

# Hohtokeilaajasta kilpakeilaajaksi

**Pelin idea:** Pelin ideana on yrittää kaataa maksimissaan 7,2 kiloa painavalla pallolla noin 18 metrin päässä olevan patterin kaikki 10 keilaa. Jos keiloja jää ensimmäisen heiton jälkeen pystyyn, saa pelaa ja yrittää toisella heitolla kaataa loput eli paikata. Nerokas pistelaskujärjestelmä palkitsee onnistumiset kannustavalla tavalla ja varsinkin perättäiskaadot tuntuvat lopputuloksissa. Kaikkien keilaajien unelmana on tehdä samaan sarjaan 12 kaadon jono, mikä merkitsee täydellistä 300 pisteen sarjaa. Aloittelijan ensimmäisenä tavoitteena on 100 pisteen rajan rikkominen, joka onnistuu monelta jo ensimmäisellä harjoituskerralla.

Keilaajat puhuvat usein pallon heittämisestä. Käytännössä pallo kuitenkin vie ritetään liukasta öljytyä rataa pitkin kohti patteria.

Kuinka sen oppii? Kaikilla maan keilailupaikkakunnilla toimii useita koulutettuja ohjaajia. Heihin saa yhteyden tulemalla keilahalliin, jossa lajista kiinnostuneelle selvitetään nopeasti kaikki tarpeellinen. Keilailun ensiaskeleet kannattaa ottaa ohjaajan valvonnassa. Omin päin helposti omaksuttua väärää tekniikkaa saatetaan olla vaikeaa myöhemmin korjata. Kaikki ohjaajat toimivat tehtävissään oman toimen ohella, mikä merkitsee sitä, että arvokas oppi on lähes ilmaista. Monet hallit järjestävät alkeiskursseja, joiden kautta keilailu on hyvä aloittaa.

**Mitä se on?** Maailmalla tunnetaan useita eri keilapelejä. Se, mistä me puhumme, on kotoisin USA:sta, missä sitä on harrastettu jo 100 vuotta. Nimi Ten Pin Bowling erottaa sen kaikista muista keilapeleistä. Tämä keilailumuoto tuli Suomeen jo vuonna 1924 ja tuhannet suomalaiset ovat vuosikymmenten saatossa joutuneet pelin lumoihin. Leikillisesti on sanottu, että keilailu aiheuttaa harrastajissaan tiettyä riippuvuutta, mutta aika harmitonta sel-laista.

Keilailu on hauska, mukavien ihmisten harrastus. On tärkeää, että jokainen kohdaltaan pyrkii pitämään keilaradoilla yllä hyvää henkeä. Eräs tähän vaikuttava asia on annettujen ohjeiden noudattaminen. Tässä muutamia yleisiä ”turvallisuusohjeita”:

- Muista, että keilaradat ja pystytyskoneet, ovat kalliita ja vaativat paljon työtä ja hoitoa, joten kohteile ratoja hellävaraisesti ja koneita annettujen ohjeiden mukaisesti. Varo putoavia palloja, jotka vaurioittavat keilaradan pintaa.

- Saavu aina ajoissa keilatunnillesi, noin 15 minuuttia ennen tunnin alkua.

- Pidä keilakenkiesi pohjat puhtaina ja huolehdi samoin pallostasi.

- Kun käyt suihkussa, vältä veden kulkeutumista pukuhuoneeseen ja sieltä edelleen keilakengissä radoille.

- Varo erityisesti yliastumista, sillä keilaradalta kulkeutuu helposti vauhtiradalle aineita, jotka tekevät ne tahmeiksi.

- Anna viereisellä radalla heittävän keskittyä rauhassa heittoonsa. Älä mene ottamaan palloa telineestä, kun viereisellä radalla oleva keilaaja on valmistautumassa, keskittymässä suoritukseensa.

- Anna pelin luistaa. Valmistaudu ja keskity heittoosi mahdollisimman lyhyesti, äläkä viivyttel radalla heittosi jälkeen.

- Tutustu automaattinostajien ja pistelaskimien toimintaan.

- Ilmoita valvojalle koneistoon tulleista vioista heti.

- Älä vie pelialueelle juomia.

- Muista, että jos pelisi ei kulje, vika on useimmiten sinussa itsessäsi. Älä syyttele ratoja tai muita olosuhteita huonosta tuloksesta. Näin asennoituen kehityt hyväksi keilaajaksi.

**Mitä se antaa?** Keilailusta saat helposti elinikäisen harrastuksen, joka tuottaa sinulle jatkuvaa mielihyvää, kohentuvaa kuntoa ja jännittäviä kilpailutapahtumia. Keilailussa voit kilpailla erinomaisen tasoitusjärjestelmän avulla jo vasta-aloittaneena. Kilpailun avulla tutustut luonnollisesti uusiin ihmisiin niin kotihallissasi kuin kaikkialla muuallakin missä käyt pelaamassa.

Ei muuta kuin lähimmälle keilahalille keilaamaan! Jatkamme seuraavassa numerossa...●

**Innostuitko?** Enemmän tietoa SKL:n internetosoitteesta [www.keilailuliitto.fi](http://www.keilailuliitto.fi)

## Helmikuun kysymys

### Missä ja milloin järjestetään seuraavia keilailun ohjaaja- ja valmentajakoulutustilaisuuksia?

- Suomen Keilailuliitto järjestää seuraavan keilailun Ohjaajakurssin Kuortaneen Urheilupuistolla lauantaina 14.4. Kurssin kesto on kahdeksan tuntia.

Jatkossa Ohjaajakursseja järjestetään 3 kertaa, Perusvalmentajakursseja kahdesti ja Kilpavalmentajakursseja kerran vuodessa. Kurssit järjestetään Kuortaneen Urheilupuistolla, mutta Ohjaajakursseja järjestetään kysynnän mukaan myös muualla. Päivämäärät kurseille ovat vielä auki, mutta ne on tarkoitus lyödä lähiaikoina loppuun seuraavaksi kahdeksi vuodeksi.