

# ORISSAARE SPORDIAASTA 2012



MTÜ ORISSAARE SPORT



## ARMAS SPORDISÕBER!

*Igäiks, kes leiab iga päev tunnikese enda liigutamiseks ja enese ületamiseks, on kangeline. Sest seeläbi kingib ta iseendale ja oma lähedastele täiendavaid eluaastaid ja lisakoguse ühiseid rõõme. Just seda, mitte ainult medalite sära peaksime iga hetk silmas pidama, seda soodustama, ise eeskujuga näitama ja selleks eeldusi looma.*

*Eesti Vabariigi President Toomas Hendrik Ilves  
Eesti Spordikongressil 2010*

Möödus spordiaasta 2012. Orissaare Spordi jätkusuutliku spordiarendustöö tulemusena on Orissaare Sport muutunud ühtseks terviklikuks klubisüsteemiks, kus treenivad ja omandavad teadmisi harrastus- ja võistlussportlased, täiskasvanud ja noored ning gümnaasiumi spordiõppe õpilased.

Suurt väärtust lisab Orissaare valla spordile oma spordikooli loomine andes MTÜ Orissaare spordile kõik legaalsed õigused tegeleda veelgi efektiivsemalt noortesporti arendamisega. 2012. aastal anti MTÜ Orissaare Spordile Haridus – ja Teadusministeeriumi käskkirjaga koostööalane ning Vabariigi Valitsuse korraldusega kanti MTÜ Orissaare Sport tulumaksusoodustusega ühingute nimekirja.

2012. aastal kasvas oluliselt spordiharrastajate hulk. Au ja kiitus siinkohal Orissaare tublidele treeneritele ja õpetajatele. Orissaare tublide treenerite käe all treenivad ja õpivad Orissaare ja mitmete naabervaldade lapsed, noored ja täiskasvanud. Meie tublid treenerid ja kehalise kasvatusõpetajad Ly ja Jüri Link, mitmete Orissaares toimuvate võistluste abiline suurte kogemustega Milvi Viss, iluvõimlemise ja areoobikatreener Tiina Käen, korvpallitreenerid Mati Rüütel, kergejõustiku treener, liikumis- ja spordiõppe õpetaja ja väikelaste treener Kaire Nurja, Andre Kuntsel, Margo Rüütel, maadlustreener Tiit Uspenski, jõusaali ja laste treener Raimo Tamm, iluvõimlemise abitreener Sandla Hints tervisevõimlemise treener Katrin Kreutzberg, võrkpalli ja mitmete spordiprojektide eestvedaja Margus Nurja, Orissaare võistkonna asjaajaja, aunistusega "funktsionäär" Eesti valdade mängudel Vika Viss, kõikide spordialade ja ürituste igapäevane abiline Andla Rüütel, annavad suure panuse, et meie vallale ja Eesti riigile kasvaksid tublid ja terved kodanikud.

Suured tänusõnad kuuluvad veel tublidele Orissaare Spordihoone töötajatele Andla Rüütel, Mai Kallas, Andres Tüür, Vesta Köster, Kristiina Rataspepp.

Väikese valla kohta on Orissaarel väga suur spordialade valik nii võistlussportlastele kui ka harrastajatele. Üha enam leiavad uued harrastajad aega oma enese tervise eest hoolt kanda kasutades järjepidevalt Orissaare Spordi treeninguid ja teenuseid.

Spordiaktivistide ja toetajate ühise töö tulemusel korrastati Maasi metsa jooksurada, Orissaare spordihoone sai tõstepõranda ja kuulitõukeringi. Edukalt läbis MTÜ Orissaare Sport üleestilise projekti „Võrguplatsid korda“, mis peaks valmima Illikule 2013. aasta kevadel. Saaremaa valdadest suurima delegatsiooniga osales Orissaare ühtse valla ühisvõistkonnana Paikusel toimunud Eestimaa valdade suvemängudel.

Aastal 2011 oli Orissaare noosportastele suurimaks kordaminekuks TV 10 olümpiastardi võistlustel II koht. Täna on Orissaare Gümnaasium TV 10 olümpiastarti võistlussarjas kõige edukam kool Eestis. Samuti osalesid Orissaare noored edukalt rahvusvahelistel kergejõustikuvõistlustel Helsingis „The Youth Athletic Games“ ja tublilt esinesid noorkorvpallurid rahvusvahelisel korvpalliturniiril Lahtis. Väga häid tulemusi läbi hooaja on näidanud Tormi Niits, kes kuulub Eesti omavanuste koondvõistkonda korvpallis ja samuti on väga edukas kergejõustikus, kuuludes mitmel alal Eesti omavanuste poiste esikümnesse. Väga tubli on olnud Romet Room, kelle tulemused kergejõustikus kuuluvad samuti Eesti omavanuste poiste esikümnesse.

Eelmistel 2011. ja 2012. aastalt alustatud spordiüritused on muutunud nüüdseks juba traditsioonideks.

Jällegi oli Orissaarel au võõrustada Eesti Kultuurismi ja Fitnessiliitu ning Eesti heitekoondist. Heitekoondise treenerid ja sportlaste vastuvõtt rahvariides kohtunike, Orissaare muusikakooli puhkpillihääle ja kaunilt lauldud Saaremaa Valss mille saatel Eesti olümpiasangar tantsule paluti avaldasid Eesti tipp sportlastele ja treeneritele muljet, mille võttis V. Hafsteinsson kokku sõnadega: Amazing pepole! Need sõnad teevad rõõmu ja au Orissaare spordirahvale.

### **2012 a jätkusid Orissaares traditsiooniks muutunud spordiüritused:**

1. Erinevad korvpalli võistlused (Saaremaakonna MV, Eesti MV, Kuuseoksa turniir, Läänemaa korvpalliliiga mängud)
2. Esimest aastat oli Orissaarel au olla kodusaaliks Schenker liiga võistkonnale TTÜ.
3. Kolmandat aastat toimus Orissaare seeriavõistlus paigalt hüpetes ja heidetes.
4. Jätkus 2011 aastal Mati Rüüteli poolt ellukutsutud Ida-Saaremaa koolidele mõeldud võistlussari lastele. Võistlussarjas osaleb kokku 50 last.
5. Väikese väina avaveeujumine. Ujumine toimub alates 2010. aastast koostöös kahe vallaga (Muhu ja Orissaare vald). Avaveeujumist on peetud juba 19 korda.
6. Kolmandat aastat toimusid Orissaare lahtised karikavõistlused võrkpallis Illikul.

7. Orissaare triatlon. Peakorraldaja Andre Kuntsel käe all ellu kutsutud Orissaare triatlon on juba kolmandat aastat Eesti Triatloni Liidu kalendris arvestatavaks võistluseks. 2012 aastal osalesid Orissaare triatloni mitmed Eesti triatleetide paremikku kuuluvad sportlased.
8. Tammetõrumängud on pikkade traditsioonidega, mis mõeldud lastele. Mängude ellukutsuja on tänaseks meie hulgast lahkunud üle Eesti tuntud sporditegelane Ilmar Kivi. Tänapäevaks jätkavad Tammetõrumängude korraldamise traditsioone perekond Kivi, Viss ja Treiel ühiselt.
9. Ülemaailmsete Käimispäevade raames toimus kolmandat aastat järjest Orissaare Sügismatk ja sügisjooks. Esimest korda oli kavas ka laste jooks. Koos lastejooksuga osales üritusel 95 inimest.
10. Jätkusid 2010 aastal ellu kutsutud Saare- ja Muhumaa lasteaedade spordipäev. Kokku osales viis lasteaeda (65 last). Lasteaedade spordipäev toimus koostöös Muhu ja Orissaare vallaga. Kohtunikena tegutsesid Milvi Viss ja Margus Nurja.
11. Jätkuvad eakatele mõeldud spordivõistlused koostöös MTÜ Orissaare Tugikeskusega eesotsas Maaja Vabritiga Teist aastat järjest selgitame välja ka Orissaare valla eakate meistri saapaviskes ja vildiviskes.
12. Jätkus koostöö Eesti Kulturismi ja Fitnessi liiduga. Eesti Kulturismi ja Fitnessi Liidu suvelaager „FIT CAMP“ Orissaares. Peale eriti õnnestunud koostööprojekti Athletic Fitness 2011, toimus Ott Kiivika eestvedamisel teist korda Fit Camp Orissaares. Koostööna toimus rahvusvaheline Athletic Fitnessi koolitus ja võistlus Saaremaa Open Cup.
13. Jätkus koostöö Eesti heitekoondisega, kus kohalviibijate hulk ulatus 100 inimeseni. Laagri raames toimus rahvusvaheline heiteseminar, heitekoondise laager ja IAAFi laste kergejõustiku koolitus Saaremaa kehalise kasvatuse õpetajatele, tippheitjate pressikonverents ja kuulitõukeringi avamine. Suurt rõõmu tegi Orissaarele selliste kuulsuste kohalolek nagu Gerd Kanter, Raul Rebane, Kätlin Tõllasson, Risto Mätas, Vesteinn Hafsteinsson, Linda Treiel, Anu Säärits, Heiko Väät, Toomas Merila, Ants Kiisa.
14. Jätkus 2011 aastal loodud Orissaare Gümnaasiumis lisaeriala Liikumis- ja Spordiõppe. Lisaeriala tundides (35tundi) omandavad gümnaasiumi õpilased üldteadmised spordist (spordisühholoogia, spordiürituste korraldamise alused, spordiajalugu, spordiõigus, lihasõpetus, taastumine ja vigastuste ennetamine, erinevate treeningviiside spetsiifika jne).
15. 2010 alustatud Eesti Saartevahelise spordialase koostöö tulemusel said alguse Eesti Saarte kergejõustikumeistrivõistlused, mille algatajaks oli Orissaare Sport.
16. Jätkus spordialane koostöö Eesti suurte spordiklubidega Tartu Ülikooli Akadeemiline Spordiklubi, Tartu Kalev ja Pärnu Korvpalliklubi.

**Järgmisel 2013. aastal** ootavad Orissaare spordisõpru ees mitmed huvitavad spordiüritused, -kus on võimalik ise kaasa lüüa ja mitmeid suurüritusi ka kõrvalt jälgida.

9. ja 10. veebruaril üllatame spordisõpru meistriliiga võrkpallimängudega kus Orissaare Spordihoone on teiseks kodusaaliks TTÜ võrkpalliklubile.

Suvel toimub Ott Kiivika eestvedamisel Eesti Kultuuri ja Fitnessi Suvelaager

Jalgrattasportisõpradele pakub kaasaenamist juunis toimuv Saaremaa velotuur, mille vahefinaal on Orissaares.

Eesti heitekarneval 2013 a suvel, kus koostöös Eesti Kergejõustikuliiduga on Orissaarel au võõrustada kõiki kergejõustikuhuvilisi lapsi.

Triatloni harrastajatele on hea uudis, et Orissaare triatlon on juba neljandat aastat triatloni liidu arvestatav etapp ja kogub oma hea korraldusega üha enam populaarsust. Osalemissoovi on avaldanud mitmed nimekad triatlonistid.

Kindlasti jätkuvad 2010 ja 2011.aastal ja varem Orissaares alguse saanud võistlused ja üritused.

Paljud spordisündmused jäävad veel spordisõpradele üllatuseks.

Soovin kõikidele jõudu ja jaksu treenimisel!

*Teie spordijuht Kaire Nurja*

## **MTÜ ORISSAARE SPORT**

Ühingu abstraktne visioon kui ka olulisem kriteerium, arvestades regionaalset eripära, on vabatahtlikkus, heategevus, sotsialiseerimine, kvaliteet, hariduse tähtsustamine, liikumisharrastuse ja tervislikuma eluviisi propageerimine, mis tagab tulemiks igas vanuses olevale aktiivsele kodanikule elutervema ehk kvaliteetsema elu. Tänu järjepidevale liikumisele paraneb tervis. Seega elatakse tervemalt, targemalt, mis iseenesest juba tagab kogu eluks kvaliteedi.

Ühingu tegevuse rahastamine on valdavalt projektipõhine kuna väikesel kohalikul omavalitusel napib tegevuste rahastamiseks ressursse. See tähendab, et iga spordiala peab leidma ressursid kas läbi toetusprojektide, sponsorluse, osalejate omafinantseeringu oma tegevuse rahastamiseks.

Ainus raha mis valla eelarvest sporditegevustele laekub oli varem kooli eelarves treenerite tasuna olnud konstantne summa. Seega nagu näha vallalt tulev summa ei ole suur ja raha hulka vallalt juurde ei ole tulnud.

Tänu ratsionaalsetele otsustele ja ressursside optimeerimisele nagu koolitusluba, käibemaksusoodustus, stipendiumlepingud oleme saanud olemasolevaid vahendeid palju tulemuslikumalt rakendada.

Seeläbi Ühing ongi selleks ellu kutsunud, et läbi süsteemse ja jätkusuutlike tegevuste saaks ühing toimida legaalsel alusel võimalikult ratsionaalsete otsuste ja tegevuste elluviimiseks.

Läbi aktiivse liikumisharrastuse propageerimise ja mõtestatud tegevuste, saab ühing omal moel kaasa aidata Eesti ääremaastumise kui olulisema regionaalse probleemi pidurdamisele kuna oma pädevuse ulatuses ja tegutsemise eesmärkides sõnastatu on saanud üsna tubli töö juures realselt ka teoks.

## **MTÜ ORISSAARE SPORT SPORDIKLUBI SPORDIKOOL**

Spordikooli tegevuse eesmärk on pakkuda lastele ja noortele võimalusi süvendatud spordiõppeks ja isiksuse arenguks. Võimaldada lastele ja noortele saavutada kõrgeid sportlikke tulemusi nii üleriigilises, kui rahvusvahelises konkurents. Arendada lastes ja noortes soovi tegutseda spordivõistluste ja –ürituste organisaatoritena ja spordikohtunikena, kasvatada tulevasi sporditreenereid.

Eesmärkide saavutamiseks Spordikool loob lastele ja noortele tingimused valitud spordialaga tegelemiseks Eesti Hariduse Infosüsteemis (EHIS) registreeritud õppekava alusel. Organiseerib õppekava alusel teoreetilist ja praktilist spordiõpet ning võimaldab andekatel noortel läbi

kaasaegse treening- ja võistlustegevuse saavutada maksimaalseid sportlikke tulemusi. Spordikool korraldab treeninglaagreid, spordivõistlusi ning loob tingimusi osalemiseks üle-eestilises ja rahvusvahelises võistlussüsteemis. Õpetab noortele teoreetilisi teadmisi sportimisest ja spordiliikumisest ning annab edasi praktilisi kogemusi teiste juhendamiseks, võistluste läbiviimiseks ning spordikohtunikuna tegutsemiseks.



# SPORDIALAD

## KERGEJÕUSTIK

Kergejõustiku treeningutega tegeleb 35 last. Treeningtöö toimub kolmes vanuserühmas. Peamised võistlused olid aastal 2012 TV 10 olümpiastarti ning Eesti meistrivõistlused erinevatele vanuseklassidele.

Kergejõustiku noorema vanuseastme peaesmärk on erinevate kergejõustikualade tehnika omandamine. Gümnaasiumi astmes on peaesmärgiks kergejõustiku alade tehnika ja kehaliste võimete täiustamine.

Käesoleval 2012 aastal alustas Orissaare

Gümnaasiumi võistkond 42 hooaega Eesti kõige

edukama koolina. 2012 aasta avaetapil saavutas esimese koha poiste noorem vanuse kuulitõukes Siim Sander Pärn.

TV 10 olümpiastarti 41. hooaeg lõppes OG kergejõustiklastele edukalt. Saavutati vabariiklikult teine koht (premiaraha 550 EUR). Parimad saavutused võistlussarjas tõi Orissaarele Tormi Niits saavutades individuaalselt kolmanda koha mitmevõistluses ning mitmeid esikuuiku kohti. Koha esimese kuue seas tõi veel Siim Sander Pärn kettaheites ja Kärt Õunapuu kaugushüppes. Suureks innustuseks noortele oli aastal 2012 tulemuslik töö Tartu Kergejõustikuklubiga Kalev. Ühise võistkonnaga osaleti Soomes Helsingis toimuvatel kergejõustikuvõistlustel The Youth Athletic Games. Võistkonnas võistlesid edukalt Tormi Niits, Romet Room, Siim Sander Pärn, Kärt Õunapuu, Lauren Sirp, Romet Vahter. Võistluste lisaväärtusena said kõik lapsed osaleda pealtvaatajatena euroopameistrivõistluste avatseremoonial ning esimesel võistluspäeval.





Romet Room ja Tormi Niits osalesid B-7 mängudel Gotlandil, kus mõlemad poisid saavutasid kohad esikolmikus.

Romet Room saavutas Eesti omavanuste kergejõustiku meistrivõistlustel kaks neljandat kohta ja kuulub Eestis omavanuste poiste esikümnesse mitmel alal.

Eesti valdade mängudel osales edukalt Egert Eist saavutades 3.koha kaugushüppes.

Tublilt esines Eesti talvistel meistrivõistlustel Merily Porovart saavutades neljanda koha viievõistluses.

Järgmisel hooajal on peamisteks võistlusteks TV 10 olümpiastarti ja Eesti meistrivõistlused kergejõustikus. Väga heaks väljundiks on noortele ühisvõistkonnaga sõit Soomes toimuvatele noorte kergejõustikuvõistlusele The Youth Athletic Games.

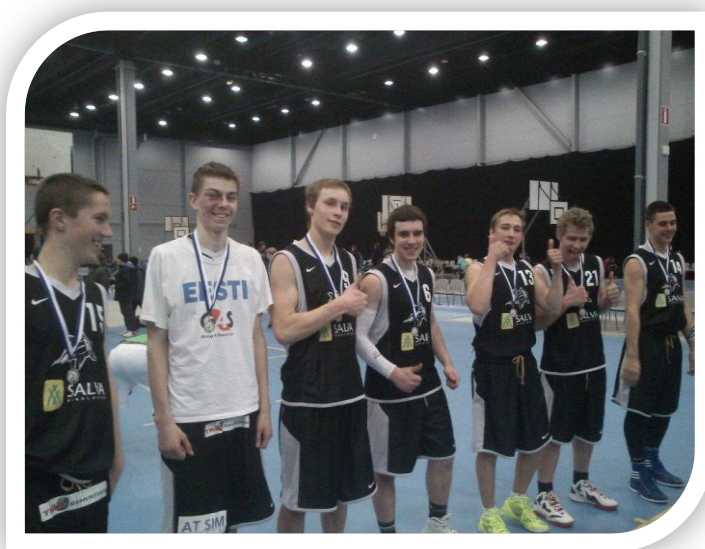
*Rõõmuga ootame kergejõustiku huvilisi treenima!  
Kergejõustiku treeneri Kaire Nurja*

## KORVPALL

Korvpall on jätkuvalt Orissaares populaarne. Noortega tegeleb kolm treenerit, kolme erineva grupiga. Margo Rüütel juhendab kõige nooremiad poisse vanuses 6-10 eluaastat, treeningud toimuvad kolm korda nädalas. Andre Kuntseli grupis treenivad peamiselt 11-13 aastased poisid ning noorkorvpallurid kellel on vanust 14 ja rohkem, on Mati Rüüteli juhendada.

Heameelt teeb eriti 6-10 aastaste treeningrühm, kus on nimekirjas kokku üle kahekümne lapse. Ka selle hooajal jätkus koostöö Tartu Ülikooli Akadeemilise Spordiklubi korvpalli divisioniga. Suvistes laagrites Tartus käis meie klubist kolm poissi ning Tormi Niits esindab Tartu Rocki korvpalliklubi ka Eesti meistrivõistlustel B-vanuseklassis ja Euroopa Noorte Korvpalliliigas (EYBL), olles üks meeskonna liidreid. Tormi Niits kuulus suvel ka Eesti U14 vanuseklassi koondisesse, osaledes Leedus toimunud Balti Matšil.

KK Pärnu rivistuses osaleb B-klassi Eesti meistrivõistlustel meie klubi mängija Romet Room. Mõõdunud hooajal mängisid edukalt C-klassi poisid Andre Kuntseli juhendamisel Eesti meistrivõistluste esiliigas.



Kolme võistkonnaga osalesime kevadel traditsioonilisel Lahti rahvusvahelisel korvpalliturniiril, kus A- ja B –klassi poisid said FUN sarjas hõbemedalid.

Meeste võiskond sai Läänemaa liigas pronksmedalid ja Saare maakonna meisrivõistlusel 4. koha.

Maakondlikul tasemel võitsid esikoha 3 x 3 korvpallis 4.-5. klasside poisid ja B-klassi poisid.

Teine koht saavutati minikorvpallis ja kolmas koht A-klassi poiste arvestuses.

*Meeste, A-klassi ja B-klassi poiste korvpallitreener Mati Rüütel*

*C-klassi poiste korvpallitreener Andre Kuntsel*

*Algklasside pallimängude treener Margo Rüütel*



## VÕRKPALL

Võrkpall on võrratu.

Sellel aastal taaselustati ja lükati aktiivne hoog sisse meeste võrkpallitreeningutele mille võistlusväljund on Muhu lahtised meistrivõistlused võrkpallis. Eestvedajaks on Margus Nurja.

Meeste võrkpallitreeningud on mõeldud kõigile. On väga erineva tasemega harrastajaid. Kohal käib nii endiseid tippsportalseid, kui treeningutega alles alustanud mehi. Eraldi väärib tunnustust tuntud muusik ansamblist Onud ja Orissaare Muusikakooli direktor Martti Nõu, kes on heaks eeskujuks kõigile. Martti on kohal kõikidel treeningutel ja võistlusmängudel. Seega Martti eeskuju järjepidevuse näite varal on mõeldud neile, kes sooviksid saada toredast treeningust osa, kuid kes täna treeningutel teadmata põhjusel ei osale. Olete oodatud kõik, kes tahaks tulla aktiivselt liikuma ja võrkpalli mängima. Kõik mehed on tublid ja motivatsiooni jätkub terve kümnendi ja enamaks.

## JÕUSAALI MITMEKÜLGNE TREENING



Jätkuvalt käivad igal teisipäeval ja neljapäeval treeningutel oma tervisest ja heast enesetundest hoolivad naised.

Kuigi treeningute üldine kontseptsioon on konstantselt sama – anda organismile koormust mitmekülgset-, on iga treeningsessioon eelnevatest rohkemal või vähemal määral erinev. Nii saab organism vaheldusrikkalt nii aeroobset kui ka anaeroobset koormust.

*Täna treeningu läbiviijana kõiki praegusi ja tulevase grupi liikmeid, kes mind endid juhendama on usaldanud !*

*Raimo Tamm*

## MAADLUS

Maadlus on üks vanimaid spordialasid, mida on harrastatud juba iidsetest aegadest. Viimane eestlasest maailmameister maadluses tuli Hiiumaalt. Miks ei võiks sirguda järgmine olümpiavõitja maadluses Saaremaalt, ega` s saarlased saa hiidlastele alla jääda. Maadlus ei ole kerge spordiala,

kuid loodan, et saarlase jonn ja tahe aitavad noortel leida tee maadlusmatile ja sinna ka jääda kuni kõrgete saavutusteni. 2010. aastast alates tegutsevad

Orissaares

maadlustreeningud nii väikelastele, kooliealistele kui ka täiskasvanutele.

Usun, et Orissaare kandis on noori, kes soovivad elus midagi saavutada läbi maadluse ja mul on hea meel kui saan neid selles aidata.



*Maadlustreener Tiit Uspenski*

## ILUVÕIMLEMINE



Treeningtundides keskendutakse peamiselt koordineerimisele, tasakaalu, painduvuse, arendamisele, võimlemisvahendite käsitlemisele. Võimlemine on kõikide spordialade alus. Treeningutele on oodatud lapsed vanuses 5-11 aastat.

*Treener Tiina Käen  
Abitreener Sandra Hints*

## AEROOBIKA

Põhirõhk on asetatud lihastreeningule. Tunni esimeses pooles tehakse kergemaid liikumisi ning edasi järgneb lihastreening, kus erinevaid jõuharjutusi sooritades treenitakse lihasvastupidavust, tugevdades tasakaalustatult kõiki lihasrühmi. Tund lõpeb venitusharjutustega, kus erilist tähelepanu pööratakse nende lihaste venitamisele, mis said tunnis suurema koormuse. Sobiv erineva treenitusega harrastajatele.



*Liikumine on elu alus!  
Treener Tiina Käen*

## TERVISEVÕIMLEMINE



Tervisevõimlemise treening keskendub kehale kui tervikule. Kasutades erinevaid kujutluspilte ning läbimõeldust, töötame tunnis läbi kogu keha. Eriline rõhk on just väikestel süvalihastel, ning oma keha tugevdamisel. See on ühteäegu lõdvustus ja pingutus, oma kehahoiu parandamine. Järjepidevalt treenides saavutate suurepärase enesetunde ning kauni ning tasakaalus keha.

*Treener Katrin Kreutzberg*

## TAI POKS

Sellest hooajast alustas Orissaares tegevust Taipoksi klubi Round 3. Selle lühikese aja jooksul on treenijad omandanud algoskused. Areng on olnud üllatavalt kiire eriti silmatorkavat arengut on näha tüdrukutel kes algselt ei osanud käsi õieti rusikas hoida kuid nüüdseks suudavad teha erinevaid löögiseeriaid ja ei pelga oma vastastelt mõnda sinikat saamast. Siiski ei ole treeningute eesmärgiks üksteist vigastada vaid õppida end kaitsma ja vasturünnakuid sooritama. Treening toimub 3 korda nädalas.



*Treener Karmo Jaadla*

## PILATES

Pilates on treeningsüsteem, mis on saanud oma nime Joseph H. Pilatese järgi. Pilatese treening eeldab Pilatese põhitõdede tundmist.

Peamiseks eesmärgiks Pilatse treeningutel on nõrkade lihaste tugevdamine, pinges lihaste venitamine, liikuvuse ja painduvuse suurendamine, lihaskorseti arendamine ning õige hingamise õpetamine.

Tunnis keskendutakse kõikide suuremate lihasgruppide treenimisele, kontrollides kerelihaseid, paljud harjutused on mõeldud seljalihaste tugevdamiseks ja jäikuse vähendamiseks.

Pilates sobib treeninguks hästi neile, kellele koordineerimise nõudvad liikumised, hüpped ja jooks on vastunäidustatud.

*Treener Vika Viss*

## VÄIKELASTE LIKUMISRING

Väikelaste liikumisring alustas tegevusega sel sügisel ja on mõeldud lastele vanuses 3-7 aastat.

Treeningute peamine eesmärk on üldkehalise koormuse andmine läbi mänguliste tegevuste, samuti erinevate spordialade tehnika õppimine. Aktiivne treeningrühm, milles osaleb 30 last jätkab uuel aastal suure hooga.

Ootame rõõmuga uusi väikeseid tulevasi sportlasi ja lihtsalt tervislikke eluviise harrastavaid lapsi koos teistega treenima.

*Raimo Tamm ja Kaire Nurja*

## JÕUSAALIALAD



Kuigi ühestki kulturismi, jõutõstmise, rammumehe, athletic fitnessi ega muust jõusaaliga tihedalt seotud võistlusest Orissaare kandi mehed-naised lõppeval aastal osa võtnud ei ole, saab siiski välja tuua korraldusliku poole pealt mitu olulist sündmust.

Esimesena nimetan Saaremaa I lahtised meistrivõistlused

klassikalises lamades surumises. Võistlused toimusid legendaarse jõutõstmistreeneri (ka athletic fitnessi ja kulturismi treener) Jaan Salu ja Orissaare Spordi eestvõttel Orissaare spordihoones.

Võistlejate plejaad oli mitmekülgne ja eesrindlik: kohaliku tasemega surujatest maailmatippudeni.

Võistluste „kirsiks tordil” sai 200 kg alistamine.

Orissaares toimus ka teist aastat Eesti Kulturismi ja Fitnessi Liidu poolt eestveetav jõusaalialade harrastajate treening- ja vabaajalaager, mille raames leidis aset ka äärmiselt vaatamänguline *athletic fitnessi* võistlus.

Juba kolmandat järjestikust aastat on meie spordihoone jõusaalis treenijatest moodustunud sõpruskond korraldanud Illiku päevade raames toimuvat rammumehe võistlust ja rammumehevõistlusi Tagavere jaanitulel.

Pöörates pilgu tulevasse ja tulevastesse aastatesse, siis on heameel tõdeda, et Orissaares on välja kujunemas uued sihikindlad ja distsiplineeritud treenijaid, kellest jõusaalialade kontekstis tulevikus suure tõenäosusega veel nii mõndagi head kuulda saame.

*Tervist, jõudu ja vastupidavust soovides!*

*Raimo Tamm*

## **JALGPALL**

Orissaare jalgpallimeeskond saavutas 2012 aasta suvel Saare Investeering/ Saaremaa meistrivõistlustel III koha. Turniiri parim väravakütt Orissaare ründaja Timo Ränk. Kolmandat aastat järjest sai Orissaare publiku lemmiku auhinna.

*Jalgpalli harrastuse eestvedaja Andre Kuntsel*

## **PURJETAMINE**

Orissaare purjesportlaste paremik tegutseb erinevate spordiklubide egiidi all. Grupp entusiaste alustasid ühiste mõtete koondamist, et alustada purjespordi arendamisega Orissaares.

Purjetamisega tegelevad Orissaares Aleksander ja Johannes Muru.



## **KOROONA**

Orissaare koroonamängijad esindavad valda edukalt erinevatel Saare mk MV ja Saare mk KV etappidel. Häid tulemusi on saavutanud Gunnar ja Aurika Vaho, Inna Mägi ning Arlet Saar.

# 2012 AASTA ORISSAARE SPORDIKALENDER

## JAANUAR

Jaauuar – aprill – Orissaare täiskasvanute korvpallimeeskonna osalemine Saaremaa MV ja Läänemaa korvpalliliigas

1. jaauuar - Saaremaa KV III etapp - uusaastaturniir koroonaa üksikmäugus
4. jaauuaril – osalemine 4.-5. Klasside 3:3 korvpalliturniiril Kuressaares
5. jaauuaril kell - Seminari vormis treenerite kokkusaamine, küsimustele vastab Tartu Ülikooli professor Mehis Viru.
7. jaauuar - Orissaare I lahtised sisekergejõustiku meistrivõistlused kergejõustikus
7. jaauuar -Maratoniraja talgud
8. jaauuar- Lääne korvpalliliiga Orissaare voor
10. jaauuar – OG võiskonna osalemine maakondlikul TV Olümpastari etapil
14. jaauuar - OG võiskonna osalemine vabariiklikul TV Olümpastari etapil
15. jaauuar - Saaremaa MV korvpallis Orissaare-SWE7
- 21.-22. jaauuar – osalemine Eesti A- ja B- kl talvistel MV Tallinnas
25. jaauuar - C1 EMV korvpallis
26. jaauuar - Sisekergejõustiku võistlus lastele, LUMEPALLI MÄNGUD ( algklassid)
- 28.-29. jaauuar Schenker League. TTÜ kodumängud



## VEEBRUAR

2. veebruar - Sisekergejõustiku võistlus lastele, LUMEPALLI MÄNGUD ( lasteaia lapsed)
5. veebruar - Saaremaa MV korvpallis. Orissaare - Pihtla
6. veebruar - TIPA-TAPA jalgpalliturniir
- 10.-12. veebruar - FC Tiigid. Jalgpallilaager.
- 11.-12. Veebruar – osalemine Eesti talvistel MV mitmevõistlustel, Tallinnas
18. veebruar - Saaremaa MV korvpallis Orissaare-Saare Ere
23. veebruaril - Schenker Liiga võrkpall. TTÜ vs Lase-R/Riga



23. veebruaril - OG võiskonna osalemine maakondlikul TV Olümpastari etapil

24. veebruar - Kuuseoksa 3:3 korvpalliturniir

26.veebruar - Koroona paarismäng II (Saare). Saare Mäng

26. veebruar– Saaremaa MV korvpallis Orissaare - Vesse

29. veebruar - DOONORPÄEV

## MÄRTS

3. märts - OG võiskonna osalemine vabariiklikul TV Olümpastari etapil

4. märts – Põide-Orissaare suusamaraton

11. märts - Saaremaa MV korvpallis Orissaare-BC Käsa

18. märts – osalemine Kuressare spordikeskuse karikavõistlustel

24. märts - Saaremaa MV korvpallis Orissaare-Tesman

25. märts – Koroona

27. märts - OG võiskonna osalemine maakondlikul TV Olümpastari etapil

30. märts -1. Aprill - Treenerite I astme koolitus. Lektorid: Rein Jalak, Tõnis Matsin, Jorgen Matsi ja Ando Pehme

31. märts - OG võiskonna osalemine vabariiklikul TV Olümpastari etapil

## APRILL

6.-8. aprill – Orissaare noorkorvpallurite osalemine rahvusvahelised korpalliturniiril Easter Tournamet, Lahtis

7. aprill -ZUMBA treening

9. aprill - Orissaare lasteaia sportlik sünnipäeva hommik

17. aprill– Ida-Saaremaa seeriavõistlus

20. aprill– Saaremaa MV minikorvpallis

22. aprill - Südamenädala käimispäev

23. aprill - Orissaare eakate tervisepäev

25. aprill – OG võistkonna osalemine Kärle kevadkrossil

28.aprill-06.mai – Läti vasaraheitjate laager

## MAI

5. mai - TEEME ÄRA talgupäev Orissaare staadion korda

5. mai - OG võiskonna osalemine maakondlikul TV Olümpastari etapil



- 11.mai - Orissaare spordihoones emadepäeva kontsert
- 12. mai - Saaremaa I lahtised meistrivõistlused lamades surumises
- 22. mai – osalemine Saare mk koolinoorte ja juuniorite meistrivõistlusel, Kuressaare
- 25. mai– OG 1. kl perepäev
- 25. mai – Osalemine Saaremaa D- kl meistrivõistlustel, Tornimäel
- 26. mai - OG võiskonna osalemine vabariiklikul TV Olümpastari etapil

## JUUNI

- Juuni – august – osalemine Saarte Invenvesteerin-Saaremaa MV meeste jalgpallis
- 3. juuni - Orissaare sportlased osalevad Eesti Saarte Mängudel Hiiumaal
- 5.juuni - OG võiskonna osalemine maakondlikul TV Olümpastari etapil
- 6. juuni - Saaremaa spordi teabepäev Kuressaares. Valla spordijuht Kaire Nurja teeb ettekande teemal "Orissaare valla näitel valla viimine Eesti spordikaardile"
- 9. juuni – osalemine Eesti noorte teatejooksude MV-tel, Türil
- 12.-13. Juuni - OG võiskonna osalemine vabariiklikul TV Olümpastari finaaletapil
- 21. juuni - OG 9. kl lõpuaktus
- 22. juuni - OG 12. kl lõpuaktus
- 23. juuni - Orissaare seeriavõistluse Jaanietapp
- 24. – 25. Juuni – Orissaare noorsportlaste osalemine (The Youth Athletics Games), Noorte Kergejõustiku Mängudel, Helsingis
- 30. juuni - Orissaare sportlased osalevad Eestimaa Valdade Suvemängudel Paikusel

## JUULI

- 7. juuli - Orissaare 6. triatlon, Saaremaa KV
- 14.-15 juuli – Osalemine Eesti Spordiveteranide Liidu 45. Sportmängudel, Rakveres
- 16.-22. juuli Eesti Kulturismi ja Fitnessi Liidu suvelaager FITCAMP 2012
- 21. juuli - Saaremaa Open Cup Athletic Fitnessis
- 28. juuli - 19. Väikese väina avaveeujumine. Vahtna sadam - Illiku laid
- 30.-juuli - 5.august- TTÜ korvpallilaager



## AUGUST

- 3. august - Eesti Omavalitsujuhtide Spordipäevad.
- 4. august - Orissaare lahtised KV võrkpallis. Illikul.
- 4.-5. august - Koroona võistlused
- 5. - 15. august - TTÜ võrkpallurite suvelaager
- 11. august – Osalemine Eestimaa Spordiliit Jõud MV kergerõustikus, Võrus
- 12. august - Tammetõru mängud Orissaare staadionil
- 12.august - LIIKUMINE TOOB TERVISE - Fotojaht
- 18. august – Rulluisulaager
- 23. – 26. August – osalemine B7 Baltimere mängudel Gotlandil

## SEPTEMBER

- 14. september - Orissaare õhtumiiting kergerõustikus.
- 17. - 21. september - Lasteaia spordinädal

## OKTOOBER

- 6. oktoober Orissaare sügismatk ja sügisjooks.
- 6.-7. oktoober - Koroona vabariiklik etapp
- 23.-27. oktoober -Eesti kergerõustikuliidu heitealade sügislaager.
- 23. oktoobril - Kehalise kasvatusõpetajate ja lastetreenerite koolitus „IAAFi programmi„Laste kergerõustik“ rakendamises üldhariduskooli kehalise kasvatusetundides ning laste kergerõustikutreeningul“
- 23.-25. oktoobril - Rahvusvaheline heiteseminar
- 24. oktoobril - Orissaare kuulitõukeringi avamine



## NOVEMBER

- 3. november - OG vilistlasõhtu
- 4. november -Koroona
- 8. november - Muhu lahtised MV võrkpallis ORISSAARE SPORT vs LVKL
- 12. november -Saare ja Muhumaa lasteadade spordipäev
- 22. november - Muhu lahtised MV võrkpallis ORISSAARE SPORT vs SK MUHU/MOEKASTI
- 26. -30. november – Orissaare Gümnaasiumi jõuluvana võistlused

## **DETSEMBER**

1. detsember – Saaremaa MV korvpallis Orissaare Rock vs Tesman
2. detsembril– Saaremaa MV korvpallis Orissaare Rock vs Pihtla
4. detsember– Liikumine toob tervise. Loeng: Tervisespordi ja treeningu alused. Lektor Mehis Viru
9. detsember –Osalemine Saaremaa MV, Kuressaares
13. detsember – Orissaare spordirahva ühine jõulupidu
15. detsembril– Saaremaa MV korvpallis Orissaare Rock vs Käsa
25. detsember – Orissaare seeriavõistlus

# TULEMUSED

<b>KERGEJÕUSTIK</b>			
TV 10 OLÜMPIASTARTI			
NIMI	ALA	TULEMUS	KOHT
TV 10 OLÜMPIASTARTI MAAKONDLIK	<b>I etapp 10. jaanuar Kuressaares</b>		
<b>Kärt Õunapuu</b>	TN 60-m jooks	9,2	III
<b>Tormi Niits</b>	PV 60 m jooks	8,4	II
<b>Tormi Niits</b>	PV kaugushüpe	4,91	II
<b>Danel Tiitma</b>	PN kuulitõuge 3 kg	7,20	II
TV 10 OLÜMPIASTARTI MAAKONDLIK	<b>23. veebruar Kuressaare Spordikeskus</b>		
<b>Kärt Õunapuu</b>	TN kõrgushüpe	1,30	II
<b>Tormi Niits</b>	PV teivashüpe	2,65	II
<b>Tormi Niits</b>	PV 60 m tõkkejooks	9.4	I
TV 10 OLÜMPIASTARTI MAAKONDLIK	<b>III etapp 27.märts Kuressaares</b>		
<b>Lauren Sirp</b>	TV kõrgushüpe	1,35	III
<b>Siim-Sander Pärn</b>	PN teivashüpe	2,06	II
<b>Tormi Niits</b>	PV kõrgushüpe	1,55	I
<b>Tormi Niits</b>	PV kuulitõuge	11,93	I
TV 10 OLÜMPIASTARTI MAAKONDLIK	<b>IV etapp 05. mai Kuressaares</b>		
<b>Kärt Õunapuu</b>	TN kaugushüpe	4,48	II
<b>Siim Sander Pärn</b>	PN kettaheide	21,64	II
<b>Siim Sander Pärn</b>	PN pallivise	45,29	II
<b>Siim Sander Pärn</b>	PN 1000 m jooks	3.40,01	II
TV 10 OLÜMPIASTARTI MAAKONDLIK	<b>finaal 05. juuni, Kuressaare</b>		
<b>Tormi Niits</b>	PV üheksavõistlus	6748 p	I
<b>Siim Sander Pärn</b>	PN üheksavõistlus	4230	II
<b>Kärt Õunapuu</b>	TN seitsmevõistlus	3999	III
TV 10 OLÜMPIASTARTI VABARIIKLIK	<b>III etapp 31.märts Tartus</b>		
<b>Tormi Niits</b>	PV kuulitõuge (4 kg)	13,10	4.
TV 10 OLÜMPIASTARTI VABARIIKLIK	<b>IV etapp 26. mai Rakvere</b>		
<b>Kärt Õunapuu</b>	TN kaugushüpe	4,74	6.
<b>Siim Sander Pärn</b>	PN kettaheide (0,75)	28,41	5.
TV 10 OLÜMPIASTARTI VABARIIKLIK	<b>Finaaletapp 12.06.2012 - 13.06.2012, Kose staadion</b>		
<b>Tormi Niits</b>	PV üheksavõistlus	7385 p	III
<b>Siim Sander Pärn</b>	PN üheksavõistlus	4639 p	7.
	<b>14. jaanuar Võru spordikeskus I etapp</b>		
<b>Orissaare G võistkond</b>	Väikeste koolide arvestuses	3743	III
	<b>03. märts Tallinn LasnamäeKJH II etapp</b>		
<b>Orissaare G võistkond</b>	Väikeste koolide arvestuses I ja II etapp kokku	7418	4.
	<b>31. märts Tartu TÜ SH III etapp</b>		
<b>Orissaare G võistkond</b>	Väikeste koolide arvestuses I, II ja III etapp kokku	11256	III
	<b>Finaaletapp 12.06.2012 - 13.06.2012, Kose staadion</b>		
<b>Orissaare G võistkond</b>	Väikeste koolide arvestuses	37547	II
TV 10 OLÜMPIASTARTI MAAKONDLIK	<b>I etapp 22. novembril, Kuressaares</b>		
<b>Siim Sander Pärn</b>	PN Kuulitõuge (3 kg)	9,12	I
<b>Kärt Õunapuu</b>	TV 100 m jooks	8,06	II
<b>Siim Sander Pärn</b>	PN 60 m jooks	9,03	III

TV 10 OLÜMPIASTARTI VABARIIKLIK	<b>I etapp 8. detsember, Tartus</b>		
<b>Siim Sander Pärn</b>	PN Kuulitõuge (3 kg)	9,26	<b>I</b>
VÕISTLUS	<b>Eesti A- ja B-klassi talvised MV 21.-22. jaanuar, Tallinn</b>		
<b>Romet Room</b>	PB kõrgushüpe	1,65	<b>5.</b>
<b>Romet Room</b>	PB kaugushüpe	6,04	<b>4.</b>
<b>Romet Room</b>	PB kuulitõuge (4 kg)	14,99	<b>4.</b>
VÕISTLUS	<b>Eesti talvised noorte karikavõistlused 4. veebruar, Tallinn</b>		
<b>Romet Room</b>	kuulitõuge (5 kg)	13,48	<b>III</b>
VÕISTLUS	<b>Eesti talvised MV mitmevõistluses 11.-12. veebruar Tallinnas</b>		
<b>Merily Porovart</b>	10,98 1.53 9.41 4.42 2.44,16	2620	<b>4.</b>
VÕISTLUS	<b>Spordikeskuse karikavõistlused, 18.03 Kuressaares</b>		
<b>Rogert Room</b>	60 m jooks M	7.74	<b>I</b>
<b>Timo Ränk</b>	60 m jooks M	7.90	<b>II</b>
<b>Ardo Room</b>	61 m jooks M 40+	9.65	<b>II</b>
<b>Rogert Room</b>	Kuulitõuge M	12,84	<b>I</b>
<b>Merily Porovart</b>	Kuulitõuge N	9,50	<b>I</b>
<b>Ardo Room</b>	Kuulitõuge M 40+	7,59	<b>II</b>
<b>Kaire Nurja</b>	Kuulitõuge N 35+	9,84	<b>II</b>
<b>Rogert Room</b>	Kaugushüpe M	5,99	<b>II</b>
<b>Ardo Room</b>	Kaugushüpe M 40+	3,78	<b>II</b>
<b>Kaire Nurja</b>	Kaugushüpe N35+	5,27	<b>I</b>
<b>Timo Ränk</b>	Kõrgushüpe M	1,70	<b>III</b>
<b>Merily Porovart</b>	Kõrgushüpe N	1,55	<b>I</b>
VÕISTLUS	<b>Saare MK koolinoorte kevadkross, 25.aprill KÄRLA TERVISERADA</b>		
<b>Siim-Sander Pärn</b>	Poisid D-kl 1000 m	3.55,2	<b>I</b>
<b>Romet Room</b>	Poisid B kl 1000 m	3.15,7	<b>III</b>
VÕISTLUS	<b>Saare MK koolinoorte MV juuniorid ja A kl, 22. mai Kuressaares</b>		
<b>Merily Porovart</b>	T jun. kõrgushüpe	1,50	<b>II</b>
<b>Merily Porovart</b>	T jun kettaheide	31,63	<b>II</b>
<b>Merily Porovart</b>	T jun kuulitõuge	9,25	
<b>Lilian Porovart</b>	T A kõrgushüpe	1,50	<b>I</b>
<b>Egert Eist</b>	P A kaugushüpe	5,79	<b>II</b>
<b>Egert Eist</b>	PA odavise	43,48	
<b>Timo Ränk</b>	P jun 100 m jooks	11.9	<b>6.</b>
<b>Timo Ränk</b>	P jun odavise	43,34	<b>II</b>
<b>Allan Rasva</b>	PA odavise	36,33	
<b>Allan Rasva</b>	PA kettaheide		
VÕISTLUS	<b>Saare MK koolinoorteMV C kl ja B kl 22. mai, Kuressaares</b>		
<b>Romet Room</b>	PB kuulitõuge	14.45	<b>I</b>
<b>Romet Room</b>	PB kettaheide	43.40	<b>I</b>
<b>Romet Room</b>	PB kaugushüpe	5,56	<b>II</b>
<b>Kärt Öunapuu</b>	TC kaugushüpe	4,56	<b>II</b>
<b>Lauren Sirp</b>	TC kaugushüpe	4,44	<b>III</b>
<b>Gedren Kollo</b>	TB kuulitõuge		<b>I</b>
<b>Gedren Kollo</b>	TB kettaheide		<b>II</b>
<b>Johanna Järmut</b>	TB odavise		<b>II</b>
VÕISTLUS	<b>Saare mk koolinoorte MV D kl .... Mail, Tornimäel</b>		

<b>Siim Sander Pärn</b>	300 m jooks	0.50,6	I	
<b>Siim Sander Pärn</b>	Kõrgushüpe	1,3	I	
<b>Siim Sander Pärn</b>	Pallivise	50,1	I	
<b>Siim Sander Pärn</b>	Kaugushüpe	4,11	I	
<b>VÕISTLUS</b>	<b>Eesti Saarte Mängud/Saaremaa täiskasvanute MV kergejõustikus, 3. juuni HIIUMAAL</b>			
<b>Alari Hiis</b>	1500 m jooks M	4.40,17	III	S III
<b>Kaire Nurja</b>	kaugushüpe N	5,20	I	S I
<b>Merily Porovart</b>	kõrgushüpe N	1,45	4.	S II
<b>Elo Lember</b>	odavise N	24,52	5.	SIII
<b>VÕISTLUS</b>	<b>Eesti noorte teatejooksude MV 09. juuni Türil</b>			
<b>Romet Room</b>	4X110 m tõkkejooks Tartu SS Kalevi koosseisus	11.08,81	II	
<b>Romet Room</b>	4 X 100 m Tartu SS Kalevi koosseisus	48,67	II-III	
<b>Tormi Niits</b>	4x110 m tõkkejooks KJK Saare koosseisus	1.15,19	III	
<b>VÕISTLUS</b>	<b>Noorte Kergetõustiku Mängud THE YOUTH ATHLETICS GAMES, Helsingis 24.-25. juuni</b>			
<b>Tormi Niits</b>	Kaugushüpe P14	5,85	II	
<b>Romet Room</b>	Kuulitõuge P15	13,95	III	
<b>Tormi Niits</b>	Kuulitõuge P15	13,80	4.	
<b>Siim Sandres Pärn</b>	Kuulitõuge P11	9,85	III	
<b>Romet Vahter</b>	Kaugushüpe P10	4,15	6.	
<b>Kärt Öunapuu</b>	Kaugushüpe T12	4,62	5.	
<b>Romet Vahter</b>	Kuulitõuge P10	6,15	12.	
<b>VÕISTLUS</b>	<b>Eestimaa XIII Suvemängud 30. juuni-1. juuli Paikusel</b>			
Orissaare vald kergetõustiku üldarvestuses		42 p	5.	
<b>Egert Eist</b>	Kaugushüpe PA	5,78	III	
<b>Romet Room</b>	Kuulitõuge PA (5 kg)	12,83	III	
<b>Kaire Nurja</b>	Kaugushüpe NV1	5,25	I	
<b>Kaire Nurja</b>	Kuulitõuge NV1 (4 kg)	10,43	II	
<b>Kaire Nurja</b>	Odavise NV1 (600g)	31,00	III	
<b>Kaire Nurja</b>	100 m	13,77	I	
<b>Elo Lember</b>	Kuulitõuge NV2 (3 kg)	10,40	II	
<b>Elo Lember</b>	Kettaheide NV2 (1 kg)	23,23	III	
<b>Elo Lember</b>	Odavise NV2 (600g)	28,10	III	
<b>VÕISTLUS</b>	<b>Eesti Spordiveteranide Liidu 45. Sportmängud 14.-15. juuli Rakveres</b>			
<b>Kaire Nurja</b>	100m N35	14.06	I	
<b>Kaire Nurja</b>	kaugushüpe N 35	5,33	I	
<b>Kaire Nurja</b>	Kuulitõuge N35 (4 kg)	9,76	I	
<b>Kaire Nurja</b>	Kettaheide N35 (1kg)	27,41	I	
<b>Kaire Nurja</b>	Odavise N35 (600 gr)	27,92	I	
<b>Elo Lember</b>	Kuulitõuge N45 (4 kg)	9,09	II	
<b>Elo Lember</b>	Kettaheide N45 (1kg)	27,73	I	
<b>Elo Lember</b>	Odavise N45 (600 gr)	29,94	I	
<b>Margus Nurja</b>	Kettaheide M35 (2 kg)	34,15	I	
<b>Margus Nurja</b>	Kuulitõuge M35 (7,26)	10,99	III	
<b>VÕISTLUS</b>	<b>Eestimaa Spordiliit Jõud MV kergetõustikus, 11.august Võrus</b>			
<b>Kaire Nurja</b>	Kõrgushüpe NV1	1,45	I	
<b>Kaire Nurja</b>	Odavise NV1	27,42	II	
<b>Kaire Nurja</b>	Kaugushüpe NV1	5,37	I	
<b>Merily Porovart</b>	Kõrgushüpe N	1.50	II	

<b>Merily Porovart</b>	Kettaheide N	32,12	III
<b>VÕISTLUS</b>	<b>B7 Games, Baltimere Saarte mängud. 23.-26. august Gotlandil</b>		
<b>Tormi Niits</b>	Kuulitõuge P15	14,05	II
<b>Romet Room</b>	Kuulitõuge P15	13,58	III
<b>VÕISTLUS</b>	<b>Saaremaa meistrivõistlused 9. detsembril Kuressaares</b>		
<b>Romet Room</b>	PA kõrgushüpe	1,80	I
<b>Romet Room</b>	PA kuulitõuge (5kg)	13,81	I
<b>Romet Room</b>	PA 60 m tükke jooks	9,02	I
<b>Kaili Nurk</b>	TC kaugushüpe	4,90	I
<b>Kaili Nurk</b>	TC 60 m jooks	8,67	I
<b>Kaili Nurk</b>	600 m jooks	1.50.1	I
<b>Kärt Õunapuu</b>	TC kuulitõuge	8,62	I
<b>Gedren Kollo</b>	TA Kuulitõuge		I
<b>Lauren Sirp</b>	TB Tõkkejooks	10,8	I
<b>Siim Sander Pärn</b>	PC teivashüpe	2,40	I
<b>Kärt Õunapuu</b>	TC kõrgushüpe	1,40	II
<b>Kärt Õunapuu</b>	TC kaugushüppes	4,73	II
<b>Lauren Sirp</b>	TB kõrgushüpe	1,25	II
<b>Danel Tiitma</b>	PC kuulitõuge		III
<b>Siim Sander Pärn</b>	PC kuulitõuge		II
<b>KORVPALL</b>			
<b>VÕISTLUS</b>	<b>EKLS 3:3 korvpalliturniir 4.-5. kl 4. jaanuar</b>		I
	<b>KURESSAARES</b>		
<b>Kooseisus: Danel Tiitma, Hermo Laidma, Siim-Sander Pärn</b>			
<b>VÕISTLUS</b>	<b>Saaremaa põhikoolide MV B -KL</b>		
<b>Orissaare Gümnaasium: Markus Metsala, Taavi Teevet, Jalmar Jurkatam, Tormi Niits, Allan Rasva, Johannes Muru, Aleksander Muru.</b>			I
<b>VÕISTLUS</b>	<b>EASTER TOURNAMENT Lahtis 6.-8. aprill FUN SARI</b>		
<b>Orissaare 98: Karl-Sander Mäeots, Eero Heinsalu, Tarmo Väli, Karl Kaasik, Danel Tiitma, Sander Sink, Tormi Niits, Kristjan Rannaäär, Silver Sepp, Kenert Raun, Hendrik Klausson, Oskar Tamm</b>			II
<b>VÕISTLUS</b>	<b>EASTER TOURNAMENT Lahtis 6.-8. aprill FUN SARI</b>		
<b>Orissaare 93: Lauri Kiirend, Ülar Tiitma, Kaur Ükskask, Markus Metsala, Johannes Johanson, Romet Room, Gert Kaldmäe</b>			II
<b>VÕISTLUS</b>	<b>Saaremaa MV korvpallis 1.-5 KL Orissaares</b>		
<b>Orissaare Gümnaasium: Danel Tiitma, Karl Rander, Hermo Laidma, Siim-Sander Pärn, Johannes Johanson, Eke Rüütel, Sten-Olle Rei</b>			II
<b>VÕISTLUS</b>	<b>Saaremaa gümnaasiumite MV korvpallis A -KL</b>		
<b>Orissaare Gümnaasium: Ülari Tiitma, Priit Alas, Alo Oll, Kristjan Ninn, Martin Kivi, Romet Room, Markus Metsala, Gest Kaldmäe</b>			III
<b>VÕISTLUS</b>	<b>Lääne Korvpalliliiga 2011/2012</b>		
<b>Orissaare: Ülari Tiitma, Priit Alo Oll, Kristjan Ninn, Martin Kivi, Romet Room, Markus Metsala, Aivo Laul, Alari Hiis, Gert Kaldmäe, Härmo Lambut, Ivo Künnapuu, Jaanus Metsla, Johannes Johanson, Kaur Ükskask, Margo Rüütel, Margus Nurja, Märt Riim, Raul Koppel, Tõnis Paat, Urmo Talistu</b>			III
<b>VÕISTLUS</b>	<b>Eesti Saarte mängud 03. juunil Hiiumaal</b>		
<b>Mati Rüütel ja Margus Nurja saavutasid MUHUMAA võistkonna eest võisteldes I koha</b>			
<b>Härmo Lambut - Pärnu meeste korvpalliliiga, KK Pärnu meeskonnas II koht</b>			



Tormi Niits **U14 Eesti koondises ja esindas Eestit Balti Matšil Kaunases, saades seal meeskonna parima mängija auhinna**

#### JALGPALL

##### VÕISTLUS

#### Saarte Investeering-Saaremaa 2012. a MV meeste jalgpallis

Orissaare: Urmo Talistu, Lauri Kiirend, Andre Kuntsel, Margo Rüütel, Reimo Ränk, Timo Ränk, Rait Ränk, Johannes Johanson, Andrus Ruttu, Timo Saabas, Raul Koppel, Raino Teras, Mati Rüütel, Alari Hiis, Sylvester Hamann, Koit Simso, Madis Aljas, Härmo Lambut, Margus Ligi, Margo Karu, Morten Umber, Madis Sinimets, Paap Uspenski, Tormi Niits, Meelis Maripuu, Romario Niits.

#### RATSUTAMINE

##### VÕISTLUS

<b>Sandra Hints</b>	<b>Saaremaa Meistrivõistlused (hobuste klass) 20. august</b>	<b>I</b>
<b>Sandra Hints</b>	<b>Kurtna Poni Show, 15. septembril</b>	<b>II</b>
<b>Sandra Hints</b>	<b>Horse Show esimene päev 4. septembril</b>	<b>III</b>
<b>Sandra Hints</b>	<b>Reinu kapp, 20. august</b>	<b>III</b>

#### HOBIKROSS

##### VÕISTLUS

<b>Rogert Room</b>	<b>Saaremaal Jaanikross 20 juuni, Torgu vald</b> MX Hobby klass	<b>I</b>
<b>Rogert Room</b>	<b>Tihemetsa Motokross 25. august</b> Võistlusklass MX D	<b>II</b>
<b>Rogert Room</b>	<b>Vaabina Motokross 02. september</b> Võistlusklass MDX	<b>I</b>

#### SUUSATAMINE

##### VÕISTLUS

<b>Kadri Viil</b>	<b>Saaremaa suusamaraton 11 km (vaba) 11.veebruar Karujärve suusarajad</b> naiste arvestuses 3. / üldarvestuses 18.	<b>III</b>
-------------------	--	------------

#### UJUMINE

##### VÕISTLUS

<b>Sigrid Osa</b>	<b>Väikese väina avaveeujumine 28. juuli vahtna</b> Orissaare N 20-29 a	40.30,2	<b>III</b>
-------------------	---	---------	------------

#### KOROONA

##### VÕISTLUS

<b>Aurika Vaho</b>	<b>Saaremaa 2012 a seeriavõistluse I etapp</b>	<b>III</b>
<b>Orissaare võsitkond (Aurika Vaho, Gunnar Vaho, Arlet Saar ja Raivo Humal)</b>	<b>Eesti 2012 aasta klubide karikavõistluse II etapp Raasikul, 03. novembril</b>	<b>4.</b>
<b>Gunnar Vaho</b>	<b>Saaremaa KV koroona üksikmängus II etapp</b>	<b>6.</b>
<b>Aurika Vaho</b>		<b>III</b>

## PARIMAD



Foto: EKJL



Foto: Margit Enno

### TORMI NIITS

Eesti U14 korvpallikoondise liige Balti Matsš'il Vilniuses

TV 10 Olümpiastarti mitmevõistluse II koht

Noorte Kergejõustiku Mängud THE YOUTH ATHLETICS GAMES – kaugushüppes II 5,85 ja kuulitõukes (4kg) 4. koht 13,80

B7 Games, Baltimere Saarte mängudel P 15 kuulitõuke (4 kg) teine koht 14,05, Gotlandil

Tartu Rocki noorte võistkonna liige Euroopa noorte liigas ja Eesti meistrivõistlustel

Rahvusvahelise korvpallivõistluse Easter Tournament hõbemedal FUN sarjas, Lahtis

Eesti omavanuste poiste kergejõustiku edetabelis kolmel alal esikümnes

### ROMET ROOM

Noorte Kergejõustiku Mängud THE YOUTH ATHLETICS GAMES – kuulitõukes III koht (4 kg) 13,95

Rahvusvahelise korvpallivõistluse Easter Tournament hõbemedal FUN sarjas, Lahtis

B7 Games, Baltimere Saarte mängudel P 15 kuulitõuke (4kg) kolmas koht 13,58, Gotlandil

Eesti MV kuulitõukes 4. -14,99, kaugusehüppes 4. - 5,91 ning kõrgushüppes 5. koht - 1,65

Eesti noorte talvistel karikavõistlustel III koht kuulitõukes (5 kg) tulemusega 13,48

Saaremaa kolmekordne A kl meister (kuulitõuge 13,83, kõrgushüpe 1,80 ja 60 mtj 9,02

Eesti noorte MV teatejooksudes. 100 m ja 110 mtj 2. koht (Tartu Kalevi võistkonnas)

Eesti omavanuste poiste kergejõustiku edetabelis neljal alal esikümnes



Foto: Timo Ränk

#### GERT KALDMÄE

Orissaare täiskasvanute korvpallimeeskonna liidermängijaid

Rahvusvahelise korvpallivõistluse Easter Tournament hõbemedal FUN sarjas, Lahtis

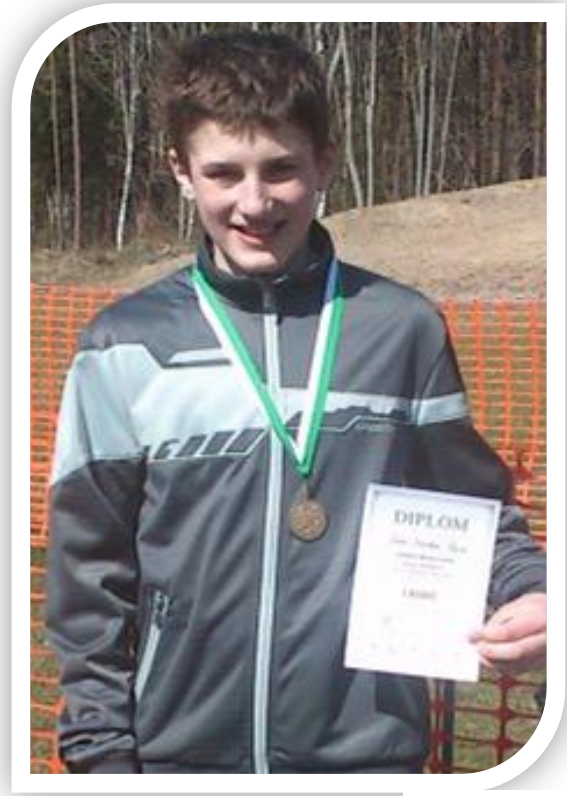


Foto: Kaire Nurja

#### SIIM SANDER PÄRN

TV 10 Olümpiastarti vabariikliku I etappi võitja kuulitõukes (3 kg) 9,62 m

Rahvusvahelistel noorte Kergejõustiku Mängud THE YOUTH ATHLETICS GAMES kolmas koht kuulitõukes

Maakonna noorte meister palliviskes, 300 m jooksus, kaugus-, teivas- ja kõrgushüppes.

Maakonna meister maastikujooksus

Maakonna meister 3:3 omavanuste korvpallis

#### ELO LEMBER

Eesti Spordiveteranide Liidu 45. Spordimängud, N45 kettaheites 27,73, odaviskes 1. koht 29,94 ja kuulitõukes (4 kg) 2. koht 9,09

20. Eesti valdade suvemängud, NVII kuulitõukes (3 kg) 2. koht 10,40 ning kettaheites 23,23 ja odaviskes 3. koht 28,10

Hooaja N45 kergejõustiku edetabelis: odaviskes 2. koht ja kuulitõukes 6. koht



Foto: Andla Rüütel



Foto: erakogu

### KAIE KAND

5.mai tõkkejooks 14.50 tuul -0,8, Lisse (Holland)

20.mai kõrgushüpe 1.70 Assen (Holland)

20.mai odavise 37.57 Assen (Holland)



Foto: Andla Rüütel

### KÄRT ÕUNAPUU

TV 10 Olümpiastarti vabariiklik 6. koht  
kaugushüppes 4,74 m

Mitmekordme maakonna omavanuste  
meister kergejõustikus

Rahvusvahelised noorte Kergejõustiku  
Mängud THE YOUTH ATHLETICS GAMES 5.  
koht kaugushüppes 4,62 m



Foto: Andla Rüütel

### KAIRE NURJA

Eesti Spordiveteranide Liidu 45. Spordimängud, N35 100m,  
kaugushüpe, kuul ja ketas, 1. koht

20. Eesti valdade suvemängud, NVI kaugushüpe ja 100m, 1.  
koht, NVI kuulitõuge, 2. koht, NVI odavise, 3. koht

ESVL kergejõustiku sisemeistrivõistlused, N kaugushüpe, 2.  
koht

Eesti täiskasvanute kergejõustiku edetabelis kolmikhüppes  
13. koht, 13,89

N35 Eesti rekordiomalik kolmikhüppes

## TOETAJAD

### 2012. aastal toetasid Orissaare sporti:

1. Eesti Kultuurkapital
2. Hasartmängumaksu nõukogu
3. Hille Hanso
4. Premia
5. Optimal Kindlustusmaakler
6. AT SIM
7. PERI
8. Muhu vald
9. Orissaare vald
10. Valjala vald
11. Põide vald
12. Saaremaa sepad
13. Sadolin
14. Sartex
15. Sulev Salla
16. Vilmar Laak
17. Orissaare Perearstikeskus
18. AS Kalev
19. Orissaare STÜ kauplus
20. Saaremaa Spordiliit
21. Viitanet OÜ
22. Saikla Ehitus OÜ
23. ArborEst OÜ
24. Träx Rehvikeskus
25. Ores Ehitus
26. Fie Leela Ligi
27. Tartu Ülikooli Akadeemilise spordiklubi korvpalli osakond

### Täname abi eest:

Orissaare Gümnaasium, Orissaare Muusikakool, Orissaare Kultuurimaja, Orissaare politsei, Orissaare Vallavalitsus, Orissaare Gümnaasiumi Söökla

Ly Link	Jüri Link		
Milvi Viss	Sandra Hints	Reine Väli	Indrek Aer
Vika Viss	Merlin Helm	Reimo Võting	Kerdo Kütt
Elo Lember	Priit Kollo	Alari Hiis	Tõnis Paat
Härmo Lambut	Margus Nurja	Anu Viljaste	Andres Laide
Igor Raadel	Martti Nõu	Anne Kann	Kairit Levit
Hillar Peegel	Kalle Kuusk	Helen Oll	Jüri Kuusk
Siiri Luhaäär	Tiit Uspenski	Eevi Rüütel	Martin Käärid
Merily Porovart	Kaie Kand	Eric Cadee	Jaanus Järmut
Egert Eist	Lauri Kiirend	Maaja Vabrit	Ahto Nellis

## 2013. AASTA VÕISTLUSTE JA SPORDIÜRITUSTE KALENDER:

<b>JAANUAR</b>		jaanuar - aprill Saaremaa MV korvpallis
6.01	10.00	Saaremaa KV III etapp - uusaastaturniir koroonaga üksikmängus (lahtine)
25.01		Sisekergejõustiku mängud lastele, LUMEPALLI MÄNGUD, algklassid
<b>VEEBRUAR</b>		
1.02		Sisekergejõustiku mängud lastele, LUMEPALLI MÄNGUD, lasteaia lapsed
09.02		Schenker Liiga võrkpall TTÜ vs BIGBANK TARTU
10.02		Schenker Liiga võrkpall TTÜ vs RIIA LASE Saaremaa II lahtised MV lamades surumises
<b>JUUNI</b>		
23.06.	12.00	Orissaare seeriavõistluse II etapp (paigalt hüpped, heited, 30 m jooks)
<b>JUULI</b>		
6.07		Orissaare VII triatlon FITCAMP 2013
27.07-28.07		Orissaare IV lahtised karikavõistlused Võrkpallis
27.07.		Väikese väina avaveejumine
<b>AUGUST</b>		
04.08		Tammetõru mängud Eesti heitekarneval, koostöös EKJL-ga
<b>NOVEMBER</b>		
		Saare - ja Muhumaa IV lasteaegade spordipäev
<b>DETSEMBER</b>		
25.12.	12.00	Orissaare seeriavõistluse I etapp (paigalt hüpped, heited, 30 m jooks)

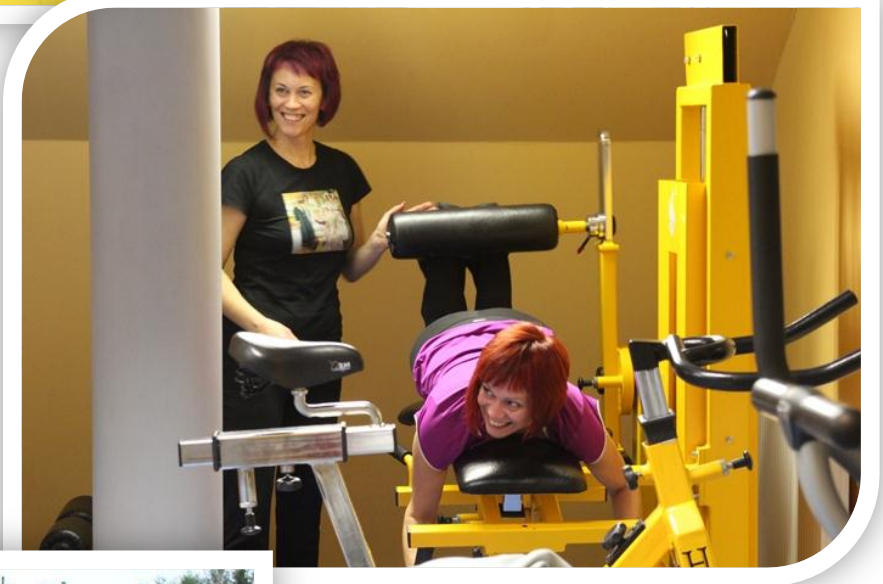
**ORISSAARE SPORT KUTSUB**  
**AASTAL 2013 OSALEMA!**

**ORISSAARE SEERIAVÕISTLUS**  
23. JUUNI JA 25. DETSEMBER

**ORISSAARE TRIATLON**  
6. JUULI

**VÄIKESE VÄINA AVAVEEUJUMINE**  
27. JUULI

**ORISSAARE SÜGISMATK JA SÜGISJOOKS**  
6. OKTOBER



**RÕÕMUGA AASTASSE 2013**

