

## Rajat rikottu ja taivas avattu

Kulunutta kautta pohtiessani päällimmäisenä mieleen nousee rajojen rikkominen. Jokainen asettaa itse itselleen omat rajansa. Jos olet valmis kehittymään ja uskot itseesi...vain taivas on rajana! Kauden aikana mursin ja sulatin mielestäni lopullisesti viimeisetkin epäuskon kahleet.

Juoksuvauhti ja hapenottokyky ovat olleet suoritustani eniten rajoittavia tekijöitä. Keväällä osoitin testijuoksussa itselleni kehittyneeni merkittävästi juoksuvauhdissa ja syksyllä mattotestissä tein saman hapenottokyvyn osalta. Ylläksen leirin viimeisen mäkipetoharjoituksen jälkeen tiesin, ettei fysiikka tule rajoittamaan minua syksyn kisoissa ja saatoin suunnata energiani vahvuksiini eli suunnistustaitoon sekä henkiseen latautumiseen. Tuosta treenistä majoitukseen palatessani pysähdyin suolla taivaalle katsoen ja tajusin pystyväni mihin vain. Tuosta annoin itselleni esimakua Savonlinnan keskimatkalla kun annoin mennä ja heittäydyin haasteeseen itseni vapauttaen.

Tuo päivä osoitti, että urheilusatsaus on tosiaan kannattanut. Jatkossa tiedän ja voin luottaa täysin siihen, että omaa polkuani suurella sydämellä kulkiessani tulen kehittymään ja vain taivas on rajana. Voin uskoa tekemiseeni ja kehittää itseäni kohti mehukkaita ja sytyttäviä haasteita luottaen siihen, että laittaessani itseni likoon treeneissä ja kisoissa myös tulokset tulevat tyydyttämään.

Liitteenä vielä muutama hieno kisahetki kesältä. Huomenna on Vaajakosken Terän vuosikokous, jossa saan Teräkasteen ja liityn uuteen seuraani.

8-vuotiaasta asti kantamani keltamustat värit vaihtuvat sinivalkoisein, mutta tutut yhteistyökumppanit ja logot onneksi säilyvät! Syvä kumarrus ja kiitos tuestasi menneellä kaudella! Ilman sinua kehitysaskaleeni olisivat olleet paljon paljon vaikeampia.

-syksyisin terveisin aapo :)



