



Kahden käden tyyli, oikotie onneen?

Osku Palermaa

KEILAILU ON UPEA LAJI! Yksi asioista, miksi keilailu on niin hieno laji on, että sitä voi harrastaa monella eri tapaa. Oikeaa ja väärää tyyliä ei ole, kaikilla tyyleillä voi pärjätä, jos vain tekee tarpeeksi töitä. Nyt vuonna 2015 näkyy paljon enemmän minun itsenikin käyttämää peukalotonta kahden käden keilasuoritusta, kuin esimerkiksi 20 vuotta sitten.

Sytä miksi tilanne on nyt näin, on monia. Osa on oikotien haussa, joku kokeilee uutta, kun on juuttunut paikoilleen ns. perinteisellä tyyllillä. Joku tuntee oman heittonsa hieman turhan köykäiseksi jne. Olkoon syy mikä tahansa, tervetuloa uusien haasteiden pariin!

Kahden käden tyyliä niin kuin muissakin tyyleissä on niin hyötyjä kuin haittojakin.

Suurimpana hyötynä on tietenkin palloon helpommalla tuleva suurempi kierroksien määrä, joka nostaa kaatoprosenttia oikeinkin kivasti pesäosumista, ja ajoittain tuleekin ihan kivan näköisiä "messengereitä". Tosin se tuo myös sitten suurimpia haittoja niinä kertoina, kun olosuhteet ovat hankalammasta päästä. Kahden käden tyyliä on perinteistä tyyliä enemmän liikettä ja kropan pyörrettä, ja tästä syystä toistaminen on sitten astetta, jos ei tuhatta vaikeampaa.

Missä vaan urheilulajissa, jos haluaa huipulle, on perusasioiden oltava kunnossa. Ja ikävä kyllä on pakko tuottaa pettymys oikotien hakijoille ja sanottava, että keilailussakin se on myös näin. Keilaat sitten yhdellä kädellä, kahdella kädellä, takapokalla tai vaikka takaperin, niin perusasioiden pitää olla kunnossa. Vasta sitten lähdetään hiomaan suoritusta. Aina on toki hyvä muistaa, että pitää olla valmis tekemään töitä. Mutta nyt enemmän suorituksen saloihin.

Kahden käden tyyliä on muutamia todella tärkeitä asioita, jotka tekevät suoritamisesta helpompaa.

Perinteisellä tyyllillä palloon saadaan vauhtia lisättyä nostamalla alku-työntöä, joka sen mukaan sitten nostaa heiluria ja -voilä - saadaan

vauhtia. Meillä kaksikäsisillä ylikorkeasta heiluri on käytännössä vain haittaa ja ainakin omasta kokemuksesta se on lähes mahdotonta toistaa. Tästä syystä on vauhti saatava jostain muualta.

Helpoin tapa saada palloon vauhtia, tai pitäisi varmaan sanoa, tapa jolla vauhtia vähiten menetetään, on kun pallon liikerata pysyy suorana. Jotta tämä olisi mahdollista, on muutaman tärkeän jutun oltava kohdallaan.

Vasenta kättä käytetään suurena tukena lähes koko suorituksen ajan, ainoastaan juuri ennen irrotusta se käsi poistuu leikistä. Monille juuri se tuntuu olevan suuri kompastuskivi, sillä pallon liikkeen ollessa suora koko heilurin, ja vasemman käden läsnä ollessa, on kropan oltava kaarella etuoikeaan paljon enemmän kuin perinteisellä tyyllillä. Tämä mahdollistetaan, jos lantio on auki koko vauhdin ajan. Helpoimmalla tähän päästään pitämällä oikealla jalalla otettavat askeleet todella lyhyinä, ja vaikka jopa niin, että varpaat osoittavat vähän oikealle. Nämä askeleet on hyvä myös ottaa vasemman jalan eteen.

Nämä "simpellit" asiat kun saa kuntoon, niin ollaan paljon lähempänä helpommin toistettavaa kahden käden peukalotonta keilavetoa.

Tässä on nyt tullut käytyä läpi suoritusta itsekkäästi oikeakätisen kantilta eli vasurit lukekaa peilin kautta tai pyytäkää jotain oikeakätistä tulkkamaan. Älkää koskaan unohtako pitää hauskaa, muistakaa treenata, oikoteitä ei ole! Ja hieman off topic, älkää koskaan unohtako paikkopelin tärkeyttä. Jos "tietää", että paikkaa lähes kaiken mitä jää, on paljon helpompi astua radalle suorittamaan, vaikka kentät olisivatkin vaikeat.

Ja niin kuin aiemmin tuli sanottua, niin keilailussa ei ole olemassa oikeaa tai väärää tapaa. On vain tapoja, joilla päästään vähemmällä voiman käytöllä ja täten helpotetaan toistoa. Se on ihan sama miten sitä palloa radalle virpoo, jos sen tekee riittävän usein! ●