YRJÖ RUOTSALAINEN

Finnforestin vedenneidot potkivat toisiaan vesiliikunnan pariin. Kyyditkin järjestyvät yhteistuumin.

Vedenneidot innostuivat yhdessä

KUNTOUTUSKESKUS Kruunupuiston altaalle astelee sunnuntaisin noin kymmenen naisen joukko vesijuoksuvyöt vyötäröllään. Porukan kokoonpano vaihtelee, mutta lähtijöitä löytyy aina.

Naiset työskentelevät Punkaharjun Finnforestin tehtailla. Osa on mukana AinoActive-projektissa, osa ei.

–Maija-Stiina pyysi näyttämään mallia, ja siitä se lähti, kertoo **Anneli Nilsson** vesijuoksuryhmän alkuvaiheista.

Maija-Stiina Huttunen halusi kokeilla lajia. Projektin aikana paino oli lähtenyt putoamaan ja hapenottokyky oli parantunut. Uusi liikuntamuoto kiinnosti.

> ***Samalla saadaan höpöttää kaikki maailman asiat.***
>
> *Maija-Stiina Huttunen*

–Hetihän siihen jäi koukkuun. Vesijuoksu kuluttaa tehokkaasti energiaa, ja niskat eivät tule kipeiksi niin kuin uidessa, Huttunen pohtii.

Hän houkutteli mukaan muitakin työkavereita. Vettä on poljettu porukalla kohta vuosi.

–Samalla saadaan höpöttää kaikki maailman asiat.

OSA PORUKASTA käy vähintään kerran viikossa kuntosalilla. Altaassa kuntoillaan noin tunnin verran. Välillä pistäydytään saunassa.

–Kun tehdään kolmivuorotyötä, niin sunnuntai on sopiva päivä – siitä ei lipsuta.