mies **Mikko Lilja** aloitti viime lokakuussa Forssan Salaman palveluksessa ja otti vetovastuun Forssan Suvi-illasta.

Lilja on Tammelan poikia, kotoisin Liesjärveltä. Lukion ja kauppakoulun Mikko kävi Forssassa.

Lilja on tullut tutuksi etenkin urheiluvälikauppiaana, joko työntekijänä tai yrittäjänä. Ura alkoi 1980-luvulla Harri Merran vetämässä Kesportissa, joka toimi kehräämäläalueella nykyisen Ravintola Statuksen tiloissa.

Seuraavalla vuosikymmenellä Lilja jatkoi urheiluvälinekauppaa Jouko Lehtosen alaisuudessa. Kuten moni varmasti muistaa, sekä Merralla että Lehtosella on kokemusta myös Suvi-illan vetäjän tehtävistä.

2000-luvun vaihteessa Lilja työskenteli parin vuoden ajan kiinteistöedustajana Matti Ryyppön Forssan Isännöinti ja kiinteistövälitys Oy:ssä.

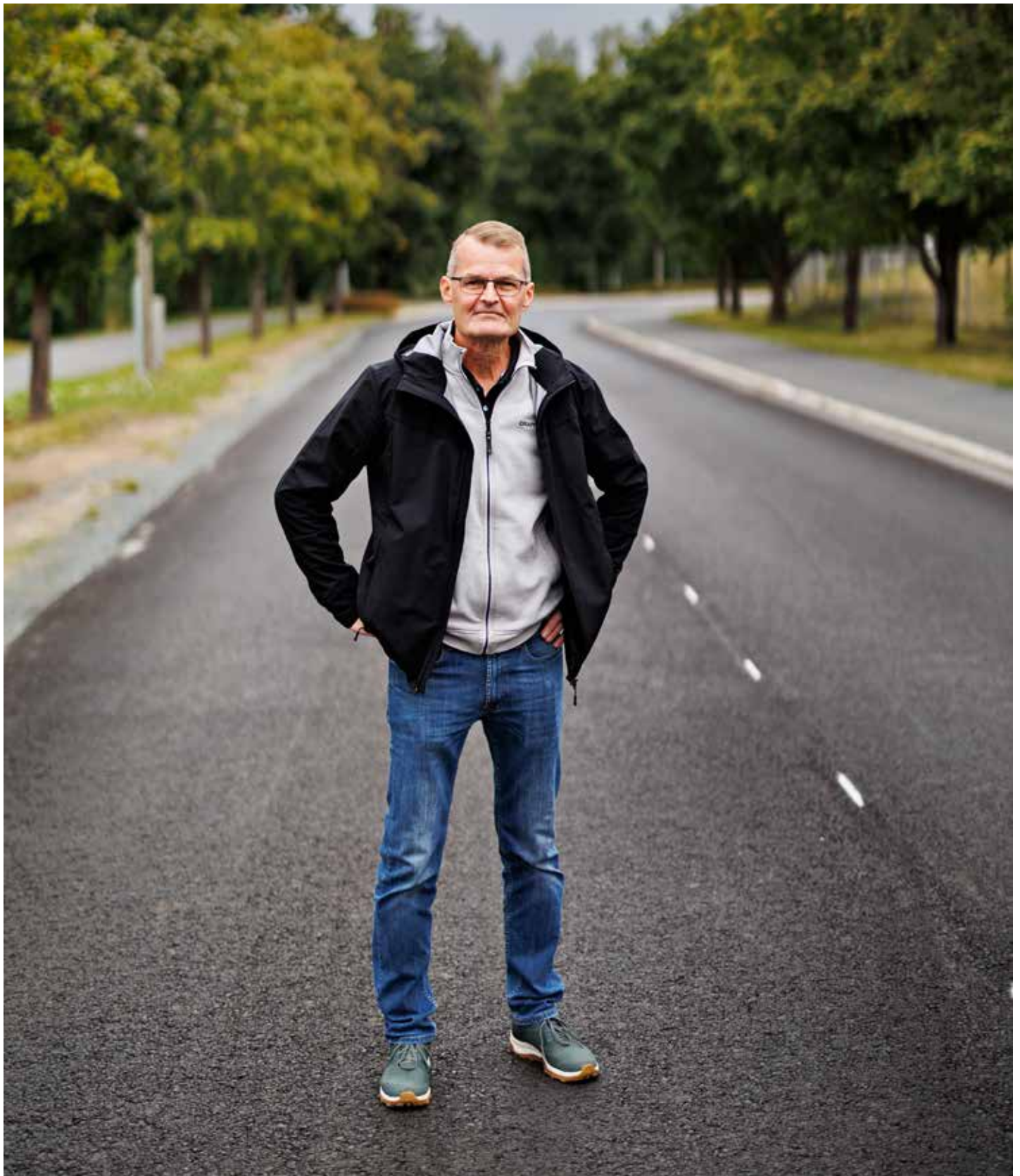
Kutomon kauppakeskuksen avauduttua Mikko aloitti siellä kauppiaana Intersportissa, kunnes siirtyi vuonna 2007 juuri avatun Lempäälän Ideaparkin Budget Sportin myymäläpäälliköksi. Sitä hommaa hän ehti tehdä 13 vuoden ajan.

– Asuimme koko ajan Forssassa. Kilometrit tulivat täyteen, Mikko kertoo syyn palulleen Aki Siika-ahon vetämään Forssan Intersportiin.

– Ehdin olla siinä vajaat pari vuotta. Kun Olli-Pekka Hakala jäi sivuun Suvi-illasta, tapahtuman primus motorit Harri Merta, Jouko Lehtonen ja Pentti Jolanki kysyivät kiinnostustani projektipäällikön tehtävään.

– Tavoitteenani on kehittää Suvi-iltaa hankalien koronavuosien jälkeen pitkällä tähtäimellä, Lilja kertoo.

Varsinainen seura-aktiivi Lilja ei koskaan ole ollut, mutta nuorempana hän hiihti piiritasolla kilpaa Salaman riveissä ja on toiminut pitkään seurassa erilaisissa talkootehtävissä, joten seura ja sen puuhahenkilöt ovat uudelle Suvi-illan vetäjälle tuttuja. ■



Mikko Lilja Forssan Salamasta toimii Suvi-illan kisavastaavana.

## Palvelumme autoosi:

- ruosteesto
- maalipinnan käsittely
- pesupalvelut
- äänieristys



### FORSSAN RUOSTEENESTO OY

Lepistökatu 5, 30100 Forssa  
Puh. 03-4221 442 0500-616 081  
www.forssanruosteesto.fi



## TT-PAK OY

PAPERIPUSSIEN JA KÄÄREPAPEREIDEN  
VALMISTUSTA • www.tt-pak.fi

## AVAINASEMASSA

# forssan LUKKO

Turuntie 4, Forssa • 03 422 2633 • forssanlukko.fi



# Forssan Salamalla vilkas kesäkausi

Yhteistyö Tammelan Ryskeen ja Someron Esan kanssa jatkuu tiiviinä.

**E**rilaiset yleisurheilutapahtumat kuuluvat Forssan Salaman kesään kuin vihta juhannussaunaan.

Maaliskuussa käynnistynyt Suvi-illan juoksukoulu jatkuu toukokuun loppuun asti. Toukokuussa käynnistyy myös perinteinen Salaman yleisurheilukoulu 5-15-vuotiaille lapsille. Ensimmäinen yleisurheilukoulu Forssassa järjestetään 22. toukokuuta ja Jokioisilla 31. toukokuuta. Ilmoittautumislinkit löytyvät Salaman kotisivuilta.

Salaman yleisurheilujaoston puheenjohtaja **Olli-Pekka Hakala** kertoo, että koulu on houkutellut mukaan noin sata nuorta viime kesinä.

– Vähän on tultu parhaista ajoista alas päin. Korona oli yksi syy tähän. Myös ikäluokkien pieneneminen ja lajien lisääntyminen näkyy, Hakala toteaa.

Pienimpiä lapsia lähtee innolla mukaan, mutta monelle kokeilu jää yhden kesän mittaiseksi. Hakala kertoo että seurassa on pohdittu paljon, miten lapset saataisiin pysymään mukana pidempään.

Urheilukoulun vetäjille järjestetään ohjaajakoulutusta kesäkuussa.

Kilpailuja Salama järjestää kesän mittaan puolenkymmentä.

## Mukana Forssa 100 vuotta -tapahtumassa

Salaman, Tammelan Ryskeen ja Someron Esan välinen seurayhteistyö jatkuu tulevana kesänä. Tähän asti on järjestetty lajiteknikkailtoja, mutta nyt suunnitelmassa on 4-6 yhteistä lajikoulua, joihin on tulossa vetäjiä kaikista kolmesta seurasta.

Viime vuonna järjestettiin seuraottelu ensimmäistä kertaa Forssassa, tänä vuonna kisaillaan Tammelassa elokuun lopulla.

Tuomari- ja toimitsijakoulutus järjestetään Somerolla 20. kesäkuuta, jotta toimihenkilöitä saataisiin aktivoitua seuroihin lisää. Samassa yhteydessä järjestetään lap-



Forssan Salaman kesässä riittää tapahtumia ja tarjontaa vähän jokaiseen makuun.

sille treeniä, joten koulutettavat pääsevät heti tositoimiin.

Maastocupia on järjestetty muutaman vuoden ajan. Tänä vuonna maastocup järjestetään Forssassa 25. huhtikuuta, Tammelassa 2. toukokuuta ja Somerolla 9. toukokuuta. Osallistuminen on ilmaista eikä

vaadi lisenssiä, ilmoittautuminen tapahtuu paikan päällä. Juostavat matkat ovat 1-2 kilometriä ja sarjoja on 15 ikävuoteen asti.

– Olemme toivoneet mukaan muidenkin lajien kuin yleisurheilun edustajia, mutta aika vähäiseksi osallistumisinto on jäänyt, Hakala kertoo.

Satavuotiasta Forssaa juhlietaan tänä vuonna läpi vuoden. Juhannusviikolla ohjelmassa on urheilun suurleiri, johon on tulossa mukaan 6-7 seuraa, Salama yhtenä. Alakoululaisten lasten kesäleirillä on tarkoitus kiertää eri lajien parissa pitkin viikkoa. ■

**Puutarha puhkeaa kukkaan!**

Tervetuloa ostoksille:  
ma-pe 9-18, la-su 9-16

**PALMI PUUTARHA**  
Kaakkotie 140, Tammela, p. 050 347 8492

**MSJ-TILIT OY**

**Hieroja Pentti Lindén**

Hieronta- ja lähihoitajapalvelut  
Ajanvaraus myös netissä!

www.pentinterveyspalvelu.fi  
VESIHELMI • p. 0400 512 853

**Valkaman Rakennetyö Oy**

**SIPILÄNKADUN MYYMÄLÄSTÄ:**

- seinä- ja lapetikkaat
- kourut
- kattosillat
- lumiesteet
- peltilistat
- kattopellit

**piisko RUUKKI**

Paljon tuotteita eri väreissä, tervetuloa ostoksille!

Sipilänkatu 14, FORSSA | Puh. 050 517 8989 /  
Teemu Valkama | www.valkamanrakennetyo.fi



# Mukana matkassa: Salama-Nalle

**S**alama-Nalle on keväällä aloittanut kevyen juoksuharjoittelun kohti Suvi-illan vitosta.

"Vitonen kulkee kevyellä harjoittelulla mukavasti joko kävellen tai hölkäten ja samalla pääsee mukaan Suvi-illan tunnelmaan!", toteaa Salama-Nalle eikä murehdi talviunien väliin jäämistä ☺

Tule sinäkin Salama-Nallen seuraksi Suvi-iltaan kuntoilemaan!



**Liput tiketti.fi**



Heli Laaksosen ja Kyösti Mäkimattilan

## luonnollinen laulu- ja runoehdotus

SAAREN KANSANPUISTO, LAUANTAI 17.6. KLO 19

Rakastettujen taiteilijoiden ainutlaatuinen esitys on saanut innoituksensa Suomen suloisesta sivesta, koivuista, pihakeinuista ja lehdon pohjanmillukanvarsista. Runoja, lauluja ja elämäniherättelyä ilta täynnä. Soittotaituri Juha Maunu nostaa tunnelman poutapilviin saakka.

## Grilli AIKAPÖIKÄ



**Hampurilaiset  
Piirakat  
Salaatit  
Leikkeet  
Porilaiset  
Ateriat  
Karppaus- ja  
ketoannokset  
Vegetuotteet**

28-paikkainen  
terassi



Lähes kaiken  
saat myös  
gluteenittomana!



Ei alkoholi-  
tuotteita

**TILAA • NOUDA • NAUTI**

**Kauppakatu 23,  
Forssa  
P. 040 146 8689**

**Tarkista aukioloajat  
Facebookista:  
Grilliaikapoika**





**Parasta puutarhaan  
vuodesta 1969**

**Jaakkola**  
PUUTARHAKESKUS  
*pihasta paratiisista*

Hakapellontie 85 - FORSSA  
puutarhakasvit.fi

**FORSSAN LVI-  
VALMISTE OY**

**fai.fi**



**Mielessä huippu-urheilijan ura?**

FAI:n **URHEILUAKATEMIAN** ansiosta voit yhdistää opiskelusi täysipainoiseen harjoitteluun ja kilpailemiseen omassa lajissasi.

- jalkapallo
- joukkuevoimistelu
- jääkiekko
- ringette
- koripallo
- lentopallo
- pesäpallo
- salibandy
- ratsastus
- yksilölajit erikseen sovittaessa



**FORSSAN  
AMMATTI-INSTITUUTTI**

Saksankatu 27 ja 46, Forssa



Meille

**VASTUULLISUUS JA KESTÄVÄ KEHITYS** ovat itsestäänselvyyksiä ja näkyvät arjessamme koko ajan. Tutustu Vastuullisuusohjelmaamme:  
**fai.fi/tietoa-meista/vastuullisuus/**



Kestävän kehityksen  
sertifioitu oppilaitos



Tutustu koulutustarjontaanamme







Jukka Kilpinen (vas.) ja Matti Raunio toivottavat kaikki ajoneuvokaupoille AKR Forssaan.

# Ajoneuvoja jokaiseen makuun

Matti Raunio vetämä AKR Forssa on yksi Suvi-illan pääyhteistyökumppaneista.

**K**un Suvi-illan juoksija ohittaa reitin alkupuolella Yhtiönkadun ja Hämeentien risteyksen, pian hänen oikealla puolellaan näkyy AKR Forssa Oy, forssalainen autokauppa. Sen pihalla on useana vuotena ollut kisakatsomo, jossa autokauppiaina toimivan **Matti Raunio** mukaan on ollut 100-120 kannustajaa.

Nuorempana Raunio juoksi Suvi-illassa itsekkin, mutta viime vuosina hän on pysynyt katsomon puolella.

– Kisakatsomo on pystyssä tänäkin vuonna. Tervetuloa kannustamaan!

– Suvi-ilta on hyvä ja hieno tapahtuma, jossa olen aina täällä asuessani ollut katsomassa. Siellä tapaa paljon tuttuja ympäri Suomen. Tunnen Liljan Mikon hyvin, hän on urheilumiehiä ja esitti asiansa fiksusti, Raunio perustelee miksi AKR Forssa lähti mukaan Suvi-illan yhteistyökumppaniksi.

Urheilumiehiä Raunio on itsekkin. Jääkiekon SM-Liigassa Forssan Palloseuran kasvatiti pelasi yli 100 ottelua Lukon ja Ilveksen ri-

veissä. Raunio onkin mukana yhteistyökumppanina melkein joka lajissa Forssassa.

– Suvi-ilta oli aukko, joka tuli nyt paikatua, hän naurahtaa.

## Joustavuus valttina

AKR on toiminut Forssassa yli viiden vuoden ajan. Raunio mukaan aika on kulunut nopeasti. Työstään hän on pitänyt, vaikka ajat ovat olleet haastavia ja päivät pitkiä. Kehuja saavat firman työmiehet Jukka Kilpinen ja Juuso Louhelo, joista Kilpinen on ollut mukana 2,5 vuotta ja Louhelo alusta asti.

Rauniolla on kokemusta autokaupasta yli 20 vuoden ajalta. Peliuransa loppupuolella hän työskenteli ensin TT-Autossa ja sen jälkeen Delta Autossa, josta siirtyi yrittäjäksi AKR:ään.

Ala on muuttunut Raunio aikana radikaalisti ja elänyt murrosta. Sähköautojen suosio on kasvanut, korona ja Ukrainan sota

ovat asioita, joille autokauppias ei ole voinut mitään.

Positiivisena ihmisenä Raunio löytää tilanteesta jotain hyvääkin.

– Nykyään asioita voi hoitaa paljon Teamsilla, jää turha ajaminen pois. Toisaalta olen sosiaalinen ihminen, joten on kiva koronan jälkeen taas tavata ihmisiä.

Raunio lupaa, että AKR:n noin tuhannen ajoneuvon varastosta löytyy jokaiselle jotakin. Autojen lisäksi löytyy moottoripyörää tai vaikka matkailuautoa.

– Ihmisten elämäntilanteet muuttuvat. Joustavuus onkin valttimme. Minulla on pitkäaikaisia, yli 20 vuotta kestäneitä asiakassuhteita, joten kai tässä jotain on tehty oikeinkin, Raunio pohtii. ■

**KELPAA AJELLA**

**KUMHOTYRES**

**KUHALAN KUMI**  
Väinöläntie 14, FORSSA  
P. (03) 422 2619

**AUTO- JA KONEKORJAAMO**

**J. Saari**

- Huollot, korjaukset, peltityöt, maalaukset ym.
- Katsastuskäynnit
- Laina-/vuokra-automaht.
- Kendall- ja Mobil-öljynvaihdot

**Kendall** MOTOR OIL **CC** AUTOASI

Salonientie 29, Tammela  
**0400 846 211**

**RS**

**MAALAUUS JA TAPETOINTI OY**

Ulko- ja sisämaalaukset, tapetointi-ym. sisustustyöt.

Uutta rakentava tai vanhaa korjaava, ota yhteyttä.

Henkilönostin vuokrattavana.

**Rauno Salminen**  
Terveystalontie 25  
30100 Forssa  
puh. 040 581 6488  
rauno.salminen@pp.surffi.net

**050 300 8807**

**Nuohouspalvelu R. Paasilta Oy**

nuohouspaasilta@gmail.com



**TAMMELAN  
KONEKAIVUU OY**

- maanrakennuspalveluita ammattitaidolla -

[konekaivuu.fi](http://konekaivuu.fi)

**TERÄSHELMI OY**  
Valtamenkuja 26 30100 FORSSA  
[www.terashelmi.fi](http://www.terashelmi.fi)

**TUULILASIN VAIHTO -20%**  
Korjaus kiveniskemille **50€**



Myös Klarna  
rahoitus-  
mahdollisuus

Kaikkien  
vakuutusyhtiöiden  
yhteistyökumppani

**Autolasiasennus**  
**Tammelan Huoltopiste**  
Somerontie 140, Tammela, Häiviä  
040 412 1315, 044 564 2477  
[www.tammelanhuoltopiste.fi](http://www.tammelanhuoltopiste.fi)

**Hinauspalvelu Vikman**

**FORSSA [www.hinausvikman.fi](http://www.hinausvikman.fi)**

- Kevyt- ja raskaskalusto
- Apukäynnistykset (12/24 V)
- Ovien avaukset
- Välivarastointi



**24h**

**PALVELEMME YMPÄRI VUOROKAUDEN**  
**SOITA 0400 715 855**

# Suvi-illan konsepti uudistuu

Tapahtuma muuttuu kaksipäiväiseksi, Maratonviesti uutena ohjelmistossa.



Suvi-illassa pyöräillään nyt sunnuntaina. Juoksut järjestetään entiseen tapaan lauantaina.

**F**orssan Suvi-ilta on tänä vuonna ensimmäistä kertaa historiansa aikana kaksipäiväinen tapahtuma, kun lauantaina juostaan ja sunnuntaina pyöräillään.

Tapahtumavastaava **Mikko Lilja** Forssan Salamasta kertoo, että Suvi-ilttaa haluttiin tukevoittaa kaksipäiväisyydellä.

–Saamme tapahtumasta näin enemmän irti. Osa osallistuu sekä juoksuun että pyöräilyyn, toivottavasti kauempaa tulevat jäävät seutukunnalle yöksi ja käyttävät seudun palveluja, Lilja sanoo.

Yksipäiväisenä Suvi-ilta oli pitkä päivä etenkin järjestäjille ja talkoolaisille, kun tapahtuma alkoi aamuyhdeksältä ja päättyi iltayhdeksältä. Nyt lauantaista saadaan tiiviimpi ja kevyempi päivä.

Sunnuntain pyöräilyt parantavat myös liikenneturvallisuutta.

–Sunnuntaisin aamuliikenne on rauhallisempaa. Vaikkei onnettomuuksia ole sattunut tähänkään mennessä eikä pyöräilijöistä ole ollut sanottavaa haittaa liikenteelle, niin minimoidaan tämäkin puoli, Lilja kertoo.

**Juoksut lauantaina, pyöräilyt sunnuntaina**

Juoksutapahtumat käynnistyvät lauantaina kello 12 viiden kilometrin mittaisella Sinisellä lenkillä. Sarjat ovat yleinen, alle 19-vuotiaat ja alle 15-vuotiaat. Lilja kuvailee vitosta matalan kynnyksen kuntoilutapahtumaksi, jonka voi suorittaa juosten, kävellen tai sauvakävellen.

–Viime vuonna vitonen oli ohjelmassa ensimmäistä kertaa. Silloin saimme paljon mukaan seutukunnan urheiluseurojen junioreita ja palaute oli hyvää. Haemme tälle jatkumoa ja olemme yhteydessä seuroihin.

Reitti muuttuu tälle vuodelle hiekan ja mukana on myös ajanotto. Lähtö on samasta paikasta Urheilukentänkadulta kuin muissakin juoksutapahtumissa. Reitti kulkee toripaviljongin ohi Hämeentielle ja sieltä Forssan kaupunkipuiston kautta maali-alueelle urheilukentälle. Reitin myötä järjestäjä tuo Forssan parhaita puoliksi esille.

Kokonaan uutta on maratonviesti, jollaisia on järjestetty muissa isommissa tapahtumissa, kuten Helsinki City Running Daysssa. Maraton on jaettu neljään osuuteen, joista pisin on 12,8 ja lyhyin 8,3 kilometriä. Lähtö tapahtuu Urheilukentänkadulta kello 14.30 eli samaan aikaan kuin puolikas ja maraton starttaavat.

–Haemme maratonviestillä yhteisöllisyyttä. Kokeillaan maratonviestiä jalat maassa, jos saataisiin mukaan 20-30 joukkuetta. Mukaan voi lähteä kuka tahansa, esimerkiksi kaveri- tai työporukka. Ajanottosiru on numero-lapuissa, jotka toimivat ikään kuin viestikapuloina, Lilja kertoo. ■

–Haemme maratonviestillä yhteisöllisyyttä. Kokeillaan maratonviestiä jalat maassa, jos saataisiin mukaan 20-30 joukkuetta. Mukaan voi lähteä kuka tahansa, esimerkiksi kaveri- tai työporukka. Ajanottosiru on numero-lapuissa, jotka toimivat ikään kuin viestikapuloina, Lilja kertoo. ■

–Haemme maratonviestillä yhteisöllisyyttä. Kokeillaan maratonviestiä jalat maassa, jos saataisiin mukaan 20-30 joukkuetta. Mukaan voi lähteä kuka tahansa, esimerkiksi kaveri- tai työporukka. Ajanottosiru on numero-lapuissa, jotka toimivat ikään kuin viestikapuloina, Lilja kertoo. ■





Forssan Matkatoimisto  
www.fmt.fi

Räätälöidyt  
reissut  
luotettavalta  
kumppanilta!



KESÄRENKAAT  
JA KEVÄTHUOLTO

KYSY TARJOUS!

Ilmastointi-  
huolto  
(ei sis. kylmäainetta)

70€ 3D

ohjaukskulmien  
tarkistus  
sis. etuaurausäädön

65€



★★★★★

AUTO-  
KORJAAMO



- huollot • korjaukset
- DPF-puhdistukset
- sijaisautopalvelu
- tuulilasienvaihdot
- Castrol-öljyt
- Brembo Expert-jarruosat
- ohjaukskulmien tarkistukset

Nyt huollon/korjauksen ajaksi  
sijaisauto 30€/vrk

**Forssan  
Auto Race Oy**

P. 0500 223 000  
Jokioistentie 220, FORSSA  
www.autorace.fi

KALLIO- JA SORAKIVIAINEKSIÄ  
TOIMITETTUNA:

Tammela, Forssa, Jokioinen,  
Humppila, Ypäjä, Koijärvi, Urjala.

Puh. 020 161 6270

Hämeen Kuljetus Oy • Forssa  
www.hameenkuljetus.fi



LAADUKASTA LASIALAN PALVELUA

**Forssalasi oy**  
Mäntyläntie 5, 30300 Forssa  
www.forssalasi.fi

MONIPUOLISET LASITUSPALVELUT

Parvekelasi-  
myynti ja asennus

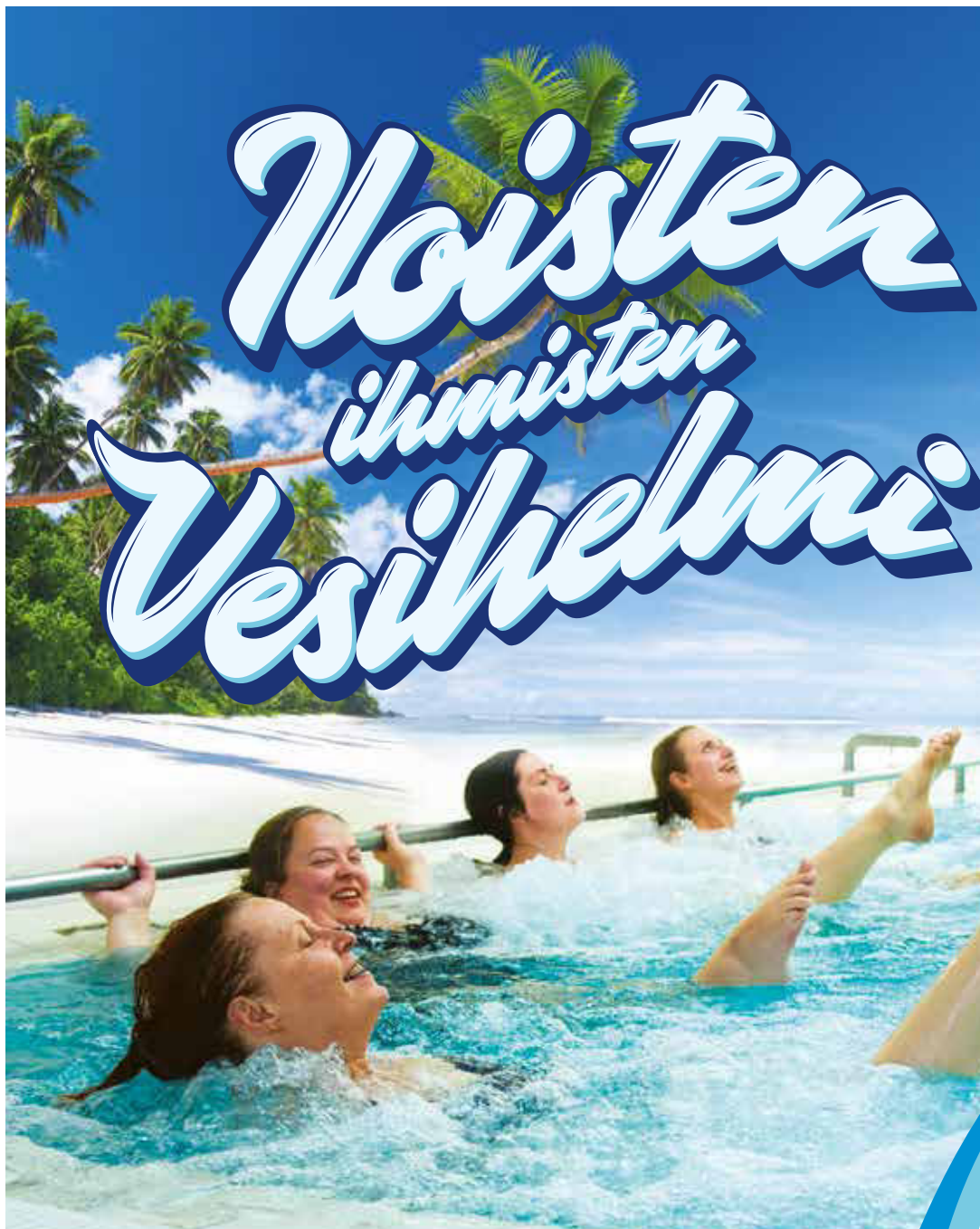
Parveke-, terassi-, rakennus-  
ja saunaosastolasitukset

Oma Sisu-parvekejärjestelmä

Korjauslasitukset

Peilit

Huoltopäivystyksemme palvelee sinua  
24/7 -periaatteella numerossa 050 401 8278.



OLE KUIN  
LOMALLA  
VAIKKA JOKA PÄIVÄ

EDULLISET HINNAT

Aikuiset 8€

Lapset (4-16v.), opiskelijat  
ja eläkeläiset 6€

Perhelippu 20€  
(2 aik. + 1 lapsi, seur. 5€/lapsi)

AVOINNA

ma, ke, pe 6 - 21

ti, to 10 - 21

la, su 11 - 18

vesihelmi  
VIIHDEUIMALA  
FORSSASSA

Eteläinen Puistokatu 2, 30420 Forssa, p. (03) 41 41 5640

WWW.VESIHELMI.FI



Kahvila  
Lammenkulma



Arkeen ja juhlaan

Jokioisten Leivän  
tuotteet

♥ Keittolounas arkisin klo 10-13

*Tervetuloa!*

Avoinna: Ma-pe 7-16.30, la 8-13

Sibeliuksenkatu 1, Forssa 050 384 9728

**Kylpylämatkat Pärnuun Estonia Spa** 6.8.2023 4 pv alk. 348,-  
sis. bussi- ja laivamatkat, pH2, kylpylähotelliöypymiset,  
kylpylähoidot, ostoskierroksen ja kiertoajelun.

**Viiking Spa** 10.9. 7 pv alk 525,- sis. bussi- ja laivamatkat, pH2,  
kylpylähotelliöypymiset, kylpylähoidot, ostoskierroksen ja kiertoajelun.

**Viron suuret saaret- Hiidenmaa-Saarenmaa-Muhu**  
22.7. 3 pv alk. 285,- sis. bussi- ja laivamatkat, hotelliöypymiset  
aamiaisineen ja kiertoajelut opastuksineen.

**Itä-Suomen kierros -Savonlinna-Kerimäki-Heinäveden luostarit**  
2 pv 25.-26.7. 178,- sis. bussimatkat,  
hotelliöypymiset ja opastus kohteissa.

**Päivä saaristossa: Pieni rengastie ja Seilin saari**  
14.7. 98,-, 4-11 v. 49,- sis. bussi- ja laivamatkat, opastukset,  
Seilin sis.pääsyn, keittolounaan ja iltapäiväkahvit.

**Itä-Ahvenanmaa - Kustavi-Brändö-Torsholma**, 20.7. 50,-,  
12-17 v.40,-, 4-11 v. 15,- sis. bussi- ja laivamatkat opastuksineen.

**Bussit:** Jokioinen, Frs, Tammela, Loppi, Rmk, Hml, Hyvinkää, Karkkila



Tilaus-  
matkoille  
16-59  
-paikkaiset  
bussit!

**HÄMEEN  
MATKAMYynti**

Puh. 0400 817 140

ma-pe klo 10-15

forbus@forbus.fi



**AUTOMO  
MOBERG OY**

Lähdekuja 1,  
Jokioinen  
Puh. 03 4383 013  
040 538 3416  
huolto@automo.fi  
www.automo.fi



**MEILTÄ KAIKKI MITÄ AUTOSI TARVITSEE**

- Määräaikaishuollot
- Ilmastointihuollot
- Rengaspalvelut
- 3D-nelipyöräsuuntaus
- Diagnostiikka
- Tuulilasit

Autoasi  
RAHOITUS

Autoasi  
AJOTURVA

www.autoasi

www.automo.fi

# SORAT JA MURSKKEET

Somerolla ja lähikunnissa

**VELJ. NUORITALO OY**

Puh. 0400 533 739 [www.vnoy.fi](http://www.vnoy.fi)

Luotettava  
Kumppani

# Forssan Suvi-ilta

**TRAIL RUN TAMMELA**

**SU 23.4.2023 KLO 12**

**SAAREN KANSANPUISTOSSA**

Katso lisää: [nocando.fi/trailruntammela](http://nocando.fi/trailruntammela)

Meiltä saat  
saman katon alta  
kaikki asunnon  
ostajan palvelut.

Asuntolainan myöntää osuuspankki.  
Asunnot välittää OP Koti kautta maan.

Karolina Andersson  
OP Koti

Sanni Haavisto  
OP Lounaismaa

Heidi Jormalainen  
OP Lounaismaa



OP Lounaismaa



# Kisatoimiston paikka vaihtuu

Jäähallin remontti siirtää kisakeskuksen läheisen Forssan ammatti-instituutin tiloihin.

Suvi-illan tapahtuman yhteydessä on totuttu, että kisatoimisto tykötärpeineen löytyy aivan lähtöpaikan vierestä löytyvästä jäähallista.

Tänä vuonna tilanne muuttuu, sillä Forssan jäähalli on menossa kesällä remontiin. Korvaava tila löytyy kuitenkin hyvin läheltä, aivan urheilukentän kupeesta Forssan ammatti-instituutin tiloista. Näillä näkymin jäähallia remontoidaan kahtena peräkkäisenä kesänä, eli FAI toimii kisakeskuksena myös vuonna 2024.

Kisakeskuksena toimii FAI:n A-rakennus. Sieltä löytyvät toimiston lisäksi pukuhuoneet, suihkut, tulospalvelu ja kahvio. Varsinainen ruokailu tapahtuu urheilukentän parkkialueella, johon pystytetään teltat sateen varalle.

Kisavastaava **Mikko Lilja** Forssan Salamasta sanoo, ettei ruokatarjontaa haluta heikentää, sillä Forssan Suvi-ilta on kuuluisa hyvästä huollostaan.

–Tänä vuonna tarjolla ei ole keittoruokaa, sillä siinä oli aika iso hävikki. Tarjolla on piknik-tyyppisiä pisteitä, joista jokainen voi ottaa mitä haluaa. Löytyy muun muassa kahvia, leipää, banaania, jogurttia, pulaa ja mahdollisesti jotain lämmintäkin.

Tarjottimet ovat kierrätettäviä ja ne toimittaa paikallinen pakkausmateriaaleja valmistava yritys Jospak oy.

## Majoitusta tarjolla

Lounais-Hämeen Koulutuskuntayhtymän vetovoimakoordinaattori **Sanna Seppänen** iloitsee yhteistyöstä Forssan Salaman kanssa.

–Suvi-illan organisaatio toimii ja me mahdollistamme tilat. Meiltä lähtee myös henkilökuntaa mukaan Suvi-illan eri tapahtumiin, yhteistyö Salaman kanssa innosti, Seppänen kertoo.

Seppänen lupaa, että FAI:n alueelta löytyy isot parkkitilat kauempaa tulevia liikkujia varten. A-rakennuksen kisakeskus on kaksipäiväisessä tapahtumassa yön aikana hetken kiinni.

Kauempaa tuleville on tarjolla majoitusta läheisestä oppilasasuntolasta. Asuntola oli käytössä myös viime kesän kuninkuusraveissa, joissa Forssassa vieraili kymmeniä tuhansia ihmisiä. ■



MYYNTIAPU PIA OXALA

050 313 8987

pia.oksa@fsktry.fi

COOL CENTER

Kahvio FAI:lla  
Suvi-illan aikana

Pe 17-21

La 10-21

Su 8-12



raatikainen@liekkitiimi.com



Terveyskauppa  
**Helokki**

TAPULIKUJA 6, Forssa P. 03 435 5545

Talviajat: ma-pe 9-19, la 9-16, su 12-16  
Kesäajat: ma-ti 9-18, ke-pe 9-19, la 9-16, su suljettu

PK-Ompelukone

VARASTOMYYNTI  
OMPELUKONEIDEN - MYYNTI - HUOLTO  
Hämeentie 8, FORSSA Puh. 050 373 0359

44 vuotta ompelukonehuoltoa

Avoinna ma 10-17, to-pe 10-15



# Tammela

Kahden kansallispuiston koti

Tammelasta löydät luonnon keskeltä  
mutkattoman asumisen,  
kyläyhteisöjen tunnelmat ja  
päiväretkeilijän paratiisin.



Tutustu Tammelaan [tammela.fi](http://tammela.fi)

## AIDOSTI VASTUULLINEN KIERTOTALOUSTOIMIJA

Järjestämme kustannustehokkaat ja  
ympäristöystävälliset käsittelyratkaisut kaikille  
materiaaleille yrityksesi toimialasta riippumatta.

Ota yhteyttä ja kysy tarjous kokonaisvaltaisen  
jätehuollon järjestämisestä:  
[info@lhjgroup.fi](mailto:info@lhjgroup.fi)



[www.lhjgroup.fi](http://www.lhjgroup.fi)  
Kiimassuontie 127,  
30420 Forssa



## Matkassa mukana







LHJ:n Viestintä- ja logistiikkapäällikkö Mirva Naatula sekä myyntipäällikkö Tommi Pohjola sekä maskotti Loimu-Kettu kannustavat yrityksiä mukaan Suvi-iltaan.

# LHJ pitää huolen jätteilistämme

16 kunnan alueella operoiva LHJ Group toimii Suvi-illan yhteistyökumppanina

**J**ätehuoltopalveluja muun muassa Forssan seudulla jo vuodesta 1995 tarjonnut Loimi-Hämeen Jätehuolto Oy, tarkemmin todettuna LHJ Group konserni liittyy Forssan Suvi-illan yhteistyökumppaneihin.

Viestintä- ja logistiikkapäällikkö **Mirva Naatula** kertoo, että yritykselle on tärkeää olla mukana Forssan seudun merkittävässä tapahtumissa. Hän mainitsee esimerkkinä Forssassa viime kesänä järjestetyt, suuren kansansuosion saavuttaneet Kuninkuusraivit.

Jätehuollon erikoisosaamista Etelä-Suomen alueella tarjoava LHJ Group antaa tapahtumalle rahallista tukea ja saa näkyvyyttä. Kilpailualueelle tulee LHJ:n teltoa, josta löytyy alaan liittyvää esittelyä. Mikäli sää sallii, myös LHJ:n maskotti Loimu-Kettu nähtäneen ihmisvilinässä.

LHJ aloitti jätehuoltopalvelut 8 kunnan alueella vuonna 1995. Nykyisin se on 16 kunnan omistama jätehuolto-yhtiö, joka tuottaa jätelainsäädännössä kunnille määrätyt palvelutehtävät omistajakuntiensa alueella. Yrityksen käsittelykeskukset sijaitsevat Forssassa ja Säkylässä. Palveluita tuotetaan kaikissa omistajakunnissa.

Viimeisimmät kunnat liittyivät jätehuolto-yhtiöön vuonna 2016. Naatulan mukaan laa-

jentumisesta on käyty keskustelua, mutta ilman kuntaliitoksia hän ei usko uusia kuntia Loimi-Hämeen Jätehuoltoon liittyvän.

## Jätehuoltoala kasvaa ja kehittyy

LHJ Groupiin kuuluvat emoyhtiön lisäksi Suomen Erityisjäte Oy, Suomen Tietoturva Oy, Suomen Materiaalikierrätys Oy ja Cool Finland Oy. Yritykset tarjoavat palveluita kotitalouksille, yrityksille ja julkishallinnon yksiköille. Konserni toimii valtakunnallisesti ja osin myös kansainvälisesti pohjoismaissa ja Baltian alueella.

Naatula kertoo, että konsernilla on takana hyviä vuosia ja jätehuoltoalan tulevaisuuden näkymätkin ovat hyvät.

– Kasvua on tapahtunut joka vuosi ja näyttää siltä että kasvu jatkuu. Jätehuoltoala kehittyy ja EU:ltakin tulee lisää veloitteita, Naatula kertoo.

Venäjän hyökättyä Ukrainaan huoltovaramuudesta on tullut aihe, josta jätehuoltopiireissä keskustellaan paljon. Naatula muistuttaa, että jätteet on kerättävä tilanteessa kuin tilanteessa.

– Valtakunnan tasolla on käyty keskustelua yli 30 jätehuolto-yhtiön kanssa siitä, mikä palvelut olisi säilytettävä kriisin aikana. Myös viranomaiset ovat kiinnostuneet siitä,

miten nämä asiat jätehuolto-yhtiöissä on hoidettu. Isommin esimerkiksi kuljetusalan lakko ei ole meillä näkynyt, mutta tällaiset asiat on oltava valmiiksi mietittynä.

## LHJ mukana maratonviestissä

LHJ Group toimii Suvi-illan uutuuden maratonviestin nimikkoyhteistyökumppanina. On luontevaa, että yrityksestä osallistuu joukkue juuri maratonviestiin. LHJ tarjoaa työntekijöilleen mahdollisuuden osallistua Suvi-illan eri tapahtumiin, sillä se haluaa myös tukea työntekijöidensä hyvinvointia kannustamalla heitä liikkumaan.

– Meillä on urheilullista väkeä töissä, joten mielenkiintoa tapahtumaa kohtaan löytyisi, vaikkamme olisi mukana yhteistyökumppanina.

Naatula iloitsee siitä, että Suvi-iltaan voi nyt osallistua matalalla kynnyksellä viiden kilometrin matkalla. Hän ei pysty tänä vuonna osallistumaan itse tapahtumaan, mutta pyrkii olemaan mukana kannustamassa.

Myyntipäällikkö **Tommi Pohjola** kertoo, että treenikausi Suvi-iltaan on vielä käynnissä.

– Haastamme muita yrityksiä rohkeasti mukaan, Pohjola heittää. ■

## Mikä?

Loimi-Hämeen Jätehuolto on omakustannusperiaatteella toimiva kuntien omistama jätehuolto-yhtiö.

Yhtiö ei yhtiöjärjestyksen mukaan jaa osinkoa.

Toiminnan kulut katetaan jätteenkäsittelymaksujen, perusmaksujen ja muiden palvelutuottojen kautta. Omistajakunnat eivät osallistu palvelujen rahoittamiseen verovaroin. Loimi-Hämeen Jätehuolto huolehtii jätehuollon palveluista kustannustehokkaasti ja varautuu huolehtimaan jälkihoidosta myös kymmeniä vuosia eteenpäin.

Lähde: [lhj.fi](http://lhj.fi)





# INFO kaikille osallistujille

## 1. KISATOIMISTO

Forssan ammatti-instituutti, Saksankatu 7, Forssa. Avoimna perjantaina klo 17.00 – 20.00, lauantaina klo 10.00 – 21.30 ja sunnuntaina klo 8.00 – 16.00.

Osanoton varmistus ja numeron nouto viimeistään 1 tunti ennen oman lajin lähtöä. Jälki-ilmoittautuminen viimeistään 1,5 tuntia ennen ko. lajin lähtöä.

## 2. KILPAILUNUMEROT

Kilpailunumero on henkilökohtainen eikä sitä saa luovuttaa toiselle. Osallistumisen siirto toiselle henkilölle on mahdollista Kisatoimiston muutokset-pisteessä, ja siitä peritään 5 € käsittelymaksu. Sairaustapauksissa osallistuminen voidaan siirtää seuraavalle vuodelle, mikäli olet hankkinut ilmoittautumisen yhteydessä peruutusturvan. Esitä järjestäjille lääkärintodistus joko tapahtumassa tai välittömästi sen jälkeen (lähetä skannattuna info@suvi-ilta.fi tai postilla Vilppaankatu 1, 30100 Forssa). Peruutusturvaa ei voi hankkia jälkikäteen. Osanottomaksua ei palauteta missään tapauksissa.

Numerolapun pitää olla suorituksen aikana selkeästi toimitsijoiden nähtävissä.

**Juoksuissa** numerolappu kiinnitetään rintaan, **pyöräilyssä** selkäpuolelle. Lisäksi pyörän satulatankoon tulee kiinnittää **TÄGI**, joka on samassa kirjekuoressa numerolapun kanssa.

Mikäli olet ilmoittautumisen yhteydessä hankkinut t-paidan, saat sen kilpailunumerosi noudon yhteydessä.

## 3. LÄHTÖ JA MAALI

### 3.1. Juoksut

Juoksujen lähdöt tapahtuvat Urheilukentänkadulta ja maali on urheilukentällä.

### Aikataulu:

- klo 12.00 5 km
- klo 14.00 10 km
- klo 14.30 puolimaraton, maraton ja maratonviesti

Juoksumatkat on virallisesti mitattu (kymppi, puolimaraton ja maraton). 5 km juoksumatka on mitattu GPS:llä.

**Suoritus aika on 5 km matkalla 1,5 tuntia ja muilla matkoilla 6 tuntia.**

### 3.2. Pyöräilyt

LÄHTÖÖN järjestäytytään Urheilukentänkadulla kymmenen (10) minuuttia ennen lähtöä. Valitse paikka oman vauhtisi mukaan.

### Aikataulu:

- klo 9.30 160 km. Ajajat kolmessa vauhtiryhmässä, lähtö yhtä aikaa.
- klo 10.30 35 km. Kilpailijat edessä ja kuntoilijat perässä.
- klo 11.00 95 km. Kilpailijat edessä ja kuntoilijat perässä.

Lähdöt tapahtuvat ryhminä johtoauton perässä ohjastusti noin 2 km Ojalanmäelle, mistä alkaa vapaa ajo. Forssan Suvi-illan pyöräilyreitti on mitattu autolla ja Sports Trackerilla. Matkat on mitattu 34, 94 ja 160 kilometrin mittaisiksi. Asfaltti on koko matkan ajalta melko hyvässä kunnossa.

MAALI on turvallisuussyistä Tampereentieellä, Forssan hautausmaan parkkipaikan viereisen bussipysäkin kohdalla (noin 2 km ennen kisakeskusta). **Enimmäisajoaika on 6,5 tuntia.**

## 4. KESKEYTTÄMINEN

Keskeyttäneille järjestetään kuljetus maaliin. Kerro keskeytyksestäsi ensiapu- tai huoltopisteellä tai lähimmälle liikenteenohjaajalle. Toimitsija soittaa kuljetuksen keskeyttämispaikalta kisakeskukseen. **Pyöräilijät** voivat ilmoittaa keskeytyksestä myös soittamalla pyöräilyn huoltoautoon, puhelinnumero kilpailuohjeessa.

## 5. ENSIAPU

Reitillä ja maalissa on runsaasti ensiapuhenkilöitä. Pyöräilyssä on myös liikkuva EA-yksikkö. Lääkärit päivystävät maalissa ensiaputeltalla. Ensiapupisteiden sijainti on merkitty reittikarttoihin.

## 6. HUOLTOPISTEET

### 6.1 Juoksut

**Maraton-reitillä** on 12 huoltopistettä (4,5 / 9 / 12,5 / 16,5 / 19 / 25 / 29 / 31 / 33,5 / 37,5 ja 40 km). Tarjolla on urheilujuomaa (High5) ja vettä. Lisäksi banaania ja suolakurkkua tarjotaan 25 / 29 / 33,5 ja 37,5 km kohdalla.

**Puolimaraton-reitillä** on 5 huoltopistettä (4,5 / 9 / 12,5 / 16,5 ja 19 km). Tarjolla on urheilujuomaa (High5) ja vettä. 16 km kohdalla on tarjolla lisäksi banaania ja suolakurkkua. Kymppin reitillä on tarjolla urheilujuomaa (High5) ja vettä 4,5 km kohdalla. Vitosen reitillä on tarjolla vettä noin puolimatassa.

Juoksureiteillä on ns. Geelialue, joka on merkitty alkamaan 50 metriä ennen huoltopistettä ja päättymään 50 metriä sen jälkeen. Toivomme juoksijoiden käyttävän omat energiageelinsä tällä alueella roskaamisen minimoimiseksi.

### 6.2 Pyöräilyt

**35 km reitillä** on juomapiste (vesi, High5) 19 km kohdalla.

**95 km reitillä** on ensimmäinen huoltopiste 47 km (vesi, High5, banaani, suolakurkku) ja toinen 73 km kohdalla (vesi, High5).

**160 km reitillä** on kolme huoltopistettä: 50 km kohdalla (vesi, High5), 100 km kohdalla Teurolla (vesi, High5, banaani, suolakurkku) ja 143 km kohdalla (vesi, High5). Teurolla (100 km) on tarjolla myös kahvia.

## 7. JUOKSUJEN JÄNIKSET

Varmistuneet jänikset: puolimaraton 1 h 45 min ja 2 h ja maraton 4 h ja 5 h.

## 8. OMAT JUOMAT

**Juoksijoiden** mahdolliset omat juomat on toimitettava Kisatoimistoon klo 13.30 mennessä. Pullossa tulee olla selkeä merkintä, mihin huoltopisteeseen juoma viedään!

**Pyöräilijöille** suositellaan omien juomapullojen mukaan ottamista, etenkin lämpimällä säällä, koska huoltopisteitä on vain 1-3 reitistä riippuen.

## 9. MAALIHUOLTO

Maalin läheisyydessä on tarjolla runsas huolto suorituksen jälkeen. Suuren osanot-tajamäärän vuoksi emme voi huomioida erikoisruokavaliota.

## 10. VARUSTESÄILYTYS

Osanottajien ilmainen varustesäilytys toimii harjoitushallissa (kts. kartta) lauantaina klo 10.00 – 21.30 ja su klo 8.00 – 16.00. Varusta kaikki kassisi näkyvästi kisanumerollasi. Saat siihen valmiin lipukkeen rintanumerostasi.

## 11. PESEYTYMINEN

Rintanumerollasi pääset veitoksetta Viihdeumala Vesihelmeen la klo 12.00 – 21.00 ja su klo 11.00 – 17.00. Jäähallilla on pukuhuoneita miehille ja naisille. Käytössä myös urheilukentän pukutilat. Tavaroiden säilyttäminen pukuhuoneissa on omalla vastuulla.

WC:t löytyvät ammatti-instituutilta, pukuhuoneista ja urheilukentältä. Kisa-alueella on bajamajoja. Maratonreitien varrella on WC noin 5 km, 20 km ja 32 km kohdalla.

## 12. TULOSPALVELU JA PALKINTOJEN JAKO

Täydelliset tulokset ovat heti katsottavissa osoitteessa [www.suvi-ilta.fi](http://www.suvi-ilta.fi). Palkintojenjako suoritetaan urheilukentällä sarjojen valmistumisen jälkeen, **SEURAA KUULUTUKSIA**.

## 13. OIKEUDET KUVIIN

Tapahtuman järjestäjillä on vapaa käyttöoikeus Forssan Suvi-illan aikana ottamilleen omille valokuville.

## 14. VAKUUTUS

Osallistujia ei ole vakuutettu järjestäjien puolesta. Jokainen osallistuu tapahtumaan omalla vastuullaan.

## 15. LÖYTÖTAVARAT

Löytötavaroita voi kysellä kilpailun aikana kisatoimistosta. Kilpailun jälkeen tiedustelut voi tehdä sähköpostilla info@suvi-ilta.fi.



Asfaltti Alfa  
asfalttiaalfa.com

FORSSAN  
YMPÄRISTÖURAKOINTI OY



Laskenta-10  
Auktorisoitu tilitoimisto  
WWW.LASKENTA-10.FI



RAKENNUS-10  
www.rakennus10.fi

Juoksijoiden ja pyöräilijöiden mukana sekä reittien opastajana



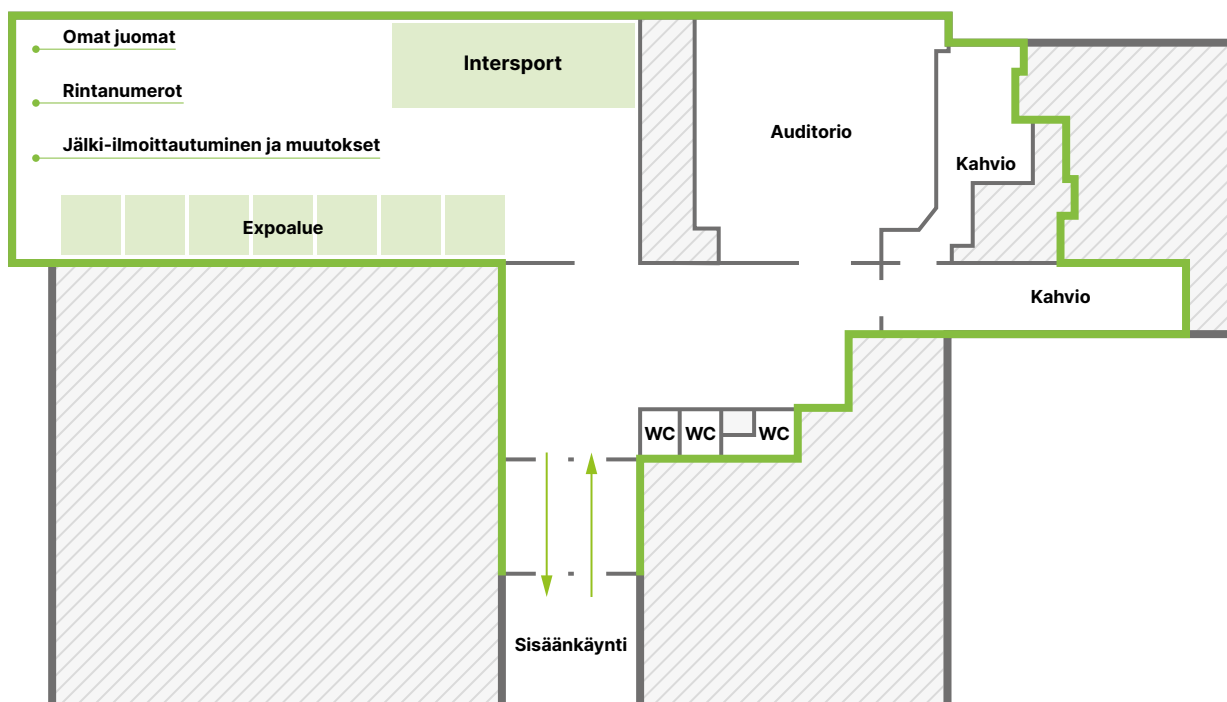
MerkintäTALO



# SUVI-ILTA 2023 LÄHTÖ- JA MAALIALUE



# SUVI-ILTA 2023 KISATOIMISTO

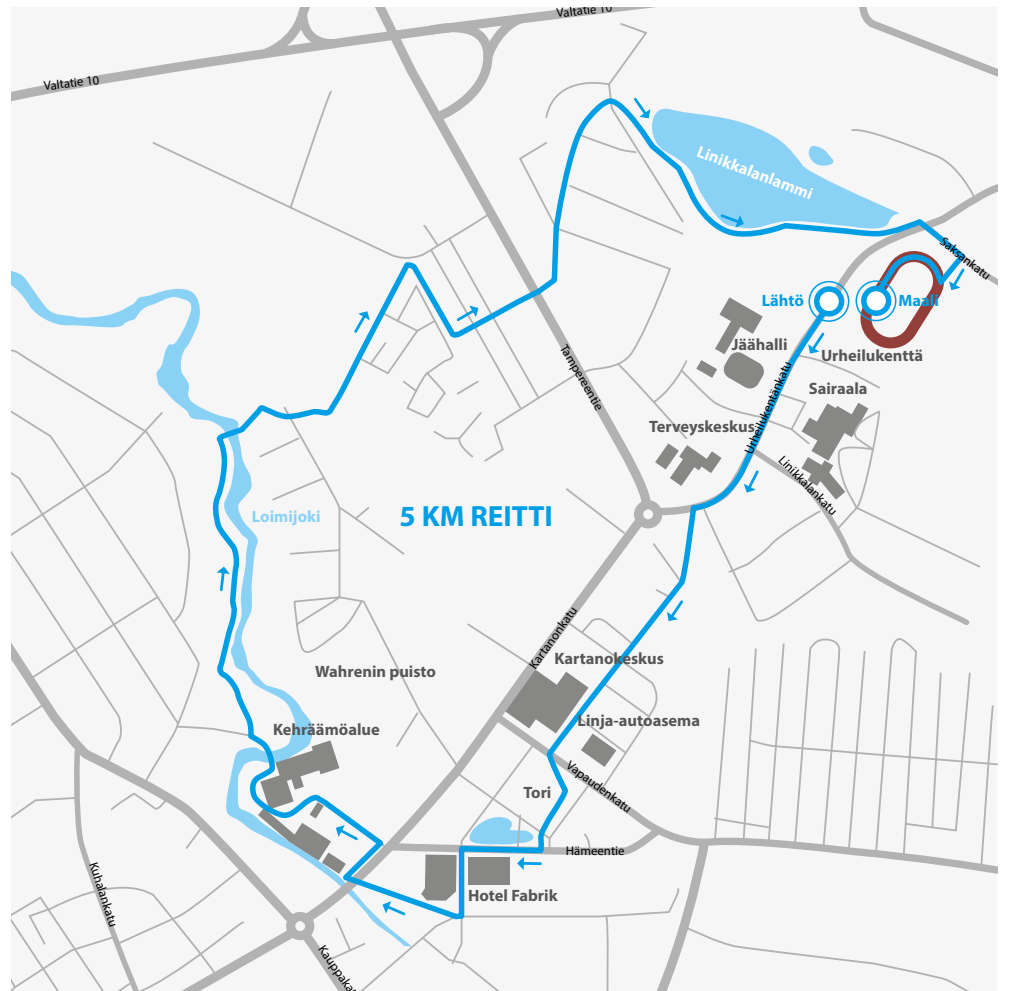




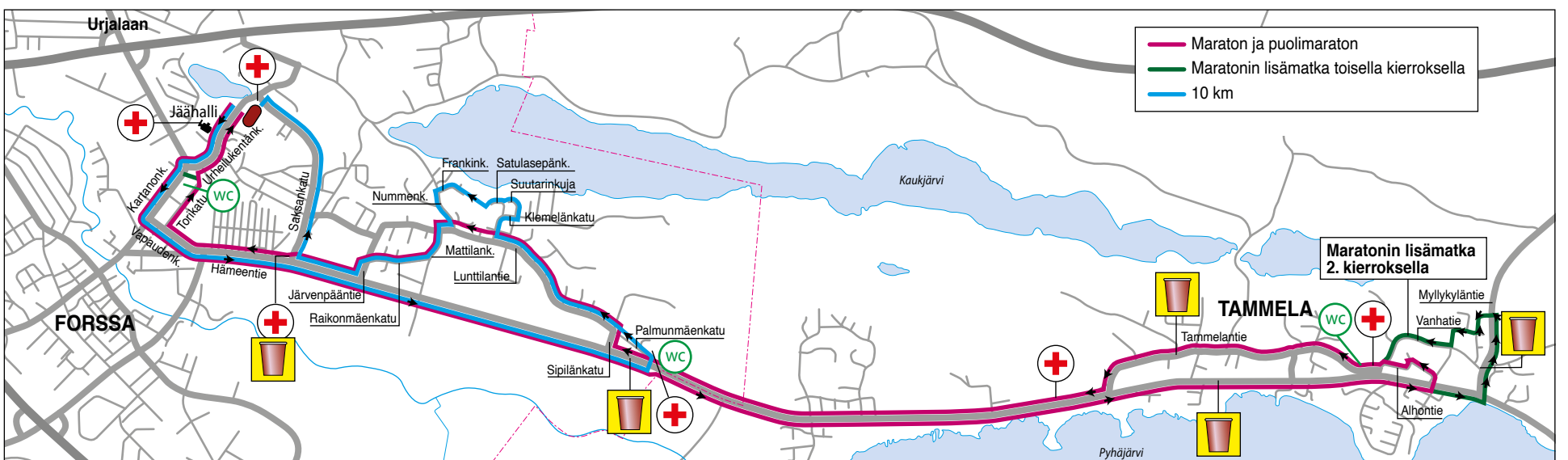


# Suvi-illan urheilujuomana High5

## JUOKSUREITTI 2023



## JUOKSUREITIT 2023







# LISÄINFO pyöräilijöille

## TURVALLISUUS

Koska kyseessä on kuntoilutapahtuma, noudatamme yleisiä liikennesääntöjä. **Maanteitä ei ole suljettu muulta liikenteeltä.** Järjestäjällä on oikeus poistaa osallistuja tapahtumasta tämän rikkoessa liikennesääntöjä. Risteysalueilla on liikenteenohjaajia. Silloin kun liikenteenohjaajaa ei ole, nou-

datetaan liikennesääntöjä ja opasteita. Huomioithan, että osallistujajoukko on kunnoltaan, taidoiltaan ja välineiltään kirjavaa.

Kyseessä on yhteislähtö, jolloin **triathlon-tangon käyttö on kielletty oman ja muiden turvallisuuden vuoksi. Tätä valvotaan järjestäjän toimesta. Mahdollinen**

**triathlon/aika-ajotanko on poistettava ennen lähtöä.**

**Kypärän käyttö reiteillä on pakollista.** Osallistujien tulee noudattaa liikennesääntöjä ja merkittyjä reittejä. Suvi-ilta-pyöräilyyn osallistujat liikkuvat tapahtumassa omalla vastuullaan.

## REITTIMERKINNÄT

Jokaiselle osallistujalle jaetaan reittikartta / ajo-ohjeet numerolapun jaon yhteydessä. **Pidätämme oikeuden tien kunnosta johduttuihin reittimuutoksiin.**

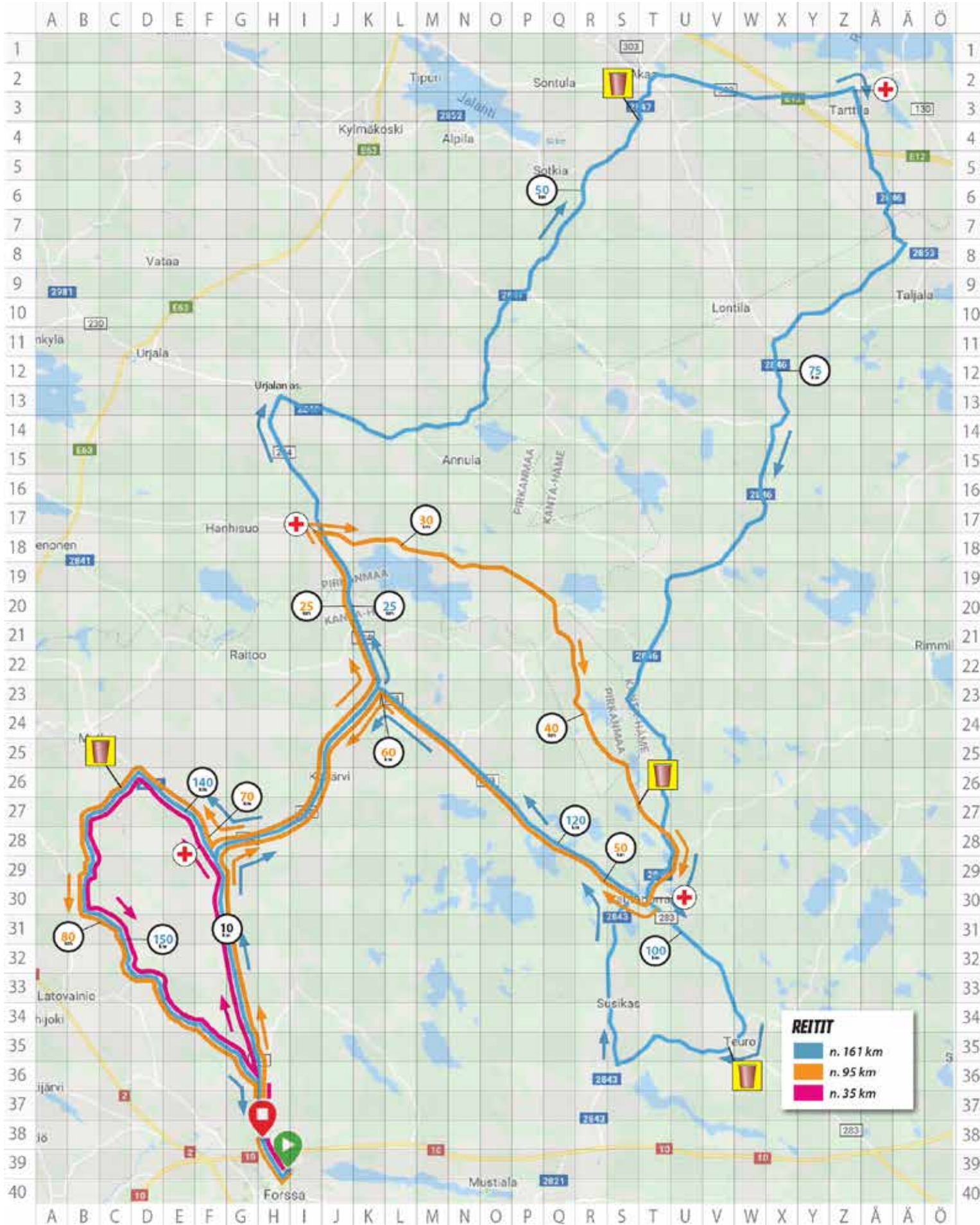
# PYÖRÄILYREITIT 2023

punamusta 160 km



95 km

Forsan Nora 35 km







## INTERSPORT FORSSA ON SUVI-ILLAN VIRALLINEN KISAKAUPPA!

TÄMÄN SIVUN TARJOUKSET  
INTERSPORTILLA 22.4. LAUANTAINA  
JA UUDET TÄRPIT TAAS ITSE  
KISAVIIKONLOPPUNA 17.6.-18.6. (LA-SU)  
KISAKAUPALLA  
FORSSAN AMMATTI-INSTITUUTIN TILOISSA

# FORSSAN INTERSPORTISSA TAPAHTUU 22.4. LAUANTAINA KELLO 10-16 FORSSAN SUVI-ILLAN VIRALLINEN ENNAKKOTAPAHTUMA

HUIMIA TARJOUKSIA JA VIELÄ HUIMEMPAA VIERAILIJOITA!



22.4. LAUANTAINA PAIKAN PÄÄLLÄ  
NEW BALANCEN JUOKSU- JA KENKÄGURU  
KAIKKI NEW BALANCE TUOTTEET 22.4.

## -20%

LISÄKSI SUVI-ILTAAN ILMOITTAUTUNEILLE NEW BALANCEN  
JUOKSUSUKAT 1€ /PARI (VAIN 22.4. LAUANTAINA)



22.4. LAUANTAINA PAIKAN PÄÄLLÄ SUVI-ILLAN VIRALLINEN  
JUOMA-JA URHEILURAVINNEVALMISTAJA HIGH5

TERVETULOA MAISTAMAAN SUVI-ILLAN VIRALLISTA URHEILUJUOMAA  
**TAPAHTUMA TARJOUKSIA!**

22.4. LAUANTAINA KELLO 10-16 PAIKAN PÄÄLLÄ MYÖS SUVI-ILLAN VETÄJÄ MIKKO LILJA JA MAHDOLLISETI MYÖS  
MUITA LEGENDAARISIA HENKILÖITÄ SUVI-ILLAN MATKAN VARRELTA - TERVETULOA FORSSAN INTERSPORTILLE!

KISAVIIKONLOPPUNA KISAKAUPPA PALVELEE TÄNÄ VUONNA POIKKEUKSELLISESTI FORSSAN AMMATTI-INSTITUUTIN TILOISSA

KISAKAUPPA ON AVOINNA 16.6. PE 17-20 // 17.6. LAUANTAINA 10-21.30 JA 18.6. SUNNUNTAINA 8-16

NORMAALI MYYMÄLÄMME PALVELEE NORMAALISTI SAMAAN AIKAAN JA MYÖS ENNEN JA JÄLKEEN TAPAHTUMAN



INTERSPORT FORSSA

100% FORSSALAINEN PERHEYRITYS

MA-PE 10-19 / LA 10-16 - YHTIÖNKATU, KUTOMON KAUPPAKESKUS  
044 241 88 58 - VARAA PYÖRÄHUOLTOSI URHEILUAKI.FI

# Somero

Liikunnasta, kulttuurista ja hyvistä  
palveluista nauttivan pieni paratiisi  
landella - lähempänä kuin uskotkaan!



Somero sijaitsee keskellä kaikkea ja samalla juuri  
sopivasti keskellä ei mitään. Meiltä löydät  
rauhallisia luontoreittejä päiväretkeilyyn sekä  
erinomaiset urheilumahdollisuudet ihan kaiken  
ikäisille ja -kuntoisille.

Harrastustarjonta ulottuu tankotanssista  
seiväshyppyyn ja polkujuoksusta retkipyöräilyyn.  
Tai miten olisi uimahallikäynti, crossfit, ratsastus,  
ryhmäliikunta tai moottorikelkkailu?

[WWW.VISITSOMERO.FI](http://WWW.VISITSOMERO.FI)

**Tervetuloa liikkumaan Somerolle!**



# Forssan Suvi-illan lähettätiläät 2023

Forssan Suvi-ilta ylpeänä esittää: some-lähettäiläämme Karoliina Laaksonen, Jukka Turta ja Jussi Kärki!



Karoliina lenkillään Forssan Suvi-illan reitillä, naapurikunta Tammelán teillä.



Kuvassa Jukka testaamassa islantilaista teräsmiestyyliä.



Kärki on aloittanut valmistautumisen Suvi-iltaan seuraamalla urheilua. Teoriasta on aika siirtyä käytäntöön keväämmällä.

Heippa kaikille!

Oon Karoliina Tammelasta. Toimin Personal Trainerina ja Life Coachina ja haluan auttaa asiakkaita voimaan hyvin niin fyysisesti kuin psyykkisesti. Hyvä treeni, Hyvä mieli. Liikutan ihmisiä työkseni, mutta mulla itselläni on myös iso palo liikuntaa kohtaan.

Viimeisimpänä olen hurahtanut Triathlon-maailmaan, ja siinä sitä haastetta sitten riittääkin. Tämän kesän tavoitteena on osallistua perusmatkalle (1,5 km uinti, 40 km pyöräily ja 10 km juoksu). Suvi-illassa osallistun kahdelle matkalle: lauantaina 10 km juoksuun ja sunnuntaina 35 km pyöräilyyn. Nämä matkat sopivat oikein loistavasti kesän pää-tavoitteeni tueksi. Näille matkoille olen osallistunut useamman kerran myös aiemmin ja tavoitteena on kilpailla omia vanhoja aikojani vastaan.

Suvi-ilta tapahtumana on rento ja helppo esimerkiksi ensimmäiseksi juoksu- tai pyöräilytapahtumaksi. Sieltä olen itsekin aikoinani aloittanut kuntoilijana. Nähdään siis kesäkuussa viivalla!

**Karoliina Laaksonen**

Olen innokkaasti fillarin päällä viihtyvä arjen kuntoilija, joka ei aiemmin ole osallistunut yhteenkään liikkumiseen liittyvään joukkotapahtumaan. Nykyisenä lahtelaisena ei edes Finlandia ole saanut intoani heräämään ladulle tuhatpäiseen joukkoon, vaikka kuntohiihto lähellä sydäntäni onkin.

Suvi-iltaan kun tuli kutsu, en epäröinyt hetkeäkään. Kiitos tästä vanha kotiseutu, Lounais-Hämeen hienot maisemat ja aina vireä urheilumies, Linikkalan kasvatti Mikko L.

Työmoodini on ammattikeittiöissä. Mielihyvää kanssapolkijoilleni pyrin tuottamaan ammattini puolesta ruoan ja ravitsemuksen kautta. Suvi-illassa on hieno tilaisuus haastaa itsensä ja muut osallistujat ainutkertaiseen kokemukseen tutuissa maisemissa ja hyvässä seurassa.

Fillarin ketjut on rasvattu ja kalusto odottelee kevätaurinkoa. Pohjakuntoa lähden hakemaan Salpausselän laduilta, päijäthämäläisistä mäistä ja Vesijärven jäältä. Katsotaan, mihin se riittää. Itseleni uusi kokemus, kun saa numeron rintaan ja retki alkaa.

**Jukka Turta**

Ensin tuli pitkä köhä, sitten liukkaus Lauttasaaren poluille ja päälle muutama työreissu ilman lenkkittosuja. Juoksu-uran uudelleenlämmittely alkoi sikäli perinteisesti, että selitykset on kaivettu jo esiin.

Onneksi pohjia on otettu. Olen juossut yhdeksän kertaa Tukholman maratonin, kerran puolikkaan Suvi-illan jäniksenä ja toisen puolikkaan Punkalaitumella. Lisäksi olen perustajajäsen NoCanDo-maratonklubissa ja puheenjohtajakauteni oli toiminnallinen menestys. Onnistuminen kesäkuun Suvi-illassa ei siis jää ainakaan meriteistä kiinni.

Valitsen matkani vitosen, kympin ja puolimaratonin väliltä lähempänä Suvi-iltaa. Tässä on vielä parikymmentä pikkujuttua hoidettava sitä ennen – ja ne kaikki ovat kiloja. Päätoimittajan työni Helsingin lihapatojen äärellä ei varsinaisesti auta pääsyssä kisakuntoon. Lupaan kuitenkin saman kuin NoCanDon esittelytekstissä yli neljännesvuosisata sitten: Pysyn helposti kärjen vauhdissa.

**Jussi Kärki**





# Envor Esittää:

## Suvi-Ilman WC:t – kestävältä kumppaniltasi!

Meiltä saat

- Jäteastioiden tyhjennykset
- Jätteen kuljetukset
- Vaihtolavapalvelut
- Lokakaivojen tyhjennykset
- Viemärien aukaisut

Palvelemme sekä yksityis-  
asiakkaita että yrityksiä.

Lue lisää nettisivuiltamme tai soita meille!



Voimalankatu 56,  
30420 Forssa

puh. (03) 41 241  
toimisto@envor.fi  
[www.envor.fi](http://www.envor.fi)



## RENKAAT JA AUTOHUOLTO **FIRST STOP**

Täyden palvelun autotalo Forssan Hämeentiellä

**SVEA** Laskulla 90 PÄIVÄÄ korotonta ja kulutonta MAKSUAIKAA!

Kesärenkaiden ennakkomyynti on alkanut, vältä ruuhka ja osta omasi nyt!  
VARASTOSSA OLEVIA TALVIRENKAITA POISTOHINNOIN!



MUUT KOOT,  
PYYDÄ  
TARJOUS!



**TURANZA 6**

225/45 R17

205/55 R16

**585<sup>00</sup>** 4 kpl **535<sup>00</sup>** 4 kpl

225/50 R17

SUV 215/60 R17

**745<sup>00</sup>** 4 kpl **745<sup>00</sup>** 4 kpl

SIJAISAUTO  
HUOLLON  
AJAKSI



Säästä rahaa ja ympäristöä!

**HENKILÖAUTO, BENSIINI**

A-luokan rengas, 6,2 l/100km  
D-luokan rengas, 6,6 l/100km

A-luokka verrattuna D-luokkaan

**SÄÄSTÖ**

**210 €**

25 000 km (2,00 €/l)

**CO<sub>2</sub> PÄÄSTÖ**

**241 kg**

PIENEMPI

**HENKILÖAUTO, DIESEL**

A-luokan rengas, 5,7 l/100km  
D-luokan rengas, 6,1 l/100km

A-luokka verrattuna D-luokkaan

**SÄÄSTÖ**

**200 €**

25 000 km (2,10 €/l)

**CO<sub>2</sub> PÄÄSTÖ**

**251 kg**

PIENEMPI



**Firestone**

Kestävyyttä ja turvallisuutta

195/65 R15

SUV 215/65 R16

**399<sup>00</sup>** 4 kpl **529<sup>00</sup>** 4 kpl

Renkaiden hinta 4 kpl sarja sisältää vannetyöt, uudet venttiilit, tasapainotuksen, kierrätysmaksun ja alle asennuksen.  
Hintoihin ei sisälly mahdolliset paineentunnistusanturit eikä niiden koodaus.

Ajanvaraus  
renkaanvaihtoon  
ja rengashotelliin  
sekä huoltolaskuri:  
[www.tarengas.fi](http://www.tarengas.fi)

## TA-Rengas ky

Hämeentie 31, Forssa | p. (03) 422 6900, 044 757 9880  
ma-pe 8-17 | myynti@ta-rengas.fi | tarengas.fi



Kotipizza Forssa

Torikatu 1 (torilla), Forssa

03 435 6055 (maksullinen 0,99 €)

Avoimena: ma-pe 10.30-21, la-su 11-21

[www.kotipizza.fi](http://www.kotipizza.fi)

## KUNNON EVÄÄT

**Kahvila, leipomo  
ja konditoria**

ark. 8-16, la 8-12



Kuhalankatu 11, Forssa • 03 433 5335

## PT Karoliina

PERSONAL TRAINER SATOJEN  
ASIAKKAIDEN KOKEMUKSELLA  
FORSSAN SEUDULLA

**KUNNON KOHOTUS  
INBODY-MITTAUKSET  
YKSILÖVALMENNUSKSET  
FIRSTBEAT-MITTAUKSET  
TYKY-PÄIVÄT /TOIMINTA**

@ptkaroliinalaaksonen  
0405245722  
[www.karoliinalaaksonen.com](http://www.karoliinalaaksonen.com)

**Hyvä treeni,  
hyvä mieli**





Suomen kärki-maratoonarit Alisa Vainio ja Arttu Vattulainen ovat halukkaita Forssan Suvi-illan puolimaratonille, jos kevään harjoituskausi sujuu suunnitellusti.

# Maamme parhaat juoksijat taas Forssan Suvi-illan puolikkaalla?

**F**orssan Suvi-illan puolimaraton on jo legendaarinen kisa. Juoksureitti on tasaisena nopea juosta, juoksijoiden huolto reitillä on hyvä ja reitin varrella suuri määrä yleisöä kannustaa juoksijoita mahdollisesti koko iltapäivän ja illan ajan. Nämä seikat ovat tuoneet vuosien kuluessa jokseenkin kaikki maamme parhaat pitkämatkan juoksijat juoksemaan ennätysensä Suvi-illan puolikkaalle.

Niinpä nytkin molemmat Suomen kärki-maratoonarit, Alisa Vainio ja Arttu Vattulainen, ovat halukkaita Forssan Suvi-illan puolimaratonille 17.6., sillä luonnollisella ehdolla, että kevään (huhti-toukokuun) harjoituskausi sujuu suunnitellusti!

Molemmilla kauden päätähtäin on maraton elokuun jälkipuoliskon MM-kisoissa Budapestissä ja kevään ajan treeni on sen vuoksi todella kovaa ja tarkkaa työtä. Molempien valmentajat seuraavat erittäin tarkasti kunnon kehitystä ja juoksijoiden terveyttä. Ylikuntoonkaan ei saa kovassa treenissä mennä, siksi kesänkin kilpailut on harkittava kevään lopulla todella huolella, mutta koviakin kisoja ohjelmassa on oltava!

Reittiennätyksemme puolimaratonilla ovat erittäin kovat; miesten ennätys on 1.03.36, sen juoksi Dimitri Kapitanov vuonna 2000. Alle tosikovan 1.05 ovat Suvi-illassa suomalaisista juosseet Harri

Hänninen, Pasi Mattila, Jussi Utriainen, Janne Holmen ja Juuso Rainio, kovia kunteja kaikki.

Naisten reittiennätys on Kirsi Mattilan EM-kisavuonna 1994 juoksema 1.11.37, tässä kisassa toiseksi tullut Ritva Melender hävisi Kirsilte vain 5 sekuntia! Elokuun EM-kisoissa Ritva ja Kirsi olivat maratonilla upeasti sijoilla 6 ja 7.

Alisa Vainio juoksi jo talvella puolimaratonin Espanjassa huikeasti 1.10.20 ja täyden maratonin Suomen ennätysten hiljattain 2.27.26. Suvi-illan puolikkaan uusi reittiennätyskin voisi olla Alisan juostavissa! Arttu Vattulainenkin oli mukana samassa Sevillan maratonkisassa ja juoksi kesän koti-

maisen kärkituloksen 2.18.20, mutta hän aikoo parantaa tulostaan reippaasti Hampurin maratonilla huhtikuussa.

Kun maan parhaat juoksijat tulevat Forssan Suvi-illan puolikkaalle, myös muut kovakuntoiset juoksijat ja kuntoilijat haluavat mukaan vauhdikkaaseen kisaan valtavan reittiyleisön eteen! Olemmekin jälleen kutsuneet Alisan ja Artun lisäksi kaikki muutkin valtakunnan kärki-kestävyysjuoksijat Suvi-illan puolikkaalle! ■

Teksti: Harri Merta





Forssan Prismajohtaja Minna Hovila-Myllylä saa virtaa luonnossa liikkumisesta.

## Osuuskauppa Hämeenmaa tukee Suvi-iltaa

Minna Hovila-Myllylään työnantaja Osuuskauppa Hämeenmaa on Suvi-illan pitkäaikainen yhteistyökumppani. Yhteistyö tapahtuu hyvin perinteiseen tapaan, eli Hämeenmaa antaa tapahtumalle rahallista tukea ja saa näkyvyyttä.

– On tärkeää, että Forssan seudulla tapahtuu ja aluetta pidetään elävänä esimerkiksi Suvi-illan tapahtuman muodossa. Yritämme myös tukea urheilua ja nuorten liikkumista, Hovila-Myllylä sanoo.

Kehuja Hämeenmaa saa myös työntekijän näkökulmasta, sillä se tukee henkilökunnan osallistumista Suvi-iltaan.

– Meiltä lähtee porukkaa eri matkoille. Jokainen tekee tietyllä tavalla yksilöjuoksua, vaikka porukalla matkaan lähdetäänkin. Pt-päällikkö Henna Heinosen kanssa kävimme Tampereella juoksemassa kympin ja nyt hän on menossa jo puolikkaalle.

# "Tärkeintä on matka kohti kilpailua"

Forssan Prismajohtaja Minna Hovila-Myllylä aikoo juosta Suvi-illassa puolikkaan ja pyörällä 95 kilometriä.

**J**os kaikki sujuu suunnitellusti, tammelalainen **Minna Hovila-Myllylä** nähdään urheilemassa Forssan Suvi-illassa molempina päivinä. Lauantaina Hovila-Myllylä aikoo juosta puolimaratonin, sunnuntaina edessä on 95 kilometrin pyöräily.

Ihan kaikilta urakka ei onnistuisi, mutta Forssan Prismajohtajana työskentelevällä Hovila-Myllylällä on vankka urheilutausta nuoruudesta asti ja urheilu on aina ollut hänelle tiivis harrastus. Ne ovat luoneet kuntopohjan, jolla tällaista comboa voidaan lähteä suorittamaan.

– Yleisurheilu ja hiihto olivat nuorena lajejani. 800 metrin juoksu oli päälajini yleisurheilussa. Vaikka mitään SM-mitaleita ei irronnutkaan, urheilu on ollut hyvä harrastus, joka kantaa pitkään, Hovila-Myllylä kertoo.

Tammelan Portaassa asuva Hovila-Myllylä liikkuu ympäri vuoden. Hänestä Suomen neljä vuodenaikaa ovat ihana asia, minkä ansiosta pääsee harrastamaan eri lajeja.

– Talvella hiihdän, kesällä uin, pyöräilen ja juoksen. Olen käynyt myös Kutomon Fysioterapian spinning-tunneilla.

Kesällä hän polkee mahdollisuuksien mukaan 18 kilometrin työmatkan kotoa töihin. Kotiinpäin lenkki saattaa sujua Teuron tai Someron kautta, jotta matkaa tulee enemmän.

### Ei aikatavoitteita

Suvi-iltaan Hovila-Myllylä on osallistunut monesti joko pyöräillen tai juosten, mutta samana päivänä suoritettuun comboon hän ei innostunut. Puolikkaita on takana muutama, samoin 95 kilometrin pyöräilyjä. Maratonia hän ei ole juossut, koska polvi ei kestä pidempää asfaltilla juoksemista. Siksi hän tekee treenitkin mieluiten pehmeällä alustalla, metsässä tai poluilla.

– Suvi-ilta on upea, paikallinen tapahtuma, jossa on paras yleisö ja kannustus. Se antaa lisää voimaa, jos jalka painaa, hän hehkuttaa.

Hän myös kehuu tapahtuman uudistuksia, kuten kaksipäiväisyyttä ja Forssan läpi kulkevaa viiden kilometrin lenkkiä.

– Pienistä matkoista liikkuminen lähtee. On hienoa, kun kokeillaan uusia ja erilaisia

juttuja. Toivottavasti kaksipäiväinen tapahtuma tuo tänne väkeä muualtakin ja he pääsevät tutustumaan seutuun. Forssahan on kaunis kesäkaupunki. Kiva nähdä miten uudistukset toimivat.

Nyt edessä on ensimmäistä kertaa kumpikin rykäisy saman viikonlopun aikana. Hovila-Myllylä ei lähde viivalle minkäänlaisten aikatavoitteiden kanssa. Ei, vaikka hän omien sanojensa mukaan unohtaa aivot narikkaan, kun numerolappu kiinnitetään rintaan. Jopa niin, että antaa melkein ylen suorituksen jälkeen eikä pysty hetkeen syömään.

– Nyt pitää juosta maltillisesti, että pääsen mukaan pyöräilyyn. Mitään aikatavoitetta en ole asettanut, kunhan maaliin päästään.

Vaikka aikatavoitteita ei ole, urheilutapahtumat motivoivat Hovila-Myllylää harjoittelemaan enemmän.

– Liikunta tuo elämään lisää iloa, voimaa ja positiivisuutta. Kun käy urheilemassa, nukkuu paremmin ja sohvalle syödyt herkut jäävät vähemmälle. Tärkeintä onkin matka kohti kilpailua, hän tiivistää. ■



# NYT ON LÄMMITYS- REMONTIN AIKA!

Kysy tarjous!

JÄSPI



**VN** Putkiexpert® LVI-AMMATTILIIKE  
**Vesinummaa Oy**

Erkintie 6, Matintuomion teollisuusalue, 31300 TAMMELA  
Puh. 03-4246 6900, [www.vesinummaa.fi](http://www.vesinummaa.fi)

Ja hommat menee putkeen...

Asiantuntevaa  
tilitoimistopalvelua

Laskentapiste § Balanssi Oy

Koulukatu 13  
30100 Forssa  
Puh. (03) 4246 8100

[www.laskentapiste.com](http://www.laskentapiste.com)

## Kaikkea kevään ja kesän urheiluun

Prisma Forssasta löydät laajan valikoiman urheiluvälineitä ja -vaatteita koko perheelle.

Monipuolinen Outdoor-elämysosastolta löydät lisäksi kaikkea ulkoiluun, retkeilyyn, kalastukseen ja muihin seikkailuihin.

Kevään polkupyörävalikoima nyt parhaimmillaan. Onko valintasi perinteinen citypolkupyörä, maastopyörä vai vaihtaisitko sähköpyörään? Kevään pyörähuoltoon löydät meiltä myös laajan valikoiman tarvikkeita.



 **PRISMA**

FORSSA Tapulikuja 6  
MA-LA 7-22, SU 9-22

 HÄMEENMAA

 MEILTÄ  
SAAT  
BONUSTA  
s-kanava.fi



# Energy return



# included.

Introducing the FuelCell Propel v4. Designed to offer a new level of responsive, underfoot feeling.



## Valitse yritysnäkyvyydellesi **VASTUULLINEN** **KUMPPANI**

- Laadukkaat tapahtumamateriaalit messuille, festivaaleille ja yritystapahtumiin
- Brändinhallinnan palvelut ja verkkopalvelut
- Graafinen suunnittelu ilmoituksista bannerimainontaan ja tuotepakkauksiin
- Hiilineutraalit painotuotteet lehdistä esitteisiin ja käyntikortteihin



**punamusta**

Yritysnäkyvyytesi  
vastuullinen kumppani  
[www.punamusta.com](http://www.punamusta.com)





# Panosta oikeanlaisiin kenkiin

Ammattilaiset kertovat, mitä kannattaa huomioida kenkäostoksilla.

Jokainen kuntoilija tietää, että istuvilla ja oikeanlaisilla kengillä on iso merkitys sekä lenkkeilyyn nautittavuuteen että erilaisten jalkavaivojen ja rasitusvammojen ennaltaehkäisyyn. Juoksukenkien kehitys on viime vuosina mennyt hurjasti eteenpäin. Erityisesti on kohistu välipohjan hiilikuitulevyistä, jotka tekevät juoksukengistä kevyemmät, joustavimmat ja kimmoisimmat.

Uskotaan, että huippujuoksijat saavuttavat hiilikuitulevyltä varustetuilla kengillä noin 1-2 prosentin edun perinteisiin juoksukengisiin verrattuna. Huippu-urheilussa muutamilla prosenteilla on väliä, mutta kannattaako kuntoilijan satsata melko kalliisiin ja huonommin kulutusta kestäviin juoksuosuihin?

Kauppojen juoksukenkähyllyillä on runsaasti vaihtoehtoja. On ohut- ja paksupohjaisia, leveä- ja kapealestisiä, normaali- ja pyöreäpohjaisia, erilaisille askelluksille tai jalkaterän rakenteille sopivia, eri juoksu- alustoille tarkoitettuja. Mutta mihin asioihin tulee kiinnittää huomiota sopivia kenkiä valitessa? Kysyimme asiaa Forssan Intersportin kauppiaalta **Aki Siika-aholta** ja New Balancen Suomen maajohtajalta **Jari Kohtamäeltä**.

## Mitkä ovat kevään juoksukentrendit?

**Aki:** Näin kaupan lattialta voisin sanoa, että monella tavalla ollaan palattu perusteisiin ja nyt haetaan enimmäkseen perinteisiä hyväksi havaittuja ratkaisuja. Totta kai keskustelua herättää ääripään kengät kuten paksu- tai ohutpohjaiset mallit sekä hiilikuituvahvisteiset kisaversiot, mutta juoksijoiden valinnat ovat ylikorostuneesti kohdistuneet klassikkomalleihin: 880, 1080, Nimbus, Cumulus, Boston - muutamia mainitakseni.

**Jari:** New Balance mallistossa painotus on hyvässä vaimennuksessa, jota edustaa Fresh Foam-mallisto ja toisaalta energian palautuksessa, jota edustaa Fuel Cell-mallisto.

## Mihin lenkkeilijän kannattaa kiinnittää huomiota juoksukengien valitessa? Onko hinnalla väliä?

**Aki:** Yksinkertaistaen käyttötarkoitus ja istuvuus ovat tärkeimmät huomion kohteet.

Ennen kengän ostamista olisi hyvä miettiä ainakin seuraavia kysymyksiä: aionko juosta kyseisellä kengällä enimmäkseen rauhallista pitkää lenkkiä vai nopeampia vetoharjoitteita? Millä alustalla juoksen? Onko minulla ollut aiemmin joku todella hyvä tai huono malli? Tuleeko minulle juostessa rasitusvammoja tai kipuja? Minkälainen on jalkateräni tila, toiminnallisuus ja valmius täysipainoiseen juoksuharjoitteluun?

Kengän valintaan ei ole yhtä ja ainoaa oikeaa reittiä, mutta meidän palveluvalikoidmastamme voin suositella Footbalancen 3D jalkaskanneria ja yksilöllisiä pohjallisia.



Juoksukengää hankittaessa käyttötarkoitus ja istuvuus ovat tärkeimmät huomion kohteet, toteaa Forssan Intersportin kauppiaa Aki Siika-aho.

Footbalancen palvelukonsepti on ilmainen ja se ehdottaa juoksijalle 3D mallinnuksen perusteella potentiaalisia juoksukengiä. Kirsikkana kakun päälle juoksija pääsee kokeilemaan omaan jalkaan räätälöityjä pohjallisia.

Hinta itsessään ei ole ratkaiseva tekijä, mutta kuten muissakin tuotteissa, on hyvin harvinaista, että parhaat (tai edes hyvät) tuotteet ja halvin hinta kulkevat käsi kädessä.

**Jari:** Ratkaisevaa kenkien valinnassa on, kuinka paljon juoksee ja millaisella alustalla? Ja mihin käyttötarkoitukseen on kengät hankkimassa? Yhdessä asiantuntevan myyjän kanssa päästään varmasti hyvään lopputulokseen.

## Sopivatko kohutut hiilikuitukengät kuntoilijalle?

**Aki:** Mitään käytännön estettä hiilikuitukengän käytölle ei ole, mutta on hyvä ymmärtää, että hiilikuitukengää ei ole suunniteltu ihan jokaiselle askeltyypille. Lähes kaikkien hiilikuitukenkien hyödyt tulevat esiin siinä vaiheessa, kun juoksijan vauhti kasvaa tarpeeksi kovaksi ja hän askeltaa päkiä edellä siten, että ensimmäinen maakontakti ei karkaa liiaksi vartalon eteen. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että jos kuntoilija haluaa täyden hyödyn hiilikuitukengistä, niin hänen on todennäköisesti

aloitettava juoksutekniikan intensiivinen harjoittelu, joka voi kestää verrattain pitkäänkin.

Hiilikuitukengillä saa juosta myös rauhallisesti kannan kautta, mutta kengästä saatava hyöty pienenee huomattavasti.

**Jari:** Sopii, mutta tavoiteltu hyöty ei ole kovin merkittävä, koska hiilikuidusta saadaan etua vasta vauhdikkaammassa juoksussa.

## Tulisiko kuntoilijalla olla useammat juoksukengät vai pärjääkö yksillä? Tarvitaanko Suvi-illan "kisasuoritukseen" erilaiset jalkineet kuin perusharjoitteluun?

**Aki:** Useammat kengät eivät ole missään nimessä välttämättömyys, mutta jossain vaiheessa juoksuharjastusta niistä on varmasti paljon iloa. Tyypillisesti pidemmille rauhallisille lenkeille valitaan hieman tukevampia ja paremmin vaimennettuja malleja, kun taas vetoharjoitukset tehdään kevyemmällä ja ohutpohjaisemmilla kengillä. Jos pääsee kokeilemaan juuri oikeaan käyttötarkoitukseen sopivaa tuotetta, eron kyllä huomaa ja seuraavalla kerralla kynnys lähteä "vähän sinnepäin" jalkineilla on melko iso.

Kisasuoritukseen ei välttämättä tarvita erilaisia jalkineita, mutta varsinkin jos halutaan tavoitella ennätysaikaa tai sijoitusta,

voi kevyemmistä ja vauhdikkaammista kengistä olla iso ilo. Jos valmistava harjoittelu on jäänyt suunniteltua pienemmäksi ja Suvi-illan suoritus tulee olemaan normaalia lenkkiä paljon pidempi, kroppa ei välttämättä jaksaa loppuun asti ja juoksutekniikka voi loppua kohden pettää, jolloin tukevammasta ja paremmin vaimentavasta kengästä voisi olla iloa.

**Jari:** Minusta juoksijalla pitäisi olla kaksi mallia, joista toinen hyvin vaimennettu perusharjoituskenkä (Fresh Foam) ja toinen kevyempi, energiaa palauttava ja kimmoisampi kenkä, jolla tehdään reippaammat lenkit ja jota käytetään myös niin sanottuna kisakenkänä (FuelCell). Erilaiset kengät antavat erilaisia ärsykeitä jalan pienille lihaksille, joka voi jopa ennaltaehkäistä vamma- ja loukkaantumiskärsiä.

Parhaiten sopivat juoksukengät löytyvät yleensä testaamalla niitä lenkeillä. Kun sopivat ovat löytyneet, turvautuvat monet pitkään itselle sopivaksi koettuihin merkeihin ja malleihin. Koska uudesta hyvästä juoksukenkäparista joutuu kuitenkin maksamaan kohtuullisen summan, jalkineiden valinnassa kannattaa ehdottomasti kysyä neuvoa urheiluliikkeiden asiantuntijoilta.

Forssan Intersport palvelee kisatoimistossa Forssan ammatti-instituutilla Suvi-illan osallistujia tapahtuman aikana. Liikkeessä on paikalla myös New Balancen edustaja. ■





Pohjoismaiden suurin yksipäiväinen harrasteajoneuvotapahtuma Pick Nick kerää sunnuntaina 6.8.2023 noin 2 500 harrasteautoa näyttelyalueelle, 300 rompetorimyyjää ja peräti 30 000 kävijää Pilvenmäen ravi- ja tapahtumakeskuksen alueelle.

# Tapahtumia joka lähtöön

**F**orssan seudulla on tulossa tuttuun tapaan vilkas tapahtumakesä. Vuosi 2023 on merkityksenkäs monellakin tapaa Forssan kaupungille sekä Jokioisten sekä Tammelan kunnille, jotka kaikki viettävät juhluvuottaan. Juhlavuodet näkyvät kylissä ja keskustan katukuvassa sekä erityisesti ympäri vuoden järjestettävissä tapahtumissa. Paikalliset yhdistykset ja seuramat ovatkin aktiivisesti mukana juhluvuosien tapahtumien tuottamisessa.

Kesän tapahtumatarjonta alkaa jo **toukokuun** alussa, jolloin Forssan seudulla vietetään kolmatta kertaa järjestettävää hevosviikkoa. Hevosviikko koostuu useista koko perheelle sopivista ja pääosin maksuttomista hevostapahtumista. Lapsiperheille on toukokuussa monenlaista tapahtumaa kuten 12.5. Saaren kansanpuistossa vietettävä Suomen lasten metsäretkipäivä ja 20.5. Liesjärven kansallispuistossa sijaitsevan Korteniemen perinnetilan tapahtumakesän aloitettava leivontapäivä. Forssan Teatterissa vieraillee toukokuussa koko perheen seikkailunäytelmä ”Professori Benjamin Bond ja suuri seikkailu”. Forssan Unplugged -ilmainen puistokonsertti järjestetään 27.5. Forssan Yhtiönpuistossa.

**Kesäkuun** 11. päivä alkaa Jokioisten museorautatien kesän liikennekausi ja samalla rautatie juhlistaa 125-vuotisjuhluvuottaan. Minkiön asemalla vietetään Mobiilipäivää ja Humppilan asemalla sekä kunnan kohteissa Humppila-päivää. Seuraavana viikonloppuna voi nauttia Musica Kalevi Aho kamarimusiikkitapahtuman konserteista Forssan Yhtiönpuistossa sijaitsevassa Villaforsissa, Forssan kirkossa ja Työväentalolla. Samanaikaisesti Ypäjällä vietetään suurta hevosurheilujuhlaa, kun perinteikäs ratsastuskilpailu Finnderby palaa kilpailukalente-

reihin kolmen vuoden odotuksen jälkeen juhlistaen samalla 50-vuotistaivaltaan. Ensimmäinen Finnderby järjestettiin vuonna 1973. 17.–18.6. järjestetään myös toinen vuoden suurista urheilujuhlista, Forssan Suvi-ilta, joka juostaan ja pyöräillään nyt kaksipäiväisenä tapahtumana.

Musiikin ilotulitusta on luvassa kesä-heinäkuun vaihteessa, kun Lounais-Hämeen Musiikkipäivät tuo 28.6.–10.7. monet kansainväliset ja suomalaiset huippumuusikot Forssan seudulle. Tänä vuonna festivaalien erityisvieraina on Harkovan oopperan ja teatterin sinfoniaorkesteri Ukrainasta. Jokioisten Tapuliaukiolla järjestetään 29.6. nuorille oma musiikkitapahtuma, jonka jälkeen viikonloppuna juhlietaan 150-vuotista kuntaa Jokioisten Pitäjänpäivillä Elonkierrossa, Tapuliaukiolla ja kartanon puistossa.

**Heinäkuun** alussa Lounais-Hämeen Musiikkipäivien konsertit jatkuvat mm. Puolustusvoimien varusmiessoittokunnan konsertilla Forssan torilla, Piknik-konsertilla Jokioisten kartanon puistossa ja kansanmusiikkikonsertilla Saaren kansanpuistossa. 6.–9.7. Ypäjällä kilpaillaan islanninhevosien SM-mestaruudesta. Teuron kylällä Tammelassa on 15.–16.7. perinteikäs Kädentaitojen myyntinäyttely ja tekniikkatapahtuma. Korteniemen perinnetilalla vietetään heinäkuussa heinäpäivää, lasten perinnekäpäivää ja Kyyneränharjun perinnekäpäivää.

Heinäkuun viimeisenä viikonloppuna Tammelan Portaankylässä vietetään Portaankylän Nahkuriverstaan Taidekesä -tapahtumaa, jonka ohjelmistossa on taidenäyttelyitä, konsertteja, iltamat, seminaari, performanssia, runomelontaa ja taidevaellusta. Museojunat liikennöivät heinäkuussa Jokioisten ja Humppilan asemien sunnuntaisin.

**Elokuun** ensimmäisenä viikonloppuna Ypäjällä kisataan valjakkoajon Suomen mestaruudesta ja Tammelassa siirrytään jo 43. keran Hakkapeliittatapahtuman tunnelmissa 1600-luvulle. Tämän vuoden tapahtuman teemana on 1600-luvun musiikki. Pohjoismaiden suurin yksipäiväinen harrasteajoneuvotapahtuma Pick Nick kerää sunnuntaina 6.8. noin 2 500 harrasteautoa näyttelyalueelle, 300 rompetorimyyjää ja peräti 30 000 kävijää Pilvenmäen ravi- ja tapahtumakeskuksen alueelle.

Kuun toisena viikonloppuna Ypäjällä kilpaillaan esteratsastuksen Suomen mestaruudesta, ja kenttäratsastuksen Pohjoismaiden mestaruudesta. Viikonloppuna Forssan kauppatorilla järjestetään Holjat-kaupunkifestivaali, jossa esiintymässä ovat Suomen huippuartistit.

17.–20.8. järjestetään uusi tekstiilille omistettu Forssa Textile Week -tapahtuma, jonka teemana on muotoilu ja kotimainen tuotanto. Samanaikaisesti Ypäjällä kilpaillaan Nuorten hevosten festivaalissa ja viikonloppuna voi tehdä upeita löytöjä Tammelan kylissä järjestettävällä Kirppiskierroksella. Lauantaina 19.8. herkutellaan ja jammaillaan Jokioisten Juusto- ja viinijuhliin Tietotalon pihapiirissä.

21.–28.6. järjestetään jo 24. kertaa Forssan Mykkäelokuvafestivaalit, jonka teemana on tänä vuonna ”Tuntematon Eurooppa”. Vilkaan elokuun tapahtumat päättävät Ypäjällä Pertun päivät & Ypäjän Yö, Vikelyksen SM-kilpailut ja kuun vaihteessa järjestettävät Suomenratsujen Kuninkaalliset -tapahtuma. Elokuussa museojunat liikennöivät Jokioisten ja Humppilan välillä lauantaisin.

## Markkinoita ja toritunnelmaa

Kesätorit ja markkinat kuuluvat vahvasti suomalaiseen kesään. Torilla tavataan tuttuja, vertaillaan herneiden ja mansikoiden makeutta ja nautitaan kiireettömyydestä. Toukokuun alussa 6.5. järjestetään Forssan Kehräämöalueen Patoaukiolla perinteiset Kalamarkkinat, jolloin myös Forssan kauppatorin paviljongin kesän Tori soimaan -esityskausi alkaa jatkuen aina syyskuun alkuun. Tammelan perjantai-iltojen kesätorit starttaavat 12.5. ja jatkuvat perjantaisin aina 8.9. saakka.

Forssan kauppatorilla järjestetään helatorstaina 18.5. on Suurmarkkinat, 21.6. Juhannusmarkkinat ja 9.9. Syysmarkkinat. Avomien kylien päivää vietetään 10.6., jolloin Tammelan kylistä kesätoreja on ainakin Portaassa ja Liesjärvellä, missä kesätorit jatkuvat perjantaisin aina heinäkuun loppuun saakka.

Markkinatunnelmaa voi kokea myös 10.–11. kesäkuuta Kutomoalueella järjestettävillä Forssan messuilla. Messut tunnetaan aiemmilta vuosilta Heinämessuina, mutta kaupungin juhluvuoden kunniaksi on tapahtuma nimikoitu uudelleen. Yleisölle ilmaisessa tapahtumassa on toistasataa näytteilleasettajaa edustaen yrityksiä, yhdistyksiä, kädentaitajia ja julkisia toimijoita.

17.6. vietetään Tammelan kunnantalon ympäristössä taas Makkaramarkkinoita, missä makkaratuotteiden lisäksi on monenlaista ostettavaa. Eräilystä ja retkeilystä kiinnostuneille järjestetään 30.6.–1.7. erikoismessut Forssassa Metsovarusteen pihalla.



## Osta ja koe elämys Forssan seudulla

Tiesitkö muuten, että Forssan seudulla on erilaisia elämyksiä, joita voit ostaa kätevästi ja turvallisesti verkkokaupan kautta? Miltä kuulostaisi omalla kaveriporukalla tai perheen kesken esimerkiksi opastettu melontaretki, savusaunaelämys, tarinallinen puistokävely, pakohuonepeli, grillauskurssi tai vaikkapa panimokierros? Forssan seudun elämyksiin voit tutustua osoitteessa [fi.doerz.com/visitforssaregion](http://fi.doerz.com/visitforssaregion) – ja ostaa vaikka heti.

Forssan seudun matkailukohteet ja -palvelut sekä päivittyvän tapahtumakalenterin löydät osoitteesta [www.visitforssaregion.fi](http://www.visitforssaregion.fi)



Tammelassa siirrytään jo 43. kerran Hakkapeliittatapahtuman tunnelmissa 1600-luvulle. Tämän vuoden teemana on 1600-luvun musiikki.



Kesäkuun 11. päivä alkaa Jokioisten museorautatien kesän liikennekausi ja samalla rautatie juhlistaa 125-vuotisjuhlavuottaan.

### Kesäteatterikierros

Forssan seudulla on runsas ja monipuolinen tarjonta kesäisiä teatteriesityksiä, niin sisätiloissa kuin ulkoilmassa. Jo huhti-toukokuun vaihteessa Jokioisten Rehtilässä nauruhermoja kutkuttaa komedia "Remontti" ja toukokuussa esitetään Jokioisten van-

halla höyläämöllä Teatteri Tuntemattoman "Niskavuori" -musiikinäytelmää. Niska-vuoren ja Kyläsepän kesäteatterin veijaritarina "Kuinkas sitten kävikään?" näytökset jatkuvat aina juhannusta edeltävään viikonloppuun asti.

Kesäkuussa ensi-iltansa saa Ypäjän musiik-

kiteatterin koko perheen "Annie" Broadway-musikaali. Perinteisesti juhannuksen jälkeen alkavat Tammelan Rauhaniemen nokassa kesäteatteriesitykset ja tänä vuonna teatterikansaa huvittavat "Asessorin naishuolet", josta ovat esitykset myös elokuussa Hakkapeliittatapahtuman aikaan. Heinä-elokuussa on Kyläsepän kesäteatte-

rissa Jokioisilla esityksenä vielä rakkaushuijaukseen liittyvä tarina "Kolahtiko omaan nilkkaan?".

Tavataan tapahtumissa,  
**Mari Noromies-Wahl**  
Forssan Yrityskehitys Oy:n  
matkailukoordinaattori

# Mukana jälleen liikuttamassa Jokioisten Leipä

## Jokioisten tehtaanmyymälä ja kahvila

Leivänkuja 1 (Leenankuja 1), Jokioinen  
Avoinna: ma-pe 6.00-17.00, la 8-14, su suljettu  
Puh. 03 424 1029



maun verran parempi®



[www.jokioistenleipa.fi](http://www.jokioistenleipa.fi)



# Forssan Suvi-ilta

## Yhteistyössä



## Kumppaneina myös







**KESTOTILAUS 65 € / VUOSI**  
**VUOSITILAUS 75 € / VUOSI**

**FILLARI ILMESTYY KUUSI**  
**KERTAA VUONNA 2023**

Tilaa Fillari osoitteesta  
**fillari-lehti.fi/tilaus**  
 tai puhelimitse numerosta 040 820 9840

**FILLARI**  
 PYÖRÄILYN ERIKOISLEHTI JO VUODESTA 1993

# Tervetuloa TALKOOLAISEKSI

Forssan Suvi-illan loistavan tunnelman ja hyvät järjestelyt luovat sadat upeat talkoolaisemme.

Tule sinäkin mukaan! Koe keskikesän tapahtuman mahtava tunnelma ja ole luomassa hienoa elämystä. Tehtäviä löytyy laidasta laitaan tapahtuman aikana ja halutessasi myös ennen ja jälkeen tapahtumaa.

Voit ilmoittautua talkoolaiseksi osoitteessa [www.suvi-ilta.fi/tule-talkoolaiseksi](http://www.suvi-ilta.fi/tule-talkoolaiseksi), lähettämällä sähköpostia osoitteeseen [info@suvi-ilta.fi](mailto:info@suvi-ilta.fi) tai puhelimitse 050 465 7414.

**FORSSAN SUVI-ILTA**

## AFTER RUN "SUVI-ILLAN JATKOT"

**La 17.6. Piipputerassilla  
Happy Groove**

Showtime klo 20

**Suvi-illan mitalilla vapaa pääsy!**

Ohjelmamaksu 10 €

Piipputerassin löydät Kehräämön alueelta Forssan sydäimestä, Wahreninkatu 11, Forssa.

Sateen sattuessa Vanhassa Värjärisä.




# Early Bird -hinnat Suvi-iltaan 15.-16.6.2024

Ilmoittaudu edullisesti vuoden 2024 Forssan Suvi-iltaan osoitteessa [www.suvi-ilta.fi/ilmoittaudu](http://www.suvi-ilta.fi/ilmoittaudu)

**HUOM!** Early Bird-hinnat ovat voimassa vain Suvi-ilta 2023 tapahtumaviikonlopun eli **16. – 19.6.2023.**

JUOKSUT:		PYÖRÄILYT:	
5 km	15 €	35 km	20 €
10 km	25 €	95 km	30 €
puolimaraton	30 €	160 km	35 €
maraton	35 €		

## Suvi-ilta lehti 2023

**Vastaava toimittaja:**  
Mikko Lilja  
[info@suvi-ilta.fi](mailto:info@suvi-ilta.fi)

**Ilmoitusmyynti:**  
Myyntiapu PiaOxa

**Taitto:**  
Mainostaimisto Synergia Oy

**Painopaikka:**  
PunaMusta Oy  
Painosmäärä: 15.000 kpl



# VANHA APTEEKKI

Prismakeskus, B-sisäänkäynti 03 435 5001  
ma-pe 8-20, la 9-18, su 10-18

## Meiltä Orionin palautumisen tuotteet tarjoushintaan!

Kahden tuotteen ostajalle Orionin puuvillakassi kaupan päälle!



Movex Glukosamiini strong 120 tabl **17€**  
(30 päivän alin hinta 17€)

Movex kylmä-kuuma voide 150 ml **13€**  
(30 päivän alin hinta 13€)

Multivita Magnesiumsitraatti koko sarja **11€**  
(30 päivän alin hinta 11€)

Tarjousten voimassaoloaika: 19.4. - 31.5.2023



MEILTÄ SAAT BONUSTA s-kanava.fi

Avainapteekit

AIVAN KUIN OLISIT APTEEKISSA.  
Hoida kaikki apteekkiasiat helposti puhelimella - myös reseptilääkkeet.

- LATAA REMEDI -SOVELLUS
- TILAA LÄÄKKEET APTEEKISTASI
- NOUDA APTEEKIN NOUTOLAATIKOSTA Forssan S-market ja Prisma keskus

App Storesta Google Play

[www.forssanvanhaapteekki.fi](http://www.forssanvanhaapteekki.fi)

35 km pyöräillään Ilonan matkassa!



Käy Ilonan Facebook-sivuilla ja osallistu arvontaan. Arvomme 5 osallistumista 35 km pyöräilyyn.

*Siistiä menoa*

Kodit, taloyhtiöt ja yritykset, yli 35 vuoden kokemuksella ja 35 ahkeran työntekijän voimin.

Forssan **Ilona**

Siivouspalvelu Forssan Ilona Oy  
Puhelin 050 595 8704 | [www.forssanilona.fi](http://www.forssanilona.fi)

# TODELLA **HK** GRILLIKESÄ. HELPOSTI.

AINA VOI ONNISTUA! TESTAA UUDET HK GRILLIVALMIIT -KESÄHERKUT. KANSI POIS JA GRILLIIN. PUHDAS GRILLI JA MEHEVÄ LIHA!



INTOHIMONA MAKU



10 VUODESTA 1913

